



СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР

МАГНИТОГОРСК

СОБЫТИЕ / Открытие эндоскопического кабинета

PR

Колоноскопия: Больше возможностей – меньше проблем

Теперь у горожан появилась возможность быстро и качественно решить проблемы со здоровьем, из-за которых до этого момента приходилось «вставать в очередь». Диагностика и лечение заболеваний толстого кишечника – сегодня это одни из самых востребованных медицинских услуг, но возможность своевременно получить их была не у всех – в городе не хватало мощностей и специалистов. «Семейный доктор» решил эту проблему, открыв эндоскопический кабинет – отныне здесь будет проводиться столь востребованная колоноскопия.

В здании медицинской клиники «Семейный доктор» по адресу ул. Доменщиков, 8а открывается 3 этаж. В самом скором времени здесь появятся операционные, где будут работать различные специалисты, стационар, в котором пациенты смогут находиться под наблюдением врачей после процедур, а также полнокровное эндоскопическое отделение, где будут выполняться гастро- и колоноскопия. Появление такого кабинета позволит пройти обследование и лечение всем нуждающимся – сейчас в городе запись на колоноскопию ведется на 2-3 месяца вперед. Обслуживать пациентов будут врачи-эндоскописты и анестезиологи.

«Колоноскопию мы будем проводить как под наркозом, так и без – что снизит ее стоимость почти вдвое. Для



желающих получить анестезиологическое пособие во время процедуры предусмотрена комната пробуждения. Тут пациент, отходящий от наркоза, некоторое время будет находиться под наблюдением специалистов. Мы уже успешно проводим гастроскопию на аппаратах, дающих восьмикратное увеличение. Точно такое оборудование будет и для колоноскопии», – комментирует Шепелев Филипп Анатольевич, врач-эндоскопист высшей категории.

При помощи колонофиброскопа можно осмотреть и оценить состояние всего толстого кишечника. Колоноскопия дает возможность визуально диагностировать язвы, полипы, опухоли, брать материал на биопсию. Метод позволяет заметить даже небольшие изменения рельефа внутренней поверхности кишечника, и это дает ему преимущество перед ирригоскопией – рентгенологическим обследованием. Процедура может быть не только диагностической, но и лечебной.

Колоноскопия позволяет удалять доброкачественные образования размером от 1 мм и больше, останавливать кровотечения, извлекать из кишечника инородные тела и другое.

Показанием к проведению процедуры является подозрение на любое заболевание толстой кишки. Направить на колоноскопию может как проктолог, так и гастроэнтеролог, онколог или хирург. В качестве скрининга процедура рекомендуется мужчинам и женщинам старше 50 лет – для раннего выявления колоректального рака и удаления «опасных» полипов.

Появление в городе еще одного кабинета колоноскопии делает диагностику и лечение заболеваний кишечника более доступными. Магнитогорцы смогут решить проблему, не откладывая ее в долгий ящик. «Семейный доктор» гарантирует высокое качество оказания услуги и конкурентоспособную стоимость. Инна Петрова

СОБЫТИЕ / Участие в форуме по репродуктивному здоровью женщины

PR

Что скрывает женщина? УЗИ-диагностика: больше знаний – больше возможностей

Женщина всегда овеяна загадкой, но только не для врачей-гинекологов, которые постоянно и не без результата ищут ответы на свои вопросы.

Три специалиста клиники «Семейный доктор» недавно приняли участие в крупном уральско-сибирском форуме, посвященном репродуктивному здоровью женщин. Главной целью поездки в столицу региона стал трехдневный интенсивный курс обучения у ведущего специалиста УЗИ-диагностики в области гинекологии Озерской Ирины Аркадьевны. Ее экспертное мнение высоко ценится научным сообществом, а взгляды на ультразвуковое обследование считаются самыми прогрессивными в современной российской медицине.

Мастер-класс для продвинутых пользователей был направлен на более глубокое знакомство с возможностями УЗИ-аппаратов премиум и экспертного класса – в Магнитогорске таких совсем мало, и в клинике «Семейный доктор» до этого момента

их мощности использовались по максимуму. Однако новые методики исследования открыли специалистам более широкие возможности для постановки точных диагнозов.

Так, новый взгляд на 3D и 4D изображения облегчил диагностику патологий эндометрия, с которыми часто сталкиваются женщины климактерического возраста и в постменопаузе, позволил иначе оценивать состояние здоровья беременных женщин и женщин, готовящихся к ЭКО, искусственной инсеминации и к другим процедурам, решающим проблемы бесплодия. Все эти категории пациентов нуждаются в более точных параметрах кровотока в яичнике и матке, что стало возможным при умелом использовании современных технологий.

Теперь врачи-гинекологи могут более оперативно установить внебрюшную беременность и своевременно направить женщину в стационар.

Новые методики работы с УЗИ-аппа-

ратами раскрывают большой потенциал по выявлению ранних стадий онкологических заболеваний. Сегодня в «Семейном докторе» через кабинет врача УЗИ-диагностики только за день проходят до трех человек с подозрением или уже выявленной патологией молочных желез и репродуктивных органов. Потому особенно актуальным оказалось то, что курс обучения у И.А. Озерской был акцентирован на диагностику опухолевых образований матки и яичников.

«Полученные знания мы уже применяем в своей работе – сразу после возвращения с форума доработали протоколы УЗИ в соответствии с теми рекомендациями, которые получили во время обучения. Возможности аппаратов открылись с другой стороны, мы вышли на более высокий уровень диагностики заболеваний», – отметила Наталья Борисовна Иванец, врач акушер-гинеколог, УЗИ-диагност магнитогорской клиники «Семейный доктор».

Мария Антохина

Актуально

стр. 2

Аллерген-специфическая иммунотерапия – единственный метод лечения аллергии, воздействующий на все ее звенья.

Персона

стр. 3

Как устроена одна из самых сложных и загадочных структур человеческого организма – нервная система – интервью с врачом-неврологом Лаврусенко М.С.

