

*Здоровье физическое не может быть без духовного здоровья. Все мы созданы по образу Божьему, так будем же стремиться прежде всего к правде, истине и доброте. Наша задача вселить в Вас надежду на помощь Божию и на помощь добрых православных врачей.*



# МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

Издается по благословию Высокопреосвященнейшего Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

## Слово Патриарха

Продолжение, начало в №3 газеты.



15 декабря 2004 года в Зале Церковных Соборов Храма Христа Спасителя под председательством Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Алексия II состоялась очередное заседание Епархиального собрания города Москвы.

Мы продолжаем публикацию фрагментов доклада Святейшего Патриарха.

## Демографические проблемы общества

Советский период в жизни нашей страны не прошел для нее бесследно. Очевидно, что его последствия мы будем ощущать еще очень долго. Старшему поколению наших сограждан память на прошедшую эпоху со всеми ее отрицательными чертами. Массовые аресты и расстрелы, всеобщее доноительство, предательство даже близких родственников, стали живым воплощением слов Евангелия о предании братом брата на смерть (Мф. 10, 21). Ныне мы все еще пожинаем горькие плоды той эпохи.

Мы дожили до страшного времени, когда началось вымирание нашего народа. Смертность в центральных районах России превышает рождаемость в несколько раз. Депопуляция, демографический кризис - мы все чаще слышим эти слова и, к сожалению, начинаем привыкать к ним. Речь идет о настоящем вымирании нашего народа, которое идет нарастающими темпами и грозит стать необратимым. Многочисленные мигранты с окраин бывшего Советского Союза, прибывающие в Россию, частично компенсируют этот процесс, но это не спасает положения. Пора посмотреть правде в глаза и указать настоящую причину катастрофы. Чаще всего говорят об экономической подоплеке, но исследователи знают, что благосостояние чаще всего тормозит рождаемость, а не стимулирует ее.

Со всей ответственностью мы можем сказать, что причина вымирания имеет духовные корни. Люди, потерявшие Бога, теряют смысл жизни, теряют представление о добре и зле, помрачают в себе образ Божий, забывают свое человеческое призвание, разучиваются любить. Именно в этом кроется причина кризиса семейной жизни в России. Мужчины не хотят быть мужьями и отцами, женщины разучились быть женами и матерями.

Церковь всегда учила, что убийство ребенка во чреве матери - страшнейший, смертный грех. В наше же время в России ежегодно совершается огромное, поражающее любое воображение, количество аборт. Что же удивительного, что народ вымирает? Спрашивается, достоин ли вообще такой народ священного дара жизни? Не справедливо ли становится он поношением людей? И не должна ли Церковь возвысить свой голос в защиту нерожденных детей? И не падет ли на нас - пастырей народа, вина в их смерти, если мы будем молчать? Разве не должны мы, пастыри, считать своей обязанностью неустанно противоборствовать детоубийству?

Замысел Божий о рождении детей необыкновенно глубок и величествен. Супружеская любовь, приводящая к зачатию ребенка, неразрывно соединена с целомудренной и самоотверженной готовностью и желанием носить во чреве, родить, вскормить, вырастить и воспитать нового человека. Этот подвиг соединяет родителей, очищает их чувства, возгревает любовь. Народная мудрость говорит, что дети - это дар Божий, это счастье.

Напротив, эгоистическое желание обезопасить плотские отношения супругов от рождения детей лишает мужа и жену предусмотрительного Богом подвига. На первое место в их жизни выходит плотская похоть, которая подменяет собой любовь. ...И все же в нашем народе есть много, очень много добрых, чистых, честных, стремящихся к добру людей, жаждущих истины. Кто, как не пастыри, должны утолить эту жажду, указать истину, свидетельствовать о ней всей своей жизнью.

Христианину гораздо легче преодолеть житейские трудности, поскольку его опорой, прибежищем и покровом является Сам Бог. Любовь ко Христу, срастворенная страхом Божиим, помогает переживать все невзгоды, и наш с вами долг - прививать эти благие чувства всем окружающим.

Замечательный врач акушер-гинеколог, хороший хирург, организатор коломенского здравоохранения, строитель, садовод, пчеловод, турист, байдарочник и собаковод, автомобилист, поэт и исполнитель песен, великий труженик, требовательный и справедливый администратор, добрый и отзывчивый человек.

Это все о Викторе Иосифовиче Мещерякове. Он родился в 1935 году в Рязанской области и всю жизнь с любовью и нежностью вспоминал родные края:

Моя милая деревня,

## «ВРАЧ ПОБЕДОЙ ВСТРЕЧАЕТ РАССВЕТ!»

Где родился я и рос.  
Я забыл тебя, наверно, -  
Не могу писать без слез.  
Улиц три, домов полсотни -  
Вид обычного села.  
Я люблю твои красоты -  
Степь и песнь перепела...

В 1959 году Виктор Иосифович окончил Рязанский медицинский институт. С 1962 по 1974 год работал акушером-гинекологом в Коломенской ЦРБ, с 1974 по 2000 год, до конца своей жизни, - бессменный главный врач Коломенской центральной районной больницы.

Девиз всей жизни доктора Мещерякова: «Относись к пациенту так, как к самому себе!»

За время его работы в должности главного врача

**построены:** хирургический корпус на 240 коек, санитарно-эпидемиологическая станция, две женские и две детские консультации, введен в эксплуатацию Дом ребенка, началось строительство поликлиники с блоком восстановительного лечения в микрорайоне Кольчево;

**открыты:** иммунологическая и бактериологическая лаборатории, отделение лучевой терапии, эндоскопическое отделение, галокамера, кабинет апитерапии, отдел обязательного медицинского страхования и др.;

**внедрены:** новые методы лечения - ультразвуковое, гемосорбция, лечение лазером, ультрафиолетовое облучение крови, иглорефлексотерапия, применение 120 наименований новых лекарственных препаратов.

За 26 лет в должности главного врача и бессменной депутатской деятельности не преследовал личных и корыстных целей. Никогда не давал пустых обещаний - обещаниями наш народ всегда был сыт по горло. Виктор Иосифович - человек слова и дела: сказал и выполнил. Спортивный дух помогал в труде. Радостно рассказывал он о походах:

Ах, байдарочка, ах, байдарочка,  
Ах, байдарочка в три весла  
По протокам да по балочкам  
До Коломны нас довезла. (1969 г.)

