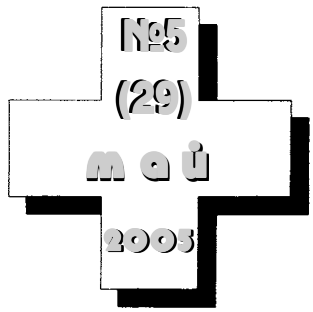


Здоровье физическое не может быть без духовного здоровья. Все мы созданы по образу Божьему, так будем же стремиться прежде всего к правде, истине и доброте. Наша задача вселить в Вас надежду на помощь Божию и на помощь добрых православных врачей.



МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

Издается по благословию Высокопреосвященнейшего Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

ПАСХАЛЬНОЕ ПОСЛАНИЕ

Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия
СВЯЩЕННОСЛУЖИТЕЛЯМ, МОНАШЕСТВУЮЩИМ
И ВСЕМ ВЕРНЫМ ЧАДАМ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ МОСКОВСКОЙ ЕПАРХИИ
Возлюбленные служители Алтаря Господня, боголюбивые иноки и инокини,
медицинские работники города Коломны, дорогие братья и сестры!
Сердечно поздравляю Вас со светлым и радостным праздником Пасхи Господней:
ХРИСТОС ВОСКРЕСЕ!

Пройдя спасительный путь Великого Поста, мы в радости духовной и сердечном ликовании встречаем праздник Светлого Христова Воскресения.

Вера в Воскресшего Господа дошла до нас с апостольских времен. Вспомните чудесное обращение лютного гонителя Церкви Савла, как об этом повествует книга Деяний: «...внезапно осиял его свет с неба. Он упал на землю и услышал голос, говорящий ему: Савл, Савл! Что ты гонишь Меня? Он сказал: Кто Ты, Господи? Господь же сказал: Я Иисус, Которого ты гонишь. Трудно тебе идти против рожна» (Деян. 9: 3-5).

И он, святой апостол Павел, потрудившийся больше других в евангельской проповеди (1 Кор. 15:10), в основу своего благовестия всегда полагал свидетельство о Воскресении, говоря: «Если Христос не воскрес, то проповедь наша тщетна, тщетна и вера наша...но Христос воскрес из мертвых» (1 Кор. 15:14, 20).

Церковь хранит убедительные слова святителя Иоанна Златоустого о чуде Воскресения Христова. Никто из людей, - размышляет он, - оставив и покинув друга-учителя при его жизни, не станет дорожить им после его смерти, особенно если увидит угрожающие за привязанность к нему бесчисленные опасности. Но вот, ни с кем не бывает, то произошло со Христом и апостолами: те, которые отреклись и отстали от Него при Его жизни, оставили Его, когда Он был взят, и разбежались, те после бесчисленных поношений и креста стали так высоко почитать Его, что и души свои положили за исповедание и веру в него.

Теперь притекает к Нему вся вселенная. Те, которые не вдели Его, предали за Него души свои, отдали свои головы на отсечение и претерпели бесчисленное множество бедствий, чтобы умереть, сохранив целой и неприкосновенной веру в Него (см.: Свт. Иоанн Златоуст. Творения. Т. III. с. 97-98).

Мы можем к этому добавить, что и в XX веке бесчисленные новомученики и исповедники Российские мужественно переносили страдания, вдохновляемые верой в Бога.

В прощальной беседе с учениками Спаситель предрек: «В мире будете иметь скорбь; но мужайтесь: Я победил мир» (Ин. 16:33). Действительно, возлюбленные, мы часто переживаем в повседневной жизни болезни, скорби, душевные потрясения и страдания. И поэтому так важна и спасительна для нас вера во Христа Воскресшего, победившего все силы зла и саму смерть. В свете веры нашей мы без отчаяния и страха, иными глазами смотрим на временные испытания, обращая свой взор в веч-

Мужайтесь: Я победил мир.

(Ин. 16:33)

ность, в Царствие Божие, уготованное нам от создания мира (Мф. 25:34).

В молитве церковной мы получаем благодатную помощь Божию, укрепляющую нас в несении жизненного креста. Нынешняя пасхальная радость не может сравниться ни с одной земной радостью, и, по слову Господа, никто не может ее у нас отнять (Ин. 16:22).

Сегодня Святая Церковь своим возвещением о Воскресении Христовом и всем чином пасхального богослужения, обращаясь к душе каждого человека, призывает к осознанию Божественной истины, пробуждению совести, благочестивой жизни, делам любви и милосердия.