Мнение специалиста

стр. 4

Как подготовить ребенка к школе: советы врача-педиатра Чинейкиной О.А. ✓

СПЕЦИАЛИСТ / Гематолог

Это у него в КРОВИ...

✓ Когда так говорят, обычно не имеют в виду болезни. Но, увы, существует целый ряд заболеваний, поражающих самые соки организма – нашу кровь. И существуют врачи, которые специализируются именно в этой области – гематологи.

Бледнова Наталья Васильевна, врач-гематолог клиники «Семейный доктор»: Все, что происходит в организме, отражается в анализе крови. Заболеваний крови не так много, но почти все они редкие. Исключение составляет железодефицитная анемия, которая очень распространена как у детей, так и у взрослых. Особенно остро проблема стоит перед беременными женщинами. Частой причиной анемии бывает плохое питание, но она может быть вторичной на фоне других хронических заболеваний. Заподозрить недуг можно по таким признакам, как повышенная утомляемость, слабость, сонливость.

Среди редких, но встречающихся все же чаще других, можно выделить заболевания, связанные со сбоями в системе гемостаза. Гемостаз отвечает за сохранение жидкого состояния крови, остановку кровотечений при повреждении стенок сосудов и растворение тромбов, выполнивших свою функцию. Опасна как повышенная, так и пониженная свертываемость крови. Чрезмерная вязкость ведет к появлению тромбов, а они чаще всего становятся причиной возникновения ишемической болезни сердца, инфаркта и инсульта. Опасность пониженной свертываемости крови знакома каждому из курса истории – наследственной гемофилией страдали потомки английской королевы Виктории (отсюда название – «викторианская болезнь») и некоторые представители дома Романовых, которым недуг передался от британских родственников. Как правило, гемофилия прочно связана с рецессивными генами и поражает чаще мужчин. Тем не менее, снижение свертываемости крови бывает и у людей без аномалий генома – приобретенной на фоне других заболеваний или вследствие неадекватного лечения некоторыми препаратами. К счастью, сегодня медицина сделала большой скачок в лечении таких больных: еженедельные инъекции позволяют не только увеличить продолжительность их жизни, но и сделать ее полноценной.

На третьем месте по частоте возникновения стоят онкогематологические болезни – это лейкозы, лимфомы и миелодисплазии. Все эти заболевания – приобретенные, и возникают на различных возрастных этапах жизни. «Сейчас все напуганы онкологией, в том числе раком крови. В год в Магнитогорске на 100 тысяч населения приходится 3-5 случаев заболевания лейкозом. У детей он выявляется реже и лучше лечится – до 90% «5-летней выживаемости». То есть, если на протяжении 5 лет у пациента не было рецидива, то дверь в кабинет врача за ним закрывается навсегда», – рассказывает врач-гематолог клиники «Семейный доктор».

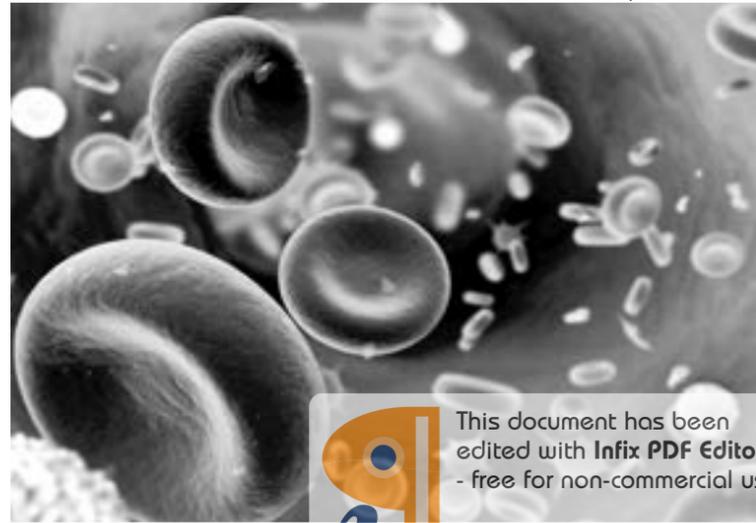
Иммунная тромбоцитопения – другое тяжелое заболевание, при котором в организме снижается количество тромбоцитов. Их недостаток может вызвать кровоточивость или резкие кровоизлияния в полость внутренних органов, что является прямой угрозой для здоровья и жизни человека. Причин, вызывающих болезнь, много – от нарушения иммунитета до приема лекарств и интоксикации. В этом случае перед гематологом стоит сложная задача – правильно выявить и лечить первопричину болезни.

С какими симптомами стоит идти к врачу-гематологу?

Бледность, утомляемость, раздражительность, снижение аппетита, ломкость ногтей, частые вирусные заболевания и ангины, наличие увеличенных лимфатических узлов или опухолевидных образований, внезапное снижение зрения, кровотечения или появление множества синяков без причины.

Какие исследования стоит пройти при подозрении на заболевание крови? Перед консультацией гематолога необходимо сделать развернутый анализ крови, рентгенографию грудной клетки или флюорографию, УЗИ брюшной полости. А врач-гематолог определит дальнейший план обследования.

Мария Антохина



This document has been edited with Infix PDF Editor - free for non-commercial use.

To remove this notice, visit: www.iceni.com/unlock.htm

«Чужой». Все серии...

Или что такое сезонная аллергия

Каждый шестой житель планеты близко знаком с аллергией. И детям, и взрослым известны симптомы, по которым можно понять, что в организм пробрались «чужаки» — аллергены. Чихание, насморк, кашель, резь в глазах, отеки, зуд, кожные высыпания и удушье — некоторые сталкиваются с этим не всегда, а лишь в определенное время года. Как правило — с весны по осень.



