



НАШ ДЕВІЗ: ДОПОМОЖИ СОБІ САМ!

# 50 плюс

ГАЗЕТА ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ АСОЦІАЦІЇ ПЕНСІОНЕРІВ

Заснована в лютому 2003 року

Свідоцтво про реєстрацію

КВ 6981 від 13.02.03

№5(15)

Для членів ВАП – безкоштовно

2005 рік

ДЛЯ ТИХ, КОМУ П'ЯТДЕСЯТ І БІЛЬШЕ

Спецвипуск –  
презентація Клініки  
сімейного лікаря



# Ми дбаємо про ваше здоров'я

Розповідає  
головний лікар  
Василь Андрійович  
СЕМЕНЮК



Прийом веде отоларинголог Світлана Віталіївна ДЕМЧЕНКО.

## Що дає сімейна медицина?

З цим запитанням ми звернулися до сімейного лікаря клініки „Квітка Марія” Тетяни Миколаївни ТИЩЕНКО.

– По-перше, це Ваш новий підхід до отримання медичних послуг. По-друге, це зручно! У Вас є постійний лікар, який знає про Ваше здоров'я ВСЕ! Це – куратор вашої сім'ї протягом тривалого часу. По-третє, він лікує і дітей, і дорослих, і жінок, і чоловіків. Тож сімейна медицина – це коли вся сім'я – в одних руках.

Закінчення на 3-й стор.

У нашій клініці є майже всі спеціалісти, тож ми маємо змогу вести консультаційний прийом практично за будь-яким фахом. У нас чудові гінекологи. Наприклад, одна з них, Наталія Іванівна Лимар – лікар вищої категорії; вона має стаж близько тридцяти років, у тому числі два десятиліття – на посаді головного лікаря пологового будинку. Світлана Михайлівна Рябець – молодша за віком, але теж користується авторитетом.

Немало важить і те, що для багатьох пацієнток зручніше, коли лікар-гінеколог – жінка. До речі, пацієнтки наших гінекологів мають змогу користуватися найсучаснішим обладнанням.

Ми можемо пишатися висококласними кардіологами. Зокрема, у нас працює кандидат медичних наук Естуардо Васкес Абанто, який має досвід роботи в кардіологічних клініках як в Україні, так і за кордоном. Лікар-кардіолог Тетяна Миколаївна Тищенко має досвід практичної роботи кардіолога-реаніматолога, а також терапевта.

Всім відомо, що після Чорнобильської катастрофи значно зросла захворюваність ендокринної системи. І саме в нашій клініці можна отримати консультації досвідченого ендокринолога вищої категорії, співробітника Інституту ендокринології та обміну речовин Академії медичних наук України Ірини Олександрівни Мойсенс.

Закінчення на 2-й стор.

# Ми дбаємо про ваше здоров'я

Початок на 1-й стор.

Пацієнти можуть також спокійно довіритися досвідченим лікарям – отоларингологу, урологу, хірургу, гастроентерологу, сімейному лікарю. Скажімо, Світлана Віталіївна Ємченко – отоларинголог вищої категорії з величезним досвідом практичної роботи як в Україні, так і в Росії. У своїй роботі вона сміливо застосовує різноманітні методики діагностування і лікування.

В арсеналі її методів – і гомеопатія, і фітотерапія, і іридодіагностика, і інформаційно-хвильова терапія. Вона вмє чудово контактувати і з дітьми, і з людьми похилого віку. Або, наприклад, гастроентеролог 1-ої категорії Раїса Володимирівна Журавель. В клініці вона працює не так давно, але вже має чимало подяк від пацієнтів. На звертання тих, хто потребує допомоги уролога, завжди відгукнується Анжеліка Павлівна Єрмолова. Вона володіє також фахом хірурга.

Надзвичайно актуальною нині є своєчасна діагностика порушень імунної системи, виявлення причин і лікування алергічних хвороб. Тож не випадково ми запросили досвідченого алерголога-імунолога, кандидата медичних наук Олега Володимировича Назара, головного імунолога міста Києва. Переваги нашої клініки в тому, що до таких досвідчених спеціалістів відвідувачі можуть потрапити без направлень, тоді як традиційна система охорони здоров'я ще грішить зайвим формалізмом.

У клініці проводиться ультразвукове дослідження внутрішніх органів, кардіографія, тут можна без проблем і зволікань провести аналізи, широкий спектр лабораторних досліджень. Членам Всеукраїнської асоціації пенсіонерів надаються знижки.

У нас працюють чуйні, ввічливі медсестри Олена Казанцева, Юлія Голець, Валентина Тушинська, ветеран клініки Алла Мецеракєва.



