

4/68 Февраль 2020

 With the  
support of the  
CCI of Russia  
[www.tpprf.ru](http://www.tpprf.ru) •

Business DIALOG Media

**RBCG**  
Russian Business Guide

12+



**ЕКАТЕРИНА ДИБРОВА,**  
ПРЕЗИДЕНТ МЕДИЦИНСКОЙ  
КОРПОРАЦИИ RHANA:

ENG+RUS

**«ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ –  
СИЛА ГОСУДАРСТВА»**

Фото: кристаллы сахара в поляризованном свете  
в многократном увеличении

# Соединяем науку и практику

- ведущий производитель средств защиты растений – свыше 135 позиций в ассортименте
- уникальный научный центр по разработке препаратов
- инновационные формуляции, признанные на международном уровне
- собственный селекционно-генетический центр по семеноводству с/х культур
- комплексное агроопровождение
- более 40 представительств в России, странах СНГ и зарубежье

[www.betaren.ru](http://www.betaren.ru)



**ЩЕЛКОВО  
АГРОХИМ**



Russian Business Guide

[www.rbgmedia.ru](http://www.rbgmedia.ru)

Деловое издание, рассказывающее о развитии, отраслях, перспективах, персоналиях бизнеса в России и за рубежом.

12+

Учредитель и издатель:

**ООО «БИЗНЕС-ДИАЛОГ МЕДИА»**

при поддержке ТПП РФ

Редакционная группа:

**Максим Фатеев, Вадим Винокуров,**

**Наталья Чернышова**

Главный редактор:

**Мария Сергеевна Суворовская**

Редактор номера:

**София Антоновна Коршунова**

Заместитель директора по коммерческим вопросам:

**Ирина Владимировна Длугач**

Дизайн/вёрстка: **Александр Лобов**

Перевод: **Мария Ключко**

Отпечатано в типографии ООО «ВИВА-СТАР»,

г. Москва, ул. Электrozаводская, д. 20, стр. 3.

Материалы, отмеченные значком R или «РЕКЛАМА»,

публикуются на правах рекламы. Мнение авторов

не обязательно должно совпадать с мнением

редакции. Перепечатка материалов

и их использование в любой форме

допускается только с разрешения редакции

издания «Бизнес-Диалог Медиа».

**Рукописи не рецензируются и не возвращаются.**

Адрес редакции:

**143966, Московская область,**

**г. Реутов, ул. Победы, д. 2, пом. 1, комн. 23.**

e-mail: [mail@b-d-m.ru](mailto:mail@b-d-m.ru)

тел.: +7 (495) 730 55 50 доб. 5700

**Издатель: ООО «Бизнес-Диалог Медиа».**

*Зарегистрировано Федеральной службой по надзору в*

*сфере связи, информационных технологий и массовых*

*коммуникаций. Свидетельство о регистрации*

*средства массовой информации ПИ №ФС77-65967*

*от 6 июня 2016.*

**Russian Business Guide №4/68 февраль 2020**

Подписано в печать 14.02.2020 г.

Тираж: **30000**

**Цена свободная.**

Использованы фотографии:

**Александр Юрьевич Падежов**

Russian Business Guide

[www.rbgmedia.ru](http://www.rbgmedia.ru)

Business publication about development, industries,

prospects, business personalities in Russia and abroad.

12+

Founder and publisher:

**BUSINESS DIALOG MEDIA LLC**

with the support of the CCI of Russia

Editing Group: **Maxim Fateev,**

**Vadim Vinokurov, Natalia Chernyshova**

The editor-in-chief: **Maria Sergeevna Suvorovskaya**

Managing Editor: **Sofiya Antonovna Korshunova**

Deputy Marketing Director: **Irina Vladimirovna Dlugach**

Designer: **Alexandr Lobov**

Translation: **Maria Klyuchko**

Printed in the printing house of VIVASTAR LLC, Moscow,

ul. Electrozavodskaya, 20, building 3.

Materials marked R or "ADVERTISING" are published

as advertising. The opinion of the authors does

not necessarily coincide with the editorial opinion.

Reprinting of materials and their use in any form is

allowed only with the permission of the editorial office

of the publication Business-Dialog Media.

Materials are not reviewed and returned.

Address: **23-1-2 ul. Pobedi, Reutov,**

**the Moscow region, 143966**

e-mail: [mail@b-d-m.ru](mailto:mail@b-d-m.ru)

tel.: +7 (495) 730 55 50 доб. 5700

**Publisher: Business-Dialog Media LLC**

*Registered by the Federal Service for Supervision of*

*Communications, Information Technology, and Mass*

*Media. The mass media registration certificate*

*PI # FS77-65967 from June 6, 2016.*

**Russian Business Guide № 4/68 February 2020**

Passed for printing on 14.02.2020

Edition: **30000 copies**

**Open price**

Photos used: **Padezhov Alexander Yuryevich**

## ЛИЦО С ОБЛОЖКИ COVER STORY

6

ЕКАТЕРИНА ДИБРОВА: «ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ – СИЛА ГОСУДАРСТВА»

**EKATERINA DIBROVA: "THE HEALTH OF THE NATION IS THE POWER OF THE STATE"**

12

СЕРГЕЙ КУПОВ: «В ГЕРМАНИИ ЗА СЧЁТ ИНТЕГРАТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ ЛЮДИ С 4-Й СТАДИЕЙ РАКА ЖИВУТ 5-7 ЛЕТ, И ЭТО РЕАЛЬНОСТЬ. ТАКОГО РЕЗУЛЬТАТА МЫ ДОБИВАЕМСЯ В ONCO.REHAB»

**SERGEY KUPOV: "PEOPLE IN GERMANY LIVE 5-7 YEARS WITH STAGE IV OF CANCER THANKS TO INTEGRATIVE TREATMENT, AND THIS IS REALITY. WE ACHIEVE SUCH RESULT IN ONCO.REHAB"**

16

ДЕНИС СЕРЁГИН, ООО «КЛИНИКА НОВАЯ МЕДИЦИНА»: «ЗДОРОВЬЕ ПАЦИЕНТА ПРЕВЫШЕ ВСЕГО»

**DENIS SEREGIN, NEW MEDICINE CLINIC: "PATIENT'S HEALTH IS ABOVE ALL"**

22

ВЯЧЕСЛАВ ДЕГТЯРЁВ, MITRA CLINIC: «БИОХАКИНГ – РЕАЛЬНЫЙ СПОСОБ ОТВЕСТИ СВОИ БИОЧАСЫ НАЗАД!»

**VYACHESLAV DEGTYAREV, MITRA CLINIC: "BIOHACKING IS A REAL WAY TO TURN YOUR BIO-CLOCK BACK!"**

30

ЮРИЙ БЫЧКОВ: «ГОРОДСКИЕ ТЕРМЫ» – ЧАСТЬ ИНФРАСТРУКТУРЫ БИЗНЕСА БУДУЩЕГО»

**YURI BYCHKOV: "GORODSKIYE TERMY ARE PART OF THE BUSINESS INFRASTRUCTURE OF THE FUTURE"**

34

КСЕНИЯ ПУСТОВАЯ: «ОНЛАЙН-ДИЕТОЛОГ» – ШАГ К ОЗДОРОВЛЕНИЮ НАЦИИ»

**KSENIA PUSTOVAYA: "ONLINE DIETITIAN IS A STEP TOWARDS WELLNESS OF THE NATION"**

## ВОКРУГ БИЗНЕСА AROUND BUSINESS

38

ДМИТРИЙ ФЕСЬКО, ALLIANCE LEGAL CG: «БУДУЩЕЕ КОНТРОЛЬНО-НАДЗОРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЗА ЦИФРОВЫМИ ТЕХНОЛОГИЯМИ»

**DMITRY FESKO, ALLIANCE LEGAL CG: "THE FUTURE OF REGULATORY ACTIVITIES IS IN DIGITAL TECHNOLOGY"**

## ИНДЕКС УСПЕХА SUCCESS INDEX

42

ТЕРРИТОРИЯ КОМФОРТНОГО ОБИТАНИЯ  
**TERRITORY OF COMFORTABLE LIVING**

**ПРОЕКТ МЭРА МОСКВЫ «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ» ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ АКТИВНЫХ МОСКВИЧЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ. В ЗИМНЕМ СЕЗОНЕ УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА ЖДУТ НОВЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ: СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ, ЛЫЖИ И КОНЬКИ, ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ КЛУБЫ В ВУЗАХ И ТЕАТРАЛЬНЫЕ СТУДИИ.**

# «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

## ОБРАЗОВАНИЕ

В новом учебном году для участников проекта «Московское долголетие» в 26 столичных вузах открыто 225 учебных программ по различным направлениям, среди которых, помимо стандартных направлений, таких как информационные технологии и английский язык, есть курсы по психологии, ландшафтному дизайну, пчеловодству, занятия по бизнесу, овощеводству, курсы сомелье, занятия по развитию творческих способностей, клубы по интересам – например, клуб для любителей кино, дискуссионные клубы, где можно не только развить свои коммуникационные способности, но и научиться поддерживать любую беседу. Обучение проводят квалифицированные преподаватели университетов. В новом сезоне к проекту присоединились несколько ведущих вузов, среди которых Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, Московская сельскохозяйственная академия имени К. А. Тимирязева, Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, РЭУ им. Г. В. Плеханова, Московский государственный университет пищевых производств и другие.



## EDUCATION

In the new academic year, 225 educational programs in various fields were opened for participants of the Moscow Longevity project in 26 metropolitan universities, among which, in addition to standard courses, there are such areas as information technology and English language, there are courses in psychology, landscape design, beekeeping, business, vegetable growing, sommelier courses, creativity classes, interest clubs – for example, a club for moviegoers, discussion clubs where you can not only develop your communication skills, but learn to maintain any conversation. The training is conducted by qualified university professors. In the new season, several leading universities joined the project, including Lomonosov Moscow State University, Timiryazev Moscow Agricultural Academy, Financial University under the Government of the Russian Federation, Plekhanov Russian University of Economics, Moscow State University of Food Production and others.

## СПОРТ

Занятия в залах и на свежем воздухе: скандинавская ходьба, гимнастика, специальные спортивные программы. Вы сможете поддерживать форму, быть активным и энергичным! Участникам программы предоставлен выбор разных видов спорта в зависимости от интересующего направления, пожеланий и физических возможностей.

Открыты новые спортивные секции по 24 видам спортивных игр. Среди них футбол, волейбол, баскетбол, кёрлинг, настольный и большой теннис, бадминтон, фехтование, гольф, бильярд, тир и другие.



## SPORT

Classes are held in gyms and in the fresh air: Nordic walking, gymnastics, special sports programs. You can keep fit, be active and energetic! Program participants are given a choice of different sports depending on the direction of interest, wishes and physical capabilities.

New sports groups have been opened for 24 kinds of sports games. Among them are football, volleyball, basketball, curling, table tennis, tennis, badminton, fencing, golf, billiards, shooting and others.

**T**HE PROJECT MOSCOW LONGEVITY INITIATED BY MOSCOW MAYOR IS INTENDED FOR ACTIVE MUSCOVITES OF THE OLDER GENERATION. IN THE WINTER SEASON, NEW DIRECTIONS AWAIT THE PROJECT PARTICIPANTS: SPORTS GAMES, SKIS AND SKATES, INTELLECTUAL CLUBS IN UNIVERSITIES AND THEATER STUDIOS.

# MOSCOW LONGEVITY

## ТВОРЧЕСТВО

Заниматься творчеством никогда не поздно! Классическое пение или джаз, живопись и основы рисунка, бальные и народные танцы, а также вышивание, вязание, кулинария и другие мастер-классы для тех, кто любит что-то делать своими руками или давно хотел научиться. Каждый найдёт себе хобби по вкусу и рядом с домом благодаря проекту «Московское долголетие».



## CREATIVITY

Engaging in creativity is never too late! Classical singing or jazz, painting and the basics of drawing, ballroom and folk dances, as well as embroidery, knitting, cooking and other master classes for those who like to do something with their own hands or have long wanted to learn. Everyone will find a hobby to their taste and close to home thanks to the Moscow Longevity project.

## ЗДОРОВО ЖИТЬ

Как вести здоровый образ жизни и правильно питаться, как научиться выбирать полезные продукты и отказаться от вредных привычек, как следить за состоянием своего организма, адекватно оценивать его сигналы и вовремя обращаться к врачу. Обо всём этом достоверно и профессионально рассказывают опытные врачи, диетологи и другие профильные специалисты.



## HEALTHY LIVING

How to lead a healthy lifestyle, how to learn to choose healthy foods and give up bad habits, how to monitor the state of your body, adequately evaluate its signals and consult a doctor on time. Experienced doctors, nutritionists and other specialists reliably and professionally talk about all this.



# «МОСКОВСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

## ОБУЧЕНИЕ И РАЗВИТИЕ

Участники программы могут посещать уроки иностранных языков и курсы компьютерной грамотности. Обучение другим языкам – это тренировка памяти, возможность поближе познакомиться с мировой культурой, свободно общаться в путешествиях и шанс завести новые знакомства за рубежом. Вторая программа помогает освоить компьютер, мобильные приложения, интернет, чтобы находить необходимую информацию, делать покупки или совершать платежи не выходя из дома, пользоваться городскими электронными услугами, общаться с родственниками и знакомыми онлайн.



## EDUCATION AND DEVELOPMENT

Program participants can attend foreign language classes and computer literacy courses. Learning other languages is a memory training, an opportunity to get to know the world culture better, communicate freely during trips and the chance to make new acquaintances abroad. The second program helps to master a computer, mobile applications, the Internet, helps to find the necessary information, make purchases or make payments without leaving home, use city electronic services, communicate with relatives and acquaintances online.

## ТЕАТРАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Москвичи старшего возраста получили возможность заниматься актёрским мастерством, сценической речью и постигать основы театрального искусства. Театральные кружки и студии «Московского долголетия» способствуют расширению круга общения и раскрытию творческих талантов. Занятия проводятся на базе досуговых и культурных центров, центров социального обслуживания, общеобразовательных школ, театров и выставочных залов.

## THEATRICAL DIRECTION

Muscovites of an older age got the opportunity to engage in acting, stage speech and comprehend the basics of theatrical art. Theatrical clubs and studios of Moscow Longevity help to expand the circle of communication and open creative talents. Classes are held on the basis of leisure and cultural centers, social service centers, secondary schools, theaters and exhibition halls.



# MOSCOW LONGEVITY



**F E M E G Y L**<sup>®</sup>  
P R O F E S S I O N A L

НАДЕЖНЫЙ ПАРТНЕР  
ВРАЧА-КОСМЕТОЛОГА

NUTRITION SKIN CARE

## ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ

### Преимущества FEMEGYL<sup>®</sup>:

- природные активные ингредиенты в высоких концентрациях;
- уникальная технология холодной варки, сохраняющая активность натурального сырья;
- уникальные формулы, которые усиливают тканевое дыхание, поступление кислорода и биодоступность активных компонентов;
- все средства взаимно дополняют друг друга, наполняя кожу жизненной энергией



АКТИВНЫЕ  
ИНГРЕДИЕНТЫ



ORGANIC  
GERMANIUM



НЕ СОДЕРЖИТ  
АНТИСЕПТИКОВ



НЕ СОДЕРЖИТ  
ЛАУРИЛСУЛЬФАТ  
НАТРИЯ



НЕ СОДЕРЖИТ  
ПАРАБЕНЫ



НЕ СОДЕРЖИТ  
КРАСИТЕЛИ



**СДЕЛАНО В РОССИИ**

РАЗРАБОТАНО НАУЧНОЙ ЛАБОРАТОРИЕЙ WDS И ИНСТИТУТОМ ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ И КОСМЕТОЛОГИИ

**femegyl.ru**  
ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ

**Personal-Care.ru**  
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

**WDS**  
LABORATORIES  
 **ИНСТИТУТ**  
пластической хирургии  
и косметологии





**Екатерина ДИБРОВА:**

«ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ –  
СИЛА ГОСУДАРСТВА»



Екатерину Диброву знают, в первую очередь, как основателя и руководителя медицинской корпорации RHANA, которая благодаря современным инновационным биофармтехнологиям и препаратам дарит здоровье, молодость и активное долголетие тысячам своих пациентов во многих городах страны. Знают как человека, который эффективность этих биотехнологий демонстрирует на собственном прекрасном примере. Но темой сегодняшнего разговора стала не столько медицинская, сколько общественная сторона её деятельности.

**– Екатерина Александровна, давайте начнём с самой, пожалуй, статусной части вашей общественной работы. Вы – член экспертного совета по здравоохранению Комитета Совета Федерации по социальной политике, а здравоохранение – эта та сфера, в которой сейчас происходят кардинальные перемены. Какую работу проводит совет? Какие изменения наиболее явно повлияют на российское здравоохранение, и как скоро можно их ожидать?**

– Совет является экспертным органом, в его состав входят прогрессивные профессионалы с масштабным государственным видением. На заседаниях совета, на конференциях и круглых столах, которые совет организует и проводит, рассматривается и анализируется лучший мировой и российский медицинский и фармацевтический опыт.

Моё участие в работе этого совета определено, в первую очередь, моей деятельностью в качестве организатора здравоохранения: уже более 20 лет компания, которой я руковожу, на основе действующего законодательства осуществляет качественное и эффективное применение биофармтехнологий для сохранения здоровья и prolongation активной жизни россиян. Такая синергия знаний, высокой гражданской позиции и опыта внедрения новейших прорывных технологий позволяет выносить наиболее взвешенную экспертную оценку основополагающих законопроектов, касающихся российского здравоохранения.

Что касается основных изменений, которые ожидаются в медицинской отрасли, то это, в первую очередь, – полная цифровизация системы здравоохранения. Пример тому – уже внедрённые к сегодняшнему дню электронные медицинские карты для москвичей. Развивается телемедицина – в некоторых регионах России уже запущены пилотные проекты, которые позволяют получать более оперативную медицинскую помощь россиянам. В рамках национальных проектов «Здравоохранение» и «Демография» получает всё большее развитие государственно-частное партнёрство. Только в 2019 году на участие во всероссийском конкурсе «Лучший проект государственно-частного взаимодействия в здравоохранении» подано 165 заявок. Среди

осуществляемых по этой схеме проектов можно назвать создание центра ядерной медицины в Бурятии, строительство и эксплуатацию радиологического корпуса в Иркутске, создаваемые на основании концессионных соглашений онкорadiологические центры в подмосковных городах Балашиха и Подольск, семь поликлиник в Новосибирске, которые также строятся на основании соглашения о ГЧП и т. д.

Среди других направлений работы совета – анализ международного опыта мониторинга безопасности лекарственных средств для выявления самых актуальных и нужных решений в этой области.

Деятельность экспертного совета позволяет внедрять в жизнь законы, необходимые для наиболее эффективного и качественного оказания медицинской помощи россиянам. Надо сказать, что работа эта проходит очень динамично.

## СЕГОДНЯ ЗДОРОВЬЕ И ПРОЦВЕТАНИЕ ЧЕЛОВЕКА ТЕСНО СВЯЗАНЫ С БИОМЕДИЦИНОЙ И НОВЕЙШИМИ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫМИ ТЕХНОЛОГИЯМИ.

**– Помогает ли вам при рассмотрении этих вопросов опыт клиник корпорации RHANA и клиник, с которыми вы сотрудничаете?**

– Таких клиник уже более 560 в разных городах России и в странах СНГ, и мне, конечно, помогает и опыт их работы, и собственный 20-летний опыт в области организации здравоохранения. Известно, что реальная практика позволяет глубже

понимать вопросы, необходимые для решения поставленных задач.

**– Вы также являетесь членом генерального совета «Деловой России», что означает, что вы – не только государственный, но и представитель бизнеса. Именно бизнес вы представляете, в частности, в рабочей группе по реализации «регуляторной гильотины» в сфере здравоохранения, фармацевтики и медицинских изделий.**

– Работы в этом направлении сейчас много, порой и спать некогда. Механизм этой «регуляторной гильотины» предполагает отмену многих контрольно-надзорных требований к бизнесу, и они должны быть пересмотрены и актуализированы к 2021 году. Законодательство сейчас избавляется от старых законов, некоторые из которых были приняты ещё при наркомках – сразу после революции 1917 года. Мы движемся к качественному обновлению. Основной курс взят на прогрессивные направления, на опыт, лучшие практики национальных законов стран, входящих в Евразийский экономический союз (ЕАЭС).

**– Людям, которые много работают, обязательно нужен отдых. Ничего лучше, чем туризм, они в этом отношении, пожалуй, не придумали. Если, конечно, не считать оздоровительный туризм... И вы – посол оздоровительного туризма стран СНГ. В чём заключается эта ваша работа? Что, на ваш взгляд, важнее: отправлять жителей России в другие страны или же принимать иностранных туристов, желающих поправить своё здоровье, в странах бывшего СССР?**

– Я истинный патриот своей страны, а потому считаю, что у нас в России великолепные курорты, неисчерпаемые ресурсы для оздоровительного туризма. То же самое можно сказать и о дружественных нам странах бывшего Советского Союза. Единственное, чего нам не хватало, так это единых стандартов для хозяйственной организации этого направления деятельности. Но в сентябре 2019 года Правительством России была утверждена Стратегия развития туризма в РФ на период до 2035 года.

Этой стратегией предусматривается комплексное развитие и благоустройство туристских территорий, в том числе



**– Вы уже много раз в различных СМИ, в том числе и на страницах нашего журнала, рассказывали о сотрудничестве с Японией, но мимо этой страны не может пройти даже солнце по утрам. Вот и мы не можем обойти эту тему, а точнее – проект «Культура жить. Активное долголетие», который активно осуществлялся во время перекрёстного Года России в Японии и Года Японии в России. И сейчас он снова продолжает свою работу уже в рамках широкомасштабного проекта японо-российских побратимских обменов. Планируются проектные мероприятия «Филатовские чтения» в Москве, Токио и Саранске. Что это за мероприятия? Каковы их цели, и какие задачи вы стараетесь на них решить?**

– Данный проект и мероприятия посвящены в первую очередь знаменательной дате – 145-летию академика Владимира Петровича Филатова. И проведение «Филатовских чтений» в рамках японо-российского года побратимских обменов тоже имеет под собой важное основание. Яркий пример эффективного алгоритма российско-японского взаимодействия во благо здоровья наших народов лёг в основу этого движения. Работы русского академика Филатова, методика органо-тканевой (плацентарной) терапии и высокотехнологические процессы японских фармацевтов и учёных позволили получить препараты, которые входят в страховую медицину Японии и сохраняют высокое качество жизни и активное долголетие людей. И сегодня эти плоды совместного сотрудничества получили своё применение и развитие в России. Знакомство с трудами академика, его жизнью, его наследием, образовательная, просветительская и научная деятельность, а также международное сотрудничество – вот наши основные задачи в этом проекте.