Это еще цветочки

Сезонная аллергия так же разнообразна и непредсказуема, как погода в мае. А именно на этот месяц приходится пик первой волны поллиноза — самой распространенной сезонной аллергии, вызванной древесными, злаковыми, разнотравьем и сорняками. С середины апреля до конца мая выраженной аллергенной активностью обладает пыльца березы, дуба, орешника, ольхи, клена, ясеня, платана, вяза и тополя. Второй подъем заболеваемости вызывает цветение злаков — с начала июня до конца июля. Наибольшей аллергенностью обладают дикорастущие травы (пырей, мятлик луговой и др.) и некоторые культивируемые злаки (рожь, кукуруза). На июль — сентябрь приходится третья серия кошмара для аллергиков. В это время поллиноз связан с бурным опылением

трав: полыни, лебеды, амброзии, подсолнечника. До слез и кашля могут довести хризантемы, астры и маргаритки. Аллергенными являются некоторые лекарственные растения — пижма, календула, девясил, тысячелистник, ромашка, бессмертник и череда.

Поллиноз характеризуется острым аллергическим воспалением слизистых оболочек дыхательных путей, глаз, кожи. Реже в процесс вовлекаются пищеварительная, сердечно-сосудистая, мочеполовая, нервная системы.

КОЛЯСОВ СТАНИСЛАВ АНДРЕЕВИЧ, ВРАЧ-ДЕРМАТОЛОГ КЛИНИКИ «СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР»:

Некоторые люди не знают, на какое именно растение у них аллергия, обращаются, когда замечают высыпания. При контакте с цветами и травами на открытых участках кожи появляются волдыри, которые потом мокнут и покрываются корочкой. Они могут возникнуть на ногах — при ходьбе по траве, или на руках — если человек собирал ягоды. Это луговой или травяной дерматит. Отправляясь в лес или на дачу, лучше заранее принять антигистаминный препарат, а также надеть длинные брюки, а на руки — перчатки.

По грибы, по ягоды...

У больных поллинозом нередко развивается так называемая перекрестная пищевая аллергия на фрукты, овощи, ягоды. Этот вид аллергии может проявляться круглогодично в виде першений в горле, но в сезон созревания плодов чувствительным людям приходится особенно тяжело. Само присутствие аллергена в воздухе может быть переносимым. Самую сильную реакцию вызывают клубника, малина, земляника, ананасы, дыня, хурма, гранаты, черная смородина, ежевика. Меньшей аллергенностью обладают персики, абрикосы, красная смородина. Совсем редко встречается аллергия на кисло-сладкие яблоки, бананы, крыжовник, сливу и арбуз.

Также в августе и осенью распространена аллергия на грибы-микроорганизмы. Обычные лесные грибы безопасны, а вот гниль и плесень — еще как! Концентрация их спор в воздухе в этот период очень высокая.

На солнце перегрелся

Солнечный дерматит — еще один летний «привет» аллергикам. Повышенная чувствительность к солнечному свету проявляется как острая крапивница — на коже возникают красные пятна, похожие на волдыри от ожогов, большой

чувствует сильный зуд и болезненность. Может возникнуть бронхоспазм, резко снизиться давление и даже произойти потеря сознания. Стоит отметить, что сами по себе лучи солнца не являются аллергенами, однако они могут провоцировать скопление различных аллергенов в организме больного. При этом в группе риска обычно оказываются те люди, которые имеют проблемы с почками, печенью и надпочечниками. Если у вас белая кожа и много веснушек или родимых пятен, скорее всего, вы тоже склонны к проявлению солнечной аллергии. Более подвержены ей женщины во время беременности. Для них лечение проводится только под наблюдением специалистов и исключает жесткие методы.

Какая муха укусила?

«Ох, лето красное! Любил бы я тебя, когда б не зной, да пыль, да комары, да мухи...» Неизвестно, была ли у Пушкина инсектная аллергия, но он точно описал настроение тех, кто не переносит встречу с насекомыми. Пчелы, осы, шмели, оводы, слепни... Аллергия может возникнуть при ужалении или укусах, при соприкосновении или вдыхании тел насекомых, а также продуктов их жизнедеятельности. Распространенность заболевания не высока — знакомы с таким сезонным недугом 0,8-5% населения в зависимости от региона проживания. Однако эти немногие могут столкнуться с серьезными последствиями, вплоть до анафилактического шока со всем вытекающим. В течение нескольких минут или даже секунд после ужаления возникает удушье, рвота, падение артериального давления, непроизвольное недержание мочи и кала, потеря сознания. Смерть может быть вызвана коллапсом или обструкцией дыхательных путей. Конечно, чаще наблюдаются местные аллергические реакции в виде сыпи, зуда, недомогания, иногда к ним присоединяется отек, головокружение, боли в области сердца и живота.

В нашем регионе, особенно когда лето выдается жарким и влажным, опасность представляют укусы мошки, и с этим чаще всего сталкиваются рыбаки. В месте укуса появляется пузырек ярко-красного цвета, который зудит и распухает. Токсин насекомого вызывает местное воспаление.

Чтобы значительно снизить влияние любой сезонной аллергии на организм, нужно вести здоровый образ жизни (регулярная физическая активность, ежедневные прогулки, полноценный сон, отдых) и отказаться от вредных привычек. Все это поможет улучшить защитные резервы и иммунитет.

Мария Антохина

Скажи аллергии: «АСИТ»!

В старину говорили — зри в корень. А это значит, что устранение причины заболевания куда эффективнее, чем симптоматическое лечение, лишь на время снимающее остроту проявлений недуга. Для страдающих хроническими поллинозами и бронхиальной астмой у медицинского центра «Семейный доктор» отличная новость — теперь аллергию можно вылечить, сделав своеобразную «прививку». Метод называется аллерген-специфическая иммунотерапия или АСИТ.



