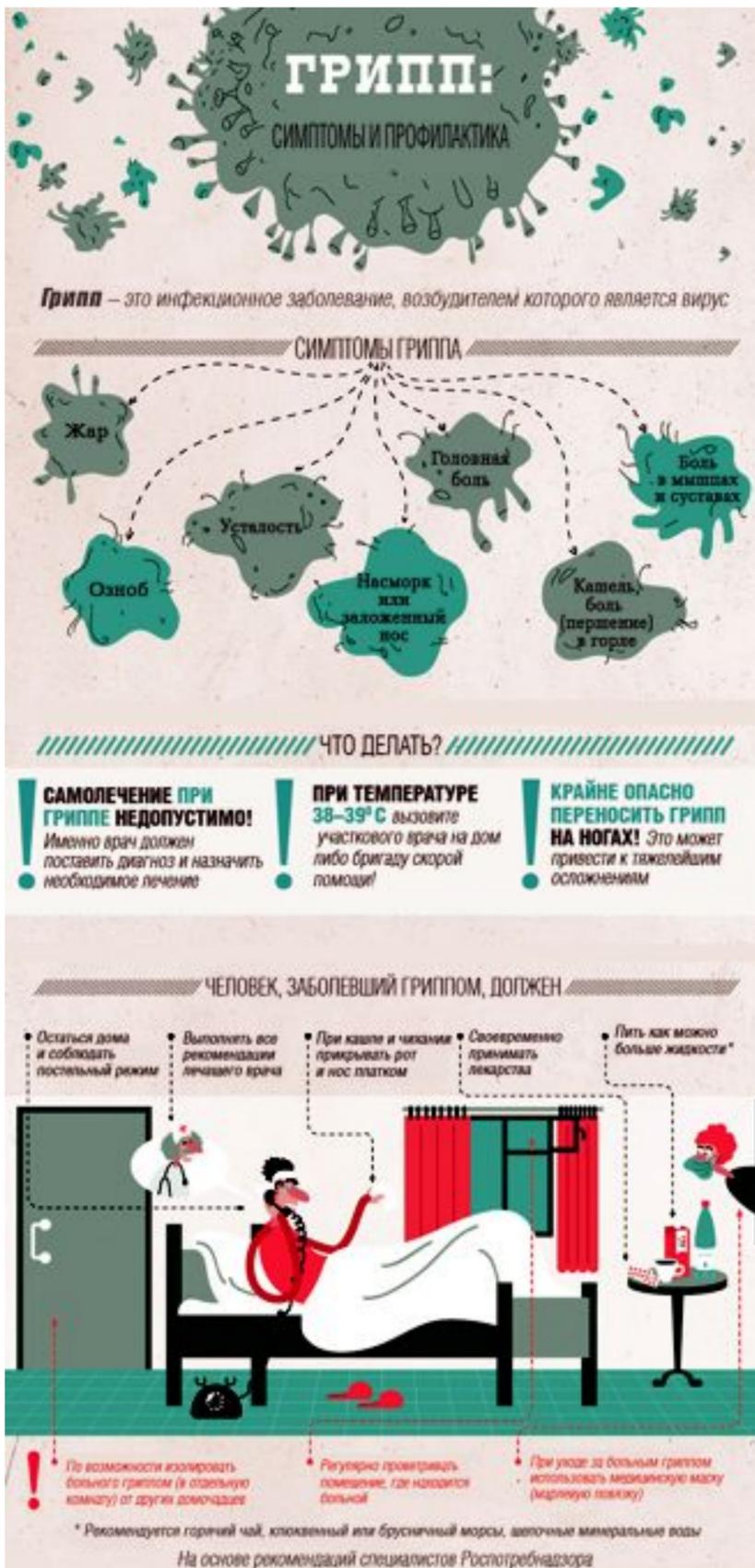


Здоровье



Вакцинироваться поздно, паниковать рано

Морозы не помогли: грипп, начав победное шествие по стране с запада, добрался до Урала

Окончание. Начало на стр. 1

– Ловлю на слове: иммунитет к данному штамму. Какова вероятность того, что причинной эпидемии не станет другой штамм?

