

КАРДИОЛОГИЯ | Командный принцип лечения приносит заметные результаты

Как сберечь свое сердце

В Челябинской медакадемии прошел II международный форум «Ангиология: инновационные технологии в диагностике и лечении заболеваний сосудов. Интервенционная кардиология».

На него собрался весь цвет отечественной и зарубежной кардиологии из десяти медицинских вузов, пяти НИИ, восьми специализированных центров, более чем 20 лечебных учреждений, 30 фармпроизводителей. Кроме участников из России, в Челябинск приехали гости из Японии, Украины, Белоруссии, Узбекистана, Казахстана.

Сердечно-сосудистые заболевания по-прежнему занимают первое место среди причин смертности, — сказал проректор ЧГМА, президент Евро-Азиатской ассоциации ангиологов и сосудистых хирургов, профессор Алексей Фокин. — Хотя прогресс достигнут: заболеваемость в России уменьшилась незначительно, а смертность снизилась на 6,5 процента, это значительная цифра в масштабах страны. Она связана с увеличением на 16,5 процента числа операций на сердце. У нас сформировался командный принцип лечения: на разных этапах важна роль как хирурга, так и кардиолога, терапевта.

О новой системе организации лечения больных с инфарктом и инсультом рассказал главный кардиолог области Сергей Королев. С этого года на базе южноуральских больниц № 1 и 3 созданы мощные рентгенохирургические отделения, где помощь больным с острым состоянием будет оказываться в первые же часы. Чтобы охватить большую часть жителей области, в районах создано шесть первичных сосудистых отделений. В прошлом году 754 больным коронарография была сделана в первые 12 часов, 300 из них — в первые 90 минут, как это происходит в Европе. А затем выполнено стентирование коронарных сосудов, что позволило избежать инвалидности.

Однако каждый год в области происходит 6000–6500 инфарктов, и подобная помощь при коронарном синдроме в первые шесть часов требуется всем этим пациентам.



Профилактическая медицина у нас не работает, — с горечью отмечает главный врач Челябинского федерального центра сердечно-сосудистой хирургии Олег Лукин. — Наши плановые операции во многом зависят от результатов работы первичной кардиологической службы. А мы сталкиваемся с тем, что большинство наших пациентов надо было оперировать еще позавчера.

В прошлом году в кардиоцентре было выполнено 5300 операций, 1200 из них — аортокоронарные шунтирования. Каждый четвертый из этих больных уже перенес инфаркт, аневризмы, при этом коронарная помощь им не оказывалась. По данным Бакулевского института, процент таких больных по стране — меньше 9, а у нас в области — 26. Конечно, АКШ продлит им жизнь, но качество ее уже ограничено. Вот почему так важно запустить программу экстренной помощи южноуральцам, считает Олег Лукин.

Однако, по статистике, лишь чуть больше 50 процентов больных с инфарктом миокарда вызывают скорую помощь или врача. Остальные, если не умирают, переносят болезнь на ногах. Особенно это касается пациентов в возрасте

30–39 лет. А инфаркт сегодня не редкость даже у 20-летних.

У главного кардиолога Челябинска, профессора Игоря Шапошника, свой взгляд на проблему: «Кардиохирургия, образно говоря, — тушение пожара в лесу. Самое важное — его не допустить». Коварство болезней сердца в том, что человек может прекрасно себя чувствовать, иметь нормальную электрокардиограмму, а через несколько минут погибнуть. Спросите людей на улице, где болит сердце? 99 человек из 100 вам уверенно покажут: слева, под соском. Но дело в том, что там сердце никогда не болит. Грозный симптом надвигающейся катастрофы — боли за грудиной, локализующиеся по центру. Чаще всего возникают в движении и длятся всего несколько минут. Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний сегодня известны всем: излишний вес, высокое давление, холестерин, стрессы, алкоголь и табак.

Отказ от курения на 50 процентов снижает риск заболеваний сердца, — констатирует главный кардиолог города. — Об этом все знают, но у нас в Челябинске 40 процентов женщин до 26 лет курят ☹

МЕДЦЕНТР

Сказочный доктор

В первый день весны у челябинских онкобольных появится необычная возможность избавиться от своих недугов с помощью... сказок.

Слово «сказки» в предстоящей терапии используется буквально. Автор лечебных произведений — психолог и телесный терапевт из Ангарска Ирина Семина, более известная

под псевдонимом Эльфики. Из-под ее пера вышло более 300 терапевтических сказок для взрослых. Многие из них имеют свою «специализацию» — они написаны для того, чтобы победить именно эти коварные онкозаболевания.

Как это сделать с помощью сказок, расскажет сам автор на

встрече. Ее тема так и звучит — «Рак пятится назад. Практический опыт сказочного лечения онкозаболеваний». Как говорят эксперты, многие отчаявшиеся больные после чтения сказок от Эльфики обретали веру и надежду на выздоровление. А это уже первый и, быть может, самый главный шаг.

ЕСТЕСТВЕННАЯ ЗАЩИТА

Пять факторов, ослабляющих иммунитет

Казалось бы, дела все житейские, а защитной системе организма работать мешают...

