



ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

Гос.лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО. Акимат ЗКО.

# СТАЦИОНАР АО ТАЛАП!

ОПЫТНЫЕ ХИРУРГИ | НОВЕЙШАЯ АППАРАТУРА | СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИКИ

## ОФТАЛЬМОЛОГИЯ

- Удаление катаракты без швов
- Лазерное и оперативное лечение глаукомы
- Лазерная коагуляция сетчатки

## ХИРУРГИЯ ЖКТ И СОСУДОВ

- Удаление камней из желчного пузыря (без разреза)
- Лечение варикоза лазером

## УРОЛОГИЯ

- Лечение варикоцеле, гидроцеле
- Простатит и эректильная дисфункция
- Лазерное обрезание

## ГИНЕКОЛОГИЯ

- Удаление миомы, кист, полипов
- Лечение эрозии шейки матки
- Лапароскопия при бесплодии, внематочной беременности
- Недержание мочи

## ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ

- Блефаропластика
- Ринопластика
- Липосакция
- Отопластика

## ПРОКТОЛОГИЯ

- Хирургическое лечение геморроя с помощью новейших технологий

## ЭНДСКОПИЯ

- Гастроскопия и колоноскопия
- Удаление полипов в ЖКТ



ТАЛАП АҚ CONTACT-ОРТАЛЫҒЫ  
CONTACT-ЦЕНТР АО ТАЛАП  
8 778 749 73 00

247 300 8 771 749 73 00 (WhatsApp)



БӘРІ СІЗДІҢ ДЕНСАУЛЫҒЫҢЫЗ ҮШІН!  
ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

## ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

### МЮСЛИ МАТТИ С ОРЕХОМ И ЯБЛОКОМ

В АПТЕКАХ АО ТАЛАП  
ШИРОКИЙ ВЫБОР ПРОДУКТОВ  
ДЛЯ ДИАБЕТИКОВ И ДЛЯ ВСЕХ,  
КТО ВЕДЕТ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

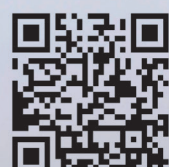
Гос.лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года  
выдана Управлением здравоохранения ЗКО. Акимат ЗКО.



## ЧТО ВЫ СМОЖЕТЕ С МОБИЛЬНЫМ ПРИЛОЖЕНИЕМ ТАЛАП



СКАЧАЙ  
МОБИЛЬНОЕ  
ПРИЛОЖЕНИЕ  
ТАЛАП  
И ПОЛЬЗУЙСЯ  
НА ЗДОРОВЬЕ!



- Заказать лекарства с доставкой на дом.
- Записаться на прием к врачу или на диагностику в клинику АО Талап.
- Получить результаты диагностических исследований и анализов клиник АО Талап.
- Посмотреть наличие и узнать цены на весь ассортимент аптек АО Талап.
- Ознакомиться с инструкцией по применению заинтересовавших вас препаратов.

УЗНАТЬ ПОДРОБНЕЕ И УСТАНОВИТЬ ПРИЛОЖЕНИЕ НА ВАШ ТЕЛЕФОН ВЫ МОЖЕТЕ ОБРАТИВШИСЬ  
К ФАРМАЦЕВТАМ АПТЕК АО ТАЛАП ИЛИ К АДМИНИСТРАТОРАМ В ПОЛИКЛИНИКАХ АО ТАЛАП.



Собственник, издатель АО «Талап»  
Свидетельство № K206VPY00086251  
от 26.01.2024 г. выдано Министерством  
культуры и информации. Республиканское  
государственное учреждение «Комитет  
информации Министерства культуры  
и информации Республики»

Гл. редактор: С. А. Добряев  
Выходит 2 раза в месяц.  
Опубликованные материалы не всегда  
отражают точку зрения редакции. Материалы,  
помеченные\* публикуются на коммерческой  
основе. За содержание и достоверность ре-  
кламы ответственность несут рекламодатели.

Адрес редакции: 090000, Уральск,  
ул. Ескалиева, 126

Сайт: www.talap.com  
E-mail: gazeta\_talap@mail.ru  
Частные объявления и реклама принимаются  
по адресу: ул. Ескалиева, 126.

Газета набрана и сверстана в издательском  
центре АО «Талап»: г. Уральск, ул. Ескалиева, 126.  
Претензии по качеству печати принимает  
типография ТОО «Полиграфсервис»: 50-51-46.  
Распространяется бесплатно во всех аптеках  
АО Талап при покупке от 1000 тенге и более.  
Тираж: 1 950 экземпляров.

ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО  
ЗДОРОВЬЯ!



CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП  
+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)



@talap.ao  
@talap.apteka  
talap.com  
talap.clinic

ПРИЛОЖЕНИЕ  
ТАЛАП  
В ВАШЕМ  
СМАРТФОНЕ!



№16 (1396) от 20.08.2025

# malap

Уральск. Издаётся с 1997 г.



## ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА!

Врач-невролог Поликлиники АО Талап Альфия  
Амирбековна Тукешева дает рекомендации  
для сохранения здоровья и высокого качества  
жизни.

стр.3

## ЧЕМ ОПАСНО ОБЕЗВОЖИВАНИЕ?

Обезвоживание — это не просто  
чувство жажды, а серьёзное  
состояние, которое может  
угрожать жизни.

стр.2

## КАК ПЛАНИРОВАТЬ ОПЕРАЦИЮ?

Планирование хирургического  
вмешательства — серьёзный  
шаг, который требует учёта  
множества факторов!

стр.4

## МЕДТЕХНИКА В ВАШЕМ ДОМЕ!

Медицинская техника нужна  
и больным и здоровым людям:  
массажеры повышают качество  
жизни, а кварцевый облучатель  
продезинфицирует вещи в детской  
комнате.

стр.5

Гос.лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО. Акимат ЗКО.



ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!



## ДОСТАВКА ЛЕКАРСТВ И МЕДИЦИНСКИХ ТОВАРОВ НА ДОМ!



Скачайте приложение Talap  
и оформите доставку в удобное  
для вас время!



Минимальная сумма заказа – 3 тыс. тг. Услуга - 500 тг.  
При заказе от 5 тыс тг. – доставим БЕСПЛАТНО!



СРОЧНО  
ТРЕБУЕТСЯ!

В КРУПНУЮ  
КОМПАНИЮ  
ТРЕБУЕТСЯ  
ЭКСПЕДИТОР  
НА АПТЕЧНЫЙ СКЛАД

8 7112 50 07 95

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58  
И В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ  
АНАЛИЗОВ  
МОЖНО СДАТЬ  
С 07:30**

НАША ЦЕЛЬ — СОЗДАТЬ КОМФОРТНЫЕ  
УСЛОВИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ!

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

**ЛОТОС**

**ПУНКТЫ  
ХИМЧИСТКИ  
ЛОТОС ЖДУТ ВАС**

Строитель, 19  
Хусаинова, 58  
Жангир хана, 13  
Жексенбаева, 78  
ТД «Атриум», 1 этаж  
Курмангазы, 108/2

Тел.: 235 075, +7 776 923 50 75

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**Оздоровительный  
ЦЕНТР «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ДЕТСКИЕ ПРОГРАММЫ  
НЕБОЛЕЙКА  
ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИММУНИТЕТА**

Программы рассчитаны на 5 и 10 дней.  
В курс входят такие процедуры, как соляная шахта,  
реабокс, аппликации голубой глины, парафинолече-  
ние, массаж грудной клетки, промывание миндалин.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ВЕДЕТ ПРИЕМ  
ВРАЧ-НЕВРОЛОГ

**ЕВГЕНИЙ АНАТОЛЬЕВИЧ  
ОСТАПЕНКО**

Врач-невролог поможет при:

- Остеохондрозе
- Невралгии
- Различных головных болях, мигрени
- Радикулите и эпилепсии
- Грыже позвоночного столба
- Восстановлении после инсульта

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

## ЧЕМ ОПАСНО ОБЕЗВОЖИВАНИЕ?

*Обезвоживание – это не просто чувство жажды, а серьёзное состояние, которое может быстро прогрессировать и угрожать жизни. Обезвоживание часто бывает следствием кишечных инфекций, и особенно опасно у детей. Своевременное распознавание симптомов и восполнение потери жидкости необходимо для успешного лечения заболеваний.*

Обезвоживание – это состояние, при котором организм теряет больше жидкости, чем получает, – говорит врач–терапевт Поликлиники АО Талап Ирина Сергеевна Пономарева. – Вода составляет до 60% массы тела взрослого человека и необходима для всех жизненно важных процессов: терморегуляции, обмена веществ, работы сердца, мозга, почек и других органов. Даже незначительное снижение уровня жидкости может негативно повлиять на здоровье.

### – Чем опасно обезвоживание?

При обезвоживании происходит нарушение работы органов и систем. Без достаточного количества воды нарушается кровообращение, ухудшается доставка кислорода и питательных веществ к клеткам.

Также при недостатке воды происходит нарушение водно–солевого баланса. Вместе с жидкостью организм теряет электролиты (натрий, калий, хлор), необходимые для работы нервной системы и мышц. Это может вызвать:

- мышечные спазмы,
- аритмию,
- спутанность сознания.

