

НОВИНКА

Лечебный свет

В АНО «Медсанчасть АГ и ОАО «ММК» приобретены новые физиотерапевтические устройства «АВЕРС-ЛАЙТ». Современные физиотерапевтические аппараты воздействуют на организм больного так называемым «чистым» синим светом – световым потоком одной длины волны.

Основные лечебные эффекты синего цвета: противовирусное и бактериостатическое действие, снижение вязкости крови, активация иммунной системы, нормализация обмена веществ, противовоспалительное и обезболивающее действие, седативное действие на центральную нервную систему.

Терапия синим светом позволяет помогать пациентам в лечении различных заболеваний. Она эффективна при недугах сердечно-сосудистой системы – цереброваскулярной болезни, в восстановительном периоде ишемического инсульта, при ишемической болезни сердца и гипертонии. Ее также применяют при заболеваниях органов дыхания; эндокринной системы – сахарном диабете, заболеваниях щитовидной железы; в восстановительном периоде после хирургических вмешательств, травм; в лечении и профилактике инфекционных заболеваний, в том числе ОРВИ и гриппа. Преимущество этого вида физиотерапии – минимальный перечень противопоказаний и побочных действий.

Кроме того, в физиотерапевтическом отделении объединенной медсанчасти переоборудованы массажные кабинеты – закуплены новые массажные столы, что позволит лечить пациентов стационара в более комфортных условиях.

ДИАГНОСТИКА

Диагноз ставит атом

В Челябинской области запущен пилотный проект по применению методов радионуклидной диагностики. В нем участвуют дорожная больница и Челябинская областная больница, в которых есть отделения радионуклидной диагностики.

Это один из современных методов лучевой диагностики, который используется для оценки функционального состояния различных органов и систем организма с помощью радиофармацевтических препаратов, меченых радионуклидами.

Они менее опасны и чувствительны для организма и менее затратны, чем обычные виды исследований. Кроме того, их внедрение позволяет использовать продукцию предприятий области по переработке изотопов в медицинских целях.

Сегодня широко распространена скintiграфия – метод введения в организм человека радиоактивных изотопов и получения изображения путем определения испускаемого ими излучения. В больницах будут проводить четыре вида радионуклидных исследований: скintiграфию миокарда, почек, щитовидной железы и костной системы. Финансировать их станет ФОМС. Стоимость тарифа на проведение одной скintiграфии миокарда – 3394,9 руб., почек – 1984,3, костной системы – 2591,2, щитовидной железы – 1113,9 руб. Дополнительная сумма финансирования на эти цели до конца года составит 3 миллиона из бюджета Челябинского областного фонда ОМС.

Применение скintiграфии для диагностики кардиологических заболеваний несет двойной эффект. Во-первых, польза для больных. Раньше при ишемической болезни сердца пациентов направляли на ангиографию, однако эффективность этого метода показала себя лишь в 30 процентах случаев. Использование же метода радионуклидной диагностики – скintiграфии – позволяет намного раньше обнаруживать ишемические очаги и быстрее их лечить. «Во-вторых, мы получаем и экономический эффект от применения современных методов: сама диагностика становится намного дешевле, пациент меньше времени проводит в лечебном учреждении, быстрее выходит на работу, снижается риск инвалидизации», – говорит и. о. министра здравоохранения области Ольга Дороботова. – Изначально пилотный проект был рассчитан до конца текущего года, но мы решили продлить его и на I квартал 2013 года, чтобы в полной мере оценить его пользу».

ПИТАНИЕ

Бананы в будущем смогут заменить хлеб

Бананы могут стать важным источником питания для миллионов людей в результате глобального потепления, говорится в докладе Комитета ООН по продовольственной безопасности.

По прогнозам экспертов, производство основных продуктов питания, таких как кукуруза, рис и пшеница, будет уменьшаться во многих развивающихся странах. Банан же способен заменить ряд ключевых продуктов и постепенно будет играть все более важную роль в сельском хозяйстве при повышении температур на планете.