Больница - это государство в государстве со своими традициями и заботами, радостями и печалью, успехами и неудачами. Больница открыта и работает днем и ночью, без выходных и праздников, больницу нельзя закрыть ни на минуту.



Главный врач Коломенской ЦРБ В.И. Мещеряков. (с 1974 г. по 2000 г.)

## История коломенской медицины

Здесь человек появляется на свет, это его первый дом. И в течение всей жизни со своими болями и бедами человек приходит сюда - в мир белых халатов.

Поздний час, и уснуло мгновенье,  
Лишь в больничном окне - яркий свет,  
Вновь проиграно смертью сражение...

Врач победой встречает рассвет! (В.И. Мещеряков, 1980г.)  
И как важно, и как непросто было быть хозяином в этом доме - создать атмосферу тепла и доброты в большой семье медиков (а их более 4 000 человек!), обеспечить им достойную работу, своевременную выплату заработной

платы. И создать условия для пациентов - это и еда на столах больных, и необходимые лекарства, и современное медицинское оборудование для надежной и достоверной диагностики.

Виктор Иосифович как-то с грустью сказал: «Многое в нашей жизни решают деньги, но есть кое-что поважнее денег - доброе слово врача, мудрый совет, сочувствие, оказание медицинской помощи в любое время суток, даже если у врача не осталось сил и здоровья... Этого не купить ни за какие деньги...»

Виктор Иосифович Мещеряков был награжден орденом «Знак почета», медалями «За доблестный труд», «Ветеран труда», значком «Отличник здравоохранения», он был почетным донором СССР. В 1993 году доктору Мещерякову присвоено звание «Заслуженный врач Российской Федерации».

27 марта 2005 года ему исполнилось бы 70 лет. И почти пять лет как его нет с нами... Но пока жива память о человеке



В 2000 году Коломенской ЦРБ исполнилось 70 лет, 26 лет больницей руководил В.И. Мещеряков.

- жив и он. «Изложение мыслей стихами - талант, данный Богом», - любил говорить Виктор Иосифович. Его сила духа отражена в стихах сына:

Дух милосердия сошел в мою душу из Вечности,  
Определяя сознание и бытие.  
Жизнь человека и боль человечества,  
свет человечности

Резаной раной прошли через сердце мое. (М.В. Мещеряков).  
Врач Л.П. Сивова.

## Вести из Православного медицинского общества г. Коломны



В зале заседаний.

19 марта 2005 года на очередном заседании Общества в конференц-зале Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря выступил профессор, доктор ветеринарных наук Е.Н. Косыменков с докладом «Эхинококкоз, альвеококкоз. Этиология, патогенез, профилактика заболеваний».

Н.Е. Подрядов - врач-инструктор Учебно-методического центра (г.Москва) провел беседу об оказании первой неотложной помощи в критических ситуациях, связанных с расстройством здоровья, глав-

ным образом сердечно-сосудистой системы. Основная часть занятия была посвящена рефлексотерапевтическим методам купирования острых болезненных состояний.

Доклады вызвали интерес слушателей, и заседание закончилось интересным обсуждением. Была продемонстрирована современная физиотерапевтическая аппаратура для домашнего применения. Следующее заседание Общества состоится в субботу, 16 апреля 2005 г.



Вдали от греческих торговых путей и маршрутов путешественников укрылся в горной долине монастырь преподобного Сергия. В одной из его построек расположилась больница, управлять которой был назначен авва Дорфей. Болезни свои монахи лечили не только настойками и мазями из трав и корней, знали они и другой способ. Преподобный Дорфей имел Божий дар врачевания немощи и душевных язв словом.

Из VII века до нас дошли его «Душевнополезные поучения и наставления».

\* Угождай всем больным, которые рядом с тобой, чтобы через это приобрести милосердие. Потом, когда ты сам заболеешь, Бог обязательно воздвигнет рядом человека, который послужит тебе.

\* Не требуй любви от ближнего, ибо требующий ее смущается, когда ее не встретит. Лучше ты сам покажи любовь к ближнему, и успокоишься. И таким образом приведешь ближнего к любви.

\* Сорадуемся друг другу и возлюбим ближнего, ибо чем более кто соединяется с Богом, тем более соединяется с Богом.

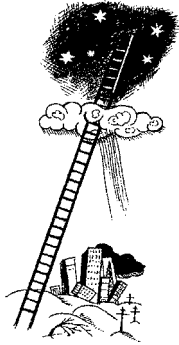
\* Знайте, что от пренебрежения малого и ничтожного мы переходим и к пренебрежению великого. И если кто попирает свою совесть, закосневая, он находится в опасности придти в совершенное нечувствие. Поэтому берегитесь пренебрегать малым и ничтожным, ибо через это образуется худой навык. Будем же внимать себе и заботиться о легком, пока оно легко, чтобы оно не стало тяжким: ибо и добродетели, и грехи начинаются



от малого и приходят к великому добру и злу.

\* Кто не презрит славы и телесного покоя, а вместе с тем и самооправдания, тот не может ни отсечь своих пожеланий, ни избавиться от гнева и скорби, ни успокоить ближнего.

## СОРАДУЕМСЯ ДРУГ ДРУГУ



*У каждого из нас бывают минуты тоски, грусти и печали. Как же в этот момент хочется услышать слова утешения, поддержки, понимания! И если кто, оказавшись рядом, дарит нам такие слова, мы чувствуем неожиданное облегчение, как будто тяжелый камень свалился с души. Поистине, правы мудрецы, из века в век повторяющие, что слово, сказанное с любовью, способно творить чудеса. И как тут не поверить, что действительно были времена, о которых поэт сказал: «Солнце останавливали словом, словом разрушали города». Но сегодня, в наш прагматичный и суетный век, где найти животворящее слово, затягивающее раны души? Кто может стать учителем? Конечно, Святые Отцы, слово которых донесли до нас книги.*

\* Истинный труд не может быть без смирения; ибо сам по себе труд суетен и не вменяется ни во что. Лишь тот, кто соединяет смирение с трудом, достигает цели.

\* Бог знает, удивляясь нечувствию наших душ, что мы можем спастись и не хотим: ибо пока наши страсти еще молоды, мы можем отсекаем их, но не заботимся о том, и позволяем им укрепиться против нас, чтобы придти к худшему концу.

\* Не великое дело судить того или сострадать тому, кто находится в скорби и покоряется тебе, но ве-

ликое – не судить того, кто тебе противоречит.