### Почечная недостаточность

Почки нуждаются в жидкости для выведения токсинов. При дефиците воды концентрация вредных веществ в крови возрастает, увеличивается риск развития острой почечной недостаточности.

### ПОВЫШЕНИЕ РИСКА ТРОМБООБРАЗОВАНИЯ

При обезвоживании кровь становится гуще, что повышает риск тромбоза, особенно у пожилых людей и пациентов с сердечно–сосудистыми заболеваниями.

### – Как распознать обезвоживание?

Симптомы могут различаться в зависимости от степени обезвоживания. При легкой и умеренной степени человек ощущает жажду, усталость, головокружение. Уменьшается объем мочи, она приобретает темно–желтый цвет. Тяжелая степень обезвоживания опасна для жизни. Она проявляется сильной слабостью, спутанностью сознания, учащенным сердцебиением. У человека снижается артериальное давление, может случиться обморок.

### ПРИЧИНЫ ОБЕЗВОЖИВАНИЯ НЕДОСТАТОЧНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ЖИДКОСТИ

Это часто происходит у людей, которые забывают пить воду, особенно в жаркую погоду, при физической нагрузке или у пожилых людей со сниженным чувством жажды.

### ПОВЫШЕННАЯ ПОТЕРЯ ЖИДКОСТИ

- Жара и физическая нагрузка – потоотделение увеличивается, а вместе с потом теряется вода и электролиты.
- Лихорадка – при повышении температуры усиливается испарение влаги через кожу и дыхание.
- Рвота и диарея – частые причины острого обезвоживания, особенно у детей.
- Кровоточия – при травмах, операциях или внутренних кровотечениях.

### МОЧЕГОННЫЕ СРЕДСТВА И НЕКОТОРЫЕ ЛЕКАРСТВА

Некоторые препараты (диуретики, слабительные, лекарства от гипертонии) увеличивают выделение жидкости.

### ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Диабет, почечная недостаточность, гормональные расстройства могут нарушать водный баланс.

### ПРОФИЛАКТИКА ОБЕЗВОЖИВАНИЯ. СОВЕТЫ ВРАЧА

- Пейте воду регулярно, даже если не чувствуете жажды.
- Увеличьте потребление жидкости при жаре, физической активности, болезни.
- Употребляйте продукты, богатые водой: овощи, фрукты, супы.
- Избегайте чрезмерного употребления алкоголя и кофеина.
- Контролируйте цвет мочи – он должен быть светло–жёлтым.
- При рвоте или диарее используйте регидратационные растворы.

### ВАЖНО: ДЕРЖИТЕ СВЯЗЬ С ВРАЧОМ ПРИ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ.

Если у вас есть хронические заболевания – особенно сахарный диабет, гипертония, болезни почек или сердца – нужно своевременно консультироваться с врачом при первых признаках обезвоживания, – советует Ирина Сергеевна. – Даже лёгкое обезвоживание может спровоцировать обострение основного заболевания и привести к осложнениям. В случае любых сомнений – обращайтесь к доктору. Своевременная медицинская помощь способна предотвратить серьёзные последствия.



Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

## ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА: КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ

*Инсульт – одно из самых опасных и распространённых заболеваний сердечно–сосудистой системы. Это острое нарушение мозгового кровообращения, которое может привести к тяжёлым последствиям – параличу, утрате речи, памяти. Однако важно знать: инсульт в большинстве случаев можно предотвратить. Врач–невролог Поликлиники АО Талап Альфия Амирбековна Тукешева даёт рекомендации для сохранения здоровья и высокого качества жизни.*

### ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА: НАЧИНИТЕ ЗАБОТУ О СЕБЕ ЗАРАНЕЕ

Первичная профилактика направлена на предупреждение инсульта у людей, которые ещё не сталкивались с этим заболеванием, – отмечает Альфия Амирбековна. – Основная цель – устранить или снизить факторы риска, которые способствуют развитию сосудистых катастроф.