Не секрет, что своими привычками и предпочтениями мы можем как помогать иммунитету выполнять свою работу, так и мешать ему.

Бывает, мы даже неосознанно подавляем защитные функции организма, казалось бы, не делая ничего предосудительного и опасного для здоровья. Английские ученые составили список необычных и малоизвестных факторов, снижающих степень активности клеток иммунной системы.

Много сахара

Если за короткий промежуток времени съесть 100 граммов сахара (4 столовых ложки) — ну, к примеру, на чаепитии со всевозможными тортиками-конфетами-пирожными... Или выпьете литр колы... Это примерно в три раза понизит сопротивляемость вашего организма различным вирусам на временной промежуток, равный 5–6 часам.

Мало воды

Если в течение дня вы пьете мало воды — это значительно снижает все функциональные способности организма. Обезвоживанием в течение дня страдает почти каждый из нас, но мало кто придает этому значение. К тому же, далеко не все учитывают, что многие привычные напитки (чай, кофе и т. д.) не пополняют запасы жидкости, а напротив обезвоживают организм.

«Сухой нос»

Если у вас течет из носа, или он, напротив, заложен, вы лучше защищены от простудных заболеваний, чем когда слизистая пересушена. Слизистая и вырабатываемые ею вещества — часть иммунной системы, и заложенность носа можно объяснить защитной реакцией организма на микробную атаку.

Стресс

Улыбка действительно защищает нас от многих болезней, чего не скажешь о негативных эмоциях. Чем больше мы нервничаем, злимся и переживаем, тем больше страдает наша естественная защита. Гормоны стресса подавляют активность клеток иммунной системы — предупреждают ученые.

Недостаток сна

Лишний вес, болезни сердца, вечные простуды и недомогания, а причиной всему может быть банальный недосып. Во время сна иммунитет восстанавливает резервы, которые днем бросаются на борьбу с вирусами и микробами. Если же человек спит недостаточно, времени на восстановление у иммунитета катастрофически не хватает.

ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Главное — любовь и забота

ВЛАДИМИР БАРТКОВ

Сейчас в моде разговоры о женском здоровье. Но все ли понимают значимость и глубину вопроса? О некоторых аспектах сохранения женского здоровья беседуем с главным врачом родильного дома № 2 Татьяной Рядчиковой.

— Нужно оговориться, что термин «женское здоровье» носит бытовой, а не научный характер. Правда, это не умаляет его социальной значимости, — рассказывает Татьяна Анатольевна. — От того, насколько здоровы наши мамы, зависит будущее страны и общества. Причем мелочей в этом деле не бывает. В конечном счете,

именно комплекс условий имеет решающее значение.

— Каковы эти условия?

— Дети очень тонко чувствуют отношение родителей к ним. Любовь и уважение, проявляемые к ребенку, благотворно сказываются не только на его самочувствии, но формируют в нем черты будущего родителя. Уход за девочкой включает в себя контроль за ее питанием, тем, как она одета, с кем общается. Ни в коем случае нельзя допустить пристрастия к вредным привычкам — ни одна из них не пройдет бесследно для последующих поколений.

— Интимная жизнь — как быть с нею?

— Для девушки как минимум до шестнадцати лет половая жизнь ка-

тегорически противопоказана. Женщина в девушке зреет постепенно. Девушка, допустив раннюю связь, ставит под угрозу не только свое здоровье, но и возможность иметь детей в будущем. Еще больший вред наносит частая смена партнеров.

— Предположим, период становления прошел благополучно.

— Пройдя все этапы взросления, молодая женщина становится способной благополучно выносить и родить малыша. И здесь многое зависит от мужчины, который находится рядом. Любящий супруг никогда не допустит нежелательной беременности. И дело не только в физиологических и моральных сторонах аборта. Если пара решит оставить нежеланного ребенка, он обязательно почувствует свою

«прежнюю ненужность». Психологами проводились исследования, в ходе которых людей вводили в транс, и они вспоминали свои впечатления, когда были в утробе матери. Им было страшно, если беременность была нежеланной хотя бы со стороны одного из родителей. А потом люди ломают голову над тем, почему они не находят общий язык со своими детьми. По-моему, ответ очевиден: дети ведут себя с родителями так, как родители вели себя с ними.

Если вы решили завести малыша, целесообразно до беременности обследоваться и мужчине, и женщине. Будет время подлечить выявленные заболевания и тем самым предупредить многие осложнения беременности и родов, так как во время разви-

тия в утробе матери нового организма многие болезни просто невозможно вылечить из-за токсичного действия лекарственных средств на плод. И обязательно каждой женщине за три месяца до беременности и первые три месяца после зачатия советую пить фолиевую кислоту — она профилактирует развитие пороков центральной нервной системы у плода.

Если обеспечить правильное питание и рациональный режим дня, реально без медикаментозного вмешательства избежать таких осложнений во время беременности, как ранний токсикоз, угроза прерывания и поздний гестоз.

А главное — любовь, уважение и забота друг к другу и маленькому чуду — вашему ребенку.

Отказ от курения на пятьдесят процентов снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний