



Вне сезона: как защититься от летней ангины и что делать, если все-таки заболели

Ангина только кажется "зимней" болезнью. На самом деле ею легко можно заразиться и летом, и протекает она в это время ничуть не легче. О том, как обезопасить себя от ангины летом и что делать, если все-таки заболели, рассказывает заведующий поликлиникой "Достоевская" Медицинского центра "Эко-безопасность", заместитель главного врача по промышленной медицине **Максим Николаевич Грудаёв**.



Максим Николаевич Грудаёв, заведующий поликлиникой "Достоевская" МЦ "Эко-безопасность", зам. главного врача по промышленной медицине

По статистике, на простудные заболевания приходится около 20% всех "летних" болезней. Причин этому много: тяга к холодным напиткам в летнюю жару, сквозняки, включенный над головой кондиционер и путешествия в разные климатические зоны, с последующей акклиматизацией и "знакомством" с новыми штаммами микроорганизмов. Сказываются также хронические инфекции — например, банальный кариес — и резкие температурные перепады.

На фоне этих факторов слабый иммунитет не позволяет нашему



организму стойко сопротивляться микробам, его защитная функция снижается. В результате обычная простуда может легко развиться в ангину, чреватую осложнениями.

заразиться и через пищу, — поясняет **Максим Николаевич Грудаёв**. — По своим проявлениям ангина напоминает простуду, но протекает тяжелее, опасна осложнениями и требует более длительного и скрупулезного лечения. Инфекция может поразить внутренние органы — в том числе сердце, почки, — перейти в абсцесс (острый гнойник) горла и, как следствие, вызвать сепсис. Именно поэтому нужно максимально оперативно диагностировать заболевание и под контролем врача начать с ним бороться".



Разновидности и симптомы летней ангины

"В 80-90% случаев возбудители ангины — это бактерии: стрептококки и стафилококки. Микробы распространяются воздушно-капельным путем, легко можно

Есть несколько разновидностей ангины: катаральная, лакунарная и фолликулярная. Первая считается самой легкой и сопровождается болью в горле, общим недомоганием, головной болью. А температура тела может и не повышаться.

"Лакунарная и фолликулярная ангина, наоборот, сразу проявляется резким подъемом температуры до 39-40 градусов. Наблюдается слюнотечение, увеличиваются подчелюстные лимфоузлы и миндалины, на последних

появляется налет, — отмечает доктор. — В этом случае высок риск сопутствующих осложнений в виде паратонзиллита и парафарингита — воспаления тканей вокруг миндалин. В этом случае усиливается боль на одной стороне горла, возникает резкая боль при попытке открыть рот, больно поворачивать голову из стороны в сторону. Это осложнение очень опасно, развивается за сутки или даже часы и требует немедленных мер, вплоть до госпитализации и хирургического вмешательства”.

Не полосканиями едиными: как лечить ангину

Покой. Это первое, что нужно обеспечить больному. В этот период все силы организма важно бросить на борьбу с болезнью. Человека лучше изолировать в отдельной комнате, выделить ему личную посуду и полотенце.

Обильное питье и жидкая пища. Для выведения токсинов из организма заболевшему обязательно нужно много пить — 2-2,5 литра жидкости в сутки. А есть лучше мягкую или жидкую, не слишком горячую пищу, чтобы лишний раз не раздражать слизистую горла.

Курс антибиотиков. Одним из полосканиями горла при ангине, увы, не обойтись. Все-таки антибиотики справятся с бактериями намного лучше. Но ни в коем случае нельзя заниматься самолечением — назначать под-



Профилактика ангины летом

- 💧 Тщательно ухаживайте за полостью рта
- 💧 Регулярно проходите осмотр у стоматолога и ЛОРа
- 💧 Не употребляйте очень холодных напитков
- 💧 Осторожно (медленно, маленькими кусочками) ешьте мороженое
- 💧 Не сидите под включенным кондиционером
- 💧 Не бросайтесь в холодную воду после долгого пребывания на солнце — сначала стоит обтереться водой, а потом медленно в нее погрузиться
- 💧 В чужой для вас климатической зоне не перенапрягайте свой организм, больше времени уделяйте отдыху

ходящие препараты должен врач.

