

ОЧНУЛСЯ – ГИПС...

Работы у травматологов с каждым годом прибавляется

СТАТИСТИКА неумолима: число бытовых травм растет. В течение года только в хирургическое отделение поликлиники № 2 за медицинской помощью обращаются более полутора тысяч человек. Характер повреждений зависит от сезона: летом часты порезы, зимой – переломы. Страдают, в основном, горожане от двадцати до сорока пяти. Впрочем, классической формулой «поскользнулся, упал, очнулся – гипс» истории не ограничиваются.

Чаще всего получают травмы по своей неосторожности. Нередко ночами на возвращающихся с работы или из гостей нападают хулиганы или грабители. Такие пострадавшие обращаются за первой медпомощью в травмпункт, как правило, в состоянии алкогольного опьянения. Наиболее тяжелые больные поступают после дорожных происшествий: пешеходы, которых сбила машина, попавшие в аварию водители и пассажиры. В поликлинику они приходят уже на долечивание после стационара – бывает, что курс лечения превышает полгода, – рассказывает заведующий хирургическим отделением второй поликлиники медсанчасти Александр Ятлук.

Александр Владимирович – травматолог-ортопед. В отделении, которое он возглавляет, прием ведут специалисты всех направлений: хирург, сосудистый хирург, уролог, проктологи. В помощь врачам – квалифицированные медсестры, санитарки. Профессиональной команде по силам любые виды лечения, мини-операции. Здесь проводят первичную хирургическую обработку ран, накладывают и снимают гипс, делают остеосинтезы, то есть специальную фиксацию при небольших переломах мелких костей пальцев. Со многими своими пациентами врачи поликлиники уже знакомы по регулярным дежурствам в стационаре.

В конце лета, как раз в дежурство Александра Ятлука, скорая доставила в медсанчасть молодого человека с тяжелой черепно-мозговой травмой.



ФОТО АЛЕКСЕЯ СЕВЕРЯКОВА

Около полуночи на совершенно пустой дороге два мотоциклиста умудрились столкнуться. Для одного поездка закончилась койкой в нейрохирургии. Повез-

ло парню в злополучную ночь только с тем, что попал он в надежные руки профессионалов.

– Дать точный прогноз при тяжелых травмах, конечно, не-

возможно. Но мы всегда надеемся на полное восстановление функций и выздоровление человека. Безусловно, это требует длительного времени, и уже в

процессе лечения, наблюдения вырисовываются перспективы, – рассказывает Александр Владимирович. – Очень многое зависит от настроения самого больного. Особенно при сложных переломах, после операций, когда врачи восстановили кость или элементы сустава. Все-таки в большей степени успех восстановления функции зависит от желания и упорства пациента. Мы заранее объясняем человеку: его участие в этом процессе первостепенно.

Из хирургического отделения поликлиники таких направляют в кабинет лечебной физкультуры. Инструкторы помогают им вновь обрести подвижность и вернуться к полноценной жизни. За долгие годы в профессии Александру Владимировичу довелось видеть немало случаев из серии «нарочно не придумаешь». Некоторое время назад он работал в травмпункте. На прием обратился молодой человек, рассказал, что избит неизвестными. Ему оказали первую помощь и отпустили домой. Не успел тот выйти из кабинета, как нос к носу столкнулся со своими обидчиками, которые тоже пришли обработать раны. Драка завязалась по новой. Недурно разнимали уже с милицией...

В травмпункте при первой поликлинике на левом берегу крупосуточно ведут первичный прием пострадавших. Позже многие отправляются на долечивание по месту жительства. В хирургическом отделении второй поликлиники травматолог за смену принимает по пятьдесят–шестьдесят человек. По понедельникам бывает и до ста: приходят пострадавшие с вечера пятницы до воскресенья. Цифры приема высоки еще и потому, что обслуживают здесь не только своих «территориальных» пациентов, но и жителей новых микрорайонов – из филиала первой поликлиники, а также работников комбината и дочерних предприятий.

