



ЗДРАВЕ

МЕДИЦИНА

КОЗМЕТИКА

Спа

2009



НОВО ОТ РЕФАН

REFAN

КОЗМЕТИЧНА СЕРИЯ БУТЕР КРЕМОВЕ И ДУШ-КРЕМОВЕ БЕЗ ПАРАБЕНИ

СТАНИ ЕДИН ОТ НАС

Днес в света на красотата има ново направление - вкусната козметика. Тя е естествен скок във философията и практиката на "Рефан" за по-здравословен живот в тон с природата. Хидратиращи и подхранващи продукти за всяка кожа са:

новите душ-кремове за баня и бутер-кремове за тяло с аромат на шоколад, ликьор, кокос и пъпеш

Разработени на основата на уникалното действие на маслата от какао, жожоба и шиш, в комбинация с кисело мляко, те действат като антидепресант, подобряват настроението и стимулират всички сензори на тялото. Погрешно е да се смята, че растителните масла са подходящи само за суха кожа. Те са природен продукт, натурално подмладжаващо средство, което е полезно за всеки тип кожа. Действа омекотяващо и заглаждащо на сухите части на кожата и овлажнява мазните. Протеините от кисело мляко успокояват възпалена и зачервена кожа, а при груба кожа неравностите се изглаждат. В защита на съвременните изисквания и принципите за натурална козметика серията от бутер кремове за тяло и душ-кремове за баня **не съдържат парабени** и са защитени от алтернативен комплекс, което допълнително понижава дразненето и осигурява оптимална грижа за Вашата кожа.

Нашият съвет: Повдигнете настроението си и възстановете хармонията на духа и тялото си, като започнете деня си с ароматна баня от крем-душ гел, с нежна и пълтна структура и вкусен аромат на пъпеш, кокос, шоколад или ликьор. Така ще осигурите пълноценна грижа на кожата, докато я почиствате. Съдържащият се комплекс от кисело мляко дава оптимална хидратация и гарантира гладка и копринена кожа след вземане на ежедневната баня. Продължете с нанасяне върху цялото тяло на Бутер-крем, богат на натурални растителни масла от какао, жожоба и шиш, които се разтапят върху кожата и я заглаждат и подхранват в дълбочина. С крема отново добавяме концентрат от кисело мляко, за да запазим бариерните функции на кожата и я овлажним през целия ден. Вечерта подарете на кожата си истинска феерия от цветове и благоухания с Фруктовите ексфолианти за баня - най-добрият начин да поддържате кожата жизнена и еластична. Захарни кристални частици, потопени в растителни масла от бадем, грозде и кайсия и екзотиката на ароматите "Пъпеш", "Манго", "Нар и папая" и "Маракуя" допълват превъзходната пяна, която деликатно помага на кожата да се освободи от токсините и стимулира дишането и. Този приятен стимулиращ масаж е с подчертано въздействие срещу стреса на ежедневието.



ДУШ-КРЕМ ЗА БАНЯ "ПЪПЕШ" С КИСЕЛО МЛЯКО

БУТЕР-КРЕМ ЗА ТЯЛО "ПЪПЕШ" С МАСЛА ОТ КАКАО, ШИИ, ЖОЖОБА И КИСЕЛО МЛЯКО



ДУШ-КРЕМ ЗА БАНЯ "ЛИКЬОР" С КИСЕЛО МЛЯКО

БУТЕР-КРЕМ ЗА ТЯЛО "ЛИКЬОР" С МАСЛА ОТ КАКАО, ШИИ, ЖОЖОБА И КИСЕЛО МЛЯКО



ДУШ-КРЕМ ЗА БАНЯ "ШОКОЛАД" С КИСЕЛО МЛЯКО

БУТЕР-КРЕМ ЗА ТЯЛО "ШОКОЛАД" С МАСЛА ОТ КАКАО, ШИИ, ЖОЖОБА И КИСЕЛО МЛЯКО



ДУШ-КРЕМ ЗА БАНЯ "КОКОС" С КИСЕЛО МЛЯКО

БУТЕР-КРЕМ ЗА ТЯЛО "КОКОС" С МАСЛА ОТ КАКАО, ШИИ, ЖОЖОБА И КИСЕЛО МЛЯКО

КОЗМЕТИЧНА СЕРИЯ ПЛОВОДИ ЕКСФОЛИАНТИ ЗА БАНЯ



ПЛОДОВ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "МАРАКУЯ" С МАСЛО ОТ БАДЕМ, КАЙСИЯ И ГРОЗДЕ
ПЛОДОВИТ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "МАРАКУЯ" Е ВЪНУШАЩО СЪЧЕТАНИЕ ОТ ЕСТЕСТВЕНИ ЗАХАРНИ КРИСТАЛИ, НАТУРАЛНИ РАСТИТЕЛНИ МАСЛА И ПРЕВЪЗХОДНА ПЯНА С АРОМАТ НА МАРАКУЯ, ГРАБА СЕТИВАТА С ОБИЧНАЩАЩ АРОМАТ И ОСТАВА ПЛЕНИТЕЛНА СЛЕДА ВЪВ ВЪОБРАЖЕНИЕТО. ДЕЛИКАТНО УСПИВА ДА ПРЕМАХНЕ НЕУЖУНИТЕ ВЕЧЕ КЛЕТКИ, ДА СТИМУЛИРА ДИШАНЕТО НА КОЖАТА И ДА ПОМОГНЕ ДА СЕ ОСВОБОДИ ОТ ТОКСИНИТЕ.



ПЛОДОВ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "НАР И ПАПАЯ" С МАСЛО ОТ БАДЕМ, КАЙСИЯ И ГРОЗДЕ
ПЛОДОВИТ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "НАР И ПАПАЯ" Е НЕУСТОИМО СЪЧЕТАНИЕ ОТ ЕСТЕСТВЕНИ ЗАХАРНИ КРИСТАЛИ, НАТУРАЛНИ РАСТИТЕЛНИ МАСЛА И ПРЕВЪЗХОДНА ПЯНА С АРОМАТ НА НАР И ПАПАЯ. АРОМАТНА СРЕЩА НА ИЗТОКА (НАР) И ЗАПАДА (ПАПАЯ) ЗАВЛАДВА ЧУВСТВОТА И ПОДТИРВА КЪМ ВЪНУШАЩИ ПРЕЖИВЯВАНИЕ, КАТО ДЕЛИКАТНО УСПИВА ДА ПРЕМАХНЕ НЕУЖУНИТЕ ВЕЧЕ КЛЕТКИ, ДА СТИМУЛИРА ДИШАНЕТО НА КОЖАТА И ДА ПОМОГНЕ ДА СЕ ОСВОБОДИ ОТ ТОКСИНИТЕ.



ПЛОДОВ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "ПЪПЕШ" С МАСЛО ОТ БАДЕМ, КАЙСИЯ И ГРОЗДЕ
ПЛОДОВИТ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "ПЪПЕШ" Е КОНЦЕНТРАТ ОТ ЕСТЕСТВЕНИ ЗАХАРНИ КРИСТАЛИ, НАТУРАЛНИ РАСТИТЕЛНИ МАСЛА И ПРЕВЪЗХОДНА ПЯНА С АРОМАТ НА ПЪПЕШ. НЕГОВИТ ПЪЛТЕН И ЗАВЛАДВАЩ АРОМАТ ДАВА СВЕЖЕСТ И НЕУСТОИМА НАСЛАДА ЗА СЕТИВАТА И ДЕЛИКАТНО УСПИВА ДА ПРЕМАХНЕ НЕУЖУНИТЕ ВЕЧЕ КЛЕТКИ, ПОМАГА ДА СЕ ОСВОБОДИ ОТ ТОКСИНИТЕ И СТИМУЛИРА ДИШАНЕТО НА КОЖАТА.



ПЛОДОВ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "МАНГО" С МАСЛО ОТ БАДЕМ, КАЙСИЯ И ГРОЗДЕ
ПЛОДОВИТ ЕКСФОЛИАНТ ЗА БАНЯ "МАНГО" Е ПЛЕНТЕЛНО СЪЧЕТАНИЕ ОТ ЕСТЕСТВЕНИ ЗАХАРНИ КРИСТАЛИ, НАТУРАЛНИ РАСТИТЕЛНИ МАСЛА И ПРЕВЪЗХОДНА ПЯНА С АРОМАТ НА МАНГО, СИМВОЛ ЗА ХРАНА НА МЪЖЕТЕ В ПОЛЮБИЛИЯ С НАТРАПЧИВ И ЖИЗНЕН АРОМАТ ТОЙ СЪБИВА ЧУВСТВЕНОСТА И МЪЧТИТЕ, КАТО ДЕЛИКАТНО УСПИВА ДА ПРЕМАХНЕ НЕУЖУНИТЕ ВЕЧЕ КЛЕТКИ, ДА СТИМУЛИРА ДИШАНЕТО НА КОЖАТА И ДА ПОМОГНЕ ДА СЕ ОСВОБОДИ ОТ ТОКСИНИТЕ.

Лято 2009

Съдържание

Семейство болници спасява сърца	4-5
МБАЛ - Перник	6-7
Как да се гържим в СПА център	8
СБРНК - ЕАД Филиал Сангански	9
СБРНК - ЕАД Филиал Баните - Смолянско	10
СБРНК - ЕАД Филиал Поморие	11
„СБАЛББ - Перник“ ЕАД	12-13
СБРНК - ЕАД Филиал „Свети Мина“, Вършец	14
Принцес	15
Гризачът на кости не почива	16
СБРНК - ЕАД Филиал Кюстендил	17
Козметика за духа и тялото - RED LINE	18
СБРНК - ЕАД Филиал Баня - Карловско	19
С народна медицина срещу грипа	20
СБРНК - ЕАД Филиал Овча могила	21
„Наигра ли се днес в училище?“	22
СБРНК - ЕАД Филиал Павел Баня	23
Гимнастика за мозъка	24
СБРНК - ЕАД Филиал Момин проход	25
СБРНК - ЕАД Филиал Велинград	26
СБРНК - ЕАД Филиал Нареченски бани	27
СБ „Цар Фердинанд I“ - Искрец	28-29
СБРНК - ЕАД Филиал Хисаря	30
СПА хотел „Еlegant“ - Банско	31

ЗДРАВЕ, МЕДИЦИНА, КОЗМЕТИКА, СПА 2009
Издател: „ДУМА 2008“ ЕООД

Адрес на редакцията:
София 1784, бул. „Цариградско шосе“ 113 А
Факс: 02 / 9705 26 03

Редактор:
Аида Паникян - 02 / 9705 218

Коректор:

Веска Захова

Отдел реклама:

Габриела Найденова - 02 / 9705 205

Петрана Сомлева - 02 / 9705 233

Георги томов - 02 / 9705 221

Денис Романенко - 02 / 9705 221

e-mail: reklama@duma.bg

Графичен дизайн и предпечатна подготовка:
Светла Асенова-Костова - 02 / 9705 215





Семейство болници

Проф. НИКОЛАЙ ПЕНКОВ - МЕДИЦИНСКИ ДИРЕКТОР НА СПЕЦИАЛИЗИРАНА БОЛНИЦА
ЗА АКТИВНО ЛЕЧЕНИЕ ВЪВ ВАРНА

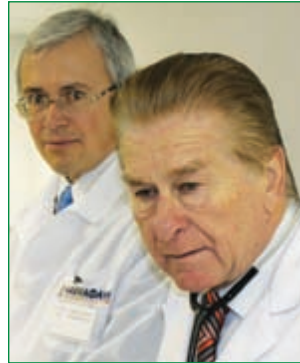
Осигуряваме качествено обучение на лекарите



Ние сме най-младата болница от семейството на Български кардиологичен институт (БКИ). Неотдавна преминахме акредитационен одит и очакваме да сключим договор с НЗОК, което ще позволи на повече жители на Варна и региона да ползват висококвалифицираните ни специалисти и модерната техника. Нашият екип

мина през предварителни обучения при чешки и френски специалисти.

