



Судьба и признание

В медицину Любовь Хлоповских пришла по воле случая и зову сердца

В школе Люба Малая преуспевала на уроках английского и мечтала поступить в пединститут на няню. Казалось, профессиональная судьба была предвешена. Лишь одно событие внезапно и круто перевернуло все ее планы. И девятнадцатилетняя девушка ни секунды не сомневалась, что делает единственно верный шаг.

Заболел отец. Красивый, здоровый, крепкий — таким Любовь привыкла видеть его всегда. А в палате стационара он выглядел абсолютно беспомощным. Да и вся больничная атмосфера, в которой переплелись запах лекарств и человеческая боль, произвела на нее такое впечатление, что на следующий же день она забрала документы из вуза и напрямик отнесла их в медицинское училище. После учебы, долго не раздумывая, определилась в здравпункт доменного цеха. Вообще-то у нее был выбор — могла устроиться медсестрой где-нибудь в городе. Но хрупкая девушка многим на удивление почему-то вралась на нелегкое небезопасное производство. С детства много слышала о комбинате от мамы и папы — они начинали работать еще в войну в новотоккарном цехе. Сейчас родителям по восемьдесят лет. Традиции крепкой семьи, привязанности к металлургии, ответственности в обязанности выбранном деле — все это Любовь Федоровна унаследовала от них. Как, впрочем, и сильный характер.

Новоспеченным выпускникам устроили серьезное собеседование. Любовь Федоровна помнит вопрос, повернувшись в растерянность и без того колеблющуюся подругу: «Что будете делать, если у человека оторвало ногу?» Подруга не прошла экзамен, а Любу приняли. Пожалуй, именно тогда усвоила она основное фельдшерское правило: уметь сохранять хладнокровие и не впадать в панику — от этого тоже зависит здоровье, а подчас и жизнь человека. Но и много позже, не один десяток лет проработав в цеховом здравпункте, она так и не смогла смириться с тем, что «стук, как на передовой». Внешне стойкая, с завидной выдержкой, она на самом деле осталась прежней, прячущей в глубине души женские слезы и переживания. За тридцать лет разное случалось: выводила из травматического шока, оставившая кровотоке, спешившая с первой помощью при инфаркте. С чемоданчиком весом в десять кило приходилось бегать по вызову в цех.

Медики не боги, но на их счету многие спасенные челове-

Сила убеждения пациентов — тоже мастерство медиков

ческие жизни. В здравпункте долго размышлять некогда: приходят — кто с головной болью, кто с печеночной коликой, кто с внематочной беременностью — и порой для диагностики дорога каждая минута.

Когда строился пятый листопрокатный цех, вместе с ним открывали и новый здравпункт, куда после трех месяцев стажировки направили молодую практикантку. Любовь Хлоповских застала времена, когда все их «богатство» ограничивалось носилками да кислородной подушкой. Разве сравнишь с тем, что появилось спустя тридцать лет? Рядовой цеховой здравпункт перерос в комфортабельное помещение с полным «фельдшерским набором» неотложной помощи, профилактики, лечения. Есть стерильные процедурная, перевязочная, комната обработки инструментов, новенькие аппараты — свето- и магнитолечение, ультразвук, ингалятор, механический массаж. Словом, прописались на промышленной площадке современные медицинские технологии.

И школа первой заведующей Анны Кузьминичны Шенной с годами крепла. Любовь Федоровна переняла от наставницы все ценное из того, как «лечить и руководить». Возглавив здравпункт, сама по натуре человек-познаватель, она и молодых фельдшеров вовлекала в чтение новой литературы — с этого начинается профессиональный рост. Со слов Любови Федоровны, у нее самый лучший коллектив фельдшеров — грамотные и внимательные, готовые в любую минуту прийти на помощь. Елена Фролова, Светлана Хвосткина, Елена Корovina, Татьяна Никитенко, Ольга Мукаева. Бедная дружная команда не раз выходила победителем в комбинатских конкурсах на «Лучший здравпункт».