**– И последний вопрос. Как у вас получается всё успевать? Это тоже результат действия японских чудо-препаратов или, в первую очередь, – наш, российский, характер?**

– Главное – любовь во всём и в деле тоже. Мы много говорим о продлении молодости и жизни, о превентивной медицине, и поэтому я горжусь своим выбором. Двадцать лет назад я привезла в Россию японское «золото» – уникальный препарат «Лаеннек», создание которого имеет российские корни. Я искренне увлечена своим проектом, поэтому у меня хватает сил на всё: заниматься бизнесом, быть мамой и женой, вести серьёзную общественно-государственную деятельность. И надо быть благодарным. Я благодарна богу, своей семье, команде единомышленников, которые позволяют добиваться таких успехов, партнёрам по бизнесу. И, конечно, благодарна своей стране.

туристской, коммунальной и транспортной инфраструктуры, строительство и реконструкция объектов магистральной инфраструктуры (аэропортов, дорог, мостов), формирование туристского продукта с учётом природного, культурного, этнического разнообразия регионов России. Ожидается, что в результате реализации этой стратегии к 2035 году количество внутренних туристских поездок на одного жителя увеличится более чем в два раза, а экспорт туристских услуг – более чем в три раза.

Я уверена, что в самое ближайшее время всё больше россиян будут иметь возможность получать на российских оздоровительных курортах услуги на уровне лучших мировых стандартов; что увеличится и внешний туристический поток в здравницы России, так же как увеличился поток иностранных туристов, приезжающих в Москву и в города Золотого кольца России. Я же – как посол оздоровительного туризма стран СНГ – буду вести активную деятельность для того, чтобы легендарные оздоровительные курорты наших бывших союзных республик быстро и качественно присоединились к этому движению.

**– И ещё об одной общественной организации, созданной по вашей инициативе... Это Международный фонд развития биомедицинских технологий им. В.П. Филатова. В чём вы видели необходимость его создания?**

– Владимир Петрович Филатов – гениальный врач и учёный, академик, навсегда закрепивший за Россией приоритет в создании тканевой терапии. В истории медицины XX века он занимает особое место. И Международный фонд развития биомедицинских технологий, названный его именем, продолжает заложенные этим человеком национальные традиции в области медицины.

Сегодня здоровье и процветание человека тесно связаны с биомедициной и новейшими информационно-коммуникационными технологиями. Миссией фонда имени Филатова является объединение специалистов: медиков, биологов, биохимиков, биофизиков и инженеров-биотехнологов – в совместном профессиональном и творческом решении вопросов этой важнейшей национальной программы России.

Фонд имени Филатова при поддержке государства стремится создать оптимальные механизмы внедрения в клиническую практику наиболее значимых достижений современной биомедицины, в том числе и возродить направление плацентарной медицины для лечения, укрепления здоровья и активного долголетия. Кроме того, я вижу нашу миссию и в возрождении премии академика В.П. Филатова, которая ранее имела статус государственной и вручалась за выдающиеся медицинские достижения.





**Ekaterina DIBROVA:**

“THE HEALTH OF THE NATION  
IS THE POWER OF THE STATE”

**F**irst of all, they know Ekaterina Dibrova as the founder and head of the RHANA Medical Corporation, which, thanks to modern innovative biopharmaceutical technologies and drugs, gives health, youth and active longevity to thousands of its patients in many cities of the country. They know her as a person who demonstrates the effectiveness of these biotechnologies on her own excellent example. But the topic of today's conversation is not so much the medical as the public side of her activities.

*– Mrs. Dibrova, let's start with the most high-profile part of your public work: you are a member of the expert council for public health at the Federation Council Committee on Social Policy, and public health is the area in which important changes are taking place. What work does the Council do? What changes will affect Russian healthcare most dramatically, and how soon can such changes be expected?*

– The Council is an expert body, it consists of progressive professionals with a large-scale state vision. At meetings of the Council, at conferences and round tables, which the Council organizes and conducts, the best international and Russian medical and pharmaceutical experience is examined and analyzed.

My participation in the work of this Council is primarily determined by my activity as the organizer of healthcare: for more than 20 years, on the basis of the current legislation my company has been implementing high-quality and effective application of biopharmaceutical technologies to preserve the health and prolong the active life of Russians. This synergy of knowledge, a high civil position and experience in introducing the latest breakthrough technologies allows us to make the most balanced expert assessment of fundamental bills related to Russian healthcare.

As for the main changes that are expected in the medical industry, this is, first of all, the complete digitalization of the healthcare system. An example of this is electronic medical records for Muscovites already introduced to this day. Telemedicine is developing – in some regions of Russia pilot projects have already been launched that will allow receiving more prompt medical care. Within the framework of the national projects Healthcare and Demography, public-private partnerships are becoming increasingly developed. In 2019 alone, 165 applications were submitted for participation in the All-Russian contest “The best project of public-private interaction in healthcare”. Among the projects carried out under this scheme are the establishment of the Nuclear Medicine Center in Buryatia, the construction and operation of the radiological building in Irkutsk, the oncology and radiological centers in the cities of

Balashikha and Podolsk near Moscow, seven clinics in the city of Novosibirsk, which are also being built on the basis of an agreement on PPP, etc.

Among other areas of the Council's work is the analysis of international experience in monitoring the safety of medicines to identify among them the most relevant and necessary solutions in this area.

The activities of the Expert Council allow implementing the laws necessary for the most effective and high-quality provision of medical care to Russians. I must say that this work is very dynamic.

TODAY, HUMAN HEALTH  
AND PROSPERITY IS  
CLOSELY LINKED TO  
BIOMEDICINE AND THE  
LATEST INFORMATION  
AND COMMUNICATION  
TECHNOLOGIES.

*– Does the experience of RHANA and partner clinics help you in addressing these issues?*

– There are already more than 560 such clinics in different cities of Russia and the CIS countries, and of course the experience of their work and my own 20-year experience in the field of healthcare organization help me. It is known that real practice allows a deeper understanding of the issues necessary for solving global tasks.

*– You are also a member of the General Council of Business Russia, which means that you are not only a “statesman”, but also a business representative. It is business*

*that you represent, in particular, in the Working Group for the Implementation of the “regulatory guillotine” in the sphere of healthcare, pharmaceuticals and medical devices.*

– Now there is a lot of work in this area, sometimes there is no time to sleep. The mechanism of this “regulatory guillotine” involves the abolition of many control and supervisory requirements for business and they should be reviewed and updated by 2021. Legislation is now getting rid of old laws, some of which were adopted by the People's Commissars, immediately after the revolution in 1917. We are moving towards a quality upgrade. The main course focus is made on progressive directions, experience, and best practices of the national laws of countries belonging to the Eurasian Economic Union (EAEU).

*– People who work hard need a rest. In this regard, perhaps, there is nothing better than tourism. Unless, of course, we consider health tourism... And you are the “Ambassador of health tourism of the CIS countries.” What is the essence of this job? What, in your opinion, is more important: to send Russian residents to other countries or to receive foreign tourists who want to improve their health in the countries of the former USSR?*

– I am a true patriot of my country, and therefore I think that in Russia we have magnificent resorts, inexhaustible resources for health tourism. The same can be said of the countries of the former Soviet Union friendly to us. The only thing we lacked was uniform standards for the economic organization of this area of activity. But in September 2019, the Government of Russia approved the Strategy for the Development of Tourism in Russia until 2035. This Strategy provides for the comprehensive development and improvement of tourist areas, including tourism, communal and transport infrastructure, the construction and reconstruction of main infrastructure facilities – airports, roads, bridges, the formation of a tourist product taking into account the natural, cultural, ethnic diversity of Russian regions. It is expected that as a result of the implementation of this Strategy, by 2035 the number of domestic tourist trips





per inhabitant will more than double, and the export of tourist services more than triple.

I am sure that in the very near future more and more Russians will be able to receive services at the Russian health resorts at the level of the best world standards; that the external tourist flow to the health resorts of Russia will increase, as well as the flow of foreign tourists coming to Moscow and the cities of the Golden Ring of Russia. I, as the Ambassador of Health Tourism of the CIS countries, will actively work so that the legendary health resorts of our former Union republics quickly and efficiently join this movement.

*- And there is one more public organization created on your initiative... This is the Filatov International Foundation for the Development of Biomedical Technologies. What was the need for its creation?*

- Vladimir Filatov is a brilliant doctor and scientist, academician, who secured a priority in creating tissue therapy for

Russia. He occupies a special place in the history of medicine of the XX century. And the International Foundation for the Development of Biomedical Technologies, named after him, continues this person's national traditions in the field of medicine.

Today, human health and prosperity is closely linked to biomedicine and the latest information and communication technologies. The mission of the Filatov Foundation is to bring experts together: physicians, biologists, biochemists, biophysicists and biotechnology engineers in a joint professional and creative solution to the issues of this most important Russian National Program.

The Filatov Foundation, with state support, seeks to create optimal mechanisms for introducing into clinical practice the most significant achievements of modern biomedicine, including the revival of the direction of placental medicine for treatment, health improvement and active longevity. In addition, I see the revival of the academician V.P. Filatov Prize, which previously existed,

had the status of a state and was awarded for outstanding medical achievements, as our mission.

*- You have talked about cooperation with Japan several times in various media, including the pages of our magazine, but... even the sun in the morning cannot pass by this country. So, we can't get around this topic, or rather, the project Culture to Live. Active Longevity, which was actively carried out during the Cross Year of Russia in Japan and the Year of Japan in Russia. And now it continues its work again within the framework of a large-scale project of Japanese-Russian twinning exchanges. Project activities Filatov Readings are planned in Moscow, Tokyo and Saransk. What kind of events are these? What are their goals, and what tasks do you try to solve on them?*

- This project and events are dedicated primarily to the significant date – the 145th anniversary of Academician Vladimir Petrovich Filatov. And holding the Filatov Readings within the framework of the Japanese-Russian year of twinning exchanges also has an important basis. A vivid example of an effective Russian-Japanese interaction algorithm for the benefit of the health of our peoples formed the basis of this movement. The work of the Russian academician Filatov, the methods of organ-tissue (placental) therapy and high-tech processes of Japanese pharmacists and scientists allowed to obtain drugs that are included in Japanese insurance medicine and maintain a high quality of life and active longevity of people. And today, these fruits of joint cooperation have been applied and developed in Russia. Acquaintance with the works of the academician, his life, his legacy, educational, and scientific activities, as well as international cooperation – these are our main tasks in this project.

*- And the last question: how do you manage to keep up with everything? Is this also the result of the action of Japanese miracle drugs, or, above all, our Russian character?*

- The main thing is love in everything, and in work too. We talk a lot about the extension of youth and life, about preventive medicine, and therefore I am proud of my choice, 20 years ago I brought Japanese "gold" – a unique drug Laennec – to Russia, the origin of which has Russian roots. I am sincerely passionate about my project, so I have enough strength for everything: doing business, being a mother and wife, and conducting serious public-state activities. And you have to be thankful. I am grateful to God, my family, the team of like-minded people, and partners who allow to achieve such success. And, of course, I am grateful to my country.



## Сергей Купов: «В Германии за счёт интегративного лечения люди с 4-й стадией рака живут 5-7 лет, и это реальность. Такого результата мы добиваемся в Onco.Rehab»

По оценкам Всемирной организации здравоохранения, рак является одной из основных причин смертности в мире. Наиболее распространены такие виды, как рак лёгких и молочной железы, рак толстой и прямой кишки, рак предстательной железы и кожи. Вопрос лечения злокачественных образований и активного долголетия каждый день стоит на повестке дня у специалистов международной клиники Onco.Rehab, находящейся в Подмоскowie. О том, что такое интегративная онкология, почему она нужна, и что делать, чтобы прожить дольше, рассказал в интервью онколог и кандидат медицинских наук, главный врач медицинского центра Onco.Rehab Сергей Сергеевич Купов.

**– Onco.Rehab – это первая клиника интегративной онкологии в России. Расскажите, пожалуйста, что собой представляет интегративное лечение, и почему вы решили открыть такой центр в России?**

– Работая в начале 2000-х в ГК «Новая Медицина» в Московской области, я создавал медицинский высокотехнологичный кластер из нескольких клиник. Одним из проектов, который мне стал особенно близок, стало развитие онкологии. В то же время вместе с коллегами мы заметили большой поток эмиграции больных раком россиян за рубеж.

Изучая работы иностранных онкологов в Германии, Израиле, Китае, Индии, Турции, Греции и в других странах, встречаясь с коллегами из Японии и Кореи, мы узнали об интегративных методах лечения, которые в России тогда не применялись. Наши врачи учатся и продолжают постоянно развиваться, причём в основном в общении с зарубежными специалистами. Например, не так давно мне выпала возможность обменяться опытом с известным учёным из Японии, нобелевским лауреатом 2016 года Ёсинори Осуми.

Согласно определению издательства Оксфордского университета (2017 г.), интегративная онкология – это ориентированная на пациента, основанная на доказательствах область лечения рака, которая использует методы работы с сознанием и телом пациента, натуральные продукты и (или) модификацию образа жизни из разных традиций наряду с общепринятыми методами лечения рака. Целью интегративной онкологии является оптимизация здоровья, улучшение качества

жизни, получение клинических результатов на всех этапах лечения рака и получение людьми возможности предотвращать рак и становиться активными участниками до, во время и после его лечения.

В США, например, при раке молочной железы существуют полноценные клинические рекомендации по интегративной онкологии в стандартах оказания медицинской помощи. В Японии больше 140 видов фитопрепаратов входят в систему национального страхования. В Южной Корее (ставшей в наши дни одним из центров медицинского туризма) при населении немногим более 50 миллионов человек насчитывается свыше 60 клиник интегративной онкологии, подобной нашей! А в России с населением немногим менее 150 миллионов человек наша клиника является единственной! В Германии за счёт интегративного лечения люди с 4-й стадией рака живут по 5-7 и более лет, и это реальность. Такого результата мы добиваемся и в Onco.Rehab. И это только несколько примеров, насколько широко распространены в мире подобные модели оказания медицинской помощи.

Наш проект изначально возник с целью максимально продлить жизнь людям, больным раком. Для этого необходимо применять в том числе и интегративные практики. Часто бывает, что человек не в силах перенести лечение классическими методами, и мы помогаем ему найти внутренние ресурсы для борьбы с болезнью, не оставляем его наедине с безысходностью.

**– При лечении онкологии в вашей клинике также используют гипертермию. Этот метод входит в интегра-**

**тивную методику, или это отдельное направление?**

– Гипертермия – это воздействие повышенной температуры на область со злокачественной опухолью, в результате чего раковые клетки погибают и выделяют большое количество раковых антигенов, которые работают фактически как вакцина против рака.

Гипертермия – один из методов иммунного воздействия на пациентов. Её разделяют на общую и локальную. Первая относится к интегративному методу лечения, а вторая известна довольно давно и с успехом используется как радио- и химиомодификатор для усиления эффекта от классических препаратов.

**– Надо ли улучшать иммунитет, и какую роль он может сыграть, если уже пропустил и не уничтожил «неправильную» клетку?**

– Вся современная онкология – это в значительной степени иммунотерапия. Иммунитет, который принято разделять на общий и специфический, – очень сложная структура с множеством звеньев. И, образно говоря, это не лошадь, которую нужно постоянно хлестать, чтобы она эффективно выполняла свою задачу. С биологической системой защиты организма необходимо работать грамотно, для каждого пациента нужен индивидуальный подход.

**– К сожалению, у химиотерапии есть множество неприятных последствий, начиная от выпадения волос и заканчивая кровотечениями и нарушением функций печени. Что может помочь пациенту перенести лечение препа-**



### **ратами, уменьшите осложнения от их приёма?**

– Одна из задач специалистов по интегративной онкологии – помочь человеку находиться не в состоянии вечного стресса с повышенным содержанием лимфоцитов, изменёнными показателями кардиограммы и тяжёлым психоэмоциональным фоном, а в состоянии спокойной или повышенной активации. Тогда при лекарственной терапии вероятность развития тех или иных осложнений сводится к минимуму.

Напряжение может быть не только временным явлением, но и постоянным, если мы говорим о стрессе как о заболевании. К сожалению, в наши дни именно стресс является постоянным спутником рака, и лечение онкологии в этом случае будет сложным. В СССР ещё в 70-80-е годы были разработаны методы антистрессовой терапии, которые впоследствии незаслуженно забыли. Они заключаются в том, что с помощью биомодуляторов, как правило, травяных, можно регулировать уровень стресса.

Уменьшать осложнения помогают и определённые препараты, как правило, фитоконплексы. С выпадением волос сейчас борются, понижая температуру их корней во время введения лекарств за счёт использования специальной шапочки. Мы работаем со всеми существующими осложнениями.

**– Периодически появляются новые способы борьбы с раком, которые называют эффективными, вплоть до заявлений, что рак полностью излечим. Например, сфокусированный ультразвук, вживление геномной мРНК, которая «учит» организм бороться с опухолью, CAR-T для увеличения лимфоцитов против лейкемии и многие другие. Почему, несмотря на инновационные методы, люди отдают предпочтение классическим, или дело в доступности?**

– От создания инновационной молекулы до готовых препаратов очень долгий путь. После нового открытия учёные распространяют о нём информацию, чтобы привлечь инвесторов и начать клинические испытания. Когда мы слышим фразу: «Медицинским исследователям удалось победить рак» – речь, как правило, идёт о нулевой фазе исследований. Подобные вещи могут работать в пробирке, но не помогать при лечении людей.

Новые методы могут доказать свою эффективность в испытаниях, но в реальном применении ситуация сложнее. Если человек находится в постоянном стрессе, и мы не выводим его на состояние нормальной или повышенной активации, то эти способы будут бесполезны.

Во-вторых, рак очень адаптивен. Инновационные методы могут работать до определённого момента. У злокачественной клетки есть слабые места в виде



**С нобелевским лауреатом Ёсинори Осуми**

повышенных температур, но во всём остальном она очень адаптивна: может приспосабливаться к новым препаратам, меняющейся среде. В этом отношении я согласен с мнением старшего вице-президента Онкологического института имени Розвелла Парка в Баффало, США, Андрея Владимировича Гудкова. Он говорил: «Мы должны бороться не с раком как таковым, а с его способностью к адаптации».

В-третьих, не все клеточные технологии разрешены в России, тем более для массового применения. Многие способы, которые можно было бы использовать, недоступны в рамках российского законодательства.

И действительно, новинки в онкологии не всегда доступны даже для обеспеченных граждан. В клинике Onco.Rehab мы работаем не только с проверенными временем методиками, но и приветствуем инновационные методы. Те же дендритные клетки можно вводить в Германии, а сеансы гипертермии, которые обязательно сопутствуют данной технологии, можно делать и в России, в нашей клинике. Получается экономия и времени, и средств пациента.

**– Как уменьшить риск рецидива рака у пациента? Можно ли это сделать по ОМС?**

– Если даже рак излечен, то примерно в 50% случаев есть вероятность, что он вернётся. При использовании специальных протоколов интегративной онкореконвализации эта цифра может уменьшаться до 7%, а при добавлении гипертермии этот процент может становиться ещё меньше. Подобным направлением активно занимаются японские специалисты. В России именно мы имеем необходимые компетенции для достижения подобного результата.

Обязательное медицинское страхование действует по принципу «всем, но не всё» и подразумевает наличие страхового случая. Профилактика, уменьшение рисков туда не входит. Именно поэтому программы онкопревенции не покрываются за счёт средств ОМС. Если человек уже имеет злокачественное образование и метастазы в другие органы, то ему доступен достаточно широкий спектр услуг нашей клиники по полису: общепринятая химио-, иммунотерапия, фотодинамиче-

ская терапия, системная фотодинамическая терапия, гипертермия.

Профилактика рецидива рака достаточно дорога и трудоёмка для массового внедрения и требует определённых усилий не только от врача, но и от пациента. В данном случае более актуален подход «всё, но не всем». В первую очередь, речь идёт о модификации образа жизни и работе с профессиональным онкопсихологом, а также о регулярном медицинском мониторинге. Такой подход позволяет добиться значительных результатов.

**– В Onco.Rehab уделяют большое внимание продлению жизни неоперабельным пациентам. Расскажите, пожалуйста, об этом подробнее. Стоит ли пациенту предпочесть вашу клинику хоспису?**

– Наша задача заключается не в том, чтобы заменить хоспис, потому что мы стараемся уменьшать риски перехода рака в следующие стадии и максимально продлить жизнь людям с 4-й стадией. Два наших последних достижения: быстрая подготовка пациентов к хирургическому лечению и перевод из неоперабельной в операбельную ситуацию; полное излечение предстательной железы у мужчины и, как следствие, её возврат к нормальному функционированию.

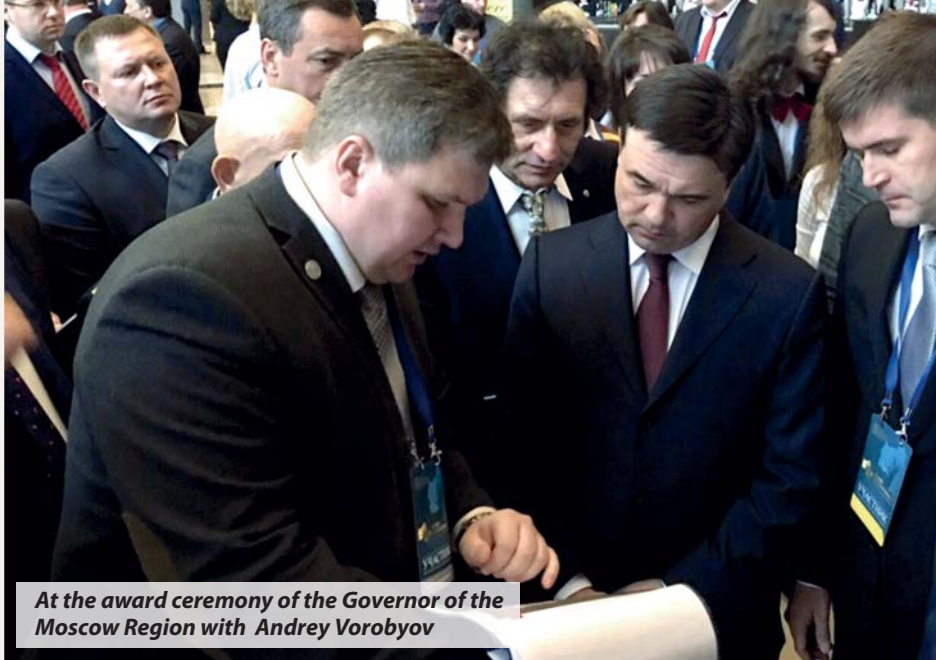
Смертельные прогнозы бывают разные. При раке поджелудочной железы или печени последней стадии редко кто живёт больше года-полутора лет. Поэтому одним пациентам мы можем продлить жизнь на 10%, другим – на 250-300%.