Убедено мога да твърдя, че предимствата на интервенционалния подход при лечение на спешни и планови пациенти със сърдечносъдови проблеми са много. Резултатите са повече от добри, времето, което пациентите прекарват в болницата е минимално, възстановяването е бързо, а качеството на живот след процедурата е подобро. Политиката на Българския кардиологичен институт за постоянното обучение и повишаване квалификацията на персонала е стриктна, обучения се провеждат и на специалисти, и общопрактикуващи лекари. Програмата за продължаващо медицинско образование е разделена на обучение на място и дистанционно обучение. Всяка от четирите болници най-малко два пъти месечно организира специализиран курс за общопрактикуващи лекари по проблемите на исхемичната болест на сърцето. Освен теоретичната лекция, лекарите участват и в практически упражнения в кар-



Проф. Петр Видимски и проф. Пенков

диологичното отделение. В контролната зала на катетеризационната лаборатория те наблюдават инвазивни процедури с образователна цел. Повеќе от 200 семейни лекари вече са участвали в този безплатен курс, за който получават сертификат. Дистанционното обучение цели да подобри знанията на рефериращите лекари за показанията за СКАГ (селективна коронарна ангиография) и интервенционално лечение, съгласно стандартите на Европейското кардиологично дружество. Организирахме специално обучение на лекарите, които работят в нашите центрове за връзка с рефериращите лекари. След всяко изписване на пациента ние се свързваме с лекаря и го информираме за състоянието, окончателната диагноза, лечението, резултатите и изходящата терапия. Даваме насоки за лечението на всички други пациенти на същия рефериращ лекар с исхемична болест на сърцето. Това се прави всекидневно, за всеки пациент.

Д-р МАРИАН ИНГЕЛИЕВ - МЕДИЦИНСКИ ДИРЕКТОР НА СПЕЦИАЛИЗИРАНА БОЛНИЦА
ЗА АКТИВНО ЛЕЧЕНИЕ ПО КАРДИОЛОГИЯ В ЯМБОЛ



Системата ни от реанимобилен помага да спасяваме хората навреме



Преглед на пациент

Към края на летния сезон равностметката показва, че все повече бургазлии предпочитат СБАЛК Ямбол за лечение на своите сърдечносъдови заболявания. В Бургас и региона ние обслужихме повече от 500 пациенти. От началото на работата в СБАЛК Ямбол - ноември 2008 г., през нашите кабинети са минали 2258 пациенти, 1354 от които са от Бургаска област. Много чужденци, дошли на почивка у нас и получили сърдечни атаки, се наложи да оперираме в нашата болница. Транспортирах-

ме ги с нашия реанимобил до болницата. Получихме специални благодарствени писма, в които те споделят, че болница на такова високо ниво няма в местата, в които те живеят. Обслужваме пациенти от Хасково, Димитровград, Нова и Стара Загора, Сливен и Ямбол. При нас постоянно работят чешки и италиански екипи. До дни очакваме още един изявен специалист от Стара Загора да започне работа при нас. Проф. Кожухаров от София всяка седмица консултира пациенти в болницата и планоно записани за преглед. Той обучава и нашия персонал чрез практически упражнения и лекционни курсове. БКИ изгради своя система от реанимобилен. Те са оборудвани с най-съвременна реанимационна техника, всички лекари и сестри преминаха през специален обучителен курс за работа с нея. 18-те специализирани реанимобилен са на разположение на специалистите и на общопрактикуващите лекари в страната по 24 часа в денонощието и са напълно безплатни за пациентите. Чрез тази система успяхме да покрием областите Бургас, Сливен, Ямбол, Ст. Загора, Хасково. Такива има и в другите болници на БКИ. В зависимост от броя на местното население, БКИ определя един или два реанимобилен за спешен трансфер до най-близкия център за първична ангиопластика. Тази система компенсира недостатъците на държавната мрежа за спешна помощ, която не позволява транспорт на пациент от една област в друга. В момента тестваме трансфер на ЕКГ данни чрез мобилна мрежа от дома на пациента до болницата. Скоро тази мрежа ще бъде въведена във всички наши болници. Изградихме денонощни кол центрове. До момента нашите реанимобилен са превозили безплатно 300 пациенти, за страната това са над 1200 болни.

УСБАЛК Плевен
Плевен - 5800
ул. „Владимир Вазов“ 91, тел. 064/804480

СБАЛК Велико Търново
Велико Търново - 5000
ул. „Бузлуджа“ 1, тел. 062/632020



спасява сърца

ДОЦ. ИВАН МАЗНЕВ - МЕДИЦИНСКИ ДИРЕКТОР НА УНИВЕРСИТЕТСКА БОЛНИЦА
ЗА АКТИВНО ЛЕЧЕНИЕ ПО КАРДИОЛОГИЯ В ПЛЕВЕН



Пионерът

Като пионер от групата болници на БКИ ние често сме първите, които въвеждат новости. Вече сме достатъчно популярни в града и региона на Плевен и Северна България, въпреки това създадохме програма за продължаващо обучение на собствения ни персонал. Хората ни слушат лекции и държат изпити всеки месец. Ние работим по програма за домашно лечение на пациенти със сърдечна недостатъчност, насочена към страдащи от сърдечна недостатъчност от трети и четвърти функционален клас. Доброволно записаните се пациенти се посещават по домовете от медицинска сестра всяка втора седмица. Сестрите следят здравословното им състояние по предварително определени показатели, съгласно специален протокол. Ако някои от показателите са под или над референтната стойност, сестрата се свързва с лекар в болницата още докато е в дома на пациента. Всички пациенти се прегледват два пъти годишно от кардиолог. Правят им се пълни изследвания, ЕКГ и ехокардиография. Тази програма е безплатна и не е част от задълженията на НЗОК. До момента имаме 25 записани пациенти.

За пациентите, преминали през инвазивно лечение, освен контролните прегледи един месец след изписването, които са задължителни, БКИ организира допълнителни кардиологични прегледи - т.нар. контролно посещение веднъж на тримесечие за всеки пациент от семейството на БКИ, което е

безплатно. По тази програма имаме приблизително 1000. Традиционно разработваме и разпространяваме брошури за пациентите, за да подобрим информираността им относно техните заболявания и симптомите им. Опитът ни показва, че информираността на хората е слаба.



Първото лечебно заведение в семейството

Д-Р ДАНИЕЛА МАКАВЕЕВА - МЕДИЦИНСКИ ДИРЕКТОР НА СПЕЦИАЛИЗИРАНА БОЛНИЦА
ЗА АКТИВНО ЛЕЧЕНИЕ ПО КАРДИОЛОГИЯ ВЪВ ВЕЛИКО ТЪРНОВО

Дадохме начало на „Грижа за всеки“

Нашата болница е първата, която работи по програмата „Грижа за всеки“.

Това е програма, подобряваща достъпа на населението от малките градове и населени места до специализирана помощ и консултации. С доход по-нисък от средния, тези хора не могат да си позволят да посещават лекар далеч от дома, защото често не могат да посрещнат дори транспортните разходи. Екипи от лекари и медицински сестри на СБАЛК

„Велико Търново“ посещават и прегледват тези пациенти по предварителен график, изготвен с помощта на местните общопрактикуващи лекари, местните клубове на пенсионера и/или кметовете. Прегледите и консултациите са напълно безплатни за хората. До момента сме прегледали и консултирали над 7000 души. Освен по тази програма направихме т.нар. изнесени кабинети. Те са в градовете Елена и Горна Оряховица, където всекидневно на разположение е специалист кардиолог от нашата болница. Хората не заплащат нищо.

И в нашата болница, както в останалите три на БКИ всеки месец се организират дни на отворените врати. Два пъти годишно през пролетта и есента БКИ заедно с „Чайкафарма“ и здравноосигурителен фонд „ДаллБогг: Живот и здраве“ организират поредица от 9 регионални симпозиума, в които участват по около 200 лекари. Досега във всеки от форумите са изнесени повече от 270 лекции, посетени от над 9000 делегати. Годишният международен симпозиум „Пролетни кардиологични дни“ се провежда вече 4-а поредна година. Повечето лектори са водещи международни експерти.



Поредната безкръвна операция

СБАЛК Ямбол
Ямбол - 8600
бул. „Димитър Благоев“ 69, тел. 046/662377

СБАЛК Варна
Варна - 9000
бул. „Цар Освободител“ 100, тел. 052/648020



Д-р СИМЕОН ВАСИЛЕВ:

Бebetата ни вече се раждат в модерно отделение



- Д-р Василев, в момента продължава ремонтът на най-голямата болница в област Перник - МБАЛ "Рахила Ангелова", на която вие сте изпълнителен директор. Какви средства до тук са вложени в този огромен ремонт и колко са собствените?

- За последни 3 години в болницата се направиха значителни промени по отношение на инфраструктурата, бяха инвестирани много средства в ремонти на различни отделения - за закупуване на нова апаратура, като голяма част от средствата 700 хил. лв. са от Министерството на здравеопазването за ремонт на покрива и фасадата на сградата, които не

За 2 месеца намалихме дълга на болницата от 1,850 млн. на 1,620 млн. лв., а просрочията - от 410 на 320 хил. лв., казва изп. директор на МБАЛ „Рахила Ангелова” АД - Перник

бяха ремонтирани от 1984 г. 600 хил. лв. дадохме за закупуване на нов рентгенов апарат, 192 хил. лв. за закупуване на нови хемодиализни апарати, 250 хил. лв. за ремонт на отделението по акушерство и гинекология и закупуване на нова апаратура за него. Още 350 хил. лв. от юни дадени за ремонти, от които 200 хил. за ремонт на отделението по реанимация и интензивно лечение. Изградихме ново отделение по физиотерапия и рехабилитация. Имаме договорка с ръководството на РЗОК да затворим кръга на пътеките за рехабилитация, за да се получават от болницата, тъй като досега не работехме по тях. Със собствени средства направихме ремонт на 12 клинични отделения, нов хоспис с 20 легла и нов медицински център към МБАЛ "Рахила Ангелова" със специализирани кабинети, лаборатории и рентгенов апарат. Изцяло е ремонтирана родилна зала, която не е обновявана повече от 30 години, бяха купени нови родилни легла, които са последна дума на техниката. Освен това беше извършен ре-

монт на АГ-операционната, където се извършват ражданията със секцио. Така че има с какво да се похвалим.

- Напоследък се наблюдава бум на раждаемостта в цялата страна. Каква е тенденцията в Перник и областта?

- Раждаемостта е висока. В сравнение с миналата година ражданията са се увеличили със 100, а сега, само до август са увеличени повече от м.г. със 100. Даже преди няколко дни за 24 часа имаше 8 новородени деца.

- Успяхте ли да издействате по-добро заплащане на лекарите и средния медицински персонал?

- През 2006 г. средната заплата в болницата беше 356 лв., заплатите на сестрите бяха 180 лв. Аз съм започнал през 2002 г. като началник на хирургията с 350 лв., а за четири години е увеличена с 25 лв. Сега средната работна заплата е над 600 лв. като последното увеличение на сестрите е с 50 лв., а на лекарите със 70 лв. И това е без да са се увеличили съществено приходите. Голямо постижение за нас е това, че успяхме да намалим разходите.

- Кои са най-често срещаните заболявания, с които хората идват да се лекуват?

- Най-честите заболявания са сърдечносъдови, мозъчносъдови, онкологични. Обикновено приемаме пациенти в напреднала възраст, с много придружаващи заболявания, които също трябва да лекуваме. Това също е голям проблем, защото те идват само по определена пътека. През болницата на година минават между 12 и 13 хил. пациенти, извършват се над 3 хил. операции, ражданията са около 800 на година...

- С колко легла разполага болницата?

- Беше с 310, в момента са 290. Персоналът е от 540 души, от които 110 лекари, 246 медицински сестри и другите са помощен персонал. Медицински персонал не сме съкращавали.





- А общината помага ли?

- По принцип общината помагаше, но в този мандат не. Периодично към бюджета на общината се гласуваха между 50 и 100 хил. лв. всяка година за болницата като акционер, но за тази година не се гласуваха. Ръководството на болницата искаше да купи нов кардиоехограф, за което искахме да ни отпуснат 70-100 хил. лв., но общинският съвет не гласува тези средства. За последните 3 години общината е купила дихателен апарат за нуждите на реанимацията, през 2006 г. бяха дадени 40 хил. лв. за нов асансьор, за 2008 г. средствата от общината бяха 100 лв. За тази година не са отпуснати никакви пари.



- А как стои въпросът с приватизацията на болницата?

- Принципно, когато се гласува Законът за приватизацията, се даде възможност да се приватизират и лечебни заведения, към Закона беше приложен забранителен списък за приватизация от МЗ, в който попадат областните болници. За приватизация остават предимно общинските болници и това става по решение на общинските съвети по места. Ако те решат, тогава вече могат да се проведат съответните процедури.

Но университетските и многопрофилните болници не подлежат на приватизация.

- Как в условията на икономическа криза ще се справите с финансовите проблеми на болницата, ако има такива?