Жаропонижающие. Эти препараты стоит принимать только при значительном повышении температуры — от 39 градусов и выше. А в первые дни болезни при повышенном слюноотделении полезны полоскания рта теплым 2% раствором соды.

В большинстве случаев на лечение ангины требуется 10-14 дней. Если

улучшение состояния наступило раньше, не спешите возвращаться к привычному ритму жизни. Это заболевание очень коварно: осложнения и рецидивы часто происходят тогда, когда человек возвращается к привычной жизни не до конца выздоровевшим или неокрепшим.

Если же после перенесенной ангины вы в течение 5 дней подряд не наблюдаете повышения температуры тела, болей в горле и болезненности лимфоузлов, показатели крови, мочи и электрокардиограммы в порядке, — вас можно поздравить с победой над болезнью.



Полный цикл

Как работает химико-аналитическая лаборатория на базе НИЦ "Эко-безопасность"

В январе 2022 года на базе Научно-исследовательского центра (НИЦ) "Эко-безопасность" начала работу химико-аналитическая лаборатория QBioLab. Ее основная задача – проведение работ в области доклинических и клинических исследований (КИ) лекарственных препаратов в соответствии со стандартами надлежащей лабораторной и клинической практики (GCP и GLP).

Собственная лаборатория дает НИЦ большое преимущество среди других площадок для проведения КИ, так как позволяет охватывать полный цикл исследований и делает этот процесс более выгодным для заказчиков. Приоритетное направление ее деятельности – разработка валидированных методик количественного определения лекарственных препаратов методом хромато-масс-спектрометрии (сравнительная биоэквивалентность фармпрепаратов).

О первых итогах работы лаборатории рассказал ее заведующий – врач клинической лабораторной диагностики высшей квалификационной категории, доктор медицинских наук, доцент Геннадий Георгиевич Родионов.

Зачем нужны исследования биоэквивалентности

"Концепция биоэквивалентно-

сти – основополагающая для процедур государственной регистрации воспроизведенных лекарственных препаратов. Это такие лекарства, которые имеют такой же качественный и количественный состав действующих веществ в такой же лекарственной форме, что и референтный препарат. И биоэквивалентность или терапевтическая эквивалентность которого референтному препарату подтверждена соответствующими исследованиями", – поясняет заведующий лабораторией QBioLab.

По его словам, в ряде случаев исследование биоэквивалентности требуется на предрегистрационном этапе при внесении изменений в регистрационное досье лекарственного препарата. Например, оно обязательно при существенном изменении состава и технологии производства лекарства, при изменении лекар-



Геннадий Георгиевич Родионов, заведующий лабораторией, врач клинической лабораторной диагностики высшей категории, д.м.н., доцент

ственной формы, разработке комбинированных лекарственных препаратов.

Метод и оборудование QBioLab

Исследование биоэквивалентности двух лекарственных препаратов состоит из двух последовательных частей: клинической и аналитической. Первая часть подразумевает рандомизированное, двухэтапное, перекрестное исследование в двух группах добровольцев с приемом однократной дозы. Во второй части исследуют концентрации лекарственных препаратов в биопробах добровольцев. Эту часть и обеспечивает химико-аналитическая лаборатория QBioLab.

Работы выполняются на американском высокоэффективном жидкостном хроматографе Agilent 1260 серии Infinity II с масс-селективным детектором с тройным квадрупомом Agilent 6470. Комплекс позволяет проанализировать более 95% существующих на мировом рынке лекарственных препаратов.

Метод ВЭЖХ-МС/МС, применяемый в лаборатории, контролирует содержание следовых количеств биологически-активных веществ, маркеров и гормонов, а также обеспечивает мониторинг лекарственных



препаратов, токсинов в крови и других биологических жидкостях и тканях, гарантируя высокий уровень надежности результатов.

"Сочетание ВЭЖХ с масс-спектрометрией дает возможность решать практически любую задачу, связанную с лекарственным мониторингом, и одновременно определять десятки разных лекарственных веществ и их метаболитов. Позволяет быстро и эффективно разделять вещества даже из самых сложных матриц. Высокая чувствительность и селективность метода обеспечивает самые низкие пределы обнаружения препаратов (десятки пг/мл), — отмечает Геннадий Георгиевич Родионов. — Это признанный стандарт проведения лекарственного мониторинга и биоэквивалентности в ведущих лабораториях мира. Комплекс позволяет затрачивать на анализ одного образца 3-5 минут и минимизировать сроки выполнения проекта в целом".

