

Будем здоровы!



Каждый из нас, увы, иногда болеет. А наша условно-бесплатная медицина, к сожалению, не может похвастаться отсутствием проблем (как, впрочем, и частная). Поэтому крайне необходимо иметь хотя бы примерное представление о том, как и чем нас лечат.

Как аксакал аксакалу

Портал о здоровом образе жизни предназначен для тех, кто задался целью исключить из своей жизни посещение докторов. Все советы и рекомендации, как дожить до ста лет здоровым и красивым, заботливо скомпонованы по разделам «Здоровый образ жизни», «Для женщин», «Для мужчин», «Здоровое питание», «Кулинария» и «Гороскоп». Те, в свою очередь, подразделяются на рубрики, в каждой из которых несколько статей. Например, в рубрике «Вредные привычки» напугают последствиями курения, просветят, почему вредно драить все с «Кометом», и объяснят, по-

чему несовместимы долголетие и компьютер. В рубриках раздела «Здоровое питание» вы найдете общие рекомендации о том, как, что и в каких количествах есть, в рубрике «Диеты — Системы питания» — все известные программы для похудения (самая полезная рубрика портала, по нескромному мнению автора), в «Витаминах — БАД» — рассказы о том, без каких добавок к пище не обойтись, и так далее.

В целом портал неплох, но вряд ли вы будете заносить его в «Избранное». Имеющуюся на нем информацию можно с легкостью усвоить за пару часов, а новой, судя

www.100let.ru

- + Удачное разделение на рубрики
- + Доступно изложенная информация
- + Удобство использования
- Редкое обновление сайта



по периодичности обновлений, нас балуют нечасто. Впрочем, если собираешься жить до ста лет, куда торопиться?

Приемный покой онлайн

Портал «Медицина-2000» поначалу пугает своим размахом. Около 5 000 страниц, свыше 100 Мбайт информации — это не шутки. Интересно здесь будет не только нам, дилетантам, но и профессионалам, которые нас лечат. Для них — научные статьи, учебники, справочники и методички. Для нас — энциклопедии болезней и лекарств, словарь медицинских терминов, подборка вопросов и ответов на волнующие темы, сборник популярных статей о здоровье детей и взрослых, а также возможность проконсультироваться с врачом

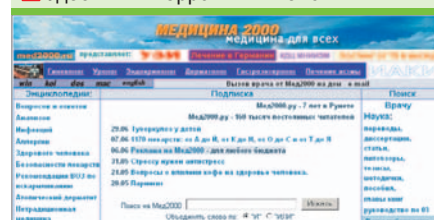
в онлайн и, не откладывая, вызвать его на дом (стоимость услуги — от 1 500 рублей).

Кроме этого, на портале есть раздел крайне полезных советов на тему «Что делать, если врача нет поблизости». Как оказать первую помощь при травме или остром стрессе, что делать, если ребенок плачет и никак не может успокоиться, способы массажа, приемы реанимации и прочее ОБЖ.

Как уже было сказано, информации на портале не просто много, а очень много. Впрочем, вся нужная информация без проблем обнаруживается при помощи встро-

www.med2000.ru

- + Вызов врача на дом
- + Наличие разделов как для пациентов, так и для медиков
- + Удобный и корректный поиск



енной функции поиска. Резюмируя: ресурс крайне полезный, обширный и удобный. Как раз то, что доктор прописал.

Доктор, у меня это...

На портале с говорящим названием «03» теории предпочитают практику. Главная задача его создателей — обеспечить посетителям возможность задать вопрос медикам и получить на него квалифицированный ответ. Доктора общаются с виртуальными пациентами, а чтобы не возникало путаницы, у каждого специалиста своя конференция. В алфавитном списке вы найдете практически все медицинские специальности — от аллерголога до эндокринолога (есть даже ветеринар), а нажав на ссылку, попадете в соответствующую конференцию. Доктора отвечают быстро — как правило, в течение дня.

Если же вопрос не терпит отлагательств, к вашим услугам специальная конференция «03 — Скорая помощь».

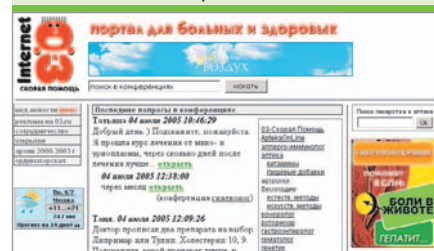
Интересный раздел сайта — «История болезни». Чтобы им воспользоваться, необходимо зарегистрироваться. Тогда все ваши вопросы-ответы будут «подшиваться» в одну папку, на которую вы сможете ссылаться при обращениях к интернет-докторам.