Небольшая, но стабильная по числу группа клиентов травматолога, – пенсионеры. Обращаются, ругая себя за неосмотрительность и забывчивость. Многие, в буквальном смысле, по весне наступают на собственные грабли, которые с осени припрятали на участке.

Летом первенствуют различные порезы и проколы, связанные с работой в саду, выездами за город.

Вперед – зима. И прогнозы уже известны: вместе с гололедом начнутся падения, а значит, переломы костей предплечья, лодыжек, голеностопного сустава. У пожилых особенно уязвима область бедра. Словом, пенсионерам лучше не спешить на улицу, если дороги на время превратились в каток.

Впрочем, и дома, как говорится, береженого бог бережет. А травмы получают, и когда бьют молотком по пальцу, и когда шагают со стремянки. В сезон отключений горячей воды наплыв особых пациентов – получивших ожоги от кипятка. Порезы случаются по самым разным причинам: человек раздвигал замороженное мясо либо резал хлеб и сорвавшимся ножом повредил руку.

Опасны любые порезы. Однако очень часто люди обращаются к нам уже с осложнениями, поначалу думая, что рана заживет сама. Но чаще всего возникает гнойный процесс, появляются абсцессы, флегмоны, которые требуют уже не только стационарного лечения, но и оперативного вмешательства. А начиналось все с небольшой ранки или маленького пореза, который просто следовало вовремя показать хирургу, – говорит Александр Ятлук.

Ряд пациентов травматологи обслуживают прямо на дому. Это люди после тяжелых травм, которые уже не нуждаются в больничном лечении, но выписаны на постельный режим и под наблюдение участкового терапевта. За неделю к специалистам хирургического отделения поступает до десятка подобных вызовов.

Говорят, если б знал, где упасть, подстелил бы соломки. Но три условия медицины все же советуют взять на вооружение. Во-первых, быть внимательным, чтобы не страдать по своей же глупости. Во-вторых, если уж случилось несчастье, не ждать чудесного исцеления. А в-третьих, доверяясь доктору, самому не оплошать: настроиться и прилагать все силы для скорейшего избавления от безрадостного звания «пациента».

МАРГАРИТА КУРБАНГАЛЕЕВА.

Хирургия – образ жизни

ФОРУМ

В КОНЦЕ МИНУВШЕЙ НЕДЕЛИ в малом зале городской администрации состоялся вторая конференция хирургов Уральского федерального округа, посвященная 80-летию со дня рождения бывшего главного хирурга, почетного гражданина города, ветерана Магнитки, заслуженного врача РСФСР Владимира Никишина. Врачебный форум был посвящен теме «Перитонит. Хирургия и интенсивная хирургия». В работе уральской конференции, проходившей в Магнитогорске, приняли участие около ста специалистов из различных городов округа, а также именитые хирурги из Москвы, Ярославля, Перми.

Перед началом мероприятия в холле была организована небольшая специализированная выставка, на которой представили брошюры, буклеты о современных лекарственных препаратах, медицинские инструменты и оборудование. Помимо этого, все участники конференции стали обладателями сборника с материалами конференции. В нем изложены взгляды различных школ, направлений как крупных научных центров Урала, так и практического здравоохранения. Это издание предназначено не только для врачей-хирургов, но и для анестезиологов-реаниматологов.

Один из плюсов национального проекта «Здоровье» – планомерное развитие материально-технической базы здравоохранения. Но база немыслима без профессионалов, их знаний, без рук хирурга, – дал оценку значимости конференции заместитель министра здравоохранения Челябинской области Алексей Козлов. – Именно такие форумы, общение с коллегами, определяющими направление в том или ином виде здравоохранения и медицины, абсолютно необходимы. Выступление ведущих профессоров Уральского федерального округа позволяет сделать конференцию очень плодотворной.