Я очень люблю свой приём и приёмы коллег проводить на втором этаже. Потому что выбор пациента, подняться по лестнице или на лифте, говорит о готовности человека совершить усилия и бороться с болезнью. Активное долголетие, включающее и профилактику рецидивов, требует от пациента ежедневных стараний, которые должны стать для него рутинными, как поход в душ или чистка зубов.

Цель специалистов клиники Onco.Rehab – не только лечить, соблюдая стандарты качества, но и искать новые пути решений для улучшения здоровья пациентов.

**Onco.Rehab – радость каждого дня жизни!**

According to the World Health Organization, cancer is one of the leading causes of death in the world. The most common types are lung and breast cancer, colon and rectal cancer, prostate and skin cancer. The treatment of malignant tumors and active longevity is on the everyday agenda of the Onco.Rehab clinic, located near Moscow. What is integrative oncology, what for it is needed, and what we should do to live longer, we learn from the interview with the oncologist, Candidate of Medical Science, Chief Doctor of the Onco.Rehab medical center Sergey Sergeevich Kupov.



At the award ceremony of the Governor of the Moscow Region with Andrey Vorobyov

## Sergey Kupov:

"People in Germany live 5-7 years with stage IV of cancer thanks to integrative treatment, and this is reality. We achieve such result in Onco.Rehab"

– *Onco.Rehab is the first integrative oncology clinic in Russia. Could you please tell us what is integrative treatment, and why have you decided to open such a center in Russia?*

– In the early 2000s, when I worked at the Novaya Medicina Group of Companies in the Moscow Region, I have created a high-tech medical cluster of several clinics. The development of oncology has become the most interesting for me project. At the same time, my colleagues and I noticed a large flow of emigration of Russian cancer patients abroad.

Having studied the work of foreign oncologists in Germany, Israel, China, India, Turkey, Greece and in other countries, having met with colleagues from Japan and Korea, we learned about integrative methods of treatment that had been unknown in Russia then. Our doctors constantly develop their skills, and mainly in communication with foreign specialists. For example, not so long ago I had the opportunity to exchange experience with Yoshinori Ohsumi, the famous scientist from Japan, 2016 Nobel Laureate.

According to the definition of Oxford University Press (2017), integrative oncology is a patient-based, evidence-based area of cancer treatment that uses the patient's mind and body methods, natural products and/or lifestyle modifications from different traditions along with generally accepted methods of cancer treatment. The goal of integrative oncology is to optimize health, improve the quality of life,

obtain clinical results at all stages of cancer treatment, and enable people to prevent cancer and become active participants before, during and after its treatment.

In the United States, for example, the standards of medical care include full-fledged clinical guidelines on integrative oncology for breast cancer patients. In Japan, more than 140 types of herbal remedies are included in the national insurance system. In South Korea (which has now become one of the centers of medical tourism) with a population a little over 50 million people, there are more than 60 integrative oncology clinics like ours! And in Russia, with population a little under 150 million people, our clinic is the only! People in Germany live 5-7 years with stage IV of cancer thanks to integrative treatment, and this is reality. We achieve such result in Onco.Rehab. And these are just a few examples of how widespread such models of medical care are in the world.

Our project was originally created with the aim of extending the life of people with cancer as much as possible. Integrative practices are necessary for this as well. It often happens that a person is not able to undergo treatment with classical methods, and we help him or her to find internal resources to fight the disease, we do not leave people alone with their hopelessness.

– *Your clinic uses hyperthermia in the treatment of oncology. Is this method a*

*part of an integrative technique, or is it a separate area?*

– Hyperthermia is the influence of high temperatures on an area with a malignant tumor, as a result of which cancer cells die and secrete large amounts of cancer antigens that actually work as a vaccine against cancer.

Hyperthermia is one of the methods of immune effect on patients. It is divided into general and local. The first refers to an integrative method of treatment, and the second has been known for many years and is successfully used as a radio and chemo-modifier to enhance the effect of classical medications.

– *Is it necessary to boost the immunity? What role can it play if it has already missed and failed to destroy the "wrong" cell?*

– All modern oncology is largely immunotherapy. Immunity, which is usually divided into general and specific, is a very complicated structure with many links. And, figuratively speaking, this is not a horse that needs to be whipped constantly so that it performs its task effectively. The system of biological protection needs competent and individual approach.

– *Unfortunately, chemotherapy has many unpleasant consequences, ranging from hair loss and ending with hemorrhage and liver function abnormality. What can help a patient to undergo the treatment with medications, to reduce the complicating disorder?*



– One of the tasks of specialists in integrative oncology is to help a person not to be in a state of eternal stress with a high content of lymphocytes, altered cardiogram parameters and a heavy psycho-emotional background, but in a state of calm or high arousal. Then, while medical therapy, the risk of complicating disorder is minimized.

Stress can be not only temporary, but also constant if we talk about stress as a disease. Unfortunately, stress is the constant companion of cancer, and treatment of oncology in this case will be difficult. Anti-stress therapy methods were developed in the USSR, back in the 70s and 80s and were undeservedly forgotten. They consisted in the fact that with the help of biomodulators, as a rule, herbal it is possible to regulate the state of stress.

Certain agents, usually phytocomplexes, also help to reduce complications. Hair loss is now controlled by lowering the temperature of its roots during the injection of medicines by using a special hat. We work with all existing complications.

**– New ways to fight cancer appear from time to time. They pretend to be effective, right up to claims that cancer is completely treatable. They can be, for example, focused ultrasound, implantation of genomic mRNA which teaches the organism to fight the tumor, CAR-T to increase lymphocytes against leukemia and many others. Why do people prefer the classic methods despite the innovative ones, is it because of the accessibility?**

– It's a very long way from creating an innovative molecule to ready-made medications. After a new breakthrough, scientists spread information about it to attract investors and start clinical trials. When we hear the phrase “medical researchers have managed to defeat cancer,” it's usually about the zero phase of trials. These things can work in a test tube, but fail to treat people.

New methods can be effective in trials, but in real applications the situation is more problematic. If a person is under constant stress, and we do not bring him to a state of normal or high arousal, these methods will be useless.

Secondly, cancer is very adaptive. Innovative methods can work up to a certain moment. A malignant cell can be destroyed by elevated temperatures, but in all other respects it is very adaptive: it can adapt to new medications and changing environment. In this regard, I agree with Andrey Vladimirovich Gudkov, Sr. Vice-President for Basic Science and Chair of Department of Cell stress Biology, Roswell Park Cancer Institute, Buffalo, NY, USA. He said: “We must fight not cancer as such, but its ability to adapt.

The third thing is that not all cell technologies are allowed in Russia, especially for mass

application. Many methods that could be used are not available under the Russian legislation.”

And indeed, novelties in oncology are not always available even for wealthy citizens. At Onco.Rehab we not only work with time-tested methods, but also welcome innovative methods. The same dendritic cells can be injected in Germany, and hyperthermia sessions, which necessarily accompany this technology, can be done in Russia, in our clinic. This results in savings in both time and money for the patient.

**– How to reduce the risk of a cancer relapse? Is it possible to do it using compulsory health insurance?**

– Even if the cancer is cured. When using special protocols for integrative cancer rehabilitation, this figure can be reduced to 7%, and with the addition of hyperthermia this percentage can become even less. Japanese experts are actively involved in this field. In Russia, we are the specialists who have the necessary competence to achieve such a result.

Compulsory health insurance operates on the principle of “not everything, but for everybody” and implies the presence of an insured event. Prevention and risk reduction are not included in it. That is why preventive programs are not covered by the compulsory medical insurance. If a person already has malignant tumour and metastases to other organs, then he is available to a fairly wide range of services of our clinic on the insurance: standard chemotherapy, immunotherapy, photodynamic therapy, systemic photodynamic therapy, and hyperthermia.

Prevention of cancer recurrence is expensive and time-consuming enough for mass implementation and requires certain efforts not only from the doctor, but also

from the patient. In this case, the “everything, but not for everybody” approach is more appropriate. First of all, we are talking about lifestyle modification and work with a professional oncopsychologist, as well as regular medical monitoring. This approach allows us to achieve significant results.

**– Onco.Rehab pays great attention to prolonging the life of inoperable patients. Please tell us more about this. Should a patient prefer your clinic to a hospice?**

– Our task is not to replace a hospice, because we try to reduce the risk of cancer progression to the next stages and maximize the life of people with stage IV. Two of our most recent achievements: fast preparation of the patients for the surgical treatment and conversion from inoperable to operable situation and complete recovery of the prostate gland of a man, which as a result returns to its normal functioning.

Fatal diagnoses can be different. People with cancer of the pancreas or liver of the last stage rarely live longer than a year and a half. Therefore, we can prolong some patients' lives by 10%, and only by 250-300% for other patients.

I really like to have my appointments and my colleagues' appointments on the second floor. Because the patient's choice, whether to walk up the stairs or use the elevator, indicates a person's willingness to make an effort and fight the disease. Active longevity, including the prevention of relapse, requires daily efforts from the patient, which should become routine for the patient, like taking a shower or brushing teeth.

The goal of Onco.Rehab specialists is not only to treat, observing quality standards, but also to look for new ways to improve the well-being of patients.

**Onco.Rehab - enjoy every day of life!**



**With Borova Irina and Kargalskaya Irina  
(Association of Cancer Patients Zdravstvuy!)**



Денис Серёгин,  
ООО «Клиника Новая Медицина»:  
**«ЗДОРОВЬЕ ПАЦИЕНТА  
ПРЕВЫШЕ ВСЕГО»**

С самого своего появления и до 1917 года мировая медицина была частной. До образования в 1918 году Наркомата здравоохранения РСФСР никто и не думал, что это может быть иначе. Сейчас уже трудно отрицать успехи государственной медицины, однако почему-то «вожди мирового пролетариата» всё равно обращались к «частникам». Сохранилось письмо В.И. Ленина к Горькому: «Упаси боже от врачей-товарищей вообще, врачей-большевиков в частности! Уверю вас, что лечиться (кроме мелких случаев) надо только у первоклассных знаменитостей». Когда здоровье Владимира Ильича ухудшилось, он пригласил из Германии целую команду «частников» во главе с Отфридом Фёрстером. Существует даже фото докторов на Красной площади, датированное 1922 годом. И всё это при том, что их услуги обошлись стране, разорённой Гражданской войной и разрухой, недёшево! А вот у остальных граждан в то время не было выбора между частной и государственной медициной. Сейчас он есть, и слава богу.

О том, чем сегодня отличается частная медицинская организация от государственной, мы побеседовали с директором одного из передовых частных медучреждений МО, ООО «Клиника Новая Медицина», Денисом Серёгиным.

**– Денис Александрович, первый медицинский центр «Новая Медицина» открылся в Орехово-Зуево в 2001 году. За прошедшие без малого 20 лет он развился в сеть медицинских центров. А с чего и с кого всё начиналось?**

– Наша сеть начала развиваться в 2001 году с открытием амбулаторно-поликлинического частного медицинского центра в Орехово-Зуево, на улице Пушкина, 12. Меня пригласили туда для организации стоматологического отделения. Этот медицинский центр мы открывали вместе с ассоциацией «Армия и Бизнес», с которой и сейчас очень плотно сотрудничаем.

В то время частная медицина была не настолько развита, как сейчас, и активность в потреблении подобных услуг была гораздо ниже. И тем интереснее было этот спрос развивать! Никто не знал, во что это выльется, многие сомневались, что мы пошли верной дорогой. А развилось всё в сеть продвинутых медицинских центров. Сейчас их 13, и совсем скоро откроется ещё один – в городе Павловский Посад. Сегодня в их числе есть «Клиника-НМ» в



Орехово-Зуево, на улице Дзержинского, 41, со стационаром на 32 койки и рентген-операционной, где мы имеем возможность оказывать услуги высокотехнологической медицинской помощи. О ней сегодня мне и хотелось рассказать.

**– На сайте клиники сказано, что пациенты могут получить у вас помощь по более чем 20 направлениям современной медицины. Что это за направления? И сколько пациентов пользуются услугами вашей клиники?**

– В «Клинике-НМ» пациентам оказывается помощь по таким направлениям, как акушерство и гинекология, офтальмология, стоматология, терапия, кардиология, эндокринология, онкология, хирургия, нейрохирургия, неврология, ревматология, флебология, травматология и ортопедия, педиатрия, косметология и т. д. У нас есть крупное диагностическое отделение, оснащённое цифровым рентгеном, новейшей УЗИ-аппаратурой. Каждый год мы открываем новые отделения, внедряем новые дисциплины для удобства пациентов, которым больше не надо ехать со своими проблемами в столицу. Это первый в Орехово-Зуево многопрофильный частный медицинский центр с операционной, круглосуточным стационаром и травмпунктом. Клиника принимает более 150 пациентов в день, здесь проводится более 1500 операций в год.

**– Самое современное медицинское оборудование – предмет гордости сотрудников клиники. Расскажите о нём подробнее. Какую технику хотелось бы особо отметить?**

– Одно из самых интересных наших последних приобретений – кардиологический аппарат «Тредмил». Тредмил-тест – это нагрузочный тест для выявления сердечно-сосудистой недостаточности у пациентов, беговая дорожка, подключённая к аппаратам. Когда при обычной диагностике, ЭКГ, суточном и холтеровском мониторинге мы не можем обнаружить каких-то патологий, но пациент продолжает жаловаться на сердце, применяется этот нагрузочный тест. Наш аппарат «Тредмил» – единственный в городе, даже в государственных медицинских учреждениях Орехово-Зуево таких пока нет. Там используют велоэргометры, создающие не совсем правильную нагрузку. «Тредмил» в кардиологии является трендом. Кстати, это приобретение не несло какой-либо особой маркетинговой нагрузки, просто мы видели, что в прохождении этого теста нуждаются очень многие наши пациенты.

Высокотехнологичным оборудованием оснащено операционное отделение. У нас есть С-дуга хорошей фирмы GE Healthcare, позволяющая проводить на высоком

уровне множество хирургических и ортопедических манипуляций. Это рентген-аппарат, который используется непосредственно у операционного стола. У нас очень много эндоскопического оборудования, мы практикуем как лапароскопию, так и артроскопические операции. Имеются хирургические лазеры.

Очень хорошо оснащена наша анестезиологическая бригада: от аппаратов искусственной вентиляции лёгких до приборов мониторинга состояния пациента в палате интенсивной терапии. В диагностическом отделении установлены УЗИ-аппараты производства Toshiba и GE – это аппараты экспертного класса, позволяющие проводить высокоточную диагностику.

Самым современным оборудованием может похвастаться стоматологическое отделение. Здесь мы делаем много как обычных операций, к примеру, в рамках имплантологии, так и пересадку костей. При нехватке у пациента костных тканей

уменьшить нагрузку на пациента в момент операции, и процесс выздоровления проходит гораздо быстрее.

**– Техника в современной медицине, безусловно, важна, но пациента она мало интересует: он по-прежнему идёт именно к врачу. А у вас подобранся уникальный коллектив, включающий докторов и кандидатов медицинских наук, профессоров и заведующих кафедрами медицинских вузов. Расскажите о своём коллективе.**

– Я всегда в своих выступлениях подчёркиваю, что хорошее оборудование и красивые стены может приобрести каждый, а вот формирование высококлассного коллектива – процесс кропотливый и небыстрый. Отличных специалистов всегда не хватает.

Мы общаемся и сотрудничаем с большим количеством медицинских вузов и государственных медорганизаций, таких как МОНКИ или ЦИТО им. Приоро-



можем сделать как аутотрансплантацию, пересадив частицу его собственной кости, так и подсадить искусственную кость.

В клинике проводятся уникальные для нашего города гинекологические исследования, например гистеросальпингография – проверка прохождения маточных труб.

В общем, «Клиника-НМ» располагает множеством самого современного оборудования, благодаря которому врачи получают отличные результаты. Оно способно

ва, и стараемся привлечь к нашей работе их специалистов. А офтальмологические операции у нас, к примеру, проводят кандидаты медицинских наук из Рязани, из ОКБ им. Семашко. Мы постарались собрать ударный пул врачей. Конечно, амбулаторно-поликлиническую деятельность у нас в основном ведут местные специалисты, тоже отличные, ну а для сложных манипуляций, таких как замена тазобедренного сустава, нейрохирурги-

ческие операции или лечение катаракты, у нас есть специалисты зачастую даже с международным опытом. Всего в клинике трудятся 65 врачей, из них 9 врачей высшей категории и КМН; принимают специалисты по 40 разным специализациям.

Конечно, мы честно заявляем клиентам: есть случаи, в которых наши специалисты не в силах помочь, вам нужно в Москву или за границу. Да, мы – коммерческая клиника и ценим деньги, заработанные честным путём. Но мы не готовы ради них жертвовать своими принципами. Нашей сети почти 20 лет, и если бы мы хватались за все случаи без разбора и оглядки на собственные возможности, у нас бы не было сегодня такого количества пациентов. Город небольшой, здесь сильно воздействие сарафанного радио. А благодаря такой правильной политике у нас нарабатана устойчивая клиентская база, многие горожане лечатся у нас целыми семьями.

**– «Клиника-НМ» оказывает населению услуги не только на коммерческой основе, но и в рамках программы ОМС, что даёт пациентам уникальные возможности: они могут получить высококвалифицированную врачебную помощь бесплатно по полису! Это действительно так? Какие специалисты принимают у вас по ОМС? И что даёт участие в подобной программе частной клинике?**

– Клиника уже 5 лет работает в системе ОМС. Мы начали оказывать помощь по полису ОМС как амбулаторно-поликлиническое звено. Сейчас работаем по 8 профилям: офтальмология, неврология, нейрохирургия, кардиология, ревматология, эндокринология, онкология, гинекология. Также по полису ОМС проводим сложные хирургические операции по направлениям: травматология и ортопедия, нейрохирургия, офтальмология и гинекология. А почему за это берётся коммерческая клиника? Потому что мы – медики, девиз нашей клиники: «Здоровье пациента превыше всего».

Мы стараемся быть как можно ближе к людям. Платежеспособность россиян не

позволяет многим делать дорогие операции: например, операция по замене тазобедренного сустава стоит около 250 тысяч рублей. Мало кто из наших пациентов может собрать такие деньги. А за счёт полиса ОМС жители восточного Подмосковья могут получить эту услугу.

Четыре профиля высокотехнологичных услуг, предлагаемых клиникой, на 200 км в округе никто предлагает; за ними нужно ехать либо в Москву, либо во Владимир.

У пациента появляется право выбора. Мы за честную конкуренцию, когда человек может выбрать, к каким врачам он пойдёт даже по полису ОМС. Кроме того, клиника получает деньги за эти услуги из фонда ОМС.

**– В ноябре прошлого года вы получили из рук губернатора Московской области А.Ю. Воробьёва награду, став лауреатом премии «Наше Подмосковье» за проект профориентации школьников, планирующих поступать в медицинские вузы. Расскажите об этом проекте.**

– Начну с того, что мы в 2016 году уже получали аналогичную премию. Тогда наш проект был связан с малоинвазивным удалением грыжи межпозвоночного диска.

А проект, о котором вы спрашиваете, был очень долгосрочным и интересным для нас, и у него длинная предыстория.

Когда я сам был студентом медицинского вуза, я не мог не заметить, что примерно к третьему курсу половина моих сокурсников из института или ушли сами, или были отчислены. А ведь они потратили столько сил и времени, чтобы поступить! Было очень жаль этих эмоциональных и финансовых усилий и потерянных ребятами лет. И у меня возникло ощущение, что, наверное, люди не совсем понимали, что такое профессия врача, и в какую сферу они идут... И это ещё полбеды, ведь встречаются люди, которые не могут себе признаться в том, что их выбор профессии врача был ошибкой, и работают в ней всю жизнь, не получая удовольствия, выгорая на работе и невольно нанося вред своим пациентам.

А у нас в городе, в МОУ Лицей, есть старшие классы (10-11) с медико-биологическим профилем. И я предложил директору организовать подобный проект для того, чтобы будущие абитуриенты могли сделать верный выбор.

Это был пилотный проект: школьники из этого класса, 27 человек, раз в неделю приходили в клинику как на урок. И мы им показывали диагностическое оборудование, забор анализов, операционную. В операционной, кстати, у нас установлены видеокамеры, позволяющие транслировать происходящее на экране конференц-зала. Так что ребята даже за ходом некоторых операций могли наблюдать в онлайн-режиме. Постепенно из общего потока выделилась группа тех, кто серьёзно запланировал связать свою судьбу с медициной. А те, кто не горел этим, не пошёл в медицинский вуз и честно признался себе, что это «не его». Я для себя назвал этот проект «Днём открытых дверей длиной в два года».

От оставшихся в проекте детей мы на протяжении этих лет слышали массу интересных вопросов и тогда совсем не думали о премии, было просто интересно. Кстати, около 70% наших подопечных успешно поступили в медицинские вузы. И та часть молодых специалистов, что после института вернётся в город, точно будет знать, куда пойти работать!

Сейчас много говорят о непрерывном образовании в здравоохранении, и лично я уверен, что оно должно начинаться со школы. И если наш пилотный проект окажется интересен кому-то из коллег, я с удовольствием поделюсь опытом.

**– А какие у вашей клиники планы на наступивший год?**

– Мы каждый год что-то новое и интересное внедряем, открываем. И на этот год у нас запланировано много нововведений. Отдельно отделение аппаратного клеточного плазмафереза – это направление сейчас мало представлено в Орехово-Зуево. Будем также устанавливать у себя тяжёлую диагностическую технику – МРТ и КТ. Ещё в этом году планируем открыть аптечный пункт, ну и в каждом отделении что-то улучшить.

Идеи для этого я привожу практически из каждой моей поездки из-за рубежа или после посещения российских медцентров. ООО «Клиника Новая Медицина» входит в саморегулируемую организацию по здравоохранению наряду с более чем 220 организациями. Мы встречаемся и обмениваемся опытом. По моему мнению, в частной медицине люди очень открытые, с удовольствием делятся с коллегами своими наработками, и это позволяет всем нам быстро и успешно развиваться.

Подготовила Елена Александрова







## Denis Seregin, New Medicine Clinic: "PATIENT'S HEALTH IS ABOVE ALL"

Since its very inception until 1917, world medicine was private. Before the formation of the People's Commissariat of Health of the RSFSR in 1918, no one thought that this could be otherwise. Now we can hardly deny achievements of state medicine, but for some reason the "leaders of the world proletariat" still turned to "private medical practitioners". The letter of V.I. Lenin to Gorky: "God forbid from doctors-comrades in general, doctors-Bolsheviks in particular! I assure you that only first-class celebrities should treat you (except for petty cases)." When Vladimir Ilyich's health deteriorated, he invited a whole team of "private doctors" from Germany led by Otfried Förster. There is even a photo of doctors on Red Square dated 1922. And all this despite the fact that their services cost the country devastated by the Civil War, not cheap! But the rest of the citizens at that time had no choice between private and public medicine. Now it is, thank God. About how today a private medical organization differs from a state one, we talked with the Director of one of the leading private medical institutions of the Moscow region, New Medicine Clinic LLC, Denis Seregin.