На портале есть поиск по конференциям, а также подписка на них. Кроме того, присутствует поиск лекарств в онлайн-аптеке (и, конечно, возможность там же их купить).

Портал, безусловно, хороший и нужный. Главное — помнить, что ни одна са-

www.03.ru

- + Четкое структурирование сайта по медицинским специальностям
- + Наличие персонального раздела
- + Есть поиск лекарств



мая подробная консультация в Интернете не может заменить настоящего врачебного осмотра. Человек все же существо не виртуальное.

32 проблемы

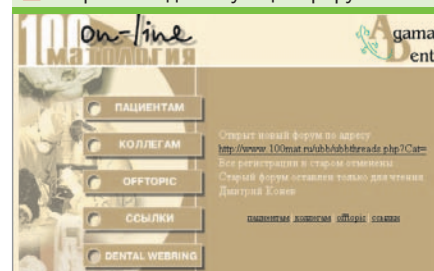
Как нетрудно догадаться, сайт «Стоматология on-line» посвящен зубам и их проблемам. Этот ресурс весьма логично разбит на несколько частей. Первая предназначена для пациентов, вторая — для врачей-стоматологов, третья рассказывает о самом хозяине сайта, четвертая — всевозможные «зубные» ссылки, а последняя — рекламная — содержит список посвященных той же тематике статей на дружественных сайтах.

Самый посещаемый раздел, конечно же, пациентский. Здесь можно найти рекомендации о том, как заботиться о зубах, чем их чистить, как часто посещать стоматолога и прочее. Следом идет раздел «Диагноз», в ко-

тором при помощи теста можно приблизительно понять, что же не так с вашим зубом. В разделе «Самолечение» рассказывается, как справиться с зубной болью до похода к врачу. В «Клиниках» дается оценка качеству лечения в бесплатных и частных стоматологических лечебницах, а в разделе «Найти врача» можно отыскать удобно для вас расположенный стоматологический кабинет и выяснить, как связаться с нужным врачом. На форуме можно пообщаться с врачом или же обменяться впечатлениями с пациентами. Последний раздел — FAQ, в нем просто и внятно рассказывается не только о болезнях, но и о пломбах, мостах, коронках,

www.100mat.ru

- + Исчерпывающая информация о заболеваниях и лечении
- + Наличие различных контактов врачей
- + Оперативно действующий форум



флюсах и прочих зубных премудростях. В целом сайт очень симпатичный, но лучше бы вам он не понадобился, ей-богу.

Библиотека под Красным Крестом

На этом сервере вы найдете обширнейшую медицинскую библиотеку, в которой, по заверениям ее создателей, содержится более 12 000 страниц и 300 Мбайт медицинских текстов. Вся литература в открытом доступе, то есть совершенно бесплатна. Как водится, для удобства пользователей тексты рассортированы по разделам: «Энциклопедии», «Литература для специалистов», «Статьи», «Рефераты» и прочее. Особое внимание на сайте уделено сексуальной сфере: для нее выделен целый раздел. Онлайн-тесты, присутствующие в одноименной рубрике на сайте, также посвящены интимным отношениям.

Крайне полезен раздел «Энциклопедии», где содержатся различные справоч-

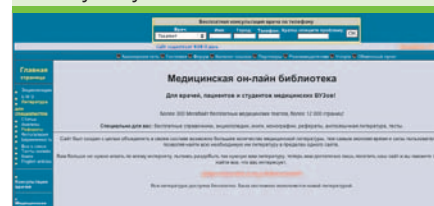
ники по классической, домашней и нетрадиционной медицине. Особенно впечатляет рубрика, озаглавленная «100 советов медсестре по уходу за больными», из которой можно узнать, как правильно ставить горчичники или зондируется желудок. Из бонусов присутствуют:

- традиционная возможность задать вопрос психологу, проктологу, сексопатологу или хирургу (ответ вы получите на электронную почту),
- возможность заказать бесплатную телефонную консультацию с врачом (здесь выбор специалистов побогаче),
- довольно вялый форум.

Несколько удивило полное отсутствие функции поиска. Впрочем, если вы не ище-

www.med-lib.ru

- + Возможность телефонной консультации со специалистом
- + Много медицинской литературы
- Отсутствует поиск



те научные труды конкретного медицинского светила, это не критично. В противном случае придется как следует порыться.

В целом же портал вызывает скорее приятные чувства, несмотря на отсутствие некоторых полезных функций. Текстов много, все бесплатно — чего еще желать?