



Над своим подопечным «колдует» врач спартаковцев Юрий Васильков

только те, с помощью которых спортсмен быстро встает на ноги.

**- Наверное, пациентами центра являются известные спортсмены прошлого и настоящего?**

- Да. Вот недавно общалась с Ринатом Дасаевым. С каким недоумением приходил? Извините, не могу предать это огласке, необходимо соблюдать конфиденциальность, врачебную этику. И не только по отношению к знаменитостям. Вообще я болельщица со стажем, в свое время очень переживала за Рината как игрока.

Знаете, регулярно читаю спортивные газеты. И мужчины с плохо скрываемым недоумением взглядывают на меня со стороны, - мол, и зачем это ей надо? По работе, я же спортивный доктор, должна все знать...

Приходят к нам и фигуристы - Горшков, Жулин, Авербух. Меня восхитил героизм тех арти-

стов, которые выступали в недавнем шоу «Звезды на льду». Ведь они никогда в жизни не пробовали свои силы на столь высоком уровне, конечно, не могли быть готовы так, как сами звезды фигурного катания. Это огромный труд, немалый риск, сопряженный, естественно, с травмами. Мы просто обязаны были быстрее избавлять людей от ушибов, ссадин. По-моему, удалось.

**- Давайте отвлечемся от проблем большого спорта. Двери вашего центра открыты, например, для физкультурников, которые хотели бы подтянуть свое здоровье до нужных высот, сохраняя его по возможности дольше?**

- Конечно, открыты! Я просто не знаю, до кого докричаться, как донести до людей, чтобы они к нам активнее приходили. Знаете, зачем это надо? Сейчас стало модным быть спортивными. И люди буквально напролом ринулись в экзотику, осваивая такие виды, как сноуборд, горные лыжи. В дзюдо молодежи стало куда больше, чем раньше. В общем, занимаются спортом, порой без оценки своих возможностей. И первый же сезон занятий нередко приводит к маленьким и большим трагедиям - травмы, переломы - это как бы уже конечный результат.

В теннисе, к примеру, основная и самая солидная нагрузка ложится практически на один сустав - локтевой. И то самое место - прикрепления сухожилия к кости - сильно раздражается, как следствие, происходят небольшие надрывы, по нарастающей. Все, спустя год вы уже не возьмете в руки ракетку.

А все потому, что люди игнорируют врачей. Ведь надо обязательно знать, какую нагрузку себе давать. В зависимости от этого, какую ракетку приобретать,

рукоятка у нее должна быть соответствующей.

Мой совет: посетите любой медцентр, пройдите комплексное обследование под наблюдением специалистов до того, как вы бланчите в амуницию сноубордиста, горнолыжника или выйдете на корт, сыграете в футбол. Медики оценят состояние ваших мышц, достаточно обследоваться один раз в год. И тогда вперед - на горные склоны, футбольные поля, теннисные корты.

**- Чем еще в данной связи медицинский центр Лужников порадует как постоянных своих посетителей, так и потенциальных? Есть ли задумки на ближайшее будущее?**

- В плане развития Лужников значит реконструкция нашего бассейна. И, насколько знаю, медицинские услуги планирует отвести немалую площадь. Мечтаю поставить там аппараты магниторезонансной и компьютерной томографии, организовать малую операционную, водолечебницы должны быть с подводным вытяжением грыж позвоночника. Словом, стационар одного дня. Это все для людей - бассейн рядом с метро, удобно, комфортно...

## СМ ТАБЛО

### ДЕНЬ ЗАЩИТНИКА ОТМЕТИЛИ В БАССЕЙНЕ

Водносportивным мероприятием встретили День защитника Отечества пловцы и любители водного поло. Праздник состоялся в столичном бассейне ЦСК ВМФ, где своим мастерством перед зрителями блистали также представители синхронного плавания и прыжков с трамплина. А на десерт болельщикам преподнесли изумительное зрелище, встречу ватерполистов клуба ЦСК ВМФ, хозяев арены, и сборной ветеранов, относительно недавно завершивших свою спортивную карьеру. Матч прошел в упорной борьбе, без игры в поддавки, что нередко случается в подобных встречах. Победили действующие мастера ЦСК ВМФ - 9:6.

### КУБОК ЛАРИОНОВА - У ЮНЫХ СПАРТАКОВЦЕВ

На льду Дворца спорта в Одинцове завершился хоккейный турнир детских команд (возраст 10-12 лет), в котором не просто участвовали, а отчаянно бились за победу динамовцы, армейцы, спартаковцы, ребята из «Крыльев Советов», а также их ровесники из-за океана. Организовал соревнования для будущих звезд мирового хоккея знаменитый в прошлом форвард ЦСКА и сборной СССР Игорь Ларионов.