Отже, якщо Ви обрали клініку сімейного лікаря „Квітка Марія” (раніше вона називалась

„Столиця – Асистанс”), можна без перебільшення сказати: Ви не помилились!

## Х. Естуардо ВАСКЕС АБАНТО: „На ваші хвороби слід дивитися очима спеціаліста!”



Кандидат медичних наук Хесус Естуардо Васкес Абанто народився в Перу 7 вересня 1963 року. Одружений, має двох дітей. Лікар-кардіолог. Працював в Україні (спочатку підлітковим лікарем, потім черговим лікарем ЦРЛ), за кордоном, у тому числі в медичних службах, які обслуговували дипломатів Пакистану, персонал компанії „Сервойл Інтернешенел” (Аргентина), „Леммінкайнен Констракшн” (Фінляндія), „Катермар” (Португалія), „Сафар” (Об'єднані Арабські Емірати), „Алкатель” (Іспанія), „Ренесанс” (Росія), „Інтертіч” (Казахстан), кілька років – у центрі невідкладної медицини в Ашгабаті (Туркменістан), у кардіологічному відділенні лікарні Збройних Сил Перу. Естуардо Васкес брав участь у проекті ТАСИС. Повернувся в Україну. Працює у відомій клініці імені Стражеска. Консультує в клініці сімейного лікаря „Квітка Марія” Першої медичної компанії (колишня „Столиця – Асистанс”).

Закінчення на 4-й стор.

Анжеліка ЄРМОЛОВА, уролог, хірург:

### „Застарілі хвороби лікувати важче”

А тому не зволікайте, якщо відчули недугу. Йдіть до лікаря негайно! Адже на ранній стадії захворювання набагато швидше й дешевше ви позбавитесь розладів у роботі нирок, сечового міхура, вилікуєте простатит, аденому тощо. Застарілі хвороби лікувати значно важче. Але в нашій клініці вам допоможуть встановити точний діагноз, визначити ефективні способи лікування.



Олена Казанцева, медсестра:

### „Результати аналізів – того ж дня!”

В нашій клініці проводяться і загальні клінічні, і біохімічні дослідження. Довго чекати результатів аналізів Вам не доведеться – вони видаються того ж дня. Це зручно! А ще ми забезпечуємо ДНК-дослідження, імуноферментні та ПЦР-дослідження, інструментальну діагностику. Взагалі кожному пацієнту тут приділяється максимально можлива увага.



# Що дає сімейна медицина?

Початок на 1-й стор.

З будь-якої медичної проблеми Ви звертаєтесь до сімейного лікаря. В його компетенції близько 80 % медичних проблем. А, якщо він у чомусь сумнівається, він направить Вас до того фахівця, якого добре знає, в компетентності якого впевнений.

**– А як щодо сімейної економіки? Є якась статистика щодо економічної доцільності сімейної медицини?**

– Щоб переконатися в її доцільності, слід, насамперед, нею скористатись. А статистика така:

■ Встановлено, що сім'ї, котрі мають сімейного лікаря, витрачають на ліки на 40 % менше, ніж ті, хто звертаються лише до вузькопрофільних спеціалістів.

■ В разі нападу остеохондрозу терміни та ефективність лікування однакові як у сімейного лікаря, так і у невропатолога, але у першого пацієнти витрачають вдвічі менше грошей.

■ Загальні витрати на медичні послуги сімей, котрі мають сімейного лікаря, на третину менші, ніж у тих, які його не мають.

■ Пацієнти сімейного лікаря вдвічі менше потрапляють до стаціонару і на 70 % рідше звертаються до невідкладної та швидкої допомоги.

■ Тривалість життя пацієнтів сімейного лікаря довша.

**– Чому лише тепер ми почали надавати значення сімейній медицині?**

– Колись в Україні чудову репутацію мали земські лікарі. У ті часи вузькопрофільних спеціалістів було мало, та й знайти їх можна було лише у великих містах. Тож земські лікарі фактично були лікарями загальної практики. З розвитком медицини, накопичення величезного обсягу знань виникла необхідність у вузькій спеціалізації, і про лікарів загальної практики „забули”. Але згодом стало зрозумі-

лим, що не вистачає своєрідного „диспетчера”, який би направляв пацієнта туди, куди треба, стало очевидним, що зник поглиблений терапевтичний підхід до пацієнта.

**– Щоб лікувати не окремі органи, а всю людину?**

– Саме так! Адже помилки в діагностиці траплялися дедалі частіше, оскільки забули про необхідність при визначенні діагнозу враховувати цілісність всього організму, спосіб життя пацієнта, спадковість, генетику. Пацієнта протягом тривалого часу не бачив жоден лікар. У СРСР функцію нібито виконував дільничний терапевт. Насправді ж його місія найчастіше зводилася до виписування лікарняного та величезної за обсягом паперової роботи. А суто лікарський обов'язок більшість дільничних вбачала в тому, щоб пацієнта, в якого болить живіт, направляти до гастроентеролога, кого непокоїть серце, нирки, легені, – відповідно, до кардіолога, уролога, пульмонолога і т. д.