- При настоящата ситуация какво повече от това можем да направим, след като ръководството на МЗ приема рестриктивни мерки да ограничаваме средства. Бюджетът на МЗ е намален с близо 44 млн. лв. При положение, че в бюджета за м.г. бяха заложени 50 млн. повече. Бюджетът беше 600 млн. лв. Народното събрание, тогава бях депутат, гласувахме 650 млн.лв. Сега по решение на новия МС е намален с около 44 млн. лв.

- А при вас колко се намалява?

- При нас се плаща за дейност по договор с касата. Имаме определени лимити, които не трябва да се надвишават от отделните болнични заведения. В противен случай касата просто не ги плаща.

- Има изпратено писмо на здравния ми-

нистрър до всички болници за свикване на извънредни събрания на които трябва да бъде направен отчет за работата през първото полугодие на годината. Вие, като изпълнителен директор на болницата и като председател на Националното сдружение на многопрофилните болници в област Перник, какви мерки предприехте?

- Да, има такова писмо. Освен това трябва да бъде подготвена програма за лечебна и финансова дейност на заведенията в усло-

вия на икономическа криза, като има и една точка за броя на директорите, където те са повече от трима души, да се намаляват. Общото събрание на Националното сдружение ще бъде следващата седмица. На него ще присъстват директорите, главните медицински сестри и икономистите на болниците от областта и ще обсъждаме тази тема. Това ще бъде основна, с конкретните предложения т.е. какви мерки трябва да се вземат в условия на икономическа криза. Ситуацията е доста тревожна, тъй като общо взето средствата намаляват както на министерството, така и на касата. От друга страна МЗ държи да не се трупат дългове и просрочията да се плащат като не страдат възнагражденията на персонала. В тези условия ще бъде трудно за работа, но не и невъзможно и се надявам да се справим добре в рамките на задачите, които ни поставя МЗ.

- А мислите ли, че това има нюанс и на политически ход, за да се сменят неудобните директори на болници?

- Не бих казал. Това беше политика и на предишното ръководство на МЗ. Там, където имаше натрупани сериозни финансови задължения, бяха сменени ръководствата на търговските дружества, защото те на практика са такива. Бяха сменени и съставите на съветите на директорите, бяха назначени нови директори и това беше още в началото на мандата 2005 г. Така че ръководството на МЗ е в правото си да променя съставите на съветите на директорите и да търси по-добро менажиране на търговските дружества.

- Вие имате ли притеснения за вашия пост в болницата?

- Всички принципно имат притеснения, но в крайна сметка мисля, че за 2 месеца това, което сме успели да направим, не е никак малко. Първо увеличихме щатните задължения, намалихме дълга на болницата от 1,850 млн. на 1,620 млн. лв., намалихме и просрочията от 410 на 320 хил. Оттук натам как ще се развият нещата е друг въпрос, но принципно това, което се опитваме да направим, мисля, че е добро за всички. А за себе си нямам притеснения. В крайна сметка ръководството на МЗ е в правото си да решава.





SPA ETIQUETTE ИЛИ КАК ДА СЕ ДЪРЖИМ В SPA ЦЕНТЪР

Във водовъртежа на забързаното ежедневие и всекидневния стрес, поставящ на изпитание тялото и психиката ни, запазването на физическото здраве и пълноценната релаксация са ни нужни повече от всякога, за да се радваме дълго на спокоен и пълноценен живот.

Съществуват много модерни и традиционни учения за поддържане здравето на човека, за които е писано доста и поради това няма да бъдат засегнати в настоящата статия. Ще се спрем обаче на едно древно учение, намиращо все по-голяма популярност в наши дни - философията, която поставя водата в основата на здравето на човека, или т.нар. SPA (от лат. sanus per aquam - здраве чрез водата). В далечните времена римските легионери водели битки по границите на тогавашния цивилизован свят и търсели начини за изцеляване на своите рани. Така била открита лечебната сила на минералната вода и хората започнали да строят бани. Римляните нарекли местата с лековитите извори - Sanus Per Aquam (SPA) - здраве чрез вода. Така бил основан известният и днес със своите минерални извори град Спа, разположен на територията на днешна Белгия.

КАКВО Е СПА ЦЕНТЪР?

Един от начините да се насладим на животворната и лековита сила на водата е да посетим мястото, където се предлагат процедури с вода или т.нар. СПА център. Строго и чисто професионално погледнато, СПА център е само онова място, което предлага процедури с вода. Много често обаче водните процедури се комбинират с козметични процедури на цялото тяло, масажи, обвивания на тялото с различни продукти и последващ активен релакс.

Правилното наименование на подобен център е Wellness & SPA център, но често дългото Уелнес и Спа се съкращава и се нарича накратко СПА. СПА центърът е самостоятелно обособена сграда или част от хотелски комплекс. Водната процедура и в двата случая е в основата на изживяването в Уелнес и СПА центъра, който условно се разделя на няколко зони: процедури с топлина, проце-

дури с вода, масажи и козметични процедури, активен релакс.

Днешният СПА център е място за релаксиране и зареждане на ума, тялото и духа. Хората посещават СПА за фитнес, управление на стреса, душевен релакс, лукс, за здраве и уелнес. СПА центрове предлагат разнообразни начини за задоволяване на нуждите и желанията на клиентите си - традиционни и модерни, от Изтока и от Запада: шведски и японски шиаци масаж, тай масаж, масажи на лицето, акупунктура, пилинги със соли от Мъртво море, кални бани, таласотерапия, ароматерапия, рефлексология, микродермоабразия, рейки, хипнотерапия, уроци по здравословно хранене, медитация, йога, фитнес центрове с персонални треньори и т.н.

КАКВО Е SPA ETIQUETTE?

Да намерим подходящото място, където да получим желаните от нас възстановяващи процедури вече не е никак трудно - информацията е достатъчно много и е широкодостъпна. Не толкова информирани обаче са хората за това какво ги чака при посещението в СПА центъра, нужна ли е предварителна подготовка, какво е необходимо да носят и т.н. Преди седмица мой добър познат сподели въодушевлението си от посещението на СПА център и... притеснението си от факта, че не знаел, че е необходимо да си носи бански. За да не изпадате в недоумение пред прага на СПА центъра, ви предлагаме някои простички правила или т.нар. spa etiquette, които ще гарантират комфортен престой и максимални ползи от него не само на вас, но и на околните посетители, директи здраве чрез водата.

МЕДИЦИНСКА ИСТОРИЯ

Ако имате някакъв здравословен проблем в момента на посещението или история на заболяване, не забравяйте да го споменете при правенето на резервациите. Някои процедури може да не са препоръчителни за вас или дори да са ви противопоказни. При масаж на лицето уведомете масажиста, ако носите контактни лещи.



Тризна за ценители



Никой не знае по какъв начин древните траки са откривали минералните извори. Но е факт, че повечето лековити източници в България датират именно от тяхно време. Още римляните при идването си там където днес се намира Сандански, заварили малко тракийско селище разположено край горещи извори.

В Сандански има над 20 извора, чиито води са съсредоточени в две хидротермални зони с аналогична физико-химична характеристика.

Лечебните свойства на водата и влиянието на средиземноморския климат са основна предпоставка за изграждането на красивата и уютна Специализирана болница за рехабилитация, филиал Сандански.

В нея с помощта на висококвалифицираните специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, алергология, вътрешни болести и детски болести, се лекуват следните заболявания:

- **Хронични неспецифични алергични заболявания на дихателната система** – бронхиална астма, хроничен бронхит, хронично-обструктивна белодробна болест, състояние след пневмония, алергични фарингити, ларингити и ринити.

- **Заболявания на опорно-двигателния апарат от възпалително и дегенеративно естество** – ревматоиден артрит, коксартроза, гонартроза, спондилартроза.

- **Заболявания на периферната нервна система.**

Използват се основните

методи на лечение:

- въздушни бани,
- климатотеренни разходки,
- дихателна гимнастика,
- инхалации,
- физиотерапия,
- парафинолечение,
- лечебен масаж,
- подводен масаж.

Други заболявания, повлияващи се от лечение във филиала са остеопороза, atopичен дерматит.

СБР – НК ЕАД – Филиал Сандански
2800 гр. Сандански, кв. "Смилово"
Директор: 0746/ 3 08 33
Регистратура: 0746/ 3 08 34
Факс: 0746/ 3 24 69
E-mail: sand_nk@mail.bg
www.rehabilitatzia-bg.com





СБР НК • ЕАД филиал с. БАНИТЕ - Смолянско

Бисерът на Родопите

Ако не сте поклонници на природните забележителности и искате да се докоснете до магнетичния чар на Родопите, не бихте могли да направите по-добър избор от село Баните, Смолянско.

Съчетанието на природните дадености прави курорта особено подходящ за лечението на:

- **Заболявания на опорно-двигателния апарат - заболявания от дегенеративно, възпалително и травматично естество** – артрозна болест, ревматоиден артрит, инфектартири, болест на Бехтерев и др., състояние след фрактури на костите, луксации, дисторзии, контузии, увреждания на меките тъкани, разкъсване връзките на ставите, усложнения след травматични състояния (синдром на Зудек, контрактури и др.), вибрационна болест, тендинити, миозити, бурсити.

- **Заболявания на периферната нервна система** - невралгии, неврити, радикулити, травми на периферни нерви и др.

- **Заболявания на стомашно-чревния тракт** - гастрити, язвена болест, дуоденит, колити, хепатити, холецистити, холангиохепатити, жлъчно-каменна болест, интоксикации на черния дроб и др.

- **Заболявания на пикочо-половата система** - аднексити, колпити, дисменорея, простатит, уретрит, пиелонефрит, бъбречно-каменна болест и др.

Кандидатите за възстановяване могат да намерят прекрасни условия за лечение в модернизирания комплекс на Специализираните болници за рехабилитация - филиал с. Баните, където работят висококвалифицирани специалисти по физикална и рехабилитационна медицина и психиатрия.

Тук те ще могат да се възползват от специфичните методи на лечение, като външно балнеолечение, инхалационно лечение, спортно-профилактично лечение, физиотерапия, индивидуална и групов ЛФК, различни видове масажи, тангентори, сауна, солариум, фитнес и др.



СБР – НК ЕАД
филиал с. Баните, Смолянско
4940 с. Баните, обл. Смолян
Директор: 03025/ 23 43
Регистратура: 03025/ 22 57
Факс: 03025/ 23 42
E-mail: sbrnk_banite@abv.bg
www.rehabilitatzia-bg.com



СБР НК • ЕАД филиал ПОМОРИЕ

Курортът - мечта

Няма българин, в чиито спомени да не е останала поне една незабравима лятна ваканция. А няма човек, който да не мечтае за нова среща с лазурното море.

Калолечението започва да се прилага от гръцките колонисти от Керу, а древногръцкият философ Анаксимен приемал калта като първоизточник на живота.

През 1934 г. Анхиало е преименувано на Поморие.

Калолечебницата в Поморие е построена през 1925 г., а през 1983 г. е построен новият санаторно-курортен комплекс – сега Специализирана болница за рехабилитация гр. Поморие. Тя се явява най-големият калолечебен център на Балканския полуостров. Благодарение на уникалния природен продукт – лиманната кал, чудесното съчетание с морето и модерната лечебна база, с висококвалифициран персонал, прави това място привлекателно за лечение и отдих на българи и чужденци.

Лечебната лиманна кал, пелоид (от гръцката дума “пелос”, което означава “кал”, “тиня”) представлява ценен природен продукт, образуван от органични и неорганични съединения с участието на химически, биологически и микробиологически процеси, образувани на дъното на Поморийското езеро.

Същността на калолечението се свежда до комплексното въздействие на всички фактори на лечебната кал, между които основна роля играят термичният, химическият и механичният.

Рапа(езерна вода) - това е водата в Поморийско езеро, покриваща лечебната кал. Използва се като рапни или кални вани с много добър лечебен ефект.

Луга – краен продукт от солдобива в Поморийските солници с многократно по-голяма концентрация на всички елементи на морската и езерната вода. Има противовъзпалително и антисептично действие.

Подходящи за лечение заболявания са:

- **Заболявания на опорно-двигателния апарат** – артрози, артрити, състояния след травми и фрактури.
- **Заболявания на периферната и централната нервна система** – неврити, радикулити, дискова болест, детска церебрална парализа.
- **Заболявания на женската полова система** – стерилитет, дисменорея, овариална хипофункция, параметрити.
- **Заболявания на мъжката полова система** – простатит, олигоспермия, епидидимит, везикулит.
- **Заболявания на кожата** – псориазис с псориаатичен артрит, трофични кожни язви, склеродермия.
- **Заболявания на дихателната система** – бронхити.