### НА ЧТО НУЖНО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ:

- КОНТРОЛЬ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ. Повышенное давление – главный фактор риска инсульта. Важно регулярно его измерять и при необходимости принимать назначенные врачом препараты.
- ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ И ОГРАНИЧЕНИЕ АЛКОГОЛЯ. Никотин и алкоголь повреждают сосуды, способствуют образованию тромбов и повышают давление.
- КОНТРОЛЬ УРОВНЯ ХОЛЕСТЕРИНА И САХАРА В КРОВИ. Атеросклероз (отложение холестерина на стенках сосудов) и сахарный диабет значительно повышают риск инсульта. Необходимы регулярные анализы и соблюдение диеты.
- ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ. Рацион должен быть богат овощами, фруктами, цельнозерновыми продуктами, нежирным мясом и рыбой. Избегайте избытка соли, сахара и животных жиров.
- ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ. Умеренные нагрузки (ходьба, плавание, йога, езда на велосипеде) хотя бы 30 минут в день помогут укрепить сосуды, снизить давление и вес.
- КОНТРОЛЬ ВЕСА. Ожирение повышает нагрузку на сердце и сосуды, усиливает риск гипертонии и диабета.
- УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ. Хроническое напряжение и тревожность негативно влияют на сердечно–сосудистую систему. Научитесь расслабляться: дыхательные упражнения, медитация, прогулки на свежем воздухе – всё это снижает уровень стресса.

### ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА: ЧТОБЫ ИНСУЛЬТ НЕ ПОВТОРИЛСЯ

Если человек уже перенёс инсульт или транзиторную ишемическую атаку (ТИА), задача вторичной профилактики – не допустить повторного эпизода, который может быть гораздо тяжелее.



### КЛЮЧЕВЫЕ МЕРЫ ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ:

- СТРОГий КОНТРОЛЬ ДАВЛЕНИЯ, САХАРА И ХОЛЕСТЕРИНА. Это особенно важно после первого инсульта. Даже незначительные отклонения могут стать пусковым механизмом повторного инсульта.
- ПОЖИЗНЕННЫЙ ПРИЁМ НАЗНАЧЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ. Антигипертензивные, антикоагулянты, статины – все препараты подбираются индивидуально и требуют регулярного приёма и наблюдения у врача.
- РЕГУЛЯРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ У НЕВРОЛОГА И ТЕРАПЕВТА. После инсульта пациенты нуждаются в диспансерном наблюдении и плановых обследованиях – ЭКГ, УЗИ сосудов шеи и головы, анализы крови, суточное мониторирование АД, МРТ головного мозга, Холтер – мониторинг сердечного ритма. Осмотр глазного дна у офтальмолога.
- ОТКАЗ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК И СОБЛЮДЕНИЕ ДИЕТЫ. Отказ от жирных, соленых, сладких продуктов. Эти меры столь же важны, как и медикаментозное лечение.
- ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИКУЛЬТУРА И РЕАБИЛИТАЦИЯ. Восстановление двигательных функций, речи и памяти требует времени и системного подхода

Многие мои пациенты недооценивают важность профилактики, пока не столкнутся с первыми тревожными симптомами, – говорит Альфия Амирбековна. – Но инсульт может случиться внезапно, даже у внешне здорового человека.

Мой совет прост: начинайте заботиться о сосудах сейчас – следите за давлением, питанием и образом жизни. Особенно это важно, если у вас есть хронические заболевания или наследственная предрасположенность. А если инсульт уже был – сделайте профилактику своим приоритетом. Это продлит вам активную и полноценную жизнь.

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

## НАЛИЧИЕ ВАКАНСИЙ В АО ТАЛАП

- Врач оториноларинголог
- Врач дерматовенеролог
- Врач кардиолог
- Врач УЗИ
- Медицинская сестра по массажу
- Медицинская сестра процедурная
- Ассистент стоматолога
- Лаборант
- Медицинская сестра диетическая
- Акушерка
- Фармацевт: образование среднее специальное, специальность – фармация.
- Инженер по информационным технологиям
- Администратор клиники
- Администратор-приемщик КБО «Лотос»
- Водитель в Ритуальную службу
- Техник-электрик
- Штукатур–маляр
- Плиточник
- Ведущий радио эфира (русский язык): грамотная речь, выразительная дикция, коммуникативные навыки.
- Повар ДМЦ
- Кухонный работник Пищеблок ГМБ
- Санитарка
- Рабочий в Хозяйственную службу, ДМЦ
- Экспедитор Аптечного склада

БОЛЕЕ ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:  
КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН 500 795; 507 659  
(КОЛЕСИНА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА)  
e-mail: evkolesina@talap.com  
ОБРАЩАТЬСЯ ПО АДРЕСУ:  
ул. ЕСКАЛИЕВА, 126; КАБИНЕТ 18

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**В ОЦ «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

## ПРОЙДИТЕ ОЗДОРОВЛЕНИЕ В СОЛЯНОЙ ШАХТЕ!

### Соляная шахта полезна при:

- хронических заболеваниях легочной системы;
- аллергических проявлениях;
- заболеваниях кожи (дерматозах);
- патологиях сердца и сосудов;
- хронической усталости, тревожности, депрессии;
- гормональных нарушениях (при сахарном диабете, болезнях щитовидной железы);
- в восстановительном периоде после острых респираторных вирусных болезней, гриппа.

