Здоровье физическое не может быть без духовного здоровья. Все мы созданы по образу Божьему, так будем же стремиться прежде всего к правде. истине и доброте. Наша задача вселить в Вас надежду на помощь Божию и на помощь добрых православных врачей.

МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

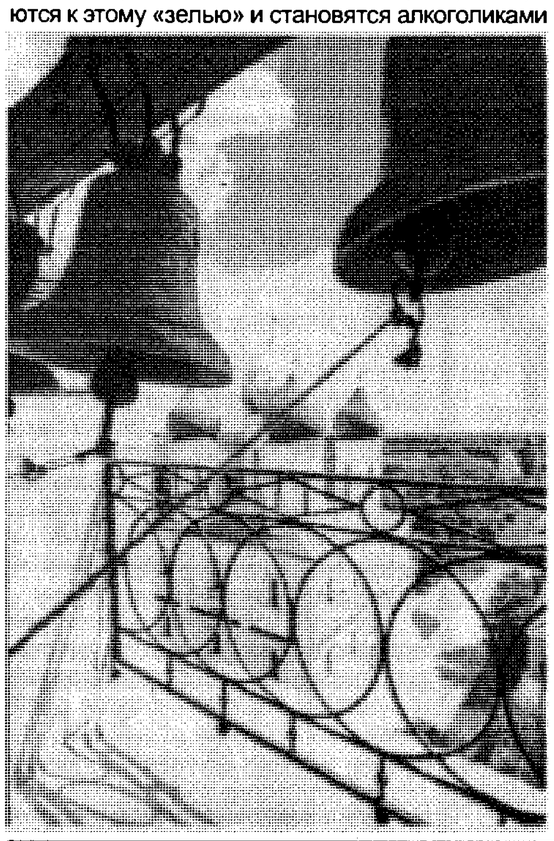
№ 10 октябрь 2003

Издается по благословению Высокопреосвященнейшего Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

Из писем читателей

ВМЕСТЕ МЫ СМОЖЕМ ПОМОЧЬ

«Водопады янтарного цвета», «белоснежные пенные буруны», яркие бокалы, необычные голоса за кадром, красивые лица и сюжеты – все это ежедневно видим мы на своих телевизионных экранах... Так рекламируют пиво! Смотрят телепередачи взрослые и подростки, студенты и школьники, дедушки и бабушки и их внуки. И кто может сказать, какие мысли возникают у каждого из них? Что видит и запоминает мальчишка 7-10 лет с неокрепшей психикой, с таким маленьким жизненным опытом? Как устоять против соблазна? Где достать денег, чтобы купить яркую банку с пивом? А кто при этом объяснит детям, что пиво имеет 7-9-12 градусов алкоголя и что организм очень быстро привыкает к алкоголю... Потом будет вино, водка... А потом – зависимость и тяга, от которых избавиться не так легко, как привыкнуть. Каждый человек, начавший злоупотреблять алкогольными напитками (особенно в молодом возрасте), приходит к алкоголизму в разные сроки. По наблюдениям специалистов, особенно быстро приобщаются к этому «зелью» и становятся алкоголиками женщины, девушки и подростки. Сколько горя и бед приносит это пристрастие в семью, на производство и в целом в государстве.



30 тысяч человек ежегодно погибают в России под колесами автомобилей, при этом треть всех несчастных случаев происходит по вине пьяных водителей. Не счесть искалеченных судеб, распавшихся семей, несчастных детей, где пьет один или оба родителя. На фоне алкогольного угара происходят убийства, пожары, изнасилования. При живых родителях-алкоголиках дети становятся беспризорниками, бродяжничают, воруют и сами приобщаются к алкоголю и наркотикам. Эти печальные явления взяты не из книг, они встречаются ежедневно в нашей реальной жизни. Дети, рожденные от матерей и отцов, употребляющих алкоголь, - это, как правило, слабоумные, с врожденными уродствами, не приспособленные к нормальной жизни, люди. Хочется задать вопрос: «Как бороться с этим злом, поразившим наше общество? Кто должен нести ответственность за рекламные ролики, призывающие пить пиво, развлекаться и снова пить пиво?»

Прежде всего, нужны социальные программы. Пусть не пугает нас слово «социальные». Все гораздо проще: возродить спортивные, танцевальные, хоровые, театральные, художественные секции на предприятиях, в школах, техникумах, институтах. Найти место во дворах домов не для строительства гаражей и стоянок, а для хоккейных и футбольных полей (небольших), теннисных площадок и др. При этом не обязательно нанимать бригады, можно руками родителей и детей сделать очень многое. И, конечно же, пропагандировать здоровый образ жизни – не так уж сложно организовать и всем двором отправиться в поход. Многое зависит от врачей медицинских центров по лечению алкоголизма, от психологов, психотерапевтов, психиатров. Их роль в профилактике и лечении алкоголизма невозможно переоценить.

Нельзя упустить и такое воспитание молодых как изучение культуры Православия, где испокон веков призывали к здоровому образу жизни. Эта задача успешно решается в православных школах при храмах и монастырях. Детей учат там, как быть здоровыми духовно и физически.

Т.И. ЯЧМЕНЕВА, ветеран медицинского труда.

ФАКТОР РИСКА

ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ КУРИЛЬЩИКА КАК ФАКТОР РИСКА ДЛЯ КУРЯЩЕГО И ЕГО ОКРУЖЕНИЯ

В последнее время все развитые страны пропагандируют здоровый образ жизни. Например, в США запрещено курение во всех федеральных учреждениях, на всех внутренних авиалиниях; существуют ограничения на рекламу сигарет и др. В России же - огромное количество курящих людей не имеют никаких запретов и даже пользуются «преимуществами»: можно смело дымить в общественных местах, в кафе, на улице. На просторы российского рынка вышли практически все табачные фирмы Америки и Западной Европы.

Пропаганда борьбы с курением проводится и у нас в стране, но ее смело можно назвать формальной и не имеющей никаких реальных результатов. Среднестатистический обыватель знает лишь одно, ставшее нарицательным, выражение – «капля никотина убивает лошадь».

А мы, врачи, имеющие дело с обратившимися больными людьми, бьем тревогу. Ведь вред от курения наносится не только самому курильщику, а и здоровью окружающих его людей. Находясь среди курящих, окружающие являются пассивными курильщиками. Вред, наносимый пассивным курением, ничуть не меньше, чем само курение. В последние годы отмечается тенденция к росту заболеваний тяжелыми формами пневмонии у детей. Как правило, все они живут в семьях, где курит или отец, или мать, или оба родителя.