СБР – НК ЕАД – Филиал Поморие
8200 гр. Поморие
ул. “Проф. П. Стоянов” № 7
Директор: 0596/ 2 24 79
Резервации: 0596/ 2 41 50
Регистратура: 0956/ 2 52 92
E-mail: kalnibani@abv.bg
www.rehabilitatzia-bg.com



Д-Р АЛЕКСАНДЪР АЛЕКСИЕВ: Миналата година болницата ни приключи на плюс



- Д-р Алексиев, преди години Перник неразривно се свързваше с металургията и минната промишленост. Оказало ли е това влияние за по-честите белодробни заболявания?

- Безусловно рисковите фактори на територията на областта и историята на Перник като промишлен регион са повлияли на заболяемостта. И още със създаването и структурирането на Мини Перник ръководствата им са отделяли специално внимание за опазване на здравето на хората. Това го казвам във връзка с факта, че болницата води началото си точно от този ангажимент на ръководствата на мините и първата информация за създаването на болнична структура е някъде от средата и края на 20-те години - тук, на хълма, все още личат старите останки на първата болница.

Най-новата история на болницата датира от 1955 г., когато официално започва да функционира, а самото строителство е започнало две години по-рано. През 2009-а ще честваме 55-годишнината болница. Искаме да направим научна сесия преди официалното тържество. През тези 55 години болницата е претърпяла известни трансформации, но винаги е запазвала профила си на дейност, отделяно е внимание за лечение на неспецифичната белодробна патология - острите възпалителни заболявания, така популярните пневмонии и всички останали хронич-

Винаги търсим баланса между клиничното качество и икономическата ефективност, твърди управителят на „СБАЛББ - Перник“ ЕООД

ни болести, обструктивната белодробна болест, усложненията на бронхиалната астма, дихателната недостатъчност, обострените хронични състояния, водещи до дихателна недостатъчност. Не на последно място вниманието е към решаването на проблема с белодробната туберкулоза и извънбелодробната форма на туберкулоза. Ние сме водещо здравно заведение за територията на областта, а мисля, че и за Югозападна България предлагаме най-добрите условия за лечение на белодробната туберкулоза. Към момента участваме в Националната програма за контрол и лечение на туберкулозата, която се ръководи от Министерството на здравеопазването в съучастие със здравните заведения на територията на областта и неправителствени организации.

Имаме специализирано стационарно отделение - фтизиатрично, където се извършва диагностиката и лечението. Началникът на отделението д-р Петрова е и регионален мениджър за тази програма, която обхваща и по-широка дейност, в която са насочени усилията ни за лечение на неспецифичната патология, защото се оказва, че заболяемостта не намалява.

- Като лекар и ръководител на голяма болница смятате ли, че оказва влияние и съвременният начин на живот на българина за по-честите белодробни заболявания и до каква степен те водят до инвалидност на хората?

- В световен мащаб и по данни на Световната здравна организация около 4% от

смъртността на населението се пада на белодробните заболявания, т.е. неспецифичните белодробни заболявания и техните усложнения. Неприятното в развитието на тази патология е, че постъпват все повече пациенти с усложнения, късно диагностицирани и с комбинирана патология. Много пъти на срещи с колегите коментираме, че наред с белодробните заболявания пациентите идват при нас със сърдечно-съдовите си проблеми, с ендокринни проблеми, с усложнения на други органи, и се налага те да бъдат лекувани. Примерно един пациент с обострена, дълги години протичаща дихателна недостатъчност, идва с ритъмни нарушения, хипертония и др. Това са все неща, които в един момент като скачени съдове повлияват на състоянието на човека. И през тези две години това ни е бил водещ мотив - повишаване качеството на живот и намаляване процента на заболяемост. Това ни беше и идеята през последните две години да създадем такива условия, че да се води максимално широк по обем и качествен диагностичен процес и да постигаме оптимални резултати. Разбира се, това е доста тежка и сложна патология. Стремемът ни е да подобряваме качеството на живот на такива хора, да удължаваме периодите между последващите хоспитализации и преживяемостта.





Във връзка с това обезпечихме лечебно-диагностичния процес с реструктуриране и създаване на нови структури в рамките на болничното заведение. Изградихме изцяло нов приемно-консултативен сектор, където постъпват болните, прецизира се и се планира техният прием.



Изградихме нов функционално-диагностичен блок с възможности за ехографска диагностика както на сърце, така и на коремни и гръдни органи, с възможности на функционално изследване на дишането преди постъпване, по време на пролежаване и отчитане на резултатите при изписване на пациентите. Искам специално да обърна внимание и на инвазивната ни пулмология. Смяя да твърдя, че имаме един от най-модерните бронхоскопски сектори на територията на страната. Апаратурата ни е изцяло дигитализирана с възможност за мониторно наблюдение по време на изследването, запис на самото изследване, контрол на актуалното и предишни състояния на един пациент. Имаме двама лекари със специалност по белодробни болести и фтизиатрия и бронхоскопия, които извършват както диагностични, така и терапевтични про-

цедури с нужната апаратура. Работим с най-добрите патохистолози на територията на страната, лабораторията на проф. Власов в Транспортна болница, патохистологичните лаборатории на Белодробна болница - София, и, разбира се, със всички останали здравни заведения, с които имаме много добра кореспонденция.

Създавали сме връзки за съвместна дейност с всички национални болници на територията на София с възможност за своевременно насочване на пациенти, които се нуждаят от инвазивна диагностика или хирургия, както и съответно колегите насочват пациенти към нас. При нас постъпват пациенти не само от Пернишка област, но вече разширяваме приема в Северозападна и Централна България, т.е. разширяваме авторитета и влиянието на здравното заведение. Пневмологичното ни отделение като терапевтично има структурирани пневмологичен, кардиологичен сектор и сектор за интензивна терапия и лечение, който е една от гордостите на болницата ни, защото отговаря на стандартите в съответната специалност за интензивно лечение. Има също и възможност за лечение на пациенти във всички профили - за апаратна вентилация, за изкуствено дишане, централно-мониторно наблюдение със съответните периферни устройства, с наблюдение на повече от шест жизнени показатели, възможност за централно подаване на кислород, двигателен газ за тези дихателни апарати. Имаме възможност за лекуване на пациенти след гръдна хирургия и т.н.

- Какъв е капацитетът на болницата?

- Болницата има 95 легла, 35 от които са за лекуване на туберкулоза и 60, в рамките на които са и 6 интензивни легла за неспецифична патология. Имаме добра социална програма по отношение на работещите - безплатен транспорт и храна за служителите, бонуси при възможност, добра средна работна заплата, която е над

800 лв. за лекарския персонал и около 500 лв. за средния медицински персонал. Може би сме едно от първите здравни заведения, които миналата година подписаха колективния трудов договор в бранша. Добре работим със структурите на КНСБ, те имат тук местна структура и представителство. Имаме програма по отношение квалификациите и развитието на кадрите. Лично мое схващане и убеждението на ръководството на болницата че непрекъснатото обучение и добрата квалификация винаги водят до добри клинични и икономически резултати. Като ръководител на здравното заведение винаги съм подчертавал значението на добрите качества на персонала.

- Според вас усееща ли се свиването на разходите в здравеопазването като цяло, и конкретно при вас, имайки предвид икономическата криза в страната?

- Разбира се, че да. Финанси-



рането от здравната каса и наложило се икономизиране на дейността с т. нар. лимити засягат и нас и ние се съобразяваме с това, което се спуска като финансова рамка. Разбира се, дейността на болницата би могла да бъде по-голяма, но тази рамка ни лимитира. За миналата година болницата, или търговското дружество, приключи на плюс, одитът даде положителна оценка. Провеждаме регулярни анализи на медицинския съвет с началниците на отделенията и винаги търсим баланса между икономическата изгода и клиничния ефект, защото, в края на краищата, водещо и централно място има пациентът. Пациентът не само като обект на медицината, а като човек, отделна личност със своя съдба. За мен човешката винаги е била водещо начало.

**гр. Перник 2307
местност "Голо Бърдо"
ул. "Свети Пантолеймон" №1
0884 99 96 36 - централа**



СБР НК • ЕАД филиал „СВЕТИ МИНА“, Вършец

Тоне двадесет жезки бани



Не случайно възникването и развитието на селището е неразривно свързано с балнеолечението. Името му се свързва с топлия минерален извор – вряла вода - вресец, и оттам - Вършец.

Първата баня в селището, построена през 1910 г., се оказала тясна за приждащите болни и през 1930 г. е издигната втора, по-голяма.

Минералните води бликат от няколко извора. Водата е със слаба минерализация, алкална, хидро-карбонатна, сулфатно-натиева, ниска водна твърдост. Съдържа елементи като желязо, литий, барий, алуминий, стронций, фосфат, арсеник и др.

Подходящи за лечение, рехабилитация и профилактика в Специализираната болница към СБР НК ЕАД са заболявания през ранния възстановителен период за долекуване и при хронична фаза на болестния процес на:

- **Сърдечно-съдова система** – хипертонична болест, исхемична болест на сърцето, слединфарктни състояния.

- **Централна и периферна нервна система** – неврози, слединсултни състояния, радикулити, плексити и др.

- **Ендокринно-обменни** – диабет, тиреотоксикоза, затлъстяване.

- **Опорно-двигателен апарат** - артрози, артрити, следфрактурни състояния.

- **Други** – хронични професионални интоксикации, бъбречно-каменна болест (питейно лечение).

- **Състояния на физическа и умствена умора**, възстановяване след оперативни интервенции, климакс, като профилактично укрепване и закаляване в рамките на курортно-лечебния курс.

Основните лечебни фактори на балнеолечението са физичните свойства на минералната вода (температура, налягане, топлоемкост и топлопроводимост) и нейният химичен състав.

Водата оказва благоприятно въздействие при спазми на хранопровода, стомаха и пилора. Тукашните минерални води са подходящи за лечение, обща профилактика, укрепване и закаляване на организма, както и за възстановяване от физическа и психическа преумора.

Специализираната болница разполага със специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, неврология и вътрешни болести.



СБР НК ЕАД – Филиал Вършец
3540 гр. Вършец, Паркова зона, обл. Монтана
Директор: 09527/ 20 89, Резервации: 09527/ 22 58
Факс: 09527/ 22 23, E-mail: sbr_varbec@abv.bg
www.rehabilitatzia-bg.com

Доц. д-р ЕВДОКИЯ ИЛИЕВА:

Любувайте се на изгрева и залеза през слънчеви очила

Макулната дегенерация идва с възрастта. Неправилното хранене и лошата хигиена на очите утежняват състоянието, категорична е офталмоложката

Доц. Илиева, какво представлява макулната дегенерация?

Това е увреждане на макулата, при което е нарушено централното зрение, а периферното остава запазено. Макулата е част от ретината с площ няколко квадратни милиметра и е точката, в която зрението е най-силно. Заболяването се развива по различен начин - само в едното око или и в двете, или в различна дълбочина в двете очи.

Има два вида макулна дегенерация - влажна и суха. При първата форма се образува съдова мембрана точно в зоната на хранене на зрителните елементи. Това води до рязко намаляване на зрението, разкривяване на образите и до централна слепота. Периферното зрение, с което се ориентираме, остава свободно. Но пациентът не може да чете, да гледа телевизия, да разпознава образи, даже не може да видим какво има в чинията. От тази форма са засегнати 1/5 от пациентите с макулна дегенерация. При 20% от хората със суха форма на заболяването пак се стига до влажна със същите последици. От около 7 години медицината може да се похвали с възможността да атакува влажната форма на заболяването като се задържи и дори донякъде да се възвърне централното зрение.

При сухата форма - постепенно и бавно отмират зрителните клетки в макулата. От нея страдат 80% от всички засегнати от заболяването.

При тази форма на заболяването се препоръчва рано вземане на комбинирани препарати от витамини (най-вече антиоксиданти), минерали и макулни пигменти, които са от значение при обмяната на веществата в макулата, сред които е и Окувит-Лутеин. През

последните години много научни проучвания са насочени към това как да се забави процесът на развитие на сухата форма на макулната дегенерация.

Колко време трябва да се вземат тези медикаменти?

Все още няма изработена единна схема на приложение. Обикновено препоръчвам да се взема по 1 до 2 капсули дневно в продължение на 3 месеца с почивки от 1-2 месеца. Това е с години продължаваща профилактика и не бива организмът да се претоварва. Тази профилактика може да се започне от 50-годишна възраст.

