

Терренкур* тоже лечит

Кто может пройти лечение в санатории за счёт бюджета?

Лариса ХАЙДАРШИНА

Каждый год реабилитацию в больницах восстановительного лечения и санаториях за счёт бюджета Свердловской области получают десятки тысяч жителей Среднего Урала — и взрослые, и дети. Кто может рассчитывать на бесплатную путёвку в санаторий или госпитализацию для восстановления здоровья, рассказывает «ОГ».

Взрослые

«Рущ», «Озеро Чусовское», «Липовка» и «Маян» принято считать санаториями — так повелось ещё с прежних, советских времён. Однако сегодня официально они называются медицинскими учреждениями реабилитационного профиля и все они имеют лицензию на медицинскую деятельность по профилю «Медицинская реабилитация». Так же, как и некоторые отделения других больниц в области. Это позволяет направлять сюда на госпитализацию пациентов абсолютно бесплатно для них.

В 2016 году медицинскую реабилитацию получили 11 250 жителей Свердловской области, — сообщила «ОГ» Ирина Василенко, главный специалист отдела специализированной медицинской помощи регионального министерства здравоохранения. — 5 524 взрослых отправят на реабилитацию по неврологии — обычно это пациенты после инсульта. Ещё 4 090 человек получат кардиореабилитацию после инфарктов и операций на сердце и сосудах. 1 336 больных восстановятся после травм и операций на опорно-двигательной системе организма. 160 детей пройдут реабилитацию после перенесённых заболеваний перинатального (околородового периода), наконец, восстановительное лечение получат 140 детей с нарушениями слуха.

Такие направления на госпитализацию дают больным



Лечебная физкультура — самый распространённый метод оздоровления в санаториях, он не имеет никаких противопоказаний

сразу после лечения в больнице, и это позволяет сократить пребывание пациентов в специализированном стационаре. Чем профессиональнее больной человек получит помощь, тем выше будет качество его жизни в дальнейшем.

Дети

Эти больницы восстановительного лечения во многом похожи на санатории: задача их — не только укрепить здоровье, но и реабилитация. Недаром в Свердловской области любой ребёнок школьного возраста, если по состоянию здоровья ему показано санаторно-курортное лечение, имеет на это право. В министерстве образования региона сообщили «ОГ», что в 2016 году смогли пройти оздоровление в санаториях уже 19 418 детей, план на год — 20 194 ребёнка.

Так, в Екатеринбурге встать на очередь для полу-

чения путёвки в санаторий для школьника можно весной в районных администрациях — и тогда летом ребёнок сможет поехать отдыхать и лечиться. Этим летом юных жителей уральской столицы отправляли в санатории «Соколинский камень», «Изоплит», «Талый ключ», курганские «Сосновая роща», «Лесники» и на Чёрное море. Некоторые санатории, такие как «Соколинский камень» и «Изоплит», принимают детей на лечение и в течение учебного года. А кроме того, родители могут заплатить за путёвку самостоятельно, но затем вернуть часть потраченных на неё средств через районные управления социальной политики или МФЦ.

Дома лучше

Общезвестно, что жителям северных территорий, не привыкшим к активным солнечным лучам, отдых на жарких югах способен при-

нести вред, а вот отпуск в родных широтах лишь прибавляет здоровья. Недаром же главный врач Свердловского областного онкодиспансера Вячеслав Шаманский никогда не проводит отпуск далеко от дома, предпочитая отдыхать на Урале. — Убеждён, что полезнее выбирать для отдыха те места, где живёшь. В этом случае организм не испытывает сильного стресса, и выделенное под отпуск время используется действительно для оздоровления, — считает Вячеслав Шаманский. — Для жителя Среднего Урала нет пользы ни от чрезмерной жары, ни от активных солнечных лучей.

К тому же сегодня у нас достаточно мест, где можно получить оздоровление в современных комфортных условиях.

— Стандартный срок санаторно-курортного заезда — 21 день, — говорит врач физиотерапевт Екате-

КСТАТИ

Санаторное лечение назначает врач: в каждом индивидуальном случае могут быть противопоказания, и общих для всех рекомендаций быть не может. Пожалуй, кроме одной: **терренкура***. Этим красивым французским словом ещё в XIX веке называли в России дозированные пешие прогулки в лечебных целях. — Все санатории находятся в парковых зонах, где можно и нужно подолгу гулять. Доказано, что это приносит пользу здоровью, — уверена физиотерапевт Ольга Рябова.

