

Люберецкий округ

МЕДИЦИНСКИЙ
ЦЕНТР
МАРУСИНО

ЗДОРОВЫЙ ОКРУГ

www.marumed.ru

№ 1 (7) март 2025

Популярная медицина - на благо жителей Люберецкого края

МЕДИЦИНА

Есть такая профессия –
стоматолог

C.8

СВО

Посылки с лекарствами
от врачей

C.10

ОНКОЛОГИЯ

Надежда остается
всегда!

C.24



ЖУРНАЛ

«Здоровый округ – Люберецкий округ»

№1 (7), МАРТ 2025г.

Вы можете оформить подписку на журнал, напишите нам письмо на почту nakaden@mail.ru с пометкой «ЗДОРОВЫЙ ОКРУГ», и мы пришлем вам информацию о вариантах подписки.

Аудитория распространения журнала:

Министерство здравоохранения

Московской области

Медицинские учреждения

городского округа Люберцы

Общественные объединения и НКО

в области медицины и здравоохранения

Предприятия медицинской отрасли.

Наш сайт: <https://marumed.ru/>

Главный редактор:

Феоктистова Наталья Львовна

Ответственный за издание:

Хансверов Рустам Хусаинович

Выпускающий редактор:

Борисова Эмма Витальевна

Дизайн-верстка:

Сломонов Игорь Анатольевич

Под общей редакцией:

Докт. мед. наук, профессор

Шестаков Андрей Михайлович

Контакты: : +7 (495) 554-05-19,

nlfeoktistova@mail.ru

АДРЕС РЕДАКЦИИ:

г. Люберцы, ул. Смирновская, д. 16/179, пом. V

Отпечатано в ООО ИИЦ «На каждый день»,

г. Люберцы, ул. Смирновская, д. 16/179

Заказ №3 Тираж 300 экз.

Распространяется бесплатно и по подписке.

В журнале использованы материалы архивов и публикаций в СМИ, находящиеся в свободном доступе.

Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в том числе в электронных СМИ, возможны только с письменного разрешения редакции.



© Медицинский центр Марусино, 2023-25

В НОМЕРЕ

Слово

главного редактора 1

Глава был конкретен 2

Хочу вырастить ребёнка
счастливым и уверенным в себе 4

Тридцать лет в белом халате 7

За круглым столом – врачи –
единомышленники 8

Посылки, согретые
домашним теплом 10

Верность профессии
и врачебному долгу 13

О медицинской помощи жёнам
и матерям участников СВО 17

Болезнь как путь к святости 18

Цветы, которые радуют наш глаз
и вкус 21

Онкология –
надежда есть всегда! 24

Комедия в подарок
любителям театра 26

Про воду 28

ОН УМЕН И ОЧЕНЬ МИЛ...

Все помнят эти слова из «Евгения Онегина» про молодого героя пушкинского романа.

«Он по-французски совершенно
Мог изъясняться и писал;
Легко мазурку танцевал
И кланялся непринужденно;
Чего ж вам больше? Свет решил,
Что он умен и очень мил».

Конечно, сегодня мы не можем руководствоваться давно изжитыми правилами, но хотим, чтобы наши дети были воспитанными, умными и физически крепкими.

В этом номере журнала начинаем рубрику о здоровом воспитании детей. Сейчас мы видим, как изменилось состояние здоровья детей и физическое, и духовное. Даже дети разных возрастов, которые растут в одной семье, отличаются мышлением.

Как распознать любящим родителям, о чём мечтает ребёнок, в чём нуждается, как не вступить с ребёнком в противостояние. Важно одно: никакие блага на свете не заменят настоящую любовь, семью. Универсального рецепта нет.

Часто родители слишком увлечены умственным развитием своих детей, пренебрегая укреплением их здоровья. К сожалению, в последние годы число детей с отклонениями в состоянии здоровья, возрастает. Незаменимое воздействие на укрепление здоровья оказывают физические нагрузки: подвижные игры, семейные походы на природу, приобщение ребенка к физкультуре. Выработка привычки к занятиям спортом – это только на пользу ребенку дошкольного возраста.

В физически развитом ребенке закладываются основы хорошего здоровья. Недаром в народе говорят: «В здоровом теле здоровый дух».

И еще. Дорогие родители, любите своих детей. Считаю, что лучше «перелюбить», чем «недолюбить». Детские обиды запоминаются надолго... А мы ведь этого не хотим. Пожелаю успехов в воспитании ваших сыновей и дочек!

Наталья ФЕОКТИСТОВА,
главный редактор журнала
«Здоровый округ – Люберецкий округ»,
главный врач
Медицинского центра
«Марусино»



«Часто то, что принято считать злом, в конце концов оборачивается благом».

(Из книги Влада Череватого «Посредник между мирами живых и мёртвых»)



ГЛАВА БЫЛ КОНКРЕТЕН

Состоялась встреча Главы Люберецкого городского округа Владимира Волкова с активом общественной женской организации.



Встреча прошла в теплой неформальной обстановке, за чаепитием, в штаб-квартире организации по адресу: д. Жилино, 63. Как всегда, Глава был конкретен: обещал помочь в реализации планов организации, о которых рассказала руководитель отделения Елена Верховых.

Одной из значимых акций Союза стало создание Знамени Победы — Знамени Бессмертного полка. На данный момент длина полотнища составляет 127 метров и состоит из 5700 лоскутков с именами героев Великой Отечественной войны. «Работу по созданию знамени продолжим в этом знаковом для всего мира году 80-летия Великой Победы», - подчеркнул Волков.





По словам Главы, помещение, где располагается отделение, требует ремонта, и он обязательно будет сделан. Ремонт позволит расширить программу деятельности общественниц.

Участие во встрече приняли активисты женсовета Наталья Феоктистова, Ольга Гоффе, Татьяна Иванова, Людмила Кострова, Наталья Калугина, Расима Калимуллина и другие

В завершение встречи Владимир Волков поблагодарил председателя Люберецкого отделения «Союза женщин России» Елену Верховых и весь коллектив отделения за гостеприимство, неравнодушие и вклад в развитие Люберец.

Напомним, наше отделение объединяет более 500 представительниц самых разных профессий и возрастов, которые активно участвуют в жизни городского округа, помогают бойцам СВО и членам их семей.

Эмма БОРИСОВА

Фото: пресс-служба администрации г.о. Люберцы



«ХОЧУ ВЫРАСТИТЬ РЕБЁНКА СЧАСТЛИВЫМ И УВЕРЕННЫМ В СЕБЕ. ЕСТЬ ЛИ РЕЦЕПТ?»