Курильщики почти в 100 процентах страдают «бронхитом курильщика», так как примерно 1 900 компонентов табачного дыма агрессивно влияют на систему органов дыхания. Согласно данным эпидемиологических исследований, первые признаки хронического «бронхита курильщика» появляются через 5-10 лет с начала курения, при стаже курения 10-15 лет развивается хронический обструктивный бронхит, через 20-25 лет врачи констатируют у курильщиков осложнения бронхита – легочное сердце и дыхательная недостаточность, приводящие к снижению качества жизни больного и его инвалидизации.

Все вместе они составляют огромную армию больных. Отмечено, что среди лиц мужского пола старше **10 лет(!)** курят до 80 процентов, среди лиц женского пола – до 40 процентов. Ежегодно в нашей стране появляется 300 000 новых курильщиков.

Хронический «бронхит курильщика» характеризуется диффузным неаллергическим воспалением бронхов. По данным статистики, большинство больных обращаются к врачу лишь тогда, когда возникает одышка, ограничена физическая активность, когда их преследует постоянный утренний кашель с отделением мокроты, хотя вначале они просто не обращают на эти проявления болезни никакого внимания и с курением, конечно, не связывают.

В последние годы отмечен резкий рост числа больных с «бронхитом курильщика», причем с тяжелым течением, приводящим к раннему наступлению инвалидности.

Другой немаловажной проблемой является то, что при кашле курящие способствуют распространению самой разной микробной инфекции. Табачный дым, проходя через легкие курильщика, обсеменяется различными микробами, увлажняется, что способствует более полному оседанию в здоровых легких, нанося им непоправимый вред. По данным фтизиатров, 98 процентов туберкулезных больных продолжают курить. Распространяя вокруг себя мокроту и разбрасывая окурки, они с необычайной быстротой разносят инфекцию, которая имеет тенденцию к росту во всем мире. А заболеть ею с одинаковой вероятностью могут и курящие, и те, кто не имеет этой вредной привычки.

А.Б.ЧЕРНОГОРОВА,
врач-пульмонолог
поликлиники № 1

Новости одной строкой

● 23 сентября на Совещании медицинских работников здравоохранения Медицинского округа №1, губернатор Московской области Б.В. Громов встретился с медицинской общественностью.

● С начала лета мобильные бригады врачей из подмосковных городов разъезжают по сельским населенным пунктам, проводя профилактический осмотр местного населения. В состав бригады входят: терапевт, окулист, гинеколог, невропатолог, хирург, отоларинголог. При необходимости делается анализ крови на сахар, снимается ЭКГ, выезжает флюорографический автобус. Завершили осмотр жителей Карасевской и Сергиевской зон. Ежедневно принимают до 120 человек. Выявленные больные получат дальнейшее лечение на местах, в ЦРБ или будут направлены в МОНИКИ,

● Медики Коломны обслуживают около 20 категорий граждан, заслуживающих государственные льготы: инвалиды и участники Великой Отечественной войны, их вдовы, блокадники Ленинграда, узники концлагерей. А сравнительно недавно прибавилась еще одна: подразделение особого риска, около ста человек. Это люди, имевшие по долгу службы дело с радиацией. В поликлинике есть специальный врач и медсестра, которые ведут работу с ветеранами. Открыт дневной стационар на 12 коек при поликлинике. Ежегодно проводится комплексный медосмотр, после которого составляется индивидуальный план лечения и оздоровительных мероприятий для ликвидаторов аварии на Чернобыльской АЭС и лиц, к ним приравненных. Создан медико-реабилитационный центр.

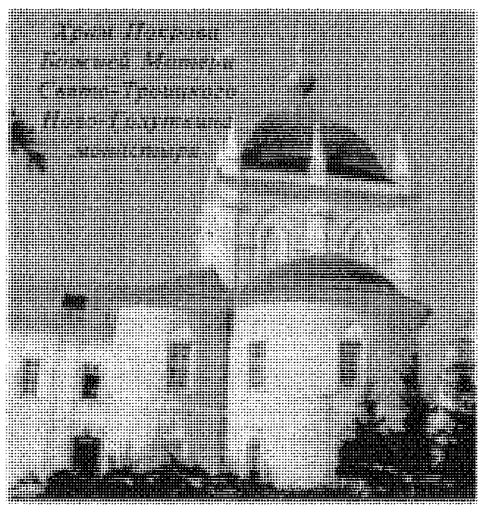
● Два случая заболевания токсической формой дифтерии в городе закончились летальным исходом. В связи с этим представители ГЦСЭН по Коломенскому району проводят работу по выявлению граждан из категории риска, которые могут быть заражены опасными болезнями, усилен контроль за проведением прививок.

● Только за одну неделю в сентябре по Коломенскому району было зафиксировано 5 случаев заболевания коклюшем; 12 случаев заболевания микроспорией, 10 из них у детей. У 10 школьников из неблагополучных семей выявлен педикулез.

● В Коломне открывается филиал Московского герпетического центра.16 сентября генеральный директор центра, д.м.н. Т. Б. Семенова встретилась с медиками города. Герпетический центр будет первым в Подмосковье, и расположится по адресу: ул. Октябрьской революции, 44. Диагностика и лечение в нем не входит в перечень обязательного медицинского страхования, поэтому услуги будут платными.

● Коломна входит в число 59 городов и районов Московской области, где в первом полугодии этого года произошло увеличение числа новорожденных. В 2000 году родилось 1118 детей, в 2001 г.- 1227, в 2002г. - 1289, а за 8 месяцев этого года - 825 новорожденных.

ПРАЗДНИК ПОКРОВА БОЖИЕЙ МАТЕРИ



В V веке православные святыни: риза, головной покров (омофор), и часть пояса Богородицы,- были перенесены из Палестины во Влахернскую церковь Константинополя – столицы православной Византийской империи.