Приветственным словом форум открыл глава города Евгений Карпов. Врачи же, в свою очередь, выступили с предложением к главе Магнитогорска и городскому собранию депутатов назвать одну из улиц города именем прославленного хирурга Владимира Кузьмича Никишина. Мэр заверил, что это предложение обязательно будет рассмотрено.

В обращении к коллегам главный хирург Уральского федерального округа, профессор Михаил Прудков отметил, что программа конференции построена весьма интересно.

Много добрых слов о друге и учителе Владимире Никишине сказал его ученик, известный в городе хирург Александр Коновалов. Владимир Кузьмич первый в Челябинской области организовал детский травматологический пункт, основываясь на собственных разработках. По инициативе Никишина для улучшения диагностики острых хирургических заболеваний органов брюшной полости и грудной клетки впервые в Советском Союзе именно в Магнитогорске была создана подвижная рентген-эндоскопическая бригада. С целью более качественной диагностики и оптимального выбора метода лечения у пульмонологических и торакальных больных образована пульмонологическая комиссия. Среди достижений именитого магнитогорского хирурга и то, что он первым из городских врачей выполнил реконструктивные и пластические операции на главных бронхах, разработал уникальные методики лечения больных с гнойными заболеваниями легких и плевры.

И как напутствие молодым хирургам, участвовавшим в работе конференции, Александр Коновалов привел любимое выражение Владимира Никишина: «Хирургия – это не работа, это образ жизни». Этому принципу Владимир Кузьмич всегда следовал сам. И, как показала конференция, у него много соратников и последователей.

ЕЛЕНА КОФАНОВА.

● ИЗ ПОЧТЫ «ММ»

Как на курорте

МНОГО ХОРОШЕГО писали о центре медико-социальной защиты благотворительного фонда «Металлург». Я тоже хочу рассказать о людях, которые там трудятся. Такого внимательного, теплого отношения я не встречала нигде.

Большое спасибо руководителям комбината за то, что построили такую замечательную лечебницу. Там хорошие врачи, а после процедур тебе любезно предложат чай с печеньем и конфетами. Мне кажется, я побывала на курорте.

Уколы мне делала медсестра Татьяна Костеркина. Удивило, как безболезненно это у нее выходит. От души благодарна и массажисту Людмиле Дьяченко: много раз ходила на массаж, но на такой – впервые. Она вкладывает в работу душу, чтобы помочь больному. Все пациенты, которым она делала массаж, довольны.

Огромное спасибо всем, кто занимался моим здоровьем. Ваши труды не напрасны. Пусть с вами всегда будет ангел-хранитель.

СВЕТЛАНА ГЕВНЕР,
член совета ветеранов сортового цеха.

Подарили поддержку

КОГДА В ЖИЗНИ неприятности, человеку обязательно нужна поддержка. У меня были сложности со здоровьем, к счастью, временные. И в трудную минуту рядом оказались отличные доктора.

Внимание, доброта, вежливое обращение, терпимость – всем этим меня встретили в диагностическом центре медсанчасти администрации города и ОАО «ММК». Я искренне благодарна заведующему отделением функциональной диагностики Виталию Гутнову, врачу Екатерине Петрикеевой за доброе отношение и понимание.

Мой жизненный девиз такой: «Люди! Имейте горячую любовь друг к другу, и чувство благодати снизойдет к вам!»

Спасибо всему коллективу диагностического центра за профессионализм и человечность.

ИРИНА ПРОЗОРОВА,
заместитель главного бухгалтера ООО «Абзаково»,
председатель правления благотворительного фонда
«Мама и дети».

Бесплатно и душевно

ХОЧУ ВЫРАЗИТЬ благодарность специалистам диагностического центра медсанчасти, которые работают в кабинете № 104.