В каждой семье детей любят и окружают заботой, но всегда ли это приводит к положительным результатам? В чём же секреты воспитания?», - часто спрашивают читатели.



Уроки наших родителей

В молниеносно меняющемся мире мы не можем ориентироваться на то, как воспитывали нас, на прежние постулаты и догмы. Мы уже знаем, что отношения родителей влияют на детей, даже если этот ребёнок младенец. Мы знаем, что можно наказывать ребёнка, приучая его помогать по дому - результата может не быть. Любостью пытаюсь изменить трудного ребёнка - также можно совершить ошибку.

Но есть и третий путь. Взаимоуважение в семье, искреннее, неподдельное - основа счастливой жизни.

Многие годы я старалась понять своих племянников, своих детей, детей моих друзей, знакомых и пришла к выводу, что лучше самих детей никто не знает, что нужно ребёнку для того, чтобы вырасти самостоятельной личностью. Нам надо научиться прислушиваться к своим детям, доверять им, меняясь, мы изменим и мир вокруг нас. Станем мудрее и многое сложное станет простым.

Психолог подскажет?

Когда мы обращаемся за помощью к психологу, то после общения с ним порой уходим с непониманием: так как правильно, где ошибка? А психолог, со своей стороны, особенно тот, кто вдумчивый, начинает переживать, что некомпетентен, что не справился с задачей...Между тем, он выполняет чётко поставленные задачи клинической психологии, где ищут виновных, а не решение проблемы. И, конечно, первые, кто в этом поиске страдают - это дети.

Конечно, есть масса мнений, диссертаций на эту тему, и всё же осмелюсь сделать свой вывод: рецепта - нет, каждый ребёнок индивидуален, в каждой семье свои взгляды и традиции, и если мы, медики, действительно хотим помочь, то необходимо полное погружение в имеющуюся проблему, и обязательно - индивидуальный подход, совместная работа с семьёй. Мы забываем, что важна Душа ребёнка.

В этой статье хочу немного рассказать о мнении всемирно известного семейного психолога из Дании,



которого зовут Йеспер Юул. Прочитав его книгу, поняла, что мне близки его взгляды. Вот цитата, которая включила в себя все направления: «Последние 20 лет клинической и педагогической практики убедили меня, что нужно переходить к новым, более здоровым принципам в воспитании. Это вполне реально, если мы объединим опыт многих семей с последними открытиями в сфере психологии, теории привязанности и нейронауки, добавив сюда тысячи успешных проектов по всему миру. Мы уже знаем, что нужно делать. Остаётся понять - как.» (Йеспер Юул Международная лаборатория семьи Familylab International. книга «Ваш ребёнок знает лучше!»)

Прими дитя таким, какой он есть

Самым важным является принятие наших детей, истинная любовь к детям и желание совместно осваивать этот мир.

Многие родители готовы измениться, по-новому воспитывать детей, они понимают, что где-то в чём-то ведут себя неправильно, но в то же время не знают, как



правильно, ждут конкретных рекомендаций, но вот в этом-то и заключается основная сложность. Клиническая психология ориентируется на анализ человеческих эмоций.

Что мы анализируем? Какие взаимоотношения у дочери и матери, какие проблемы между отцом и сыном... Что важно: уважение к каждому члену семьи, уважение к нашим различиям, принятие того, что у каждого разное представление о семье.

Мои дети - мои учителя

Я для себя приняла то, что мои дети - мои учителя. Первая моя дочь, которая родилась больным ребёнком, для меня стала самым серьёзным испытанием и учителем. И даже для своей сестры, для моей второй дочери, она также стала вектором отношения к слабому, к нуждающемуся в помощи и заботе.

Вот пример: вся семья сидит за столом, обедает, и маленькая четырехлетняя дочь убегает из-за стола с куском хлеба, - конечно, начинаем её ругать. Оказывается, она хотела покормить парализованную сестру - ей достаётся больше, а ведь по факту - она проявила заботу о сестре (все кушали и были вместе, а та лежала одна). Вот и момент непонимания: ребёнку не объяснили, в чём проблема, и сразу наказывают. Я всегда старалась сразу же проанализировать момент и не упустить тонкую нить дружеского общения со своим ребёнком.

Как часто бывает так, что мы не обращаем внимания на просьбы детей, сердимся на их капризы, а если это они так привлекают внимание к себе? Пытались ли мы понять почему в одной семье дети, даже близнецы - ведут себя по-разному?

Вот пример из моего детства: мне 10 лет, 1978 год, в магазинах - дефицит каких-то товаров, а у меня появились шикарные итальянские туфли. Моя одноклассница пришла в гости, увидела эти туфли и говорит: «Какие шикарные туфли, почему ты их не носишь, ни у кого же нет таких». Знаете, что я ей ответила? «Мне неудобно в них, если хочешь, забирай!». Думаю, что каждый сейчас понял, что последовало после этого, когда пришла домой мама и узнала, что я так распорядилась дорогими вещами. Конечно, я была наказана, но выводы я сделала для себя: без разрешения, конечно, ничего делать не буду. Но если я сама заработаю деньги и куплю себе



вещь, то могу распоряжаться ею уже без разрешения (заметьте, в 10 лет!).

Можно приводить множество примеров и весёлых, и грустных, разных, но одно важно усвоить: дети наблюдают за поведением родителей, ждут, что родители так же будут внимательны к их поведению - это и есть взаимоуважение.

Наталья ФЕОКТИСТОВА,
главный врач Медицинского центра «Марусино»



ТРИДЦАТЬ ЛЕТ В БЕЛОМ ХАЛАТЕ

Активисты «Единой России» из г.о. Люберцы поздравили Ирину Захарову с Днем женщины-врача. Она работает в Люберцах с 1991 года, посвятив более 30 лет лечению земляков.

В поздравлении приняла участие муниципальный координатор партийного проекта «Здоровое будущее» Наталья Феоктистова.

В ходе встречи партийцы вручили Ирине Васильевне подарки и благодарственное письмо «За высокий профессионализм, активную жизненную позицию, неравнодушные, самоотдачу, верность и преданность делу».

Ирина Васильевна Захарова пользуется авторитетом среди медицинской общественности и пациентов. О врачах поступают только хорошие отзывы за оказанную квалифицированную медицинскую помощь. За эти годы зарекомендовала себя как опытный, отзывчивый и высокопрофессиональный специалист, которого заслуженно уважают жители.



Ирине Васильевне 71 год, и она с полной отдачей продолжает работать, помогая людям. Это настоящий пример преданности своему делу и служения обществу.

ОБЩЕСТВЕННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

ДОКТОР НАТАЛЬЯ ФЕОКТИСТОВА ПРИНЯТА В СОЮЗ ЖУРНАЛИСТОВ РОССИИ

В Москве, на заседании правления Союза журналистов Подмосковья, главный редактор журнала «Здоровый округ - Люберецкий округ», член Общественной палаты г.о. Люберцы, главный врач Медцентра «Марусино» Наталья Феоктистова принята в члены Союза журналистов России.

Первой поздравила со вступлением в организацию председатель Союза журналистов Подмосковья Наталья Чернышова.

Наталья Львовна за более чем 30-летнюю профессиональную деятельность в Люберцах зарекомендовала себя не только как хирург-стоматолог высшей категории, но и как человек, глубоко заинтересованный в сохранении традиций врачевания, профилактики заболеваний и популяризации знаний о здоровом образе жизни.

А вот как сама Наталья Феоктистова оценивает состоявшееся событие.

«В моей жизни наступил такой момент, когда свои знания о медицинских аспектах здоровья захотелось донести до широкого круга читателей. В условиях, когда местная печать практически закрыта, пришла идея - издавать журнал о здоровье. После выхода первого номера меня включили в состав Попечительского со-

вета газеты «Люберецкий округ», кстати, единственной оставшейся в округе. Окунувшись в работу редакции, я поняла, какое это нужное дело - распространение информации среди жителей округа», - сказала Феоктистова.

Наталья Львовна сама пишет статьи для журнала, привлекает интересных авторов, специалистов из разных отраслей медицины. Но для издания журнала нужен коллектив специалистов.

Наталья Феоктистова выражает глубокую признательность за помощь и поддержку председателю Люберецкого отделения Союза журналистов Подмосковья, главному редактору газеты «Люберецкий округ» Рустаму Хансверову и журналисту с 47-летним стажем работы в СМИ, заместителю главного редактора газеты Эмме Борисовой.

С первых номеров красочный, хорошо изданный журнал стал востребован среди пациентов и медицинской общественности, а также жителей округа, которые интересуются здоровым образом жизни. Вышло 6 номеров журнала, а с этим выпуском будет 7.

Светлана ЗАХАРОВА
Фото: Захарова

ЗА КРУГЛЫМ СТОЛОМ – ВРАЧИ - ЕДИНОМЫШЛЕННИКИ

Девятого февраля празднуется Международный день стоматолога, и в этот день стоматологи из разных городов встретились за круглым столом в ТЦ «Орбита» г. Люберцы.



На снимке: слева направо - Валерий Валентинович Бикреев, Наталья Львовна Феоктистова, Соломон Абрамович Рабинович, Роман Викторович Антоненков, Людмила Анатольевна Аксамит.

Востребованная профессия

Было о чем поговорить коллегам, наставникам, хорошим друзьям. Так получилось, что мы маленьким, но дружным коллективом объединили разные поколения врачей такой востребованной специализации.

Хочу немного сказать об истории стоматологии, о жизни врачей-стоматологов, о многом, что хотелось бы рассказать людям, чтобы они почувствовали нашу любовь к профессии.

Невероятно, но последние исследования археологов говорят о том, что люди эпохи неолита уже были знакомы с методом сверления и лечения зубов. На территории современного Пакистана были найдены останки людей с ровными отверстиями в зубах, явно

искусственного происхождения. Этим захоронениям около 9 тысяч лет.

Жевать прутик манго...

Страны Древней Азии являются источником открытий и изобретений в различных областях человеческой деятельности. Не стала исключением и медицина, в частности, стоматология. В Древней Индии рот считался сакральным входом в тело, и люди верили, что все болезни имеют одонтогенное происхождение (связанные с болезнями зубов). Поэтому уход за полостью рта уже тогда включал профилактику. Древнеиндийский трактат «Аюрведа» (IX—III вв. до н. э.) указывал на необходимость жевать лакричник или прутик дерева манго, чтобы очистить полость рта и предотвратить разруше-



ние твердых тканей зубов. При кровоточивости десен рекомендовалось пить воду с лимонным соком, а для избавления от запаха полоскать рот смесью из порошка аниса, укропа, мирта и белого вина.

Ни один индус не приступал к приему пищи, не почистив зубы. Более того, принято было чистить язык специальными скребками и в заключение ритуала натирать тело ароматическими маслами. Несмотря на наличие профилактики, населению Древней Азии не удавалось избежать болезней полости рта. Так, в Индии одной из самых распространенных проблем среди членов высших каст был кариес, вызванный обилием богатой углеводами пищи (мед, рис, фрукты и прочее).



Воск в роли пломбы

В древнейших медицинских записях в качестве причины возникновения кариеса указываются «зубные черви, поедающие зубы». Способы борьбы с ним были достаточно спорными, в их числе клизмы и средства для стимуляции рефлекса чихания. Но уже в 650 году н. э. индийский врач Вагбхата (VII в. н. э.) предложил способ лечения кариеса, который подразумевал заполнение кариозной полости воском, а затем расплавление его горячим зондом. В случае если это не помогало, рекомендовалось удалить зуб, для чего использовались специальные щипцы клювообразных форм, имеющие вид различных животных.

Следует упомянуть, что уже в V в. до н. э. выдающимся хирургом Сушрутой было описано более сотни различных видов инструментов как для лечения, так и для удаления зубов. Извлекали зуб при помощи специального «рычага» (прототипа современного элеватора), наподобие стрелы с плоским концом. Однако это считалась крайней мерой - зубы без признаков подвижности всегда старались сохранить.

Подготовила **Наталья ФЕОКТИСТОВА**
(Использованы материалы из DENTALMAGAZINE.RU)

ПОСЫЛКИ, СОГРЕТЫЕ ДОМАШНИМ ТЕПЛОМ



Поток собираемой гуманитарной помощи не иссякает, помогает много людей, особый вклад вносят женщины Люберецкого округа. Это еще раз показала акция «Посылка солдату», приуроченная к Дню защитника Отечества. Как всегда, активное участие в ней приняли медики МЦ «Марусино», потому что без медицины в полевых условиях не спасти жизнь человека.

«Денег за заказ не возьмем»

Вот что рассказала главный редактор нашего журнала Наталья Феоктистова:

«Многие сотрудники и пациенты нашего медцентра помогают. В типографии, в которой заказала наклейки для посылок, не взяли денег, сказали: «Вы же на СВО отправляете груз? Денег не возьмём». До слёз. Я никогда не прошу ни у кого, просто люди видят, что собираю коробки, тяжелые упаковки с продуктами, не очень тяжёлые — с медикаментами. И очень мало кто проходит мимо. Мы молчаливо понимаем, что надо достойно пройти это испытание. Я хочу, чтобы мои дети выросли порядочными людьми, не предали свою семью, свой дом, свою Родину. Я считаю, что своей помощью я защищаю всех наших детей, наше будущее».