В X веке, в царствование Льва Философа, когда в пределы Византии вторглись мусульмане, жители города, не имея достаточно сил противостоять захватчикам, молились во Влахернском храме об избавлении от опасности. Среди них был блаженный Андрей Христа ради юродивый (по преданию – славянин) вместе со своим учеником Епифанием. Во время всенощного бдения, в четвертом часу ночи они увидели идущую по воздуху Пречистую Деву в окружении ангелов и святых. Преклонив колени, Богородица начала со слезами молиться, а затем сняла с головы покрывало (покров, омофор) и распростерла его над молившимися в храме. Изумленные этим видением Андрей и Епифаний поведали о нем всему народу. Помощь Божией Матери не замедлила последовать – враги без всякого кровопролития отступили от города. Память об этом событии сохранилась, но Греческая Церковь такого праздника не знает. Праздник Покрову Божией Матери был установлен в России в середине XII века святым князем Андреем Боголюбским. В 1165 году вблизи Владимира он построил всемирно известный шедевр древнерусского зодчества – храм Покрова на Нерли. Другой известный собор в честь Покрова Божией Матери (храм Василия Блаженного) расположен в центре Москвы, на Красной площади. Его строительство связано с походом царя Иоанна IV Грозного на Казань в 1552 году,- в праздник Покрова русские войска одержали решающую победу над татарами.

Само духовное содержание праздника указывает нам на постоянное, непрекращающееся попечение о нас Пречистой Девы, на ее усердное заступничество за нас перед Богом. Праздник Покрова Божией Матери – один из самых утешительных праздников для нас: где бы мы ни были – Божественный Покров простерт над нами, Ее святая молитва отыщет нас, подкрепит, даст новые силы.

Молитва ко Пресвятой Богородице

Царице моя преблагая,
надеждо моя Богородице,
приятелище сирых
и странных предстательнице,
скорбящих радосте,
обидимых покровительнице!
Зриши мою беду,
зриши мою скорбь,
помози ми яко немощну,
окорми мя яко странна.
Обиду мою веси.
разреши ту, яко волиши:
яко не имам иныя помощи
разве Тебе,
ни иныя предстательницы,
ни благия утешительницы
токмо Тебе, о Богомати,
яко да сохраниши мя
и покрыеши во веки веков.
Аминь.

Из духовных наставлений Оптинского старца Амвросия

Преподобный Амвросий Оптинский, в миру Александр, родился в 1812 году в семье пономаря. В юности, будучи учеником Тамбовской Духовной семинарии, он тяжело заболел и дал обет в случае выздоровления уйти в монастырь. В 1839 году он поступил во Введенскую Оптину пустынь в послушники к знаменитому старцу Льву, но после его смерти он тяжело заболел. С тех пор уже не мог поправиться, однако, не унывал: «Монаху полезно болеть...» в 1848 году состояние его здоровья стало угрожающим, он был пострижен в схиму, и смерть отступила. Это было явное действие силы Божией. По благословению старца Макария в 1860 году он стал духовным наставником братии, занимался переводом святоотеческих книг. При полном изнеможении физических сил, старец Амвросий обладал невероятной силой духа, принимал ежедневно десятки людей, отвечал на письма. Он был всегда преисполнен радости, речь его по форме самая простая, имела добрый и шутливый тон.

За советом прозорливого старца шли в Оптину тысячи верующих со всей России. К нему приезжали для духовной беседы Ф. Достоевский, В. Соловьев, К. Леонтьев, А.Толстой, Л.Толстой, М. Погодин. Он стал великим молитвенником за Россию. По его благословению в 12 верстах от Оптиной пустыни была основана Казанская Шамординская обитель, в богадельню которой принимали неимущих и больных женщин, была устроена монастырская больница. Умер святой старец 10 октября 1891 года. Духовные наставления его современны и для нас, живущих в 21 веке.

• Обращайтесь с ближними весело и с любовью. Любите их, служите им: они дороги – за них пролита Кровь Спасителя, они – члены Христовы. Не оскорбляйте их даже едва заметным знаком.

• В ком есть любовь, тот имеет в себе Бога.

• Отчего человек бывает плох? – оттого, что забывает, что над ним Бог.

• Кто мнит о себе, что имеет что, тот потеряет.

• Теория – это придворная дама, а практика – как медведь в лесу (несравненно легче изучить дело, чем его исполнить).

• Неисполненное обещание все равно, что хорошее дерево без плода.

• Где просто, там ангелов со сто, а где мудрено, там ни одного.

• Кто нас корит, тот нам дарит, а кто хвалит, тот у нас крадет.

• Кто уступает, тот больше приобретает.

• Как жить? – Нужно жить не лицемерно, тогда наше дело будет верно, а иначе выйдет скверно.

• Мы должны жить на земле, как колесо вертится, - чуть только одной точкой касается земли, а остальными непременно стремиться вверх; а мы как заляжем на землю, так встать не можем.

• Как жить? – Жить – не тужить, никого не осуждать, никому не досаждать, и всем мое почтение.

За и против

Открытый Университет

Доктор В. Франкль и его школа доказывают что, по крайней мере, треть всех умственных расстройств и душевных болезней человечества нельзя объяснить (тем более – вылечить) без понимания духовного существа и состояния больного.

Свою психическую теорию он назвал логотерапией. Логотерапия обращается не к больной стороне пациента, а к здоровой. Как бы ни был пациент болен, здоровая сторона его личности, его свободная воля могут и должны быть мобилизованы для борьбы с его больной стороной.

Болезни, войны, умственное расстройство, возраст, материальные трудности, преследования, гонения – все человек способен вынести, если он осознал в себе высшие ценности, увидел свой духовный мир...

Сидя в нацистском концлагере, доктор Франкль сделал открытие. Заключенные трех концлагерей (включая Аушвиц и Дахау), сохраняли свое душевное здоровье и равновесие лишь повышенным религиозным стремлением к последним целям и ценностям. Ища во всем высший смысл и находя его также в самих своих трудностях и страданиях, концлагерники научались приближаться к Живому Богу и находили в себе несокрушимую силу духа.

Поэтому Франкль приходит к выводу:

·Человек психически страдает и заболевает не только вследствие причин, определяемых полом или честолюбием (как думали Фрейд и Адлер), но также вследствие **подавления в себе потребностей своей высшей стороны, своего духа в Боге.**

(Окончание. Начало в № 9)

·Люди неверующие и маловерующие ошибаются, что познание Бога и *религиозное чувство* не являются для них необходимостью. Оно **необходимо для полного раскрытия человеческого самосознания.**

·Самое глубокое наше чувство – чувство веры в Бога. Мы можем, конечно, это чувство прятать от других людей, но если мы скрываем его от своего собственного сознания, то мы вызываем в себе душевный конфликт.