Почему собственная химико-аналитическая лаборатория в структуре НИЦ выгодна заказчикам

С момента открытия лаборатории на ее базе уже провели исследования биоэквивалентности лекарственных препаратов согласно протоколам № LR-VE-2020, SP-010, LAM-VE-2020 и OXC-VE-2020. Исследования прошли успешно и в соответствии с требованиями — заказчики остались довольны.

Собственная химико-аналитическая лаборатория в структуре НИЦ "Эко-безопасность" позволяет предоставлять



потенциальному заказчику полный комплекс услуг по выполнению исследований биоэквивалентности лекарственных препаратов на одной базе, с подготовкой всего комплекта финальных документов. Это существенно снижает финансовые затраты заказчика.

Один из перспективных планов по развитию деятельности лаборатории — внедрение в ее работу теста сравнительной кинетики растворения *in vitro* как дополнение к исследованию биоэквивалентности.

"Это обусловлено тем, что при разработке состава лекарственного препарата тест сравнительной кинетики растворения (ТСКР) служит инструментом установления его биофармацевтических свойств — то есть свойств, способных повлиять на его биодоступность. Кроме того, в отдельных случаях ТСКР может служить заменой исследованиям биоэквивалентности", — поясняет заведующий QBioLab.

Услуги химико-аналитической лаборатории QBioLab

- Разработка и написание аналитического раздела протоколов исследования биоэквивалентности препаратов на основе всесторонней оценки используемых биоаналитических методик
- Проведение полной валидации и внедрение аналитических методов анализа лекарственных препаратов и их активных метаболитов в биопробах (плазма, сыворотка крови и др.)
- Оформление валидационного отчета до начала исследования биоэквивалентности
- Проведение биоаналитических исследований проб по клиническим и доклиническим исследованиям в соответствии с регламентирующими документами
- Оформление аналитического отчета в соответствии с регламентирующими документами
- Комплексный статистический анализ фармакокинетических данных



Проверка на качество:

чем занимается на базе НИЦ "Эко-безопасность" Центр регистрации и клинических испытаний медицинских изделий

Уже почти год в структуре НИЦ "Эко-безопасность" плодотворно работает Центр регистрации и клинических испытаний медицинских изделий. Его руководитель – **Ольга Владимировна Усачёва** – рассказала о специфике работы Центра и первых результатах.

За время работы Центр провел более 20 клинических испытаний медицинских изделий и зарегистрировал более 10 изделий разного класса риска и степени сложности. *"Учитывая, что клинические испытания в этой сфере занимают от 20 рабочих дней до 6 месяцев, а регистрация длится в среднем 7-9 месяцев, это достаточно высокий показатель. В ближайшее время мы также планируем развивать направление регистрации БАД и дезинфицирующих средств"*, – объясняет **Ольга Владимировна Усачёва**.

процесса регистрации для производителей и поставщиков медицинских изделий.

Поэтому миссия Центра – максимально помочь производителям понять основные правила регистрации и производить медицинские изделия более продуктивно.

"Сейчас это как никогда актуально. В условиях нестабильности мировой экономики и международных отношений во многих странах мира растет популярность идеи укрепления национальных производственных



Ольга Владимировна Усачёва,
руководитель Центра
регистрации и клинических
испытаний медицинских изделий

С учетом роста цен на сырье и зарубежную продукцию, а также обострившихся трудностей в части логистики и потребности в качественном и быстром производстве возникла острая необходимость в импортозамещении некоторых медицинских изделий.

"При успешном переходе на произ-



Центр регистрации и клинических испытаний медицинских изделий оказывает услуги по разработке технической и эксплуатационной документации, сопровождению процесса регистрации медицинских изделий, проведению их клинических испытаний, а также другие услуги, связанные с производством и обращением медизделий.

По ее словам, сейчас в России достаточно высокий спрос на регистрацию и испытания медицинских изделий. Дело в том, что с 2017 года Росздравнадзор с завидной регулярностью вносит изменения в правила регистрации и производства медизделий, выпускает новые документы, устанавливающие требования к регистрации и производству, а также к содержанию технической и эксплуатационной документации.