Пациентов здесь всегда принимают тепло. Врач ультразвуковой диагностики Ольга Блохина – отзывчивый и душевный человек. Проводя обследование, она мне все объяснила, ответила на вопросы. Дай бог здоровья, благополучия, дальнейших успехов такому замечательному доктору и ее медсестре. Бесплатно пройти УЗИ меня направили из поликлиники № 2, где тоже чуткие специалисты.

Спасибо руководству медико-санитарной части АГ и ОАО «ММК» за внимательное отношение к пожилым людям.
ВИКТОР ЛЕГОСТАЕВ,
ветеран комбината.

Склероз нельзя вылечить, но о нем можно забыть.

ФАИНА РАНЕВСКАЯ

«Правила движения» суставов

СТРАНА СОВЕТОВ

ОБ ЭТОМ ЗНАЮТ практически все, но откладывают профилактические меры «на потом», когда проводить профилактику бывает поздно.

Человек изначально «запрограммирован» на проблемы со спиной, испытывающей огромные нагрузки. Чтобы уменьшить их, нужно соблюдать определенные «правила движения».

• Поднимая тяжести, прижимайте их поближе к телу.

• Не вскакивайте сразу, с грузом поднимайтесь постепенно.

• Если вы несете сумки в руках, постарайтесь не нагружать одну сторону, а занять две руки примерно одинаковыми пакетами.

• Не нагибайтесь при мытье пола, лучше возьмите швабру.

• Носите легкую одежду и удобную обувь.

• Старайтесь не трудиться в наклонном положении. Это относится и к работе на грядках – они должны быть достаточно высокими, чтобы их было удобно обрабатывать.

• При сидячей работе выбирайте стулья и кресла с удобной спинкой, на которую можно откинуться.

• Выбирайте для сна достаточно жесткие матрасы и невысокие подушки, чтобы во сне позвоночник принимал относительно прямое положение.

И СТАРЕТЬ МОЖНО КРАСИВО

Объявите войну недугам и плохому настроению

КАК, ДОЖИВ ДО СЕДИН, сохранить молодость духа и здоровье тела, жизнелюбие и активность? Об этом – беседа с врачом-психотерапевтом Ларисой МАРИКИНОЙ.

– В последние годы часто говорят о том, что население развитых стран стало резко стареть. Так ли это?

– Старение населения означает, что растет количество людей старше трудоспособного возраста. И это во всех развитых странах. Согласно классификации Всемирной организации здравоохранения, во многих государствах определили в качестве «порога» возраст свыше 65 лет, а в России – 60. Только за последнее столетие в большинстве европейских государств число пожилых людей удвоилось. Таким образом, за европейским регионом прочно закрепился статус старейшего на планете. И по прогнозам демографов, в предстоящие двадцать лет в структуре населения ожидается значительное увеличение возрастной группы «восемьдесят и старше».

– С годами, чтобы не испытывать дискомфорта, человек должен обращать больше внимания на свое здоровье. В какой специализированной помощи чаще нуждаются пожилые?

– Чуть меньше половины «возрастных» пациентов, опрошенных социологами, беспокоило нарушение двигательной функции, каждый третий

обеспокоен пищеварением, дыханием и кровообращением, четырнадцать процентов – зрением, семь – слухом. На расстройство психических функций пожаловалось сорок семь процентов пожилых.

– Почему почти у половины стариков и пожилых людей слабеют психические функции?

– В большинстве случаев причины вызваны сосудистыми заболеваниями. При церебральном атеросклерозе психические нарушения наступают довольно рано. Трудоспособность таких пациентов нередко снижается еще в предпенсионном возрасте – они быстро утомляются, с трудом переключаются с одного вида деятельности на другой. Таким больным непросто усваивать знания, овладевать новым делом. Они легко раздражаются, обидчивы, склонны к слезливости. По мере нарастания болезни ухудшается память: они не могут вспомнить имена знакомых, даты прошедших событий, некоторые термины. Обычно у больных с прогрессирующим течением церебрального атеросклероза в начальных периодах болезни память хорошо хранит события давних лет, но с трудом сохраняет то, что было в ближайшие дни и даже часы. Постепенно ослабевают память и на далекое прошлое.