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 до 19:00.

СУББОТА С 9:00 до 14:00,

ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 до 13:00.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300;  
+7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58**

ПРИЕМ ВЕДЕТ ДЕТСКИЙ ВРАЧ УЗИ

### ЖАНАР ТУЛЕМИСОВНА САПАРОВА

- Нейросонография
- Доплерография сосудов
- УЗИ тазобедренных суставов детей до года
- УЗИ щитовидной железы, желчного пузыря, почек, мочевого пузыря и органов брюшной полости

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58**

ВЕДЕТ ДЕТСКИЙ  
И ВЗРОСЛЫЙ ПРИЕМ  
ВРАЧ АКУШЕР–ГИНЕКОЛОГ

### БАЙМАГАМБЕТОВА БОТАГОЗ БАУЫРЖАНКЫЗЫ

- Консультации по гигиене ребенка
- Консультации по здоровью девочек в подростковом возрасте

Согласно закону, девочек до 18–ти лет врач–гинеколог принимает только с мамой!

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ВЕДЕТ ПРИЕМ  
АКУШЕР–ГИНЕКОЛОГ

### ЛЮДМИЛА АЛЕКСАНДРОВНА ЕРАЛИЕВА

- Диагностика гинекологических заболеваний
- Лечение патологий шейки матки
- Лечение нарушений менструального цикла
- Планирование беременности

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ВЕДЕТ ПРИЕМ  
ГИНЕКОЛОГ–ХИРУРГ

### ГУЛЬНУР НУРЖАНОВНА ШАЛКАРОВА

- Проводит оперативное лечение недержания мочи
- Установка сечетых имплантов (урослинг) – малоинвазивная методика. Импланты не вызывают отторжения и аллергии.
- Быстрое восстановление, отличный результат!

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ВЕДЕТ ПРИЕМ  
ДЕТСКИЙ И ВЗРОСЛЫЙ  
ВРАЧ-ПУЛЬМОНОЛОГ**

**АИДА ЕЛИБАЙҚЫЗЫ  
СЕРІКБАЕВА**

- Уточнение диагноза и лечение при хроническом кашле
- Лечение астмы, ХОБЛ
- Проведение спиреографии легких

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ВЕДЕТ ПРИЕМ ХИРУРГ–ЭНДОСКОПИСТ**

**ДӘУЛЕТ ҒИБРАТҰЛЫ  
ОСПАН**

ГАСТРОСКОПИЯ И КОЛОНОСКОПИЯ  
НА НОВЕЙШЕМ КОЛОНОСКОПЕ  
ПРЕМИУМ–КЛАССА OLYMPUS EVIS X1.

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58**

**ДЛЯ ТОЧНОЙ  
ДИАГНОСТИКИ  
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ  
ЗАБОЛЕВАНИЙ  
ПРОВОДЯТСЯ:**

**СМАД–ИССЛЕДОВАНИЕ**  
СУТОЧНЫЙ МОНИТОРИНГ  
АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ

**ХОЛТЕРОВСКОЕ  
МОНИТОРИРОВАНИЕ**

ЭЛЕКТРОКАРДИОГРАФИЯ В ТЕЧЕНИЕ СУТОК.

**СОВРЕМЕННЫЕ АППАРАТЫ  
УДОБНЫ И НАДЕЖНЫ!**

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года  
выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**ФАВОРИТ**

**В ОЦ «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ОПЫТНЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ ПРОВОДЯТ

**ЛЕЧЕБНУЮ ФИЗКУЛЬТУРУ – ЛФК**

**ЛФК врачи назначают при:**

- Нарушениях осанки у детей
- Вальгусной, варусной деформации стоп
- Плоскостопии
- При восстановлении после переломов, растяжениях связок
- Особенно полезна гимнастика для пожилых – для профилактики обострений хронических заболеваний.

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 ДО 19:00.  
СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00.  
СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

## КОГДА ЛУЧШЕ ПЛАНИРОВАТЬ ОПЕРАЦИЮ?

**Планирование хирургического вмешательства – серьёзный шаг, который требует учёта множества факторов: состояния здоровья, наличия оборудования, режима работы клиники... Влияет ли время года на восстановление после операции? Возможно, в конкретных случаях такое влияние есть, но этот фактор сугубо индивидуальный.**

**Н**апрямую сезон не влияет на исход хирургического вмешательства. Однако если у человека есть предпочтения – например, избежать жары летом или пика простуд зимой, их вполне можно учесть при планировании. Главное – выбирать время, когда вы сможете спокойно восстановиться и обеспечить себе комфорт.