Понятие «приучать» по отношению к Любови Федоровне было бы неверным. Она не из тех, кто любит читать нотации. Докладный тон не приемлет ни при каких обстоятельствах. «Спокойно объяснит, вдохновит примером. Любовь Федоровна у нас сама корректность, — горвоет от нее подчиненные. — Горбы голос повисела? Да никогда не было и не будет таково». И характеристика эта, поверьте, далека от чинопочитания. Просто они говорят, как есть: «С нашей заведующей легко работать, интересно общаться».

Несет на себе Любовь Федоровна в коллективе еще одно ответственное дело — творческого генератора, это в ней осталась от занятий в детской театральной студии. Какие бы праздничные вечера или зейливые «кавэзны» ни проводили в мед-



Фото Дмитрий Рухманов

санчасти, «е девчонки» всегда на сцене. И Любовь Федоровна не только сценарии пишет. Не чуралась, к примеру, недавно сыграть роль Снежинки. Веселый нрав и творческая разрядка помогают снимать стрессы, а уж их в работе предостаточно.

Не пропал в ней и отменный кулинар: по примеру мамы, Капитолины Мефодьевны, умеет удивить всевозможными домашними тортиками. И ее блюда, где отварные фасоль и печень, приправленные морковью с луком, на празднике было оценено по достоинству: как все гениальное, просто и полезно.

Собственных «рецептов» злорого образа жизни Любовь Федоровна не скрывает: «Человек должен не быть завистливым, любить жизнь и относиться к другим так, как хотел бы, чтобы к нему относились, — уверенно говорит она, и потом добавляет с улыбкой, — а в питании — налегать на овощи и фрукты».

В духовной пище она разбирается: литературные пристрастия — Пушкин, Тютчев, Лесков, Аксаков. Романтика прошлых веков привлекает гораздо больше, чем фантастика о мирах будущих, в суесть которых почти нет места чувствам. Сказались семейные корни и детские впечатления: Люба часто бывала у дедушки в Мценске Орловской области, а когда гостила у тети в столице, любила прогуливаться по «старой Москве».

Ностальгические мотивы нашего с ней разговора, разумеется, не обошли стороной и рабочую тему. Когда Любовь Федоровна только начинала фельдшерскую практику, на комбинате, как впрочем, и повсеместно в стране, День донора отмечали как большой праздник — и два-три раза в год. По случаю временной «дислокации» городской станции переливания крови на территории здравпункта, в цеховой столовой накрывали столы, за которыми с букетами цветов восседали герои торжества. «Приходили по полсотни, а то и больше человек. Это только постоянные кровоснабжители, — утверждает Любовь Федоровна, — а еще под триста доноров были в резерве». Тогдашний начальник ЛПЦ-5 Михаил Григорьевич Тихоновский издал распоряжение по цеху — выплачивали денежное вознаграждение, давали дни для отдыха. Прямо на работе вручали и знаки донорского отличия трех степеней. Сейчас «выездные переливания» проходят буднично. И хорошо уже, если найдутся среди желающих прийти к донорству два десятка человек из «пятого листа» и соседних цехов.

«Букет болезней», которыми нынче страдают цеховики, ни для кого не секрет: все те гипертония, ишемия сердца, бронхит,

сахарный диабет, язва, нефрит, полиартрит и прочие недуги нашей цивилизованной жизни. На диспансерном учете 286 человек, все под неусыпным контролем медиков. Есть еще группа риска по професии — за этой категорией тоже глаз да глаз, чтобы болячка и на пучечный выстрел не приблизилась. Ни один рейд фельдшера по цеху, а первым делом они следят за наличием биуреза, рукавиц, касок и других средств защиты, не обходятся без просветительства. Сила убеждения — тоже мастерство медиков. И пропаганду чаще приходится вести среди молодежи, рабочие посты все же стареют блонти здоровьем.

— Правильно когда-то мама моя говорила: мы были не такие. Я сейчас тоже смотрю на молодых и думаю: но ведь и наше поколение совсем по-другому относилось к своему здоровью. Они вроде бы считают, что всегда будут молодыми и здоровыми, не ценят того, что имеют. Взять работу в травмпункт на бесплатную прививку от гриппа...