Он, к слову, остался доволен уровнем игры, от души пожелав мальчикам прогрессировать в мастерстве. Между прочим, одноклубники Ларионова, юные армейцы, не попали в финал турнира, равно как и детская команда «Крыльев». Не смогли составить конкуренцию хозяевам площадки и ребята из Америки. В решающем поединке за обладание кубком встретились динамовцы и спартаковцы. «Красно-белые» в напряженном поединке выиграли со счетом 3:2. Победителем Игорь Ларионов пригласил на аналогичный турнир в Америку.

### «СЕРЕБРО» ЛЫЖНЫХ СПРИНТЕРОВ

Чемпионат мира по лыжным дисциплинам в далекой Японии едва не принес «золото» российской сборной. В одном из самых зрелищных видов программы - спринте - от нашей команды выступили Василий Рочев-младший и Николай Мориллов. Они весьма достойно гонялись все отрезки дистанции, совсем чуть-чуть уступив на финише итальянскому дуэту. При чем для определения победителей потребовались показатели фотофиниша, зафиксировавшего все-таки успех соперников. Ничего, «серебро» тоже благородный металл.

### ТРЕТЬЯКОВ ОФОРМИЛ ДУБЛЬ

В России наконец появился классный скелетонист, бросивший вызов сильнейшим в этом виде спорта мастерам. «МС» уже сообщила об успехе Александра Третьякова на этапе Кубка мира, состоявшемся в Австрии. Переехав в Германию, Саша снова оказался сильнее конкурентов в аналогичных заездах очередного этапа мирового кубка.

### ПРЫГУНОВ СОБРАЛА МОСКВА...

Легкоатлетические сектора Российского государственного университета физической культуры, что на Сиреневом бульваре, давно стали любимым пристанищем представителей королевского спорта. На сей раз особое внимание болельщиков было приковано к мастерам прыжков, в этом виде выступали именитые атлеты. Так, в длину дальше всех улетел Дмитрий Сапинский, а выше остальных прыгнул неоднократный призер крупнейших соревнований планеты Вячеслав Воронин.

### ...И ПАРИЖ

А в столице Франции перед поклонниками легкой атлетики предстала несравненная Елена Исинбаева, неоднократная рекордсменка мира в прыжках с шестом. Она и на сей раз попыталась штурмовать мировой рекорд, установив планку на отметке 4 метра 94 сантиметра. Однако все три попытки оказались пока неудачными. Но мы-то знаем, Елена обязательно добьется своего, это лишь дело времени.

## ДОКТОР ДОЛЖЕН ДАТЬ ДОБРО...

Пожалуй, впервые мы поведем предметный разговор о спортивной медицине, которая призвана служить как «звездам», так и физкультурникам. Как избежать травм, поддержать тонус в повседневной жизни? На этот и многие другие вопросы корреспонденту нашей газеты ответил главный врач лечебно-спортивного центра «Олимпийского комплекса Лужники», доктор медицинских наук Инна УГАРОВА.

**- Известно, что в вашем центре проходят медосмотры представители многих видов спорта. Но Лужники все-таки больше ассоциируются с футболом, хотя с этим утверждением можно и поспорить. Приоткройте секрет, какие, может быть, новые тенденции наметились именно в работе с футболистами?**

- Кстати, совсем недавно поступила разрядка из УЕФА, в которой заметно ужесточаются требования к медицинскому обследованию игроков. Ведь в последние годы, к сожалению, участились смертельные случаи прямо во время матчей. Теперь повсеместно будет применяться УЗИ сердца, а не только кардиограмма. Наш центр располагает уникальным аппаратом, мы готовы к выполнению требований УЕФА.

**- Какие же главные причины, на ваш взгляд, приводят к трагедиям на поле - удары по но-**

**гам, в грудь, в область ребер, пени?**

- Увы, несмотря на молодость, футболисты погибали в основном от сосудистой и сердечной патологии. Конечно, здесь чрезвычайно важна профилактика. Руководители многих клубов российской премьер-лиги давно осознали необходимость профилактических мер в преддверии сезона. В нашем центре углубленное обследование регулярно проходят, например, московские торпедовцы, футболисты «Томи», «Шинника», других команд.

**- Простите, а представители столичных грандов - ЦСКА, «Спартак», «Локомотива», «Динамо», что, разве минуют ваши коридоры и кабинеты?**

- Видите ли, доктора упомянутых вами клубов - высочайшего класса, да и оборудованием они располагают суперсовременным. Но я все равно пригласила бы этих специалистов к нам в

центр. Пусть посмотрят, оценят, пообщаются с медиками Лужников. У нас неоспоримый плюс: опытные кадры, люди работают лет по двадцать. Опыт же, как известно, нигде не уходит, он только еще больше накапливается, становится разнообразным.

**- А с какими характерными травмами обращаются к вашим специалистам те же футболисты?**

- Сразу подумала о хирургии. Повреждения паховых колец, можно сказать, профессиональное заболевание игроков. Приходится прибегать к стационарному хирургическому лечению. Еще у футболистов случаются мениски, повреждаются связки, голеностопы, наблюдается растяжение мягких тканей, всякие там ушибы. Восстановительные методики, разумеется, разные бывают, но используем

мер, для физкультурников, которые хотели бы подтянуть свое здоровье до нужных высот, сохраняя его по возможности дольше?