– В гинекологии большинство операций можно делать в любое время года – решающим фактором обычно является не сезон, а состояние и срочность вмешательства, – говорит гинеколог–хирург Медицинского центра АО Талап Гульнур Нуржановна Шалкарпова.

– На проведение офтальмологических операций сезон не влияет никак, и при планировании мы его обычно не учитываем, – отмечает офтальмолог–микрохирург АО Талап Айнура Айсакалиевна Латипова.

– Различные виды операций, в том числе проктологические, можно делать в любое время года, – подтверждает мнение коллег хирург–проктолог Асель Сабыровна Сакипкерева.

Если человек все–таки хочет и имеет возможность учесть фактор сезона, можно принять во внимание следующие факторы.

### ЗИМА: ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

#### ПЛЮСЫ:

- Меньше потливости и риска инфицирования: холодный климат снижает активность потовых желез, что помогает поддерживать чистоту послеоперационных швов.
- Меньше сезонных аллергий: это снижает риск осложнений.
- Высокая частота ОРВИ и гриппа: особенно в разгар сезона. Любое вирусное заболевание может повлиять на переносимость анестезии и замедлить заживление.
- Меньше физической активности: снег и холод ограничивают прогулки, что может повлиять на восстановление после операций, где движение важно (например, ортопедических).

### ВЕСНА: ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД

#### ПЛЮСЫ:

- Улучшение настроения и общего самочувствия: после зимней хандры весна часто сопровождается повышением тонуса, что благоприятно сказывается на восстановлении.
- Температура становится комфортной для реабилитации.

#### МИНУСЫ:

- Сезонные аллергии: пыльца может провоцировать обострения у аллергиков, что делает весну не самым лучшим временем для операций на дыхательных путях или глазах.

- Резкие перепады температуры могут ослабить иммунитет.

### ЛЕТО: ТЕПЛО, ОТПУСК И... БАКТЕРИИ?

#### ПЛЮСЫ:

- Удобство планирования: многим проще взять отпуск и выделить время на восстановление.
- Повышенная физическая активность: больше возможностей для реабилитационных прогулок, лёгких упражнений.

#### МИНУСЫ:

- Повышенная температура и потоотделение: создают риск инфицирования швов.
- Высокая влажность: способствует размножению бактерий.
- Сложности с контролем гигиены в жаркую погоду.

**ВАЖНО: ЛЕТОМ ОСОБЕННО ТЩАТЕЛЬНО НУЖНО СЛЕДИТЬ ЗА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНОЙ И ИЗБЕГАТЬ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ ПОД КОНДИЦИОНЕРОМ ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ.**

### ОСЕНЬ: ЗОЛОТАЯ ПОРА ДЛЯ ХИРУРГИИ?

#### ПЛЮСЫ:

- Оптимальная температура: не жарко и не холодно – идеальные условия для восстановления.
- Умеренный уровень инфекций: до начала зимнего подъёма ОРВИ.
- Устойчивый иммунитет: организм отдохнул летом и готов к нагрузке.

#### МИНУСЫ:

- Сезонная депрессия (в конце осени): может замедлить психоэмоциональное восстановление.

### КОГДА ЛУЧШЕ ДЕЛАТЬ ОПЕРАЦИЮ?

**Е**сли говорить в общем, осень (особенно сентябрь – первая половина октября) считается наиболее благоприятным временем для плановых операций. В это время снижен риск инфекций, погодные условия комфортны, а иммунитет – стабилен.

### СОВЕТЫ ПО ПЛАНИРОВАНИЮ:

- Обязательно консультируйтесь с врачом – он учтёт не только сезон, но и ваше текущее состояние.
- Планируйте операцию заранее – лучшие месяцы могут быть загружены.
- Учитывайте реабилитацию: выберите время, когда сможете уделить себе максимум внимания.
- Избегайте пиков инфекционных заболеваний – например, середины зимы.

Если операция – это выбор, а не срочная необходимость, грамотное планирование поможет не только снизить риски, но и обеспечить комфортное и быстрое восстановление.

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

## МЕДТЕХНИКА В ВАШЕМ ДОМЕ: ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КОМФОРТА!

**В аптеках АО Талап имеются все виды медицинской техники, которая существенно облегчает жизнь и быт людей, страдающих хроническими заболеваниями. Медицинская техника также нужна и детям, и здоровым людям: массажеры повышают качество жизни, а кварцевый облучатель продезинфицирует вещи в детской комнате.**

### НЕБУЛАЙЗЕР

**Э**то устройство, превращающее жидкое лекарство в мелкодисперсный аэрозоль, который человек вдыхает через маску или мундштук. Такое ингаляционное лечение особенно эффективно при бронхите, ларингите, фарингите, астме, пневмонии.