В такие же светлые пасхальные дни шесть десятилетий назад наш героический народ победоносно завершил Великую Отечественную войну. Мы свято храним память о защитниках Родины, жизнь свою отдавших в ратном бою. И 9 мая во всех храмах будут совершаться о них заупокойные богослужения. Мы постоянно возносим Воскресшему Господу горячие молитвы и о ныне здравствующих дорогих и любимых ветеранах войны и тыла, испытывая к ним сыновнюю благодарность за спасение Отечества. Их подвиг велик перед Богом и людьми. Их жизнь - яркий пример для нынешнего и грядущих поколений в служении ближним, ибо «нет больше той любви, как если кто положит душу свою за друзей своих» (Ин. 15:13).

Сердечно поздравляю Вас, всечестные отцы, дорогие братья и сестры, с великим и всерадостным торжеством - праздником Святой Пасхи. С благоговейным трепетом вновь обращаю к Вам идущие от апостольских времен свидетельство и жизнеутверждающее приветствие:

**ХРИСТОС ВОСКРЕСЕ!
ВОИСТИНУ ВОСКРЕСЕ ХРИСТОС!**

**Ювеналий,
Митрополит Крутицкий
и Коломенский**

Пасха Христова 2005 г.,
г. Москва

Глубокоуважаемая Матушка Игуменья Ксения с сестрами!

В светлый и великий день Святой Пасхи примите добрые и сердечные поздравления от имени Православного медицинского общества г. Коломны, читателей газеты, прихожан Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря!
ХРИСТОС ВОСКРЕСЕ!

Желаем Вам здоровья, крепости духа, радостной благодати в служении Господу Воскресшему, Божьей помощи в делах Ваших многотрудных!

Просим Ваших святых молитв и Вашего благословения.

*Православное общество медицинских работников
в честь святой блаженной Ксении Петербургской г. Коломны*

Уважаемые читатели газеты, медицинские работники города Коломны и Коломенского района, все православные христиане!

Примите наши сердечные поздравления в светлый и великий день Святой Пасхи и наше радостное приветствие
ХРИСТОС ВОСКРЕСЕ!

Желаем Вам благодатной радости о Господе Воскресшем, доброго здоровья, мужества, доброты и любви к людям, стремления познания Бога, жизни духовной, веры православной! Многая, многая лета мира и благополучия.

22 мая празднуется перенесение мощей святителя Николая из Мир Ликийских в Бари (Италия), произошедшее в 1087 году.

Многие в мире не знают, где же настоящая родина святителя Николая. Это и не удивительно, ведь города Патара сейчас нет на земле, а древняя Ликия сократилась до размеров деревни с числом жителей в несколько тысяч.

Многие итальянцы думают, что св. Николай был русским, голландские дети считают, что он пришел из Испании; некоторые полагают, что он из Греции или из Сирии, или даже из Африки, так как часто святой изображается с темным ликом. На самом деле, св. Николай говорил на греческом языке и принадлежал к греческой культуре, но не был греком, а был ликийцем, то есть родился в Малой Азии, на территории современной Турции, завоевавшей эту землю в средние века.

От мощей святителя уже на протяжении 1500 лет проистекает мир – это одно из самых известных чудотворений угодника Божия. Святое миро извлекается из раки лишь раз в году – на майский праздник святителя. Его растворяют в святой воде, освященной на мощах святителя Николая, и рассылают по всему миру.

Образ святителя Николая в Коломне



Россия особо чтит святителя Николая, в каждом городе есть Никольский храм, деревни и села носят имена в честь бывших там храмов Николая Чудотворца. В каждом доме, в автомашине (святой - помощник всех путешествующих) с верой хранят икону святого.

Множество чудотворных икон на Руси. Вот только одна история образа, известного в Коломне. В 1225 году священник Евстафий из Корсуни принес в город Зарайск икону святителя Николая. А случилось это при чудесных обстоятельствах. Евстафию во сне явился святитель Николай и велел взять его чудотворный образ Корсунский и идти с ним в Рязанскую область, «потому что, - сказал святитель, - там я хочу пребывать этим моим образом, и чудеса творить, и прославить то место».

В 1513 году, во время нашествия крымских татар на рязанские земли, образ святителя Николая был перенесен от врагов в Коломну. С подобающей честью принял чудотворный образ епископ Коломенский Митрофан, со всем городом вышел на встречу и поставил его в церкви Петра Чудотворца. От иконы стали происходить исцеления и много других чудес.

Тогда епископ Митрофан послал известие о пришествии чудотворной иконы великому князю Василию Ивановичу Московскому с описанием всех дивных знамений от этого славного образа святителя Николая Зарайского.

Великий князь Василий Иванович велел построить на площади Коломны каменную церковь во имя Николая Чудотворца Зарайского и поставить в ней чудотворный образ. Между тем в храме произошла кража, и пропал прекрасный оклад с иконы. Долго об окладе чудотворного образа не было никаких известий.

Спустя пять месяцев явился великий чудотворец Николай больному Созонту Киселеву, лежавшему восемь лет без движения, и велел ему идти к епископу Митрофану, сообщить об окладе его образа, о том, что похитил его Козлок, серебряных дел мастер, дом которого за рекой Коломенской, - там он и спрятал оклад в погреб.