В ТЕМУ

Санаторно-курортное лечение обеспечивает и Свердловское региональное отделение Фонда социального страхования России десяти льготным категориям граждан — инвалиды и участники войны, дети-инвалиды, ветераны локальных войн, чернобыльцы и так далее. В 2015 году бесплатно отдохнули и почилились 6 981 человек, из которых в здравницах южного направления побывали 1 400 человек. Всего на эти цели было потрачено более 140 миллионов рублей.

бургского центра профилактики и охраны здоровья рабочих промышленными предприятиями **Ольга Рябова**. — Дело в том, что одновременно принимать грязи и ванны с минеральной водой не рекомендуют — обычно их чередуют. Курс, на который выписывают процедуры — 10 дней. Из этого складывается традиционный срок санаторного лечения. Однако очень часто оба типа процедур вовсе не требуются человеку, поэтому может быть достаточно 10-12 дней.

Чем лечат?

Санаторное лечение для многих россиян ассоциируется с эпизодами советского фильма «Любовь и голуби», где герои **Александра Михайлова** и **Людмила Гурченко** проходили оздоровление при помощи велотрек-нажёров и электросна. Эти хорошо знакомые нам средства вполне успешно применяются для реабилитации до сих пор.

— Лечебная физкультура — отличное восстановительное средство для всех без исключения групп больных, — считает начальник отдела оказания медицинской помощи матерям и детям минздрава Свердловской области **Свет-**

лана Татарева. — ЛФК почти не имеет противопоказаний. Электросон отлично зарекомендовал себя при лечении неврологических заболеваний. В санаториях Среднего Урала людям с заболеваниями опорно-двигательного аппарата назначают лечение сапропелевыми грязями озера Молтаево, которое находится в Алапаевском районе.

— Минеральную воду в здравницах используют самую чистую. Как правило, берут её из источника поблизости, а если источника нет, то назначают на приём внутрь бутилированную воду, — рассказывает физиотерапевт Ольга Рябова. — Разная вода используется для лечения желудочно-кишечного тракта и мочевыделительной системы. Людям с заболеваниями дыхательной системы и аллергиям назначают курсы галотерапии — сеансов в соляной камере. Галокамеры, кстати, в последние годы появились практически в каждом санатории Свердловской области. Массаж особенно полезен при заболеваниях опорно-двигательного аппарата и в случаях неврологических заболеваний. Магнитолечение мы применяем, как правило, при лечении суставов и реабилитации после травм.

Купон-скидка 500 рублей*

Ураликурьер *Мур*

Отдых и Лечение по ценам Здравоохранения!
«Обуховский», «Янган-Тау», «Усть-Качка»

Адрес: ул. Пушкина, 10, оф. 102. Тел.: (343) 371-33-11
*Купон на покупку одной путёвки. Купоны не суммируются. Вырезать и принести в офис.

ВАЖНО ДЛЯ РЕГИОНА

В России запущен проект «Народный санаторий»

МОСКВА. Директор Института развития туризма и курортного дела **Андрей Замiatин** на днях направил обращение вице-премьеру **Ольге Голодец**. В этом обращении он рассказывает о проекте «Народный санаторий» и просит правительство эту инициативу поддержать. Своим замыслом он поделился и с «ОГ»:

— Сейчас в санаториях — государственных, ведомственных, частных — много мест остаются пустыми. К примеру, в государственных санаториях не используется почти половина из них. Особенно пусто в межсезонье — с осени до весны. Суть идеи заключается в том, чтобы санатории предлагали всем желающим «незагруженный номерной фонд» по единой согласованной цене. Она будет вполне демократичной — правда, в этой демократии будут свои эконом-номера (будут называться «народный стандарт») и «люксы» («народный комфорт»). Например, с января по март стоимость одного суток на одного человека составляет 1,6 тысячи рублей. Но лучше такие деньги, если они покрывают хотя бы себестоимость, чем пустые номера. Тут важно свести спрос и предложение. Мы уже сотрудничаем с санаторием Управления делами президента. 19 санаториями АО «РЖД-здоровье», газпромовскими и профсоюзными здравницами. Разослали свои предложения об информационном сотрудничестве в 340 учреждений. Ольга Голодец направила наши предложения в министерства здравоохранения, культуры и сельского хозяйства. На последнее у нас особые надежды: сельское хозяйство всё в работе, а зимой не худо бы и подлечиться. Кое-какой опыт у нас уже есть, проект ведь стартовал 1 мая нынешнего года с помощью ресурса nardsan.ru, и мы помогли уже отдохнуть нескольким тысячам людей в удобное для них и курортов время.

