

Красота и здоровье

Последние мировые исследования говорят о том, что ожирение является причиной 12 видов рака, данной проблемой обеспокоены в Минздраве РФ и принимают меры для её решения.

Доля жителей России с диагнозом «ожирение» с 2016 по 2017 год выросла на шесть процентов и составила 1,3 процента населения (1,9 миллиона человек). Среди детей и подростков до 18 лет в целом по России рост числа страдающих ожирением составил в конце 2017 года 5,3 процента – это почти 451 тысяча детей. Всего за последние пять лет доля россиян, страдающих ожирением, стремительно выросла на 30 процентов, сообщается на сайте Росздравнадзора.

Российские показатели заболеваемости ожирением приближаются к американским. При этом соотношение заболеваемости ожирением между мужчинами и женщинами в нашей стране практически сравнялось.

Причинами увеличения количества людей, страдающих ожирением, эндокринолог Екатерина Шереметьева считает переизбыток, приём лекарственных препаратов, депрессии, нарушение психологического статуса человека. «Например, какая-то проблема в семье, на работе, при некоторых хронических заболеваниях – люди больше нервничают и переедают», – пояснила врач.

Кроме того, прибавка в весе может происходить из-за некоторых заболеваний эндокринной системы, например, при синдроме поликистозных яичников или при заболеваниях щитовидной железы, отметила эндокринолог.

«Ожирение может быть первичное и вторичное. Первичное – вследствие питания, вторичное – вследствие, например, приёма гормональных препаратов», – уточнила Шереметьева.

Последние мировые исследования подтверждают взаимосвязь образа жизни людей, включая их рацион, вес, физическую активность, и уровня онкологической заболеваемости. Согласно этим исследованиям ожирение является причиной развития 12 видов рака, сообщается на сайте Росздравнадзора.

Проблеме ожирения уделяют существенное внимание в Министерстве здравоохранения России

Так в 2016 году Минздрав утвердил рекомендации по рациональным нормам потребления пищевых продуктов, отвечающих современным требованиям здорового питания.

А федеральный проект «Формирование здорового образа жизни»

Диета – путь в никуда

За пять лет число людей с лишним весом в России увеличилось на 30 процентов



© Евгений Рухмалёв

разработан с целью на всех уровнях информировать граждан о принципах правильного питания, важности регулярной физической нагрузки, отказа от вредных привычек и главное – формирования ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих, рассказали в пресс-службе Минздрава.

Чтобы избавиться от лишнего веса, по словам врача-эндокринолога, в первую очередь необходимо сбалансированное рациональное питание: «Диета – это путь в никуда, поэтому необходимы только сбалансированность

питания, обсуждение правильных физических нагрузок – а не «умри в спортзале на тренажёре» – и, если есть какая-то сопутствующая патология, то тогда – решение вопроса по поводу проблем со здоровьем».

А вот лекарственные препараты для похудения, которые сейчас широко рекламируют, по словам специалиста, влияют только на степень аппетита у человека, но при этом не заставляют худеть, поэтому сбросить вес только с их помощью практически невозможно.

Прецедент

Новосибирские нейрохирурги спасли магнитогорского металлурга

Информационные агентства Новосибирска сообщили об уникальной операции, спасшей жизнь магнитогорцу. Он с детства страдал от редкого заболевания – артериовенозной мальформации – разросшихся кровеносных сосудов в мягких тканях головы.

Первые симптомы проявились у него уже в пять лет – из-за патологии на голове возникло красное пятно. Но в то время ни в мире, ни в России не было технологий, позволяющих лечить такие болезни.

К 39 годам пятно разрослось, мальформация увеличивалась за счёт расширения сосудов и превратилась в бугристое большое образование, которое мешало жить, причиняло боль и

представляло серьёзную опасность для жизни и здоровья. Пациент постоянно носил головные уборы, чтобы не пугать прохожих и беречь голову от солнца, но это причиняло дискомфорт. Даже в шапке ему было неудобно, а необходимость надевать каску на производстве причиняла боль.

Лечения в областном центре магнитогорец ждал два года, но операция в Челябинске не помогла. Благодаря квоте он попал на лечение в Федеральный центр нейрохирургии в Новосибирске. В центр приезжают получить высококвалифицированную медицинскую помощь с использованием самого современного оборудования жители всех регионов страны. Но даже там для специалистов этот случай стал уникальным – с такой большой мальформацией, тем более не в головном

мозге, а в мягких тканях головы, новосибирские нейрохирурги сталкиваются очень редко.