Чего таить, у Любови Хлоповских к работникам цеха отношение очень даже «предвзятое» — просто всю свою безграничную заботливость по отношению к самым близким людям она перенесла и на них. Ее отец Федор Яковлевич Малый проработал на ММК 55 лет, после войны трудился электриком в центральной лаборатории автоматизации, а муж Анатолий Николаевич Хлоповских, заслуженный металлург с 34-летним стажем, был старшим вальцовщиком в сортовом цехе на стане «500». Чего стоит металлургам каждый год работы, она знает не только из медицинской практики.

На портрете юного художника Ильи Хлоповских Любовь Федоровна — красивая, строгая, мудрая дама балзаковского возраста. Именно такой нарисовал любимый влюбленный, которому сейчас девять лет, свою дорогую бабушку. Но в этом привычном образе, в глубине ее светлых глаз много прочтешь и доброту, и любовь, и сердечность.

Маргарита КУРБАНГАЛЕЕВА.

Голова идет кругом

ДИАГНОЗ

С головокружением сталкивался каждый. В некоторых случаях оно носит естественный характер. С другой стороны, головокружение может быть проявлением заболевания.

В таких случаях его причина — повреждение какого-либо отдела вестибулярной системы: периферической и центральной части. Периферическая часть представлена внутренним ухом и вестибулярным нервом, а центральная — различными образованиями ствола и полушарий головного мозга. При повреждении любого отдела вестибулярной системы возможно головокружение — ощущение мнимого вращения или движения окружающих предметов или собственного тела.

Как установить причину головокружения? Прежде всего, это консультация врача-невролога и отоларинголога. Во многих случаях точно установить диагноз помогают дополнительные исследования, например, вестибулометрия, электрокохлеография и постурография.

Вестибулометрия включает в себя несколько исследований, большинство из которых основаны на регистрации и анализе нистага — непроизвольного движения глазных яблок — в покое и при нагрузках. Нистагм регистрируют с помощью инфракрасной камеры, вмонтированной в специальные очки. Такое исследование называют видеонистагмографией. Камера фокусируется на наиболее выступающей части глазного яблока и фиксирует его малейшие движения. Обследуемый следит за скачкообразными перемещениями зрительной мишени, совершающей непрерывные движения по определенной траектории. Это исследование позволяет выявить расстройство центральных отделов вестибулярного анализатора, то есть структур ствола головного мозга, мозжечка и полушарий мозга.

Электрокохлеография позволяет оценить состояние внутреннего уха, то есть периферической части вестибулярной системы, и диагностировать болезнь Меньера. Это сравнительно частая причина приступов крайне интенсивного головокружения. Суть электрокохлеографии заключается в регистрации вызванной электрической активностью улитки и слухового нерва. Исследование безболезненное, регистрирующий электрод располагается в наружном слуховом проходе, при этом целостность барабанной перепонки не нарушается. Повторные исследования используют для оценки эффективности проводимого лечения.

Постурография выполняется для определения способности человека сохранять равновесие. В ходе этого исследования отмечается положение центра тяжести тела в покое и при нагрузочных пробах, когда поочередно стимулируются различные сенсорные системы, участвующие в формировании равновесия: вестибулярная, зрительная и соматосенсорная. В настоящее время разработаны и используются в клинической практике много родов исследований, позволяющих установить причину головокружения и расстройств равновесия.

Лечение вестибулярных расстройств, как правило, заключается в сочетании медикаментозной терапии и вестибулярной гимнастики. Гимнастика ускоряет и усиливает действие медикаментозной терапии. Особенно перспективной считается реабилитация с использованием постурографической платформы. Эта методика основана на так называемой биологической обратной связи: выполняются специальные упражнения, больной видит на экране компьютера движения своего центра тяжести и обучается управлять ими.

Точная диагностика уровня повреждения вестибулярной системы и последующее комплексное лечение заболевания позволяют уменьшить головокружение и даже полностью избавиться от него, восстановить работоспособность.