– Кроме нарушения памяти, могут быть другие изменения?

– Вторая проблема пожилых людей

– депрессия, которая нередко сопутствует гипертонической болезни и церебральному атеросклерозу. Пожилые люди чересчур болезненно воспринимают собственное старение. Ему одиноко, его беспокоит чувство пустоты вокруг себя, так называемое «одиночество в толпе». Мысли, что он никому не нужен, что его переживания и чувства не интересны окружающим, становятся содержанием жизни. Нередко возрастает чувство вины и общественной неполноценности. Характерные признаки депрессии – постоянная усталость, потеря в весе или, наоборот, прибавка массы тела, тоска, печаль, повышенная тревога за родственников и свое здоровье. Нередки трудности засыпания, повторяющиеся ночные или слишком ранние утренние пробуждения, потеря интереса к еде, к жизни семьи.

– Лариса Борисовна, посоветуйте нашим пожилым читателям, как сохранить или же вернуть нормальный сон...

– Чтобы сон был хорошим и крепким, человек должен завести привычку ложиться спать в одно и то же время, тогда организм сам выработает определенный ритм смены сна и бодрствования. Перед сном нужно избегать волнующих разговоров, стрессовых ситуаций, эмоционально насыщенных телевизионных передач. Надо соблюдать определенный ритуал отхождения ко сну. Если вы привыкли засыпать с

книгой в руке, не отказывайтесь от нее. Комната, в которой вы спите, должна быть проветренной. Не надейтесь на ночь, иначе сон будет беспокойным и поверхностным. Не следует перед сном пить тонизирующие напитки – чай, какао, кофе. Для улучшения сна в опосредованной психотерапии применяют ароматы лаванды, шалфея, череды, герани: они улучшают процесс засыпания.

– Могут ли рассчитывать на специализированную помощь пожилые жители нашего города?

– В Магнитогорске развивается гериатрическая помощь, во всех больницах города существуют геронтологические койки для лечения и обследования таких пациентов.

– А как дела в вашем лечебном учреждении?

– В медсанчасти администрации города и ОАО «ММК» сложилась гериатрическая служба, которая включает в себя не только лечение, но и профилактику. Открыта школа здоровья «Третий возраст» при уникальном, недавно созданном геронтологическом отделении, в котором лечат и проводят реабилитацию пожилых людей. В отделении можно получить физиотерапевтические процедуры, помощь психиатра и медицинского психолога, кардиолога, лор-врача и врача-геронтолога. Здесь можно посещать лечебно-физкультурные занятия. Организовано лечение больных на

геронтологических койках терапевтического корпуса, наблюдение пожилых людей амбулаторно в поликлинических отделениях медико-санитарной части.

– Лариса Борисовна, всем людям без исключения интересно, как избежать серьезной патологии в пожилом возрасте. Раскройте, пожалуйста, секреты активного долголетия.

– Человек, думающий о том, как хорошо прожить свою старость, должен ориентироваться на основательное оздоровление организма. Он просто обязан объявить войну своим болезням. Пессимисты говорят: «Старые деревья не пересаживают. У старого человека уже нет способности к адаптации». Но это вовсе не так. Оздоровительное лечение необходимо в любом возрасте. И если пожилой человек ничего не меняет, не воспитывает в себе новые привычки, в том числе режим и диетическое питание, конечно, невозможно надеяться на хорошие результаты. Искусство старения – это в какой-то степени искусство созрева-ния. Главные элементы и условия «третьего возраста»: самодисциплина, глубокая жизненная мудрость, опыт и открытая альтруистическая позиция. Осень своей жизни человек должен встретить подготовленным, чтобы его «третий возраст» стал для него золотым.

Беседовала ГАЛИНА КАЛИМОВА.