**– Отже, у нас сімейна медицина приживеться?**

– В Україні сімейна медицина як спеціальність була визнана 10-15 років тому. Відтоді ставлення населення і медичних працівників до лікарів загальної практики змінилося на краще. Сімейні лікарі почали впроваджувати приватну практику, організувати власні кафедри при університетах. Хоча звичка абсолютної маси населення – ходити до вузькопрофільних лікарів – ще дуже сильна.

**– А як за кордоном?**

– На Заході спеціальність „сімейна медицина” з'явилася і почала розвиватися на початку 70-х років ХХ століття. У Франції, Німеччині, Великобританії, Швеції, інших країнах Європи, у США й Канаді система сімейної медицини набула широкого розвитку і нині є основою національної охорони здоров'я.

**– Ну, добре, Ви переконали: сімейна медицина – майбутнє нормальної системи охорони**



Заступник головного лікаря клініки „Квітка Марія”, сімейний лікар Тетяна Миколаївна ТИЩЕНКО.

**здоров'я. А чому ж у Вашій клініці сімейного лікаря багато саме вузькопрофільних фахівців?**

– А саме тому, що, по-перше, пацієнти, як я вже сказала, ще мають звичку звертатися за традиційною схемою: „сердечник” – до кардіолога, хворий на алергію – до алерголога. По-друге, ми, лікарі клініки „Квітка Марія”, дуже відповідально ставимося до кожного нашого пацієнта, намагаємося якнайефективніше проводити діагностику, враховуємо висновки високопрофесійних фахівців. По-третє, в нашій клініці всі фахівці – лікарі тільки вищої та першої категорії. Це дає змогу точно встановлювати діагноз, давати корисні поради хворим. Ми дорожимо довірою кожного пацієнта. А тоді, коли відвідувач бачить дбайливе ставлення до його здоров'я, саме й зароджується постійний зв'язок між лікарем і пацієнтом. Ось тоді й утверджується сімейна медицина.



## Світлана Віталіївна ДЕМЧЕНКО, отоларинголог: „Типова помилка людства: надмірне сподівання на силу ліків!..”

Хотілося б поради читачам уникати в своєму житті типової для всього людства помилки – надмірного сподівання на силу ліків! Не забувайте про власну роль у зміцненні свого організму! Треба якнайчастіше робити фізичні вправи, дихальну гімнастику, постійно загартовувати організм. А лікар і ліки – всього лише допомога вам у боротьбі з недугами.

Для того, щоб у вас були нормальні дихальні шляхи, відмовтесь раз і назавжди від тютюнового диму самі і добийтеся цього від своїх рідних і близьких. Адже куріння негативно впливає на слизову оболонку горла й носа не тільки кур-

ця, а й оточуючих (причому, останні страждають ще більше, ніж сам курець!).

Як не дивно, але ці, загальновідомі факти чомусь постійно ігнорують у багатьох сім'ях, а коли виникають неминучі при цьому проблеми зі здоров'ям, біжать до аптеки, ковтають пігулки, вдаються до самолікування. І найчастіше все це призводить до хронічних хвороб горла й носа.

Тому, повторюю: насамперед сподівайтесь на себе, на свої сили, на величезні можливості людського організму, а вже в другу чергу – на лікаря та ліки! Я б сказала, що цю аксіому слід пам'ятати й самому лікарю. Не випадково ж ще в давнину говорили лікареві: „Зцілися сам!”

Жителі такого великого міста, як Київ, повинні пам'ятати, що своєму організму слід допомагати боротися з різними інфекціями, хворобами ще й тому, що внаслідок частих стресових факторів, негативних екологічних змін у навколишньому середовищі має місце масове зниження імунних можливостей людського організму.

Часто літні люди з віком дедалі більше виявляють невдоволення життям, „заряджають себе” негативними емоціями. Такі люди частіше хворіють. Тому я б порадила всім: частіше посміхайтесь! Радійте життю, і ви легше здолаєте свої недуги!



Олег Володимирович НАЗАР,  
фахівець з клінічної імунології  
та алергології, головний імунолог  
м. Києва, кандидат медичних наук:

**„Хто часто скаржитися  
на „смертельну втому”,  
має звернутись  
до імунолога”**

Часто можна почути від, здавалося б, цілком здорової людини: „У мене смертельна втома”... Можна напевне сказати: їй слід обов'язково проконсультуватися у імунолога.