Кроме того, еще в 2016 году начался переходный период в области регистрации медицинских изделий в соответствии с правилами ЕАЭС. Этот период должен был истечь 1 января 2022 года, но в связи с пандемией COVID-19 он пока не завершен.

Для гармонизации процессов регулятор внес дополнительные изменения в правила регистрации. Некоторые правки еще находятся на рассмотрении и вступят в силу 1 сентября. Весь этот объем информации значительно затрудняет понимание

комплексов. В России тема рассматривается через призму импортозамещения как наиболее важной и сложной техники, так и простых, но необходимых медицинских изделий – например, масок, бахил, медицинской одежды", – отмечает руководитель Центра.

водство отечественных медицинских изделий (хотя бы большинства) мы сможем обеспечить миллионы людей новыми рабочими местами, а потребителей – качественными и доступными медицинскими изделиями", – подчеркивает **Ольга Владимировна**.



Новый виток сотрудничества:

Медцентр "Эко-безопасность" открыл здравпункт в инженерно-техническом центре Nissan

Лицензия на работу здравпункта получена в апреле, с тех пор там ведется непрерывная медицинская деятельность.

Новый виток в развитии направления промышленной медицины. В апреле 2022 года Медицинский центр "Эко-безопасность" получил лицензию на открытие очередного здравпункта. Его развернули на базе инженерно-технического центра (NTCER) японского автомобильного концерна Nissan, расположенного на Парашютной улице в Петербурге.

"В этом подразделении концерна работает порядка 300 сотрудников. В здравпункте на постоянной основе в графике 5/2 принимает врач-

терапевт. Доктор проводит пред-рейсовые осмотры, принимает сотрудников с жалобами на состояние здоровья, выдает необходимые справки по запросу", — поясняет Максим Николаевич Грудаев, заведующий поликлиникой "Достоевская", заместитель главного врача по промышленной медицине.

Автоконцерн Nissan — один из старейших корпоративных клиентов Медицинского центра "Эко-безопасность", с которым за долгие годы сложилось крепкое и плодотвор-



ное сотрудничество. В этом контексте расширение взаимодействия выглядит вполне логичным и обещает быть для обеих сторон не менее продуктивным.

Новые циклы, клиенты и правила регистрации дипломов

Как ВШМ "Эко-безопасность" прожила первое полугодие-2022

Высшая школа медицины "Эко-безопасность" продуктивно провела первую половину 2022 года: запустила несколько актуальных циклов, обросла новыми крупными клиентами и адаптировалась к очередным изменениям в системе последипломного образования медицинских работников. Подробнее о событиях прошедших 6 месяцев рассказал директор ВШМ Игорь Анатольевич Бушманов.

Новые клиенты и образовательные продукты

С начала 2022 года Высшая школа медицины запустила новые циклы по востребованным направлениям работы высшего и среднего медицинского персонала. "В их числе — "Избранные вопросы дезинфекционного дела", "Современные аспекты сестринского дела в анестезиологии и реаниматологии", "Современные аспекты работы фармацевтов", "Эпидемиология и профилактика СМП в ургентной службе" и другие циклы повышения

квалификации и профессиональной переподготовки. Всего ассортимент ВШМ пополнился 8 новыми образовательными продуктами", — рассказывает Игорь Анатольевич Бушманов.

Из новых крупных организаций к пулу клиентов ВШМ в 2022 году присоединились ГУП "Петербургский метрополитен", ФГБОУ "Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I", АО "Футбольный клуб "Зенит", а также несколько социальных центров и учреждений здравоохранения.

Новый механизм регистрации курсов – дополнительная проверка документов об образовании