Другие культуры также способны заменить привычные продукты: в Южной Азии место пшеницы может занять маниок, а в Африке коровий горох заместит соевые бобы.

ИССЛЕДОВАНИЕ

Бутерброд – бомба замедленного действия

Всего один высококалорийный сэндвич с яйцом, ветчиной и сыром, съеденный с утра, осложняет работу кровеносных сосудов вплоть до обеда и потенциально может вести к опасному заболеванию – атеросклерозу. Об этом сообщили канадские ученые.

Группа ученых из Университета Калгари под руководством исследователя Винсента Ли изучала влияние богатых жирами сэндвичей на здоровье добровольцев-студентов, которые не курили и в целом были здоровы. Состояние студентов изучалось дважды: один раз, когда они не завтракали, и второй – когда один раз в день они съедали два сэндвича общей калорийностью 900 калорий и содержащие 50 граммов жиров. Два часа спустя после поедания таких сэндвичей их ВТГ уменьшился на 15–20 процентов, установили исследователи.

Однократное употребление такой еды имеет обратимый эффект, но исследование показывает, что высококалорийная пища может повредить сосудам значительно быстрее и сильнее, чем можно подумать. «Я не хочу сказать: «Никогда не ешьте сэндвич». Но вы можете видеть, как при таком питании растет жир на стенках ваших артерий», – рассказал один из ученых.

ЭПИДЕМИЯ | На Южном Урале растет число людей с этим диагнозом

Диабет молодеет



МАРИЯ ЧИНИХИНА

Эпидемия сахарного диабета на Южном Урале продолжается. Еще 20 лет назад диагноз «сахарный диабет II типа» в основном ставили людям в возрасте старше 60 лет. Но болезнь молодеет с каждым годом.

Эксперты говорят о глобальной эпидемии, которая угрожает миру: по данным Международной диабетической федерации, ожидается, что к 2030 году в мире 552 миллиона людей, то есть 9,9 процента населения планеты, будут страдать этим страшным заболеванием. Распространенность сахарного диабета растет с каждым годом во всем мире и в России – тоже. При этом уровень осведомленности о проблеме катастрофически низок: больше половины людей с сахарным диабетом II типа не знают, что больны.

Сахарный диабет – хроническое, широко распространенное заболевание, вызванное снижением выработки инсулина или его низкой биологической активностью. Диабет – причина серьезных осложнений и инвалидизации, поскольку вызывает по-

ражение сосудов сердца, мозга, конечностей, почек, сетчатки глаз, что приводит к развитию инфаркта миокарда, инсульта, гангрены, слепоты.

По данным главного эндокринолога области Валерии Тюльгановой, на Южном Урале живет почти 75000 пациентов с сахарным диабетом, из них чуть меньше 7000 человек – I типа, у остальных – II типа.

Сахарный диабет I типа чаще всего возникает в возрасте до 40 лет. Причина – выработка организмом антител, которые поражают клетки поджелудочной железы, отвечающие за производство инсулина. Это хроническое заболевание, которое требует постоянного введения инсулина.

У большинства заболевших – сахарный диабет II типа, одним из основных факторов риска развития которого являются ожирение и нездоровый образ жизни. У таких больных отмечается относительный дефицит инсулина. При этом клетки поджелудочной железы часто вырабатывают

достаточное количество инсулина, но чувствительность организма к нему снижена.

Если раньше диабет II типа считался болезнью лиц пожилого возраста, то сегодня он все чаще выявляется у людей до 40 лет и даже у детей. Сахарный диабет не только молодеет, он еще и активно распространяется.

– За последние пять лет в нашей области ежегодно выявляется 5000–7600 новых случаев сахарного диабета. Из них 90 процентов – второго типа, – комментирует Валерия Тюльганова.

Есть и положительные тенденции. Отмечается увеличение средней продолжительности жизни больных сахарным диабетом: у пациентов с СД I типа – на 12–15 лет, а у пациентов с СД II типа этот показатель превысил среднюю продолжительность жизни по региону.