\* Кто совершил дело, угодное Богу, того непременно постигнет искушение, ведь то, что делается ради Бога, не может быть твердым, если не будет испытано искушением.

\* Знайте, что ни одна злоба, ни одна ересь, ни сам дьявол не может

### Библиотека наших читателей

дуг, который составляет зло.

\* Каждую страсть врачует соответствующая ей заповедь: против тщеславия – заповедь о смирении, против сребролюбия – заповедь о милостыне. Здесь нельзя сказать, что лекарства стары и потому не действуют: ибо

### Фитотерапия

## Мать-и-мачеха



В апреле зацветает мать-и-мачеха, одна из самых целебных трав. После цветения вырастают листья, снизу мягкие, беловолочные, при прикосновении – теплые, «греют, как мать», а сверху – зеленые, гладкие и холодные, «как неприветливая мачеха».

В листьях содержится много слизи и дубильных веществ, горькие гликозиды, каротин, аскорбиновая кислота, рутин, инулин, органические кислоты, сапонины, минеральные соли.

Собирают цветы и молодые листья, не поврежденные «ржавчиной», вызываемой грибами-паразитами.

Благодаря содержанию в листьях слизи мать-и-мачеха оказывает обволакивающее действие на слизистые оболочки рта, горла, гортани, защищая их от раздражения. Органические кислоты размягчают и разжижают сухое отделяемое в верхних дыхательных путях, восстанавливают естественное движение реснитчатого эпителия в трахее и бронхах, способствуют более быстрой эвакуации продуктов воспаления благодаря бактериостатическим свойствам этих соединений.

Цветки возбуждают аппетит. Широко применяют растение при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, почек и мочевыводящих путей (циститы).

Применяют как смягчающее, отхаркивающее (хорошо успокаивает ночные приступы кашля), противовоспалительное, противомикробное и легкое потогонное средство при заболеваниях дыхательных путей (ларингитах, охриплости голоса, острых и хронических бронхитах, бронхоэктазах, туберкулезе, абсцессах и воспалениях легких, бронхиальной астме, эмфиземе легких, силикозе). Она входит также в состав потогонных и грудных сборов. Применяется при дисальгоменорее.

Сок из свежих листьев обладает антисептическим свойством.

Свежий сок, закапанный в нос, избавляет от насморка. Свежие листья, прикладываемые к фурункулам и нарывам, ускоряют их созревание. Они способствуют также заживлению ран, хронических язв, применяют при кожных сыпях (можно использовать свежий сок). Свежесобранными истолченными листьями обертывают ноги при суставном ревматизме, шпорах и ишеалгических болях. Кашицей из листьев лечат мозоли, нарывы, тромбозы.

Из цветов и листьев готовят настои и отвары. 1 стол. л. листьев заливают стаканом кипящей воды, настаивают 30 минут, процеживают, принимают по столовой ложке 6 раз в день.

Крепким отваром мать-и-мачехи и крапивы полезно мыть голову при сухой себорее, выпадении волос и перхоти, сопровождающихся зудом.

### Беседы для родителей

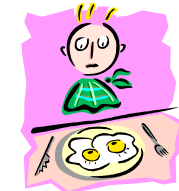
Пост для ребенка - это колоссальная тренировка воли, ему хочется то, это, а нельзя, и он учится сдерживать себя. Те, кто против того, чтобы дети постились, выбрасывают значительную часть воспитания воли, не говоря о том, что если человек к чему-либо привык с детства, к тому он привык на всю жизнь.

Я часто беседую с взрослыми, вот они говорят: "Ну как же без масла, ну что тут особенного – ложка масла...". Все разговоры о питательности, о витаминах – это все пустые разговоры. Лет 10 назад я прочитал в журнале "Вокруг света" статью о племени тубу в Центральной Африке. У них самая высокая продолжительность жизни, самая низкая детская смертность, зубы сохраняются до смерти, выносливость потрясающая, они делают переходы по сорок километров под палящим солнцем. Приезжала к ним экспедиция, ехали за ними на джипах, а те топтали пешком. Эти валились от усталости за рулем, а те спокойно шествовали. О них ходят легенды, как они питаются: утром тубу съедает мякоть от финика, а вечером – косточку от финика. Но эта легенда недалеко от истины: утром они выпивают отвар из каких-то корней, в обед – горсть проса с маисовым маслом и, допустим, с

кокосовым соусом, а вечером – несколько фиников, и все, и так всю жизнь. Тут все белки, и витамины, и углеводы, о которых у нас написано множество диссертаций. Поэтому питание - это все относительно.

лежит колбаса, сосиски, яичница, бутерброд с сыром и маслом, а дело было постом. И бабушка, которую я пришел причащать, говорит: "Он совсем не ест ничего, не можем его заставить...". Я говорю: "Дайте ему картошки с капустой". Потом снова

## НУЖЕН ЛИ ПОСТ ДЛЯ РЕБЕНКА?



Я вот вырос во время войны, и я просто привык к постной пище, поэтому, когда мне дают, например, икру какую-нибудь или огурец, я буду есть огурец, потому что для меня вкуснее хороший соленый огурец, или грибки...

Одним словом, это все больше привычка, и когда говорят, что ребенку рано постигаться, я говорю – нет, не рано. В нашей семье тоже были эти проблемы, от бабушки, никуда не денешься от закваски интеллигентской, она детям молочко постоянно предлагала, а они хотели огурец, который ест папа, и ржаного папиного хлеба.

Я однажды ходил причащать по своему приходу, захожу в квартиру, за столом сидит ребенок, перед ним

к ним пришел, так она говорит: "Ой, так ест теперь...".

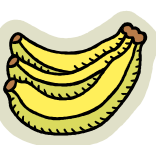
Это небольшие штрихи, но они существенны. Я помню, как однажды одному из моих детей дали конфетку, а он ее разворачивает и спрашивает: "А сегодня какой день, постный?". А это была среда, день постный. Он завернул и спрятал. Уже разворачивая шоколадную конфета, осталось только в рот засунуть, а он ее не съел. Вы знаете, какая это тренировка воли! Это вопрос серьезный. Ветхозаветный Исава продал первородство за чечевичную похлебку, а первородство чего-то стоило. И родоначальником стал Иаков, а Исава покушал, и на этом все кончилось.