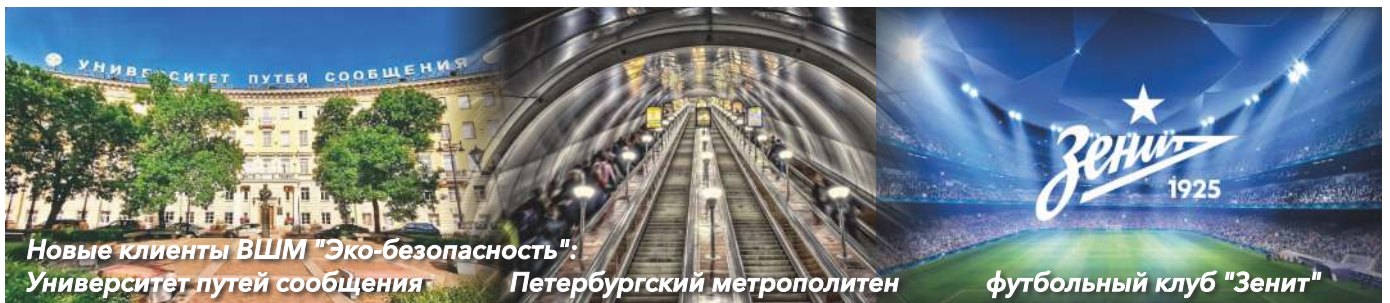
Произошли значительные изменения в механизме регистрации курсов. Теперь все циклы повышения квалификации и профессиональной переподготовки, которые проводит ВШМ, регистрируются в Федеральной информационной системе "Федеральный реестр



Игорь Анатольевич Бушманов,
директор ВШМ "Эко-безопасность"

сведений о документах об образовании и (или) о квалификации, документах об обучении" (ФИС ФРДО). Этот реестр формирует и ведет Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки на основании закона "Об образовании в Российской Федерации".

"Ведомство собирает эти данные и хранит их на защищенных серверах ФИС ФРДО. Информация находится в открытом доступе на сайте Рособнадзора. С помощью этого инструмента специалисты и потенциальные работодатели могут проверить достоверность документа об образовании или квалификации, полученного после обучения в "Высшей школе медицины", — поясняет директор ВШМ.



Новые клиенты ВШМ "Эко-безопасность":
Университет путей сообщения

Петербургский метрополитен

футбольный клуб "Зенит"

MedSafe.pro™©: цифровая медицина в помощь клиентам и сотрудникам Медицинского центра "Эко-безопасность"

Как новый цифровой помощник улучшает организацию и проведение профосмотров и почему это повышает лояльность клиентов.

С момента основания в 2011 году Медицинский центр "Эко-безопасность" уделяет большое внимание цифровизации рабочих процессов. Например, электронная очередь появилась в центре еще тогда, когда ее не было даже в банках, не говоря уже о лечебных учреждениях в сфере частного здравоохранения.

Дальше — больше: собственная медицинская информационная система (МИС), усовершенствование процессов, личный кабинет пациента, чат-бот в Telegram.

Один из последних важных компонентов экосистемы MedSafe — цифровой помощник медицинского центра "Эко-безопасность" в организации и проведении профосмотров, эксклюзивное программное обеспечение MedSafe.pro™©. Силами собственного IT-подразделения Группы компаний "Эко-безопасность" — ООО "Медсейф" — в конце 2021 года ПО запущено в обновленной версии и с улучшенным интерфейсом.

Преимущества работы с MedSafe.pro™©

Один из плюсов работы с программой — встроенная наглядная графическая структура организации, которая позволяет корпоративным клиентам легче ориентироваться в подразделениях их компании и экономит время на поиске пациентов и внесении информации. Организовано удобное расположение и хранение документов, а также доступ к ним.

Быстрое создание и ведение электронной карты и всей траектории профосмотра позволяет работодателям быть полностью информированными на всех этапах процесса. Также программа помогает корпоративным клиентам

быстро подавать и извлекать данные, необходимые для профосмотров и получения результатов по ним. Принимая на себя организационные моменты, MedSafe.pro™© экономит драгоценное время врачей, позволяя им уделить больше внимания самому главному — здоровью пациентов.

А как на практике?

Благодаря MedSafe.pro™© за полгода на профосмотр направили 390 тысяч сотрудников разных организаций — клиентов Медицинского центра. Успешно прошли медосмотр 352 тысячи пациентов, по результатам осмотра выдано 335 тысяч заключений. Ежедневно MedSafe.pro™© повышает объемы услуг и становится все более ценным инструментом в организации оказания медицинской помощи.