**- Давайте отвлечемся от проблем большого спорта. Двери вашего центра открыты, например, для физкультурников, которые хотели бы подтянуть свое здоровье до нужных высот, сохраняя его по возможности дольше?**

- Конечно, открыты! Я просто не знаю, до кого докричаться, как донести до людей, чтобы они к нам активнее приходили. Знаете, зачем это надо? Сейчас стало модным быть спортивными. И люди буквально напролом ринулись в экзотику, осваивая такие виды, как сноуборд, горные лыжи. В дзюдо молодежи стало куда больше, чем раньше. В общем, занимаются спортом, порой без оценки своих возможностей. И первый же сезон занятий нередко приводит к маленьким и большим трагедиям - травмы, переломы - это как бы уже конечный результат.

В теннисе, к примеру, основная и самая солидная нагрузка ложится практически на один сустав - локтевой. И то самое место - прикрепления сухожилия к кости - сильно раздражается, как следствие, происходят небольшие надрывы, по нарастающей. Все, спустя год вы уже не возьмете в руки ракетку.

А все потому, что люди игнорируют врачей. Ведь надо обязательно знать, какую нагрузку себе давать. В зависимости от этого, какую ракетку приобретать, рукоятка у нее должна быть соответствующей.

Мой совет: посетите любой медцентр, пройдите комплексное обследование под наблюдением специалистов до того, как вы бланчите в амуницию сноубордиста, горнолыжника или выйдете на корт, сыграете в футбол. Медики оценят состояние ваших мышц, достаточно обследоваться один раз в год. И тогда вперед - на горные склоны, футбольные поля, теннисные корты.

**- Чем еще в данной связи медицинский центр Лужников порадует как постоянных своих посетителей, так и потенциальных? Есть ли задумки на ближайшее будущее?**

- В плане развития Лужников значит реконструкция нашего бассейна. И, насколько знаю, медицинские услуги планирует отвести немалую площадь. Мечтаю поставить там аппараты магниторезонансной и компьютерной томографии, организовать малую операционную, водолечебницы должны быть с подводным вытяжением грыж позвоночника. Словом, стационар одного дня. Это все для людей - бассейн рядом с метро, удобно, комфортно...

Российские болельщики остались без еврокубковых баталий, точнее, без участия в них отечественных клубов, замечу, двух лучших - ЦСКА и «Спартак».

## БЕЗЛИКИЙ ФУТБОЛ

Так уж получилось, что поединки Кубка УЕФА «Маккаби» - ЦСКА и «Сельта» - «Спартак» транслировались с интервалом в один час. И начиная со второго тайма матча армейцев с израильтянами поклонники футбола вынуждены были переключать свои телеприемники с одного канала на другой, чтобы по достоинству оценить уровень игры обоих наших клубов.

Упомянутый уровень, мягко говоря, оказался почти никаким, так как золотой и серебряный призеры минувшего российского первенства откровенно разочаровали. ЦСКА, правда, меньше, «Спартак» больше. Но разница на самом деле минимальная, потому что оба славных коллектива бесславно вылетели из престижного турнира. Первые проиграли - 0:1, вторые - 1:2.

Всякие там размышлизмы насчет того, что наши команды в силу объективных причин не способны демонстрировать зрелую игру зимой, несостоятельны. Эти весьма сомнительные доводы опроверг тот же ЦСКА, выиграв Кубок УЕФА, хотя сроки проведения турнира, разумеется, в угоду российскому клубу не менялись. Значит, дело в нас самих, не умеющих стабильно выступать на европейской арене.

Кстати, нельзя сказать, что те же армейцы в ответном поединке с «Маккаби» из Хайфы ударили лицом в грязь. Временами мощные, достаточно организованные атаки подопечных Валерия Газзаева, казалось, сметут защитные порядки хозяев стадиона. Хорош был в двух-трех эпизодах Юрий Жирков, таранивший на



По ходу матча «Маккаби» - ЦСКА страсти кипели нешуточные. А само зрелище оказалось невыразительным

фланге своих оппонентов, они за ним просто не успевали.

Во втором тайме после замечательного, скоростного прохода Юрия и его классной передачи, Карвалью не смог поразить ударом головы ворота соперников. И другой нападающий - Жо обязан был реализовать выход один на один с голкипером. Увы,

Оборона «Маккаби» трещала, но так и не треснула. Во всяком случае, за такую игру армейцев не очень стыдно - в ней ощущалась страсть, желание превозмочь себя, изменить результат. Другое дело, ЦСКА стал своего рода жертвой ожидания - почему было не попытаться навязать отнюдь не маститому сопернику свою волю в дебюте?

ФОТО ИТАР-ТАСС