

РЕАБИЛИТАЦИЯ

Вернуться к жизни

Единственное в Челябинской области отделение реабилитации пациентов после инсульта увеличили вдвое.

Это отделение было открыто год назад (лечение за это время прошли больше 500 человек) и до сих пор располагалось в нескольких кабинетах. Теперь оно занимает два блока в областной больнице № 3 и включает в себя кабинеты массажиста, психолога, рефлексотерапии, два зала для лечебной физкультуры и пять кабинетов с роботизированной техникой.

По словам врачей, они применяют мультидисциплинарный подход, который позволяет разным специалистам объединиться в одну команду, согласовать свои действия и сделать лечение в несколько раз более эффективным, значительно сократив сроки восстановления после перенесённого инсульта.

Как рассказывает Наталья Куренкова, заведующая неврологическим отделением для реабилитации больных с ОНМК ОКБ № 3, пациенты в отделении учатся заново жить – к примеру, с ними работают психологи, которые учат пациентов есть – держать ложку, накладывать еду и так далее.

По словам пресс-секретаря областного Минздрава Марии Ягодиной, в рамках программы модернизации здравоохранения в отделение было закуплено новое оборудование на сумму около 20 миллионов рублей. В числе прочего был приобретён тренажёр для диагностики состояния опорно-двигательного аппарата, на котором пациенты тренируют все группы мышц и разрабатывают суставы.

ГЕРОНТОЛОГИЯ

Мал, да живуч

Впервые доказана связь между небольшим ростом мужчин и более высокой продолжительностью жизни. Подобное исследование учёные из Гавайского университета начали ещё в 1965 году.

За это время они проанализировали данные о здоровье более восьми тысяч жителей Гавайев и выяснили, что с долголетием связана точечная мутация в гене FOXO3. Обладатели столь полезной аномалии живут по 90–100 лет и при этом имеют меньше проблем со здоровьем. Одним из факторов, указывающих на наличие этой мутации, оказался небольшой рост человека: средний рост долгожителей в середине жизни был равен 160 сантиметрам. «Впрочем, не меньшее значение для долголетия имеет не правильный генотип, а тот образ жизни, который ведёт человек», – говорит автор исследования профессор Уилкок.

ФИЗИОТЕРАПИЯ

Здоровое солнце

Солнечный свет намного нужнее человеку, чем считалось раньше. «Результаты нашей научной работы чётко показали, что недостаток солнечного света и повышенная смертность взаимосвязаны. Особенно актуально это в странах с низкой интенсивностью солнечной активности», – пишут в своей работе медики из Калифорнийского университета.

При этом речь идёт о рассеянном утреннем и вечернем солнечном свете, который сильно отличается от яркого полуденного солнца по количеству вредного УФ-излучения. Пребывание на «полезном» солнце автоматически снижает заболеваемость разными видами недугов. По всей вероятности, это связано с защитными механизмами организма, которые активизируются при помощи витамина D, синтезирующегося в коже под воздействием солнечного света.

ИССЛЕДОВАНИЕ

Чем опасна бессонница?

Дефицит сна может привести к необратимым повреждениям мозга, об этом сообщил научный журнал The Journal of Neuroscience, рассказавший об исследовании среди людей, страдающих от хронического дефицита сна: дальнобойщиков и вахтовиков.

Установлено, что это приводит к нарушению работы белка SIRT3, защищающего нейроны головного мозга от метаболических повреждений. У тех, кто мало спит или подолгу не спит, этот белок не активируется, из-за чего нейроны начинают массово погибать.

ПРОФЕССИОНАЛЫ | Они не мыслят свою жизнь без любимой работы

Феи в белых халатах

СВЕТЛАНА УЛЬЯНОВА, специалист медсанчасти администрации города и ОАО «ММК».

Образ медицинской сестры, помогающей справиться с болью и вернуться к полноценной жизни, овеян ореолом добра и самопожертвования.

Президент Ассоциации медицинских сестёр России Валентина Саркисова отметила: «Медсестры – это великая сила, они составляют треть часть персонала любого медицинского учреждения и играют важную роль в лечебном процессе, в немалой степени определяя конечный результат – здоровье пациента». Надёжный костяк коллектива составляют и наши героини, работающие в подразделениях медико-санитарной части администрации города и ОАО «ММК».