Імунологи діагностують і лікують хворих на синдроми хронічної втоми, хронічні вірусні інфекції, а також алергічні хвороби – бронхіальну астму, алергічний риніт, поліноз, медикаментозну та харчову алергію. Ми також допомагаємо майбутнім матерям при різних патологіях, герпетичних інфекціях. За допомогою імуномодуляторів намагаємось відкоригувати імунну систему людини.

Тож усім, хто часто перебуває у стані втоми, відчуває слабкість, порушення уваги та координації, слід знати: це тривожний сигнал про те, що з імунітетом не все гаразд. І тут марно сподіватися, що „воно саме по собі минеться”. Необхідно лікувати наявні хвороби. У клініці сімейного лікаря вам допоможуть виявити вірусні інфекції, спільно з терапевтом призначать відповідний курс лікування.

Така ж взаємодія імунолога-алерголога з гінекологами, урологами, фахівцями з ультразвукової діагностики дає змогу лікувати весь організм у комплексі. З огляду на це можна сказати, що клініка сімейного лікаря – це саме те, що потрібно для жителів віддалених від центру міста районів. Адже набагато менше часу, сил, нервів витрачає мешканець так званого „спального району”, щоб зробити аналізи, потрапити на прийом до лікаря, отримати необхідну допомогу, коли клініка – поруч з його домом.

## Х. Естуардо ВАСКЕС АБАНТО: „На ваші хвороби слід дивитися очима спеціаліста!”

Початок на 2-й стор.

— **Пане Васкес! Хочеться почати з запитання, яке, мабуть, Вам часто задають Ваші пацієнти: яким чином Ви, перуанець, опинилися в Україні?**

— А дуже просто. Свого часу на конкурсі в Перу я виборов право поїхати до Радянського Союзу на навчання. І став студентом Запорізького медінституту. До речі, дуже хорошого інституту. Здобувши спеціальність лікаря, я кілька років працював у Кіровоградській області. Потім – дев'ять років за кордоном. Але знову захоїлося туди, де пройшла найкраща пора в житті – юність, молодість... Тому я повернувся в Україну.

— **Як кардіолог може сказати про типового пацієнта?**

— За моїми спостереженнями, більшість пацієнтів клініки мають недиагностовані, погано контрольовані, а то й зовсім не контрольовані серцево-судинні патології.

— **Тобто, говорячи простою мовою, ходять з хворим серцем, не підозрюючи, яка небезпека їм загрожує?**

— Можна й так висловитись. Є й такі пацієнти, які знають про свою хворобу, але не йдуть до лікаря, займаються самолікуванням, ковтають різні пігулки, які не завжди дають позитивний ефект, а часом – протилежний, чинять негативний вплив на різні органи хворого. Самолікування дуже небезпечно, а для серцевих хворих – особливо! Ось чому слід порадити всім без винятку читачам Вашої газети: не чекайте, коли настане критичний стан організму! Надзвичайно важливо вчасно й точно встановити діагноз.

— **Ви працювали й за кордоном, і в Україні. Вам є з чим порівнювати. Зрозуміло, некоректно порівнювати цю маленьку клініку з великим кардіологічним центром або з клінічною лікарнею імені Стражеска, де Ви тепер практикуєте. І все ж, як би Ви охарактеризували можливості клініки сімейного лікаря з точки зору її забезпеченості необхідним набором медичного обладнання?**

— Насамперед хотів би одразу наголосити на тому, що головне в будь-якій – великій чи малій клініці – лікар, а вже потім обладнання. Хоча, звичайно, якийсь мінімальний набір апаратури потрібен. В цьому плані я б сказав, що в даній клініці та-

кий набір обладнання є, і він дає змогу лікареві забезпечити нормальну роботу. Звичайно, хотілось би багато чого ще додатково мати. Але наука і техніка нині так стрімко розвиваються, що навіть і в великих науково-дослідних інститутах не встигають оновлювати обладнання. Та й знання, кваліфікація спеціалістів потребують постійного оновлення. Потрібна постійні підготовка, навчання й перенавчання кадрів лікувальних установ. І тут я знову підкреслюю: передусім – кваліфіковані кадри забезпечують успіх, а вже потім – обладнання. У нашій маленькій клініці взято, на мою думку, дуже правильний курс: тут добирають найкращі, найдосвідченіші кадри лікарів. Але й технічна озброєність тут на належному рівні.