Наталья МАХНЕВА, врач-невролог объединенной медсанчасти ММК.

Эффект Дон Кихота

ЭМОЦИИ

Интересное предложение последовало от журнала Families, Systems and Health: путем показа студентам-медикам фильмов, побуждающих к состраданию, воспитывать у них гуманное отношение к больным («эффект Дон Кихота»).

По мысли авторов предложения, показ соответствующих фильмов следует ввести в программу обучения. Джонана Шапиро и Ллойд Ракер утверждают, что врачи испытывают разные эмоции, когда видят один и те же сцены на экране и в реальной жизни. «Очень жаль, что чувство сопереживания и альтруизма, которые пациент так хочет видеть в своем враче, легко возникают в темноте кинотеатра, но исчезают при ярком свете медицинского кабинета», — отмечают они. Хотя врачи и студенты-медики могут пролить слезу, когда смотрят фильм «Филадельфия», реальный умирающий больной в той же ситуации, что и в фильме, вызывает лишь чувство страха, раздражения или недовольства.

Важно, чтобы возникающий при просмотре соответствующих фильмов «эффект Дон Кихота» сделал студента-медика более внимательным к своей клинической практике. То же произошло и с верным оруженосцем Рыцаря печального образа — прикоснувшись к выдуманному Дон Кихотом миру, Санчо Панса обрел способность сопереживать своему хозяину.

Походы в кино могут вызвать «эффект Дон Кихота» у студента-медика, надо только продуманно выбирать фильмы или клипы.

Георгий РУДИН.

Живая вода заботы

БЛАГОДАРНОСТЬ

Весной в наш дом пришла беда — тяжело заболела наша Ирочка. Если нет живой воды, то остается только молиться и надеяться на профессионализм медицинского персонала.

На наше счастье, город располагает специалистами высокого класса. Металлургический комбинат и администрация медсанчасти выделили средства на лечение. Несмотря на занятость, наша возможность оказать практическую помощь заместил главного терапевта города Татьяна Мосунова. Заместитель главного врача гормедсанчасти Людмила Красильникова приняла решение об интенсивном лечении с привлечением специалистов областного клинической больницы. В самые критические минуты продолжали бороться за жизнь и здоровье Ирочки заведующая гастроэнтерологическим отделением Наталья Хохлова и лечащий врач Ирина Носенко. Тяжелобольной человек беспомощен, а потому часто бывает капризен. Мы благодарны за понимание и заботу сестрам милосердия Марии Дозоровой, Марьям Мухамеддиновой, Фанне Гибодатовой, Наталье Андреевой.

Можете представить себе состояние родителей, родственников, когда близкий человек в двадцать два года оказался на грани жизни и смерти. Отзывчивость медперсонала, служителей храма Московской патриархии в честь иконы Божьей Матери «Троеручицница», которому администрация больницы выделила помещения на территории больницы, существенно смягчают эту боль. Вообще, бездушных, безразличных к нашей беде вокруг нас не было.

Своевременные принятые меры дают надежду на благоприятный результат. Оказывается, и в наши дни не все измеряется рублем. Есть люди, готовые в любую минуту выполнить профессиональный долг и прийти на помощь. Спасибо им всем за участие и поддержку.

Семья КРИВОШЕЕВЫХ.

Сострадание есть высочайшая форма человеческого существования

Федор ДОСТОЕВСКИЙ

Ловкость рук — и вы здоровы

РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ

Массаж возник в глубокой древности. Как метод лечения он применялся уже в третьем тысячелетии до нашей эры в Китае, затем в Японии, Индии, Греции, Риме. Из глубины веков до нас дошло описание лечебных методик акупунктуры, акупресуры — различных способов воздействия на определенные активные точки.

Массаж — слово арабское и греческое и обозначает: по-арабски — трогать или водить рукой. Под массажем в настоящее время подразумевается научный способ лечения многих болезней при помощи систематизированных мануальных приемов: поглаживания, растирания, разминания, поколачивания, вибрации или сотрясения.