– Учёные, основываясь на опыте прошлых лет, статистике циркуляции тех или иных видов вируса в разных зонах, строят, поверьте, достаточно точные прогнозы. Помогает и постоянный анализ уже зафиксированных случаев: как только начинаем диагностировать вирусные инфекции, сразу определяем штамм и даём рекомендации. Для выработки иммунитета организму после введения вакцины требуется две недели. Однозначно нужна прививка, если появился новый штамм вируса. Особенно она показана при ослабленном иммунитете. Среднестатистический человек, делавший прививки несколько лет подряд, год может пропустить.

Поймите одно: прививаясь, вы ограждаете себя не от самого ОРВИ или даже гриппа, а от последствий, которые могут быть страшными

Вспомните 1993–1994 годы, когда в Магнитогорск «вернулась» дифтерия и унесла несколько жизней. Россия давно получила статус территории, свободной от полиомиелита, – но несколько лет назад у нас был громкий случай его возвращения. А бешенство: если не ввести вакцину, то это стопроцентный летальный исход – не помогут ни антибиотики, ни другие препараты. Три года назад от укуса бешеного животного умерла девочка из Верхнеуральского района, был летальный случай в прошлом году, и в этом году фиксируем смерти среди животных. Наконец, клещевой энцефалит, который также в большинстве случаев приводит к смерти или тяжёлой инвалидности. С каждым годом укусов клещей становится всё больше, сезон их активности длится всё дольше. В прошлом году первые укушенные обратились к нам в феврале, и только 20 ноября мы закрыли сбор статистики. Но здесь горожане, слава богу, понимают опасность: несколько лет назад уговаривали сделать прививки, сейчас вакцину против клещевого энцефалита иной раз не достать. Вакцинация – одно из важнейших достижений человечества. Лучшей профилактики инфекционных заболеваний не существует. Только благодаря этому побеждены коклюш, дифтерия, столбняк и десятки других страшных заболеваний, которые раньше буквально выкашивали целые города.

– Правда ли, что прививки детям делают без согласия родителей?

– Это преступление: каждая вакцина требует

письменного согласия родителей или законных представителей ребёнка. Как я к этому отношусь – другой вопрос. Как и к тому, почему не привитых людей в период эпидемии не отстраняют от массовых мероприятий, что теоретически предписывается правилами профилактики.

– Может, потому что тем самым нарушаются конституционные права на учёбу, работу и прочую деятельность?

– Права одних заканчиваются там, где начинаются права других. Нельзя брать в детский сад заболевшего ребёнка, но тут появляются жалостливый воспитатель, мама, которой не оплачивают больничный... В результате из-за одного чихающего ребёнка завтра заболит полгруппы. Не хотите делать детям прививку – пожалуйста: письменный отказ – и готово. В последнее время много тех, кто отказывается – даже от обязательных вакцин. И мы стали получать результаты этого средневековья: туберкулёзный менингит детей до года, к примеру, – тяжелейшее заболевание высоченной летальности. Поверьте, доктора не стремятся ввести в ваш организм все возможные вакцины – всё только согласно национальному календарю прививок, разработанному светилами от медицины. К примеру, почему новорождённых не прививают от кори? Потому что до года в организме ребёнка ещё сохраняются антитела матери, которые его защищают. К году они разрушаются, выводятся из организма – и он становится восприимчивым, – тогда нужно ввести вакцину. Или в России, к примеру, не делают прививок от гепатита А, тогда как в Средней Азии его переносит почти всё население. С помощью прививок от гепатита Б сократили заболеваемость от тысяч до единиц, как следствие – снижение циррозов вирусной этиологии. Правда, растёт статистика циррозов из-за алкоголя и наркотиков, но это другой вопрос.

– Вернёмся к детям: говорят, при слабом иммунитете прививка от того же гриппа им противопоказана.

– Глупость: как раз чем слабее иммунитет, тем более показана прививка. Другое дело, придя в детский сад, ребёнок, сталкиваясь с чужими для него бактериями, обязательно заболевает – в течение первого года до десяти несерьёзных инфекций считается нормой.

– Не считаете ли вы, что активная пропаганда прививочной кампании схожа с навязыванием, а потому вызывает отторжение?

– Нет, как раз в нашей стране поражает то, что негативных мнений по этому вопросу гораздо меньше, чем позитивных. Скажу одно: если 70 процентов населения конкретной территории будут привиты от гриппа, эпидемии вообще не будет.