Преимущество небулайзера в том, что лекарство доставляется прямо к очагу воспаления, минуя желудочно–кишечный тракт. Это обеспечивает быстрое действие препарата и снижает риск побочных эффектов. Устройство подходит для пациентов любого возраста, включая маленьких детей и пожилых людей.

### КВАРЦЕВЫЙ ОБЛУЧАТЕЛЬ «СОЛНЫШКО»

**К**варцевый облучатель можно использовать как для лечения, так и для профилактики заболеваний. В режиме УФ–терапии (КУФ) он эффективен при рините, тонзиллите, отите, кожных воспалениях. Ультрафиолетовое излучение стимулирует иммунитет, ускоряет заживление и подавляет развитие бактерий и вирусов. Кроме того, «Солнышко» можно применять для дезинфекции помещений, детских игрушек, воздуха – особенно в сезон простуд и вирусных инфекций. Он уничтожает болезнетворные микроорганизмы, снижая риск заражения в доме, детской комнате или офисе.

### МАССАЖЕР ДЕЛЬФИН

**Э**то удобное устройство для домашнего вибромассажа. Он помогает снять мышечное напряжение, улучшить кровообращение и ускорить восстановление после физической нагрузки или стрессов. Благодаря вибрационному воздействию и глубокой проработке тканей, снижаются боли в спине, шее, плечах и пояснице. Аппарат прост в использовании, имеет удобную форму и насадки для разных зон тела. Отличное решение для тех, кто заботится о здоровье и комфорте каждый день!

### ЭЛЕКТРОННЫЕ ТОНОМЕТРЫ

**Э**то удобные приборы для регулярного контроля артериального давления в домашних условиях. Нагнетательные модели обеспечивают более точные показатели. Они рекомендуются для регулярного мониторинга, особенно людям с гипертонией. Напульсные тонометры компактнее, их удобно брать с собой. Это отличный выбор для активных молодых людей, которые занимаются спортом и контролируют состояние сердечно–сосудистой системы.

Особое внимание заслуживает тонометр Omron с функцией ЭКГ. Этот прибор не только измеряет давление и пульс, но



и регистрирует электрокардиограмму – помогает вовремя выявить аритмии, включая фибрилляцию предсердий. Это особенно важно для людей с сердечно–сосудистыми заболеваниями, требующими регулярного контроля. Полученную ЭКГ можно в электронном виде переслать лечащему врачу.

### ГЛЮКОМЕТР

**Э**то компактное медицинское устройство позволяет быстро измерить уровень глюкозы в крови в домашних условиях. Он незаменим для людей с сахарным диабетом и тех, кто контролирует уровень сахара по медицинским показаниям. Современные глюкометры просты в использовании: достаточно нанести каплю крови на тест–полоску, и уже через несколько секунд вы получите точный результат. Регулярные измерения помогают избежать резких скачков сахара и вовремя корректировать питание, физическую активность или лечение.

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**КОГДА НЕОБХОДИМ  
НЕВРОЛОГ**

**ВРАЧ–НЕВРОЛОГ ПОМОЖЕТ ПРИ:**

- Остеохондрозе и невралгии
- различных головных болях, мигрени
- Радикулите и нарушениях сна
- Грыже позвоночного столба и эпилепсии
- Восстановление после инсульта

**В Медицинском центре АО Талап на Оракбаева, 18**

**ВЕДУТ ПРИЕМ ВРАЧИ–НЕВРОЛОГИ:**  
**ОСТАПЕНКО Е.А.,  
ТЕЛЬБАЕВА Р.У.**

**В Поликлинике АО Талап на Хусаинова, 58**  
**ВЕДУТ ПРИЕМ ВРАЧИ–НЕВРОЛОГИ:**  
**ТУКШЕВА А.А.,  
ТНЕЕВА Г.У.**

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58**

**РАБОТАЮТ  
КАБИНЕТЫ МАССАЖА**

**ОПЫТНЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ  
ПОМОГУТ ВАМ ВОССТАНОВИТЬ  
ЗДОРОВЬЕ С ПОМОЩЬЮ  
МАССАЖНЫХ ТЕХНИК**

- Классический и лечебный массаж для детей и взрослых
- Реабилитация после переломов

Особенно полезен массаж для детей – при бронхо–легочных заболеваниях, искривлении позвоночника, плоскостопии.

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58**

**ВЕДЕТ ПРИЕМ  
СТОМАТОЛОГ–ОРТОДОНТ  
ТАЙЖАН  
ДАНА БАТЫРБЕКОВНА**

- Терапевтическое лечение зубов
- Консультация по поводу ортодонтических проблем у детей и взрослых
- Исправление прикуса: установка пластины, подбор трейнеров, установка брекетов.