Откликнулись дети, учителя, родители

Люберецкое отделение «Союза женщин России» выражает искреннюю благодарность всем, кто принял участие в акции «Посылка солдату», приуроченной к празднованию Дня защитника Отечества 23 февраля 2025 года. Эта инициатива, направленная на поддержку и поднятие





морального духа наших солдат, стала возможной благодаря усилиям и доброте многих людей. Особую благодарность мы выражаем учителям, детям и родителям школ №№ 53 и 28, а также гимназии № 24. Ваш вклад в акцию стал настоящим примером единства и заботы о наших защитниках. Также хочется отметить коллектив фабрики «Пехорский текстиль» и медицинского центра «Марусино» за активное участие и поддержку.

Люберчане, проживающие по адресу: улица Попова, д. 38, и жители п. Томилово также внесли свой вклад, показав, насколько важна солидарность в такие моменты. Особое спасибо говорим учащемуся гимназии № 56 Илье и нашей подруге Эмме Витальевне Борисовой за личное участие в формировании солдатской посылки. Волонтеры микрорайона Птицефабрики Тамара Петровна Харитоновна и Валентина Николаевна Гладких проявили невероятное усердие и доброту, принимая участие в организации и сборе посылок. Елена Викторовна Жилина, Елена Владимировна Фролова и Наталья Петровна Калугина также заслуживают нашей глубокой благодарности за их неоценимый вклад.

Ветераны всегда впереди

Особое место в наших добрых делах занимают женщины старшего поколения: Галина Ивановна Саксина, Галина Петровна Астафьева, Вера Ивановна Ахмерова и Надежда Александровна Синяя, которые неделю дежурили в штабе общественной организации женщин и принимали посылки для наших военнослужащих.





Благодаря всем нам военнослужащие получили частицу теплоты и важную эмоциональную поддержку, которая так необходима в трудные времена. Дорогие женщины, ваше участие и искреннее желание помочь делают наш мир лучше!

Посылки дошли до бойцов

Поступили видеоролики с передовых позиций, в которых военнослужащие говорят: «Благодаря вот таким женщинам разного возраста и профессий, которые не жалеют личного времени, средств и сил для моральной и духовной поддержки военных, у нас поднимается настроение. Наши женщины в тылу приближают Победу, которую на передовой добывают защитники Отечества. Спасибо вам за это!»

Все добрые дела подытожила председатель Люберецкого отделения «Союза женщин России» Елена Верховых. Вот что она сказала:

«Представьте себе, как приятно нашим солдатам получать посылки, полные заботы и тепла! Каждая коробочка — это не просто набор вещей, это символ поддержки и веры в них. Это как лучик света, который напоминает, что дома их ждут и о них помнят. И действительно, наши женщины в тылу приближают Победу. Они, не жалея времени и сил, создают маленькие чудеса, которые помогают нашим воинам чувствовать себя нужными и любимыми. Это вдохновляет, это окрыляет, это даёт силы идти вперёд!»

В такие моменты сердце наполняется гордостью и теплом, ведь мы все вместе, как одна большая семья, поддерживаем тех, кто стоит на защите нашего Отечества.

Подготовила **Светлана ЗАХАРОВА**



ВЕРНОСТЬ ПРОФЕССИИ И ВРАЧЕБНОМУ ДОЛГУ

Перед 8 Марта врачам Ольге Ивановне Псарёвой звонят благодарные пациенты, чтобы поздравить с праздником. Звонки принимает муж, потому что доктора уже нет в живых...



Сегодня я хочу рассказать о замечательном докторе Ольге Ивановне Псарёвой, которая передала мне эстафету в должности главного хирурга-стоматолога Люберецкого района (ныне городской округ Люберцы). Она и учитель мой, и наставник, и непререкаемый авторитет.

Уникальные операции

Когда Ольга Ивановна возглавила стоматологическую службу Центральной районной больницы, она сразу по-

казала пример служения своей профессии. Не искала легких путей, осваивала новые методики оказания помощи пациентам. Достаточно привести один факт. Она выполняла такие челюстно-лицевые операции, которые сейчас не делают, а больных посылают в МОНИКИ. А тогда делали, спасали здоровье, исправляли следы травм. Участвовали врачи — косметологи, окулисты, хирурги, в Люберцы приезжали светила медицины, профессора... Скольким людям вернула здоровье врач — каждый ей благодарен.



Ольга Ивановна на рабочем месте



Операция благополучно закончена



**Высшая награда Оле, Ольге Ивановне, – признание пациентов и товарищей по работе. (Правительственные награды хранятся в семейной шкатулке).
Оля на снимке во втором ряду в центре.**



Воспоминаниями о маме поделилась ее дочь Любовь Геннадьевна Разумкова.

Пошла по стопам деда

Ольга Ивановна родилась в Москве в 1933 году, ее отец был коренным москвичом, но рано умер от туберкулеза, поэтому она его не помнит. А мама — Анна Евсеевна Хвощевская происходила из польской семьи, которая приехала в Москву из Белостока в 1914 году и поселилась в Сокольниках, где они купили дом. В годы Великой Отечественной войны работала машинисткой в штабе сухопутных войск в Москве, порой сутками не уходила с работы.

К медицине имел отношение ее дед по материнской линии Швец Яков Борисович — профессор Брюссельского университета (Бельгия), по рассказам, он участвовал в разработке вакцины от малярии.

Мама не сразу выбрала профессию врача, искала себя. Поступила в Московский университет на физмат, но ее не зачислили (повлияла 5 графа). Затем был институт геодезии... И наконец поступила в мединститут, выучилась и никогда не изменяла своей профессии врача.

Ольга Ивановна рассказывала дочери, что жили в то время очень трудно, но она свято верила в светлое будущее. Со школы впитала в себя чувство справедливости.

«Мне всегда было хорошо в школе, в институте, в обществе таких же, как я, молодых людей, — говорила Ольга Ивановна. — Я верила, что наступит эра милосердия. И все, что могла, старалась честно делать для этого».

Как закалялся характер

Ольга была членом комитета комсомола в школе, старостой потока, членом комитета ВЛКСМ в институте. Ей нравилось выделяться среди товарищей в вузе, только не одеждой (все было слишком скромно), жила в основном на стипендию, а своими знаниями, способностями, душевной щедростью.