АСИТ — это метод лечения, действующий на все звенья аллергического процесса. В организм пациента вводятся возрастающие дозы причинно-значимого аллергена. Это может быть пыльца деревьев или трав, клещ домашней пыли. В результате лечения организм не просто «привыкает» к аллергену — в нем происходят сложные реакции, в результате которых формируется нормальный иммунный ответ на окружающие раздражители. То есть иммунная система как бы проходит «тренировку» и при встрече с «неприятелем» дает ему отпор. По мнению специалистов, это единственный способ взять под контроль течение заболевания и в конечном итоге полностью избавиться человека от аллергии. После 3-5-летнего курса лечения у пациента либо возникает длительная ремиссия, либо невосприимчивость к аллергену вообще.

АСИТ позволяет не только уменьшить выраженность клинических проявлений и снизить потребность в медикаментозном лечении, но и предупреждает развитие осложнений. А ведь круглогодичный аллергический ринит и поллиноз легко перерастают в астму. Если недуг уже развился, то метод поможет облегчить симптомы и добиться ремиссии.

Конечно, лучше всего «прививку» от аллергии сделать в самой ранней стадии лечения, будь то аллергический ринит (риноконъюнктивит), сезонная аллергия (поллиноз) или круглогодичная аллергия на клеща домашней пыли. При бронхиальной астме метод эффективен при легкой и среднетяжелой формах. Детям процедуру АСИТ можно проводить с пяти лет, но брать аллергопробы — уже с трех.

Лечение сезонной аллергии методом АСИТ следует начинать осенью, когда в природе ничего уже не цветет и у больных наступает период ремиссии — не позднее октября, если выбирается курс АСИТ уколами, и не позднее февраля, если — сублингвально (капли под язык или таблетки). Более подробно врач-аллерголог расскажет об этом на консультации. А направляться на прием к нему следует с твердой установкой на непрерывное лечение аллергенами в течение нескольких лет. Упорство будет вознаграждено: аллергия отступит минимум на пять лет, а максимум — на всю жизнь.

Консультация врача аллерголога-иммунолога — 600 руб. Аллергопробы — 1000 руб.
 This document has been edited with Infix PDF Editor and is available for non-commercial use.
 ул. Жукова, 11
 To remove this notice, visit: www.iceni.com/unlock.htm

Родимая моя... как бы от тебя избавиться?

Она с вами с того момента, как вы себя помните. А, может, появилась недавно, но уже стала частью вас... Как бы вы ни были близки, лучший выход — расстаться!

Родинка, кератома, бородавка... Зачем терпеть, когда существует безболезненный способ избавиться от них раз и навсегда?

К бабке не ходи...

Почти у всех она есть, но не все знают, что с этим делать. Заблуждения о родинках и бородавках идут из детства. Тогда мы считали, что пятнышки на коже — это особые отметины, данные каждому как некий врожденный паспорт, а жесткие бугорки — последствия если не глаза, то неосторожных игр в грязи и лужах. Взять в руки жабу уже считалось гарантией получения бородавки... Мы выросли, а откуда берутся нежелательные образования на коже, по-прежнему, знаем мало. А между тем и родимые пятна (невусы), и бородавки (папилломы) имеют происхождение, вполне объяснимое медициной, и зачастую оно может не обрадовать владельца. Если бородавка свидетельствует о наличии в организме вируса папилломы человека, то родинка — это всегда порок развития кожи. И даже если невус носит наследственный характер и не беспокоит своего владельца, всегда есть риск, что он может перерасти в меланому — одну из самых опасных злокачественных опухолей человека.

А надо ли?

Можно ли удалять родинку, кератому, фиброму...? Если вы считаете, что она портит вашу внешность, то смело идите к врачу. Причем сначала потребуются консультация онколога и соответствующее обследование, а уже после за дело возьмется хирург или дерматолог. Вопрос о необходимости удаления папиллом решается однозначно — удалять надо. Недаром в дословном переводе с некоторых языков бородавка — «лишнее мясо». К тому же повреждение папиллом, когда они достигают больших размеров или травмируются бельем и одеждой, приводит к образованию долго незаживающих, легко кровоточащих ранок, в которые может внедряться инфекция. Противопоказанием для удаления нежелательного образования могут служить только некоторые заболевания (сахарный диабет, эпилепсия, инфекции, воспаления) или наличие кардиостимулятора. Лучшим периодом для удаления родинок и бородавок является холодное время года. Летом процедура не рекомендуется из-за воздействия ярких солнечных лучей на место от удаления — оно может стать ярче и пестрее.

Как волной смыло

Существует несколько способов избавиться от родинок, кератом, папиллом и т.п. Одним из самых эффективных, простых и безопасных

является радиоволновой метод. Процедура проводится современным радиохирургическим аппаратом Сургитрон (США), который широко применяется в России уже на протяжении 15 лет. Удаление родинок Сургитроном заключается в том, что с помощью этого аппарата под волновое «лезвие» попадают лишь те клетки, которые нужно удалить, а близлежащие ткани разрушающему эффекту не подвергаются. Вот почему после удаления родинки путем отеки не образуются и не возникают послеоперационные последствия. Вся процедура длится 10-20 минут (в зависимости от размера или количества удаляемых образований), перед удалением делается местная анестезия. Сразу после обретения чистой и здоровой кожи пациент может вернуться к своим делам.

«Радиоволна высокой частоты входит в патологическую клетку и словно разрывает ее изнутри. Разрушаются только те клетки, на которые направлена волна, а соседние клетки не повреждаются. Именно поэтому в дальнейшем не образуется шрама, а пациент не испытывает боли. Сразу после процедуры на месте воздействия образуется серозная пленочка, которая вскоре ссыхается, не оставляя после себя рубца», — комментирует Колясов Станислав Андреевич, дерматовенеролог клиники «Семейный доктор».