Вопросы поста имеют значительное продолжение в жизни человека. Часто из-за еды, из-за мелочей

вот этих, бывают скандалы, не так или не то приготовлено, не так подано. Но если человек воспитывается в посте, то снимается около половины проблем семейной жизни. Муж приходит домой, а дома нет ничего мясного. "Ну, что есть, то и поедим, какая проблема". Проблемы нет.

Еще многие говорят, что пост – это не главное. Да, может быть, не главное. Вот рука не главное, а без руки плохо, и без ноги тоже неважно, и нос тоже не главное, можно его отмахнуть, уши тоже, пожалуй, ну а что остается тогда? Вот так у нас все и получается: это не главное, то не главное, а между прочим, если пост не главное, чего же ты тогда из-за этого неглавного так ругаешься? Один из моих детей, когда его спросили: "А что это ты ешь без масла?", сказал: "Так полагаются". – "Да какая разница?" А он: "Вот ты ешь, тебе есть разница, с маслом или без масла?" – "Есть". – "А что ты спрашиваешь? Вот и мне есть". Понимаете, это все лукавство, когда постящимся говорят: "Не все ли равно, что есть?" Но если все равно, давайте есть постное! И тут, "стоп машина". Ведь ты лжешь, потому что если все равно, о чем речь вообще? Вот так, из этих небольших моментов иногда возникает целая проблема.

Прот. Валериан Кочетков.  
"Подви семейного воспитания".



Доказано, что у людей, регулярно потребляющих много фруктов и овощей, гораздо ниже вероятность

## ПРЕБИОТИКИ: ПРОДУКТЫ-ЗАЩИТНИКИ

развития рака толстой кишки. Эти продукты обладают мощным защитным действием, обусловленным высоким содержанием в них не только клетчатки, но и соединений, называемых фитохимическими.

Фрукты и овощи обеспечивают разностороннюю помощь организму в завершении процесса пищеварения. Непереваренная масса, состо-



ящая главным образом из клетчатки и крахмала (который не подлечит дальнейшему расщеплению в кишечнике), движется по пищеварительному тракту в толстую кишку, где пищевые остатки превращаются в фекалии, которые затем выводятся из организма. Когда

переваренная пища достигает толстой кишки, процесс всасывания питательных веществ уже завершен.

В толстой кишке обитает огромное количество бактерий – "кишечная флора", из которых самая многочисленная группа – лактобактерии, бифидобактерии.

Поступает все больше данных о том, что специфические продукты

### Это полезно знать

жизнедеятельности бактерий способны защищать толстую кишку от рака и укреплять иммунную систему.

Некоторые растения, в частности спаржа, артишок, лук, цикорий, лук-порей, чеснок, пшеница, рожь, ячмень, бананы и томаты содержат особый вид пищевой клетчатки, стимулирующей размножение полезных бифидо- и лактобактерий и в то же время вызывающей подавление роста вредных бактерий. Пищевые продукты и добавки, содержащие этот вид клетчатки, называются пребиотиками.



"Книга о красоте и здоровье".  
М. 2004 г.

## ЧТО ПРИГОТОВИТЬ В ПОСТ?

Наша читательница, фельдшер Нина Александровна Багаева поделилась своими кулинарными рецептами.

### Картофель по-монастырски

Очистить отварной картофель, обжарить, посыпав мукой на раскаленной сковородке на растительном масле до румяной корочки, подсолить. Вкусно в горячем и в холодном виде.

### Медовые лепешки

2 стакана кипяченой охлажденной воды, 0,5 стакана растительного масла, 2



стол. ложки меда, ржаная мука.

Замесить тесто не крутое и не слабое. Порезать на порции и сформировать лепешки, проткнуть вилкой. Выложить на противень, смазанный растительным маслом и выпекать в духовке. Лепешки очень вкусные, долго не черствеют: и полезные, и лечебные. Можно добавить в тесто изюм и орехи.







**Зачем нам нужен здоровый желудок?** Именно органы пищеварения осуществляют превращение, или "переваривание" продуктов питания, состоящих из белков, жиров, углеводов, витаминов, микроэлементов в вещества, обеспечивающие человека энергией, необходимой для жизни. Поэтому, если вы, дорогие читатели, хотите быть бодрыми и веселыми, энергичными и здоровыми, вам нужен здоровый желудок и кишечник.

К сожалению, заболевания органов пищеварения сейчас не редки. Коломенские педиатры ставят их у детей и подростков на треть (!) место после болезней костно-мышечной системы и болезней органов зрения. Наиболее часто у взрослого населения ставится диагноз язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

**Как выглядит язва?** Это небольшой участок желудка или двенадцатиперстной кишки, разрушенной пищеварительным соком и желудочной кислотой. Если оставить язву без лечения, она может принести большие неприятности и вызвать серьезные проблемы со здоровьем. К счастью, сейчас появились высокоэффективные лекарства, которые могут не только быстро заживлять язву и избавить пациента от боли, но и способны навсегда вылечить от язвенной болезни.

Раньше считали, что язва возникает только на нервной почве, от стресса. Современные научные исследования доказали, что суще-

ствуют еще 3 причины язвенной болезни:

**первая** - инфекция, вызываемая бактерией под названием "геликобактер пилори" (*Helicobacter pylori*). Это самая частая причина заболевания в России. Ученые еще точно не знают, как происходит заражение

ке, может значительно усиливать боль. У курильщиков осложнения язвы возникают намного чаще. Кроме того, не надо забывать, что при курении повышается риск заболеть раком пищевода, желудка, поджелудочной железы, легких, молочной железы и других органов.

## ЧЕМ ОПАСНА ЯЗВА ЖЕЛУДКА?



этой инфекцией, но считают, что она передается через зараженную пищу и воду.

**вторая** - прием лекарств самостоятельно и в больших количествах. К таким препаратам относятся аспирин, брufen, напроксен, ортофен и многие другие. Эти лекарства назначают при болях в суставах и позвоночнике. Не следует принимать их без консультации с врачом, особенно если уже есть язвенная болезнь или часто болит живот.

**третья** - избыточное, чрезмерное образование кислоты в желудке. Ученые с точностью установили: бактерия "геликобактер пилори" нарушает защитный слой слизи, покрывающий стенку желудка и двенадцатиперстной кишки изнутри, что позволяет кислоте свободно проникать к стенке желудка и повреждать ее. Таким образом, и кислота, и бактерия раздражают желудок и вызывают его повреждение и образование язвы.