"Отрицать духовную сторону своей природы – это творить над собою большое насилие, - говорит профессор Франкль. – Подавление в себе мыслей о Боге – явление распространенное. Доктор Франкль считает, что приблизительно три четверти населения Европы страдает этим недугом – внутренним отъединением себя от духовной жизни и подавлением в себе в том или ином виде, мысли о Боге, веры в Бога. Это подавление человеком своей духовной, главной стороны Франкль называет "подлинной патологией нашего времени".

Возможность своего душевного счастья люди разрушают следующими своими психическими ошибками:

1)Во- первых, чувством того, что они действуют только "временно" (то есть то, что они делают в данный момент, представляется им будто бы не имеющим настоящей важности). "Это большая психологическая ошибка, потому что в каждый момент времени дело нами совершаемое в мире, как доброе, так и злое, напластовывается в нашей душе и входит органически в душу; к процессу текущей жизни надо относиться с большой ответственностью".

2)Вторая психическая ошибка современного человека – это впадение в стадность и безличную коллективность. Человек передает себя массе и ее вожакам, принимает от них готовые жизненные цели и мнения.

3)Третья ошибка людей – это "фантазировать" себя, проявлять нетерпимость к мнениям, чувствам и особенностям других людей.

Доктор Франкль считает, что прежняя психоаналитическая фрейдовско-адлеровская концепция не отвечает всей реальности жизни человека. Наше время – время интеллектуальной путаницы и перевернутых понятий о ценностях. *Атеистическая философия* обессиливает, убивает волю людей. Утверждение, что люди являются лишь беспомощными жертвами своих *низших инстинктов и материальных интересов*, а также *продуктом наследственности и среды*, - убивает человека.

Величайшие ученые мира боялись, чтобы их наука не была принята людьми, как решение противорелигиозное. Будучи сами глубоко религиозными, они стремились, чтобы ***люди не забрасывали область сердца и с развитием ума, развивали и религиозное чувство.***

Наша душа обладает замечательной способностью **чувствовать Бога**. Это чувство Бога, при правильном духовном развитии крепнет в человеке и осмысливается в **сознательную веру.**

По книге "Простые беседы о страстях" ред. Игумения Ксения (Зайцева). 2001 г.

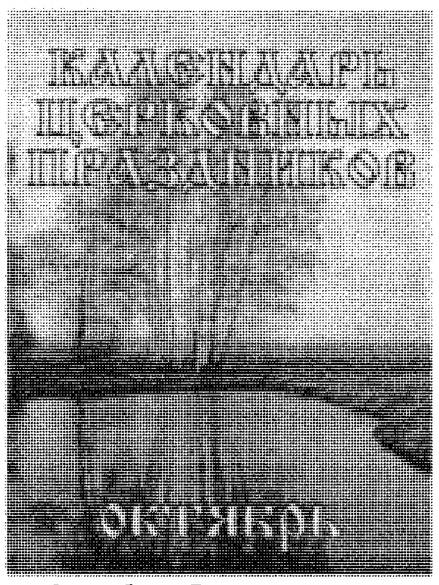
О Душе

Век мифотворчества, богоборчества, лишения веры, говорящей нам о истине, веры - рождающей в жизни человека смысл, цель... Век отрицания бессмертия и даже существования души в человеке. "Человек произошел от обезьяны", - говорит ложная теория, - и все поверили и приняли. Почему? Потому что при такой теории не осуждался грех, а это оказалось очень удобным для рода лукавого и прелюбодейного.

Но истину не похоронить под обломками лживых теорий, и снова душа ищет ответа: "Кто Он - Бог, и как нам жить?"

В следующем номере нашей газеты мы начинаем беседы о душе.

В этих простых беседах мы найдем простые ответы.



8 октября – Преставление преподобного Сергия Радонежского.

Святые мощи Преподобного покоятся в Троицком соборе основанной им Свято - Троицкой Лавры в Сергиевом Посаде.

9 октября – Апостола и евангелиста Иоанна Богослова.

Святителя Тихона, Патриарха Московского и всея Руси.

В ноябре 1917 г. Святитель Тихон был избран Патриархом. Ему первому пришлось решать вопросы об установлении отношений Церкви с новой властью. В эти грозные дни Патриарх Тихон являлся олицетворением кротости, сердечности, но был и непреклонно твёрд при защите Церкви от врагов.

11 октября – Преподобных Кирилла и Марии – родителей преподобного Сергия Радонежского.

14 октября – Покров Пресвятой Богородицы.

18 октября – День памяти Святителей Московских:Петра, Алексея, Ионы, Филиппа, Ермогена и Тихона.

Празднуя память святителей в один день, Церковь воздаёт им честь как небесным покровителям города Москвы и молитвенникам за наше Отечество.

23 октября – Обретение мощей преподобного Амвросия Оптинского.

26 октября – Иверской иконы Божией Матери.

Праздник установлен в память о прибытии в Москву списка с чудотворной Афонской иконы Иверской Божией Матери в 1648 году.

31 октября – Апостола и евангелиста Луки.

Святой Лука происходил из Антиохии Сирийской, с юности изучил еврейский закон, греческую философию, живопись и врачебные науки. Из уст самого Христа слушал Его учение и уверовал в Него как Спасителя. Проповедовал в Риме вместе с Апостолом Павлом. Написал Евангелие, а затем и книгу Деяний святых Апостолов. Первый написал иконы Пресвятой Богородицы, апостолов Петра и Павла, положив начало иконописи.

1 ноября – Димитриевская родительская суббота. Установлена Дмитрием Донским после Куликовской битвы, в память павших за Отечество.

ПРОГРАММА ПРАВОСЛАВНЫХ ПЕРЕДАЧ радиостанции "БЛАГО" 102,3 FM

00:00-Псалтирь
03:20-Евангелие
06:00-Утренние молитвы
06:28-Литургия
07:20-передача"Православный Университет" (лекции профессора Осипова А.И.)
14:00-передача "Портрет мастера"
15:00-передача "Граждане неба"
16:30-Литературные чтения
18:00-Вечерниее Богослужение-Всенощная
19:00-передача "Православный Университет" (лекции профессора Осипова А.И.)
20:30-передача для детей "Сказка за сказкой"
22:00-передача "Граждане неба"
22:30-Вечерние молитвы
По пятницам в 08:00 и 20:00-программа Алексея Бирюкова - обзор новостей за неделю "Седмица".
В остальное время радиостанция транслирует лучшие произведения русской и мировой классики.
Вы можете Ваши пожелания сообщить по телефону 12-11-11
на пейджер для абонента "Благо"

Медицинский ВЕСТНИК
Учредители: Православное общество врачей г. Коломны, Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской.
Телефон экстренной помощи 14-27-44.
Гл. редактор Н.П. Хляп. Зам гл. редактора А.Г. Купьша.
Ред. коллегия: Сивова Л.П., Харлапова П.Ю., Вдовин А.Н., Маношкина Н.М., Варфоломеева Л.Г.
Газета выходит 1 раз в месяц. Объем 1 печатный лист.
Тираж 999. Заказ 3130.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Присылайте в редакцию свои вопросы и на медицинские темы, и на темы юридические, связанные с медициной. Ждем от вас статьи, стихи, интересные случаи из жизни, из практики, воспоминания о врачах, стоявших у истоков развития коломенской медицины.