Ребята в медицинском институте ходили на занятия в солдатских сапогах, в гимнастерках. У мамы было только одно платье, одна юбка и кофта. Она занималась в лыжной секции, в гимнастической секции. Очень хотела быть вместе со всеми. И только лишь кто-то пытался уделить больше внимания — ей тут же становилось не по себе, этот человек отторгался всей душой. Не подоспело еще время для личной жизни. У нее были другие планы.

Вот так шли учеба и становление жизненных принципов доктора.

Никогда не забуду ее слова о том, что оказывать услуги и оказывать помощь в медицине — это разные категории. Она ВСЕГДА оказывала только помощь, не могла по-другому.

Сколько лет прошло, доктора нет уже с 2016 года, а память о ней живет в сердцах люберчан.

Правнучка будет врачом

И еще один важный штрих в биографии врача — труженика. Более 60 лет она прожила в счастливом браке с участником Великой Отечественной войны, полковником Геннадием Петровичем Псарёвым. Он служил в НИИ ЭРАТ в Люберецком гарнизоне. Поэтому-то семья нашла свою гавань в Люберцах.

В браке родились сын и дочь, есть два внука и две внучки, две правнучки и один правнук. Старшей правнучке уже 21 год, и она решила связать свою жизнь с медициной, учиться на военного врача. Вот бы обрадовалась прабабушка, узнав, что ее дело будет продолжено!

**Подготовила
Наталья ФЕОКТИСТОВА**



ЕЛЕНА ВЕРХОВЫХ ИСПОЛНИЛА ПОЖЕЛАНИЯ ДЕТЕЙ



Председатель Люберецкого отделения «Союза женщин России», депутат окружного Совета Елена Верховых поздравила с Новым годом детей с паллиативными заболеваниями, которые оставили свои пожелания на «Елке желаний», сообщила пресс-служба администрации городского округа Люберцы.

«Новый год, Рождество — чудесные праздники, связанные с надеждами на лучшее в грядущем году. Посетила семью Белкиных. В семье двое детей, один из которых, Антон, — с ограниченными возможностями здоровья. Постаралась исполнить пожелания Антона и его брата Николая.

Также поздравила многодетную семью Орловых. Мама Татьяна Владимировна, одна воспитывает троих детей. Один ребенок — с ОВЗ. Подарили всем сладкие подарки и «умную» колонку», — рассказала Елена Верховых.

Она добавила, что детям приятно было видеть у себя дома Снегурочку, иметь возможность рассказать ей стихи, сфотографироваться на память и получить сладкий подарок.



А. Г. Венецианов. Причастие умирающей.
(Источник azbyka.ru)

Как обрести смысл в испытании болезнью?

Бог создал человека свободным и совершенным, наделив его гармонией с Творцом и миром. Но, отдалившись от Источника Жизни через грех, человеческая природа утратила эту целостность. Подобно ветви, оторванной от дерева, мы стали уязвимы перед страданиями, болезнями и смертью. Это не только наказание, а естественное следствие разрыва с Любовью, которая питает всё живое.

Почему болезни затрагивают всех?

Мы наследуем не вину, а последствия той изначальной раны, которая пронизала человеческую природу (Рим. 5:12). Даже младенцы, не совершившие личных грехов, разделяют общую участь земного бытия. Но здесь

важно видеть глубже: в этих испытаниях раскрывается подлинное человеческое достоинство. Забота о больных пробуждает в нас милосердие, терпение, способность любить вопреки трудностям — те качества, что делают нас ближе к образу Божию.

Зачем Бог допускает страдания?

Господь, как любящий Отец, стремится не к нашему временному комфорту, а к вечному единству с Собой. Порой именно скорби становятся тем тихим голосом, который напоминает: жизнь — не только земные цели, но и путь к Небесному Отцу. В радости мы часто забываем о вечном, а в болезни — задумываемся о душе, переосмысливаем ценности, учимся доверять. Бог не «насылает» страдания, но преображает их в инструмент нашего исцеления — не только телесного, но и духовного.

Душевные раны: когда болит не тело

Особое испытание — травмы души, которые не видны глазу. Многие воины, прошедшие через тяготы конфликтов, несут в сердце глубокие шрамы — страх, горечь, отчуждение. Такой опыт, как посттравматический синдром, напоминает: человек — целостен, и раны души требуют не меньшего внимания, чем телесные. Пророк Давид, переживший предательство, войны и потери, взывал: «Господи! Ты испытал меня и знаешь... Куда пойду от Духа Твоего, и от лица Твоего куда убегу?» (Пс. 138:1,7). Эти слова — свидетельство: даже в самой глубине отчаяния мы не одиноки. Бог близок к «сокрушенным сердцем» (Пс. 33:19), а Церковь через молитву, исповедь и соборование предлагает путь к исцелению, где душа обретает мир.

Дети и болезнь: где справедливость?

Страдания невинных — одна из самых сложных тайн бытия. Но вера напоминает: Господь видит сердце каждого. Для одних детей краткая земная жизнь становится путём к святости, для других — испытанием для их близких, призывая их к жертвенной любви. Бог не равнодушен к боли — Он Сам, воплотившись, принял на Кресте всю тяжесть человеческих страданий, чтобы открыть нам дверь в вечность (Ис. 53:4–5).

Болезнь как возможность

Заболевание — не повод для отчаяния, а призыв к внутренней работе. Важно сочетать земные средства

(обращение к врачам, заботу о здоровье) с духовными: молитвой, Таинствами Церкви, размышлением о своей жизни. Болезнь учит смирению — не пассивности, а доверию Богу. Она напоминает: наше тело хрупко, а душа вечна.

В такие моменты полезно задать себе вопросы:

- Что я могу изменить в своей жизни, чтобы она стала ближе к идеалу любви и добра?
- Как мне укрепить отношения с Богом и ближними?
- Чему меня учит эта временная слабость?

Здоровье — дар, но не цель

Заботиться о теле — наша обязанность, ведь оно храм души (1 Кор. 6:19). Однако важно не впадать в крайности: не относиться к здоровью как к кумиру, но и не пренебрегать им. Если же болезнь пришла — примем её как часть пути. Христос, словно добрый врач, предлагает нам не мгновенное избавление от боли, но исцеление самой глубины сердца: «Придите ко Мне, все труждающиеся и обремененные, и Я успокою вас» (Мф. 11:28).

Пусть каждый день, даже в немощи, станет шагом к свету — туда, где страданиям больше нет места.

*С пожеланием душевного и телесного здравия,
иерей Илия СЕМЁНОВ,
диакон Александр БОНДАРЕВ*

ВЕЛИКИЙ ПОСТ

Великий Пост — это долгожданный период особого покаяния, когда христиане, используя действенные инструменты, приближаются к Богу. Пост длится 40 дней + 6 дней Страстной седмицы и увенчивается самым главным событием в истории человечества — Светлым Воскресением Христа. В 2025 году Пасха празднуется 20 апреля.