— **Що б Ви порадили читачам газети?**

— Не забувати, що на першому місці серед причин смертності стоять серцево-судинні захворювання. І тому засоби масової інформації мусять якнайповніше інформувати населення про ту небезпеку, яку несуть приховані хвороби. Це іноді майже непомітні симптоми, на які ми не звертаємо уваги. Але ігнорування їх – смертельно небезпечно! Бо внаслідок такої легковажності людини трапляються і інфаркти міокарда, і крововиливи в мозок, і, скажімо, така підступна хвороба, як синдром Пругада (цей синдром дає про себе відчуті тільки раз і вже більше ніколи), його діагностування необхідне за перших ознак, інакше буде вже пізно... І тут я б порадив, особливо молодим людям (бо літні, як правило, більш серйозно ставляться до проблем із серцем): якими б освіченими та інформованими ви себе не вважали, на ваші хвороби слід дивитися очима спеціаліста.

— **Як Ви ставитесь до сімейної медицини? Чи не вважаєте Ви за необхідне ввести у штат клініки і сімейного кардіолога?**

— Це саме те, що тепер якнайважливіше для загального поліпшення системи охорони здоров'я! За сімейною медициною – майбутнє людської цивілізації. Те, що на віддаленому від центру житловому масиві створено клініку сімейної медицини, та ще й таку, яка відповідає сучасним вимогам, це – чудово! І я бажаю Першій медичній компанії, яка створила цю клініку, успіхів у вдосконаленні медичного обслуговування населення.

# Пацієнткам зручніше, коли гінеколог – жінка

Гінекологи клініки Наталія Іванівна Лимар і Світлана Михайлівна Рябець мають у своєму розпорядженні чудове медичне обладнання, в тому числі найсучасніше гінекологічне крісло. Пацієнтки з захопленням відгукуються про уважність, чуйність цих досвідчених лікарів, їх високі професійні якості. А ще, кажуть відвідувачі клініки, пацієнткам зручніше, коли гінеколог – жінка.

Та найважливішим для кожного пацієнта клініки, звичайно ж, є високий професіоналізм лікарів.

Наталія Іванівна Лимар в клініці порівняно недавно. Але вона має 26-річний стаж роботи, в тому числі 23 роки – в 2-му пологовому будинку в Кривому Розі, де пройшла шлях від інтерна до начмеда. Нині працює в Центрі здоров'я жінки при залізничній лікарні м. Києва. В клініці сімейного лікаря консультує за сумісництвом.

Останні десятиліття має місце зростання патологій вагітних, загальної захворюваності серед жінок, зокрема, онкохворобами. При цьому така негативна тенденція спостерігається як серед літніх жінок, так і серед молоді. Як же запобігти цього лиха?

– Кожна жінка, – переконана Наталія Іванівна Лимар, – мусить обов'язково (як мінімум!) двічі на рік проходити медичний огляд, в тому числі онкоогляд у гінеколога з цитологічним та кольпоскопічним дослідженнями.

Типовими помилками як молодих, так і літніх жінок є те, що більшість з них, начитавшись популярної літератури, починає займатися самолікуванням. До лікаря йдуть, як правило, тоді, коли „припече“, тобто на стадії, коли хворобу важко, а то й неможливовилікувати. Це особливо стосується випадків онкозахворювань, мікс-інфекцій. А лікувати без обстеження – безграмотно.

Літні жінки вважають, що вони діторodne життя вже завершили, отже, гінеко-

лог їм не потрібен. І дуже серйозно помиляються, оскільки саме після сорока років виникає найбільший ризик онкозахворювань. Якщо молодих пацієнток більше цікавлять проблеми вагітності, захворювань, що передаються статевим шляхом, то літні жінки частіше звертаються тоді, коли вже без хірургічного втручання не можна урятувати хвору.

Досить часто нами спостерігається так зване пізні материнство. Жінкам, які завагітніли після сорока років, слід неодмінно постійно перевіряти свій стан і стан плода. Адже в цьому віці матері зростає ризик народження дитини з хромосомними аномаліями (скажімо, хворобою Дауна тощо) зростає на 20 відсотків.

Тому все слід робити вчасно й зважено. Слід вести здоровий спосіб життя, мати одного статевого партнера, а всі інфекційні хвороби лікувати до вагітності. Обов'язково потрібно пройти дослідження на ТОРЧ-інфекції, на наявність захворювань, які передаються статевим шляхом. Потрібно, звичайно, лікувати обох статевих партнерів.

Нині майже кожна друга жінка страждає на фіброміому. Майже кожна четверта молода жінка страждає на порушення менструального циклу та полікістоз яєчників.

Негативне ставлення багатьох жінок до оральних контрацептивів призводить до того, що Україна посідає одне з перших місць за кількістю абортів, а це – дуже серйозна загроза як здоров'ю кожної окремої жінки, так і здоров'ю нації в цілому.

Сучасна медицина – це передусім профілактична медицина. І тому я б хотіла звернутися до всіх жінок: не відкладайте свій візит до лікаря! Цим ви позбудетеся багатьох проблем для себе і для своєї сім'ї.