Созонт начал отказываться от исполнения этого приказа святителя. «Как ты велишь мне, святитель Божий, идти к епископу? - говорил он. - Ведь я при своей болезни не могу владеть ни руками, ни ногами!» В ответ на это чудотворец

История родного края

Николай поднял Созонта с постели, и он тотчас выздоровел. Почувствовав себя исцеленным, Созонт пошел к епископу.

Епископ Митрофан, видя такое славное чудо, велел долго звонить в колокола. Сошло множество народа к церкви великого чудотворца Николая Зарайского. Видя исцеленного, все с трепетом хвалили Бога и Его угодника Николая Чудотворца. Между тем, епископ Митрофан со всем священным собором, взяв с собой чудотворный образ святителя, направился за реку. Никто не знал, куда и зачем идет епископ с чудотворным образом, кроме него самого и исцеленного. И пришли они к Козлопку дому, где встретил их у ворот вор. Он сам сознался во всем, что сделал, и отдал оклад, плача о своем грехе. Радовались этому чуду святителя.

В настоящее время список с чудотворного образа находится в Покровском храме Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря в г. Коломне.

«Православные святые», 2005 г.

Хлеба крохи не оброни..

Артос

«Артос» - особая просфора с изображением на ней увенчанного терновым венцом креста, как знамения победы Христа над смертью, или с изображением Воскресения Христова. Слово «артос» - греческое; в переводе на русский язык оно означает «хлеб». К особым пасхальным обрядам относится благословение артоса.

Историческое происхождение артоса таково. Апостолы, привыкшие вкушать трапезу вместе с воскресшим Господом, после вознесения Его на Небо, помня Его заветные слова: «Аз с вами во вся дни», ощущали живой верой невидимое присутствие Господа в своих собраниях.

Приступая к трапезе, они оставляли незанятым то место, на котором возлежал с ними Иисус Христос, а на столе против того места полагали, как бы для Него, часть хлеба, и каждый раз по окончании трапезы, вознося благодарение Богу, поднимали эту часть хлеба, говоря: «Христос воскрес!».

Когда ученики Иисуса Христа разошлись в разные страны для проповеди Евангелия, они старались соблюдать этот обычай. Артос, полагаемый во Святую Пасху в храме перед взорами верующих, должен служить напоминанием невидимого присутствия с нами воскресшего Господа.

Вместе с тем артос напоминает, что Иисус Христос крестной смертью и воскресением сделался истинным Хлебом Жизни. Такое значение артоса и раскрывается в молитве на его освящение. В этой молитве священник, призывая благословение Божие на освящаемый артос, просит Господа исцелить всякий недуг и болезнь, и подать здоровье всем вкушающим этот освященный хлеб.

Артос раздается в храме всем верующим в субботу через неделю после Пасхи. Существует правило в течение всего года принимать святыню натошак с крещенской водой в случае болезни или душевной скорби и для укрепления сил верующего. «Книга о Церкви». М. 2002 г.

О свойствах хлеба

Хлеб – понятие емкое. Это и рожь, и пшеница, колосающиеся в поле; это и повседневная еда большей части человечества. Доктор медицинских наук В. Б. Прозоровский так вспоминает о блокаде Ленинграда: «И голод, и бомбежки, и холод, и обстрелы, и трупы на улицах, и смерть близких – все представляется теперь далеким и как бы виденным в кино. Но хлеб не забылся! Хлеб для нас был тогда не только хлебом насущным в истинном своем значении, но и лекарством от голода».

Чаще в продажу поступает хлеб простой формовой из ржаной обойной муки, или из сеяной муки, или подовый. Хлеб содержит 190-214 ккал в 100 г продукта, от 42 до 47 % воды, 4-65 белков, 0,7-1% жиров, 48-50% углеводов, кальций, магний, натрий, фтор, железо, медь, цинк, хром, йод, фтор, кобальт, витамины B1, B2, PP.

По химическому составу ржаной и пшеничный хлеб из муки одинакового помола существенно не отличаются, но белки ржаного хлеба богаче незаменимой аминокислотой – лизином и потому считаются более полноценными. Несколько больше в

ржаном хлебе пищевых волокон, марганца, цинка и меди. Из свободных органических кислот в ржаном хлебе преобладает фитиновая.