Особенно вредит больным с язвой курение. Эта вредная привычка замедляет рубцевание язвы, усиливает образование кислоты в желуд-

Какие ощущения позволяют заподозрить язвенную болезнь?

Если появилась ноющая или жгучая боль высоко посредине живота между ребрами, следует немедленно обратиться к врачу, так как, возможно, боль связана с появлением язвы. Боль часто может возникать натощак, между приемами пищи, может начаться посреди ночи, когда желудок пуст. Боль продолжается от нескольких минут до нескольких часов. Она проходит после еды, после приема молока, раствора соды, антацидов и кислотопонижающих препаратов.



Реже возникают ухудшение аппетита, снижение веса, тяжесть в животе, вздутие живота, тошнота, рвота.

Если перечисленные симптомы начинают беспокоить пациента ежедневно и постоянно на протяжении 1 - 3 дней, ему следует (в зависимости от общего самочувствия) вызвать врача на дом, либо обратиться к участковому врачу-тера-

Консультирует гастроэнтеролог

певту или к врачу-гастроэнтерологу. Диагноз заболевания будет поставлен и подтвержден клиническими исследованиями (фиброгастродуоденоскопией, рентгенографией).

**Нужно ли при язве придерживаться строгой диеты?** Исследования ученых показали, что острая и кислая, горячая и твердая пища не

являются причиной язвы. Более того, характер питания вообще существенно не влияет ни на образование язвы, ни на ее рубцевание, поэтому сейчас специальной диеты больным не назначают.

Большой язвенной болезнью, как любой здоровый человек, должен придерживаться принципов здорового, рационального, сбалансированного питания с достаточным содержанием белков, углеводов, жиров и витаминов. *Но острая пища, алкоголь, кофе, жирные продукты, переизбыток и голодание ("модные" сейчас диеты) ни в коем случае не рекомендуются больным с язвой.* В России среди некоторых пациентов распространено мнение о том, что алкоголь способствует заживлению язвы. Это ошибочное мнение, и оно не нашло подтверждения в научных исследованиях. Более того, оказалось, что даже у здоровых лиц однократный прием небольших доз алкоголя может вызвать повреждение слизистой желудка, появление небольших язвочек (эрозий) на слизистой и острый гастрит. Больным яз-

венной болезнью прием алкоголя категорически противопоказан.

**Осложнения язвы.** Обычно при язвенной болезни общее самочувствие остается хорошим. Вместе с тем, иногда язва дает осложнения и вызывает серьезные проблемы со здоровьем, поэтому во всех случаях образования язвы следует консультироваться, наблюдаться и лечиться только у специалиста. **К осложнениям язвенной болезни относятся: кровотечение, прободение или перфорация и стеноз выходного отдела желудка.**

**Когда надо СРОЧНО ВЫЗЫВАТЬ ВРАЧА?** Если вы болеете

язвенной болезнью и заметили, что появилась резкая слабость, сердцебиение, головокружение, тошнота, рвота, холодный пот, - возможно, это вызвано кровотечением из язвы, - СРОЧНО ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА. Если вы заметили, что появилась кровь в кале или черный кал, похожий на деготь, кашицеобразный или жидкий, - возможно, это вызвано кровотечением из язвы, - СРОЧНО ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА. Если внезапно вы почувствовали нестерпимую боль в животе, которую можно сравнить с ударом по животу кинжалом, при этом не можете ходить, шевелиться в постели, а любое напряжение, рвота, кашель, попытка встать с постели, усиливают боль и хочется лежать неподвижно с прижатыми к животу ногами, - возможно, это вызвано прободением или перфорацией язвы, - СРОЧНО ВЫЗЫВАЙТЕ ВРАЧА.

Е.В. Матвиива, гастроэнтеролог Щуровской



В 3 номере "Медицинского вестника" были опубликованы статьи "Почему болят почки?"

врача-уролога Коломенской ЦРБ Матя Т.А., где одной из причин заболеваний почек назван цистит. В редакцию газеты обратились читатели с просьбой рассказать об этом заболевании. На вопросы отвечает врач Алексей Васильевич Хлебников.

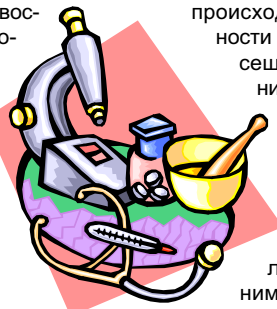
На вопросы отвечает уролог

внизу живота и повышение температуры тела до 38 градусов (субфебрильных цифр). Высокая температура тела нехарактерна для острого цистита. Моча становится мутной, иногда с примесью крови, особенно в конце мочеиспускания.

Симптомы сохраняются в течение 6-7 дней,

## ОСТРЫЙ ЦИСТИТ

**ОСТРЫЙ ЦИСТИТ** - это гнойно-воспалительный процесс слизистой мочевого пузыря, представляющий собой наиболее частое проявление не осложненной инфекции мочевых путей, которая возникает при отсутствии структурных изменений в почках и мочевыводящих путях, а также у пациентов без серьезных сопутствующих заболеваний.



происходит ограничение обычной активности на 2-3 дня, больные не могут посещать работу или учебные заведения 1-2 дня.

Диагноз устанавливается по клиническим симптомам и данным анализа мочи.

Рекомендуем всем пациентам, обнаружившим у себя вышеперечисленные симптомы, немедленно обратиться к врачу, а не заниматься самолечением.

Ученые многих стран пришли к выводу, что при цистите хорошо помогают **фитопрепараты**. Во-первых, они не приносят вреда больному, так как не имеют побочного действия; во-вторых, самочувствие улучшается очень быстро.

Рекомендуемые фитопрепараты: брусничный лист, толокнянка (медвежий ушки).

Комплексные препараты: "Моринда" (по 1 капсуле 2 раза в день за 20 минут до еды), "Под-Арко" (по 1 капсуле 3 раза в день во время еды),

"Бурдок" (по 1 капсуле 2 раза в день во время еды).

А.В. Хлебников, врач урологического отделения Коломенской ЦРБ.

### Рецепты

#### наших читателей

Мята лечит тяжелое воспаление мочевого пузыря. Собрать траву в период цветения. 20 г травы залить 1,5 л кипятка, кипятить 5-10 минут, остудить, принимать по 1 стакану 3 раза в день в течение месяца.