*На знімках:* 1. Досвідчений гінеколог вищої категорії Н.І. Лимар і старша медсестра А.О. Мещерякова готуються до прийому пацієнток. 2. Прийом веде гінеколог С. М. Рябець.



Алла Іванівна САБЛІНА – лікар ультразвукової діагностики. Вона справжній професіонал універсального типу. Ретельно й уважно вона проведе ультразвукове дослідження органів черевної порожнини, малого тазу, функціональні дослідження. А ще вона – просто дуже привітна й лагідна жінка, у якої завжди знайдеться приємне слово для хворого.

## ЯК НАС ЗНАЙТИ

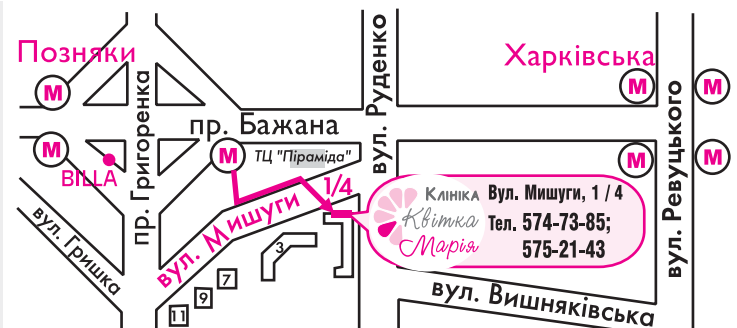
**ПРАЦЮЄМО:**

**з 8:00 до 20:00**

**у суботу**

**з 9:00 до 17:00**

**неділя - вихідний**







# Здоров'я – особисте, його захист – спільний

Впроваджуємо доступну для кожного Програму медичного страхування

*Із пошти „50 плюс“: „Чула, що є така організація – ВАП, яка впровадила чимало корисного, зокрема, доступну для всіх Програму медичного страхування. Чи не могли б Ви розповісти про це детально?“*

*Лариса Коваль, пенсіонерка.  
м. Київ.*

Так, позапартійна неурядова громадська організація – Всеукраїнська асоціація пенсіонерів (скорочено – ВАП) – це справжній захисник прав громадян похилого віку і ініціатор ряду суспільно корисних ідей. Саме ВАП ініціювала підготовку проекту Закону України „Про запобігання дискримінації щодо осіб літнього і похилого віку в Україні“. А ще Асоціацію напівжартома називають: „профспілка пенсіонерів“.

Завдяки програмам ВАП члени Асоціації мають безкоштовні юридичні консультації, щороку в середньому заощаджують від 200 до 500 гривень із свого скромного бюджету, мають змогу кілька разів на місяць ходити на театральні вистави, концерти. Члени ВАП мають змогу безплатно отримувати видання Асоціації – журнал „Наше покоління“, газету „50 плюс“, каталоги „Кроки назустріч“, „Юридичний довідник літньої людини“.

В ряді областей України ВАП спільно з Першою страховою компанією та Першою медичною компанією впровадила доступну для кожного Програму медичного страхування. А цього року черга дійшла й до Києва – тут, у Дніпровському й Дарницькому районах мешканці столиці – і молодь, і пенсіонери – відтепер матимуть змогу при невеликих страхових внесках отримувати (в разі настання страхового випадку) солідне покриття, тобто всі необхідні ліки та лікарські засоби.

**Про цю корисну для всіх програму розповідає Олена Володимирівна ЛИТВИНЕНКО, начальниця відділу медичного страхування Першої страхової компанії.**



Нині хворіти – “задоволення” не із дешевих. Хвороба не вибирає ні часу, ні місця і, зазвичай, приходить, коли її найменше чекають. А якщо у хворого скромні доходи або він отримує мізерну пенсію, проблема дорогого лікування стає критичною. Як врятуватись? Невже доведеться йти з простягнутою рукою?! Всі бачили на вокзалах і в транспорті нещасних з табличкою: „Подайте на операцію!“ Або: „Подайте на ліки!“ Де ж нормальний вихід із скрути?

Одним із виходів є медичне страхування. Це – надійний інструмент для гарантованого покриття витрат на медичну допомогу. Його основним принципом, як і страхування в цілому, є солідарна відповідальність, коли здоровий платить за хворого.

ТДВ “Перша страхова компанія” разом з ВАП та ТОВ “Перша медична компанія” дають старт Програмі медичного страхування, доступного тепер і для киян. Всі договори ПСК побудовані за методом виключень, тобто є перелік хвороб, який не покривається страховим захистом і який страхова компанія не оплачує. Все, що знаходиться поза межами вказаного переліку, покривається страховою компанією в межах обраної програми медичного страхування. У згаданому переліку – психіч-

ні хвороби, вроджені вади та захворювання, венеричні захворювання, патології вагітності та безпліддя, ВІЛ-інфекції, а також захворювання, спричинені наркотичними чи токсичними речовинами, алкоголем. За програмою “Аптека” здійснюється оплата призначених лікарем лікарських засобів та виробів медичного призначення при настанні гострих захворювань, ускладнених захворювань, а також вартість засобів, необхідних для лікування загострень хронічних захворювань, які становлять безпосередню загрозу життю та працездатності застрахованої особи (окрім профілактичного, підтримуючого або замісного лікування хронічного захворювання у фазі ремісії).