Инна Петрова

Лаврусенко Максим Сергеевич: «Неврологу нужно быть еще и психологом»



Нервы — это не только то, что в один прекрасный момент со звуком лопнувшей струны разрывается в мозгу, заставляя людей терять терпение. Часто из-за них возникают куда более серьезные проблемы — от остеохондроза до инсульта. Как устроена одна из самых сложных и загадочных структур человеческого организма — нервная система? Этот вопрос волновал его с детства. Теперь ответы дает сам. Лаврусенко Максим Сергеевич, врач-невролог клиники «Семейный доктор», в интервью нашей газете рассказал

до чего доводят нервы и почему его специальность требует хорошего знания человеческой натуры, а порой и интуиции...

— МАКСИМ СЕРГЕЕВИЧ, ПОЧЕМУ ИЗ ВСЕХ СФЕР МЕДИЦИНЫ ВЫ ВЫБРАЛИ ИМЕННО НЕВРОЛОГИЮ?

— Я учился классе в 7-8, когда по телевизору увидел процесс операции. Это меня потрясло, и я тут же решил, что тоже буду работать врачом. На тот момент я не имел никакого представления о медицине, не было веры в свои возможности. Первое осознание своих способностей возникло уже на втором курсе академии. Мы проходили топику — это строение нервной системы. Я легко в ней ориентировался, и именно тогда она стала мне симпатична. На третьем курсе был цикл по неврологии, который меня окончательно увлек. А уже на четвертом я оставался на дежурства в больнице с друзьями-сокурсниками, подрабатывавшими санитарями.

— ЧТО НА ВАШ ВЗГЛЯД САМОЕ ВАЖНОЕ В ПРОФЕССИИ ВРАЧА-НЕВРОЛОГА?

— Тут два момента, важность которых я бы приравнял. Во-первых, ты должен быть профессионалом. Неврология находится на стыке специальностей, неврологические

заболевания часто возникают на фоне других расстройств — при диабете и прочих эндокринных недугах, при сосудистых заболеваниях, при болезнях суставов. Надо обладать внутренним чутьем, способностью видеть симптомы даже тогда, когда пациент не может сформулировать свои жалобы. Часто в неврологии встречаются случаи психосоматики, когда первичные психологические проблемы выливаются в последующие ощущения. Например, была у меня пациентка, которая так переживала за свою дочь, у которой было повреждение локтевого нерва, что в итоге сама почувствовала все симптомы. И тут мы вспоминаем про второй аспект профессии — быть психологом или даже психотерапевтом. Больной может жаловаться на головные боли, слабость, нехватку воздуха, боли в сердце, при этом обследование не выявляет никакой патологии. Врач-невролог определяет такое состояние как панические атаки.

— А КАКИЕ ДИАГНОЗЫ ПРИХОДИТСЯ СТАВИТЬ ЧАЩЕ ВСЕГО?

— Два самых распространенных диагноза — остеохондроз и вегетососудистая дистония. И если первый всегда был в топе неврологических заболеваний, так как люди вели и ведут малоподвижный образ жизни, много проводят времени на ногах и

неправильно поднимают тяжести, то вегетососудистая дистония становится тревожным симптомом нашего времени. Ускоренный темп жизни, большие потоки информации — психика человека истощается и реагирует сбоем в виде невротических проявлений. Чаще всего это состояние возникает в виде невроза, основным или единственным проявлением которого становятся нарушения, имитирующие симптомы хронических заболеваний. Во времена работы в неврологической бригаде Скорой помощи чаще всего сталкивался с инсультами — это внезапное нарушение кровотока в сосудах мозга приводящее к повреждению и отмиранию нервных клеток.

— МНОГИЕ ВРАЧИ, РАБОТАВШИЕ НА «СКОРОЙ», ПРИЗНАЮТСЯ, ЧТО ЭТО ОСОБАЯ ШКОЛА. ЧЕМ ЗАПОМНИЛИСЬ ГОДЫ ВЫЕЗДНОЙ РАБОТЫ?

— В службе Скорой помощи я проработал почти десять лет, начиная с интернатуры и включая время, когда параллельно трудился в отделении городской больницы. Что дает «Скорая»? Учишься быть готовым к любым неожиданным ситуациям. Однажды в неврологическом стационаре у пациентки случилась клиническая смерть, коллеги растерялись, я смог оказать экстренную помощь. Кроме клинической школы «Скорая»

является школой психологической. Ты должен быстро и самостоятельно принимать решения.

— КАК ПОСЛЕ ВСЕГО ЭТОГО В «СЕМЕЙНОМ ДОКТОРЕ»? В ЧЕМ СПЕЦИФИКА РАБОТЫ В ЧАСТНОЙ КЛИНИКЕ?

— Здесь мне, безусловно, очень комфортно. Созданы все условия для работы — от кондиционера в кабинете до очень точного рентген-аппарата. Специфика в том, что в первую половину дня я работаю не с пациентами, а, скорее, с клиентами. Эти люди проходят медосмотры, профосмотры, различные комиссии. А вот с обеда принимаю больных. Возможно, со временем мы расширим возможности неврологической помощи, хотелось бы освоить функциональную диагностику, медикаментозные блокады...

— МНОГИЕ ОТНОСЯТСЯ К ЧЕЛОВЕКУ В БЕЛОМ ХАЛАТЕ С ОСОБЫМ ПИЕТЕТОМ. ЧТО ТАКОЕ ДЛЯ ВАС ВРАЧ? И ЕСТЬ ЛИ ПРОФЕССИИ, КОТОРЫЕ ВОСХИЩАЮТ ВАС?

— Никакого высшего предназначения я не чувствую. А уважение есть ко всем специальностям. Если ты профессионал, то не так важно в какой сфере. Не место красит человека, а человек место.

Беседовала Мария Антохина

ПРОФИЛАКТИКА/ Вакцинация

Я вакцины не боюсь, если надо — уколюсь

О прививках сегодня не спорит только ленивый. Все больше скептиков считают, что добровольное введение в организм даже убитых или ослабленных бактерий и их токсинов до добра не доведет. Но врачи по-прежнему непоколебимы в своих позициях. Их аргументы основаны на истории медицины, статистике и ясном понимании процессов, происходящих в организме человека.