Станислав БОГОМОЛОВ

Где и в каких санаториях отдыхают уральцы?



Виктор ШЕПТИЙ, секретарь Свердловского регионального отделения партии «Единая Россия»:

— Сам я уже давно не был в санаториях. Родственники по путёвке отдыхали в санатории около Алапаевска, остались довольны. На мой взгляд, когда встанет вопрос, куда поехать отдохнуть и укрепить здоровье, выбор нужно делать в пользу местных здравниц. Потому что в других климатических условиях, пусть и более благоприятных, значительная часть времени уходит на адаптацию и акклиматизацию. В нашем регионе есть как государственные, так и частные санатории. Первые получают поддержку из бюджета, но на это не могут уповать. И те, и другие здравницы не должны стоять на месте. Если не будет инвестиций, не будет и развития, и соответствующего потока туристов.



Владимир МАШКОВ, глава Новоуральска:

— Этим летом я отдыхал у нас в «Зелёном мысе», мне очень понравилось. Комфортные цены, хорошая кухня, отличная природа — озеро рядом. Да и погода этим летом выдалась хорошая. На мой взгляд, санаториев у нас в области хватает, но мы несколько отстали от тех же Башкирии и Челябинской области, где построены очень серьёзные комплексы. Нам надо развивать эту сферу, и такие планы уже есть. Стоит усиливать лечебную и профилактическую часть, а также спортивную составляющую: построить горнолыжные комплексы, бассейны, аквапарки.



Борис ИГОШЕВ, научный руководитель УрГПУ, ректор в 2005-2014 гг.:

— В санаториях Свердловской области я ни разу не был, просто не направляли врачей, но слышал о них хорошие отзывы. Зато три раза был в «Янган-Тау» в Башкирии, по медицинским показаниям оно мне больше всего подходит. Там мне очень нравится: закрытая территория, на которой официально запрещено курить, продуманная инфраструктура, красивая природа. Колоссальный выбор процедур, которые помогают нормализовать давление, справиться с проблемами нервной системы, гипертонией. Особенно нравится мне бассейн с минеральной водой. Я знаю около двух-трёх десятков преподавателей из УрГПУ, которые регулярно там отдыхают и поправляют здоровье. Я сам планирую снова посетить его этой зимой после новогодних каникул, когда народу поменьше.



Екатерина БЕЛОЦЕРКОВСКАЯ, заместитель директора школы № 69 Екатеринбург, доверенное лицо **В. Путина**:

— Я предпочитаю отдыхать только на Урале, была во многих санаториях Свердловской и Челябинской областей, Пермского края, Башкирии. Мне легче, когда нет смены климата, которая происходит, когда едешь куда-то далеко. Кроме того, каждая поездка в уральский санаторий помогает увидеть всё многообразие местной природы, понять, в каком богатом крае мы живём. На Урале я отдыхаю душой. Для учителей и всех тех, у кого активный образ жизни и шумная работа, очень важна тишина. В первую очередь я еду в санаторий, чтобы на время отключиться от реактивной жизни, выспаться, подлечиться, побыть наедине с природой. Там могут быть самые простые бытовые условия, но они не играют большой роли. Гораздо важнее чёткое отношение персонала и высокий профессионализм врачей.

Записали **Алёна ХАЗИМУРОВА**, **Елена АБРАМОВА**



САНАТОРНО-КУРОРТНЫЙ КОМПЛЕКС «БЕЛЫЙ КАМЕНЬ»

Начало октября ознаменовалось ярким событием! 5 октября санаторно-курортный комплекс «Белый камень» отпраздновал годовщину с момента торжественного открытия после глобальной реконструкции. С августа 2014 года санаторию пришлось пройти долгий и непростой путь перевоплощения от полной реконструкции до первого благодарного гостя. И сейчас наш санаторий уже смело можно назвать устойчиво востановившимся.

Мы рады снова открыть двери для отдыхающих в новом качестве, предложить абсолютно новые, специализированные, эффективные программы, уникальные для Уральского региона!