Наш адрес: 140400, г. Коломна, ул. Лазарева, д. 11а.
Тел.: (261) 4-27-44. Факс: (261) 2-07-07. эл. почта: bukvar@kolomna.ru

Отпечатано в ГУП "Коломенская типография", ул. III Интренационала, д. 2а.

Советует врач

КАШЕЛЬ: ДРУГ ИЛИ ВРАГ?

Мы часто слышим: "Кашель замучил! Чем бы его унять?" Кашель, действительно, неприятный спутник многих заболеваний. Хотя и здоровые дети, и взрослые кашляют несколько раз в день. Это необходимо для очищения дыхательных путей. Такой кашель нас не беспокоит, мы его попросту не замечаем. Другое дело – сильный, частый или хронический кашель. Появление такого кашля – серьезный повод задуматься о необходимости лечения.

Наиболее частые причины кашля у детей и взрослых: простудные заболевания (острые респираторные инфекции), коклюш (у не привитых вакциной АКДС), хроническое воспаление в бронхах и легких (хронический бронхит), аллергия, бронхиальная астма.

ПРИЧИНА КАШЛЯ - ВОСПАЛЕНИЕ. Бактерии, вирусы или аллергены вызывают целый каскад химических и физиологических реакций воспаления, результатом которого является усиление кровотока в капиллярах слизистой оболочки, ее отек, а также увеличение выработки слизи в верхних дыхательных путях и мокроты – в нижних. Инородные тела непосредственно раздражают рецепторы слизистой оболочки, и кашель проходит только после их удаления. С кашлем из бронхов удаляется мокрота, а с ней – микробы, продукты их жизнедеятельности, погибшие клетки слизистой оболочки. Поэтому в таких случаях кашель – полезная защитная реакция. Однако в ряде случаев мокрота не вырабатывается, а причиной кашля является сильное раздражение слизистой оболочки. Это наблюдается при воспалении гортани (ларингит), глотки (фарингит), трахеи (трахеит).

ДЛИТЕЛЬНО БЕСПОКОЯЩИЙ КАШЕЛЬ – типичный симптом хронического бронхита, причиной которого в большинстве случаев является курение. У каждого четвертого злостного курильщика развиваются тяжелые хронические воспалительные заболевания легких, которые чрезвычайно плохо поддаются лечению. Эти заболевания являются одной из наиболее частых причин смерти во всем мире, и об этом должны знать и злостные курильщики, и их родственники.

КАК ЛЕЧИТЬ КАШЕЛЬ? При всех заболеваниях, сопровождающихся кашлем, основная задача лечения – повлиять на причину болезни, то есть воспаление. Очень важно не злоупотреблять антибиотиками: их следует принимать только при тяжелых обострениях хронического бронхита, воспалении легких и только по назначению врача. В большинстве случаев острых респираторных инфекций антибиотики не нужны. Бесконтрольный их прием приводит к тому, что они перестают действовать на бактерии и в следующий раз при более серьезных заболеваниях будет чрезвычайно трудно подобрать эффективное лекарство. ДЛЯ УМЕНЬШЕНИЯ ВЫРАЖЕННОСТИ КАШЛЯ используются препараты, действующие по-разному. Для устранения мучительного сухого кашля применяются средства, подавляющие кашель. Некоторые из них содержат кодеин – вещество, относящееся к наркотикам, в связи с чем противопоказаны детям, беременным и кормящим женщинам. Другие препараты этой группы содержат бутамират – вещество, не имеющее таких противопоказаний. Препараты данной группы противопоказаны при влажном кашле, так как могут вызвать застой мокроты и усиление воспаления. ПРИ КАШЛЕ С ТРУДНО ОТХОДЯЩЕЙ МОКРОТОЙ применяют отхаркивающие препараты. Некоторые из них (ацетилцистеин, карбоцистеин, гвайфеназин, бромгексин) являются сильнодействующими и используются при тяжелых и хронических воспалительных заболеваниях органов дыхания. Эти средства противопоказаны при беременности и кормлении грудью. Препараты, которые в основе своей содержат различные лекарственные растения, практически не имеют противопоказаний, но эффективность их невысока, они помогают только при легком кашле. Наиболее известны корень солодки, алтейный корень, настойка эвкалипта, настой листьев подорожника, мать-и-мачехи, цветов фиалки, отвар корня девясила. Широко используются такие известные ДОМАШНИЕ СРЕДСТВА как сок черной редьки с медом, луковый сок, ингаляции над паром картофеля, эвкалипта, ментола. При отсутствии повышения температуры, хорошо помогают прогревающие процедуры и баня.

Наступает холодное время года, когда часты простудные заболевания. Но кашель - симптом различных заболеваний дыхательных путей. Поэтому необходимо не забывать правило: при неясной причине кашля или длительном, не поддающемся лечению - обратитесь за советом к Вашему лечащему врачу.

ГАЙМОРИТ:

Российские оториноларингологи считают, что в нашей стране заболеваниями носа и околоносовых пазух страдают от 10 до 15% населения, то есть практически каждый десятый.

В норме в околоносовых пазухах вырабатывается слизь. Дальше она должна естественно удаляться через нос. При вирусной инфекции, переохлаждении слизистая отекает, естественные соустья околоносовых синусов сужаются. Отток слизи затрудняется, и она начинает заполнять околоносовые пазухи. Первыми забиваются решетчатые и гайморовы пазухи, расположенные ближе всего к носу. В скопившейся массе размножаются микробы, и банальный насморк переходит в гайморит, гнойный синусит.

Если насморк длится больше двух недель, появляется гнусавость, при покашливании и чихании ощущается тяжесть по обе стороны носа, если все оставляемое на носовом платке стало вязким, то это говорит о том, что пазухи забиты и началось воспаление.