*– Mr. Seregin, the first medical center New Medicine was opened in Orekhovo-Zuyevo in 2001. Over the past 20 years, it has developed into a network of medical centers. And with what (and from whom) it all started?*

– Our network began to develop in 2001, with the opening of an outpatient private medical center in Orekhovo-Zuyevo, on Pushkin Street 12. I was invited there to organize a dental department. We opened this medical center together with the Army and Business Association, with which we cooperate now very closely.

At that time, private medicine was not as developed as it is now, and activity in the consumption of such services was much lower. And the more interesting it was to develop

this demand! No one knew what it would result in, many doubted that we had gone the right way. And everything has developed into a network of advanced medical centers. Now there are 13 of them, and very soon another one will open, in the city of Pavlovsky Posad. Today, among them there is the New Medicine Clinic in Orekhovo-Zuyevo, on Dzerzhinsky Street 41, with a 32-bed hospital and an X-ray room, where we are able to provide high-tech medical care services. I want to talk about it today.

*– The clinic's website says that patients can receive help from you in more than 20 areas of modern medicine. What are these directions? And how many patients use the services of your clinic?*

– In the New Medicine Clinic, patients are assisted in such areas as obstetrics and gynecology, ophthalmology, dentistry, therapy, cardiology, endocrinology, oncology, surgery, neurosurgery, neurology, rheumatology, phlebology, traumatology and orthopedics, pediatrics, cosmetology, etc. We have a large diagnostic department equipped with digital x-ray, the latest ultrasound equipment. Every year we open new departments, introduce new disciplines for the convenience of patients who no longer need to go to the capital with their problems. This is the first diversified private medical center with an operating room, a 24-hour hospital and a trauma center in Orekhovo-Zuyevo. The clinic accepts more than 150 patients per day, more than 1,500 operations per year are performed here.

***– The most modern medical equipment is the pride of the clinic staff. Tell us more about it. Which of this equipment would you like to note?***

– One of the most interesting among our latest acquisitions is the Treadmill cardiological apparatus. A treadmill test is a stress test to detect cardiovascular failure in patients. When, during the usual diagnosis, ECG, daily and Holter monitoring, we cannot find any pathologies, but the patient continues to complain “about their heart,” this stress test is used. Our device Treadmill is the only one in the city, even in the state medical institutions of Orekhovo-Zuyevo there are none of them, they use bicycle ergometers that create an incorrect load. Treadmill is a trend in cardiology. By the way, this acquisition did not carry any special marketing burden, we just saw that many of our patients need to pass this test.

The operating department is equipped with high-tech equipment. We have the C-arm of a good company, GE Healthcare, which allows a lot of surgical and orthopedic procedures to be performed at a high level. This is an x-ray machine that is used directly at the operating table. We have a lot of endoscopic equipment, we practice both laparoscopy and arthroscopic surgery. Surgical lasers are available.

Our anesthesiology team is very well equipped: from mechanical ventilation devices to devices for monitoring the patient’s condition in the intensive care unit. Ultrasound devices manufactured by Toshiba and GE are installed in the diagnostic department; these are expert-class devices that allow for high-quality diagnostics.

The most modern equipment is installed in the dental department. Here we do a lot of both ordinary operations, for example, in the framework of implantology, and bone transplantation. If there is a lack of bone tissue in the patient, we can do both autotransplantation by transplanting a



particle of their own bone or transplanting an artificial bone.

The clinic conducts gynecological examinations unique to our city, for example, hysterosalpingography – checking the passage of the fallopian tubes.

In general, the New Medicine Clinic has a lot of modern equipment, thanks to which doctors get excellent results. It can reduce the burden on the patient during surgery, and the healing process is much faster.

***– Of course, equipment in modern medicine is important, but it is of little interest to the patient: they still go to the doctor. And you have selected a unique team, including doctors and candidates of medical sciences, professors and heads of departments of medical universities. Tell us about your team.***

– In my speeches I always emphasize that everyone can acquire good equipment and beautiful walls, but the formation of a high-class team is a painstaking and slow process. Excellent specialists are always in short supply.

We communicate and collaborate with a large number of medical universities, and state medical organizations, such as Moscow Regional Research Clinical Institute named after M. F. Vladimirov or N.N. Priorov Central Research Institute of Traumatology and Orthopedics and we are trying to attract their specialists to our work. And ophthalmological operations in our country, for example, are carried out by candidates of medical sciences from Ryazan, from the regional hospital named after Semashko. We tried to collect a strong pool of doctors. Of course, outpatient activities are mainly carried out by local specialists, who are also excellent, but for complex cases, such as replacing the hip joint, neurosurgery or cataract treatment, we often have specialists with international experience. In total, 65 doctors work in the clinic, 9 of them are doctors of the highest category and Candidates of Medicine, specialists in 40 different specialties work with us.

Of course, we honestly declare to our clients: there are cases in which our specialists are not able to help, you need to go to Moscow or abroad. Yes, we are a commercial clinic, and value honestly earned money. But we are not ready to sacrifice our principles for their sake. Our network is almost 20 years old, and if we engaged in all cases indiscriminately and without regard to our own capabilities, we would not have had so many patients today. Our city is small, there is a strong impact of word of mouth. And thanks to such a correct policy, we have developed a stable client base, whole families of our citizens are treated here.

***– The New Medicine Clinic provides services to the population not only on a commercial basis, but also within the framework of the compulsory medical insurance program, which gives patients unique opportunities: they can receive highly qualified medical care for free,***





**according to the insurance policy! Is this really so? What kind of specialists do you have for compulsory medical insurance? And what does the participation in a similar program give to a private clinic?**

– The clinic has been working in the CHI system for 5 years. We began to provide assistance in the compulsory medical insurance policy as an outpatient unit, and now we work in eight profiles: ophthalmology, neurology, neurosurgery, cardiology, rheumatology, endocrinology, oncology, gynecology. Also, according to the compulsory medical insurance policy, we carry out complex surgical operations in the following areas: traumatology and orthopedics, neurosurgery, ophthalmology and gynecology. And why does a commercial clinic deal with this? Because we are doctors, and the motto of our Clinic is: “Patient’s health is above all.”

We try to be as close to people as possible. The solvency of Russians does not allow many to do expensive operations: for example, an operation to replace a hip joint costs about 250 thousand rubles. Few of our patients can raise such money. And due to the compulsory medical insurance policy, residents of the eastern Moscow region can receive this service.

**the project of career guidance for students planning to enter medical schools. Tell us about this project.**

– To begin with, in 2016 we received a similar award. Then our project was associated with minimally invasive removal of a hernia of the intervertebral disc.

And the project you are asking about was very long-term and interesting for us, and it has a long background.

When I myself was a student of a medical university, I could not help but notice that by about the third year, half of my fellow students from the institute either left themselves or were expelled. But they spent so much effort and time to enter! I felt sad about these emotional and financial efforts and the years lost by the guys. And I got the feeling that, probably, people did not quite understand what the profession of a doctor is, and what sphere they are going to... And this is not so bad, because there are people who can’t admit to themselves that their choice of a doctor’s profession was a mistake, and they have been working in it all their lives, not having fun, burning out at work and involuntarily harming their patients.

And in our city, in the MOU Lyceum there are senior classes, 10-11, with a medical and biological profile. And I suggested to the

the general stream. And those who did not burn with it did not go to the medical department and honestly admitted to themselves that it was “not their”. For myself, I called this project “Two Years Open Day”.

Over the years, we have heard a lot of interesting questions from the children remaining in the project, and then we did not think about the prize at all, it was just interesting. By the way, about 70% of our students successfully entered medical institutions. And that part of the young specialists who will return to the city after the institute will definitely know where to go to work!

There is a lot of talk now about continuing education in healthcare, and I am personally sure that it should start from school. And if our pilot project turns out to be interesting to one of my colleagues, I will share my experience with great pleasure.

**– And what are the plans of your clinic for the coming year?**

– Every year we introduce and discover something new and interesting. And this year we have planned a lot of innovations. We will open the department of hardware cell plasmapheresis, this direction is now poorly represented in Orekhovo-Zuyevo. We will also install heavy diagnostic equipment



Four profiles of high-tech services offered by the New Medicine Clinic are not offered for 200 km in the district; they need to go either to Moscow or to Vladimir to get these services

The patient has the right to choose. We are for fair competition, when a person can choose a doctor, he or she will go to even under the compulsory medical insurance policy. In addition, the clinic receives money for these services from the CHI Fund.

**– Last November, the Governor of the Moscow Region A.Y. Vorobyov awarded you the Prize “Our Moscow Region” for**

director that I was ready to organize a similar project so that future applicants could make the right choice.

It was a pilot project: schoolchildren from this class, 27 people, came to the clinic once a week, as if for a lesson. And we showed them diagnostic equipment, tests, an operating room. In the operating room, by the way, we have video cameras installed that allow broadcasting what is happening there on the screen of the conference room. So, the students could even watch the progress of some operations online. Gradually, a group of those who seriously planned to connect their destiny with medicine stood out from

– MRT and CT. This year we plan to open a pharmacy, and we’ll improve something in each department.

I bring ideas for this from almost every trip abroad I made or visits to Russian medical centers. The New Medicine Clinic is part of a self-regulatory healthcare organization along with more than 220 organizations. We meet and share experiences. In my opinion, in private medicine, people are very open, they are happy to share their best practices with their colleagues, and this allows us all to develop quickly and successfully.

**Prepared by Elena Alexandrova**

# ВЯЧЕСЛАВ ДЕГТЯРЁВ, MITRA CLINIC:



БИОХАКИНГ –  
РЕАЛЬНЫЙ  
СПОСОБ ОТВЕСТИ  
СВОИ БИОЧАСЫ  
НАЗАД!



На протяжении всей истории человечества люди ищут секрет вечной молодости. Желание сохранить красоту, здоровье и активность толкало их на самые необычные эксперименты. Легенды сохранили отголоски таких попыток шумерского царя Гильгамеша, иранского лекаря Авиценны, египетской царицы Клеопатры, потомка Небесного Владыки Пэн Цзу и загадочного графа Калиостро. Что только не предлагалось в качестве волшебного средства: эликсиры и мази, упражнения и заклинания. Однако ни одно из них не стало достаточно эффективным, а потому тема не перестаёт волновать и наших современников. Однако современные медики, в отличие от древних коллег, оснащены действительно эффективным арсеналом, позволяющим «отвести ваши часы вспять». Об этом мы побеседовали с основателем и генеральным директором Mitra Clinic Вячеславом Дегтярёвым.

– Вячеслав Владимирович, Mitra Clinic является одним из флагманов российского практического биохакинга. Однако даже большинство российских врачей ничего не слышало о такой системе контроля над здоровьем, а уж пациенты – тем более. Придётся вам провести небольшой ликбез: объясните, что это за система, в чём её отличия, где она появилась впервые, и насколько широко распространена в мире.

– Биохакинг – это комплексная и сбалансированная система контроля над здоровьем, основанная на определении жизненных показателей конкретного человека и направленная на продление жизни и улучшение её качества. Она включает настройку всех жизненно важных функций и процессов организма – от всесторонней диагностики, контроля циркадных ритмов бодрствования и сна до подбора питания, физических нагрузок, улучшения мозговой деятельности и эмоционального состояния.

Данная система медицинских и оздоровительных практик позволяет не только отвести биологические часы назад, но и использовать скрытые резервы и возможности организма для

повышения умственной и физической работоспособности, выносливости, сексуальной привлекательности и пр.

Впервые этот термин появился в Кремниевой долине (США) – ведущем мировом «центре притяжения» разработчиков высокотехнологических наукоёмких проектов, месте развития мировых инноваций.

Термин пришёлся по душе многим известным людям, банкирам и инвесторам с Уолл-стрит, которые на себе почувствовали позитивную мощь биохакинга. Ведь высокая работоспособность, крепкое здоровье, эстетичный внешний вид сегодня относятся к признакам успешного и высокоэффективного человека-лидера!

Биохакинг позволяет находиться на передовой современной науки и медицины и уже сегодня получать те преимущества, которые будут массово внедрены «послезавтра».

Сегодня биохакинг внедряется в Европе и Америке, Африке и Австралии – везде, где человек хочет стать лучше в физическом и эмоциональном плане, быть продуктивным и успешным в карьере и делах семейных. Вы все,

люди Земли, похожи в стремлении быть успешными, здоровыми и сексуально привлекательными!

Неудивительно, что биохакинг, зародившись в Кремниевой долине, быстро стал популярен не только среди программистов, но и бизнесменов. Теперь в любом научном и бизнес-кластере по всему миру можно встретить биохакеров.

– Есть ли в России ещё клиники, частные или государственные, институты, практикующие или изучающие биохакинг?

– В России их пока не так много. Сегодня большее распространение биохакинг имеет в социальных сетях. Имеется также интерес со стороны частных и государственных медицинских центров и НИИ ввиду того, что молодёжь активно обращается к этому направлению. Однако многие из них вычленили одну или несколько практических функций из комплексной системы контроля над здоровьем.

Типичный биохакер в современной России – это выпускник МГУ или другого технического вуза, не имеющий медицинского образования, но обладающий научным складом мышления



и привыкший обстоятельно относиться ко всему, что делает. Что похвально, но в данном случае приводит к тому, что большинство биохакеров назначают сами себе лекарственные средства и БАДы. А это приводит к полипрагмазии – приёму слишком большого количества таблеток. Это не только не имеет нужного эффекта, но и вредит организму.

А в основе биохакинга лежит, прежде всего, глубокая диагностика: лабораторные анализы крови, функциональные, когнитивные и прочие исследования. Обязательной составляющей комплексной диагностики является генетическое исследование (ДНК-тестирование), на основе результатов которого делаются оценки полной картины рисков заболеваний, процессов пищеварения и распада токсинов, а также определения максимально результативных физических нагрузок.

Специалист, занимающийся биохакингом, должен досконально собирать анамнез и обследовать пациента. Наследственность, сон, еда, сексуальная активность, эмоциональное состояние – его должно интересовать всё! Так как процесс биохакинга – не только детальная диагностика, но и индивидуальная программа, составляемая по её итогам.

Врач определяет контрольные точки – показатели, которые нужно достичь к такому-то времени. Например, мы хотим, чтобы пациент спал не менее семи часов, уровень витамина D был такой-то, снизился уровень свинца и т. д.

Биохакинг – это не разовая процедура, а образ жизни. Программы придётся придерживаться всю жизнь для поддержания эффекта. Возможно, вы вскоре выйдете на заданные показатели, но диету и физические упражнения бросать нельзя, так как именно такой образ жизни позволяет вам быть на необходимом именно для вас уровне.

Человек, проходящий процедуру исследования здоровья, не обязательно должен иметь проблемы с ним. Это может быть совершенно здоровый человек, который решил создать ещё более эффективную версию самого себя, так сказать, взломать возможности своего организма, заставив его работать в нужном режиме.

Не думаю, что многие медучреждения в России захотят заниматься пациентом, которого не нужно лечить! А многие врачи, к сожалению, банально не знают, что существуют такие практики. Можно услышать: «Зачем вам анализы, раз вы и так здоровы? Только лишние расходы». Но мы считаем, что это – инвестиции в будущее!

В Mitra Clinic мы делаем всё вышеописанное, начиная от комплексной и глубокой диагностики всего орга-

низма, определения индивидуальных жизненных и физиологических показателей с последующим построением индивидуальных программ, направленных на продление жизни и улучшение её качества, на повышение умственной и физической работоспособности, выносливости и привлекательности.

Могу сказать, что с таким комплексным подходом в России мы оказались в числе первых. Но при этом мы готовы к тесному сотрудничеству и стратегическому партнёрству как с частными, так и государственными институтами.

**– Каких результатов можно добиться, следуя этой системе?**

– Можно улучшить память, работоспособность мозга, устранить усталость и вялость, депрессию, уменьшить риски возраст-зависимых заболеваний, прийти в отличную физическую форму, уменьшить риски заболеваний опорно-двигательной системы.

Каждый наш пациент получает гарантированное снижение метаболического и биологического возраста, фиксируемое средствами доказательной медицины. Биохакинг помогает предотвратить болезни путём установления здорового образа жизни и контроля над своими показателями на

пустить, но если вы откроете журнал Forbes, то многие из представленных там высокоэффективных и успешных людей уже используют биохакинг. Список этим не ограничивается: это лидеры государств, известные бизнесмены, политики, спортсмены.

**– Программа биохакинга в Mitra Clinic состоит из двух тесно связанных блоков. Что это за блоки? Какая аппаратура и методики применяются при реализации этих программ?**

– Программа биохакинга в Mitra Clinic состоит из двух тесно связанных блоков.

Первая стадия: консультация, диагностика, разработка индивидуальной программы оздоровления и повышения умственной и физической работоспособности.

На этом этапе человек проходит глубокую и детальную диагностику всего организма, полное обследование и получает назначения. Врач определяет контрольные точки – показатели, которые нужно достичь к определённому времени.

Затем следует повторная диагностика, консультация и коррекция программы, разработка долговременных мер по поддержанию здоровья и высокого



всём её протяжении.

Уже через несколько месяцев прохождения программы вы выйдете на совершенно иной уровень работоспособности, эффективности и эмоционального состояния. И выглядеть будете более привлекательно даже до посещения косметолога, так как нормализуете вес и повысите свою энергию.

**– Есть ли среди поклонников системы мировые знаменитости?**

– Безусловно! Сергей Фаге одним из первых стал применять биохакинг. Говоря о его последователях, мы не будем называть имена, чтобы кого-то не про-

качества жизни.

При повторных консультациях определяется, насколько эффективным были назначения, удалось ли достигнуть желаемого. Если нет, терапия корректируется.

Диагностика и консультирование включают:

Полное сканирование организма на медицинском аппаратно-программном комплексе «Метатрон» (с точностью 95-98%).

Это гарантирует:

– определение рисков развития заболеваний на самом раннем этапе, когда их можно устранить быстро, безболезненно и бесследно;



– определение состояния всех органов и систем (в т. ч. лимфатической, мышечной, костной систем);

– включение систем обратной связи с пациентом для настройки клеток и тканей на здоровое функционирование;

– альтернативную диагностику по меридианам и биологически активным точкам, основанную на принципах древней индийской медицины и классической китайской акупунктуры;

– выдачу заключения о психоэмоциональном состоянии пациента для предупреждения развития множества опасных заболеваний, в том числе онкологии.

*Генетическое исследование (ДНК-тестирование) для оценки полной картины рисков заболеваний, процессов пищеварения и распада токсинов, а также определения максимально результативных физических нагрузок для конкретного человека.*

*Это дает:*

– выявление информации, заложенной на генетическом уровне, – её невозможно изменить, но знания о ней можно использовать для повышения работоспособности и качества жизни;

– получение развёрнутых и на 100% достоверных результатов;

– минимальную степень медицинского вмешательства – забор генетического материала производится ватной палочкой из полости рта;

– повышение эффективности работы по предупреждению развития наследственных заболеваний.

*Биохимические анализы крови определяют:*

– биохимические показатели, важные для активного долголетия;

– точный гормональный статус с учётом пола и возраста;

– функциональные отклонения в работе внутренних органов и систем организма. Ориентиры при их определении – на биохимическую панель долголетия с более строгими, чем принятыми усреднёнными, нормами.

*Предполагаются также комплексная программа ультразвуковых исследований и развёрнутые консультации специалистов.*

В соответствии с результатами диагностики для пациента составляется

индивидуальная «дорожная карта».

– *Что такое «дорожная карта от Mitra Clinic», и как скоро после обращения в клинику можно её получить?*

– В нашей клинике индивидуальную программу пациента мы называем «дорожной картой от Mitra Clinic». Это программа оздоровления, долголетия, повышения качества жизни, которая в себя включает ряд самых разных мер по организации системы питания, здорового сна, физической активности, активизации мозговой деятельности, стресс-менеджмента, детокса, выравниванию гормонального статуса, а также улучшению эстетики.

Наша «дорожная карта» основана на комплексной диагностике, и, учитывая сроки подготовки всех анализов и заключения, она может быть подготовлена в течение двух недель.

– *Какие методы коррекции и омоложения вы используете?*

– Мы охватываем все самые современные и передовые методы и практики. Среди них:

**Метакоррекция** – терапия здоровой частотой. В аппаратно-программный комплекс «Метатрон» включена система оздоравливающей обратной связи с пациентом, позволяющая настраивать все его клетки и ткани на здоровое функционирование.

**Детокс-терапия** – активное очищение, направленное на активизацию вывода из организма токсинов. Освобождение от токсинов облегчает работу внутренних органов, способствует повышению работоспособности, нормализации веса, улучшает внешний вид.

**Натуропатия** – «природная медицина», запускающая в организме человека процессы самооздоровления и регенерации. Мягкое нетравматичное воздействие позволяет постепенно восстановить здоровье, буквально повернув вспять биологические часы.

**Фитотерапия** – лечение сотен заболеваний настояями, экстрактами и отварами лекарственных растений, от широко известных в средней полосе России до

экзотических и особо ценных, привозимых из разных частей света.

**Фунготерапия** – лечение различных недугов лекарственными грибами, в том числе шиитаке – традиционный метод лечения Китая, Японии, Восточной Азии. Грибы считаются особой формой жизни, сочетающей признаки животного и растительного мира. Они богаты аминокислотами, белками, витаминами и микроэлементами. Применение фунготерапии позволяет получить антибактериальный, противоопухолевый, противоревматический эффекты.

**Биопунктура** – введение гомеопатических препаратов в биологически активные (акупунктурные) точки организма. Сочетание акупунктуры с действием гомеопатических препаратов позволяет добиться максимальной эффективности терапии.

**Гомотоксикология** – гомеопатическая методика немецкого врача Реккевега, основанная на выводе из организма токсинов, вызвавших развитие различных видов патологии.

**Физиологическая регуляционная медицина (ФРМ)** – инновационное направление, предполагающее восстановление физиологического баланса организма с помощью его собственных веществ (ферментов, гормонов).

**Классическая гомеопатия** – «лечение подобным подобным» с использованием микродоз десятков различных биологически активных веществ.

**Ступенчатая аутогемотерапия по Реккевегу** – оздоровительная методика, предполагающая использование собственной крови пациента, в микродозах разведённой в гомеопатических препаратах. Сочетание усиливает эффективность и аутогемотерапии, и гомеопатических препаратов.