Кой е застрашен?

Рисковият контингент са хората, чиито родители страдат от заболяването и именно те трябва да направят профилактичен преглед на очните дъна в ранна възраст.

Много е важно здравословното хранене. Акцентът в лечението са витамини,

Макулната дегенерация е водещата причина за слепота при възрастните в напредналите страни. След 50-годишна възраст с всяко следващо десетилетие от живота процентът на засегнатите се увеличава и достига до 48-50% сред хората между 70 и 80 г.

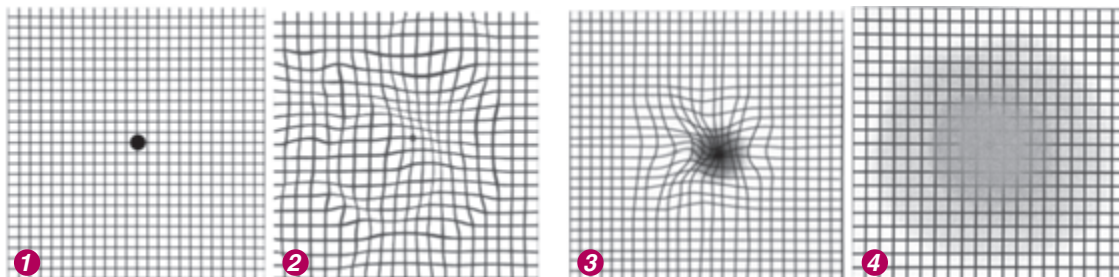
които може да се поемат и от храната, антиоксиданти, което показва, че не трябва да поставяме окото прекалено в екстремни условия на интоксикация - запрашеност, цигарен дим. Да се избягва всичко, което затруднява нормалния обмен на веществата, които хранят зрителните клетки. В макулата се извършва най-интензивният обмен на вещества в



целия човешки организъм. Продължителното излагане на слънце, всекидневното ползване на многобройни източници на изкуствена светлина (флуоресцентно осветление, кино, телевизия, компютри) може да увреди ретината, в частност макулата и да провокира дегенеративни изменения. Голям вредител са ултравиолетовите лъчи. Затова от детска възраст трябва да се носят слънчеви очила освен през лятото, и през зимата, когато е паднал сняг. Не бива да се гледа залез или изгрев на слънцето, особено при големи водни повърхности, без очила.

Кои са симптомите?

Добре е всеки над 50-55 г. веднъж месечно да „отделя“ очите си - затваря едното око и гледа няколко секунди в даден предмет, след това затваря другото око и гледа пак в същия предмет. Така човек сам може да прецени дали вижда еднакво и с двете очи. Ако при четене редовете се „кривят“ или се „възкачат“, ако при гледане на телевизия образът например на водещия се разкривява. „Проверявайте“ дали вертикалните линии са наистина вертикални, а хоризонталните - хоризонтални, гледайки в една точка. Това може да се прави най-лесно в банята като се гледат fugите на плочките. Ако тези линии се виждат като вълнообразни или са разместени, трябва да се отиде на очен лекар. Той прилага различни диагностични методи, за да установи на какво се дължи деформацията и доколко е засегнато зрението.



Последователното разкривяване на образа върху т.нар. решетка или тест на Амслер. На фигура № 1 е тестът с фиксационната точка. Ако виждате решетката по един от следващите три начина, макулата на окото е увредена. Фигура № 4 показва как се вижда пациентът в крайния стадий.



ГРИЗАЧЪТ НА КОСТИ НЕ ПОЧИВА



Болните от остеопороза с изследване, показващо цифра над -2,5, са извън здравната каса, казва ревматоложката д-р Родина Несторова, секретар на Българското медицинско дружество по остеопороза и остеоартроза

- Д-р Несторова, какво е остеопорозата?

- Остеопорозата е най-честото костно заболяване при човека. Характеризира се с ниска костна маса и микроархитектурни промени в костната тъкан, водещи до изтъняване на костите и повишен риск от фрактури. Налице е дисбаланс между процесите на костно изграждане и костно разграждане, в резултат на което надмощие взема разграждането. Така костта изтънява, става по-крехка и лесно се чули.

- Един вид ли е остеопорозата?

- Не. Най-честа е постменопаузалната, която се дължи на недостига на хормона естроген. Друг вид е сенилната (старческа). С възрастта намалява функцията на бъбрека, поради което витамин Д не може да се метаболизира в Д-хормон. Трети вид е кортикостероид-индуцираната (предизвиканата от прием на кортизонови препарати). Има и друг вид - причинена от хронични възпалителни заболявания - възпалителни ставни заболявания (ревматоиден полиартрит, псориатичен артрит, болест на Бехтерев и др.), системните заболявания на съединителната тъкан (лупус еритематодес, полимиозит, васкулити и др.) бъбречни, ендокринни заболявания и др.

- Какви са симптомите при остеопороза?

- Остеопорозата е наречена "тихата епидемия", защото костната загуба протича без оплаквания. Болките се появяват, когато са налице микрофрактури на прешленните тела. Става въпрос за болки в гърба, които се усилват при стоене прав и се успокояват в легнало положение. Установено е, че 40% от пациентите, които са все още без фрактура, имат костна болка средно 170 дни годишно. Останалите 60% нямат никакви оплаквания до настъпва-

не на първата фрактура. Тя обикновено е в областта на ръката (радиуса) или на прешлен в гръдния или поясен сегмент на гръбнака. Близо 70% от прешленните фрактури са безсимптомни, което затруднява ранната им диагноза, а повечето остават недиагностицирани до момента, в който се появят силните болки в гърба. Тогава установяваме поредица от фрактури.

Около 90% от болните с прешленни фрактури са с болки целогодишно.

- Как се доказва остеопорозата?

- Опорните точки са три - първата е измерване на костната минерална плътност, втората е изследване на костните маркери, а третата е оценка на рисковите фактори за остеопороза и остеопоротични фрактури. Костната плътност се отчита на централни места на скелета - гръбначни прешлени и бедрена шийка на апарат, наречен DXA (двойно-енергийна рентгенова абсорбциометрия). Костните маркери се изследват в кръв и урина.

- Кога касата плаща лекарства за остеопороза?

- Само при Т-скор под (- 2,5) на DXA апарат пациентът получава лекарства с 50% намаление на стойността им. За НЗОК остеодензитометрията е най-важното изследване, за да отпусне лекарства за остеопороза. Доскоро касата плащаше 25% от стойността на тези лекарства, но с влизане в сила на новия позитивно-реимбурсен списък, пациентът доплаща само половината сума.

Големият проблем е, че в случаи на тежка остеопороза с множество прешленни счупвания и/или деформираща спондилоза, пациентите не получават реимбурсация за лекарствата си. Причината е, че изследването на костната минерална плътност на DXA-апарат показва стойност на Т-скор над (-2,5). В същото време рентгеновата снимка показва освен спондилоза и тежка остеопороза с множество остеопоротични фрактури на прешлените.

- Какво да направим, за да се предпазим от остеопороза?

1. Адекватен двигателен и хранителен режим в детството и юношеството за достигане на необходимото количество пикова костна маса, с цел редукция на риска от по-късни фрактури през живота.
2. Недопускане на увреждащите във всички възрасти костното здраве: тютюнопушене, алкохолизъм, непълноценно хранене или ниско телесно тегло (вкл. анорексия), обездвижване.
3. Здравословен начин на живот, насочен към укрепване на костното здраве-двигателен режим и храни, богати на калций и витамин Д.
4. Разпознаване на рисковите фактори, които не можем да променим - фамилност за остеопороза, предишни фрактури, грацилен скелет.
5. Едноминутен тест за оценка на риска от ОП.
6. Постменопаузалните жени трябва да знаят, че са в най-голям риск от ОП.
7. Мъжете също трябва да са наясно за рисковете от ОП, за да насочат усилия към редуцирането им.
8. Хората с вече преживени фрактури са с висок риск от следващи такива.
9. Навременната диагностика и лечение са в основата на недопускането на фрактури.



СБР НК • ЕАД филиал КЮСТЕНДИЛ



Минералната наслада



Несъмнено първият човек, пред чийто поглед се е открила долината на поречието на река Банска, десен приток на река Струма, в подножието на планината Осогово, е имал дарба на художник. Достатъчно е, че неговото възхищение е привлякло вниманието на траките, за които датират първите сведения, че са населили Кюстендилската котловина още в края на бронзовата епоха (III хилядолетие преди новата ера.)

В една обширна хидротермална зона бликат многобройни горещи минерални води със значителен общ дебит 33 л/сек., или около 3 млн. литра в денонощие и с твърде висока температура – 71,5-73 градуса по Целзий.

Специфичната физико-химична характеристика на минералната вода, наличието на лечебен торф и подходящите климатични условия определят лечебния профил на Специализираната болница за рехабилитация – Кюстендил. Тук с помощта на висококвалифицирани специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, неврология, гинекология и ревмокардиология се лекуват следните заболявания:

● **На опорно-двигателния апарат от възпалително, дегенеративно и травмено естество.**

● **Заболявания на централната и периферната нервна система.**

● **Гинекологични заболявания и стерилитет.**

● **Кожни заболявания (Псориазис, екземи), състояния след термична травма.**

● **Заболявания на мъжката полова система.**

● **Професионални заболявания – силикозоза-страшени, силикоза 0-I-a степен, хронични отравяния със соли на тежки метали, вибрационна болест.**

● **Допълнителни индикации –** заболявания, придружаващи основното заболяване по профила на курорта – хронични бронхити и бронхиална астма, ненапреднали форми и хипертонични болести, хиперурикемични състояния и подагра, хронични хепатити.

Обща профилактика и укрепване на организма – преди всичко при възрастова остеопороза (разрехавяване на костната тъкан), за флуорна кариес профилактика, за профилактика на лица, подложени на рискови радиационни фактори.

Прилагат се следните лечебно-профилактични методи – балнео и калолечение, термолечение, пълна гама апаратна физиотерапия, кинезитерапия – специални методики, лечебен масаж, фитнес и сауна.



СБР – НК ЕАД – Филиал Кюстендил
2500 гр. Кюстендил
ул. "Цар Симеон I" № 28
Директор: 078/ 55 09 76
Регистратура, факс: 078/ 55 09 70
Факс: 078/ 55 09 20
E-mail: sbrkn_bani@abv.bg
www.rahabilitatzia-bg.com



RED LINE

козметика за духа и тялото
с екстракт от червен чай

氣 енергията Ки



Изтокът отдавна привлича интереса на европейците - като ярък диамант на Земята, изтънчен и духовно извисен. В период, когато Старият континент изживява сивото си и мрачно средновековие, Далечният изток има дълбока поезия, сериозни философски концепции и задълбочени познания на човешкото тяло и дух. Хората там постигат върха в чувствените телесни отношения и висоти в овладяването на духа и обкръжаващия ни свят. Те стигат до идеята за една обща енергия, преминаваща през всичко материално и с възможност да бъде управлявана от човешкия дух.

Енергията "Ки" е наричана различно в различните езици, но в своята същност, представлява едно - жизнена енергия, преминаваща през целия материален свят. Всеки един от нас е в състояние да я открие, да я управлява и насоч-

ва, като по този начин се зарежда и възстановява жизнените сили на организма си.

Вярвайки, че за да отключи вътрешните си сили, на съвременния човек му е достатъчен само един малък стимул, предаден чрез материален носител на тази енергия - чая, Красная Линия България създаде съвършено нова козметична серия Red Line, носеща духа на източното, непознатото, мистичното. Рецептите съчетават по уникален начин целебните свойства на червения чай, енергетиката, съдържаща се в него и хитови активни съставки. Като резултат, получаваме - физическа и духовна енергия, чистота и красота!

Съвременни и ефективни продукти с многофункционално действие, предназначени за активните хора с динамично ежедневие. Антиоксидиращите, почистващи, хидратиращи, подхранващи и енергизирани съставки са изключително подходящи за ефективна грижа за лицето и тялото на съвременния човек.

В последните няколко години, Красная Линия България специализира в създаването и изграждането на търговски марки, подкрепени с отличителни маркетингови концепции. Доказателство за успеха на този подход е Гроздовата линия на Wilka Collection, на която положи началото с Grare Therapy MAVRUD преди 3 години и вече е успешно наложена на пазара, следвана от серията Grare Energy - на базата на бяло грозде.

Продуктовото портфолио е разработено в две компактни серии, които съдържат всичко необходимо и едновременно с това напълно достатъчно за жената и мъжа.