Цель Поста: приближение ко Христу и к Царству Небесному. Задачи: найти в себе то, что мешает соединиться с Богом и ликвидировать это.

Средства:

- 1) Воздержание в пище.**
- 2) Воздержание глаз.**
- 3) Информационный пост.**

Мы с вами имеем зависимость от постоянного потока информации. Во-первых, от знания новости создается иллюзия контроля. Во-вторых, постоянное поглощение якобы важной информации рассеивает человека, расстраивает его ум. Часто можно видеть печальную картину, когда спрашиваешь у христианина: «О чем 2-е послание Апостола Павла коринфянам?», и человек не знает, но зато он в курсе всех церковных и светских новостей.

Если человек не может вырвать из себя страсть к постоянному узнаванию новостей, то можно эту страсть превратить в добродетель. Например, так же активно изучать толкования на Священное Писание святых отцов,

читать первоисточники, чтобы понимать Библию верно, а не согласно собственным измышлениям.

4) Воздержание языка.

Это самая трудная задача. Можно взять для начала самую малость и исполнить ее Постом. Например, не упрекать мужа/жену за незакрытый тюбик зубной пасты, оставить в дискуссии свое непрошенное мнение при себе или не сказать ни о ком плохого слова, даже если это кажется объективным

5) Хранение мира на сердце.

Мир на сердце — это индикатор верного пути. Если я делаю дело, которое мне кажется благим, но при этом теряю душевное равновесие, то стоит задуматься. Бог приносит не смятение, но мир и спокойствие. Полезно очень внимательно следить за собой, чтобы верным путем идти к Пасхе. Все эти и многие другие средства помогают человеку сосредоточиться на Боге, отбросив все лишнее.

*(Использован материал с сайта
Люберецкого благочиния)*

ПАМЯТИ ИВАНА БОРИСОВА



Третьего марта перестало биться сердце нашего дорогого коллеги и друга Ивана Егоровича Борисова. Все произошло неожиданно. Инсульт, спасли люберецкие врачи, потом начались осложнения, из которых он, к сожалению, не выкарабкался...

В нынешнем году ему должно было исполниться 75. Он родился в с. Лебяжье (Алтайский край). Гордился своим земляком Василием Шукшиным.

Профессиональный журналист, начинал творческий путь в районной газете «Колос» на Алтае. Получил образование на факультете журналистики МГУ им. М. В. Ломоносова. Долгое время работал в московских и всесоюзных газетах и журналах.

Работал в газете «Люберецкая панорама» ответственным секретарём, вплоть до ее закрытия в 2023 году, возглавлял Люберецкую районную школу юных корреспондентов.

Член Союза писателей России, член Союза журналистов России.

Являлся победителем различных творческих конкурсов. Удостоен званий «Заслуженный работник печати Московской области», «Ветеран труда». Награжден знаками: Союза журналистов России «За заслуги перед профессиональным сообществом», «За заслуги перед городом Люберцы», «За заслуги перед Люберецким районом».

Он писал рассказы, новеллы, сказки для детей и взрослых. Его перу принадлежат книги: «Снежные буквы», «Волк и бабочка», «Злые цветы волшебника», «Лунная тропинка», «Волшебные русские силы».

Появление каждой книги становилось праздником для него, для семьи и коллег. Иван Егорович часто выступал в библиотеках, встречался с детьми. Все, кто знал его, кто работал с ним, отмечают его отзывчивость и высокие человеческие качества.

Память об Иване Егоровиче сохранится в наших сердцах, сердцах детей и внуков.

**Редакция журнала
«Здоровый округ — Люберецкий округ»**



На мероприятии в Люберецком ЗАГСе, подготовленном Люберецким отделением «Союза женщин России». 2017 год.

Фото из архива.

ЦВЕТЫ, КОТОРЫЕ РАДУЮТ НАШ ГЛАЗ И ВКУС

ОКАЗЫВАЕТСЯ, ПРИ ЗУБНОЙ БОЛИ ТОЖЕ ПОМОГАЮТ ЦВЕТЫ...

Дивное творение природы — цветы — радуют и удивляют нас красками и ароматом, но немногие знают, что часть этих растений не только красивы, но и съедобны. Вспомните хотя бы свежие цветки кабачков, которые обмакнув в кляре и обваляв в муке можно пожарить.

Лепестки роз, фиалки, настурции и другие цветы могут стать изысканным украшением блюд, придать им неповторимый вкус и аромат. Люди издавна использовали цветы в кулинарии. Блюда из цветов готовили в Древнем Риме, Греции, Китае. Но в дальнейшем цветы перестали использовать в традиционном меню. В те времена стали считать, что цветы — пища бедняков.

Вновь популярными съедобные цветы стали всего 40 лет назад, и сегодня мы можем смело сказать, что употреблять в пищу можно более 45 наименований. Большую часть из них специально выращивают для ресторанов и овощных отделов магазинов.

О б интересных фактах из жизни растений, которые можно использовать в еде и медицине, мне рассказал мой пациент Кирилл Горин.

Сегодня мы публикуем интервью на эту тему.

— Кирилл, расскажите, как можно использовать цветы в блюдах?

— Способов много, можно добавлять в салаты и напитки, использовать для украшения овощных блюд, можно положить в сладкую выпечку и сырные нарезки, добавлять зимой в чай. Кроме того, цветы можно засахарить — это такие цветы, как фиалки, лепестки роз, лаванда, и украсить ими торты и пирожные. Можно замораживать во льду и использовать для украшения напитков, можно тушить и жарить бутоны тыквенных и другие.

— Как сохранять съедобные цветы?

— Цветы хорошо хранить в закрытом пластиковом контейнере для еды. Контейнер хранится в холодильнике, в отделении для овощей, время хранения не больше недели. Конечно, замороженные цветы могут храниться дольше и выглядят очень красиво. Одно могу сказать точно, что лучше, чтобы любыми вопросами занимались профессионалы.

— А возможна ли аллергия от приёма цветов?

— Конечно, возможна, так же, как и от любой пищи. В медицине есть хорошее выражение, кажется, Парацельс сказал: «Всё яд, всё лекарство, их определяет доза...». Поэтому, повторяюсь, что только профессионалы, хорошо подготовленные люди должны заниматься этим направлением.

Однако стоит помнить, что употреблять в пищу можно только те цветы, которые выращены в специальных условиях и из семян съедобных растений. Кропотливый процесс стоит доверить профессионалам или поэкспериментировать с растениями самостоятельно, используя только «чистые» продукты. Не стоит использовать в пищу цветы из цветочных магазинов или срывать их в парках — они могут быть обработаны химикатами, вредными для здоровья.