**Витаминные комплексы и биологически активные добавки** – комплексы активных веществ, необходимых организму для поддержания здоровья и повышения функциональности органов и систем. Используем комплексы, ориентированные как на решение конкретных проблем, так и на общее оздоровление человека.

**Остеопатия и краниосакральная мануальная терапия** – «ручная коррекция» организма опытными врачами. Оказывает гармонизирующее воздействие на работу всех органов и систем.

**Рефлексотерапия, гирудотерапия, массажи** и другие оздоровительные и повышающие энергетический статус и высвобождающие скрытые возможности и резервы организма методики.

**Косметология** – используем инновационные методы омоложения кожи и волос, в том числе терапию введением собственной плазмы (в плазмолифтинг и истинное PRP), биоревитализацию,



коллагеновую терапию, плацентарную терапию, контурную пластику, нитевой лифтинг и последние мировые косметологические тренды.

Всё это в комплексе даёт потрясающие результаты!

– В *Mitra Clinic* работают уникальные специалисты в разных областях медицины, сочетающие большой практический опыт, полученный, в том числе, и за рубежом, с передовыми знаниями. Расскажите о своём коллективе.

– Да, наши специалисты – моя личная гордость. Они авторы десятков научных работ в области медицины, получивших мировое признание, многие из них долгие годы работали в Европе, в США, оказывая врачебную помощь ведущим бизнесменам и крупнейшим банкирам, их авторские программы стали мировыми бестселлерами, у всех за плечами стаж свыше 20-30 лет практической работы. На мой взгляд – лучшая на сегодня в России уникальная команда высококлассных врачей, собранная в одном в месте, – в *Mitra Clinic*.

– Кто ваши пациенты? Как они вас находят? Многие ли приходят по рекомендации родных и друзей?

– *Mitra Clinic* – клиника, ставшая уже популярной не только в России, но и за её пределами: среди наших пациентов представители Франции, Швейцарии, Великобритании, Омана, Китая, Саудовской Аравии, Словении, Казахстана, ОАЭ, Израиля. И, безусловно, много у нас клиентов из Москвы и других городов России.

Восемь из десяти наших клиентов приходят по рекомендации родных, друзей, коллег.

– Россияне привыкли, что всё передовое, только что пришедшее из-за границы, стоит очень дорого. Какова ценовая политика компании? Кому по карману биохакинг сегодня?

– Во всём мире биохакинг – удовольствие недешёвое, но и не запредельно дорогое. Ценовая политика в *Mitra Clinic* достаточно гибкая и демократичная. Однако, как и любая профессиональная консультация, требует определённых инвестиционных вложений. Но это инвестиции в здоровье и эффективную, счастливую долгую жизнь! Что, согласитесь, бесценно.

– Первая частная клиника *Mitra Clinic* открыта в Москве не так давно, но вы уже успели заявить о себе в научном и медицинском сообществе Москвы?

– Клинике чуть более года. А недавно, 4 октября 2019 года, в гостинице Marriott на Новом Арбате прошла первая международная конференция, посвящённая биохакингу и smart-медицине. *Mitra Clinic* выступила официальным спонсором этого мероприятия и представила несколько тематиче-

ских докладов. Сайт площадки: <https://biohack.iot-forum.ru/>

В работе конференции приняли участие более 30 ведущих российских и западных игроков формирующегося рынка биохакинга. А также были представлены наиболее перспективные медицинские инновации в направлении smart-медицины, последние технические разработки и инновации в области MHealth, искусственного интеллекта, носимых технологий, генетики и многих других вещей, которые актуальны сегодня для сферы современной цифровой медицины.

– Вячеслав Владимирович, вы являетесь президентом, управляющим партнёром и основателем финансово-промышленной группы *GROWEALTH GROUP*, председателем Совета директоров Объединённой топливно-энергетической корпорации, председателем Совета директоров ГК «Промышленные складские системы» и руководителем и основателем других компаний. Все эти направления далеки от медицины. Что побудило вас стать основателем *Mitra Clinic*? Применяете ли вы систему биохакинга лично, рекомендуете ли членам своей семьи?

– Действительно, я финансист и предприниматель, и весь мой профессиональный background был далёк от медицины. Всё началось с того, что один из наших (тогда – будущих) специалистов благодаря глубокой диагностике выявил у меня источники возникновения аллер-



«МЫ И ВПРЕДЬ БУДЕМ ПОМОГАТЬ ЛЮДЯМ СТАНОВИТЬСЯ ВЫСОКОЭФЕКТИВНЫМИ ЛИДЕРАМИ, ЖИВУЩИМИ ПРЕКРАСНОЙ, НАСЫЩЕННОЙ, ЗДОРОВОЙ И ДОЛГОЙ ЖИЗНЬЮ!»

гии, с которой я не мог справиться 35 лет! И избавил меня от этого недуга навсегда! Это произвело на меня такое впечатление, что мы с партнёром решили открыть медицинский центр, специализирующийся на биохакинге. Так появилась *Mitra Clinic*, а мы вошли в увлекательный мир инновационной медицины.

Присутствует ли биохакинг в моей жизни? Безусловно, я биохакер со стажем! Раньше я не знал этого термина, он довольно новый. Но в моей жизни правильное питание, повышенная физическая активность (например, у меня в программе ежедневная минимальная беговая дистанция 10-15 км), здоровый сон, действия, направленные на повышение мозговой деятельности, и стресс-менеджмент присутствовали очень давно.

Все члены моей семьи прошли глубокие диагностики организма в *Mitra Clinic*, в том числе и генетические, и у всех есть своя «дорожная карта от *Mitra Clinic*», которой мы стараемся максимально придерживаться.

– Какие перспективы для этого направления в России вы видите в ближайшем и отдалённом будущем? А для *Mitra Clinic*?

– Сегодня люди во всём мире хотят быть здоровее, стройнее, энергичнее, спокойнее и счастливее. Создают и будут создавать максимально эффективные версии самих себя. Россия не исключение, а может быть, наша страна станет флагманом в данном направлении. Уверен, что мы – самая энергичная и пассионарная страна с прекрасными людьми. Просто посмотрите на наших предпринимателей, спортсменов, молодых ребят и девушек – разве есть кто-то эффективнее?

Так, например, совсем недавно Сбербанк России запустил подразделение *SberHealth*, которое займётся, в том числе, и биохакингом (подробнее на РБК: [https://www.rbc.ru/technology\\_and\\_media/06/08/2019/5d496c4f9a79472078ba4c11](https://www.rbc.ru/technology_and_media/06/08/2019/5d496c4f9a79472078ba4c11)).

А Сбербанк на сегодня – не просто крупнейшая финансовая компания России, а ещё и крупнейшая технологическая компания, которая идёт рука об руку с новейшими мировыми тенденциями и технологиями, заглядывая на много шагов вперёд.

Таким образом, перспективы у такого направления, как биохакинг, очень хорошие.

*Mitra Clinic*, как один из флагманов российского практического биохакинга, и дальше будет развивать и популяризировать это направление медицины, в тесном сотрудничестве и партнёрстве с ведущими игроками на рынке. Мы и впредь будем помогать людям становиться высокоэффективными лидерами, живущими прекрасной, насыщенной, здоровой и долгой жизнью!

Беседовала Елена Александрова

## VYACHESLAV DEGTYAREV, MITRA CLINIC:



BIOHACKING  
IS A REAL WAY  
TO TURN YOUR  
BIO-CLOCK  
BACK!



Throughout the history of mankind, people have been searching for the secret of eternal youth. The desire to preserve beauty, health and activity inspired them to the most unusual experiments. Legends keep the echoes of such attempts made by the Sumerian king Gilgamesh, the Iranian healer Avicenna, the Egyptian queen Cleopatra, the descendant of the Celestial Lord Peng Tzu and the mysterious adventurer Cagliostro. The things people tried as a magical remedy! Elixirs and balms, rituals and spells. However, nothing of the kind has become effective enough, and therefore the topic does not cease to excite our contemporaries. However, modern doctors, unlike their ancient colleagues, are equipped with truly effective arsenal which allows “to take the clock back”. We talked about this with the founder and CEO of Mitra Clinic, Vyacheslav Degtyarev.

– Mr. Degtyarev, Mitra Clinic is one of the flagships of Russian practical biohacking. However, even most Russian doctors have not heard anything about such a system of health control, and even more so patients. You have a chance to do a small awareness promotion: explain what kind of system it is, what it is remarkable for, where did it appear for the first time and how widespread it is in the world.

– Biohacking is a comprehensive and balanced health control system based on determining the vital indicators of a particular person and aimed at prolonging his or her life and improving its quality. It implicates the adjustment of all vital functions and processes of the body - from comprehensive diagnostics, monitoring circadian cycles of wakefulness and sleep to the meal plans, physical activity, improving brain activity and emotional state.

This system of medical and health-improving practices allows not only to turn the biological clock back, but also to use the hidden reserves and capabilities of the body to increase mental and physical performance, endurance, sexual attractiveness, etc.

For the first time, this term appeared in Silicon Valley (USA), which is the

leading global “center of attraction” for developers of high-tech science-intensive projects, a place for the development of world innovations.

The term appealed to many famous people, bankers and investors from Wall Street, who felt the positive effect of biohacking. Indeed, high working capacity, good health, aesthetic appearance today are among the signs of a successful and highly effective human leader!

Biohacking allows you to be at the forefront of modern science and medicine. It allows you already today to receive those benefits, which will be massively introduced “the day after tomorrow”.

Today biohacking is widespread in Europe and America, Africa and Australia – wherever a person wants to become better physically and emotionally, to be productive and successful in career and family affairs. You all, people of the Earth, are similar in your desire to be successful, healthy and sexually attractive!

No wonder that biohacking, having arisen in Silicon Valley, quickly became popular not only among programmers, but also among businessmen. Now in any scientific and business cluster around

the world you can meet biohackers.

– Are there in Russia, private or public clinics or institutions, which practice or study biohacking?

– There are not so many of them in Russia yet. Biohacking today gets popular through the social networks. There is also interest from private and state medical centers and research institutes in view of the fact that young people get interested with this direction. However, many of them are concentrated around one or more practical functions of an integrated health monitoring system.

A typical biohacker in modern Russia is a graduate of Moscow State University or another technical university who does not have a medical education, but has a scientific mentality and is used to investigate thoroughly everything he does. In general it is good. But in this case leads to the fact that most biohackers prescribe drugs and dietary supplements for themselves. And this leads to polypharmacy - taking too many medications. This not only does no good, but also does harm.

The core of biohacking lies, first of all, in comprehensive diagnostics: laboratory blood tests, functional, cognitive and



other studies. Genetic study (DNA testing) is a mandatory component of a complete diagnosis. Its results make possible to get a complete picture of the risks of diseases, digestion and decay of toxins, as well as to determine the most effective physical activity.

A biohacking specialist should thoroughly disclose anamnesis and examine the patient. Heredity, sleep, food, sexual activity, emotional state – the specialist should be interested in everything, since biohacking process is not only detailed diagnosis, but also an individual program, formed basing on its results.

The doctor determines the control points – indicators that must be reached by a certain time. For example, we want the patient to sleep for at least seven hours, have enough of vitamin D, decrease the lead level, etc.

Biohacking is not a single procedure, but the way of life. You should adhere to the program whole the lifetime to maintain the effect. Perhaps soon you will reach the set indicators, but you can't throw a diet and exercise, since it is such a way of life that allows you to be at the level you need.

A person, who undergoes the health research procedure, does not necessarily have health problems. This may be a completely healthy person who decided to create an even more effective version of himself or herself, to speak in other words, to hack the body capabilities, forcing it to work in the right mode.

I don't think that many medical institutions in Russia want to deal with a patient who does not need to be treated! And many doctors, unfortunately, simply do not know that such practices exist. You can hear: "What for do you need analyses, since you are already healthy? Money down the drain!" But we believe that these are investments in the future!

At Mitra Clinic, we do all of the above, starting from a comprehensive

and thorough diagnostics of the whole organism, determining individual life and physiological parameters, followed by building individual programs aimed at prolonging life and improving its quality, increasing mental and physical capabilities, endurance and attractiveness.

I can say that with such an integrated approach we are among the first in Russia. But at the same time, we are ready for close cooperation and strategic partnership with both private and state institutions.

*- What results can be achieved by following this system?*

- You can improve memory, brain functional capability, eliminate fatigue, inertness, and depression, reduce the risks of age-related diseases, get an excellent physical shape, and reduce the risks of diseases of the musculoskeletal system.

Each of our patients receives a guaranteed decrease in metabolic and biological age, fixed by means of evidence-based medicine. Biohacking helps to prevent diseases by establishing a healthy lifestyle and monitoring your organism indicators throughout its duration.

After just a few months of completing the program, you will reach a completely different level of performance, efficiency and emotional state. And you will look more attractive even before visiting a beautician, as you will normalize weight and will increase your energy.

*- Are there any celebrities among fans of the system?*

- Of course! Sergey Fage was one of the first to use biohacking. Speaking about his followers, we don't give names so as not to miss someone, but if you open the Forbes magazine, you will see many highly effective and successful people represented there, many of which already use biohacking. The list is not limited to this: there are also state leaders, famous businessmen, politicians, and athletes.

*- The biohacking program at Mitra Clinic consists of two closely related blocks. What are these*

*blocks? What equipment and techniques are used to implement these programs?*

- The biohacking program at Mitra Clinic consists of two closely related blocks.

The first stage: consultation, diagnosis, development of an individual program of recovery and increase of mental and physical functional capability.

At this stage, a person undergoes the comprehensive diagnostics of the whole organism, the complete examination and receives prescriptions. The doctor determines the control points – the indicators that need to be achieved by a certain time.

This is followed by repeated diagnosis, consultation and correction of the program, the development of long-term measures to maintain health and high quality of life.

With repeated consultations, it is determined how effective the appointments were, whether a patient managed to achieve the desired. If not, therapy is adjusted.

**Diagnostics and consulting include:**

**Full body scan on a medical hardware-software Metatron complex (with an accuracy of 95-98%).**

**This guarantees:**

- determination of the risks of developing diseases at an early stage, when they can be eliminated quickly, painlessly and completely;

- determination of the all organs and systems conditions (including lymphatic, muscular, bone systems);

- the turning on the patient feedback systems to configure cells and tissues for healthy functioning;

- alternative diagnostics by meridians and biologically active points, based on the principles of ancient Indian medicine and classical Chinese acupuncture;

- issuing an opinion on the psycho-emotional state of the patient to prevent the development of many dangerous diseases, including cancer.

**Genetic research (DNA testing) in order to assess the complete picture of the risks of diseases, digestion and splitting of toxins, as well as to determine the most effective physical activity for a particular person. This gives:**

- identification of information embedded on a genetic level - it cannot be changed, but the knowledge about it can be used to improve performance and quality of life;

- obtaining detailed and 100% reliable results;

- the minimum degree of medical intervention - the sampling of genetic material is carried out with a cotton swab from the mouth;

- improving the efficiency of work to prevent the development of hereditary diseases.





#### **Biochemical blood tests determine:**

- biochemical indicators, which are important for active longevity;
- exact hormonal status, taking into account age and gender;
- functional disturbance in the work of internals and body systems. The guidelines in their determination are on the biochemical panel of longevity with stricter than the accepted average norms.

**A comprehensive program of ultrasound investigations and extensive specialist consultations are also planned.**

In accordance with the diagnostic results, an individual "roadmap" is drawn up for the patient.

- *What is the Mitra Clinic Roadmap, and how soon after applying to the clinic can I get it?*

- In our clinic, we call the individual patient program "the Mitra Clinic Roadmap". This is a program of healing, longevity, the improvement of life quality, that includes a number of different measures for organizing a nutrition system, healthy sleep, physical activity, brain activity, stress management, detox, aligning hormonal status, and aesthetics improvement.

Our health and risk map is based on a comprehensive diagnosis, and, taking into account the timing of the preparation of all analyses and medical assessments, it can be prepared in two weeks.

- *What methods of correction and rejuvenation do you use?*

- We cover all the most modern and advanced methods and practices. Among them:

**Metacorection** - therapy through healthy frequency. The Metatron hardware and software complex includes a system of healing feedback with the patient, which allows you to configure all his cells and tissues for healthy functioning.

**Detox-therapy** - active cleanse directed at activation of toxin removal from the body. Detoxification facilitates functioning of internal organs, improves working ability, normalizes weight, improves general appearance.

**Naturopathy** - "natural medicine",

which kicks off self-healing and regeneration processes in the body. A soft, non-traumatic effect without any contraindications allows gradually to restore health by literally reversing the biological clock.

**Herbal medicine** - treatment of hundreds of diseases with infusions, extracts and decoctions of medicinal plants, from widely known across central Russia to exotic, and especially valuable ones from around the world.

**Fungotherapy** - treatment of various disorders with medicinal mushrooms, including shiitake - a traditional healing method in China, Japan, East Asia. Mushrooms are considered to be a special form of life that combines features of the animal and the plant world. They are rich in amino acids, proteins, vitamins and minerals. Fungotherapy has antibacterial, anti-tumour, antirheumatic effects.

**Biopuncture** - the introduction of homeopathic medicines into biologically active (acupuncture) points of the body. Combination of acupuncture with the effect of homeopathic remedies allows to achieve the maximum effectiveness of therapy.

**Homotoxicology** - homeopathic technique developed by a German physician Reckeweg, based on the removal of toxins from the body that caused the development of various pathologies.

**Physiological regulatory medicine (PRM)** - an innovative direction, involving the restoration of the physiological balance of the body using its own substances (enzymes, hormones).

**Classical homeopathy** - "Treatment of the like with the like" using microdoses of dozens of different biologically active substances.

**Step autohemotherapy according to Reckeweg** - rejuvenation technique involved the use of the patient's own blood in microdoses diluted in homeopathic medicines. The combination enhances the effectiveness of both autohemotherapy and homeopathic medicines.

**Vitamin complexes and dietary supplements** - dietary supplements that are essential for the body's ability to maintain its health status and increase the functionality of organs and systems. We use supplements directed both on solving specific problems and on general improvement of the overall condition.

**Osteopathy and craniosacral manual therapy** - "manual correction" of the body by experienced physicians. It has a harmonising effect on the function of all organs and systems.

**Reflexotherapy, hirudotherapy, massages** and other wellness-driven and energy-enhancing techniques that help release hidden potentials and reserves of the body.

**Cosmetology** - we use innovative methods of skin and hair rejuvenation, including platelet-rich plasma therapy (plasmolifting and true PRP), biorevitalisation, collagen therapy, placental therapy, contouring, thread lifting and the latest global cosmetic trends.

All this in complex gives astonishing results!

- *Mitra Clinic employs unique specialists from various fields of medicine, combining the wide practical experience with advanced knowledge, gained inter alia abroad. Tell us about your team.*

- Yes, our experts are my personal matter of pride. They are the authors of dozens of internationally recognized





research articles in medicine, many of them have worked for many years in Europe, in the USA, providing medical assistance to leading businessmen and major bankers, their copyright programs have become world bestsellers, everyone has over 20-30 years of practical work experience. In my opinion - they are the best unique team of high-class doctors in Russia today, assembled in one place - at Mitra Clinic.

- Who are your patients? How do they find you? How many come from referrals of relatives and friends?

- Mitra Clinic is a clinic that has already become popular not only in Russia but also abroad: among our patients are representatives of France, Switzerland, Great Britain, Oman, China, Saudi Arabia, Slovenia, Kazakhstan, the United Arab Emirates, Israel. There are, of course, a lot of clients from Moscow and other Russian cities.

Eight out of ten of our clients come on the recommendation of relatives, friends and colleagues.

- The Russians are used to the fact that everything advanced, which has just come from abroad is very expensive. What is the pricing policy of the company? Who can afford biohacking today?

- Biohacking is not cheap worldwide, but it is not insanely expensive either. The pricing policy at Mitra Clinic is quite flexible and democratic. However, like any consultation with professionals, it requires some investment. But it is an investment in health and an effective, happy, long life, which is priceless, do you agree?

- The first private clinic Mitra Clinic was opened in Moscow not so long ago. Have you already managed to make yourself known in the scientific and medical community of Moscow?

-- The clinic exists a little more than a year. And, on October 4, 2019, the first international conference on biohacking and smart medicine was held at the Moscow Marriott Hotel Novy Arbat. Mitra Clinic was the official sponsor of the event and presented several thematic reports. Web site: <https://biohack.iot-forum.ru/>

The conference was attended by more than 30 leading Russian and Western players on the forming biohacking market. The most promising medical innovations in the field of smart-medicals, the latest technical developments and innovations in the field of MHealth, artificial intelligence, wearable technologies, genetics and many other things, which are relevant today in the field of modern digital medicine, were also presented.

- Mr. Degtyarev, you are the president, managing partner and the founder of the financial and industrial group GROWEALTH GROUP, chairman of the board of directors of the United Fuel and Energy Corporation, chairman of the board of directors of GK Industrial Warehouse



Systems, and also the head and the founder of other companies. All these areas are far from medicine. What motivated you to become the founder of Mitra Clinic? Do you personally use the biohacking system, do you recommend it to your family members?

- I am a financier and entrepreneur, and all my professional background was far from medicine. It all started with the fact that one of our (for those times - future) specialists, thanks to the comprehensive diagnostics, revealed my sources of allergies, which I could not cope with for 35 years! And saved me from this ailment forever! I was impressed. Thus my partner and I decided to open a medical center specializing in biohacking. This was the way, Mitra Clinic appeared, and we entered the fascinating world of innovative medicine.

Is there biohacking in my life? Of course, I am an experienced biohacker! I did not know this term before, it is quite new. But, proper nutrition, increased physical activity (for example, I have a daily minimum running distance of 10-15 km), healthy sleep, activities aimed at increasing brain activity, and stress management have been present in my life for a very long time.

All members of my family went

**“WE WILL CONTINUE TO HELP PEOPLE BECOME HIGHLY EFFECTIVE LEADERS, LIVING A BEAUTIFUL, RICH, HEALTHY AND LONG LIFE!”**

through comprehensive diagnostics at Mitra Clinic, including genetic ones, and everyone has their own “Mitra Clinic Roadmap”, which we try to adhere to as much as possible.

- What prospects do you see for this direction in Russia and for Mitra Clinic in the near and in the distant future?

- Today people worldwide want to be healthier, slimmer, more energetic, calmer and happier. They create and are aimed to create the most effective versions of themselves. Russia is not an exception, and maybe our country will become a flagship in this direction. I am sure that we are the most energetic and passionate country with wonderful people. Just look at our entrepreneurs, athletes, young boys and girls - is there anyone more effective?

Recently, Sberbank of Russia launched the SberHealth division, which will also consider biohacking (more on RBC: [https://www.rbc.ru/technology\\_and\\_media/06/08/2019/5d496c4f9a79472078ba4c11](https://www.rbc.ru/technology_and_media/06/08/2019/5d496c4f9a79472078ba4c11)).

Sberbank today is not just the largest financial company in Russia, but also the largest technology company, which goes hand in hand with the latest world trends and technologies, looking many steps ahead.

Thus, the prospects for such a direction as biohacking are very good.

Mitra Clinic, as one of the flagships of Russian practical biohacking, will continue to develop and popularize this area of medicine, in close cooperation and partnership with the leading players on the market. We will continue to help people become highly effective leaders, living a beautiful, rich, healthy and long life!

Interviewed by Elena Alexandrova



## Юрий Бычков: «Городские термы» – часть инфраструктуры бизнеса будущего»

И в мире всё больше понимающих это людей. Не так давно в русском Предуралье, в Удмуртии, в городе Воткинске, а следом за ним – в соседнем Ижевске открылись комплексы терм. Причём руководитель УК «Термы», основатель франшизы «Городские термы» Юрий Бычков останавливаться на двух объектах отнюдь не собирается, утверждая, что за его проектом стоит новая глобальная философия, призванная прийти на смену установкам нынешнего общества потребления.

«Воткинские термы» и «Ижевские термы» – многофункциональные комплексы, стены которых недаром украшают репродукции классической живописи с изображением римских терм. Их основатель многое позаимствовал из опыта древних. В Риме общественные термы, построенные императорами, походили на курортные города, занимавшие порой более десятка гектаров. Помимо банных помещений и множества бассейнов, там имелись залы отдыха, библиотеки, спортивные площадки, храмы, комнаты для общения и даже сады – в общем, всё, что нужно для проведения времени с удовольствием и пользой для здоровья. Термы строились лучшими архитекторами и богато украшались фресками, мозаиками и скульптурами. Плата за посещение комплексов была небольшой, а то и вовсе отсутствовала. Даже небогатые римляне имели доступ в термы, что со временем отразилось на здоровье нации.

И первое, что позаимствовали удмуртские термы у древнеримских – их доступность.

– Проекты с названием «термы» и входными билетами по 2 тыс. рублей, которые иногда встречались мне в России, по сути – элит-

ные спа-зоны, так как доступность – одна из определяющих черт для терм, – считает Юрий Бычков.

Посещение воткинского и ижевского комплексов обходится в 140 рублей в час в будни, 200 рублей – в выходные, а пенсионерам – 180 рублей за два часа. В эту сумму входят все виды услуг, кроме массажа и кафе. В Ижевске, скажем, средняя посещаемость за день составляет 2 тыс. гостей, максимальная – 4,5 тыс., но даже тогда здесь не тесно. В будни посетителей бывает даже больше, чем в выходные, – именно за счёт цены.

Что же можно получить в удмуртских термах за эти символические по нашим временам деньги? Несколько видов бань, саун, парных: русская (с выбором из десятка веников разных составов, которые можно приобрести тут же), финская, гималайская соляная, турецкий хамам, японская фурако, нефритовая и даже песчаная, в которой детишкам приятно поиграть на подогретом песочке, так напоминающем о летнем морском берегу. Кстати, есть здесь и бассейн с морской водой и даже с водой, приближенной по параметрам к водам Мёртвого моря. А также огромный открытый бассейн с температурой 36 градусов зимой и 32 – летом. К услугам посетителей – тренажёрный зал, массажные кабинеты, всевозможные зоны отдыха, кафе. Впрочем, все прелести терм Воткинска и Ижевска не опишешь, это надо почувствовать! А почувствовав, начинаешь больше любить себя и понимать, что главные-то ценности в нашей жизни – вовсе не вещи и деньги, а здоровье и время, душевный мир, гармония, счастье проводить как можно больше времени с близкими людьми.

Многих современников поразило предсмертное высказывание Стива Джобса, предпринимателя, изобретателя и дизайнера, основателя корпорации Apple и киностудии Pixar и просто очень умного человека, в 56 лет умершего от онкологии: «Признание и мои миллиарды лишены всяческого смысла теперь, когда я стою на пороге неминуемой смерти. Вы можете нанять человека, который будет за вас водить машину или стричь газон, но ни за какие деньги не сможете нанять кого-то, кто будет болеть за вас. Можно покупать материальное, но нельзя купить жизнь. Балуйте себя и уважайте других». Это прозвучало как призыв к землянам: «Задумайтесь, мы живём в плену у ложных ценностей и представлений, и это пора менять».



Пробуждение в людях этого осознания и есть революционная идея нового экологичного бизнеса, начатого Юрием Бычковым и призванного дать человеку главную ценность – время жизни. Причём бизнес будущего гарантирует клиенту не просто время. Сейчас много говорят о качестве жизни, а главная его составляющая – конечно, здоровье. Так вот, цель этого бизнеса – активное долголетие.

– Мир стоит на пороге смены эпох и жизненной философии общества, – говорит Юрий Фёдорович. – Две сотни лет над человечеством главенствовала философия потребления. В обществе потребления важно было произвести, разрекламировать, продать, чтобы на вырученные деньги произвести ещё больше, ещё лучше разрекламировать, ещё успешней продать, и так до бесконечности... Потребитель же должен был беспрестанно покупать новые модели, потреблять бренды, лейблы, приобретая кучу ненужных ему, а зачастую и вредных для здоровья вещей. Они не приносили человеку счастья, но позволяли быть «не хуже других». Эти ценности были зафиксированы в сознании, привычках, моде, традициях, стандартах, СМИ. И человек с детства становился заложником системы: он очень много работал, тратил всю жизнь на работу, на дорогу до неё, на походы в супермаркеты, чтобы оплатить и сделать всё новое, по сути, ненужные покупки; у него не хватало времени на себя, своё здоровье, близких. Здоровье в этой гонке начинало сдавать, и он тратил всё больше на попытки вылечить, но не чувствовал себя всё несчастнее... Знаете, какое сейчас самое распространённое сожаление уходящих из жизни стариков? Это не секрет, такие исследования проводились. «Я слишком много работал, я не позволил себе сделать и трети того, что действительно хотел. Я не заметил, как выросли мои дети...»

К тому же из философии потребления вытекает ещё одна глобальная проблема – отходы. Чем меньше мы покупаем нам ненужное, тем меньше упаковок и выброшенных «устаревших» вещей будет заполнять свалки, от которых планета уже задыхается.

Но сейчас люди начинают понимать, что живут неправильно. Они стали осознавать,



что покупка вещей не продлевает жизнь, не делает счастливей, не избавляет от болезней, скорее, наоборот. Появился тренд на оздоровление, всё более популярным становится ЗОЖ. Современные гаджеты помогают нам меньше есть и покупать, следить за своим здоровьем. Вместе с трендом ломается и общая бизнес-модель.

Владельцы торговых центров уже почувствовали этот тренд: арендаторы больше не могут платить, покупатели не в состоянии и не хотят столько покупать...

Новый тренд – продлить жизнь людей, причём сделав её счастливее, радостнее, эмоционально насыщенной. Мы пропагандируем идею, что нужно тратить деньги на себя, своё здоровье, самовыражение, творчество, семью, а вещи вторичны. Вот это и есть философия, стоящая за нашими термами. Тем более что целительность и польза водных процедур известна с глубокой древности и подтверждена самыми современными исследованиями. Жизнь на Земле вышла из воды, и тело наше по большей части состоит из неё же. Термы реально продлевают человеку жизнь, при этом делая её счастливее! Спрос на подобные услуги велик и будет только расти, – считает Юрий Бычков. – Но надо понимать, что термы – это лишь маленький островок зарождающейся инфраструктуры. Её ещё нет, но она возникнет, потому что родился и развивается спрос. Вместо торговых центров, которые в большинстве своём сейчас пустуют, нужно создавать центры долго-

летия, центры жизни, семейного отдыха и т. д.! Рестораны должны быть нацелены не на то, чтобы продать посетителю как можно больше еды и дорогой выпивки, а на то, чтобы клиент жил как можно дольше и, стало быть, дольше пользовался их услугами. И тогда они будут продавать этому клиенту то, что полезно именно ему. Курорты должны быть рассчитаны не на одноразовое высасывание денег с посетителя, а на то, чтобы он приезжал сюда много-много лет. И наши термы – пример такого бизнеса будущего. Если действовать в соответствии с этой мегаидеей, то можно создать город, область, республику, страну долгой, здоровой и счастливой жизни. И мы знаем, как это сделать! Начало в виде наших терм уже положено, останавливаться мы не собираемся и всех приглашаем к сотрудничеству.

Франшиза «Городские термы» – пока ещё свободная ниша, продуктивная для любого российского (и не только) города с населением свыше 50 тыс. жителей. Потенциальные инвесторы, заинтересовавшиеся ею, имеют шанс стать первыми в своём городе, внося вклад в развитие инфраструктуры будущего. Причём организация терм в этом случае – лишь одно из предложений данной линейки, есть и другие. Стоит лишь позвонить по телефону, чтобы узнать подробности. Звоните: «Городские термы» приглашают вас строить будущее вместе!

**cityterms.ru**

**Получить презентацию франшизы по e-mail: [marketing@cityterms.ru](mailto:marketing@cityterms.ru)  
Тел. для инвесторов и арендаторов: 89127625438 (Елена).**

**Подготовила Елена Александрова**

**«Нижнекамские Термы».  
Открытие – 2021 год**







Yuri Bychkov:

## *“Gorodskiye Termy are part of the business infrastructure of the future”*

**M**any contemporaries were struck by the dying statement of Steve Jobs, entrepreneur, inventor and designer, founder of Apple and the Pixar film studio, and just a very smart person who died of oncology at 56: “Recognition and my billions are meaningless now when I am on the verge of the inevitable death. You can hire someone to drive a car for you, earn money for you, but you cannot hire anyone for all your money, so that he bore this disease for you. You can find and buy material things. You can buy material, but you cannot buy life. Pamper yourself and respect others.” It sounded like a call to the people of Earth: “Think about it: we live in captivity with false values and ideas, and it’s time to change it.”

And there are more and more people in the world who understand this. Not so long ago, in the Russian Urals, in Udmurtia, in the city of Votkinsk, and after them – in neighboring Izhevsk, bath complexes were opened. Moreover, Yuri Bychkov, the head of the Termy Management Company, the founder of the Gorodskiye Termy franchise, is not going to stay with two sites, claiming that this project is based on a new global philosophy designed to replace the prescriptions of the current “consumer society”.

Votkinsk and Izhevsk baths are multifunctional complexes, the walls of which are not for nothing adorned with reproductions of classical paintings depicting Roman baths. Their founder borrowed a lot from the experience of the ancients. In Rome, the public baths built by the emperors were like resort towns, sometimes occupying more than a dozen hectares. In addition to bath rooms and many swimming pools, there were restrooms, libraries, sports fields, temples, communication rooms and even gardens – in general, everything that was

needed to spend time with health benefits and pleasure. These baths were built by the best architects and richly decorated with frescoes, mosaics and sculptures. The fee for visiting the complexes was small, or even completely absent. Even the poor Romans had access to the baths, which over time influenced the health of the nation. And the first thing that the Udmurt baths borrowed from the ancient Roman ones is their availability.

“Projects with the name “terms” with entrance tickets of 2 thousand rubles, which I sometimes met in Russia, are in fact elite spa zones, since accessibility is one of the defining features for baths,” says Yuri Bychkov.

A visit to the Votkinsk and Izhevsk complexes costs 140 rubles per hour on weekdays, 200 rubles on weekends, and for pensioners 180 rubles for two hours. This amount includes all types of services, except massage and cafe. In Izhevsk, for example, the average attendance per day is 2 thousand guests, the maximum is 4.5 thousand, but even then, it is not crowded. On weekdays there are even more visitors than on





weekends – precisely due to the price.

What can be obtained in Udmurt baths for this symbolic money? Several types of different types of baths, saunas, steam rooms: Russian (with a choice of a dozen brooms of different compositions, which can be purchased right there), Finnish, Himalayan salt, Turkish hammam, Japanese furaco, jade, and even... sand, where the kids enjoy playing on heated sand, so reminiscent of a summer sea shore. By the way, there is also a swimming pool with sea water, and even with water that is close in parameters to the waters of the Dead Sea. There is a huge outdoor pool with a temperature of 36 degrees in winter and 32 in the summer. It offers visitors a gym, massage rooms, various relaxation areas, and cafes. However, you cannot describe all the charms of the Votkinsk and Izhevsk baths, you need to feel it! And having felt it, you begin to love yourself more and understand that the main values in our life are not at all things and money, but health and time, peace of mind, harmony and happiness to spend as much time as possible with loved ones.

Awakening this consciousness in people is the revolutionary idea of a new green business, launched by Yuri Bychkov and designed to give a person the main value – life time. Moreover, the business of the future guarantees the client not just time. Now they talk a lot about the quality of life, and its main component is, of course, health. So, the goal of this business is active longevity.

“The world is on the verge of a change of eras and life philosophy of society,” says Mr. Bychkov. “For two hundred years, the philosophy of consumption has dominated humanity. In a consumer society, it was important to produce, advertise, sell, produce even more with the money raised, advertise even better, sell even more successfully, and so on ad infinitum... Consumers had to buy new models, consume brands, labels, acquiring a lot of unnecessary to them, and often unhealthy things. They did not bring happiness to a person, but allowed to be “no worse than others.” These values were fixed in consciousness, habits, fashion, traditions, standards, media. And a person from childhood became a hostage to the system: they worked a lot, spent their whole life on work, on the way to it, on trips to supermarkets, to pay and make all new, in fact – unnecessary purchases; they did not have enough time for themselves, their health, loved ones. Health begins to fail in this race, and they were spending more and more trying to recover, but they felt more and more unhappy... Do you know what is now the most common regret of old people? This is not a secret, such studies have been conducted. “I worked too much, I did not allow myself to do a third of what I really wanted. I didn’t notice how my children grew up...”

In addition, another global problem arises from the philosophy of consumption: waste. The less we buy, in fact, what we do not need, the less packaging and discarded “obsolete” things will fill up landfills, from which the planet is already suffocating.

But now people are beginning to realize that they are not living right. They began to realize that buying things does not prolong life, does not make it happier, does not relieve diseases, rather, on the contrary. There is a trend for recovery, and HLS is becoming more and more popular. Modern gadgets help us eat less and buy, monitor our health. Together with the trend, the overall business model breaks down.

The owners of shopping centers have already felt this trend: tenants can no longer pay, buyers are not able and do not want to buy so much...

A new trend is to extend the life of people, making it happier, emotionally saturated. We promote the idea that you need to

which for the most part are empty now, you need to create Longevity Centers, Life Centers, Family Vacations Centers, etc.! Restaurants should not aim to sell as much food and expensive drinks to the visitor as possible, but to ensure that the client lives as long as possible and, therefore, uses their services longer. And then they will sell them what is useful to this particular client. Resorts should not be designed to pull money out of visitors, but work for them to come here for many, many years. And our baths are an example of such a business of the future. If you act in accordance with this mega-idea, you can create a city, region, republic, country of a long, healthy and happy life. And we know how to do it! The beginning, in the form of our terms, has already been laid, we are not going to stop and we invite everyone to cooperation.

The Gorodskiye Termy franchise is still a free niche productive for any Russian (and not only) city with a population of over 50



spend money on yourself, your health, self-expression, creativity, family, and material things are secondary. This is the philosophy behind our baths. Moreover, the healing effect and benefits of water procedures have been known since ancient times and are confirmed by the most modern studies. Life on Earth has come out of the water, and our body for the most part consists of water. The baths really extend a person's life, while making it happier! The demand for such services is great and will only grow,” says Yuri Bychkov.

But you need to understand that the baths are just a small island of nascent infrastructure. It is not there yet, but it will arise because demand was born and is developing. Instead of shopping centers,

thousand inhabitants. Potential investors interested in it have a chance to become the first in their city, contributing to the development of the infrastructure of the future. Moreover, the organization of baths in this case is only one of the proposals of this line, there are others. One has only to call to find out the details. Call: Gorodskiye Termy invites you to build the future together!

<http://cityterms.ru/>  
 To get the franchise presentation by  
 e-mail: [marketing@cityterms.ru](mailto:marketing@cityterms.ru).  
 Phone number for investors and  
 tenants: 89127625438 Elena

Prepared by Elena Alexandrova

**Д**иетология – область знания, изучающая вопросы питания и направленная на его безопасность, рационализацию и индивидуализацию.

Это, должно быть, – одна из древнейших наук на земле. Описание первого сравнительного исследования по диетологии можно встретить в Ветхом Завете – в Книге пророка Даниила, жившего в VII веке до н. э. В первой её главе рассказывается, как иудейский царь отправил группу юношей на три года изучать премудрости халдеев. Ученикам было назначено пропитание с царского стола, обильного мясом и вином. Четверо юношей во главе с Даниилом решили отказаться от «царской» пищи, попросив кормить их овощами, а поить водой. Чиновник, отвечавший за их содержание, опасался, что «студенты» отощат и царь казнит его за плохой уход. Тогда Даниил предложил провести 10-дневный эксперимент, в результате которого все убедились: юноши, питавшиеся овощами, выглядели бодрее и крепче соучеников! Современные диетологи считают, что белковые потребности молодых людей восполнялись за счёт бобов, не упоминаемых в книге просто потому, что они являлись обязательными на столе всех иудеев. Несомненно, результаты древнего диетологического исследования были «опубликованы» в священной книге с целью повлиять на образ питания целого народа, улучшив его здоровье.

Прошли тысячелетия, но цели у диетологов остались схожими.



**Ксения Пустовая:**

## «ОНЛАЙН-ДИЕТОЛОГ» – шаг к оздоровлению нации»

*– Нация нуждается в оздоровлении через питание! – считает **Ксения Пустовая**, основатель международного центра профессионального дополнительного образования «Школа диетологов», действительный член Национального общества диетологов РФ, руководитель КДЦ «Диетологи России», нутрициолог, спортивный диетолог, фитнес-инструктор. К счастью, теперь к услугам диетологов – современные технологии. Страшно представить, сколько раз в течение столетий кропотливо переписывалась книга Даниила, чтобы донести до людей полезные знания! Теперь же это можно сделать моментально через Всемирную Сеть.*

Ксения Владимировна основала свою школу в 2014 году, ориентируясь, прежде всего, на российскую аудиторию. Но в течение первых же месяцев школа стала международной! Сегодня в ней обучаются русскоговорящие люди из разных стран мира: Украины, Болгарии, Польши, Чехии, Германии, Испании, Великобритании, Израиля, Турции, Ирана, Кореи, Канады и других.

Более 4500 студентов прошли курсы, получили сертификаты, и многие из них решили продолжить обучение, повышая свою квалификацию.

Программы школы разработаны с учётом всех норм ФИЦ питания и биотех-

нологии (НИИ питания РАМН), Минздрава РФ, ВОЗ. Центр дистанционного образования «Школа диетологов» имеет все утверждённые в РФ сертификаты соответствия. Преподавательский состав «Школы диетологов» – врачи разных специализаций, среди которых много докторов и кандидатов медицинских наук.

Кураторы, сопровождающие студента на всех этапах обучения, – врачи-диетологи с колоссальным опытом.

Студенты сами планируют график занятий и могут пройти обучение экстерном. Пошаговая система обучения посредством доступных видеуроков, шаблонов и инструкций позволяет даже ученику с



нулевыми знаниями в диетологии спокойно освоить материал.

В рамках программы студент получает возможность скачивать большое количество конспектов, шаблонов и справочной информации, которая может пригодиться в дальнейшем при сопровождении клиентов.

Важную роль в обучении играют SMM-специалисты, профессиональные маркетологи, создавшие уникальную программу, позволяющую зарабатывать на продвижении своих услуг.

## ШКОЛА ДИЕТОЛОГОВ

Методология «Школы диетологов» регулярно расширяется, готовятся и внедряются новые программы. Организаторы активно занимаются обновлением программы курсов, и студенты имеют бесплатный доступ к ним в течение года.

В школе существует несколько уровней подготовки. Первый из них, «Консультант», разработан для тех, кто интересуется правильным питанием и стремится подкорректировать свою фигуру, стать «самому себе диетологом». В эту категорию, как правило, попадают те, кто уже имел неоднократный опыт похудения, часто неудачный. Они начинают понимать, что секрет успеха не в диетах, а в том, чтобы самому разобраться в диетологии и начать питаться системно и правильно.

Второй уровень, «Специалист», подходит тем, кто уже как-то связан с темой диетологии, спорта, ЗОЖ и красоты. Многие из них хотят повысить свой профессиональный уровень, став специалистом по питанию, чтобы помогать клиентам в вопросах коррекции веса.

И, наконец, уровень «Эксперт» включает в себя ещё и обучение пиару, маркетингу и продвижению в онлайн-пространстве. На нём обучаются те, кто серьёзно решил заняться этой профессией и хочет зарабатывать с её помощью.

Для двух последних категорий «Школа диетологов» недавно приготовила большой сюрприз, запустив профессиональный IT-сервис автоматизированной разработки индивидуальных рационов питания – «онлайн-диетолог.рф». Для специалистов, профессионально занимающихся консультированием, это действительно подарок: не зря в первые же часы презентации сервис собрал несколько сотен пользователей!

**– Ксения Владимировна, расскажите подробнее, для кого предназначен сервис «Онлайн-диетолог», и чем он может быть полезен специалистам?**

– Наш онлайн-сервис предназначен, прежде всего, для врачей, диетологов,

тренеров, консультантов по питанию. «Онлайн-диетолог» делает работу эксперта по питанию более простой, быстрой и на порядок более качественной. А значит, количество благодарных клиентов, похудевших и оздоровившихся, у каждого такого специалиста может вырасти в десятки, а то и в сотни раз.

**– Одно из безусловных преимуществ пользования им – это, конечно, экономия времени?**

– Да, и сберегая его, вы можете уделить больше внимания новым клиентам! Вы вносите продукты, составляете блюда, формируете персональную уникальную базу рационов питания, работая с сотнями клиентов одновременно. Сервис предоставляет уникальную возможность формировать и отправлять презентабельные отчёты, меню, рецепты блюд объёмом до 100 листов.

**– Насколько разнообразно может быть питание, составленное с помощью «Онлайн-диетолога»?**

– Гораздо разнообразнее, чем большинство из нас привыкло к быту. Ведь из одного набора продуктов можно приготовить десятки блюд. Но в реальности мы выбираем, как правило, 1-2 рецепта. Почему? Потому, что «мама готовила это в детстве», потому, что это – широко известное блюдо, которое в нашем кругу готовить «принято». Человеческая натура и пищевые привычки консервативны.