Игнорирование прививок куда более опасно, чем возможные последствия от введения вакцин, говорят медики. Нужно правильно оценивать риски такого решения, а это невозможно без обширных медицинских знаний. Зачастую то, что выдают за реакцию на прививку, вовсе таковым не является. Да и о случаях, когда отказ от нее приводит к печальным последствиям, не принято говорить, ведь мало кто из вчерашних противников вакцинации сегодня признается, что принял неправильное решение. А между тем польза профилактических прививок доказана столетиями. Например, натуральная оспа, когда-то убивавшая и делающая инвалидами целые города, сегодня перестала представлять опасность. И если у пожилых людей на коже еще можно заметить рубцы — следы прививки от оспы, то у молодого поколения нет даже представления о серьезности этого заболевания. Только благодаря прививкам натуральная оспа ликвидирована во всем мире.

Страх перед последствиями введения в организм вакцины, как правило, не обоснован, утверждают врачи. Например, серьезные осложнения на коревую прививку выявляются у 1 из 5-10 миллионов человек, а на капли от полиомиелита — у 1 из 2,5 миллионов. Обычная местная реакция в виде покраснения в месте укола или повышения температуры и недомогания — это нормальные симптомы выработки иммунитета. Явными противопоказаниями к прививкам являются только тяжелые иммунодефицитные состояния, злокачественные новообразования, прогрессирующие заболевания нервной системы или сильные реакции и осложнения на предыдущее введение вакцины.

Ошибочно мнение, что за рубежом совсем не делают прививок. Напротив, в развитых странах в обязательный календарь уже давно входят вакцинации от ветряной оспы, пневмококка и гемофильной палочки. Это позволило снизить детскую смертность. В нашей стране данные прививки делать только начинают. В поликлиники вакцины поступают в ограниченном количестве. Но родители могут сами позаботиться о своем ребенке. Вакцина «Пневмо-23» делается ребенку с 2 лет, тем более, если он часто болеет или уже перенес пневмонию, отит, гайморит и менингит. Гемофильная палочка также вызывает тяжелые

пневмонии у маленьких детей, которые можно легко предотвратить вакцинацией.

Прививку от дифтерии, коклюша, столбняка делают детям с 3 месяцев несколько раз, последняя ревакцинация проводится в 14 лет. Взрослым так же необходима прививка от дифтерии, повторять которую следует каждые 10 лет. Те, кто забывают о



данном правиле или игнорируют его, не учитывают насколько велик риск столкнуться с заболеванием. Мигранты могут попасть в страну в инкубационном периоде. Взрослые непривитые люди очень тяжело переносят дифтерию и могут получить серьезные осложнения на нервную систему и сердце.

Защиту от гепатита В человек получает в первые сутки после рождения. Отказ от прививки налагает на родителя серьезную ответственность за жизнь ребенка. Гепатит можно «подхватить» даже в песочнице — не секрет, что в наших реалиях там могут находиться инфицированные шприцы. С возрастом риск заразиться возрастает — никто не защищен от «человеческого фактора».

Плохая обработка медицинских инструментов или принадлежностей для маникюра может привести к заражению гепатитом. Это заболевание нередко переходит в хронические формы, заканчивающиеся циррозом или раком печени. Если в младенчестве прививка не была сделана, то поставить ее можно в любом возрасте по той же схеме: 0 — 1 — 6 месяцев.

Туберкулез — заболевание, прививка от которого делается также в роддоме и предохраняет от тяжелых форм и осложнений. В дальнейшем ежегодно проводится реакция Манту — что само по себе не прививка, а лишь проверка на наличие иммунитета к болезни, она косвенно указывает на наличие туберкулезных палочек в организме. В 7 лет при отрицательной реакции Манту проводят ревакцинацию туберкулеза. Заразиться им можно в любом возрасте. Опасны контакты с больными, людьми без определенного места жительства и пожилыми, не проходящими флюорографию. Заболеваемость туберкулезом в нашей стране по-прежнему остается высокой.

Прививку от кори, краснухи и паротита проводят в возрасте 1 и 6 лет. Болеет корью крайне нежелательно и детям, и взрослым, так как она часто дает осложнения в виде тяжелой пневмонии. Диагноз краснуха у будущей матери станет поводом к прерыванию беременности, поскольку у ребенка могут возникнуть тяжелые пороки развития. Паротит (свинка) сказывается на здоровье любых железистых органов, у мужчин приводит к бесплодию.

Сегодня у медицины есть возможности сделать процесс вакцинации более быстрым и комфортным. Усовершенствованные формулы позволяют одним введением препарата выработать в организме иммунитет сразу от 5-6 болезней и минимизировать поствакцинальные реакции и осложнения.

Что касается прививки от гриппа — то расхожее мнение о ее эффективности основано на неправильной оценке ситуации. Во-первых, ни одна вакцина не обеспечивает 100% защиты от болезни. Во-вторых, прививка — это защита от гриппа, а не от многочисленных разновидностей вирусов, вызывающих ОРЗ, заболеваемость которыми в осенне-зимнее время также резко возрастает. Благодаря прививке грипп протекает легко или не возникает совсем. А главное — привитый человек может не бояться осложнений, которыми опасен грипп. Прививаться от сезонного недуга можно уже в октябре-ноябре. Несмотря на то, что заболеваемость возрастает зимой, известны случаи, когда эпидпорог был превышен уже осенью, как например, в случае со «свиным» гриппом в 2009 году.

ДИАГНОСТИКА

Как выявить истинную причину дискомфорта в желудке?

Вздутие, метеоризм, колики... Прежде, чем запить дискомфорт в желудке таблеткой, задумайтесь: а не являются ли эти симптомы чем-то большим, чем простое несварение? Если к ним добавляются хронические запоры или диарея, то тут и вовсе стоит насторожиться. А между тем гадать не придется — точный диагноз узнать очень просто, достаточно «дунуть в трубочку»...