— Расскажите, пожалуйста, про цветы, которые используют при зубной боли.

— Одним из самых необычных съедобных цветов



является спилантес акмелла, также известный как «электрическая трава», обладающий уникальными свойствами.

«Электроцветок» от зубной боли, или акмелла огородная, или спилантес огородный, — многолетнее растение семейства Астровых. Это растение родом из Южной Америки, где его издавна применяли в качестве болеутоляющего средства. Сейчас акмелла распространена по всему миру.

Высота ее 30–60 см, стелющиеся стебли, растение больше разрастается в ширину, чем в высоту, образуя ковер. Листья овальные, с неровными зубчиками по краям. Цветки собраны в шаровидные соцветия, напоминающие «глазки», отсюда и народное название «Глазное яблоко». Цветение — продолжительное, с середины лета



до заморозков. Садоводы-экспериментаторы научились выращивать спилантес. Семена высевают после окончания заморозков, либо в апреле на рассаду. Растение предпочитает солнечные места и влажную почву.

Применение и свойства. В кулинарии: листья обладают острым, слегка жгучим вкусом. Издавна известен в медицине обезболивающим, противовоспалительным и антисептическим действием. Отвар из листьев и соцветий используют при зубной боли и стоматите. Спилантол, содержащийся в растении, является природным анестетиком и анальгетиком. В народной медицине препараты на основе акмеллы применяют при ревматизме, подагре, ушибах, артритах и артрозах.

В косметологии экстракт спилантеса акмеллы приобретает все большую популярность как средство по

уходу за кожей благодаря своим антивозрастным свойствам.

Благодаря своим уникальным свойствам и декоративному виду, спилантес акмелла заслуживает внимания садоводов и кулинаров.

— Интересный цветок! Однако, как всегда, предупреждаю: прежде чем использовать новое растение в лечебных целях, необходимо проконсультироваться с врачом.

Подготовила

Наталья ФЕОКТИСТОВА

(При подготовке статьи использованы материалы из открытых источников Интернета).

Фото: amazon.com



Цветущее поле на вашей тарелке!
Просто зайдите на телеграм-канал
<https://t.me/ninjagoods>



ОНКОЛОГИЯ – НАДЕЖДА ЕСТЬ ВСЕГДА!

По просьбе читателей публикуем материал на волнующую всех тему. Можно ли победить этот страшный недуг?



По структуре заболеваемости на первом месте стоит рак молочной железы, на втором — рак кожи и кишечника, на третьем — предстательной железы, на четвертом — рак легкого. Занимается лечением этих пациентов врач-онколог.

Для справки. Онкология изучает раковые заболевания, исследует их причины, механизмы развития, диагностику, лечение и профилактику. Рак или онкологическое заболевание представляет собой ненормальное и неконтролируемое размножение клеток в организме. Онкозаболевания могут возникнуть практически в любой части организма и иметь различные формы и степени тяжести. Для диагностики рака используют такие методы, как биопсия, визуализация, биохимические анализы. Лечение может включать хирургическое вмешательство, химиотерапию, лучевую терапию, иммунотерапию и другие методы.

А врач-онколог — это специалист, занимающийся диагностикой и лечением новообразований различной этиологии. Существуют более узкие специальности онкологии — по системам органов и даже по конкретным видам опухолей. К онкологу пациент всегда попадает по направлению другого специалиста после проведения определенных обследований.

«К развитию рака могут привести такие факторы, как УФ-излучение, воздействие радиации, контакт с токсичными химическими веществами, избыточный вес, курение, алкоголизм, генетическая предрасположенность, некоторые вирусные заболевания (вирус папилломы человека, ВИЧ, вирус Эпштейна — Барр), а также возраст (чем старше человек, тем выше риск развития рака)», — считают специалисты-онкологи.

Чтобы определить, каким образом назначить лечение пациенту, необходимо узнать, в какой стадии находится опухоль. На начальных стадиях требуется менее агрессивная терапия — как правило, достаточно хирургического удаления опухоли или локального воздействия радиации. На более позднем этапе развития болезни используют более радикальные методы — в этом слу-



чае обычно не обойтись без системного воздействия на организм, в том числе при помощи химиотерапии.

В большинстве случаев выделяют четыре основные стадии рака. Независимо от того, в каком органе развилась болезнь, опухоль имеет определённые особенности, схожие для многих разновидностей рака. К примеру, она может оставаться в пределах органа, распространяться на окружающие ткани или давать метастазы.

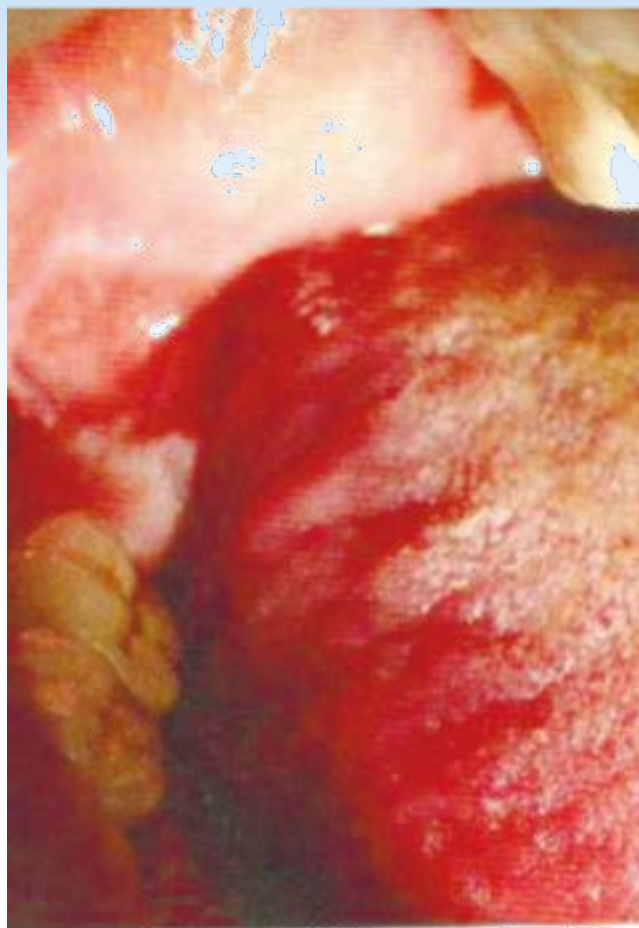
«Симптомы рака зависят от его вида и локализации (расположение опухоли) и могут существенно отличаться. Однако есть проявления общего плана, которые характерны для злокачественных процессов всех видов: слабость, утомляемость, хроническая усталость; необъяснимая потеря веса, повышение температуры тела, бледность кожных покровов, потеря аппетита, периодически возникающие боли в какой-либо области тела без видимой причины, возможно беспричинное покашливание, одышка, кровь в кале или моче, появление странных пятен и язв на теле. Данные проявления, конечно, могут быть причиной и иных заболеваний, но игнорировать их ни в коем случае нельзя», — резюмирует врач.

