

> НАГРАДА
Признания за призвание

В КАНУН ДНЯ медицинского работника Минздравсоцразвития и Первый канал телевидения собрали в Москве лучших из лучших медиков, тех, кто после жесточайшего отбора вышел победителем в своей номинации.

Торжества начались 15 июня, когда Минздравсоцразвития вручал хрустальную богиню здоровья Гигиену, продолжились 16 июня, когда победители получали премию «Призвание». Эти акции приобрели статус правительственного мероприятия, на поощрение лучших выделены значительные средства – от 200 тысяч до миллиона рублей.

Южный Урал делегировал на эти торжества Клару Ивановну Байкину, которая заведует детским отделением Нагайбакской центральной районной больницы в Челябинской области. Это такой сельскохозяйственный район с малой плотностью населения, с фельдшерскими пунктами в деревнях. И одна больница. Педиатров на одного ребенка в Нагайбакском районе вдвое меньше, чем в среднем по области. И... при всем при том показатели заболеваемости детей первого года жизни у Байкиной вдвое меньше областных. Младенческая смертность ниже почти на 50 процентов. С утра пораньше Клара Ивановна обходит своих больных. Ближе к вечеру – отправляется в неблагополучные семьи. За последние пять лет в Нагайбакской районной больнице не умер ни один ребенок. Клара Ивановна убеждена: все дело в профилактике. А по большому счету – в самой Кларе Ивановне, в ее отношении к делу, которому посвятила жизнь.

Два дня на торжественных церемониях были не только лучшие из лучших в номинациях. Награжденных поздравляли, вручали премии глава Минздравсоцразвития России Татьяна Голикова, руководитель Первого канала Константин Эрнст, корифеи отечественной медицины. Здесь что не имя – эпоха российской службы здоровья: Евгений Чазов, Лео Бокерия, Александр Баранов, Иван Дедов, Геннадий Онищенко, Александр Чучалин, Лейла Адамян, Юрий Шевченко, Владимир Розин, Валерий Чиссов, Евгений Гусев, Игорь Молчанов, Дмитрий Пущкар.

> ТРАДИЦИЯ
Губернаторский прием

В СРЕДУ, 15 июня, ста лучшим работникам здравоохранения Челябинской области вручены премии губернатора.

За добросовестный и безупречный труд, высокое профессиональное мастерство, за заслуги в развитии здравоохранения и медицинской науки лучшие медики получили 30 тысяч рублей и дипломы лауреатов.

Среди награжденных пятеро магнитогорцев – преподаватель медицинского колледжа Надежда Жарова, заведующая женской консультацией № 2 муниципального учреждения здравоохранения «Родильный дом № 2» Татьяна Клименко, заведующая здравпунктами поликлиники № 1 автономной некоммерческой организации «Медико-санитарная часть города Магнитогорск и ОАО «ММК» Галина Ретивых, заведующая родильным отделением муниципального учреждения здравоохранения «Родильный дом № 3» Людмила Толстенкова, заведующая четвертым инфекционным отделением первой городской больницы Елена Чегодарь.

Традиционный губернаторский прием накануне Дня медицинского работника проводился в двенадцатый раз.

Сердечные дела Марины Леншиной

> Ее пациенты шутят, что рядом с ней приятно болеть



ПЯТЬ ЛЕТ исполняется этим летом первой кардиологии медсанчасти городской администрации и ММК. Отсюда выходят люди с пружинками в сердце – стентами, которые возвращают сердечников к нормальной жизни.

Из терапевтов – в кардиологию

Здесь лечат инфаркты, стенокардию, эндокардит и гипертонию. Составляют своеобразную карту внутреннего состояния кровеносных сосудов. В одном из самых молодых отделений города используются и наиболее передовые технологии. И картотека здесь уже в электронном виде. И комфортность проживания в первой кардиологии тоже повышенная: благоустроенные палаты с кондиционером, телевизором, холодильником, санузелом. Палаты рассчитаны на одного, двух, максимум на трех человек. Пациенты шутят, что здесь приятно болеть.

Отделение появилось благодаря усилиям многих людей – прежнего губернатора Челябинской области Петра Сумина, президента ООО «Управляющая компания «ММК» Виктора Рашникова, администрации медсанчасти.

В первой кардиологии двадцать пациентов. Ими занимается врач-кардиолог Марина Леншина. Восемнадцать лет назад Марина Ивановна была начинающим терапевтом. Ра-

ботала в третьей горбольнице и до сих пор с благодарностью вспоминает уроки известного в Магнитке врача Раисы Ивановны Фрадковой. Повезло Марине Леншиной и с учителем в медсанчасти на Набережной. Очень пригодился опыт работы, приобретенный под руководством Ольги Алексеевны Васюковой. 14 июля 2006 года открылось новое отделение кардиологии. После профессиональной переподготовки в Челябинске Марина Леншина была переведена в него. И уже пять лет ее основная профессия – болезни сердца.