Безпосереднє обслуговування застрахованих осіб здійснює Перша медична компанія (виписує безкоштовні рецепти на лікарські засоби та вироби медичного призначення, контролює адекватність та повноту лікування, відповідність призначеної схеми лікування встановленому діагнозу). Документами, що дають право на страховий захист, є страховий сертифікат та сервісна картка, які видаються після укладення договору страхування.

**Вартість лікування застрахованого в багато разів перевищує суму сплачених внесків. Сплачуючи 15 – 25 грн. на місяць, ви маєте змогу (в разі необхідності), відповідно, отримати ліків на суму 1500 – 2500 гривень. А для членів ВАП суми покриття ще вищі: 1800 – 3000 гривень.**

## Реклама

## Запрошує оздоровчий комплекс „Високі Карпати”

У мальовничому куточку Закарпаття, в оточенні найвищих вершин України, на злитті кришталево чистих річок Лазещини та Чорної Тиси розкинулось гуцульське селище Ясіня.

Здавна Ясіня – найпопулярніший центр узимку гірськолижного, а влітку пішохідного туризму.

Звідси прокладено найкоротші туристичні маршрути на найвищу вершину Карпат – Говерлу, Свидовецький хребет, звідки відкривається чудовий краєвид на триглаву вершину г. Близниця.

Оздоровчий комплекс „Високі Карпати” розташований у центрі Ясіня. Розрахований на 200 туристів. Кімнати 2-, 3-місні, зі зручностями.

До послуг гостей затишна їдальня, оздоблена майстрами різьбарства. Тут Вас почастують смачними стравами традиційної гуцульської кухні (бануш, куліш та ін.).

При комплексі діє бар, колиба-шашлична, сауна з гідро-басейном, масажні та фітотігальційні кабінети, фітотобар, бювет.



Функціонує гірськолижний підйомник довжиною 4500 м., а в прокатному пункті турбази Ви зможете підібрати собі гірськолижне спорядження і покататися на лижах під керівництвом досвідчених інструкторів.

Улітку комплекс запропонує для Вас цікаві пішохідні оздоровчі прогулянки. В околицях оздоровчого комплексу ростуть хвойні ліси, де багато грибів, ягід, а чисте гірське повітря очистить Ваші легені.

До послуг туристів – цікаві автобусні екскурсії. Ви зможете покататися у цілющій воді Солоних Озер, побувати в Географічному Центрі Європи, купити пам'ятні сувеніри.

**Приїжджайте (влітку можна з дітьми, онуками)! Оздоровчий комплекс чекає на Вас!**



Україна, 295803, Закарпатська область, Рахівський район, смт Ясіня, вул. Грушевського, 11, оздоровчий комплекс „Високі Карпати”  
тел./факс (03132) 42 014

**Для членів ВАП – знижка 50%**



**ВАТ „ФАБРИКА КУЛІНАРІЇ“ – це висока якість продукції і доступні ціни:**

- м'ясні вироби (більш як 100 видів),
- заморожені напівфабрикати (більш як 50 видів),
- кондитерські вироби (більш як 90 видів)

**Все це можна придбати у фірмовому магазині „ПРОДУКТИ”**

**м. Київ, вул. Горлівська, 137**

(їхати від **М** Дарниця або **М** Харківська автобусом № 45)

**тел. 564-53-01, 560-90-07**

8.00-21.00 без перерви та вихідних

**Для членів ВАП – знижка 7%**

Громадяни, які не можуть самостійно пересуватися, мають змогу подати колективну заявку (від 5-ти осіб) на доставку продуктів додому.



**50 плюс**

ГАЗЕТА  
ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ  
АСОЦІАЦІЇ  
ПЕНСІОНЕРІВ

ДЛЯ ТИХ, КОМУ  
П'ЯТДЕСЯТ І ВІЛЬШЕ

Засновник: ВГО ВСЕУКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ ПЕНСІОНЕРІВ (ВАП)  
Видавець: ДП „Видавничий дім „ІНФОЦЕНТР”  
Шеф-редактор Володимир ДЗЬОБАК  
Головний редактор Олег КРАВЧЕНКО  
Літредактор-коректор Людмила ДИКА  
Фотокореспондент Максим ТЕРЕЩЕНКО  
Дизайн і верстка Елеонора МІЛЬЧЕНКО

Розміщення реклами в газеті – через ДП „Видавничий дім „ІНФОЦЕНТР”  
Реклама: тел./факс (044) 417-24-28;

Редакція газети не завжди поділяє думки авторів.