При болезнях мочевого пузыря помогает отвар березовой коры (собирают кору с молодого дерева на вырубках в период сокодвижения). Кору вымочить в холодной воде 6 часов, мелко нарезать, залить 1 стаканом кипятка, кипятить на малом огне 20 минут. Настоять 30 минут, процедить, пить как чай.

В основе заболевания лежит нарушение обмена нуклеиновых кислот. При подагре в крови и тканях повышается количество мочевой кислоты с отложением избытка ее в различных органах, в том числе и в суставах. Поражаются суставы, ушные раковины, почки (подагрический нефрит), сердце (миокардит), бронхи, глаза, мозговые оболочки, сухожилия, нервы. Однако поражение суставов, как правило, является ранним и ведущим симптомом подагры.

Чаще болеют мужчины старше 40 лет, болезнь бывает наследственной, протекает длительно, с острыми приступами. Острый приступ подагры обычно начинается ночью или под утро. Ему предшествует ухудшение самочувствия, увеличение объема мочи. Приступ провоцируется приемом большого количества

Нарушение обмена веществ

ротка, кумыс. Из фруктов и овощей полезны земляника, лимоны, крыжовник, различные корнеплоды. Меньше жирной и белковой пищи, больше жидкости. Необходимо усиленное потребление флавоноидов (в большом количестве содержатся в свежей вишне, боярышнике, чернике и других ягодах). Ежедневное потребление 200 г свежих плодов вишни снижает содержание в организме мочевой кислоты и предотвращает приступ подагры.



Вне обострения больным необходимо как можно больше двигаться, заниматься легкими видами спорта, совершать длительные пешеходные прогулки.

При острых приступах подагры необходимо соблюдать постельный режим, тепло укрывать пораженные суставы,

## ЧТО ТАКОЕ

## ПОДАГРА?

мясной или рыбной пищи, обилием потребления яиц (особенно жареных), алкоголя, а также простудными заболеваниями и травмами.

Возникает нестерпимая боль в одном или в нескольких суставах, от которой больной просыпается. Чаще поражается большой палец ноги. Боль жгучая, сустав краснеет, припухает. Картина воспаления нередко напоминает флегмону. Приступ сопровождается повышением температуры, ознобом, потерей аппетита, тошнотой, рвотой. Наблюдаются вздутие живота, задержка стула, увеличение печени. Длительность приступа - от часов до суток. Параллельно со стиханием боли спадает опухоль сустава, появляются шелушение кожи, зуд. В дальнейшем при отсутствии лечения приступы учащаются, но острота их снижается. В промежутках между острыми приступами развиваются различные поражения внутренних органов. Возникают стойкие изменения в больном суставе: деформации, контрактуры и подвывихи.

Лечение подагры нужно начинать с изменения обычного питания. Запрещаются мясо и мясные консервы, мясные супы и бульоны, печень, почки, мозги, моллюски и ракообразные, дрожжи (пивные и пищевые), сельдь, сардины, макрель; овощи, содержащие пурины (шпинат, фасоль, щавель, редиска, горох, чечевица). Из рациона полностью должен быть исключен алкоголь.

Больным рекомендуется молочно-растительная диета: кефир, кислое молоко, сыво-

пить больше жидкости, внутрь принимать настойку безвременника (аптечный препарат) - по 20 капель 3-4 раза в день.

При наличии воспаления суставов больному показаны любые лекарства из противовоспалительных трав. Особенно полезны препараты имбиря. Для лечения подагры, артрита, остеоартрита народная медицина рекомендует использовать корень лакричника, брусничный лист, крапиву, цикорий, отвар корней сабельника, посевную люцерну, фенхель, сельдерей, петрушку, орехи, яблоки, экологически чистые злаки.

Хороший эффект дает сок травы мать-и-мачехи по 1 ст. л. за 1 час перед едой 1 раз в день в течение 2-3 месяцев. Одновременно на подагрические узлы делать компрессы из смеси размолотой травы мать-и-мачехи и соли, грея это место грелкой.

Помогают ванны с овсяной соломой или сенной трухой. 200 г сенной трухи кипятят в 5 л кипятка на медленном огне 15 минут, после охлаждения до 40 градусов используют для ручных и ножных ванн через день. 12 ванн на курс.

"Лечение заболеваний суставов". М. 2004г.



**Десять заповедей Божиих были даны Моисею на горе Синай и указывают нам путь нравственного совершенствования в мире. (О десяти заповедях Божиих читайте в №3 газеты.) Эти заповеди были углублены и возвышены в Назорной проповеди Спасителя. Их мы читаем в Евангелии от Матфея (глава 5, стихи с 3 по 12).**

Каждый знает, что для достижения счастья человек присоединяет личный подвиг. Но как его совершить? Руководством в этом является учение Господа нашего Иисуса Христа, сокращенно изложенное в заповедях о блаженстве. Таких заповедей девять.

**1. Блажены нищие духом: яко тех есть Царствие Небесное.** Быть нищим духом значит иметь духовное убеждение: все, что мы имеем, дарует нам Бог, и ничего доброго без Божией помощи и благодати мы совершить не можем. В награду за такое смирение Господь обещает Царство Небесное, т.е. вечно-блаженную жизнь. «Блаженны» означает «счастливы». Они ничего не имеют в этом мире, но они все получают от Бога.

**2. Блажены плачущие: яко тии утешатся.** Плачущие – те, кто плачут, раскаиваются и скорбят о своих грехах. В награду им Господь обещает утешение – прощение грехов, а

через это внутреннее успокоение, вечную радость.

**3. Блажены кроткие: яко тии наследят землю.** Кроткие – это такие люди, которые стараются, чтобы никого не раздражать и самим не раздражаться, незлобивые, терпеливые друг к другу, не ропщущие на

милость – избавление от вечного осуждения за грехи.

**6. Блажены чистии сердцем: яко тии Бога узрят.** Чистые сердцем – те, которые непрестанно помышляют о Боге. Господь обещает им высшую степень блаженства –



## ЗАПОВЕДИ БЛАЖЕНСТВА

Бога. Кроткие наследуют Царство Небесное.

**4. Блажены алчущии и жаждущии правды: яко тии насытятся.** Это те, которые желают правды, справедливости, чьим величайшим желанием является исполнение Божьих заповедей, те, кто все свои помыслы обращает к Богу. Господь обещает им духовное насыщение, состоящее во внутреннем, душевном мире, в спокойствии совести, в оправдании и помиловании.