През летните месеци на годината компанията въвежда на пазара новата козметична линия Red Line "Ки".

За първи път на пазара ще бъде предложен и интимен сапун за мъже! Модерен продукт, изцяло съобразен със спецификата и изискванията на мъжката кожа.

В хитовия продукт са съчетани балансираност на съставките и силно стимулиране на вътрешната енергетика на мъжа. Подходящ е за ежедневна употреба, особено при мъжете, които се помят повече от жените.





СБР НК • ЕАД филиал БАНЯ - Карловско



Третиживявания по царски

Както е известно, един от най-запалените поклонници на възхитителните природни забележителности на България е бил цар Борис III. В един ясен и слънчев ден той слязъл от открития си автомобил, който обичал да управлява сам, в китното селце Баня, сгушено в Стрямската долина. По-късно, през 1927 г., царят дошъл не на сгледа и раздумка с жителите, а да се лекува, отсядайки в къщата на Иван Багárov. Доволен, че заболяването му било значително облекчено, две години по-късно Борис III построява свой дом, наречен "Нашата къща". Специално за него е създадена и "Царската баня".

Курортният възход на Баня – Карловско, се дължи преди всичко на благоприятните условия за лечение, отдых и туризъм. Климатът е мек, умерено континентален. Средната годишна температура е 11,5 градуса по Целзий.

В курорта съществуват на 10 водоизточника на минерална вода. Те са част от Карловския басейн, чиито минерални извори са разположени по Стрямската дислокация. Водата се характеризира като слабоминерализирана, хидрокарбонатно-сулфатно-натриева, с висока алкална реакция, силициева, със

съдържание на флуор. Лечебната кал е естествено калонаходище на лечебна, торфено-минерална кал.

Лечебно-оздравителният и рехабилитационен профил на курорта е:

- **Възпалителни и дегенеративни ставни заболявания** – болест на Бехтерев; ревматоиден артрит; остеоартроза; бурсити; периартрити; миозити; тендовагинити и др.

- **Заболявания на централната и периферната нервна система** – слединсултни състояния; дископатии и дискова херния; радикулити; неврити, плексити; посттравматични увреди на нервната система.

- **Функционални заболявания на нервната система** – неврози с неврастенен синдром.

- **Следфрактурни състояния.**

- **Кожни заболявания (псориазис и псориагрични артрити).**

- **Хипертония в начален стадий.**

- **Възпалителни гинекологични заболявания и стерилитет.**

Специализираната болница разполага със специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, неврология и вътрешни болести.



СБР - НК ЕАД
Филиал Баня - Карловско
4360 гр. Баня, общ. Карлово
ул. „Липите“ № 1
Директор: 03132/ 22 34
Регистратура:
03132/ 22 04, 22 81
Факс: 03132/ 22 03
E-mail: sbrbania@mbox.infotel.bg
www.rehabilitatzia-bg.com



С НАРОДНА МЕДИЦИНА

СРЕЩУ ГРИПА

Няколко компреса, черна ряпа, лук могат да направят чудеса. В разгара на грипната епидемия станаха ясни две неща. Едното е, че той протича много драматично - с висока температура, втрисане, болки по цялото тяло и е силно заразен. Другото е, че лекарствата малко помагат и се използват основно да се облекчи състоянието на болното дете, докато организъмът сам се справи с инфекцията. Повечето родители разбраха, че антибиотиците не действат и е по-добре да се използват средства, които не вредят на детския организъм. Ако има метод, който съчетава безвредност и ефикасност, то това е народната медицина. Предлагаме ви някои бабини рецепти, изпитани и препоръчани от препатили родители.

ТЕМПЕРАТУРА

Няма да се разминете с високите градуси, ако детето хване грип. Много често той протича само с температура, без други оплаквания. Вярно е, че температурата е защитна реакция и помага на организма да се справи с инфекцията, но не можем да оставим болното дете без помощ, особено ако термометърът показва над 38 градуса. Първото условие за смъкване на температурата е детето да приема много течности. Ако са витаминозни, още по-добре. Чаша прясно изцеден плодов сок, чай от шипка, черна боровинка, арония тонизират организма и действат общоукрепващо. Други имат доказан температуропонижаващ ефект. Класика е чаят от липа. Той води до изпотяване и намаляване на телесната температура.

КАШЛИЦА

Кашлицата при грип е много неприятна и обикновено не оставя детето да спи. Сигурно сте забелязали, че от някои сиропи болното започва да кашля още повече. Народната медицина препоръчва чай от мащерка, бъз, лайка, салвия, подсладени с мед или захар. Дафиновият лист също облекчава кашлицата. 5 листа се варят в половин литър вода около пет минути, прецежда се и се подслажда с мед, когато поизстине. Традиционна рецепта за откашляне на секретите е отварата от смес на индрише, глава лук с външната обвивка, небетшекер или лукчета, средната част на дюля около семките, счукани орехи заедно с черупките. Доказана е и следната рецепта в борбата с кашлицата: една черна ряпа се издълбава така, че

да стане като кладенче. Напълва се с мед (2-3 с.л.) или захар и се оставя няколко часа, докато се напълни със сок. Приема се по една чаена лъжичка няколко пъти дневно. Компресите също много успокояват кашлицата. Най-лесен за изпълнение е следният: гърдите на болното дете се намазват с мед и се поръсват със сода за хляб. Отгоре се покриват с надупчен с дебела игла вестник като тапет и престоява поне 2-3 часа. Още на десетата минута медът попива и изсъхва и кашлицата се облекчава значително. Инхалациите са старо изпитано средство за облекчаване на кашлицата. Големите деца инхалират лайка със сода, при малките е достатъчна инхалацията в банята. Пуснете горещия душ в банята да стане като мъгла и постоите с бебето десетина минути да подиша парата. Влажният въздух успокоява лигавиците и кашлицата намалява.

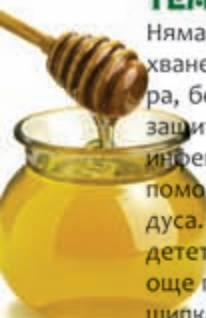
ХРЕМА

С капките за нос не трябва да се прекалява, особено при бебетата. Те увреждат нежната детска лигавица и водят до сериозни последствия след време. На бебето може да сложите капки кърма в нослето, така правите хубава промивка, а и кърмата съдържа готови антители. Народната медицина препоръчва мед и при хремата, стига детето да не е алергично. На по-големите може да поставите в ноздрите парченца твърд мед колкото грахово зърно. Отпушващо на носа действат и домашни капки, приготвени от лайка и захар. В кафена чашка чай от лайка поставете 2 с.л. захар, така че да се получи по-гъст разтвор. Той отбъбва лигавицата на носа и детето започва да диша спокойно. Лайката има и противовъзпалителен ефект. Носът на голямото дете може да се намаже с домашна свинска мас отвътре, особено ако има корички. Разтрийте и масажите също много помагат. Разтрийте на сухо скалпа на детето, вратлето и раменете, а крачетата поставете в топла вода с морска сол. Проветрявайте и овлажнявайте стаята. Сухият въздух допълнително дразни и носа, и гърлото.

БЪАКИ В ГЪРАТО

Нишадърът, купен от аптеката, действа противовъзпалително. Лекото намажете гърлото или го духнете през сламка за пиене така, че да полепне по сливиците. Компресът от извара действа почти мигновено срещу болката и възпалението. В половин литър прясно мляко поставете лъжица оцет и го пресечете чрез варене. Изцедете в марля и така получената извара разстелете между две марли или тензук. Завийте около гърлото, отгоре сложете шал или мъжка носна кърпа. Така да престои поне 4 часа, може и да се спи с него. Обезболяваща напитка, при това приятна, е следната: 7 листа индрише, 7 бонбони лукчета и седем локума се варят десетина минути и се прецежда. След като стане приятно топла, напитката се дава по 1-2 ч.л. 3-4 пъти дневно.

Всички тези бабини номера със сигурност ще помогнат, но колкото и добри да са, детето задължително трябва да бъде прегледано от специалист. Ако не искате да търпите болното с лекарства, а предпочитате алтернативните начини на лечение, задължително споделете с лекуващия си лекар какво смятате да правите.





СБР НК • ЕАД филиал ОВЧА МОГИЛА

Благословената целобница



Овча могила е разположена в централната част на хълмистата Дунавска равнина, в южната част на Свищовска община.

Най-ранните писмени източници за съществуването на селото датират няколко десетилетия преди Чипровското въстание през 1688 г. Според преданието хората са дошли насам след голямата чумна епидемия. Оцелелите жители, търсейки спасение, се установили за постоянно в защитения от коварната болест район. Още тогава станало ясно, че мястото тук е благословено и целебно.

Минералната вода е хипертермална, умерено минерализирана, хлоридно-сулфатна, натриево-калциева с леко алкална реакция и съдържа йод, бром, флуор, метаборна киселина и калий.

Санаториумът е специализиран в лечението на:

- **Заболявания на опорно-двигателния апарат** – артрози, болест на Бехтерев, ревматоиден артрит, заболявания на костите и мускулите от травматично, професионално, токсично и инфекциозно естество, контрактури от кожно-мускулен и ставен произход.

- **Заболявания на нервната система** – всички заболявания на периферната нервна система.

- **Стомашно-чревни и чернодробни заболявания** – язвена болест, гастрити, колити.

- **Заболявания на обмяната на веществата** – диабет, подагра и др.

Тук се предлагат основните методи на лечение: балнеолечение, електролечение, светлечение, парафинолечение, лечебна физкултура, механотерапия, криотерапия и криоелектрофореза, лечебен масаж.



СБР – НК ЕАД – Филиал Овча могила
5295 с. Овча могила, община Свищов
обл. Велико Търново
Директор: 06327/ 24 04
Регистратура: 06327/ 24 41
Факс: 06327/ 28 30
E-mail: sbr_nk_om@mail.bg
www.rehabilitatzia-bg.com

„НАИГРА ЛИ СЕ ДНЕС В УЧИЛИЩЕ?“

УЧЕНИЦИТЕ СА ЗАПААШЕНИ ОТ СТРЕС, ПРЕУМОРА И НЕВРОЗИ



Колко пъти сте задавали този въпрос на детето си, когато се прибере от училище? А колко пъти това лято сте му се карали, че не чете книжките за училище или сте го карали вместо да играе жмичка, да си преговаря по английски? Спомняте ли си понякога (ама честно, поне пред себе си!) какво сте правили вие на неговата възраст? А помните ли колко трудно ви беше в първи клас, когато трябваше да се научите да запомняте какво домашно имате по математика? Питал ли ви е приятел ви: „Чичо, всички родители ли са били пълни отличници? Майките и бащите на всичките ми съученици са били всяка година пълни отличници. Мама и тати – също...“

С края на лятото родителите чуват както стонове на децата си, че вече няма да плуват/играят всеки ден, така и оплакванията им от голямото количество и трудни домашни, сблъсъците с учители съученици, но и радостта от срещата с приятелите. А през учебната година често малките ученици се оплакват, че ги „боли коремчето/главата“, дори повръщат, отпаднали са, показват симптоми на простуда или инфекциозно заболяване, но нямат температура. И всъщност не лъжат за състоянието си. Единствено отсъствието на температурата издава заболяването, което американски детски психолози наричат „отбягване на училището“ или „отказ от училище“ (School Avoidance/School Refusal). Около 5% от американските деца страдат от това заболяване, обяснява доц. Лори Кросби, д-р по детска психология в Детската болница на Синсинати. Според доц. Кросби това състояние може да бъде предизвикано както от проблеми в училище – предстоящо контролно или изпитване, ненаписано домашно, трудности в усвояването на материала, конфликт със съученик, по-голям ученик или учител, така и от проблеми в дома – развод на родителите, единият родител е останал без работа или сменя работата, загуба на член на семейството. За най-малките ученици – първокласниците, стресът е най-голям и е грешка, ако родителите им внушават, че с училището идва краят на игрите, че училището за детето е това, което за родителите е работата. Особено ако родителят се оплаква от напрежението на работното място и от колегите си.