Одним из самых необычных до сих пор считается рефлексотонный массаж — он воздействует на рефлексогенные зоны и точки человека, вызывая положительные функциональные изменения внутренних органов, связанных с этими зонами. К рефлексотонному массажу относятся сегментарный массаж, массаж стоп и кистей, массаж ушных раковин.

В основу рефлексотерапии положено представление, что организм человека, как и его личность, — целостная взаимосвязанная система, и нарушение равновесия в одной из его частей тут же отражается на всех других. Между рефлексотерапией и такими системами, как акупунктура и акупресура, вероятно, существует историческая связь. Дошедшие до нас письменные источники из Древнего Египта и Рима, похоже, описывают исцеляющие точки, соответствующие рефлексотонным зонам. Способы массажа ступней, которые теперь применяются в рефлексотерапии, знали египтяне и другие коренные жители Америки.

Возможно, именно эти способы заинтересовали доктора Уильяма Финджералда, создавшего основу современной рефлексотерапии. Уильям Финджералд — американский врач, специализировался по заболеваниям уха, горла и носа и в начале XX века практиковал в различных больницах США и Англии.

В 1913 году он обнаружил свои открытия, наметив в общих чертах теорию о взаимосвязи различных зон тела. В упрощенном виде это можно представить как десять вертикальных линий-зон, проходящих вдоль тела. На любые изменения, возникающие даже в одной из зон, реагирует остальная часть зоны.

В отличие от доктора Финджералда, который работал с различными частями тела — кистями рук, ступнями ног, губами, носом и ушами, Юнис Ингхэм сосредоточила свое внимание на ступнях ног. Она полагала, что, так как на ступнях расположены точки, относящиеся ко всем 10 зонам, эти точки имеют особое значение для лечения. Согласно теории Ингхэм, при замедлении кровообращения в области конечностей вокруг нервных окончаний ступней образуются мельчайшие кристаллические отложения — подобно тому, как при замедлении течения в реке формируется ил. Чтобы разрушить эти мелкие кристаллы и восстановить нормальное функционирование, врач-рефлексотерапевт применяет сильное надавливание.

За последние 30 лет рефлексотерапия стала чрезвычайно популярной во всем мире. Ценность рефлексотерапии признают все больше врачей-терапевтов. Отчасти это произошло из-за ее относительной простоты, поскольку она является неинвазивным (наружным) методом лечения, а отчасти из-за того, что этот способ терапии успешно работает, хотя никто до конца не знает почему. Мягкий массаж стоп можно проводить в домашних условиях самостоятельно для снятия стресса, хотя это не заменяет квалифицированную медицинскую помощь. Посоветовавшись с врачом, вы можете пользоваться этим мягким способом релаксации, массируя соответствующие точки на стопе или руке. Растяжение и расслабление стопы само по себе улучшает локальное (местное) кровообращение и способствует общему расслаблению. Интенсивно надавливая на разные участки стопы, вы можете определить чувствительные точки.

С этими участками нужно обращаться очень осторожно и не оказывать на них слишком сильное и длительное давление, так как это может спровоцировать нежелательную реакцию в соответствующих областях тела. Обычно при рефлексотерапии манипулируют большими пальцами рук, хотя в некоторых случаях удобнее применять другие четыре пальца. В завершение массажа необходимо мягко растереть ступни.

Рефлексотерапию используют, к примеру, для облегчения болей в спине, при мигрени, проблемах с пищеварением, предменструальном синдроме, а также при стрессе и напряжении. Считается также, что рефлексотерапевт может иногда определить надвигающуюся болезнь и посоветовать пациенту обратиться к тому или иному специалисту.

Однако при несомненном позитивном воздействии этого метода лечения рефлексотерапию не рекомендуют беременным женщинам, людям, страдающим артритом, болезнями сердечно-сосудистой системы, гормональными, опухолевыми заболеваниями... Поэтому даже такие, казалось бы, щадящие медицинские процедуры должен рекомендовать только лечащий врач, которому хорошо известны все проблемы со здоровьем его подопечного.

Светлана ГОЛЕВА, врач-невролог объединенной медсанчасти ММК.