Большинство видов рака излечимы, если болезнь была выявлена на начальной стадии и новообразование носит локальный характер. Это значит, что злокачественные клетки еще не распространились с кровью и лимфой в другие органы и системы. И есть все шансы одержать победу над этой коварной болезнью. Чтобы позаботиться о своем здоровье и минимизировать риски, важно не только корректировать образ жизни — питание, привычки, физнагрузки, защита от солнца, но и регулярно проходить плановые обследования, быть внимательным к себе и своему здоровью. И не заниматься самолечением, а при недомогании обращаться к специалистам — ранняя диагностика проблемы очень важна.

Наталья ФЕОКТИСТОВА

(При подготовке статьи использованы материалы Пушкинской клинической больницы им. проф. Розанова В. Н. Минздрава Московской области)

Фото: «Заболевания слизистой оболочки рта» 5-е изд. Л. А. Аксамит, А. А. Цветкова.



КОМЕДИЯ В ПОДАРОК ЛЮБИТЕЛЯМ ТЕАТРА

В Люберецком ДК состоялся незабываемый вечер со спектаклем, который подарили зрителям Общественная палата округа и местное отделение «Союза женщин России».



Искромётная французская комедия «Боинг Боинг» приехала в Люберцы. Смех в зале и аплодисменты сопровождали спектакль весь этот вечер. Молодой успешный архитектор Бернар крутит романы со стюардессами из трех авиакомпаний, которые прилетают в Париж в разное время. И вот однажды отлаженная система даёт сбой. Как вы догадались, стюардессы прилетели в одно и то же время, и жизнь Бернара превратилась в череду комических ситуаций, из которых ему помог выбраться школьный друг.

В зрительном зале находились медики, учителя, жители округа. Чем порадовать на исходе года люберчан, жизнь которых непроста и обременена различными проблемами? Решили, что комедия для этого подойдет!

«Мы очень рады, что зрители откликнулись на наше приглашение и пришли на спектакль. Идею одобрили и глава городского округа, и Общественная палата. Пусть новый год будет наполнен приятными моментами, такими, как сегодня, когда мы наслаждаемся игрой артистов!», — сказали организаторы этого незабываемого вечера в Люберецком Дворце культуры.





Подготовкой мероприятия занимались главный врач Люберецкой стоматологической поликлиники Роман Антоненков, председатель комиссии по здравоохранению Общественной палаты городского округа Люберцы Наталья Феоктистова.

Перед началом спектакля выступил виртуоз игры на балалайке маэстро Юрий Шутов. Координаторами были: от «Союза женщин России» - Елена Верховых, от исполкома партии - Ольга Гоффе.

Спектакль «Боинг Боинг» был показан в постановке Оксаны Колесниковой по пьесе М. Камолетти. Пьеса идет в московских театрах, только на этот раз не надо было никуда ехать, зрителям предоставили возможность насладиться игрой молодых артистов Независимого театрального содружества «Подтекст» в Люберецком ДК.

Эмма Борисова

Фото: архив Независимого театрального содружества «Подтекст»





Про воду

Пьёт земля дожди и снег:
В них природе оберег.
Ведь известно: без напитка
Оборвётся жизни нитка.
Землю пьют кусты, трава,
Через дерево - листва.
Пьют её все твари, птицы
Все нуждаются в водице.
И, конечно, пьют ключи,
Создавая нам ручьи.
Реки пьют ручьёв потоки,
Превращая их в истоки.
Все моря пьют воду рек
Каждый день из века в век.
Солнце воду пьёт повсюду,
Но в дырявую посуду,
Чтоб из дырок туч вода
Выливалась вниз всегда.
Вот и нам нужна водица,
Чтоб подольше сохраниться.

Владимир БЫЧКОВ

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА ФЕОКТИСТОВОЙ



КАЧЕСТВЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Наши услуги:

- ✓ Терапевтическая стоматология
- ✓ Хирургическая стоматология
- ✓ Ортопедическая стоматология
- ✓ Ортодонтия
- ✓ Лечение пародонтита
- ✓ Имплантология
- ✓ Лазерная стоматология
- ✓ Пародонтология



**г. Люберцы, ул. 3-е почтовое отделение,
дом №51 (городок «Б»)**

+ 7 (495) 744-98-06 + 7 (903) 745-45-65

Понедельник - Пятница 9:00-20:00

Суббота - Воскресенье 9:00-18:00

НАШ САЙТ





МЕДИЦИНСКИЙ
ЦЕНТР
МАРУСИНО

Городской округ Люберцы,
д. Марусино,
ул. Заречная, д. 10, корп. 1

Получайте квалифицированную медицинскую помощь в городском округе Люберцы

Наш медицинский центр «Марусино» создан врачами – специалистами своего дела, именно для того, чтобы помочь людям укрепить или восстановить здоровье максимально эффективными способами.

Феоктистова Наталья Львовна

Главный врач
Врач-стоматолог-хирург
высшей категории

УСЛУГИ МЕДИЦИНСКОГО ЦЕНТРА

Анализы
Стоматология
Гинекология
УЗИ
Хирургия

Терапия
Педиатрия
Офтальмология
Отоларингология
Травматология

Кардиология
Эндокринология
Вакцинация
Рентген

Мы предлагаем гибкий график работы опытных и хорошо обученных специалистов, а так же возможность онлайн-анализов.

Гибкость графика работы центра позволяет оказывать необходимую помощь нашим пациентам не только в будни, а и в выходные и праздничные дни.

Медицинский центр работает ежедневно с 8:00 – 20:00

Самое ценное, что есть у человека в жизни, и это же время самое хрупкое – это здоровье!

Специалисты медцентра «Марусино» с удовольствием расскажут вам как нужно действовать для профилактики заболеваний или для восстановления здоровья.

Телескопы горюче? Или нет?

+7 495 477-67-74

+7 (925) 970-13-12

Уважаемые пациенты,
Для нашего удобства и быстрого получения
необходимой информации
поделитесь с нами на горячую линию.

О онлайн-записи на прием
доступно на сайте:

telegram-канал: @marusinomed

www.marumed.ru