**5. Блажены милостивии: яко тии помилованы будут.** Милостивые – милосердные, сострадательные. «Милостивые» поступают с другими людьми так же, как Бог поступает с ними. На будущем суде Христовом к ним будет явлена особая

созерцание Бога, которое может быть и здесь, на земле, в Его явлениях, образах и подобиях.

**7. Блажены миротворцы: яко тии сынове Божии нарекутся.** «Миротворцы» – люди, живущие со всеми в мире и согласии, всех старающиеся примирить, всем прощающие обиды. Им Господь обещает, что они будут самыми близкими Богу, наследниками Божиими.

**8. Блажены изгнани правды ради: яко тех есть Царствие Небесное.** Изгнанные за правду лишаются ради любви к Богу даже права жить среди людей. Гонимым за правду христианам Господь обещает вечное блаженство в будущей жизни. Эта заповедь требует правдолюбия, постоянства и твердости в добро-

## Азбука Православия

детелях, мужества и терпения.

**9. Блажены есте, егда понесут вам и иждунут, и рекут всяк зол глагол на вы лжуще Мене ради. Радуйтеся и веселитесь: яко мзда ваша многа на Небесех.** В этой заповеди Господь называет особенно блаженными (счастливыми) мучеников, пострадавших за Христа, выше подвига которых ничего нет. Им Господь обещает великую награду на небесах. Но и здесь, на земле Он прославляет многих мучеников за их твердое исповедание веры.

Только этим людям принадлежит Царствие Божие. Именно их Бог вознаградит за лишения, переносимые сейчас. Именно они получают похвалу от Господа. И потому заповеди блаженства преворачивают мирские представления о счастье. Они учат нас тому, как мы можем достигнуть христианского совершенства и святости. Сам Иисус Христос, призывая нас к вечной жизни в Царстве Небесном, указывает пути к нему через их исполнение. «Заповеди блаженства» поются в начале Литургии.

*«Букварь школьника. Начало познания вещей Божественных и человеческих».*  
1997 г.



3 апреля – Третья неделя Великого поста, Крестопоклонная. Преподобного Серафима Вырицкого.

7 апреля – Благовещение Пресвятой Богородицы. Преставление свят. Тихона, патриарха Московского и всея Руси.

14 апреля – Стояние Марии Египетской. Преподобного Варсонофия Оптинского.

На вечерней службе читается покаянный канон святителя Андрея Критского и житие преподобной Марии Египетской. Ее жизнь показывает, что мы не должны отчаиваться. Постом, молитвой, покаянием, борьбой с собой и искушениями мира Мария победила грех и стала святой.

16 апреля – Похвала Пресвятой Богородицы (Суббота Акафиста).

Накануне, на вечернем богослужении читается Акафист Богородице с особыми праздничными песнопениями «Взбранной Воеводе победительная». Вспоминается чудесное спасение от врагов Константинополя по молитвам Пресвятой Богородицы, в память о котором был составлен первый Акафист (626г.)

23 апреля – Лазарева суббота. Воскрешение праведного Лазаря.

24 апреля – Вход Господень в Иерусалим (Вербное воскресенье).

Неделя (седмица) перед Пасхой посвящена воспоминанию последних дней земной жизни Господа Иисуса Христа, Его Крестных страданий, смерти и погребения. Поэтому данная неделя именуется также Страстной.

28 апреля – Великий Четверг. Воспоминание Тайной Вечери. На вечерней службе читаются 12 повествований из Евангелия о страданиях и Крестной смерти Господа. Свечи от «12 Евангелий» по традиции приносятся в дом для освящения. Начало службы в 17 часов.

29 апреля – Великая Пятница. Воспоминание Святых спасительных Страстей Господа нашего Иисуса Христа. Вынос Плащаницы в 14 часов. Начало службы в 17 часов.

30 апреля – Великая суббота. Воспоминание пребывания тела Господа во гробе. Особым знакомением значимости этого дня является ежегодное схождение благодатного огня на Гроб Господень в Иерусалиме. В 23.30 начинается праздничная Пасхальная служба.

**ПРОГРАММА ПРАВОСЛАВНЫХ ПЕРЕДАЧ радиостанции «БЛАГО» 102,3 FM передачи можно слушать в интернете WWW.radioblago.ru**

00:00-Псалтирь  
03:20-Евангелие  
06:00-Утренние молитвы  
06:28-Литургия  
07:20 и 19:00-передача «Свободный Университет» (курс лекций читает профессор МДА А.И.Осипов)  
14:30-передача «Портрет мастера»  
10:00 и 15:00 и 22:00-передача «Граждане неба»  
14:00 и 21:00 «Россия сквозь века»  
16:30-Литературные чтения  
18:00-Вечернее Богослужение-Всенощная  
20:30-передача для детей «Сказка за сказкой»  
22:30-Вечерние молитвы  
В субботу и воскресенье в 08:00 и 20:00 передача «Архиепископ Аверкий. Толкование на Евангелие». Читает Станислав Федосов.

В остальное время радиостанция транслирует лучшие произведения русской и мировой классики.

## 24 апреля – Вход Господень в Иерусалим

звание происходит оттого, что на этот праздник верующие приходят с ветками, как правило, ивовых рас-

время верба означает Крест, которым Господь поправил смерть и даровал верующим жизнь вечную.

## Вербное Воскресенье

дей иудеи устилали дорогу ветками деревьев и верхней одеждой. И в этот раз они постлали одежды и ветви вайи (пальмы). Взрослые и дети пели Ему «Осанна!», что означает в буквальном значении с древ-

нееврейского: «Спаси же, даруй спасение», аналогично по смыслу «Да здравствует!»

Он входил в город как Царь, Господь, Сын Божий. И в то же время Он входил туда на страдания и на муки, о которых знал. Его встречал народ, который через несколько дней предал Его суду, избивению и распятию, стал поносить Его и радоваться Его унижению. Он входил в город на страдания для спасения людей всего мира, в город, о котором немногим позже скажет, что он подлежит разрушению, потому что не исполнил своего предназначения. События, которые вспоминаются в этот праздник, подробно описаны во всех четырех Евангелиях.