Но мы живём в век глобализации, и в наше время выигрывает тот, кто любит учиться и пробовать новое. К тому же нужно учитывать, что пищевые привычки наших предков, живших на территории СССР, складывались, прямо скажем, в не самой благоприятной обстановке: только за XX век страна пережила две мировые войны, революцию, коллективизацию, несколько смен социальных укладов. Людям часто приходилось голодать, и вопрос стоял не в том, что бы выбрать на обед, а будет ли на обед хоть что-то. По возможности предпочтение отдавалось калорийному, жирному, сытному, сладкому по принципу: «Когда в следующий раз удастся съесть такое?..» Люди среднего возраста возражают: наши родители уже жили в эпоху, не знавшую голода! Да, но,

повторюсь, пищевые привычки нации очень консервативны, и мы тащим на себе из поколения в поколение это «наследие» тяжёлых времён, даже не подозревая об этом и не задумываясь.

А задуматься жизненно необходимо! Условия труда, физические нагрузки, набор доступных продуктов за последние десятилетия изменились кардинально, а традиционные блюда остались. Вот, скажем, рацион человека в Средние века на 80-90% состоял из пшеничного хлеба. Но никому же не придёт в голову «ради поддержания традиций» питаться так сейчас? Вот и нам, как нации, нужно меняться.

И появление «Онлайн-диетолога», я считаю, – один из шагов на пути к этому. Он предлагает более 5 тысяч блюд и свыше 100 базовых шаблонов рационов питания – крупнейшую коллекцию полезных продуктов и вкусных рецептов.

Сервис основан на научной базе ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (НИИ питания РАМН) и одобрен Российским союзом нутрициологов, диетологов и специалистов пищевой индустрии (РДС). «Онлайн-диетолог» рассчитывает индивидуальные показатели белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ в соответствии с требованиями ГОСТа и позволяет учитывать индивидуальные параметры организма, заболевания, режим питания, любимые вкусы, религиозные предпочтения. Благодаря разработанному медиками и диетологами дополнительно функционалу сервис позволяет разрабатывать самые сложные рационы.

Функционал с интуитивно понятным интерфейсом для работы с любого устройства делает сервис идеально удобным.

**– А сколько стоит использование этой программы?**

– Раз стоит задача оздоровления нации, мы не имеем право задирать цены на образование и распространение полезных знаний. Важно, чтобы они оставались доступными, и тем более это касается экспертов по питанию, работа которых – оздоровление десятков и сотен людей. И я горжусь тем, что члены нашей команды разделяют такой подход. Сейчас пользование сервисом «Онлайн-диетолог» доступно за оплату от 79 рублей в день. Можно приобрести пакет услуг на 1, 3, 6 месяцев и год (с возрастанием времени уменьшается цена за день). Но обычно те, кто оформил подписку на месяц, по его окончании остаются с нами и уже надолго. И в этом залог успеха главной миссии «Школы диетологов» – оздоровления российской нации через питание.

Команда «Школы диетологов» приглашает всех, кому небезразлично качество их жизни, присоединиться к нашему активно развивающемуся сообществу!

**Беседовала Елена Александрова**

**D**ietology is a field of knowledge that studies nutrition and is aimed at its safety, rationalization and individualization. It must be one of the oldest sciences on Earth. The description of the first comparative study on dietetics can be found in the Old Testament – in the Book of the Prophet Daniel, who lived in the 7th century BC. Its first chapter tells how the king of Judah sent a group of young men to study the wisdom of the Chaldeans for three years. The disciples were assigned food from the royal table, rich in meat and wine. Four young men, led by Daniel, decided to abandon the “royal” food, asking to give them vegetables and water. The official in charge of their maintenance was afraid that the “students” were exhausted, and the king would execute him for poor care. Then Daniel offered to conduct a 10-day experiment, as a result of which everyone was convinced: the young men who ate vegetables looked more cheerful and stronger than fellow practitioners! Modern nutritionists believe that the protein needs of young people were met by beans, not mentioned in the Book, simply because they were obligatory on the table of all Judaists. Undoubtedly, the results of the ancient nutritional study were “published” in the holy book with the goal of influencing the nutritional pattern of an entire nation, improving its health. Millennia have passed, but the goals of dietitians have remained similar.



**Ksenia Pustovaya:**

## “ONLINE DIETITIAN is a step towards wellness of the nation”

*– A nation needs health through nutrition! – says Ksenia Pustovaya, founder of the International Center for Continuing Professional Education School of Dietitians, full member of the National Society of Dietitians of the Russian Federation, head of the Center for Nutrition Dietitians of Russia, dietitian, sports nutritionist, fitness instructor. Fortunately, modern technology is now at the disposal of nutritionists. It is impossible to imagine how many times during the centuries the Book of Daniel was painstakingly rewrote to convey useful knowledge to people! Now it can be done instantly – through the World Wide Web.*

Mrs. Pustovaya founded her school in 2014, focusing primarily on the Russian audience. But in the very first months, the School became international! Today, Russian-speaking people from around the world study in it: Ukraine, Bulgaria, Poland, the Czech Republic, Germany, Spain, Great Britain, Israel, Turkey, Iran, Korea, Canada and others.

More than 4,500 students took courses, received certificates, and many of them decided to continue their studies, raising their qualifications.

School programs are developed taking into account all the norms of the Federal Research

Center for Nutrition and Biotechnology (Research Institute of Nutrition RAMS), the Ministry of Health of the Russian Federation, and the World Health Organization. The distance education center School of Dietitians has all the certificates of conformity approved in the Russian Federation.

The teaching staff of the School of Dietitians includes doctors of various specializations, among whom there are many doctors and candidates of medical sciences.

The curators accompanying the student at the entire stage of training are nutritionists with tremendous experience.

Students themselves plan a class schedule and can take external training. A step-by-step training system through accessible video lessons, templates and instructions allows even a student with “zero” knowledge in nutrition to master the material without problems.

Under the program, the student gets the opportunity to download a large number of abstracts, templates and background information, which may be useful in the future when working with clients.

An important role in education is played by SMM-specialists, professional marketing specialist who have created a unique program that allows you to earn money on promoting your services.



## ШКОЛА ДИЕТОЛОГОВ

The methodology of the School of Dietitians is regularly expanding, new programs are being prepared and implemented. The organizers are actively updating the course program, and students have free access to it throughout the year.

The School has several levels of training. The first one, Consultant, was developed for those who are interested in proper nutrition and seek to correct their figure, become "their own nutritionist." As a rule, those who have already had repeated weight loss experiences, often unsuccessful, fall into this category. They begin to understand that the secret to success is not in diets, but in figuring out dietetics yourself and starting to eat systemically and correctly.

The second level, Specialist, is suitable for those who are somehow connected with the topic of dietetics, sports, healthy lifestyle and beauty. Many of them want to improve their professional level by becoming a "nutrition specialist" to help clients with weight correction issues.

And, finally, the Expert level also includes training in PR, marketing and online promotion. Those who seriously decide to take up this profession and want to earn money with it are trained on it.

For the last two categories, the School of Dietitians has recently prepared a big surprise by launching a professional IT service for the automated development of individual diets "Онлайн-диетолог.рф". For specialists who are professionally engaged in counseling, this is really a gift: it was not in vain that in the very first hours of the presentation of the service, it gathered several hundred users!

**– Mrs. Pustovaya, tell us in more detail for whom the Online Dietitian service is intended, and how can it be useful to specialists?**

– Our online service is primarily intended for doctors, nutritionists, trainers, nutrition consultants. The Online Dietitian makes the work of a nutrition expert easier, faster and an order of magnitude better. And this means that the number of grateful clients who have lost weight and become healthier for each such specialist can grow tens or even hundreds of times.

**– One of the undoubted advantages of using it, of course, is saving time?**

– Yes, and saving it, you can pay more attention to new customers! You bring in products, compose dishes, create a personal unique base of food rations, working with hundreds of customers at the same time. The service provides a unique opportunity to create and send presentable reports, menus, recipes for dishes up to 100 sheets long.

**– How varied can a food ration made with the help of the Online Dietitian be?**

– Much more diverse than most of us are used to in everyday life. Indeed, from one set of products you can cook dozens of dishes. But in reality, we choose, as a rule, 1-2 recipes. Why? Because "mother cooked it in childhood"; because it is a well-known dish that is "accepted" in our circle. Human nature and eating habits are conservative.

But we live in the age of globalization, and in our time, the one who loves to learn and try new things wins. In addition, it must be borne in mind that the food habits of our ancestors who lived on the territory of the USSR developed, frankly, in a not very favorable situation: only in the 20th century the country survived two world wars, a revolution, collectivization, several shifts in social patterns. People often had to go hungry, and the question was not "What should I choose for lunch?" but "Will there be anything for lunch?" Whenever possible, preference was given to high-calorie, fat, sweet, according to the principle: "what time will you manage to eat this next time?"... Middle-aged people will object: our parents already lived in an era that did not know hunger! Yes, but I repeat: the food habits of the nation are very conservative, and we drag from generation to generation this "legacy of hard times", without even realizing it and not thinking.

And thinking is vital! Working conditions, physical activity, a set of available products over the past decades have changed dramatically, while traditional dishes have remained. Here, let's say, the human diet in the Middle Ages 80-90% consisted of wheat bread. But will it never occur to anyone to eat so "for the sake of maintaining traditions" now? So, we, as a nation, need to change.

And the emergence of the Online Dietitian, I think, is one of the steps towards this. It offers more than 5 thousand dishes and over 100 basic dietary templates – the largest collection of wholesome foods and delicious recipes. The service is based on the scientific base of the Federal State Budgetary Institution of Nutrition and Biotechnology (Research Institute of Nutrition RAMS) and approved by the Russian Union of Nutritionists, Dietitians and Food Industry Specialists (RDS). The Online Dietitian service calculates individual indicators of proteins, fats, carbohydrates, vitamins and

minerals in accordance with the requirements of GOST, and allows you to take into account individual body parameters, diseases, diet, favorite tastes, religious preferences. Thanks to the additional functionality developed by doctors and nutritionists, the service allows you to develop the most complex diets.

Functionality with an intuitive interface for working with any device makes the service perfectly convenient.

**– And how much does it cost to use this service?**

– Since there is the task of healing the nation, we do not have the right to raise prices for education and the dissemination of useful knowledge. It is important that they remain accessible, and it concerns nutrition experts even more, since their work is the healing of tens and hundreds of people. And I am proud that our team members share this approach. Now the use of the Online Dietitian service is available for payment from 79 rubles per day. You can purchase a package of services for 1, 3, 6 months and a year (with increasing time,



the price per day decreases). But usually those who have subscribed for a month stay with us at the end of it, and for a long time. And this is the key to success of the main mission of the School of Dietitians – to improve the Russian nation through nutrition.

The team of the School of Dietitians invites everyone who cares about the quality of their life to join our actively developing community!

**Interviewed by Elena Alexandrova**





**Дмитрий  
Фесько,  
Alliance  
Legal CG:**

«Будущее контрольно-  
надзорной деятельности  
ЗА ЦИФРОВЫМИ  
ТЕХНОЛОГИЯМИ»



Характерной чертой современной жизни является активное применение цифровых информационных технологий. Процессы цифровизации охватывают различные сегменты жизни общества, такие как производство, экономика и управление, право, социальная сфера, наука, образование, коммуникации. Безусловно, использование цифровых инструментов, в первую очередь, удалённых, дистанционных, востребовано в работе государственных органов контроля и надзора. Рассказать, какие возможности это открывает, мы попросили председателя наблюдательного совета (совета партнёров), руководителя консалтинговой компании Alliance Legal Consulting Group Дмитрия Фесько.

– Такие инструменты позволяют создавать различные электронные базы данных о состоянии и деятельности подконтрольных (поднадзорных) объектов, – пояснил Дмитрий Станиславович. – Это крайне важно, поскольку около 70% времени контрольной проверки занимают изучение и анализ документов, а также процесс выбора нужного решения по итогам анализа из нескольких возможных вариантов.

Цифровые технологии несут в себе позитивные изменения также для бизнеса и граждан. Благодаря системам дистанционного круглосуточного мониторинга контрольно-надзорные отношения станут более прозрачными, а участники смогут своевременно заметить и устранить малейшие отклонения от обязательных норм. Снизятся риски коррупции и злоупотребления полномочиями: будет сложно «надавить» на проверяемых или запутать их в требованиях, поскольку все законные из них внесут в специальный реестр, доступный для всех участников. В результате акцент с наказания будет перенесён на предупреждение нарушений, предотвращение опасности.

Важнейшее преимущество цифровизации контроля для государства – это экономия бюджета. Цифровые формы значительно дешевле по сравнению с бумажным способом накопления и обработки информации, так как позволяют сократить время и расходы на содержание персонала контрольного аппарата. Подсчитано, что для проверки правильности налоговых расчётов компании, которая совершает 1 млн операций в день, один налоговый инспектор должен проанализировать 10 млн документов в год<sup>1</sup>. Прodelать такую работу традиционными методами одному служащему крайне за-

труднительно, а подчас и невозможно на практике.

В настоящее время в контрольно-надзорной сфере действует несколько виртуальных сервисов с цифровым функционалом. Большим шагом на этом пути явилось создание государственной информационной системы «Типовое облачное решение по автоматизации контрольной (надзорной) деятельности»<sup>2</sup>. Система объединяет несколько областей контрольно-надзорной практики, таких как применение риск ориентированного подхода, планирование, проведение и расчёт результативности мероприятий по осуществлению контроля, и других. Виртуальный сервис призван обеспечить автоматизированную, полностью безбумажную деятельность контролёров, а также дистанционное взаимодействие участников контрольно-надзорных отношений. В онлайн-режиме предприниматели и граждане смогут ознакомиться с нормативно-правовой базой и требованиями, которые предъявляются к их бизнесу и обязанностям, узнать информацию о проведённых и запланированных контрольных мероприятиях, при необходимости получить бесплатную консультацию. Предполагается, что проверяемые лица будут видеть свой рейтинг добросовестности и смогут контролировать показатели, чтобы не допустить нежелательных очных проверок, которые будут проводиться только при рейтинге ниже определённого порогового значения.

Правительство России совместно с общественными организациями запустило цифровую платформу для работы с жалобами предпринимателей на незаконные действия со стороны правоохранительных органов. Достаточно зарегистрироваться на сайте и оставить обращение в личном

кабинете, чтобы сервис самостоятельно определил уполномоченное ведомство и направил электронную жалобу. В пилотном режиме платформа тестируется на МВД России. В дальнейшем к системе планируют подключить ФСБ России, Генпрокуратуру России, Следственный комитет Российской Федерации.

Автоматизированные цифровые технологии сбора и обработки информации в настоящее время используются по линии налогового, финансово-бюджетного, земельного, транспортного контроля, страхового, строительного, жилищного, экологического, технологического надзора и по другим направлениям.

Но в целом нужно признать, что на пути цифровизации государственного контроля сделаны лишь первые шаги. В дальнейшем эти процессы должны охватить весь объём контрольно-надзорных отношений, распространяться на все уровни и виды контроля.

Однако вызовы цифровой реальности диктуют необходимость внесения значимых изменений в содержание правового обеспечения контроля. Важно создать условия абсолютной конфиденциальности, исключить возможность намеренного искажения фиксируемых показателей, утечку информации о подконтрольных объектах и персональных данных. В таких обстоятельствах необходимы новые подходы к организации контрольной деятельности в обновляемом законодательстве о контроле, в разрабатываемых законопроектах о государственном контроле и об обязательных требованиях. Как верно замечает В. Д. Зорькин, в условиях цифровизации общества нужна «новое право, регулирующее отношения в контексте мира цифр и искусственного интеллекта»<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Мишустин М. Цифровизация даёт безграничные возможности для совершенствования налогового администрирования [Электронный ресурс]. – // Worldtaxes.ru URL: <http://worldtaxes.ru/mihail-mishustin-tsifrovizatsiya-daet-vozmozhnosti-dlya-sovshshenstvovaniya-nalogoovogo-administrirvaniya/> (дата обращения: 15.11.2019).

<sup>2</sup> О государственной информационной системе «Типовое облачное решение по автоматизации контрольной (надзорной) деятельности»: постановление Правительства Рос. Федерации от 21 апреля 2018 г. № 482 // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2018. – № 18. – Ст. 2633.

<sup>3</sup> Зорькин В.Д. Право в цифровом мире. Размышление на полях Петербургского международного юридического форума // Российская газета. Столичный выпуск № 115 (7578). URL: <https://rg.ru/2018/05/29/zorkin-zadacha-gosudarstva-priznavat-i-zashchishchat-cifrovye-prava-grazhdan.html> (дата обращения: 15.11.2019).



# Alliance Legal

consulting group

DMITRY FESKO, ALLIANCE LEGAL CG:  
“THE FUTURE OF  
REGULATORY  
ACTIVITIES IS IN  
DIGITAL TECHNOLOGY”



A characteristic feature of modern life is the active use of digital information technology. Digitalization processes cover various segments of society, such as production, economy and management, law, social sphere, science, education, communications. Of course, the use of digital tools – first of all, remote – is in demand in the work of state control and supervision bodies. We asked Dmitry Fesko, Chairman of the Supervisory Board (Partner Council), Head of the Alliance Legal Consulting Group, to comment on the new opportunities connected with this.

– Such tools allow you to create various electronic databases on the status and activities of controlled (supervised) facilities, explained Mr. Fesko. – This is extremely important, since about 70% of the time of the verification check is taken up by the study and analysis of documents, as well as the process of choosing the right solution based on the analysis of several possible options.

Digital technologies also bring positive changes for business and citizens. Thanks to the systems of remote round-the-clock monitoring, control and supervisory relations will become more transparent, and participants will be able to notice and eliminate the slightest deviations from mandatory standards in a timely manner. The risks of corruption and abuse of authority will be reduced: it will be difficult to “press” or confuse with the requirements for the auditees, since all legal requirements will be listed into a special register accessible to all participants. As a result, the focus from punishment will be shifted to the prevention of violations, the prevention of danger.

The major advantage of digitalization of control for the state is budget savings. Digital forms are much cheaper compared to the “paper” method of accumulating and processing information, as they reduce the time and cost of maintaining the personnel of the control apparatus. It is estimated that in order to verify the correctness of tax calculations of a company that performs 1 million transactions per day, one tax inspector must analyze 10 million documents per year<sup>1</sup>. It is extremely difficult, and

sometimes impossible for one employee to do such work using traditional methods.

Currently, in the control and supervision sphere there are several virtual services with digital functionality. A significant step in this direction was the creation of the state information system “A typical cloud solution for the automation of control (supervisory) activities”<sup>2</sup>. The system combines several areas of control and supervisory practice, such as applying a risk-based approach, planning, conducting and calculating the effectiveness of control measures, and others. The virtual service is designed to provide automated, completely “paperless” activities of supervisors, as well as remote interaction of participants in control and supervision relations. Entrepreneurs and citizens will be able to familiarize themselves with the regulatory framework and the requirements that apply to their business and responsibilities, find out information about the conducted and planned control measures, and if necessary, get a free consultation in an online mode. It is assumed that the audited entities will see their “good faith” rating and will be able to control the indicators to prevent undesired face-to-face checks, which will be carried out only if the rating is below a certain threshold value.

The Russian government, together with public organizations, launched a Digital Platform for dealing with complaints from entrepreneurs about illegal actions by law enforcement agencies. It is enough to register on the site and leave the appeal in your account so that the service will independently determine the authorized agency and send an electronic complaint.

In pilot mode, the platform is tested at the Russian Ministry of Internal Affairs. In the future, they plan to connect to the system the FSB of Russia, the Prosecutor General of Russia, the Investigative Committee of the Russian Federation.

Automated digital technologies for collecting and processing information are currently used in the areas of tax, financial and budgetary, land, and transport control, insurance, construction, housing, environmental and technological supervision and in other areas.

However, in general, it must be recognized that only the first steps have been taken towards digitalization of state control. In the future, these processes should cover the entire volume of control and supervision relations, extend to all levels and types of control.

However, the challenges of digital reality dictate the need for significant changes to the content of the legal support of control. It is important to create conditions of absolute confidentiality, to exclude the possibility of intentional distortion of recorded indicators, leakage of information about controlled objects and personal data. Such circumstances dictate the need to develop new approaches to the organization of control activities in the updated control legislation, in draft laws on state control and on mandatory requirements. As Mr. Zorkin correctly observes, in the context of the digitalization of society, “a new law governing relations in the context of the world of figures and artificial intelligence” is needed<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Mishustin M. Digitalization provides unlimited opportunities for improving tax administration // URL: [http://worldtaxes.ru/mihail-mishustin-tsfrovizatsiya-daet-vozmozhnosti-dlya-sovershenstvovaniya-nalogovogo-administrirvaniya/\(appeal:15.11.2019\)](http://worldtaxes.ru/mihail-mishustin-tsfrovizatsiya-daet-vozmozhnosti-dlya-sovershenstvovaniya-nalogovogo-administrirvaniya/(appeal:15.11.2019)).

<sup>2</sup> Decree of the Government of the Russian Federation of April 21, 2018 N 482 On the State Information System “Typical Cloud Solution for the Automation of Control (Supervisory) Activities” // SZ RF. 2018, N 18, Article 2633.

<sup>3</sup> Zorkin V.D. Law in the digital world. Thinking on the sidelines of the St. Petersburg International Legal Forum // Rossiyskaya Gazeta. Stolichniy vipusk 115 (7578)

// URL: <https://rg.ru/2018/05/29/zorkin-zadacha-gosudarstva-priznavat-i-zashchishchat-cifrovy-prava-grazhdan.html> (appeal:15.11.2019).

Успех Богородского индустриального парка, по мнению его руководителя, заключается в том, что резидентам предоставляется такой комплекс услуг, при котором они спокойно ведут свой бизнес. В 2019 году Богородский индустриальный парк отметил своё 15-летие. Сегодня освоено около 300 га территории, в большей степени реализована идея эффективной и комфортной площадки для промышленных предприятий. Упор делается на развитие социальной инфраструктуры. По словам генерального директора Богородского индустриального парка Олега Карцова, на территории парка возрождаются такие понятия, как преемственность поколений, пропаганда рабочих специальностей, возможность образования рядом с рабочим местом. О чём он и рассказал в интервью.



# ТЕРРИТОРИЯ КОМФОРТНОГО ОБИТАНИЯ



**– В нашей стране всего несколько лет назад появилось на законодательном уровне такое явление, как индустриальный парк. Что сегодня вы предлагаете своим резидентам – как действующим, так и потенциальным?**

– Индустриальный парк – это особенная категория промышленной территории, на которой концентрируются и соединяются воедино производство, инженерная и транспортная инфраструктура, резиденты и управляющая компания.

Если хоть какой-то составляющей из этого списка нет, это уже что угодно, только не индустриальный парк. Наш индустриальный парк – это осознанный выбор. Создавая промышленный кластер, мы решили идти только по пути индустриализации. Примером для нас стали индустриальные площадки Германии. Мы создали все необходимые условия, а также инфраструктуру для предприятий, фабрик и заводов, производящих товары народного потребления (не менее 70% от всего числа предприятий). Создание новых рабочих мест, формирование социальной сферы, включая взаимодействие со школами и другими учебными заведениями Богородского края, развитие такого направления, как наставничество, всё это приоритетные направления для нас, которым мы уделяем особое внимание.