Улучшение качества жизни людей с сахарным диабетом напрямую связано с выявлением заболевания на ранних стадиях, обучением пациентов и возможностью получать качественные лекарственные средства. Здесь

очень важно «лечение до цели», своевременное адекватное назначение препаратов и, конечно, инсулина, которое позволяет избежать развития серьезных осложнений. Сегодня самыми современными являются аналоги инсулина, которые по механизму действия ближе к инсулину человека, но отличаются большей безопасностью и удобством в использовании. Они позволяют достичь баланса между достижением компенсации сахарного диабета и минимизацией риска развития гипогликемий.

Аналоги бывают двух типов – ультракороткого и длительного действия. Если раньше эти современные и признанные во всем мире препараты ввозились из-за рубежа, то сегодня они производятся в России, на заводе в Орловской области. Его мощности достаточны для удовлетворения потребности российского рынка как в аналогах, так и в человеческих инсулинах.

Производственные линии могут обеспечивать до 30 миллионов единиц дозированных форм инсулина в год. Планируется, что на полную производственную мощность и полный цикл производства завод выйдет до конца 2012 года.

ОТОЛАРИНГОЛОГ

С детьми скучно не бывает

ВЛАДИМИР БАРТКОВ,
центр медицинской профилактики

Одна из самых востребованных медицинских специальностей в нашей стране – детский отоларинголог. Это неудивительно. По статистике около 80 процентов детей в России страдают отитами, 25–27 процентов – болеют синуситами. Эти, на первый взгляд, неопасные заболевания в запущенных случаях способны нарушить работу органов слуха и дыхания.

Выходит, что пациентов в лор-отделениях более чем достаточно, а вот информации о работе специалистов этого профиля – мало. Попро-сим приоткрыть некоторые «тайны» работы врача-отоларинголога заведующего лор-отделением детской больницы № 3 Игоря Кузьмина.

– Игорь Юрьевич, расскажите о своем отделении?
– Отделение молодое. Его открыли в 1988 году вместе с хирургией. Тогда большую роль в становлении детской лор-службы сыграл заслуженный врач Российской Федерации Василий Суздаев. Будучи не только замечательным врачом, но и талантливым педагогом, он заложил основы и традиции нашего отделения. В первую очередь – это доброжелательность и добросовестность.

– Вы здесь с самого начала?
– Нет. Меня в специальность ввела Вера Фомина, которая за-

ведовала отделением с 1990 по 1995 год. Я согласился на ее предложение стать отоларингологом. Сейчас не представляю себе другой работы.

– Что именно привлекло?
– Во-первых – дети. С ними никогда не скучно, они живо откликаются на общение. Сам чувствуешь себя молодым рядом с ними. Во-вторых – это одно из самых динамично развивающихся направлений современной медицины. Здесь важно и нужно внедрять новые технологии. Например, распространенные сейчас во всем мире методы эндоскопической хирургии впервые были использованы специалистами нашего профиля. И, наконец, еще не скоро наша профессия перестанет быть актуальной – год от года поток больных только увеличивается. Значит, мы нужны обществу.

– Что бы посоветовали своим пациентам?
– В первую очередь беречь себя и своих детей. У ребенка, одетого по погоде и приученного к активному образу жизни, почти нет шансов очутиться на приеме у отоларинголога.

СЕМЕЙНЫЙ ДОКТОР | Картошка в мундире, хвоя сосны и эвкалипт как эффективные средства против простуды

Дышите на здоровье

ЕКАТЕРИНА ПЕТРОВА

Головная боль, кашель, насморк – эти симптомы знакомы каждому. В этом случае хорошо помогают ингаляции. Мы расскажем, как делать их правильно в домашних условиях.

Самое простое – использовать для лечения обычный чайник. Сверните трубку из бумаги, наденьте узкий конец на носик чайника, а через широкий вдыхайте целебный пар. В качестве народного средства можно использовать различные травы.