Проводить операцию было сложно – болезнь поразила почти всю кожу головы. Был риск серьёзной кровопотери и возможного некроза тканей. Врачи приняли решение совместить хирургическое удаление мальформации с пластической операцией по пересадке кожи. Пластическую операцию проводила приглашённый из Санкт-Петербурга пластический хирург Любовь Родоманова. По словам врачей, кожа приживается хорошо, хотя волосы на голове расти не будут. Но после перенесённого отсутствия волос пациента не сильно беспокоит.

Лечение в центре продолжалось в течение месяца. В конце июля магнитогорца выписали домой.

Напасть

Число укушенных растёт

По данным территориального отдела Роспотребнадзора, за прошедшую неделю в Магнитогорске от укусов клещей пострадали 45 горожан, из них 19 – несовершеннолетние. Всего же с начала сезона клещи укусили уже 1288 человек, в том числе 387 детей и подростков.

Лабораторно было обследовано 555 клещей, семь оказались инфицированы вирусом клещевого энцефалита. Лабораторно подтверждённый диагноз «клещевой энцефалит» был поставлен пяти магнитогорцам, в том числе – одному подростку. Клещевым боррелиозом заразились двое – взрослый и ребёнок.

– Кусают там, где люди отдыхают: Башкирия, территория Банного. Кусают и в городе, – отметила заместитель руководителя территориального отдела Роспотребнадзора Наталья Давыдова.

В случае укуса клеща следует обращаться за помощью в инфекционный кабинет поликлиники по месту жительства, в выходные и праздничные дни – в травмпункт. Если нет возможности удалить клеща в медицинском учреждении, его нужно удалить самостоятельно с соблюдением мер предосторожности. Исследование клеща на заражённость клещевым энцефалитом можно провести в лаборатории центра гигиены и эпидемиологии по адресу: улица С. Лазо, 31.

Добавим, в то время как клещевой энцефалит считается вирусным заболеванием, боррелиоз, а также менее распространённые гранулоцитарный анаплазмоз, эрлихиоз – бактериальные инфекции, прививка от них не защищает. Единственная гарантия безопасности – не допускать укуса клеща. Отдыхая на природе, не забывайте проводить самоосмотры и пользоваться акарицидными средствами защиты.

Вакцинация

Гепатит: скрытая угроза

Гепатит – тяжёлое инфекционное заболевание, которое долго может протекать бессимптомно. Благодаря активной профилактике и вакцинации за последние четыре года в Челябинской области наблюдается спад заболеваемости гепатитом. Ежегодно на Южном Урале выявляется около двух тысяч инфицированных.

– На Южном Урале проходит массовая вакцинация населения, – рассказала главный инфекционист министерства здравоохранения Челябинской области Ольга Сагалова. – С конца 90-х, в соответствии с национальным календарём профилактических прививок, дети и взрослые в возрасте до 55 лет вакцинируются от гепатита В. Поэтому все случаи регистрации болезни относятся к непривитым взрослым, а детские заболевания отсутствуют в области третий год. Опыт показывает, что больше половины тех, кто болен гепатитом, не знают о своём заболевании. Оно нередко протекает бессимптомно, и человек может не знать о нём не только годами, но и десятилетиями. В итоге такие пациенты попадают к врачу, когда уже, например, началось кровотечение. Поэтому нужно своевременно сдавать анализ крови.

Донорство

Добро, спасающее жизнь

В субботу, 4 августа, состоялась «Всероссийская суббота донора». Проходит она традиционно в первую субботу августа. Цель акции – привлечь внимание к донорству и дать возможность сдать кровь всем тем, кто не имеет возможности сделать это в будние дни.

В Магнитогорске на станцию переливания крови пришли 68 человек. Сдать кровь смогли 55. Одна донация – это 450 миллилитров крови.

Группы крови, в которых медицинские учреждения больше всего нуждаются в данный момент, показывает донорский светофор. Посмотреть его можно на сайте yadonor.ru. Несмотря на прошедшую акцию, сейчас светофор магнитогорского отделения областной службы крови практически весь горит красным. Донорская кровь и её компоненты нужны постоянно, но летом потребность особенно высока.

– Потребность в донорской крови есть всегда. Особенно в отрицательных группах, – рассказала врач-трансфузиолог Мария Туленкова. – Жёлтый цвет донорского светофора приравнивается к красному. Сейчас ни одной группы нет в зелёной зоне. Доноры очень нужны.

Донорская кровь и её компоненты в первую очередь направляются в больницы Магнитогорска, а также в медицинские учреждения области.

Напомним, стать донором может любой здоровый человек старше 18 лет и весом более 50 килограммов. Для того чтобы сдать кровь, при себе обязательно иметь паспорт. Следующая акция «Рабочая суббота» пройдёт в Магнитогорске **18 августа**. Сдать кровь можно будет в Магнитогорском отделении Челябинской областной станции переливания крови по адресу: **проспект Карла Маркса, 160 с 8.00 до 11.00.**