Этот день на Руси давно называется Вербным воскресением. На-

зеленеющие ветви вербы служат знаменами победы над смертью и воскресения Иисуса Христа и нашего общего воскресения. Веточки вербы зимою были без жизни, как бы мертвы, но теперь, с наступлением весны дерево снова оживает. И мы умрем, и наступит для нас эта суровая зима, но придет и наша весна всеобщего воскресения, и мы опять оживем, и наше тело, истлевшее в земле, опять соединится с душою: Бог тленное облечет в нетленное и мертвое соделает бессмертным. В то же

не такое учительство и обличил Христос. И в таком значении последователи Христа действительно не могут и не должны называться учителями. Если же священники учат и про-

Вход Господень в Иерусалим празднуется в воскресный день шестой седмицы Великого поста после Лазаревой Субботы. В этот день пришедшие на праздник Пасхи иудеи встречали Иисуса как Мессию, пророка, великого чудотворца, потому что знали, что Он воскресил Своего умершего друга Лазаря, четыре дня лежавшего во гробе.

...Приближался праздник Пасхи, последний в земной жизни Спасителя. За неделю до праздника в числе многочисленных паломников и богомольцев Иисус Христос направился в Иерусалим («Иерусалим» – означает «Священный Город»), где находился Храм Господень.

Много раз бывал Иисус Христос здесь и всегда сознательно уклонялся от всяких почестей, запрещая Своим ученикам рассказывать, что именно Он и есть всеми ожидаемый Христос – Царь Израилев. В этот же раз Господу было угодно всенародно явить Себя Мессией: Он вступил в Иерусалим как Царь Иудейский, как не раз вступал сюда царь Давид, сидя по древнему иудейскому обычаю, на осле – символе мира.

При встрече особо чтимых лю-

В Евангелии Христос категорически запрещает называть отцами и учителями всех, кроме Бога. А в церкви священников как раз именно так и называют. Может быть, Православие отошло от заповедей Христа?

Слова об отцах и учителях Христос произнес в Иерусалиме за несколько дней до распятия. Тогда в городе было особенно многолюдно. Приближался праздник Пасхи.

«На Моисеевом седалище сели книжники и фарисеи. Итак, все, что они велют вам соблюдать, соблюдайте и делайте; по делам же их не поступайте: ибо они говорят и не делают. Связывают бремена тяжкие и неудобносимые и возлагают их на плечи людям, а сами не хотят и перстом двинуть их. Все же дела свои делают с тем, чтобы видели их люди; ...любят предвозлежания на пиршествах и предсказания в синагогах и приветствия в народных собраниях, и чтобы люди звали их: «учитель! учитель!». А вы не называйтесь учителями: ибо один у вас Учитель – Христос; все же вы братья. И отцом себе не называйте никого на земле: ибо один у вас Отец, Который на небесах. И не называйтесь наставниками: ибо один у вас Наставник – Христос». (Евангелие от Матфея, гл. 23, стихи 2 – 10).

Из контекста видно, что речь идет о вещах более важных, нежели словупотребление. Христос обличает здесь определенное состояние человека, взявшего на себя учительство.

## Почему священников называют отцами?

Эти евангельские слова относятся, конечно, не только к тем, кого непосредственно обличал Иисус, но и к современным христианам и их наставникам. Представьте, например, учителя истории, который на лекциях заявляет: «Я создатель, повелитель и двигатель мировой истории. Все, что я вам рассказываю, – я сотворил сам». Наверное, ничего, кроме сожаления, такая личность не вызовет. Ведь все понимают, что преподаватель любой дисциплины всего лишь посредник в передаче знаний. А его учительство – это служение. Будь то история, математика или химия.

Тем более это относится к религиозным наставникам. Их призвание – служение Богу. И человек, который забывает это, по мнению христианства, не может называться учителем. Имен-

но такое учительство и обличил Христос. И в таком значении последователи Христа действительно не могут и не должны называться учителями.

Если же священники учат и про-

поведуют, не претендуя на исключительность своей миссии, понимая, что учение, которое они проповедуют, не их собственное, и они только ведут ко Христу, то им, как и апостолам, ничто не мешает называться учителями и отцами.

Но если вы вдруг услышите, что некто, пусть даже и священник, называет себя «новым христом», «источником откровения», «основателем третьего завета» – или даже просто заявляет об исключительности своего духовного опыта как единственно верного – к подлинному христианству он не имеет никакого отношения. Очень часто именно такие люди, вырывая заповедь Христа из контекста, толкуют ее как запрет словоупотребления и строго-настроено запрещают именовать себя отца-

## Трудный вопрос

ми, наставниками и учителями. Обычно в сектах все называют друг друга «братьями». Что же меняется от этого? Да ничего! Можно выпустить тысячу тыщраций, запрещающих слово «отец», но при этом стать самым настоящим идолом для своих последователей. При этом скромно именоваться «братом». Но какая разница, кому обманутые люди отдадут свои квартиры и рабски, фанатично подчиняются – отцу X или брату Y?

Тех, кто внес наибольший вклад в развитие христианского вероучения, принято называть отцами и учителями Церкви. Но они никогда не присваивали себе звания спасителя человечества. Апостолы сравнивали себя с земледельцами, работающими на поле, которое принадлежит Богу. Поэтому священники – духовные отцы и учителя, всегда очень боялись стать Отцами и Учителями для своих духовных чад, т.е. вместо Христова учения учить чему-то своему, и вместо того, чтобы вести человека ко Христу, привести к себе.

Роман Маханьков. Журнал «Фома» № 3, 2004 г.

**МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК**

Отпечатано в ГУП МО «Коломенская типография», ул. III Интернационала, д. 2а.

Учредители: Православное общество врачей г. Коломны, Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской.

Телефон экстренной помощи 14-27-44.

Гл. редактор А.Г. Кулыша.

Ред. коллегия: Сивова Л.П., Вавилова М.Н., Варфоломеева Л.Г.

Газета выходит 1 раз в месяц с 1 января 2003 г. Объем 1 печатный лист.

Тираж 999. Заказ 1205.

Газета издается на пожертвования прихожан Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря.

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Присылайте в редакцию свои вопросы и на медицинские темы, и на темы юридические, связанные с медициной. Ждем от вас статьи, стихи, интересные случаи из жизни, из практики, воспоминания о врачах, стоявших у истоков развития коломенской медицины.

Наш адрес: 140400, г. Коломна, ул. Лазарева, д. 11а.

Тел.: (261) 4-27-44. Факс: (261) 2-07-07. эл. почта: Medical.center@novogolutvin.ru

www.novogolutvin.ru