Биологическая ценность ржаного хлеба во многом определяется степенью помола муки. Чем меньше ее частицы, тем полнее утилизируются белки, жиры и углеводы выпеченного из такой муки хлеба. Например, хлеб из муки 96 % помола на 14% усваиваются лучше, чем той же муки 85% помола. И все же хлеб из ржаной муки грубого помола с ведома врача чаще используется в диетическом питании при ожирении, в диетотерапии спастических колитов со склонностью к запорам, а также в рационах больных сахарным диабетом. Полезен такой хлеб как одно из средств от малокровия и, разумеется, каждому здоровому человеку. Любый свежий хлеб, а ржаной в особенности, обладает значительным сокогонным действием. Кроме того, хлеб может быть неким (1-2 град), слабокислым (2-4 град), кислым (4-7 град) и кислым (7-10 град титрационной кислотности). На вкус кислотность хлеба обусловлена наличием в нем уксусной, молочной,



Тему назвали читатели

масляной, фитиновой кислот (кислых фосфатидов). Большинство свободных органических кислот относится к летучим соединениям, и значительная их часть с усыханием (черствением хлеба) теряется.

Поэтому более диетическим считается вчерашний или специально подсушенный хлеб. Об этом говорилось еще в указе «Памяти приставам, назначенным в Москве за смотрением, за печением и продажей хлеба» царя Михаила Федоровича в 1624 году, где не рекомендовалось продавать и есть свежеспеченный хлеб. Кусочек вчерашнего хлеба, смоченный растительным маслом, это хорошее средство, способствующее опорожнению желчного пузыря.

Хлебцы с отрубями, йодом, лактозой полезны при болезнях сердца и кровеносных сосудов, толстого кишечника и периодически каждому пожилому человеку. Ахлоридные хлебцы (с ограничением поваренной соли) включают в диеты № 5 (печеночная), 7 (при болезнях почек), 10 (заболеваниях сердечно-сосудистой системы), при заболеваниях желудка с повышенной кислотностью.

Однако при многих заболеваниях желудка от ржаного хлеба на тот или иной срок надо воздерживаться.

З.М. Эвентейн.
«Популярная диетология». М., 1990 г.

Хлебные карточки 1947 года

47 31	47 30	47 29	47 28	47 27	47 26	47 25	47 24	47 23	47 22	47 21	47 20	47 19	47 18	47 17	47 16	47 15	47 14	47 13	47 12	47 11	47 10	47 09	47 08	47 07	47 06	47 05	47 04	47 03	47 02	47 01	47 00
ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ
250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г	250 г

Мне, десятилетнему парнишке (по традиции многодетных семей), в постоянную обязанность входило «отоваривание» продуктовых карточек. Причем только после школы.

Выполнял я эту обязанность с удовольствием. Но однажды случилось недетское несчастье: потерял узенькую бумажную ленточку (хлебные карточки) на последнюю декаду месяца. На дворе стоял декабрь холодного и голодного сорок седьмого года. От такого известия мама как то обмякла, повалилась на табурет и долго молчала, бессильно опустив натруженные руки. О чем она думала тогда? «Чем я прогневила Бога?» или «Чем накормить пятерых без кормильца, оставшегося там, на недавней войне?»

Через минуту она встряхнулась и распрямилась. Взглянула на мое жалкое детское лицо, нежно смахнула у меня со щеки слезинки и сказала: «Не горюй». Пошла к соседям просить в долг денег.

На следующий день после школы я стоял в длиннющей очереди в «Мо-

розов» - так назывался комиссионный хлебный магазин. Очередь двигалась довольно быстро, в магазин впускали по десять человек. Я прикинул, что в следующую партию вроде бы должен попасть. Внезапно прошел слух, что хлеб заканчивается. Очередь заволновалась, уплотнилась и как только дверь приоткрылась, произошел мощный рывок толпы – мою голову прижали к дверному косяку и волчком втащили в магазин. От радости не обращая внимания на боль, я деловито оплатил в кассе за две буханки черного хлеба, бережно уложил их в специальный мешочек и с трудом выбрался на улицу... Дурманящий запах свежеспеченного хлеба завораживал, и я не выдержал. Достал буханку и на ходу, привычно, обгрыз выступавшие хрустящие корочки (как же вкусно, Господи!). ... Мама встретила меня с доброй улыбкой: «Молодец, будет, чем вас сегодня порадовать!». Спасибо тебе, моя мудрая мама!

А.А. Ежов, врач-педиатр Коломенской детской больницы.



Не утратим мудрости...

«Хлеба крохи не оброни, святой труд в нем!» «Хлебу кроху не поднимать - в жизни удачи не видать». «Был бы хлеба край, так и под елью рай!»

Все это поговорки народные и в них гласит мудрость житейская. Все мы ждем какого-то чуда или знамения. А разве не чудо, что у нас на столе каждый день хлеб и вода. Ведь хлеб и вода имеют все элементы таблицы Менделеева, и тело наше состоит из этих элементов и на 90 % из воды, и все витамины в хлебе есть.

Святые Отцы, питаюсь хлебом и водой, были сильными и жили долго. Мы постоянно «плачем», что мы бедные, несчастные, и все что-то требуем. А надо начать с себя, с самого простого, как сберечь хлеб и не обронить ни одной крохи, - это святыня!