Зачем нужен водородный дыхательный тест?

Зачастую дискомфорт в животе сильно мешает нормальной жизнедеятельности, но не все обращают на это должное внимание и не идут за помощью к специалисту. А зря, ведь за такими «житейскими мелочами» могут скрываться серьезные проблемы со здоровьем. Выявить их поможет водородный дыхательный тест. Это простое и эффективное обследование, при котором нужно просто дуть в прибор, может обнаружить причины нарушения микрофлоры кишечника.

С большой вероятностью они могут быть вызваны непереносимостью отдельных веществ (фруктоза, лактоза, сорбит, ксилит и др.), содержащихся в продуктах питания. Тест с высокой точностью позволяет определить, на какие именно сахара организм реагирует раздражением. Чаще всего не усваивается должным образом лактоза (молочный сахар) — у многих людей отсутствуют ферменты для ее переработки, и именно это становится причиной непереносимости молочных продуктов и, как следствие, возникновения газообразования, вздутия живота, спазмов и диареи после их употребления. Водородный дыхательный тест позволяет не только диагностировать наличие лактозной непереносимости, но и определить, может ли человек усваивать другие сахара.

Если ваш организм не переносит фруктов, сладостей, меда, сдобы, жевательных резинок, леденцов и продуктов с маркировкой «не содержащий сахара», то пройти тест также необходимо.

В другом случае обследование может определить, есть ли проблемы с кишечником. Доктора часто назначают водородный дыхательный тест анализом на синдром избыточного бактериального роста в тонкой кишке (СИБР). Исследования показали, что некоторые пациенты с такими симптомами как диарея, боли и вздутие живота, имеют это расстройство. Бактерии из толстой кишки попадают в тонкую кишку, становясь причиной данного заболевания. Существует взаимосвязь между СРК (синдром раздраженного кишечника) и СИБР. Точный диагноз очень важен для назначения соответствующего плана лечения.

Как это работает?

В прошлом лёгкие воспринимали исключительно как орган дыхания. Но на данный момент известно, что в выдыхаемом воздухе содержится свыше 2000 разнообразных веществ и помимо процесса дыхания, как такового, лёгкие выполняют функцию выведения этих веществ. Часто в составе выдыхаемого воздуха присутствуют газы, которые образуются в процессе метаболизма кишечных бактерий. Одним из них является водород. Измерение его количества и составляет суть дыхательного теста.

Концентрация водорода в выдыхаемом воздухе позволяет оценить количество и уровень активности бактерий в желудочно-кишечном тракте, а также выявить отклонения от нормы. Время, за которое количество водорода повышается при проведении теста, указывает на отдел кишечника, в котором происходят процессы брожения.

Именно поэтому дыхательный тест — процедура не быстрая. Обследуемый выпивает выпивает 250 мл воды с растворенным в ней активным веществом (зависит от того, непереносимость какого соединения исследуется — сахарозы, лактозы, ксилита или др.). Через 15, 30, 60, 90 и 120 минут повторно измеряют концентрацию водорода в выдыхаемом воздухе.

Подготовка к тесту

Как и любой другой тест, от которого вы ждете результатов, этот тоже требует подготовки. Не нужно обладать особыми навыками дыхания, но следует учесть ряд рекомендаций и правил.

За несколько недель до теста необходимо прекратить прием антибиотиков. За три дня — исключить прием слабительных средств. За сутки — отказаться от лука, чеснока, капусты, бобовых и маринованных овощей, молока и соков. За 8 часов — от еды и питья вообще. Курить и жевать жвачку тоже не рекомендуется. Пациенты, носящие зубные протезы, не должны использовать клейкие вещества в день проведения теста.

Перед тем, как пройти тест, необходимо сообщить врачу, делали ли вы недавно колоноскопию. Водородный анализ можно проводить только по прошествии нескольких недель после этой процедуры. Беременность, аллергия на медикаменты, наличие заболеваний также стоит обговорить с врачом до обследования.

По результатам теста выдается заключение. В случае положительного результата назначается консультация врача-гастроэнтеролога, который даст свои рекомендации по лечению или направит на дополнительное обследование.

Мария Антохина

Стоимость водородного дыхательного теста - 500 руб.
Пройти обследование Вы можете по адресу ул. Жукова, 11,
тел. (3519) 581-111.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА / Педиатр

Как подготовить ребенка к школе

Советы педиатра

Лето — период оздоровления

Родителям не стоит думать, что лето — это пятая четверть и надо усаживать чадо читать, считать и повторять. В каникулы дети должны оздоравливаться, а не учиться. Оптимально, чтобы ребенок был за городом, на свежем воздухе и в постоянном движении. Потому что городские мальчишки и девчонки, какая бы ни была погода, предпочитают сидеть дома за компьютером или телевизором. Это никуда не годится, особенно, когда касается младших школьников. Сколиоз, сутулость и плохое зрение все чаще стали встречаться у учащихся 2-3 классов.



Здоровый и грамотный досуг

Летние деньки надо проводить активно и весело. Но родителям стоит обратить внимание на характер игр, которые выбирает их ребенок. Современные дети окружены «стрелялками» и злобными героями. Агрессивность становится нормой в игре. Если вы не хотите время от времени навещать психолога, попробуйте увлечь отпрыска спортивными, а также развивающими играми, соответствующими его возрасту. Следите, читает ли ребенок литературу из заданного на лето списка. Но позвольте ему поиграть с книжкой и не по программе....

Еда для мозга

Хорошо, если каникулы проводит время в лагере или пока еще в детском саду, — тут ему обеспечено полноценное питание. Но предоставленный сам себе ребенок, как правило, ест сухомятку и налегает на сладости. Повышенные умственные нагрузки, которые скоро его ожидают, требуют хорошего функционирования нервной системы. А, значит, следите, чтобы рацион ребенка перед школой включал достаточное количество белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных солей. Идеальный завтрак, особенно в первые дни учебы, — это богатая витаминами группы В овсяная или гречневая каша, банан — он хорош для нервной системы, свежесжатый сок и немного орехов.