Ведущие ученые убеждены, что многие хронические заболевания носа мы приносим из детства: различные врожденные и приобретенные деформации внутриносовых структур (искривление и гребни носовой перегородки, аномальное строение носовых раковин и решетчатого лабиринта), гипертрофический ринит, аллергии, поэтому лечение надо начинать с пеленок. Тем более замечено, что в стадии гнойного синусита заболевание вылечивается в детском возрасте без операции на 100% и нет никакого смысла надеяться на то, что "все само пройдет", не перейдет в хроническое заболевание.

До недавнего времени лечение состояло в проколе, (иногда дренировании) и санации гайморовых и фронтальной пазух. Эта болезненная операция проделывалась не один раз – ведь причина сужения путей оттока содержимого не устранялась. Очередная простуда – и все повторялось снова и снова (до 20 раз). В настоящее время такое вмешательство проводят строго по показаниям и только в том случае, если врачи убеждены в наличии гнойного процесса, при котором требуется срочное вмешательство.

Бороться с заболеванием можно и нужно с появления самых первых симптомов. Московскими учеными разработан метод иммунно-корригирующей терапии. При болезни резко снижается иммунитет. Поэтому промывание воспаленных пазух препаратами донорской плазмы крови и сыворотки крови с добавлением аскорбиновой кислоты прекрасно помогает организму и стимулирует иммунную систему. Противовоспалительные, противоаллергические и антибактериальные свойства этих двух искусственно полученных жидкостей очень эффективны (выздоровление на ранних стадиях составляет 80%). При остром синусите в большинстве случаев достаточно назначение антибиотиков широкого спектра действия на срок от 7 до 10 дней и сосудосуживающих капель для закапывания в нос. Предпочтительно введение антибиотика на слизистую носа в виде спрея. Хорошим примером является фюзафюнжин - антибиотик широкого спектра действия с противовоспалительным эффектом.

Очень эффективный способ лечения разработали ярославские профессора В.Козлов и Г.Марков (Кафедра оториноларингологии Ярославской медицинской академии; Центр микроэндоскопической оториноларингологии ОКБ, Ярославль). Принцип действия состоит в том, что с помощью синус-катетера (***на рисунке***: эластическая трубка с каналами внутри и двумя баллонами на корпусе) производится блокада носоглотки и преддверия носа раздувными баллонами и удаление воздуха из полости носа, создается отрицательное давление, под действием которого извлекается секрет из околоносовых пазух. Путем изменения отрицательного давления в полости носа на положительное в пазухи носа вводятся лекарственные растворы. Это напоминает массаж воздухом изнутри с одновременным выдавливанием из всех забитых пазух ненужного содержимого. Помимо безболезненности метода его преимущество состоит в том, что достаточно шести, а при более раннем начале лечения – двух процедур.

Чем опасен гнойный синусит? В поисках выхода гнойные массы могут устремиться в глазничную впадину и вызвать флегмоны, абсцессы; воспаление распространяется на оболочки мозга и приводит к менингиту; теряется обоняние; поражается лицевой нерв; беспокоят частые головные боли; возможно нарушение слуха.

Врачи рекомендуют: 1) не пользоваться сосудосуживающими каплями более 7 дней и выбирать их по собственному усмотрению, 2) по показаниям лучше удалить аденоиды в детстве, 3) если у человека был хоть один случай гнойного синусита, то обязательно нужно сделать компьютерную томографию, 4) не заниматься самолечением – как правило, это приводит к хроническим заболеваниям.

По материалам журнала "Consilium medicum" № 4 2003 г. и еженедельника "Аргументы и факты"

МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

Больные мочекаменной болезнью (уролитиазом), составляют 30-40 процентов всего контингента урологического стационара. Однако частота этого заболевания в разных районах мира не одинакова, но число больных увеличивается с каждым годом. В настоящее время заболеваемость уролитиазом в мире достигла 1-2 процентов. Образование первичных камней в почках связано с причинами, которые приводят к нарушению кровообращения в почечной паренхиме или к непосредственному токсическому воздействию на эпителий почечных канальцев.

Среди этих причин можно назвать А-авитаминоз. Зависимость этого фактора и камнеобразования экспериментально доказана у животных: у мышей с А-витаминной недостаточностью образование камней почек или мочевого пузыря наблюдалось в 20-43 процентов случаев.

Широкое распространение мочекаменной болезни в Средней Азии ученые объясняют недостаточным содержанием витамина А в рационе домашних животных, а следовательно, и в молоке. Особенно это относится к засушливым месяцам года, когда на корм скоту идут сухие травы, бедные каротином. Основными потребителями молока являются дети, поэтому у них наблюдается более частое образование камней в мочевом пузыре.

К камнеобразованию приводит и недостаток в пище витамина D. Этим фактором объясняется распространенность мочекаменной болезни в Заполярье, где витамина недостаточно в пище и мало солнечных дней. Однако и избыток витамина D может оказывать токсическое влияние на паренхиму; большие дозы этого витамина нарушают фосфорно-кальциевый обмен, а это, в свою очередь, приводит к образованию камней в почках. Интересно, что первые признаки мочекаменной болезни отмечались в среднем через 3,5 месяца от начала лечения витамином D. При этом дозы применялись высокие – по 10-25 капель 3 раза в день.

На возникновение мочевых камней, состоящих из кальциевых солей щавелевой кислоты, оказывает влияние недостаточное содержание в организме витамина В6.

При травмах и заболеваниях костей (остеомиелит, туберкулез, саркоидоз и др.) происходит нарушение фосфорно-кальциевого обмена, а значит, и образование камней. Повышенное выделение кальция с мочой наблюдается при длительной адинамии и приводит к уролитиазу. Поэтому утверждение, что "движение – это жизнь" в профилактике образования камней в почках и мочевом пузыре имеет огромное значение.

Нарушение обмена веществ, приводящее к повышенному содержанию в крови солей тех или иных кислот, способствует камнеобразованию. При уратурии, когда с мочой выделяются соли мочевой кислоты, образуются камни – ураты, при фосфатурии - фосфаты, при выделении солей щавелевой кислоты образуются камни-оксалаты. Нарушение обмена веществ имеет генетическую природу, поэтому мочекаменная болезнь имеет "семейный характер" и передается по женской линии.