Освен помощта на професионалния психолог, от огромно значение е и промяната в поведението на родителите – те наистина трябва да намерят повече време за детето си, коментира доц. Кросби. Според специалиста, признае ли детето:

„МАМО, УЧИЛИЩЕТО МЕ РАЗБОЛЯВА“,

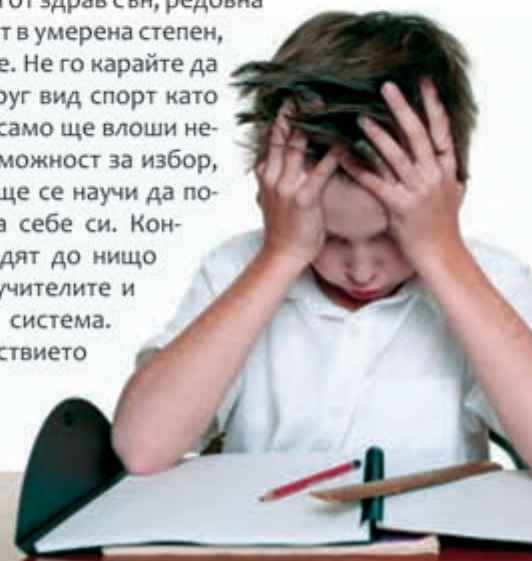
пътят към лечението ще се намери по-лесно.

Неотдавна „Монд“ цитира проучване, поръчано от Асоциацията на родителите на ученици във Франция, според което 31% от запитаните родители отговорили положително на въпроса дали смятат, че училището стресира децата им. Интересното е, че 52% от родителите дали утвърдителен отговор на въпроса дали самите те се чувстват стресирани заради успеха на детето в училище. Над 59% от майките и около 43% от бащите са особено притеснени за успеха на детето си в училище. Все по-често успешният родител се отъждествява с успеха на детето си в училище, коментират френски детски психолози. Според проучвания на някои български регионални инспекции за контрол на общественото здраве (РИОКОЗ) страхова нагласа към училището имат 13.1% от децата в предучилищните групи и 7.3% от тези, които ходят на забавачка. Не по-малък е стресът в V кл., когато децата се сблъскват с разликата в изискванията от началното училище.

Известно е, че при всеки стресът се проявява по различен начин. В малки количества е полезен, но от прекален човешкият организъм започва да боледува. Например напрежението за ученика преди тест може да бъде мотивация за здраво учене. Но излишните притеснения пречат на концентрацията, необходима за усвояването на учебния материал.

КАК ДА СЕ ПОМОГНЕ?

Бъдете приятел с детето си, съветват психолозите. Лесно за казване, но трудно за осъществяване – някои родители го могат от само себе си, а други трябва да се учат. Научете се да помагате на детето си, без да му се натрапвате. Помогнете му да планира ангажиментите си и да осъзнае, че не може да бъде на няколко места едновременно, че трябва да влага ентузиазъм и желание, когато върши нещата, но да не изпада в излишен перфекционизъм. Научете го да уважава тялото си – организъмът има нужда от здрав сън, редовна физическа активност в умерена степен, рационално хранене. Не го карайте да приема един или друг вид спорт като задължение – това само ще влоши нещата. Дайте му възможност за избор, така хлапето само ще се научи да поема отговорност за себе си. Конфронтациите не водят до нищо добро – не хулете учителите и образователната система. Или поне в присъствието на детето.





СБР НК • ЕАД Филиал ПАВЕЛ БАНЯ



Уханието на здравето

Селището възниква непосредствено след Освобождението през 1878 г. около прочутите с лековитостта си минерални извори. Населението ги нарича "Баня" или "Павел Баня" на името на Павел Попович, първият комендант на Казънлък, който се настанил тук около старите лъджи. През 1950 г. селището е обявен за курорт с национално значение.

Днес Павел баня е известен балнеоложки курорт, който е в процес на трескаво благоустрояване и разширение.

Най-привлекателна и полезна е Специализираната болница за рехабилитация към Националния комплекс за лечение на заболявания на периферната нервна система:

- **Вертеброгенни заболявания** (дискови хернии, стеснения на гръбначно-мозъчния канал, радикулопатии, спондилолистеза и др.).

- **Травматични възпалителни увреждания на периферната нервна система.**

- **Травматични увреждания на централната нервна система, предимно на гръбначния мозък;**

- **Дегенеративни ставни и периставни възпалителни заболявания.**

- **Ортопедични заболявания** - посттравматични и дегенеративни.

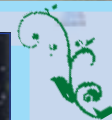
Допълнителни индикации:

- Леко изразени заболявания, придружаващи основното заболяване по профила на курорта, показани за курортно лечение.

Обща профилактика, укрепване и закаляване на организма:

- Освен в рамките на лечебния процес на посочените заболявания, също и срещу явленията на възрастовата остеопороза и флуорна кариес профилактика.

Болницата разполага с модерна неврофизиологична лаборатория с възможност за електромиография на евокирани потенциали, аудиометрия, доплер-сонография, подводна екстензия по метода на д-р Гечев, подводен масаж, парафинолечение, лечебна физкултура (ЛФК), електро- и светлолечение и мануална терапия и др. Тези методи на лечение се провеждат под наблюдението на висококвалифицираните специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, неврология и вътрешни болести.



СБР – НК ЕАД – Филиал Павел баня
6155 гр. Павел баня
ул. "Освобождение" 2
Директор: 04361/ 39 62
Регистратура: 04361/ 21 19
Факс: 04361/ 21 46
E-mail: pavel_banya@yahoo.co.uk

ГИМНАСТИКИ ЗА... МОЗЪКА



Или как да запазим по-дълго
свежестта на „щабата“ на организма ни?



Десетилетия учените смятаха, че неврони се образуват само в детска възраст и че след 20-ата си годишнина умствената пъргавина на човек намалява. Най-новите изследвания опровергават тези заблуди. Те обясняват, че дългата памет, в която години наред се съхранява знанието ни (т.нар. кристализирана интелигентност) почти не се променя с напредване на възрастта. Ала късата памет (т.нар. флуидна интелигентност), която помага на хората да се справят с нови ситуации и да намират решения на проблеми, се влошава с годините. Онези, които постоянно са тренирали умствените си способности и по този начин са натрупали голям резерв от “флуидна интелигентност”, са по-леко засегнати от по-късната загуба. Това може дори да забави развитието на болестта на Алцхаймер. Но пъргавостта на ума може целенасочено да се тренира и в късна възраст. За хората на почтена възраст, които редовно упражняват мозъка си, вероятността да развият различни форми на деменция намалява със 75% в сравнение с тези, чийто мозък бездейства.

нение с хората с основно. Изводът е, че ученето укрепва мозъка и удължава неговата жизненост.

Някои специалисти препоръчват възрастните хора всяка сутрин да правят гимнастика за мозъка - още докато лежат в леглото. Например мислено да броят от 100 до 0 като изваждат от предишното число цифрата 2 (100, 98, 96...); да произнасят последователно буквите от азбуката, като казват по едно име с всяка от тях: Асен, Борис и т.н.; да назоват първата дума, която им хрумне и да ѝ търсят синонимите...

ДВИЖЕНИЕТО Е ДОПИНГ

Спортът, продължителното ходене, тичането и плуването също помагат за запазване на мозъчната свежест. Защото тялото поема големи количества кислород, а това влияе на мозъка и на процеса на мислене. Танцуването например намалява риска от слабоумие със 76%, показват резултатите от проучване на екип, ръководен от не-

вролога Джо Вергез от медицинския колеж “Алберт Айнщайн” в Бронкс. За хората, играещи редовно игри на дъска, има със 74% по-малък риск от деменция, а за свирещите на инструмент - с 69%, в по-висока степен от играта на шах. От всички физически дейности танцът е свързан с най-големи умствени усилия. Важна е и храната. Например витамин В12 (съдържа се в големи количества в месото, яйцата и зърнените закуски) е особено ефикасен за профилактика на мозъка.

ТРЕНИРОВКА НА ВНИМАНИЕТО

Според учените и за това никога не е късно. За да се концентрирате, те препоръчват едно просто упражнение да правите няколко неща едновременно. Опитайте да рисувате с лявата и с дясната ръка различни фигури: кръг и триъгълник, квадрат и елипса... Според психолози дори 10 мин. на ден да отделяте за тази занимателна игра, резултатите ще ви изненадат.

ТЕЛЕВИЗИЯТА – РИСК ЗА МОЗЪЧНАТА ПЪРГАВИНА

Американски учени доказват, че всеки допълнителен час, прекаран пред телевизора, увеличава вероятността от развитие на алцхаймер. Отрицателно влияние имат никотинът, алкохолът и опиатите - те задушават нервните клетки в зародиш. Дори решаването на кръстословици не е толкова ефективно, колкото се смяташе (намалява риска от слабоумие само с 38%). По-добре е да се играят сложни игри с карти и да се решават трудни мисловни задачи, препоръчват специалисти, цитирани от „Дойче веле“.

УЧЕНЕТО НА ЧУЖД ЕЗИК

или усвояването на музикален инструмент спомагат за запазването на мозъчната активност. Не забравяйте за играта на шах, на бридж, както и градинарството, което изисква както умствени, така и физически упражнения. Теорията за “умствените запаси” обяснява също така защо завършилите средно образование са по-малко склонни към загуба на паметта в срав-





СБР НК • ЕАД филиал МОМИН ПРОХОД

Вратите на блаженството



Момин проход също дължи произхода си на откритите тук чудодейни води. Този популярен днес курорт се намира в близост до прохода Траянови врата между София и Пловдив.

По време на турското робство е известен с името "Солудервент" – или "Проход на водите". През 1950 г. е обявен за балнеоложки курорт с национално значение. Момин проход е известен с деветте си минерални извора. Минералната вода е хипертермална, слабо минерализирана, сулфатно-натриева, силициева, радонова, леко алкална, бистра, безцветна, без мирис, за което допринася и нейната малка водна твърдост.

Тук с успех се лекуват:

- **Заболявания на горните дихателни пътища и белите дробове** – хронични възпалителни и алергични ларингити, фарингити, синусити, бронхити, бронхиална астма, състояние след пневмония и др.

- **Заболявания на опорно-двигателния апарат** – остеоартрози и сродни заболявания, състояния след счупвания, лекувани оперативно и консервативно, състояния след ендопротезиране, заболявания на мускули и сухожилия.

- **Късни последици от полиомиелит.**
- **Заболявания на централната и периферната нервна система** – остатъчни парези, травматични увреди и възпалителни заболявания на централната нервна система.

- **Заболявания на периферната нервна система** – невралгия, неврити, радикулити, плексити, компресивни коренчеви синдроми при остеохондрози на гръбначния стълб, родова плексусова увреда при деца, следтравматични лезии на периферни нерви, лекувани оперативно или консервативно.

- **Кожни заболявания** – псориазис в неизострен стадий, парапсориазис, невродермит, себорейна екзема, други хронични екземи без гнойни процеси, начална форма на склеродермия и склеротичен склеродермит, ихтиозис, каратодермия, хронична уртикария.

Уникален е затвореният цикъл при комплексното лечение на детска церебрална парализа.

Специализираната болница за рехабилитация Момин проход разполага със специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, ортопедия и травматология, УНГ, детски болести.

СБР – НК ЕАД – Филиал Момин проход
2035 гр. Момин проход
ул. "Христо Ботев" № 6
Директор: 07142/ 60 71
Резервации,
регистратура: 07143/ 61 97, 62 85
Факс: 07142/ 66 54
E-mail: skkostbg@abv.bg
www.rehabilitatzia-bg.com





СБР НК • ЕАД
филиал ВЕЛИНГРАД



Живителната столица на България



Чепинският край като никои друг съчетава достойнствата на природата и културата. Тук, според легендите, обичал да броди античният певец Орфей и младият, непокорен Спартак – водачът на въстаналите роби в Рим. Не са спестили хвалебствията си и древните историци Тукидид и Херодот. Ако и вие дойдете във Велинград, едва ли ще останете безразлични към неговите забележителности. През 1948 г. селата Лъджене, Каменица и Чепино се обединяват в едно селище, провъзгласено за град, наречен на името на партизанката Вела Пеева – Велинград. Той е административен, стопански и културен център на Велинградската община, обявен за балнеоложки курорт, разположен в Чепинската котловина в Западните Родопи.

Курортът е профилиран за лечение на белодробни заболявания, ставни заболявания, на опорно-двигателния апарат, на нервната система, гинекологични (в това число и стерилитет), бъбречни, чернодробни, стомашно-чревни и много други. По изобилие и разнообразие на минералните си води Велинград се нарежда на първо място в България. Температурата на минералните извори е между 28-86 градуса по Целзий. Известни са шест

терминални находища – Лъджене 1, Лъджене 2, Каменица, Драгиново и Варварски бани. Бликат около 80 извора, които по количество и състав съчетават едновременно лечебните възможности на водите в Хисаря, Баня и Наречен. В базата на СБР – НК – филиал Велинград, работят висококвалифицирани специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, неврология, вътрешни болести, нефрология и детски болести.