Почти тридцать лет предана медсанчасти

Галина ПОМЕЛУЙКО, медицинская сестра высшей категории приёмного отделения хирургии. А в 1987 году она начала работать в одном из самых непростых отделений больницы – нейрохирургическом, куда поступают пациенты с тяжёлыми черепно-мозговыми травмами, болезнями и травмами позвоночника. Но трудности не пугали юную Галину, выросшую в семье медицинских работников. С детства она знала: её призвание – лечить людей.

– С благодарностью вспоминаю начало работы в медсанчасти, – говорит Галина Помелуйко. – Как меня, молоденькую девчонку, встретила Галина Новикова – сейчас она заместитель главного врача по работе с сестринским персоналом, а в то время была старшей медсестрой реанимации и подбирила меня: «Не бойся, всё у тебя будет хорошо, ты справишься, а коллектив профессионалов тебе поможет». Затем – знакомство с удивительным человеком – Леонидом Саком, заведующим нейрохирургическим отделением.

Он терпеливо учил азам ухода за нейрохирургическими больными, помог поверить в себя, реализовать свои силы. Леонид Давыдович – наш добрый ангел, наставник и учитель, благодаря которому многие состоялись как профессиональные медицинские сестры. Фатыма ПАШКОВА, подав документы на вечернее отделение медучилища, приступила к работе санитаркой в оперблоке. А уже через год её поставили к операционному столу в качестве медицинской сестры. В 1973 году в больнице открылось анестезиологическое отделение. Фатыма, как одну из самых способных, перевели сюда сестрой-анестезистом. Затем была командировка от военкомата в Польшу – в должности старшей медсестры оперблока. А после она вернулась в МСЧ. Её общий стаж работы в больнице – почти полвека.

– Прошло около двадцати лет с одной операцией, но помню её до мельчайших подробностей,

– рассказывает Фатыма Пашкова один из случаев. – До сих пор перед глазами – лица пациентов. В операционную поступили два брата семнадцати и девятнадцати лет – с ножевыми ранениями в брюшную полость. Случай тяжёлый: всю ночь бригада врачей и медсестер боролась за их жизнь. Младшего не удалось спасти, ранение было несовместимым с жизнью. У старшего всё сложилось благополучно, вскоре он пошёл на поправку. Решающую роль сыграли молодость и хорошая физическая подготовка. Парень занимался спортом, увлекался футболом. На следующий день после операции получаю небольшой сверток. Разворачиваю, и в руках оказывается фигурка ангелочка. Это мама спасённого сына, сама медицинская сестра-анестезист из другой больницы, в знак благодарности передала этот талисман мне. Долгие годы он рядом со мной, оберегает, вселяет в меня силы...

С искренней теплотой и признательностью пациенты часто говорят слова благодарности в адрес медсестёр: «Большое спасибо за чуткость, доброту, сердечность. Порой мы удивляемся вашему терпению и выносливости...», «Сколько чуткости, отзывчивости и душевной теплоты в сестричках. Низкий поклон вам, люди в белых халатах!» Эти слова – из отзывов о работе медицинских сестёр терапевтических отделений. Среди них и наши героини – медсестра неврологического отделения № 1 Жибек ИШИМОВА и медсестра пятого терапевтического отделения Наталья КИСЕЛЁВА. За долгие годы работы перед их глазами прошли судьбы разных пациентов, оставившие неизгладимый след в душах. Для Жибек Ишимовой один из таких пациентов – Борис Иванович, который пару лет назад был госпитализирован с острым нарушением мозгового кровообращения и нарушением речи.

– Вовремя лечения с ним занималась афазиолог-нейрореабилитолог Марина Смирнова. Она давала ему задания для восстановления речи. Например, проговаривать скороговорки, учить стихи. Мы, медицинские сестры, помогали Борису Ивановичу освоить заданный материал, справиться с болезнью. Восстановление шло быстро, и вскоре наш пациент вернулся к полноценной жизни. С тех пор он – постоянный гость нашего отделения. Ни один праздник не проходил без его тёплых слов благодарности и поздравлений. С его легкой руки пациенты теперь называют нас добрыми феями в белых халатах, – улыбается Жибек Ишимова.