Среди причин камнеобразования есть и другие факторы. Это прежде всего влияние сухого и жаркого климата, который вызывает дегидратацию, что, в свою очередь, приводит к повышенному выделению кристаллоидов с мочой. Влияние сухого и жаркого климата особенно наглядно на примере пустыни Каракумы, являющейся эндемичным очагом камнеобразования у жителей.

Дегидратация и камнеобразование могут наступить в условиях обычного климата у людей некоторых профессий, связанных с перегреванием, малоподвижностью, ограничением приема жидкостей.

Возвращаясь к природным патогенетическим факторам образования камней, прежде всего, следует остановиться на алиментарном факторе. Может ли определенное однообразное питание привести к возникновению камней? При определенных условиях – да! Примером может служить синдром Бурнета, когда у больных с язвенной болезнью желудка или 12-перстной кишки, питающихся в течение десятков лет "щелочной", молочно-растительной пищей и применяющих соду, отмечается образование фосфорно-кальциевых солей в почках.

При уже имеющейся мочекаменной болезни питание также может способствовать или препятствовать камнеобразованию. Тем не менее, назначение диеты должно быть строго диагностически обосновано. Неправильно назначенное диетическое питание может принести пациенту не пользу, а вред.

При мочекислом уролитиазе больным показана щелочная, молочно-растительная диета, ограничение продуктов с высоким содержанием пуринов: бобовые, селедка, печень, почки, свинина, шпроты, сардины, индейка, курица и др.

У больных с оксалатными камнями ограничиваются продукты, содержащие пурины, а также щавель и шпинат. По данным исследований, при употреблении в пищу яблок и груш выведение щавелевой кислоты с мочой увеличивается.

При фосфорно-кальциевом уролитиазе показана "кислая", мясная пища, естественно, в разумных пределах. И нельзя забывать о продуктах, которые содержат витамины.

К экзогенным факторам нефролитиаза относится и питьевая вода. Влияние на камнеобразование связывают с ее высокой степенью жесткости, поэтому больным мочекаменной болезнью рекомендуется употреблять отфильтрованную воду. Нелишне напомнить, что некоторые лекарственные вещества могут стать ядром камня – это сульфаниламиды, тетрациклины, антикоагулянты. Поэтому надо помнить о том, что самолечение названными лекарственными препаратами может закончиться образованием камней в почках.

МАТЯХ Т.А.,
уролог Коломенской ЦРБ

От редакции.

В народной медицине известны рецепты выведения камней при мочекаменной болезни. Наша читательница поделилась рецептом, который ей помог избавиться от камней в почках.

Столовая ложка оливкового масла, столовая ложка меда, сок половины лимона выпивается 1-3 раза в день при назначении соответствующей диеты и обильного питья. Камни в виде песка и солей выходят практически безболезненно. При непереносимости масла можно пользоваться отваром льняного семени из расчета 1 чайная ложка семян на стакан кипятка.

Для растворения камней в народе издревле принимали молотое семя моркови по чайной ложке три раза в день. Травы: марена красильная, полпала, почечный чай, шалфей и т.д., хорошо выводятся соли из организма при употреблении в пищу арбуза. Перед лечением, конечно, нужно провести обследование и посоветоваться с врачом-урологом.

здание Земской больницы

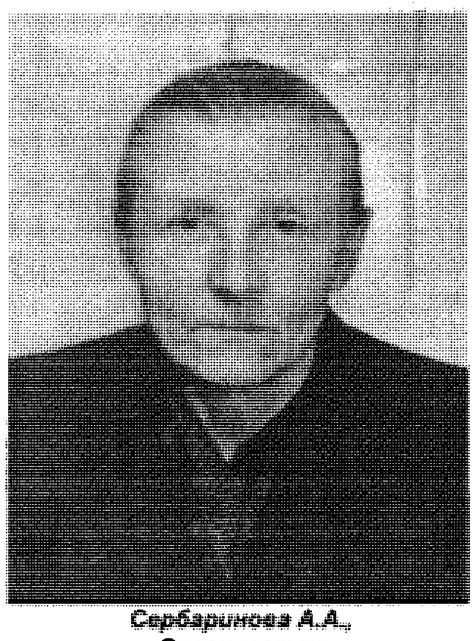
История медицины

«ДОМИК НА ПОСАДЕ»

В серии «Коломенский Арбат» вышла интересная книга под названием «Никольская улица», в которой авторы трогательно и с любовью вспоминают известных людей, живших в разные времена на этой улице.

Для нас Никольская улица — это улица Посадская. На Посаде проживали многие врачи. Дело в том, что в доме № 21 располагалась Земская больница. В ней с 1916 года работал Борис Афиногенович Брушлинский, который был вначале заведующим отделением, затем — главным врачом больницы «Пятилетия советской медицины», позже — первым заведующим уездным отделом здравоохранения, первым в районе Заслуженным врачом РСФСР и кавалером ордена Ленина. Прекрасный врач и человек, опытный организатор пользовался непререкаемым авторитетом. Вместе с первым гигиенистом города Коломны (впоследствии академиком) Л.К.Хоцяновым был создателем «Единого диспансера», претворив в жизнь идею массового медицинского обслуживания и широкой профилактики заболеваний. В 1930 году по инициативе Б.А.Брушлинского и Г.С. Инденбаума был открыт медицинский техникум, в котором они преподавали многие годы. Подробная статья о его деятельности в нашей газете была напечатана ранее. О человечности Брушлинского, о его любви к людям говорит такой факт из его биографии: Борису Афиногеновичу был выделен дом под номером 21 на улице Посадской. Вскоре он поселил сюда врачей Спасского В.А. и Терехову К.А.

Спасский В.А. с 1924 года был участковым терапевтом, в 1935 году провел первое вскрытие как врач патолого-анатом, а с 1938 года патолого-анатомические вскрытия начали проводить регулярно. В 1940 году им было создано патолого-анатомическое отделение, а в 1953 году внедрено гистологичесеое исследование препаратов. Это способствовало повышению качества медицинской помощи и расширению кругозора врачей. В.А. Спасского отличали интеллигентность, высокий профессионализм и строгая медицинская этика. Он был «Оличником здравоохранения», председателем врачебного общества, кавалером Ордена Ленина.


Сербаринова А.А.,
Организатор противотуберкулезной службы

Терехова К.А. в течение многих лет работала терапевтом, позже — организатором судебно-медицинской экспертизы. Ее опыт и знания были незаменимы. Ее заключения — исчерпывающи. Многому научила она врачей Коломны, но особой заслугой можно считать то, что она научила их юридически грамотно оформлять медицинскую документацию. Клавдия Александровна отличалась мужеством, интеллектом, чувством юмора, который помогал ей выжить в последние годы, когда тяжелая болезнь приковала ее к постели.