Всего в часе езды от Екатеринбурга мы создали для вас комфортные условия для оздоровления, семейного отдыха или незабываемого уикэнда, вне городской суеты, в любое время года.

Квалифицированный персонал санатория, уютная, камерная атмосфера, домашняя кухня, которая порадует самых взыскательных гостей, и современные медицинские технологии — гарантия вашего полноценного и запоминающегося отдыха в санаторно-курортном комплексе «Белый камень».

Своим посетителям мы предлагаем разнообразное санаторно-курортное лечение. Наши основные профили являются лечение **опорно-двигательного аппарата** и **сердечно-сосудистой системы**. В основе лечения санаторий использует природный фактор — **РАДОН**. В сочетании с сильной лечебной и физиотерапевтической базой, лечебной физкультурой, рациональным питанием, при соблюдении определённого режима лечения, ухода и отдыха — восстановление сил и здоровья отдыхающих проходит значительно эффективней! Минерализованная питьевая вода из артезианской

скважины, ионизированный воздух соснового леса, богатый фитонцидами, близость собственной радоновой ванны, привозные сапропелевые грязи озера Молтаево и Медвежье — всё это дало возможность санаторию заслужить уважение гостей не только из УрФО.

Еще одна наша гордость — восстановительные **Детокс** и **Велнес** программы, которые позволяют эффективно снимать последствия хронического стресса, интоксикации. Мужчины от этой программы получают много энергии, уверенность в себе и бодрость духа. Дамы смогут скорректировать свою фигуру и вес, выглядеть моложе и повысить качество жизни.

● Для проживания отдыхающих предоставляются 16 комфортабельных одно- и двухкомнатных номеров, оснащённых всеми удобствами, с возможностью проживания от 1 до 5 человек.

● Пятиразовое сбалансированное питание по системе «меню-заказ» с элементами шведского стола.

● Прокат спортивного инвентаря по сезону: лыжи, коньки, бублики, палки для скандинавской ходьбы, велосипеды, ролики, теннис и т.д.

● Досу: библиотека, сауна, бассейн, караоке, исполнитель, вокалисты, танцы, теннис, бильярд, настольные игры, настольный теннис, настольный футбол, настольный хоккей.

● Приглашаем на лечение и отдых семьи с детьми 0+ лет.

Наши многочисленные медицинские услуги позволяют вам совмещать санаторно-курортное лечение и наслаждаться отдыхом.

Тел. +7 (343) 216-51-96

Email: info@b-kamen.com

b-kamen.com

Адрес: Свердловская область, г. Асбест, п. Белокаменный

Эвалар
АРТРОМАКСИМУМ 5 ДНЕЙ

БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ СУСТАВАМ

5 эффективных лекарственных компонентов, которые действуют комплексно:

- Восстановление хрящевой ткани
- Снятие воспаления
- Устранение болевых ощущений
- Улучшение кровообращения
- Улучшение подвижности суставов

1 УПАКОВКА НА КУРС!

Артромаксимум 5 дней — всего за 5 дней способствует улучшению подвижности и гибкости суставов

«Артромаксимум 5 дней» — это прорыв в разработке препаратов нового поколения. Для быстрой помощи суставам в нем объединены пять основных растительных экстрактов: **босвеллии, лопуха, белой ивы, куркумы, имбиря, усиленные MSM** — источником серы и экстрактом чёрного перца.

Произведено Эвалар: выгодная цена, высокое качество по стандарту GMP!

www.evalar.ru. Спрашивайте в аптеках Эвалар: 267-57-47, 221-62-96, 297-00-22, 330-60-05, а также по телефонам: АС Живика 216-16-16, Лекон-фарм 336-23-71, 360-64-75

«Линия здоровья «Эвалар»: 8-800-200-52-52 (звонок бесплатный). Заказывайте на сайте arteka.ru с бесплатной доставкой в ближайшую аптеку

*Сертификат GMP №С010889-03, NSF International (США). *CoP N.K.Z. 16.01.97.003.E.000181.01.16 от 25.01.2016. БАД. Реклама. 659332, г. Бишкек, ул. Социалистическая, 23/6, ЗАО «Эвалар», ОГРН 102220055376

Внимание, НОВИНКА: «Артромаксимум МАРТИНИЯ!»

Способствует уменьшению боли и воспалительных процессов в суставах, снижению повышенного уровня мочевой кислоты и риска развития подагры.