



Приветствие участникам  
3-й Международной выставки  
MedTravelExpo. Санатории. Курорты.  
Медицинские центры – 2019

Welcome Message to the participants  
of the 3rd International Exhibition  
MedTravelExpo. Medical Clinics.  
Health and Spa Resorts 2019

**У**важаемые коллеги, дорогие друзья!

Приветствую вас на Международном фестивале активного образа жизни и здоровья MedTravelFest, который проходит в рамках Международной выставки «MedTravelExpo-2019. Санатории. Курорты. Медицинские центры» на территории ЦВК «ЭКСПОЦЕНТР».

Команда ведущих российских врачей по основным медицинским специальностям: кардиологи, эндокринологи, гастроэнтерологи, ревматологи, паразитологи, отоларингологи, флебологи, физиологи, неврологи, педиатры, гинекологи, эксперты по здоровому образу жизни и anti-age-профилактике – представит на фестивале уникальный проект «Пора лечиться правильно». Он был создан издательством «ЭКСМО» специально для наших людей, чтобы дать вам проверенные медицинские знания, которые нельзя больше нигде получить. В рамках большого проекта ПЛП уже издано 15 моих книг и более 30 книг моих коллег, среди которых и моя мама, врач-геронтолог с 54-летним стажем.

На фестивале мы поговорим о том, как снизить риски заболеваний, о том, когда достаточно одного здорового образа жизни, а когда надо уже профилактически принимать лекарства, как можно заподозрить болезнь, обсудим алгоритм действий при ее проявлении.

Иногда мы пропускаем мимо ушей дежурные слова о необходимости активного образа жизни, уменьшения стресса, отказа от вредных привычек, включая переедание. И в то же время прислушиваемся к ярким рекламным сообщениям о волшебных средствах, способных вмиг помочь с давлением, суставами и памятью. Главное, что надо понять: никто так не заинтересован в вашем здоровье, как вы сами. Атеросклероз и гипертонию можно победить только когда врач и пациент объединяются против болезни. Факторы риска многих болезней, включая самые неприятные, можно свести на нет собственными усилиями, получив нужные знания! Давайте читать правильные книги, сознательно относиться к своему здоровью, чтобы жить долго и качественно.

До встречи на Международном фестивале активного образа жизни и здоровья MedTravelFest!

Потомственный советско-российский врач,  
к. м. н, главврач городской больницы,  
телеведущий

**Александр Мясников**

**D**ear colleagues, friends,

Welcome to the MedTravelFest Festival of Active Lifestyle and Health held as part of the 3rd edition of the MedTravelExpo 2019. Medical Clinics. Health and Spa Resorts international exhibition at EXPOCENTRE Fairgrounds.

A team of Russian doctors specialising in main medical areas – cardiologists, endocrinologists, gastroenterologists, rheumatologists, parasitologists, otolaryngologists, phlebologists, physiologists, neurologists, pediatricians, gynecologists, and healthy lifestyle and anti-age experts – will present a unique project “Time for the Right Treatment” at the festival. It was designed by the Eksmo publishing house specially for sharing trusted medical knowledge, which is not available anywhere else, with our people. Fifteen of my books and over 30 books of my colleagues, including my mother, a gerontologist who has been practicing for 54 years, have been published as part of this project.

During the festival, we will speak about reducing the risk of disease, the situations when healthy lifestyle should be supplemented with medication, methods of detecting a disease, and the algorithm of action after a disease is detected.

We sometimes do not listen to the routine calls for active lifestyle, stress reduction, and renouncement of bad habits, including overeating. At the same time, we tend to listen to flashy advertisements, which promise miracle remedies to instantly help your pressure, joints and memory. The most important thing you must understand is that you are interested in preserving your health more than anyone else. The only way to defeat atherosclerosis and hypertension is the joint work of a doctor and a patient. The risk of many diseases including the worst ones can be reduced to zero by one's efforts based on proper knowledge! Let us read the right books, be responsible for our health, and live a long and quality life.

See you at the MedTravelFest Festival of Active Lifestyle and Health!

**Alexander Myasnikov**

Member of a Soviet-Russian medical dynasty,  
Ph.D.in Medicine,  
Chief Physician of City Hospital,  
TV presenter