Наталья КИСЕЛЁВА имела первый опыт ухода за пациентами, введения лекарственных средств задолго до получения диплома медицинской сестры. Первыми её пациентами стали родители: у папы – бронхиальная астма, да и мама часто болела. Так что в отделение она пришла уже готовым специалистом с практикой и сразу проявила свои лучшие качества.



Татьяна Сирота

В девятнадцать лет после медучилища Татьяна СИРОТА начала трудиться в самом женском отделении больницы. И вот уже четыре десятилетия знакомой дорогой спешит она в гинекологическое отделение № 2 к своим пациентам, не мысля жизни без любимой профессии!

– Надо любить свою работу. В становлении мне очень помогли наставники – Екатерина Новикова и Лидия Климова. Одна учила практическим азам палатной медицинской сестры, другая – работе в процедурном кабинете. Всем, что сейчас умею, я обязана этим дорогим для меня людям. А наш общий девиз – поступай так, как бы ты хотела, чтобы относились люди к тебе и твоим близким. Этот завет я пронесла через всю жизнь и сейчас передаю его молодому поколению медсестёр.

Необычно складывалась судьба нашей следущей героини. С детства она любила петь. Песня сопровождала её повсюду. Её удивительно чистый звонкий голос можно было услышать на школьных и городских праздниках. «Быть ей певичей!» – говорили вокруг. Но выбрала она медицину. И после школы пришла работать медрегистратором в заводскую поликлинику № 1, на базе которой действовал хор медицинских работников. Нашу Зиночку с удовольствием приняли в его состав. Затем была учеба на вечернем отделении медучилища, работа перевязочной сестрой в нейрохирургии. Сейчас Зинаида БУЛАЕВА работает медсестрой по массажу в поликлинике № 2. Но везде, на каком бы участке больницы она ни работала, рядом с ней живёт песня – Зинаиду хорошо знают в городе как солистку прославленной фольк-модерн-группы «Иван да Мария».

– Медицина – моё призвание. Всегда хотела быть нужной людям в их стремлении быть здоровыми. А песня помогла мне выразиться и даже найти правильный подход в общении с пациентами, – говорит Зинаида Булаева.

С 1992 года работает в рентгенологическом отделении диагностического центра рентгенолаборантом Светлана МОЗУЛЬ. Тактичная, доброжелательная, исполнительная.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.

– Горжусь, что работаю в медсанчасти комбината, которая является одной из передовых больниц не только города, но и области, страны, – признаётся Светлана Мозуль. – Здесь живёт здоровое стремление к инновациям и внедрению передовых технологий. Благодарна судьбе, что у меня есть интересная работа, возможность повышать уровень квалификации, осваивать новую аппаратуру, что мои знания и профессионализм востребованы.



Светлана Мозуль

АНТИТАБАЧНЫЙ ЗАКОН | Наши законодатели опять перегнули палки

ГЕЛЛА ЛИТВИНЦЕВА, обозреватель информационно-аналитического издания «ПРОВЭД» – www.proved.rf

Напомним, что с 1 июня во всех ресторанах страны посетителям перестанут подавать пепельницы, поскольку вступил в силу закон, ограничивающий места для курения.

Под этот запрет попадают бары, кафе, поезда дальнего следования, гостиницы и общежития. Нарушителям новых норм грозит штраф от 500 до 150 тысяч рублей, сообщил первый заместитель председателя комитета Госдумы по охране здоровья Николай Герасименко. Выступая из Москвы по телемосту, он озвучил следующие суммы штрафов: за курение в общественных местах – от 500 до 1500 рублей, на детских площадках – от двух до трёх тысяч рублей, при этом вовлечение несовершеннолетних будет караться штрафом от тысячи до двух тысяч рублей. За продажу сигарет несовершеннолетним штраф для продавцов составит три-пять тысяч рублей, для должностных лиц – от 30 до 50 тысяч рублей, для юридических лиц – от 100 до 150 тысяч рублей. За неправильное оснащение площадок для курения, несоблюдение требований к запрещающему закону прописываются отдельные штрафы от 10 до 80 тысяч рублей.

По словам участников кон-

О сигаретах, Пушкине и Сталине



ференции, основная цель закона – увеличить продолжительность жизни россиян, способствовать снижению заболеваний, связанных с курением, пропагандировать отказ от курения среди детей, подростков и женщин и т. д.