Скорая помощь

– Заболевания сердечно-сосудистой системы остаются на первом месте в мире, – говорит врач-кардиолог Марина Леншина. – И смертность от этой болезни тоже, к сожалению, приоритетна. Во многих странах уже стали традиционными инвазивные коронарные вмешательства в экстренном порядке. Случился инфаркт и в течение пары часов проводят коронаро-ангиографию – исследуют сосуды, которые связаны с сердцем. Выявляют проблему и сразу устанавливают стент, расширяющий сосуд. У нас пока, к сожалению, к такому стилю работы не пришли, но мы уже на правильном пути...

Заболевания сердечно-сосудистой системы остаются на первом месте в мире

Построен федеральный кардиоцентр, планируется открытие межрегионального. В перспективе, уверена Марина Леншина, будет и лечение экстренных больных интервенционными методиками.

Не волнуйтесь

Больное сердце может окануться у человека любого возраста. Самому молодому пациенту первой кардиологии 23 года. Инфаркт случился из-за наследственных нарушений жирового обмена. У молодого человека с детства был повышен уровень холестерина, который плохо корректировался. После шунтирования и восстановительного периода сотрудник ММК вернулся к трудовой деятельности. Марина Леншина лечила и более юных сердечников. В трестовской больнице у нее был 17-летний пациент. На больницу койку юношу привели сильные переживания по поводу сессии. А самому пожилому пациенту Марины Ивановны 96 лет. Неромантичные врачи говорят, что сердце – это только мышца. Ее можно подлечить в любом возрасте. Главное – не игнорировать эту мышцу. Особенно, если она болит...

Поменяйте штангу на бассейн

– Факторами риска являются курение, ожирение, сахарный диабет, артериальная гипертония, повышенный уровень холестерина, – рассказывает Марина Леншина. – Сказывается наследственность. Если у родителей были болезни сердечно-сосудистой системы, то и дети предрасположены к этому.

Сердце может заболеть и от слишком большой увлеченности спортом, и от неподвижного образа жизни.

– Все хорошо в меру, – говорит Марина Ивановна. – У нас бывают пациенты, которые занимаются тяжелой атлетикой. Приходится убеждать их, что это

не лучший вид спорта для наших пациентов.

Лучшие – плавание, легкий бег и ходьба. Причем ими не просто желательно заниматься, а необходимо. Ведь сердечную мышцу тоже надо тренировать.

Винные мифы

– Многие гипертоники не чувствуют повышения давления и не обращаются к врачам, – сожалеет Марина Леншина. – В результате попадают к нам в уже запущенном состоянии, с тяжелыми осложнениями. Год назад у нас был пациент с гипертонией. После выписки принимал рекомендованный препарат в течение месяца, а потом отказался от таблеток. Ведь чувствовал себя замечательно. Жил и работал, а на очередной медкомиссии выявили нарушение ритма. Это весьма грозный звоночек. Означает увеличение риска инсульта головного мозга.

А еще сердце гипертоников со временем становится все больше и больше. У специалистов даже есть термин – гипертоническое сердце. И с этим шутки тоже плохи...

Гипертоникам и сердечникам нежелательны перепады температур: в баню нужно ходить осторожно и, может быть, воздержаться от ныряния в прорубь. Больному сердцу, скорее всего, будет тяжело в жарких странах. И мифом является целебное свойство вина.

– Всемирная организация здравоохранения рекомендует определенные дозы – в день не более 150 граммов вина, 300 граммов пива или 30–40 граммов более крепких напитков, – пояснила врач-кардиолог. – Причем это все касается здоровых людей. А лечить инфаркт миокарда вином – это, мягко говоря, не совсем правильно...

Не лечитесь капилларом

Неправильно лечиться и некоторыми средствами, которые часто упоминаются в рекламе. Многие пациенты Марины Леншиной спрашивают о капилларе, собираясь использовать именно этот препарат. Ответ у Марины Ивановны всегда один: да, можно, но только не вместо основного. Ведь капиллар – это не лекарство, а профилактическое средство. В больнице уже были случаи, когда после лечения подобными препаратами люди поступали с инфарктом.

– Ни одно сердечно-сосудистое заболевание вылечить капилларом невозможно! – говорит кардиолог Марина Леншина. – Лечитесь тем, что вам рекомендовано врачом. Просто так ничего не назначают. Следите за своим давлением, пульсом. Обращайтесь к врачу вовремя. Проще предотвратить болезнь, чем ее лечить. И – будьте здоровы! ☺

ТАТЬЯНА БОРОДИНА
ФОТО > ДМИТРИЙ РУХМАЛЕВ