Все преимущества работы с обновленным MedSafe.pro™© прочувствовала на себе одна из ведущих российских компаний в сегменте строительства инженерных коммуни-

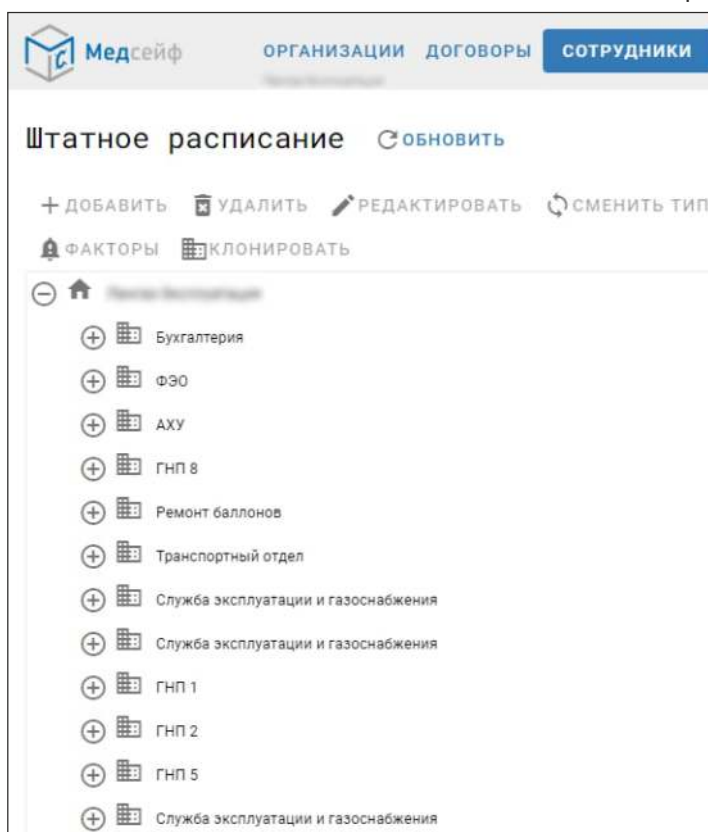


Автор: Марина Вторушина,
заместитель главного врача по
внедрению IT-сервисов

каций для газоснабжения, водоснабжения и водоотведения. Это крупный корпоративный клиент, с которым Медицинский центр "Эко-безопасность" в 2021 году заключил масштабный контракт на проведение профосмотров, в том числе выездных.

В рамках этого сотрудничества врачи медцентра совершили несколько экспедиций в Сибирь, где провели профосмотры сотрудников организации с использованием программного обеспечения MedSafe.pro™©. Силами автоматизированного сервиса специалисты Медицинского центра направили на осмотр 2453 человека, провели 1991 осмотр и выдали 1930 медицинских заключений. В настоящее время плотное сотрудничество с организацией продолжается.

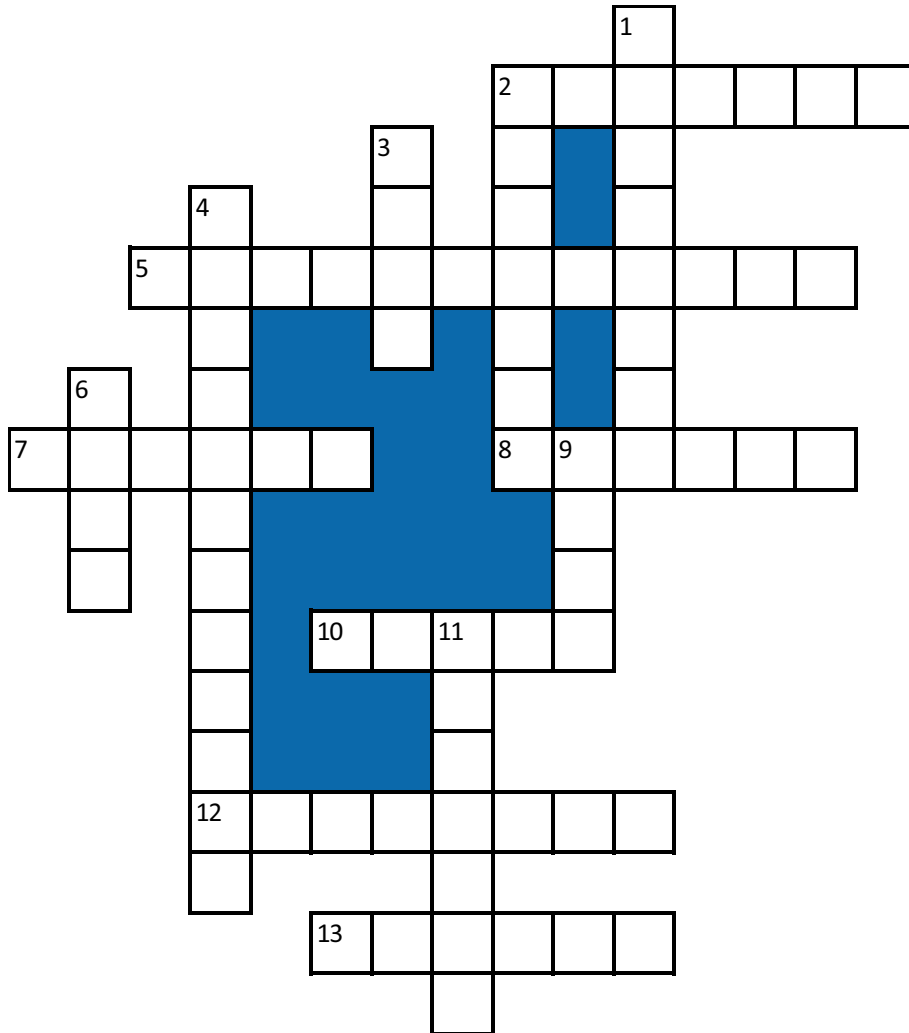
В планах — продолжать развивать собственное ПО, дополняя его актуальными и полезными функциями как для корпоративных клиентов, так и для сотрудников "Эко-безопасности". Ведь налаженные цифровые процессы — залог оптимизации трудозатрат компании и лояльности клиентов.