Куда ни глянь, везде разбросан хлеб сдобный, ржаной. Иду в школу за внуком, попадаются на дороге сдобные булочки, даже с маслом. А когда от подъездов вывозят контейнеры с мусором, то я только от своего дома целыми сумками набирала хлеба (держала кур на даче).

Сердце обливаюсь слезами от скорби. Почему мы все такие нерадивые, почему так небрежно относимся к хлебу? Ведь это основная наша еда, ежедневная.

...Мне 7 лет, сестре 9 лет, мы в 4 утра стоим в очереди, чтобы хоть одну булку на двоих достать. Неужели забыли женщины моего возраста (мне 65 лет), как собирали колоски на полях, потом сушили их и на жерновах мололи и пекли лепешки.

Утратили мудрость российские женщины, чтобы не выбросить ни кусочка хлеба, ни каши, ни вермишели. Все можно пересушить или переработать в запеканку. Надо научить своих детей, внуков и рассказать о хлебе, что это Святыня, как он растет и сколько надо колосцев, чтобы испечь только одну булку хлеба. Я пишу это не от бедности своей и не от жадности, моя семья материально обеспечена. Но я еще ребенком видела, как поступали мои бабушки и мама. Ничего не выбрасывалось, все шло или в пищу, или скотине.

Оставшийся хлеб можно красиво порезать и пересушить. Скоро лето, можно делать квас хлебный, в пост квас - незаменимая пища. Сделать окрошку - как вкусно и полезно для нашего уставшего от переудания и вялого кишечника. Я трижды была в Пюхтицком монастыре (20 лет назад). И при отъезде матушка всегда благословляла ломтем хлеба, а хлеб мягкий, весь в «ноздрях».

Я спросила матушку: «Отчего ваш хлеб такой вкусный?» Она ответила так просто: «А потому что на святой воде и с молитвой». Сколько тепла и любви было в этих словах, от них сердце мое затрепетало, и я заплакала. И Серафим Саровский всех благословлял сухариками.

Боже мой, сколько мудрости, любви и простоты!

Да расширятся наши сердца от любви ко всему нас окружающему!

Рецепт домашнего кваса

В трехлитровую банку положить сухари из ржаного хлеба (банку заполнить на одну четверть большими ломтями, засушенными в духовке до золотистого цвета). Залить кипятком, дать остыть. Затем добавить 10 г дрожжей, 4 столовые ложки с верхом сахара, 10 изюминок. Закрывать неплотной крышкой и поставить в теплое место.

Через 2-3 дня квас готов. Отцедить, добавить 1 стол. ложку сахара (или по вкусу), 5-6 изюминок и поставить в холодильник. Каждый раз оставлять закваску, т.е. отцеженную гущу - 200 г, и всегда будет свой домашний квас!

С уважением,
фельдшер Н.А.Багаева.

Советует врач

ПНЕВМОНИЯ МЕНЯЕТ ЛИЦО, НО НЕ ПРАВ

Воспаление легких, заболевание известное с незапамятных времен, до сих пор во многом остается загадкой. Чем глубже ученые проникают в тайны патологического процесса, тем больше возникает новых вопросов. Даже классификация пневмоний вызывает дискуссии. Почему? Связано ли это только с углублением наших знаний? Оказывается, меняется само заболевание. Учеными доказано, что пневмония – инфекционное заболевание!

1. Во-первых, заболеваемость пневмонией явно участилась. По данным Национального института здоровья, в США в год болеют более 3 миллионов человек. В России такая статистика не опубликована, однако в некоторых регионах каждые пять лет 5 человек из 20 переносят пневмонию.

2. Во-вторых, ее не сразу диагностируют. По некоторым данным, в нашей стране у больных тяжелым гриппом в 20 процентах случаев (у каждого пятого!) пневмонию пропускают.

3. В-третьих, все чаще из мокроты пациентов стала высеваться флора, не чувствительная ко всем известным группам антибиотиков.

4. У каждого 3-4-го заболевшего пневмония приобретает затяжное течение.

5. Все больше случаев нетипичного развития болезни, необычной клинической картины.

6. Если раньше пневмонию связывали с холодным временем года, теперь и тепло – не гарантия уберечься от воспаления легких.

В последние пять лет изменилась даже классификация пневмоний. Известное ранее деление на очаговую и крупозную, как считают специалисты, устарело. В международной научной литературе все чаще идет деление (впрочем, тоже достаточно условно) на домашнюю (внебольничную) и госпитальную, когда больной заболевает, находясь в больнице по поводу другого заболевания.