Відповідальність за зміст рекламних публікацій несе рекламодавець.

При передруку матеріалів посилання на „50 плюс” обов'язкове.

Газета надається безкоштовно членам ВАП. Підписано до друку 5.08.05.

Адреса редакції та видавця: 04071, Київ, вул. Нижній Вал, 21, ВАП.

Тел. (044) 417-52-60; факс (044) 417-45-27.

Е-mail: oleg\_kravchenko@ukr.net

http://www.uarp.org

Друк: СПД КВК. м. Київ, вул. Магнітогорська, 2а. Тираж 15 000 прим. Зам. № 56.



Реклама

# Швидка фармацевтична допомога

Багато хто з нас опинявся в ситуації, коли терміново були потрібні ліки, а можливості вийти з дому не було. А як часто витрачаємо ми час на пошуки в аптеках міста ліків, виписаних лікарем, або на марні спроби додзвонитися до аптекарської довідкової. Водночас в столиці діють служби, покликані полегшити нам подібне завдання – йдеться про доставку медикаментів додому.

Для киян, насамперед мешканців столичного Лівобережжя, такі послуги надає фармацевтична компанія „У.М.С.“, яка має розвинуту роздрібну аптечну мережу по всьому Києву, що налічує 25 аптек, аптечних пунктів та аптечних кіосків. Вони працюють цілодобово. Одні-

єю з перших у Києві компанія „У.М.С.“ впровадила послугу термінової цілодобової доставки медикаментів на основі попереднього замовлення телефоном або інтернетом. Максимальний час виконання замовлення – одна година, але доставку можуть виконати і у будь-який зручний для вас час – додому, на роботу або в лікарню.

Якщо сумарна вартість замовлених ліків 35 грн. (для членів ВАП – від 32 грн.) і більше, їх комплектация та доставка здійснюється **безкоштовно**. У розпорядженні провізорів фармацевтичної компанії „У.М.С.“ – понад 3000 найменувань медикаментів вітчизняних і зарубіжних виробників.

Телефоном (або інтернетом у режимі on-line) будь-який клієнт може отримати кваліфіковану консультацію провізора про застосування тих чи інших ліків, рекомендоване дозування, особливості приймання, протипоказання і побічні дії.

В аптечній мережі „У.М.С.“ ціни на переважну більшість медикаментів нижчі, ніж у багатьох міських аптеках. Крім того, тут діє гнучка система знижок, що дає змогу економити чималі кошти саме тим, хто потребує великої кількості ліків.

Найголовніше – вам немає необхідності витрачати свій дорогий час ані на походи до апте-

ки, ані на пошуки потрібних ліків через довідкові служби. Все, що від вас потрібно – це запам'ятати номери телефонів: **496-00-77, 401-01-31**. Швидка фармацевтична допомога до ваших послуг у будь-який час дня і ночі, без вихідних і навіть у свята без перерви на обід. Телефонуйте, ми завжди раді вам допомогти! Попередньо замовлені ліки можна отримати і безпосередньо в аптеках „У.М.С.“, наприклад за адресами:

■ **вул. Вербицького, 5** (перший поверх Центральної районної поліклініки Дарницького району);

■ **вул. Ніжинська, 10** (Борщагівка).

Замовляйте також ліки інтернетом: [www.ymc.com.ua](http://www.ymc.com.ua)

ЦІЛОДОБОВО

**ДОСТАВКА ЛІКІВ**  
**АПТЕКА**  
 У.М.С.

**ТЕРМІНОВО БЕЗКОШТОВНО**

При сумі покупки від 35 грн. (для членів ВАП - від 32 грн.)

**401-01-31**  
**496-00-77**

[www.ymc.com.ua](http://www.ymc.com.ua)



**1**  
**година**

**ДОСТАВКА**  
**ПО КИЄВУ**

Та ще багато іншого  
 за доступною ціною!

Не гайте час на пошук  
 потрібних ліків  
**ТЕЛЕФОНУЙТЕ**  
 ми завжди раді Вам допомогти

**Широкий асортимент ліків**  
**близько 3000 найменувань**

- можливість отримати замовлення в наших аптеках в зручний для Вас час;
- кваліфікована консультація провізора по телефону та в режимі онлайн;
- можливість резервування ліків;
- система накопичувальних знижок.

Наші ціни Вас приємно здивують.

**Замов ліки по інтернету!**  
  
[www.ymc.com.ua](http://www.ymc.com.ua)