Если вас мучает кашель, возьмите на заметку следующий рецепт. Положите в чайник липовый цвет, крапиву, эвкалипт и шалфей (все по 1 ч. ложке) и залейте кипятком. Дайте настояться 10 минут и вдыхайте этот отвар в течение 10–15 минут. Ингаляция при кашле с трудно отделяемой мокротой может

быть такой. Положите в чайник 3 ст. ложки питьевой соды, залейте ее горячей водой. Дышите этим раствором 10 минут. Содовые ингаляции прекрасно разжижают мокроту и помогают ее выведению из бронхов.

Отличное терапевтическое средство при простудных заболеваниях – ингаляция с применением хвой сосны, лиственницы и ели. Хвоя этих деревьев содержит фитонциды и биологически активные вещества, которые оказывают противовоспалительное действие и насыщают ткани витаминами. Прежде чем использовать хвою, залейте ее холодной водой и дайте сутки настояться. Затем доведите этот раствор до кипения и проводите процедуру. Хвойная ингаляция помогает при кашле, насморке, хронических заболеваниях бронхов и дыхательных путей.

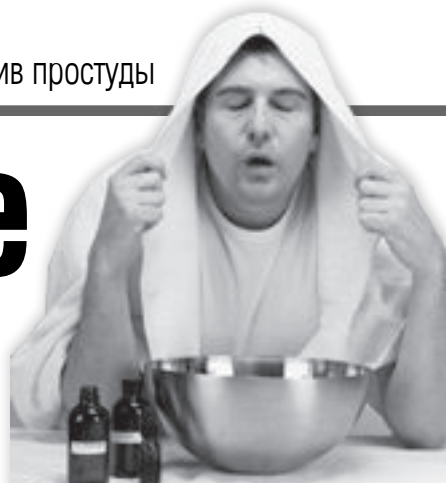
Вдыхать лечебный пар можно не через чайник, а наклонившись над кастрюлей. Отварите картофель в мундире, слейте воду. Опустите над кастрюлей голову и дышите

картофельным паром. Для большей эффективности можно накрыть пледом или большим шерстяным платком.

Для лечения запущенного насморка или гайморита можно использовать готовую 30-процентную настойку прополиса. Влейте в кипящую воду немного настойки, наклонитесь над кастрюлей, накройте голову и подышите над паром 10–15 минут. Прополис снимает отеки гортани и носоглотки, обладает анестезирующим действием.

Правила проведения ингаляции в домашних условиях:

одежда не должна стеснять дыхание; принимать пищу можно не позднее чем за 1,5 часа до ингаляции; ингаляция при насморке должна проводиться без напряжения, вдыхать необходимо через нос; ингаляция при кашле требует задержки дыхания после вдоха на 2 секунды;



после процедуры желательно полежать 30–40 минут и не напрягать горло.

Ингаляция в домашних условиях противопоказана больным с легочной и сердечной недостаточностью и гипертоникам. Нельзя проводить процедуру при температуре и носовом кровотечении.

Ингаляция для детей
Проводить ингаляцию детям можно, начиная с 2-летнего возраста, только после разрешения лечащего врача и под присмотром взрослых.

Начинайте делать ингаляцию через 10 минут после закипания воды; ее продолжительность должна быть не более 5 минут.

РЕЦЕПТ

Без пара и хлопот

– Наверное, не все знают, что ингаляция бывает не только паровой, но и холодной, – говорит травница Дарья Яценко. – Когда кто-либо в нашей семье заболевает, мы расставляем в комнате блюдечки с мелко нарезанным чесноком и луком. Фитонциды и эфирные масла, которые в них содержатся, обеззараживают воздух и благоприятно действуют на носоглотку и бронхи.

Некоторые лечатся редькой. Натрите один корень редьки и положите в банку. Нескольких раз в день дышите над банкой, задерживая выдох.

И еще: поставьте в помещении, где проводите большую часть времени, открытый флакон с маслом эвкалипта или эвкалипта – эта мера поможет противостоять болезнетворным микробам и вирусам.