С успешным развитием бактериологии, вирусологии появилась возможность выявлять

большинство микроорганизмов, ставших возбудителями воспалительного процесса в легких. Так вот домашнюю пневмонию вызывают, как правило, пневмококки, хламидии, микоплазмы. А виновником госпитальной становится чаще всего злобный стафилококк, штаммы которого нечувствительны к самым сильным антибиотикам, и синегнойная палочка.

Госпитальная пневмония, как видно из названия, прописалась в больницах. Ею заболевают лица, имеющие иммунодефицитные заболевания. В условиях стационара больному быстро окажут квалифицированную помощь.

С домашней пневмонией сложнее. Прежде всего, никогда не переносите грипп и ОРВИ на ногах, особенно если вы немолоды или страдаете сердечной недостаточностью, диабетом, работаете в условиях профессиональной вредности, – эти заболевания часто осложняются пневмонией.

Факторы риска – хронический бронхит, курение, большие зубы, тонзиллит, гайморит, психическая и физическая перегрузка, контакты людей друг с другом, когда происходит «обмен микробами» в период сезонных респираторных инфекций.

Что должно насторожить?

♦ Озноб. Температура держится дольше 5 дней или возникла вторая «волна» ее повышения.

♦ Сильная слабость, потливость.

♦ Односторонняя боль в боку.

♦ Одышка, ощущение сдавления в груди.

♦ Синюшность лица и губ.

♦ Кашель с гнойной мокротой.

Совсем необязательно иметь весь «букет» симптомов. Особенно часто в заблуждение вводит отсутствие кашля или отсутствие мокроты, а кашель часто появляется только после начала интенсивного лечения. Поэтому необходимо провести исследование крови, мокроты и рентгенографию легких.

Продолжение в № 6 газеты.

**В.В. Кишко, заведующая
II терапевтическим отделением
Коломенской ЦРБ**

Установлено, что вирусными гепатитами в России болеют почти 7 миллионов человек. По оценкам эпидемиологов, из-за гепатитов А, В и С экономика страны ежегодно теряет 5-6 миллиардов рублей. Что же это за заболевания?

Гепатиты – воспаление печеночной ткани – вызывают вирусы.

Самый распространенный среди них – это **вирус гепатита А**. Ученые считают, что это «самый безобидный» из вирусов гепатита. Заразиться им проще простого – достаточно выпить воды, в которую попала инфекция, или плохо помыть руки перед едой. Вирус прекрасно сохраняется на воздухе, в воде живет до 10 месяцев, но с ним легко бороться с помощью дезинфицирующих средств и 5-минутного кипячения. При попадании в желудочно-кишечный тракт, он внедряется в слизистую и с током крови заносится в печень. Там он и размножается. Организм человека присуща выработка антител против вируса, поэтому больные излечиваются, порой, навсегда забывая о перенесенном недуге.

Гепатит А характеризуется:

- ♦ коротким (45 дней) инкубационным периодом;
- ♦ эпидемическим характером;
- ♦ легким клиническим течением с полным восстановлением функции печени.

Профилактика гепатита А: не пить не кипяченую воду, всегда мыть овощи и фрукты, не пренебрегать термической обработкой продуктов. Не забывайте «золотое правило», которое легко запомнить: «Мойте руки перед едой!»

Все гораздо сложнее с вирусами гепатита В и С. Они содержатся и выделяются с кровью, слюной, потом, слезами и т.д. Для заражения вирусу достаточно попасть на поврежденную слизистую или кожу. Хлорные препараты на эти вирусы не действуют, во внешней среде они чрезвычайно устойчивы.

Гепатиты В и С характеризуются:

- ♦ коротким (для гепатита С) инкубационным периодом и длинным (до 180 дней) для гепатита В;
- ♦ тенденцией к развитию хронических форм.

Гепатит В – широко распространенное инфекционное заболевание, характеризующееся симптомами острого поражения печени и интоксикации, отличается многообразием клинических проявлений и исходов заболевания. Гепатит В определяет практически всю летальность при вирусных гепатитах – ежегодно в мире от него умирает около двух миллионов человек. Термин «Гепатит В» утвержден в 1973 году Научной группой экспертов ВОЗ, а ранее



ГЕПАТИТЫ

его называли сывороточным гепатитом, гепатитом, передающимся парентерально и т.д.

Вирус гепатита В, попадая в печеночную клетку, как бы встраивается в геном. А дальше все зависит от иммунитета человека: если он достаточно высок, то вирус долго не проживет. Болезнь протекает остро, а затем наступает выздоровление. Источник инфекции – больные острым или хроническим гепатитом В и носители, многие из которых не догадываются о вирусносительстве.

Гепатит В – одно из наиболее распространенных инфекционных заболеваний среди медицинских работников, так они имеют контакт с кровью или другими биологическими жидкостями и поэтому в 2-10 раз чаще рискуют заразиться этим заболеванием. Вирус гепатита В передается в 100 раз легче, чем вирус СПИДа.