**Эффективность ортодонтического лечения, начатого в раннем возрасте, составляет 90%!**

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58**

**ВЕДЕТ ДЕТСКИЙ  
И ВЗРОСЛЫЙ ПРИЕМ  
ВРАЧ АКУШЕР–ГИНЕКОЛОГ**

**БАЙМАГАМБЕТОВА  
БОТАГОЗ БАУЫРЖАНКЫЗЫ**

- Консультации по гигиене ребенка
- Консультация по здоровью девочки в подростковом возрасте

**Согласно закону, девочек до 18–ти лет врач–гинеколог принимает только с мамой!**

**Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года  
выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**ФАВОРИТ**

**ОЦ «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**УКРЕПИТЬ ИММУНИТЕТ  
И НЕРВНУЮ СИСТЕМУ ПОМОГУТ**

**ЖЕМЧУЖНЫЕ  
И ХВОЙНЫЕ ВАННЫ**

**Лечебные ванны показаны в комплексном лечении остеохондроза, нарушения обмена веществ, восстановлении после простудных заболеваний и травм, переутомлении.**

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 ДО 19:00.  
СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00.  
СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года  
выдана Управлением Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**ФАВОРИТ**

**ОЦ «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ЛАЗЕР ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!**

**ПРОЙДИТЕ  
КУРС ЛЕЧЕНИЯ ВЛОК –  
ВНУТРИВЕННОЕ ЛАЗЕРНОЕ  
ОБЛУЧЕНИЕ КРОВИ**

**ВЛОК полезен при:**

- гастрите, язве желудка
- кожных заболеваниях
- заболеваниях сердечно–сосудистой системы
- хронических заболеваниях бронхо–легочной системы

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 ДО 19:00.  
СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00.  
СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**ФАВОРИТ**

**В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ  
«ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ВОССТАНОВИТЕ ЗДОРОВЬЕ  
С ПОМОЩЬЮ ГИДРОТЕРАПИИ!**

**ЦИРКУЛЯРНЫЙ ДУШ**

**ПОКАЗАН ПРИ:**

- стрессах, бессоннице, хронической усталости
- ожирении, невралгии
- в комплексном лечении гипертонии

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДНИ С 8:00 ДО 19:00.  
СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00.  
СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением  
Здравоохранения ЭКО. Акимат ЭКО

**ФАВОРИТ**

**Оздоровительный  
ЦЕНТР «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ВОССТАНОВИТЕ ЗДОРОВЬЕ  
С ПОМОЩЬЮ ГИДРОТЕРАПИИ!**

**ДУШ ШАРКО**

**Тонизирует, ускоряет обмен веществ, активизирует иммунную систему, оказывает детоксикационный эффект.**

**ПРОЦЕДУРА ПОКАЗАНА ПРИ:**

- синдроме хронической усталости
- депрессии;
- неврозах, хронических стрессах;
- заболеваниях костно–суставного аппарата (артрит, остеоартроз, остеохондроз);
- нарушении обмена веществ, в частности, ожирении.

**справки по тел.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00  
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

2. Легендарный «языз», родоначальник поляков, брат Чеха и Руса. 3. То же, что огнар. 4. Население этого государства не считается ни князем, гражданство получают не по рождению, а по должности. 5. Римский император, при котором был построен Колизей. 6. Апофеоз борьбы за главный приз. 8. Гнеёт подкову как калач. 10. Обитатель Дальнего Востока, обладатель самого густого меха в животном царстве: до 150 000 волосков на квадратный сантиметр. 12. Команда «Формулы-1». 14. Имя атамана Петлюры. 15. Солженицынский архипелаг. 18. Клич королю. 20. Человек, который осуществляет освоение незаселённых, пустующих земель. 22. Приговорённый к битве ради чужого счастья. 24. Хлеб в виде зра. 26. В документах этот город именовался База №112, Горький-130, Аразмас-75, Аразмас-16, Москва-300. 28. Что у чайника самое выдающееся? 30. Отходы, используемые для переплавки. 32. Американский миллиардер, основатель благотворительных фондов. 34. Эмблемой какой религии является лунный серп? 36. Аквариумная рыба. 38. Имя пародиста Аванесова. 40. Французский живописец Анри...Лотрек. 42. Самый «солнечный» из областных центров России. 44. Орден какого цветка был учреждён во Франции в 1814 году? 46. Фонд охраны дикой природы избрал своей эмблемой эту нелетающую птицу, истребленную человеком на островах Индийского океана. 48. «Дрын в тыне». 50. Молодёжная субкультура.