Успешно се прилагат методите на балнеолечението: минерални вани и басейн, апаратна физиотерапия, кинезитерапия, лечебен масаж, рефлексотерапия, диетолечение.

Специализираната болница е профилирана за лечение на:

- **Заболявания на периферната и централната нервна система.**
 - **Ортопедо-травматологични заболявания.**
 - **Белодробни заболявания.**
 - **Ендокринно-обменни заболявания.**
 - **Състояние след продължително боледуване.**
- Бъбречно-каменна болест.**
- **Възпалителни гинекологични заболявания.**



СБР – НК ЕАД – Филиал Велинград
4600 гр. Велинград, ул. "Г. Делчев" № 38
Директор: 0359/ 5 25 43
Регистратура: 0359/ 5 33 59
Факс: 0359/ 5 54 91
E-mail: sbr_vd@mail.bg
www.rehabilitatzia-bg.com





СБР НК • ЕАД филиал НАРЕЧЕНСКИ БАНИ

Лечелившият избор



Нареченските минерални води се различават съществено по своята радиоактивност и до известна степен - по температурата. Те са бистри, безцветни, без мирис, с приятен вкус.

Температурата им е от 11 до 29 градуса по Целзий. Нареченските минерални води съдържат до 1632 милиграма минерални вещества на литър.

Тук в СБР НК - филиал Нареченски бани, са създадени прекрасни условия за лечение и отдих. В болницата се лекуват следните заболявания:

- **Функционални разстройства на централната нервна система, слединсултни състояния.**

- **Заболявания на сърдечно-съдовата**

система.

- **Ендокринно-обменни заболявания** - захарен диабет, тиреотоксикоза, затлъстяване.

- **Заболявания на периферната нервна система.**

Освен тях успешно се лекуват и редица други, съпътстващи основното заболяване - болести на стомаха и червата, на двигателния апарат, кожни и други заболявания.

Специализираната болница разполага с висококвалифицирани специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, неврология, вътрешни болести, психиатрия. Успешно прилагани методи на лечение са балнеолечение, термолечение, апаратна физиотерапия.



СБР - НК ЕАД - Филиал Нареченски бани

4239 с. Нареченски бани

обл. Пловдив, ул. "Родопи" 1

Директор: 032/ 62 90 93

Резервации: 03342/ 22 24; 032/ 63 68 68

Факс: 032/ 62 90 93

E-mail: nar.bani@abv.bg

www.rehabilitatzia-bg.com



СПЕЦИАЛИЗИРАНА БОЛНИЦА ПО ПНЕВМОФТИЗИАТРИЧНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ ЗА ДОЛЕКУВАНЕ, ПРОДЪЛЖИТЕЛНО ЛЕЧЕНИЕ И РЕХАБИЛИТАЦИЯ „ЦАР ФЕРДИНАНД I“ с.Искрец

Болницата е създадена през 1908 г. като противотуберкулозен санаториум с указ и дарение от Цар Фердинанд I. Мястото за създаване на санаториума е избрано от специално назначена от Цар Фердинанд комисия, която е пътувала из България и е извършвала измервания на климатичните параметри.

На 29 май 2008 година болницата отпразнува своя 100-годишен юбилей.

Почетен гост на събитието беше Н.В. княгиня Мария-Луиза, която откри паметна плоча с лика на ядро си Цар Фердинанд I.

Светият синод на Българската православна църква подарява земите за построяването на лечебното заведение, а Министерството на горите засажда в болничния парк от 250 декара уникални иглолистни и широколистни дървесни видове, които обогатяват въздуха и го правят още по-чист и лековит.

Пред Главната болнична сграда расте секвоя-гигант, посадена лично от Цар Фердинанд при откриването

на болницата.

В самия двор на болницата се намира Искречкият манастир „Успение Богородично“ построен през 1110 г., с уникална баннистерия към него - единствената шестоъгълна кръщелница на Балканския полуостров.

В землището на манастира "Успение Богородично" край село Искрец комисията намира уникални климатични условия, много подходящи за лечение на белодробни заболявания, а именно: 450 метра надморска височина, южен склон, липса на мъгли през цялата година, отлична екологична обстановка.



с. Искрец
обл. Софийска
кв. „Санаториума“
тел.: 07163/2001
тел.: 07163/2572
моб.: 0889 201 493
моб.: 0889 529 180
e-mail: tzarferdinand@abv.bg
www.iskrec.com



В Специализираната болница по пневмофтизиатрични заболявания за долекуване, продължително лечение и рехабилитация " Цар Фердинанд I" се лекуват пациенти по клинични пътеки, страдащи от хронична обструктивна белодробна болест (ХОББ), хронична дихателна недостатъчност (ХДН) и астма.

Провежда се и долекуване и рехабилитация на белодробна туберкулоза и съпътстващи заболявания на сърдечно-съдовата система.

Лечението на пациентите се провежда от високо квалифицирани специалисти по вътрешни болести, пневмология фтизиатрия. Рехабилитацията се провежда

от специалист-методист по лечебна физкултура.

Легловата база е от 100 легла, разположени в две отделения - пневмофтизиатрично и фтизиатрично.

Лечението в болницата е безплатно. Приемът на пациенти, боледуващи от ХДН, ХОББ или астма, става с направление от личен лекар, всеки ден от 07.30 до 15.30 часа.

Пациентите за долекуване и рехабилитация на белодробна туберкулоза БК(-) се насочват от белодробните диспансери.

Лечебното заведение разполага със собствена кухня, в която ежедневно се приготвя разнообразна храна за лекуващите се.

Болницата разполага със съвременна медицинска апа-

ратура - ехокардиограф, ехограф, спирометри, апарат за измерване на кръвно-газов анализ, пулсов оксиметър с възможности за 24-часово мониториране, велоергометър, скопичен рентгенов апарат "Сименс", бронхоскопски апарат "Олимпус" и с модерно оборудвани клинична и микробиологична лаборатории с апаратура за компютърна обработка на клиничните и биохимичните показатели.

През 2008 година с целеви средства, предоставени от Министерството на здравеопазването, болницата закупи нов графичен рентгенов апарат с възможност за томография и нова автоматична проявителна машина. Рентгеновият кабинет е изцяло преоборудван и обновен.





Курортът на славеите

Кой не чувал за хисарската вода, кой поне веднъж не е отпилвал от тази вълшебна течност в търсене на здравословния еликсир? И малки, и големи са отлично запознати с популярната марка, чиято слава отдавна е прехвърлила родните граници. Магичните качества на минералните води дават отлични резултати в богатата база за рехабилитация - Хисаря, която разполага с висококвалифицирани специалисти по физикална и рехабилитационна медицина, вътрешни болести, нефрология и детски болести. Тук показани за лечение са следните заболявания:

● **Бъбречно-урологични заболявания** - бъбречно-каменна болест; хронични пиелонефрити – калкулозни и некалкулозни; интерстициални нефрити; ХБН-I степен и състояния след ОБН; съпътстващи нефропатии - диабетна, подагрозна и др.; поликистоза с БКБ и други вродени аномалии; състояния след операция на органите на отделителната система; състояние след литотрипсия; цистити; уретрити; хронични простатити; бенигна простатна хиперплазия без обструкция.

● **Заболявания на храносмилателната система** - хронични гастрити; язвена болест на стомаха и дуоденума; следоперативни състояния; ентрити; колити; ентероколит; функционални разстройства на стомаха и червата; заболявания на черния дроб и жлъчните пътища; хронични панкреатити.

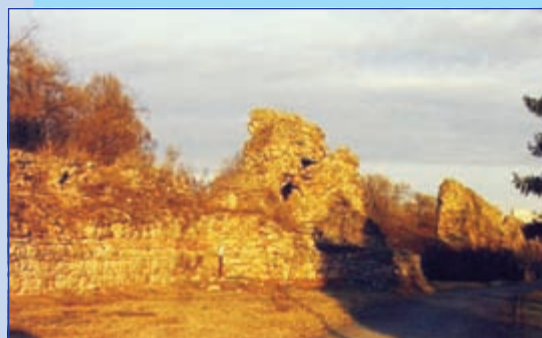
● **Обменно-ендокринни заболявания** - захарен диабет; подагра; хиперурекемия с различни видове диатези; леки форми на хипер и хипотиреози с йонен дефицит; затлъстяване, дислипидемии; остеопороза.

● **Хронични интоксикации** - хронични професионални интоксикации с тежки метали (олово, живак, бисмут); от радионуклиди; токсични продукти от фармацевтичната промишленост (антибиотици и междинни продукти при производството им) и др.

Основен метод за лечение е водолечението с минерални води. Извършва се в наличните минерални басейни, душове, вани (обща, лечебни, перлени, субаквални), подводен масаж.



СБР – НК ЕАД – Филиал Хисаря
4180 гр. Хисаря, бул. "Гурко" № 2
Директор: 0337/ 6 20 44
Регистратура: 0337/ 6 25 72
Факс: 0337/ 6 20 43
E-mail: sbrnk_hisar@abv.bg
Wwww.rehabilitatzia-bg.com





ИСКАТЕ ДА ПРЕЖИВЕЕТЕ НЕЗАБРАВИМА ВАКАНЦИЯ?
ТЪРСИТЕ УЮТНО МЯСТО, ОТЛИЧНО ОБСЛУЖВАНЕ И МИГОВЕ, ИЗ-
ПЪЛНЕНИ С НЕВЕРОЯТНИ ЕМОЦИИ? ВСИЧКО ТОВА МОЖЕТЕ ДА
НАМЕРИТЕ В ЧЕТИРИЗВЕЗДНИЯ ХОТЕЛ "ЕЛЕГАНТ" В ГРАД БАНСКО.



ХОТЕЛЪТ РАЗПОЛАГА С 9 ЛУКСОЗНИ АПАРТАМЕНТА И 24 ДВОЙНИ
И ТРОЙНИ СТАИ. ВСЯКА ОТ СТАИТЕ Е ОБОРУДВАНА С ТЕЛЕФОН,
КАБЕЛНА ТЕЛЕВИЗИЯ, МИНИ БАР, САМОСТОЯТЕЛЕН САНИТАРЕН
ВЪЗЕЛ С ВАНА И СЕШОАР.



НА РАЗПОЛОЖЕНИЕ НА ПОЧИВАШИТЕ СА ФИТНЕС ЗАЛА, ТЕНИС
НА МАСА, БИЛЯРД И СПА ЦЕНТЪР, ВКЛЮЧВАШ БАСЕЙН, ДЕТСКИ
БАСЕЙН, ДЖАКУЗИ, САУНА, ПАРНА БАНЯ И РАЗЛИЧНИ ВИДОВЕ
МАСАЖИ, КОИТО ШЕ ОПУСНАТ ВАШЕТО ТЯЛО И ДУХ И ШЕ ВИ
ЗАРЕДЯТ С НОВА ЕНЕРГИЯ.



ЗА УДОБСТВОТО НА ГОСТИТЕ ИМА ОШЕ И АСАНСЬОР, КЪТ ЗА
ОТДИХ, ЛОБИ БАР, ОХРАНЯЕМ ПАРКИНГ С ВИДЕОНАБЛЮДЕНИЕ И
СКИ ГАРДЕРОБ.



В МЕХАНАТА НА ХОТЕЛА МОЖЕ ДА ОПИТАТЕ НАЦИОНАЛНА БЪЛ-
ГАРСКА КУХНЯ И ТИПИЧНА БАНСКА КУХНЯ. КАМИНАТА ДОПЪЛВА
УСЕЩАНЕТО ЗА УЮТ, А ЖИВАТА МУЗИКА ДОПРИНАСЯ ЗА ВАШЕТО
ДОБРО НАСТРОЕНИЕ.



ОТЛИЧНОТО РАЗПОЛОЖЕНИЕ НА ХОТЕЛ "ЕЛЕГАНТ", В БЛИЗОСТ
ДО МОДЕРНИЯ КАБИНКОВ ЛИФТ И ДО СТАРИННИЯ ЦЕНТЪР НА
БАНСКО, ГО ПРАВЯТ НАИСТИНА АТРАКТИВНО МЯСТО ЗА ПОЧИВКА.

Гр. Банско, ул. „Пейо Яворов“ 31
Тел.: + 359 749 888 60
Факс: +359 749 888 61
GSM: +359 878 117 454
elegantbansko@mail.bg

www.elegant.bansko.bg