Вирус размножается за время инкубационного периода очень активно, продукты его жизнедеятельности начинают отравлять организм. Отсюда першение в горле, слабость, рвота, тошнота, высокая температура. Поначалу эти симптомы можно принять за ОРЗ или расстройство желудка. Но затем появляется желтушность кожных покровов и белков глаз.

Инфекция может протекать в скрытой форме – чаще всего это бывает при гепатите С, реже – при гепатите В, и еще реже – при гепатите А.

На что надо обращать внимание?

1. У больного становятся постоянными сильно выраженные слабость и утомляемость;
2. длительная субфебрильная температура – 37,1 – 37,3 градусов,
3. боли и ощущение тяжести в правом подреберье, отрыжка и тошнота.

Профилактика гепатитов В и С: избегайте контакта с биологическими жидкостями других людей, особенно с кровью. Не пользуйтесь чужими бритвами, расческами, ножницами для ногтей и стрижки волос даже очень близких вам людей.

И еще. Не занимайтесь самолечением. Успех лечения зависит от своевременного обращения к врачу.

По материалам издания фирмы «Биомед».

Хроническая обструктивная болезнь легких



В мае 2005 года по приказу МЗ РФ в России проводится кампания по борьбе с курением.

Хроническая обструктивная болезнь легких – серьезная проблема в современном здравоохранении. Она стоит на 4-м месте среди всех причин смерти в возрастной группе старше 45 лет.

Причиной несвоевременной диагностики болезни является позднее обращение пациентов за медицинской помощью. Поэтому практикующим врачам следует особое внимание обращать на пациентов из группы «риска», то есть курильщиков. Особенно это относится к лицам старше 40-45 лет, имеющих стаж курения более 20 лет и выкуривающих более 2 пачки сигарет в день.

Длительное время такие пациенты не предъявляют никаких жалоб, а кашель воспринимают как естественное состояние курящего человека. Врач может выявить признаки хронического бронхита: кашель (преимущественно по утрам),

обильное выделение мокроты.

С течением времени у курильщика формируются необратимые изменения в бронхиальном дереве и паренхиме легких. Обычно после 40-45 лет появляются жалобы на сильную одышку. Вначале одышка ограничивает обычную физическую нагрузку, затем заболевание прогрессирует, и тогда одышка появляется уже при малейшей физической нагрузке и даже в покое.

Основным диагностическим методом при хронической обструктивной болезни легких является **спирометрия**. Это обследование проводится в отделении функциональной диагностики Коломенской ЦРБ. Основными опорными признаками является падение объема функциональной вентиляции легких ниже 75 процентов от нормы и ниже 80 процентов от нормы после теста с бронхолитиком.

Первым и обязательным шагом в программе лечения хронической обструктивной болезни легких является прекращение курения.

**Врач-пульмонолог городской поликлиники № 1
Коломенской ЦРБ М.И. Карташова.**

Силуан Афонский о курении

В 1905 году отец Силуан провел несколько месяцев в России, часто посещая монастыри. В одно из таких путешествий в поезде, он занял место напротив одного купца. Последний с дружеским жестом раскрыл перед ним свой серебряный портсигар и предложил ему сигарету. Отец Силуан поблагодарил за предложение, отказавшись взять сигарету.

Тогда купец начал говорить: «Не потому ли, Батюшка, Вы отказываетесь, что считаете это грехом? Но курение помогает часто в деятельности жизни; хорошо прервать напряжение в работе и отдохнуть несколько минут. Удобно при курении вести

деловую или дружескую беседу, и вообще, в ходе жизни...» И дальше, пытаясь убедить отца Силуана взять сигарету, он продолжал говорить в пользу курения.

Тогда все-таки отец Силуан решил сказать: «Господин, прежде чем закурить сигарету, помолитесь, скажите одно «Отче наш».

На это купец ответил: «Молиться перед тем, как курить, как-то не идет».

Силуан в ответ заметил: «Итак, всякое дело, перед которым не идет несмущенная молитва, лучше не делать».

«Силуан Афонский». 1990 г.

Первым симптомом поражения глаз табаком является пресбиопия (старческая дальнозоркость). Здоровый мужчина 38 лет с прекрасным зрением жаловался на головные боли при работе с близкими предметами и полную неспособность вооб-

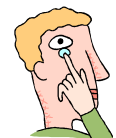
Табак повреждает глаза

ще читать. Он мог делать это со стеклами, предназначенными для человека старше его на 10 лет. Но вскоре этот пациент бросил курить, и уже через три недели все его головные боли прекратились, он смог читать все, без всяких очков.

Часто женщины жалуются на холодные кончики пальцев по утрам, после первой сигареты. При этом температура в этой части тела оказывается пониженной. Такой спазм мелких сосудов вызывает табак. Такой же спазм наблюдается в сосудах сердца, сетчатки глаза.