**– То есть это не столько производственный процесс, сколько полно-**

**ценный жизненный цикл с коммунальной и социальной составляющей?**

– Конечно. Индустриальные зоны или индустриальные парки, с моей точки зрения, – самые сложные формы организации производства, если брать в целом всю палитру организационных форм производства. Я никогда не сравниваю нашу структуру ни с технопарками, ни с другими формами. Важны именно индустриализация и появление как можно большего числа производственных предприятий. Поэтому это не просто промышленная территория, а форма комфортной жизни производства.

**– Сколько у вас на сегодняшний день резидентов? Какие отраслевые направления промышленного производства вам интересны больше всего?**

– Сейчас на территории индустриального парка действующих резидентов – 42. У нас расположили своё производство предприятия из 11 стран мира, но в основном это немецкие компании. С ними мы развивали инфраструктуру, и сейчас я не перестаю говорить спасибо немецкому бизнесу за то, что он есть с выстроенными производственными отношениями, которые позволили нам пройти все кризисы. Что касается наших приоритетов в отборе резидентов, то мы очень неохотно работаем с какими-то гигантскими предприятиями. Мы развиваем малый и средний бизнес. Это примерно от 300 до 1000 рабочих мест на каждом предприя-

тии. У них должны быть налажены производственные отношения, хорошая, начальная высокотехнологичная база. Как правило, это компании, которые являются сегментами более крупных предприятий. Например, компания Bayer – крупная немецкая компания, которая здесь разместила своё прорывное производство, и это был удачный опыт. Большинство мощных резидентов расположило на территории индустриального парка свои высокотехнологичные сегменты от головных иностранных компаний. Конечно, у нас есть и крупные Wilo или Oriflame, и мы ими гордимся. Производственных компаний у нас около 75%, остальные компании заняты в сфере продаж, обслуживания населения, генерацией инфраструктуры и созданием комфортной среды обитания. К сожалению, понятие «индустриальный парк» в России «отстаёт», ведь нормативно-правовая база индустриальных парков только начала приходить в соответствующий вид.

**– Я знаю, что индустриальный парк отличается от обычной площадки тем, что у вас своя управляющая компания. Что вы можете предложить резидентам в плане коммунальных услуг?**

– Сейчас на территории парка действует собственная электрическая подстанция. До всех участков резидентов построены сети электроснабжения. Проложено водоснабжение с пожарными гидрантами,





инженерная готовность нашего парка – 100%, потому что первые несколько лет мы занимались именно инфраструктурой. У нас централизованная хозяйственно-бытовая канализация, и полностью закончено благоустройство улично-дорожной сети. В планах заложено строительство гостиничного комплекса для нужд резидентов.

**– Тарифы на энергоресурсы у вас отличаются от тарифов в городской среде? У вас много энергоёмких предприятий?**

– Тарифы у нас ниже, не такие как везде. Но чтобы этого добиться, необходимы большие вложения в начале развития индустриального парка. Например, газовая турбинная установка на 10-15 кВт стоит примерно 25 млн евро. Потом надо понимать, что окупаемость инфраструктуры – это 5-7 лет, то есть большие деньги. Сейчас, конечно, мы вышли на самоокупаемость. Во многом достижение нашей инфраструктурой того качественного уровня, который мы имеем, произошёл благодаря поддержке областного правительства. Иногда принимались такие волевые решения, которые и создавали трамплин для нашего развития. Я не устаю говорить, что губернатор Московской области Андрей Воробьёв, заместитель председателя правительства Московской области Вадим Хромов самое пристальное внимание оказывают развитию индустриальных парков как особому механизму инвестиционной политики.

**– Как закончился для вас юбилейный 2019 год, и что намечено на будущее?**

– Ежегодно у нас наблюдается подъём производства, в целом – на 12-13% по основным источникам управляющей компании. И где-то 10% наращивания производства и прибыли происходит ежегодно во всех компаниях. Цифру в 10 млрд

рублей налогов мы перешагнули много лет назад. Цифра очень впечатляющая, причём скачок этого рубежа прошёл более 10 лет назад. Наша большая победа заключается в том, что за все годы ни одна компания не ушла, не закрылась. Мы только наращивали мощности. Резиденты прибавляются по 4-5 компаний ежегодно. В этом году у нас точно появится 5 новых предприятий. На сегодняшний день мы ведём переговоры ещё с 24 компаниями. К сожалению, не все компании становятся нашими резидентами. Не потому, что кто-то плохой, мы просто совершенно не предрасположены к большим складам. Есть очень профессиональные люди, которые занимают этот сегментом, и я с уважением к этому отношусь, а у нас другой путь. Наш путь – производство; путь создания большого количества рабочих мест.

**– Сколько сегодня работает человек на территории Богородского индустриального парка? Какие преимущества есть у ваших сотрудников?**

– Сегодня у нас 6700 сотрудников, и в течение 2-3 лет это число увеличится до 10 тыс. работающих. Мы, конечно, развиваем не только производственный сегмент. Особое внимание уделяем социальной инфраструктуре, создаём комфортную среду обитания. Мы давно уже не продаём просто землю, мы продаём территорию для успешного развития с инфраструктурой – и производственной, и социальной. Недавно мы построили заводской коттеджный посёлок. На 10 га расположены уютные дома с небольшими участками. Этот проект – инициатива наших резидентов. Руководители среднего звена, специалисты сейчас хотят жить не в квартирах, а в таунхаусах или небольших домиках с барбекю, со всей положенной инфраструктурой, именно поэтому мы построили такой первый посёлок. Условия предоставления подобного жилья для специалиста определяет предприятие, на

котором он работает. Когда высокотехнологичное предприятие обучило специалиста, потратило деньги и хочет получить отдачу, оно делает всё, чтобы тот остался на предприятии и отработал вложенные в него средства. Я могу сказать, что сейчас зарплата на территории нашего парка вполне соизмерима с заработной платой в Москве, только ехать никуда не надо. Уже сегодня 75-78% работников – местные.

**– А специалистов хватает для высокотехнологичных предприятий?**

– В основном да. Как бы это странно ни звучало, но не хватает квалифицированных бухгалтеров, особенно со знанием иностранного языка. Но и тут мы нашли выход. На территории парка открылся Богородский политехнический институт. Это, конечно, не традиционный дневной вуз, а больше центр профессиональной подготовки и обучения специалистов промышленного кластера. Во время учебного процесса планируется реализовать только самые актуальные и востребованные программы по подготовке и переподготовке специалистов. Имея прекрасную учебно-материальную базу, образовательный центр индустриального парка обладает возможностью аккредитовать практически все рабочие профессии. С января 2020 года Богородский политехнический институт открывает курсовую подготовку и проведение научно-практических конференций, также на договорной основе с Московским институтом деловой карьеры и Академическим колледжем будет осуществлён набор студентов на дистанционное обучение по программам высшей и средне-специальной подготовки. А это большой задел на будущее, это новые высококвалифицированные кадры, а соответственно, перспективное и успешное развитие любого предприятия, пришедшего в качестве резидента в Богородский индустриальный парк.







# TERRITORY OF COMFORTABLE LIVING

The success of the Bogorodsky Industrial Park, according to its leader, lies in the fact that residents are provided with such a range of services in which they calmly conduct their business. In 2019, the Bogorodsky Industrial Park celebrated its 15th anniversary. Today, about 300 hectares of land have been mastered, and the idea of an effective and comfortable site for industrial enterprises has been realized. Today the emphasis is on the development of social infrastructure. According to Oleg Kartsov, CEO of the Bogorodsky Industrial Park, such concepts as generation continuity, popularization of working trades, and the possibility of education near the workplace are being revived in the park. He told us about these areas of work in this interview.



***– In our country, such a phenomenon as an industrial park appeared at the legislative level only a few years ago. What do you offer your residents today – both current and potential?***

– An industrial park is a special category of industrial territory on which production, engineering and transport infrastructure, residents and a management company are concentrated and connected together.

If at least some of the components from this list is absent, this is anything, but not an industrial park. Our industrial park is a conscious choice. Creating an industrial cluster, we decided to go only along the path of industrialization. An example for us was the industrial sites of Germany. We have created all the necessary conditions, as well as infrastructure for enterprises, plants and factories producing consumer goods (at least 70% of the total number of enterprises). The creation of new jobs, formation of the social sphere, including interaction with schools and other educational institutions of the Bogorodsk region, development of such a direction as mentoring are all priority areas for us, we pay special attention to them.

***– That is, it is not so much a production process as a full-fledged life cycle with a communal and social component?***

– Of course. Industrial zones or industrial parks, from my point of view, are the most complex forms of organization of production, if you take the whole palette of organizational forms of production as a whole. I never compare our structure with either technology parks or other forms. What is important is industrialization and the appearance of as many industrial enterprises as possible. Therefore, this is not just an industrial territory, but a form of a comfortable production life.

***– How many residents do you have today? What industry sectors are you most interested in?***

– Now there are 42 active residents in the industrial park. We have production facilities from representatives of 11 countries, but mainly these are German companies. We developed the infrastructure with them, and now I do not stop saying thanks to the German business for having a built-up production relationship that allowed us to go through all the crises. As for our priorities in the selection of residents, we are very reluctant to work with some giant enterprises. We develop small and medium-sized businesses. This is approximately 300 to 1000 jobs at each enterprise. They should have production relations, a good, initial

high-tech base. As a rule, these are companies that are segments of larger enterprises. For example, Bayer is a large German company, which located its breakthrough production here, and it was a successful experience. Most powerful residents on the territory of the industrial park are high-tech segments of leading foreign companies. Of course, we also have large Wilo or Oriflame, and we are proud of them. We have about 75% of production companies, the rest of the companies are engaged in sales, public services, infrastructure generation and creating a comfortable living environment. Unfortunately, the concept of “industrial park” in Russia “lags behind”, because the regulatory framework of industrial parks has only just begun to come into the relevant form.

***– I know that the industrial park differs from the usual site in that you have your own management company. What can you offer residents in terms of utilities?***

– Now the park has its own electrical substation. Electricity networks have been built up to all sections of residents. Water supply with fire hydrants is laid, our engineering readiness is 100%, because for the first few years we were engaged in infrastructure. We have a



centralized domestic sewage system, and the improvement of the road network has been completed. The plans include the construction of a hotel complex for the needs of residents.

**- Do your energy tariffs differ from the tariffs in the urban environment? Do you have a lot of energy-intensive enterprises?**

- Our tariffs are lower, not like everywhere else. But to achieve this, large investments were needed at the beginning of the development of the industrial park. For example, a 10-15 kW gas turbine unit costs about 25 million euros. Then you need to understand that the payback of infrastructure is 5-7 years, that is, a lot of money. Now, of course, we have reached self-sufficiency. In many respects, the achievement by our infrastructure of the quality level that we have now is the result of the support of the regional government. Sometimes such volitional decisions were a springboard for our development. I do not get tired of saying that Moscow region Governor Andrey Vorobyov, Deputy Prime Minister of the Moscow region Vadim Khromov pay close attention to the development of industrial parks – as a special mechanism for investment policy.

**- How did the jubilee 2019 end for you, and what is planned for the future?**

- Every year we observe an increase in production, in general – 12-13% according to the main sources of the management company. And somewhere around 10% of production and profit growth occurs annually in all companies. We crossed the figure of 10 billion rubles in taxes many years ago. The figure is very impressive, and

the jump over this milestone took place more than 10 years ago. Our big victory lies in the fact that over the years not a single company has left, has not closed. We only increased capacity. We have 4-5 new resident companies annually. This year, we will definitely have 5 new enterprises. Today we are negotiating with another 24 companies. Unfortunately, not all companies become our residents. Not because someone is bad, we are simply not at all predisposed to large warehouses. There are very professional people who are engaged in this segment, and I respect this, and we have a different path. Our path is production; way to create a large number of jobs.

**- How many people work on the territory of the Bogorodsky Industrial Park today? What benefits do your employees have?**

- Today we have 6700 employees, and within 2-3 years this number will increase to 10 thousand employees. Of course, we are developing not only the production segment. We pay special attention to social infrastructure and create a comfortable living environment. We have not been selling land for a long time, we are selling territory for successful development with infrastructure – both industrial and social. Recently, we have built a factory cottage village. On 10 hectares there are cozy houses with small plots. This project is an initiative of our residents. Middle managers, specialists now want to live not in apartments, but in townhouses or small houses with a barbecue, with all the necessary infrastructure, that is why we built such a village. The conditions for the provision of such housing for specialists are determined by the enterprise in which they work. When a high-tech enterprise trained

a specialist, spent the money and wants to get a return, it will do everything so that the specialist remains at the enterprise and fulfills the money invested. I can say that now the salary in the territory of our park is quite comparable with the salary in Moscow, but you don't have to go anywhere. Already today 75-78% of workers are local.

**- Are there enough specialists for high-tech enterprises?**

- In general, yes. No matter how strange it may sound, but they lack qualified accountants, especially with knowledge of a foreign language. But here we found a way out. The Bogorodsk Polytechnic Institute was opened on the territory of the park. This, of course, is not a traditional full-time university, but rather a center for the training and education of specialists in the industrial cluster. During the educational process, it is planned to implement only the most relevant and popular programs for the training and retraining of specialists. Having an excellent educational and material base, the educational center of the industrial park has the opportunity to accredit almost all working professions. Since January 2020, the Bogorodsk Polytechnic Institute opens course training and scientific and practical conferences, and students will be enrolled in distance learning programs for higher and secondary special training on a contractual basis with the Moscow Institute of Business Career and Academic College. And this is a great reserve for the future, these are new highly qualified personnel, and, accordingly, the prospective and successful development of any enterprise that has come to the Bogorodsky Industrial Park as a resident.



Карта распространения печатной и электронной версии по структурам и ведомствам:

83 администрации губернаторов РФ;  
88 региональных торгово-промышленных палат; 36 корпораций развития регионов; Торгово-промышленная палата Российской Федерации;  
Правительства регионов;

#### Деловые советы:

- Российско-Японский деловой совет
- НП «Российско-Китайский деловой совет»
- АНО «Российско-Турецкий деловой совет»
- Российско-Южнокорейский деловой совет
- НП «Деловой совет по сотрудничеству с Индией»
- Российско-Таиландский деловой совет
- Российско-Иранский деловой совет
- АНО «Деловой совет по сотрудничеству с Афганистаном»
- НП «Деловой совет по сотрудничеству с Вьетнамом»
- Российско-Сингапурский деловой совет
- Деловой совет по сотрудничеству с Индонезией
- Деловой совет по сотрудничеству с Пакистаном
- Российско-Филиппинский деловой совет
- Комитет по экономическому сотрудничеству со странами Азии и Океании
- Деловой совет по сотрудничеству с Малайзией
- Совет предпринимателей Россия-Аргентина
- Деловой совет Россия-Бразилия
- Деловой совет Россия-Куба
- Комитет предпринимателей Россия-Мексика
- Российско-Чилийский деловой совет
- Деловой совет БРИКС
- Деловой совет ШОС

#### Зарубежные ТПП:

- ТПП Азербайджанской Республики
- ТПП Республики Армения
- Белорусская ТПП
- Внешнеторговая палата Казахстана
- ТПП Кыргызской Республики
- ТПП Республики Молдова
- ТПП Республики Таджикистан
- ТПП Республики Туркменистан
- ТПП Республика Узбекистан
- ТПП Украины
- ТПП Грузии
- Федеральная палата экономики Австрии
- Союз ТПП Албании
- Бельгийско-Люксембургская торговая палата
- Болгарская Торгово-промышленная палата
- Болгаро-Российская Торгово-промышленная палата
- Внешнеторговая палата Боснии и Герцеговины
- Венгерская Торгово-промышленная палата
- Объединение торгово-промышленных палат Германии

- Федерация торговых палат Израила
- Федерация индийских ТПП
- Исландская торговая палата
- Торговая палата Испании
- Латвийская Торгово-промышленная палата
- Ассоциация торгово-промышленных и ремесленных палат Литвы
- Конференция промышленников Литвы
- Македонско-Российская Торгово-промышленная палата
- Норвежско-Российская торговая палата (НРТП)
- Польская хозяйственная палата
- Российско-Германская внешнеторговая палата
- Хозяйственная палата Сербии
- Словацкая Торгово-промышленная палата
- Торгово-промышленная палата Республики Словения
- Союз палат и бирж Турции (ТОВВ)
- Центральная торговая палата Финляндии
- Хозяйственная палата Хорватии
- Экономическая палата Чешской Республики
- Хозяйственная палата Черногории (ХПЧ)
- Российско-Британская торговая палата
- Итало-Российская торговая палата
- Представительство хозяйственной палаты Сербии в Москве
- Представительство Норвежско-Российской торговой палаты в Москве
- Представительство хозяйственной палаты Хорватии в России
- Представительство Болгаро-Российской ТПП в России
- Всемирная федерация торговых палат
- Российский национальный комитет Международной торговой палаты
- Ассоциация торгово-промышленных палат европейских стран «Европалата»
- Конфедерация ТПП стран АТР
- Азиатский форум БОАО (BAF)

#### Федеральные ведомства:

- Федеральное агентство по делам

Содружества Независимых Государств, соотечественников, проживающих за рубежом, и по международному гуманитарному сотрудничеству (Россотрудничество)

- Федеральная служба по военно-техническому сотрудничеству (ФСВТС России)
- Федеральная служба по техническому и экспортному контролю Российской Федерации (ФСТЭК России)
- Федеральная служба исполнения наказаний (ФСИН России)
- Федеральная служба судебных приставов (ФССП России)
- Федеральная служба по надзору в сфере здравоохранения (Росздравнадзор)
- Федеральное медико-биологическое агентство (ФМБА России)
- Федеральное агентство по туризму (Ростуризм)
- Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор)
- Федеральное агентство по делам молодёжи (Росмолодёжь)
- Федеральная служба по гидрометеоро-

логии и мониторингу окружающей среды (Росгидромет)

- Федеральная служба по надзору в сфере природопользования (Росприроднадзор)
- Федеральное агентство водных ресурсов (Росводресурсы)
- Федеральное агентство лесного хозяйства (Рослесхоз)
- Федеральное агентство по недропользованию (Роснедра)
- Федеральное агентство по техническому регулированию и метрологии (Росстандарт)
- Федеральная служба по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)
- Федеральное агентство по печати и массовым коммуникациям (Роспечать)
- Федеральное агентство связи (Россвязь)
- Федеральная служба по ветеринарному и фитосанитарному надзору (Россельхознадзор)
- Федеральное агентство по рыболовству (Росрыболовство)
- Федеральная служба по надзору в сфере транспорта (Ространснадзор)
- Федеральное агентство воздушного транспорта (Росавиация)
- Федеральное дорожное агентство (Росавтодор)
- Федеральное агентство железнодорожного транспорта (Росжелдор)
- Федеральное агентство морского и речного транспорта (Росморречфлот)
- Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
- Федеральная налоговая служба (ФНС России)
- Федеральная таможенная служба (ФТС России)
- Федеральное казначейство (Казначейство России)
- Федеральная служба по аккредитации (Росаккредитация)
- Федеральная служба государственной регистрации, кадастра и картографии (Росреестр)
- Федеральная служба государственной статистики (Росстат)
- Федеральная служба по интеллектуальной собственности (Роспатент)
- Федеральное агентство по управлению государственным имуществом (Росимущество)
- Посольство Австралии
- Посольство Австрийской Республики
- Посольство Аргентинской Республики
- Посольство Исламской Республики Афганистан
- Посольство Королевства Бельгии
- Торговое представительство Венгрии
- Генеральное консульство Франции
- Торговое представительство Египта
- Торговое представительство Малайзии
- Торговое представительство Южной Кореи
- Торговое представительство Румынии
- Торговое представительство Сингапура
- Торговое представительство Словацкой Республики
- Торгово-экономический отдел торгового представительства посольства Таиланда.



# R.O.C.S.<sup>®</sup>

REMINERALIZING ORAL CARE SYSTEMS

## BIO WHITENING

БЕЗОПАСНОЕ ОТБЕЛИВАНИЕ

SMART ORAL CARE<sup>♦</sup>

НАТУРАЛЬНЫЕ  
АКТИВНЫЕ  
КОМПОНЕНТЫ

98%



БЕЗ ФТОРА



НЕ СОДЕРЖИТ SLS



НЕ СОДЕРЖИТ ПАРАБЕНЫ



ЭФФЕКТИВНОСТЬ КЛИНИЧЕСКИ ПОДТВЕРЖДЕНА

## ОТБЕЛИВАЮЩАЯ ЗУБНАЯ ПАСТА С РАСТИТЕЛЬНЫМИ ПЕПТИДАМИ

- ОТБЕЛИВАЕТ ЭМАЛЬ ЗУБОВ
- ЗАЩИЩАЕТ ОТ КАРИЕСА\*
- НАСЫЩАЕТ ЭМАЛЬ МИНЕРАЛАМИ
- ПРИДАЕТ ДЛИТЕЛЬНУЮ СВЕЖЕСТЬ ДЫХАНИЮ
- ПОДХОДИТ ДЛЯ РЕГУЛЯРНОГО ПРИМЕНЕНИЯ

Биоформула для отбеливания зубов и комплексной защиты полости рта. Содержит запатентованный комплекс на основе пептидов растительного происхождения, ксилита и биодоступных минералов.



Personal-Care.ru  
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН



rocs\_russia



rocs.smart.toothpaste



rocsrussia



@rocs\_official



toothpasterocs

www.rocs.ru



ООО «Диарси Центр» ОГРН 1067746306495, юр. адрес: 142800, Россия, Московская область, г. Ступино, село Старая Ситня, километр 5-й (Автодорога Ступино-Малино тер.), вл. 1, стр. 1

\* Подтверждено клиническими исследованиями и тестами. \*\* По данным розничного ежемесячного аудита фармацевтического рынка 2018 года, маркетингового агентства «DSM Group» в сегменте зубные пасты, бренд R.O.C.S.<sup>®</sup> был самым продаваемым на территории РФ за 2018 год в стоимостном выражении. Товар сертифицирован. Реклама. ♦ Умная гигиена полости рта.

# АКУЛЫ ПРАВА

Уголовно-правовая защита бизнеса

Сопровождение сделок

Разрешение споров



**Alliance Legal**  
consulting group

125009, Москва,

улица Тверская, дом 16, строение 1,  
офис А-501 (БЦ «Галерея Актер»)

[www.al-cg.com](http://www.al-cg.com)

620144, Екатеринбург,

улица Шейнкмана, дом 121,  
3 этаж (БЦ «Антарес-бизнес»)