В 1924 году в Земской больнице открылся туберкулезный диспансер. Вскоре рядом с ним было выстроено кирпичное здание и начал функционировать стационар для больных туберкулезом. Здесь же, в комнатах на втором этаже, поселились врачи, сыгравшие огромную роль в развитии коломенской медицины. Одна из них — Александра Алексеевна Сербаринова. Она приехала в наш город в 1925 году с дипломом врача, но без определенной специальности. Специализироваться ее направили в больницу села Бояркино, где в то время работал замечательный врач и организатор здравоохранения — К.И.Шевлягин. Он-то и посоветовал молодому коллеге заняться вплотную вопросами борьбы с туберкулезом. Так Александра Алексеевна нашла свое призвание на последующие сорок лет. Благодаря ее труду в борьбе с этим страшным заболеванием туберкулез отступил. Она ввела диспансерный метод, сделав его ведущим, при этом широко используя рентгенологическое обследование.

Здесь же жили врач Лифскинд - организатор и заведующий бактериологической лабораторией и его жена Бакулина А.П. — одна из первых лаборантов; фтизиатр Родионова Е.И. с племянницей Романовой О.А (глазным врачом), Иванова З.П. — организатор костного отделения противотуберкулезного диспансера, дерматовенеролог Иванов П.П. В одной из комнат проживала медсестра Свешникова А.В. — сестра известного дирижера и хормейстера Свешникова А.В.

....В больнице на Посаде работали опытные и добрейшие врачи — Блинов А.И, хирург Мария Алексеевна Соколова — жена Пильняка (впоследствии она стала «Заслуженным врачом РСФСР»), прекрасный терапевт Михневич Н.М., фтизиатр Баранов А.Г. — основатель династии коломенских медиков. Клочков Николай Иванович, много лет возглавлявший тубдиспансер. Долгое время заведовал хирургическим отделением Соколов Петр Петрович, с ним работал Комиссаров Николай Нестерович. По мере расширения противотуберкулезной службы всех медиков постепенно переселили в разные места. До последних дней в домике на Посаде жили семьи Брушлинского Б.А. и Спасского В.А..

В феврале 2001 года на фасаде дома открыта мемориальная доска.

ПРОХОДЯ МИМО, ДОРОГОЙ КОЛОМЕНЕЦ, ПОКЛОНИСЬ ПАМЯТИ ВСЕХ ЭТИХ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ...

Н.П. ХЛЯП,
врач-онколог
Коломенской ЦРБ

«Мастер своего дела»

Спасский В.А. (главный патологоанатом) - Петросян М.Г (главный терапевт)

СОВРЕМЕННАЯ ФИТОТЕРАПИЯ

СНЫТЬ-ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА

Большая часть пожилых жительниц нашего города страдает от болезней суставов ног и рук. Хочу помочь им советом.

Как-то я прочитала статью о сорняке – сныти. Это одно из самых полезных пищевых растений. По содержанию витамина С оно превосходит апельсины и лимоны. Кроме того, сныть богата железом, медью, марганцем и титаном, содержит такие важные вещества, как кверцетин и кемпферол, укрепляющие стенки сосудов. Лечит плохую работу желудка и кишечника, ревматизм и подагру. Настои листьев полезны при болезнях почек и мочевого пузыря, а корневища обладают противогрибковым действием. Сныть обладает приятным, нерезким, чуть пикантным свежим вкусом и может не только украсить, но и составить основу любого зеленого салата, причем очень сытного. Я употребляю ее в пищу не только в салате. В мае-июне собираю и сушу траву на зиму. Зимой мелко нарезаю ее и добавляю в первые блюда по 1-2 столовых ложки на тарелку.

И знаете, избавилась от мучительных болей в коленных суставах. Они не стали лучше, видно, слишком поздно я принялась за их лечение, но боль ушла.

Я рассказываю об этой чудодейственной траве другим больным, иногда (когда это возможно) показываю растение в оригинале и очень надеюсь, что сныть избавит от страданий не одного человека.

Г.Помозова,
ветеран педагогического труда

От редакции.

Известно, что снытью (снеткой) питался великий постник батюшка Серафим Саровский. Растение содержит большое количество белка. Для лечения подагры, различных заболеваний суставов, расстройствах деятельности пищеварительного тракта, болезнях почек и мочевого пузыря применяют настой травы: 3 чайные ложки травы заливают 2 стаканами кипятка, настаивают 2 часа и принимают по полстакана 4 раза в день до еды).

Свежие измельченные листья прикладывают к больным местам при воспалении как обезболивающее и противовоспалительное средство.

Молодые не развернувшиеся листья и листовые черешки используют для приготовления витаминных салатов, все растение может заменить в борщах капусту.

Ваша семья

БЕСЕДЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Беседа четвертая
Эмоциональные отношения в семье и их влияние на личность ребенка

Во все времена семья была главным в жизни подрастающего поколения. Именно в семье испокон веков закладывались основные нравственные и духовные ценности человека. Сложности жизни в России отражаются на каждой отдельно взятой семье – это проблемы экономические, нагрузки на работе, сложные отношения между людьми. Все эти факторы негативно влияют на родителей, а, следовательно, и на детей. Не секрет, что дети во многих семьях недополучают любви, внимания и ласки. Конечно, большинство родителей искренне любят своих детей, но зачастую эта любовь носит материальный характер. Да, ребенку нужны дом, одежда, еда, образование. Но для его личного благополучия нужна, прежде всего, любовь. Как при недостатке кислорода человек задыхается, так и при недостатке любви и ласки ребенок чаще болеет, становится нервным, раздражительным, агрессивным или замкнутым. Человек, не имеющий в детстве любви и заботы со стороны родителей, может вырасти эмоционально равнодушным к окружающим, будет с трудом уживаться на работе и в редких случаях создаст собственную полноценную семью. Секрет любви к детям прост – это любовь искренняя, постоянная, не зависящая от обстоятельств (плохое настроение родителей, неприятности на работе, проступки детей, их возраст и т.д.). Нужно любить ребенка не за то, какой он (послушный, красивый, отличник), а за то, что он просто есть у вас. Тогда у вас не будет проблем с его психическим и физическим здоровьем.

Г.В.АЛЕКСАШКИНА,
психолог средней школы № 14