– Страна буквально скруивается, – сказал руководитель Московского центра по профилактике и лечению табачной зависимости Олег Кутушев. – Около 40 процентов населения России курит, а ведь это

– около 44 миллионов человек. Каждый год 350 тысяч человек гибнут от заболеваний, связанных с курением табака. Курят женщины, а подростковое курение стоит на одном из первых мест. Поэтому ограничительные меры, прописанные в законе, актуальны, и спорить об этом, считаю, бессмысленно. Закон направлен не против курильщиков, а против зла – курения. Профилактическая направленность закона в том, чтобы сделать курение

неудобным, чтобы перестала пополняться армия курильщиков, чтобы курить было не престижно и не модно. Надо формировать общественное антитабачное сознание. По словам Николая Герасименко, Россия стала последним оплотом зла табачных компаний. Себестоимость пачки сигарет – 6–7 рублей, вместе с акцизом – 30 рублей. Прибыль табачной компании составляет 200 процентов. Если же компания по ночам

выпускает ещё и нелегальные сигареты, то получается уже 500 процентов. При этом 94 процента российского табачного рынка приходится на западные табачные компании. Если в России акциз на табачную продукцию составляет 25 процентов от стоимости продукта, то в мире – 70 процентов. Мало того что иностранные компании заполонили российский рынок, так ещё и увозят отсюда 75 процентов прибыли.

Следить за исполнением закона будет Роспотребнадзор, причём «вылазки» в рестораны и бары станут внеплановыми, заверил Николай Герасименко. Более того, в каждом таком заведении должен быть указан телефон Роспотребнадзора, куда каждый желающий – посетитель или сотрудник заведения – сможет позвонить и пожаловаться. Почему это будет работать? Потому что руководству баров и ресторанов будет невыгодно выносить посетителям пепельницы: штраф за первое нарушение – от 500 до 1000 рублей, за второе – от 60 до 90 тысяч рублей. На вопрос журналистов, как будут бороться с коррупцией и «крышеванием» на местах, чиновник ответил, что «этого не будет никогда», и добавил, чтобы журналисты «не ерничили» и тоже подключались к активной антитабачной пропаганде.

Между тем, заслуженный артист России, лидер движения «За права курильщиков» Михаил Боярский отметил, что никаких изменений в его жизни после принятия антитабачных законов не произошло.

– Ничего не почувствовал, и, думаю, никто не почувствовал, – сказал артист. – Санкции для тех, кто их изготавливает. А кто курит и курит, так и будут курить без всяких проблем.

По словам Михаила Боярского, есть устоявшиеся нормы. И для чего понадобились новые – непонятно.

– Я ничего не нарушаю: не курю в театре, в кино, больнице, церкви. Мне, конечно, жаль людей, которые не могут позволить себе номер в гостинице, в котором можно курить, или тех, кто вынужден ехать большое расстояние на поезде, где нет вагонов для курящих. Защита от табака –

идея прекрасная, гуманная, правильная, но воплощение её некорректно. Все хотят порядка, да разума нехватка. Это подрывает авторитет законодателей, доверие к ним.

В конце выступления Михаил Боярский в лоб спросил у законодателей и защитников антитабачного закона: «Для чего?»

– Считаю, что важна деятельность человека, – отметил заслуженный артист. – Если бы Пушкин и Лермонтов дожили до 150 лет, толку от этого не было бы. Бежали бы вокруг усадьбы, но не писали, не читали, не ухаживали за дамами. Да что там! Если бы Иосиф Сталин бежал вокруг Кремлёвской стены, мы бы войну проиграли. Причём здесь курение? – Лучше прожить десять лет орлом, чем сто лет вороном! Вот звери не курят, но всё равно умирают. Так зачем этот закон? Сколько можно наступать на одни и те же грабли? ☹

Справка «ММ»

Как сообщили в Роспотребнадзоре, с момента вступления в силу новых поправок антитабачного закона ни одной внеплановой проверки в магнитогорских заведениях общепита на наличие нарушений проведено не было. Это связано с тем, что в данное время внимание сотрудников службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека приковано к детским оздоровительным лагерям. Проверки же ресторанов, баров, кафе, гостиниц начнутся позднее.