Пример, как отображается структура организации в программе MedSafe.pro

КРОССВОРД

Медицинские понятия



ПО ГОРИЗОНТАЛИ

2. Острое нарушение кровообращения в головном мозге, вызывающее кровоизлияние в мозг. 5. Комплекс мероприятий, направленных на предупреждение или устранение факторов риска. 7. То, что необходимо оказать при получении травмы. 8. Физическое повреждение организма. 10. Жидкость, возвращаемая в кровяной ток из тканевых пространств по лимфатической системе. 12. Опасность заражения живых организмов. 13. Орган кровеносной системы, создающий энергию движения крови.

ПО ВЕРТИКАЛИ

1. Профилактическое мероприятие, направленное против попадания микробов в рану. 2. Омертвление органа вследствие недостатка кровоснабжения. 3. Повреждение тканей и органов без нарушения целостности покровов. 4. Потеря крови из поврежденных кровеносных сосудов. 6. Глубокий сон. 9. Нарушение анатомической целостности покровных или внутренних тканей. 11. Сердечная мышца.

По горизонтали: 2. Инсульт 5. Профилактика 7. Помощь 8. Травма 10. Лимфа 12. Инфекция 13. Сердце
По вертикали: 1. Асептика 2. Инфаркт 3. Ушиб 4. Кровотечение 6. Кома 9. Рана 11. Миокард

ПОЛИКЛИНИКИ МЕДИЦИНСКОГО ЦЕНТРА "ЭКО-БЕЗОПАСНОСТЬ"



ул. Достоевского д. 40-44
(ст. м. Владимирская, Достоевская,
Звенигородская, Лиговский пр.)

- Отделение профосмотров
- Поликлиника: прием врачей-специалистов, стоматология, гинекология, рентген, УЗИ, ЭКГ, лабораторные анализы



пр. Заневский д. 65 корп. 5,
ТЦ "Платформа", 4 этаж (ст. м. Ладужская)

- Отделение профосмотров
- Поликлиника: прием врачей-специалистов, стоматология, гинекология, рентген, УЗИ, ЭКГ, лабораторные анализы



пр. Ю. Гагарина д. 65 (ст. м. Московская,
Звездная)

- Отделение профосмотров
- Поликлиника: прием врачей-специалистов, стоматология, гинекология, УЗИ, ЭКГ, лабораторные анализы

Центр эстетической медицины



Health & Beauty
СОЮЗ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ЦЕНТРОВ
500-51-03
nicbeauty.ru

Health & Beauty
СОЮЗ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ЦЕНТРОВ
Центр эстетической медицины

NIC Health&Beauty

- Пластическая хирургия
- Флебология
- Косметология

500-51-03
nicbeauty.ru