Рита Давлетшина

Дежурный телефон

Предупреждён – значит вооружён

Магнитогорцы озвучили свои методы защиты от гриппа

Как вы стараетесь уберечься от гриппа и вирусных заболеваний в холодное время года? Судя по количеству звонков на дежурный телефон, этот вопрос не оставил равнодушными магнитогорцев.

Большинство прислушивается к рекомендациям медиков, ежегодно по осени делая прививку от гриппа. Многие информационно подкованы: знают о профилактических мерах и о том, как распознать атаку вируса.

– Обязательно надо делать прививку от гриппа! А как иначе? – удивляется педагог Людмила Ивановна. – Россиян с советских времён приучили к тому, что вакцины – главная защита. Конечно, есть люди с аллергией и непереносимостью, которым нельзя делать прививку. Но остальным ничего не мешает позаботиться о себе. Вот и сейчас в новостях подтверждают: кто привился, переносят болезнь без проблем. Конечно, страшно слышать о распространении и печальных последствиях гриппа, да ещё свиного. Но

это правильно, что в средствах массовой информации не скрывают истинной картины, предупреждают народ, призывают быть осторожными. Предупреждён – значит вооружён. В любом случае не надо паниковать. Главное – не запускать болезнь, обращаться к врачам сразу, если появились плохие признаки: высокая температура, кашель, боль в голове и глазных яблоках, а ни в коем случае не заниматься самолечением.

Позвонивший в редакцию пенсионер Анатолий Павлович сообщил о своём горьком опыте: перенёс грипп в 1988 году, он получил осложнения и инвалидность. Благодаря Анатолия Павловича за неравнодушие и пожелания здоровья всем магнитогорцам, которым он поспешил напомнить:

– Когда приходите с улицы домой, не ленитесь тщательно помыть с мылом руки, умыть лицо. Это важно, чтобы защитить свой организм от вируса гриппа. Ещё нужно регулярно промывать нос. А в питании – применять чеснок, лук, приправлять блюда горчицей.

– Сколько себя помню, мне никогда прививок от гриппа не делали, тьфу-тьфу, обохожусь. И дай бог всем здоровья! – отмечает Мария Павловна. – У меня распорядок, которого придерживаюсь в любое время года: с утра – гимнастика, душ, завтрак. Смотрю телевизор, но немного – чтобы быть в курсе последних новостей. Люблю гулять на улице в любую погоду. Главное – стараться не замерзать и не простывать. Для лечения применяю травы.

– Использую противовирусное иммуномодулирующее средство: капаю в нос и применяю мазь на его основе, – рассказывает о своих мерах укрепления здоровья пенсионер Нина Михайловна. – Дочка с внуком предпочитают народные средства – травы. Для профилактики на нашем столе всегда есть лук и чеснок.

– Мне под семьдесят лет, и я всю жизнь делаю прививки против гриппа. В этом году тоже привилась, – призналась Валентина Георгиевна. – Ещё надо соблюдать простые правила. Во-первых, обязательно мыть

руки, когда вернулись с улицы. Включать в рацион питания чеснок, малинку. Меньше находиться там, где много народу, ведь медицинскую маску, хоть и надо бы, большинство, наверное, не наденет – как-то к этому не приучены.

– Слежу за тем, чтобы все в нашей семье делали противогриппозные прививки – муж, дети, родители, – сообщила работница ММК Ирина. – Чтобы повысить иммунитет в холода, едим свои яблоки и ягоды из сада. Как все, покупаем цитрусовые – наверное, не случайно Новый год принято отмечать с мандаринами. Зря некоторые недооценивают роль питья в достаточном количестве: наши предпочтения – простая вода, компот из сухофруктов и морс из клюквы, ещё делаем отвар шиповника, имбирный чай, покупаем кисломолочные продукты. Думаю, полноценный сон, правильное регулярное питание, движение на свежем воздухе – это основа здоровья. Я в семье отвечаю за горячие домашние обеды, за то, чтобы все одевались по погоде, не переохлаждались и не мёрзли. А муж – за спортивный отдых: если погода позволяет, катаемся на лыжах, на коньках, гуляем в ледовых городках и скверах. Зимой важно получать как можно больше солнечного света и эмоций для хорошего настроения.

Маргарита Курбангалеева