В здоровом теле здоровый дух

Чтобы хорошо усваивать школьный материал, ребенку потребуется много сил и терпения. Для вчерашнего сорванца высидеть 45 минут урока может оказаться сложным не только с непривычки, но и потому, что мышцы ребенка не готовы к такой нагрузке. Посещение летом спортивной секции или бассейна позволит решить эту проблему. Помните — полезен не сам спорт, а физическая нагрузка.

Спать ночью, чтобы не спать на уроках

ЭТО ИНТЕРЕСНО / Факты

Интересные факты об организме человека

Язык:

Отпечаток языка каждого — абсолютно уникален! Но никому не показывайте язык, пусть узнают вас по другим приметам.

Язык мог бы в прямом смысле слова довести до Киева, будь он в ногах. Именно язык — самая сильная мышца вашего тела, хотя сердце — самая большая.

Белый налет на языке, который вы видите утром — умершие за ночь клетки. Расстаньтесь с ними, следуя всем (гигиеническим) ритуалам.

У мальчиков на языке намного меньше вкусовых рецепторов, нежели у девочек. Поэтому им можно добавлять в кофе четыре кубика сахара, а девочкам — нет. И поливать кетчупом и майонезом самый вкусный плов — тоже.

Глаза:

Человеческий глаз может различать до 10 млн различных цветов. Но хотите ли вы запоминать все эти названия?

Вашим глазам требуется примерно час времени, чтобы привыкнуть к темноте. После этого они становятся в 100 тысяч раз чувствительнее к свету.

Голубоглазых бить нельзя! Они более чувствительны к боли по сравнению с теми, у кого глаза другого цвета.

Книга — хорошая тренировка не только для ума, но и для глаз. Вы прочитали 300 страниц текста, а ваши глаза преодолели дистанцию в 1 км!

Игру в гляделки девушки проигрывают, потому что природа

доказано, что количество ошибок на контрольных увеличивается в 6-8 раз, если ребенок пришел в школу невыспавшимся. Недосып может существенно сказаться на усвоении материала и даже снизить иммунитет. Конечно, старших детей во время каникул сложно уговорить соблюдать школьный режим дня, но в последние недели лета должен произойти плавный переход на ранний отбой и подъем. А вот 6-7-летние дети должны спать 10-11 часов в сутки, для них школьный режим рекомендуется соблюдать с июня по август.

Первый раз в первый класс

Если ваш малыш только собирается в 1 класс, не тратьте лето на овладение чтением. Этому его быстро научат в школе, сейчас важнее чтобы он понимал смысл прочитанного, а потому больше обсуждайте книги. Какое бы ни было образование у мамы и папы — они всегда умнее ребенка. Идете по улице — обратите внимание на то, где солнышко, какие облака, для чего строители копают яму... Рассказывая об окружающем мире, можно на элементарном уровне знакомить ребенка с физикой, географией, астрономией, историей. Для будущего первоклассника эти знания окажутся полезнее, чем механическое умение читать. Лучшей подготовкой к школе станут развитие кругозора, мышления, внимания и памяти. Сейчас многие стараются отдать 6-летку в 1 класс, мотивируя это тем, что малыш уже читает, пишет и прочее. Но социально и биологически ребенок «созревает» к учебе только к 7 годам. Не зря в обязательную для «новобранцев» медицинскую комиссию входят специальные тесты по выявлению готовности к школе.

Визит к врачу

Медкомиссию проходят все поступающие в первый класс еще весной. Но летом также стоит пойти к врачу, если у ребенка есть любые хронические заболевания. Привыкание к школе может стать стрессом, который отразится на здоровье. Вместо учебы вы рискуете отправиться на больничный. Если же у малыша наблюдаются гиперактивность, сниженное внимание или другие отклонения в поведении, тоже лучше заранее сходить к врачу — психологу, неврологу или даже психиатру. Возможно, специалист посоветует «Адаптол» или другой препарат, который позволит избежать стресса от привыкания к новой обстановке, и при том не будет снижать ни память, ни внимание.

Предупредить болезнь

В сентябре заболеваемость среди школьников повышается в 2-4 раза. Бронхиты, трахеиты, вирусные инфекции... Зная такую статистику, легко избежать проблем со здоровьем, принимая в течение месяца профилактические дозы «Анаферона» или «Эргоферона». После занятий можно промывать нос «Аквалором» или «Акваларисом» — такие препараты механически удаляют со слизистой вирусы, не давая им проникнуть глубже в организм. Если началась вспышка заболевания, то перед уроками можно смазать ноздри вифероновой или оксолиновой мазями.

Врач-педиатр
Ольга Александровна Чинейкина



Учредитель ООО «Семейный доктор»
Главный редактор Тулупова Ю. В.
e-mail: info@mgn-doctor.ru

Адрес редакции: 455000, Челябинская обл., г. Магнитогорск, пр. Ленина, д. 88/2, тел. (3519) 580-110
Зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области. Св-во ПИ № ТУ 74-01090 от 23.05.2014 г.

Отпечатано:
000 «Бланк Империя»,
455023, г. Магнитогорск, Сиреневый пр-д,
7, корп.1
Заказ № 1636. Объем 1 п.л. Тираж 50000
экземпляров. Подписано в печать
18.08.15, по графику -17:00, факт. -17:00
Информационно-публицистическая
газета издается с декабря 2014 г.

Выходит 2 раза в месяц.
Распространяется бесплатно.
This document has been
edited with Infix PDF editor
- free for non-commercial use.
Мнения авторов публикаций может
не совпадать с позицией редакции.
To remove this notice, visit:
www.iceni.com/unlock.htm