В отдаленных районах Северной Индии, недалеко от Тибета, живет племя хунзов, их численность около 25 000 человек. Хунзы не знают

таких болезней как рак, диабет и даже аппендицит; у них на удивление крепкие тела. И жить им мешает лишь одно печальное обстоятельство – широко распространенное заболевание глаз в форме глаукомы, катаракты и гра-



нулированных век. Это объясняется тем, что дым от очага в их жилищах, который из-за нехватки дров разводится даже в холодное время года только для приготовления пищи, стелется вокруг, мучая людей и раздражая их глаза.

Если вы случайно вошли в комнату, где сильно накурено, на короткое время, вашим глазам не будет никакого вреда. Природа снабдила наш организм прекрасными органами зрения, способными выдерживать многие временные неудобства. Но если регулярно подвергать глаза таким пыткам, в конце концов они

Помогите бросить курить!

могут слиться. Поэтому в помещении необходимо иметь кондиционеры, но лучше не курить во избежание отрицательного влияния дыма на органы зрения.

Следующим самым обычным симптомом является потеря различия между красным и зеленым цветами. Самое раннее описание токсического ослабления зрения было описано еще в 1792 году доктором Шотландцем Маккензи в 1832 году. Как видим, эти осложнения были известны очень давно, но многие о них ничего не знают.

Что касается широко рекомендуемых табачных фильтров, то это не панацея, кроме того, курение разрушает в организме витамин С, так необходимый для организма. Обидно, что некурящие, находящиеся рядом с курильщиками, страдают от табачного дыма порой даже больше, чем рабы этой вредной привычки.

**Дж. А. Родейн.
«Как улучшить зрение».
М., 2003г.**

Вести из Православного медицинского общества г. Коломны

16 апреля состоялось очередное заседание Общества. С интересным сообщением о работе протезно-ортопедического объединения «Протекс-центр» выступил врач-ортопед Михаил Витальевич Якушкин, материалы доклада будут опубликованы в следующем номере газеты.

В рубрике, посвященной 60-летию Победы, Тамара Дмитриевна Сарикова рассказала о спасенных шедеврах Дрезденской галереи.

Особым было в этот раз поздравление именинников: Дормидонтову Альбину Андреевну поздравили с 70-летием, врача-онколога Ека-



Е.Т. Родионова с друзьями в день юбилея.

терину Трофимовну Родионову поздравили коллеги с 80-летием, из них 55 лет отдано любимой профессии.

Медики встретились с игуменией Ксенией, настоятельницей Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря. Матушка Ксения рассказала

о значении поста, о важности таинства покаяния в познании человеком самого себя. Она пригласила всех медиков в храм для исповеди и таинства соборования.

Все с радостью приняли это приглашение, и через неделю более 60 человек, многие всей семьей, пришли в Троицкий храм. Сколько благодарности было в словах медиков, когда они, многие впервые, опытно познали силу церковных таинств. «Какое великое дело для себя мы сегодня совершили!», говорили врачи, выходя из храма после соборования.

Следующая встреча медиков состоится уже после Пасхи, 21 мая.

Христос воскрес!

Слово «Пасха» пришло к нам из греческого языка и в переводе с еврейского означает «переход», «избавление».

В древности Пасха праздновалась иудеями в память избавления народа от рабства: переход из страны рабства (Египта) в страну обетованную, обещанную Богом. Христос воскрес, и Пасха христиан - это иной «переход»: от небытия - к бытию, от ада - на небо, от смерти - к бессмертию, являющемуся первоначальным и естественным состоянием человека.

Праздник Пасхи был установлен и праздновался уже в Апостольской Церкви. Он начался с самого времени воскресения Христова торжеством Апостолов, которые и заповедали праздновать его всем верующим.

Но в первые века христианства не везде в одно и то же время праздновали Пасху. На Востоке, в малоазийских церквях, праздновали его в 14 день весеннего месяца, в какой бы день седмицы ни приходилось это число. А западные христиане, почитая неприличным праздновать Пасху вместе с иудеями, совершали ее в первый день после весеннего полнолуния.

На I Вселенском соборе (325г.), постановили праздновать Пасху повсеместно в первое воскресенье Пасхального полнолуния, чтобы Пасха христианская праздновалась всегда после иудейской.

Сведения о Пасхалии подробно

нолуние, продолжавшиеся все шесть дней творения мира, показывали созданному в шестой день человеку совершенство новосозданного мира.

«Но как Господь предопределил, - объясняет М. Властарь, - исправить

на гробе Господнем в храме Воскресения Христова в Иерусалиме.

Со времен апостольских празднование Пасхи продолжается целую седмицу, причем царские врата остаются постоянно открытыми, свидетельствуя об открытом пути в Царство Небесное для человека. Во все дни богослужение бывает то же, что и в первый день, с немногими изменениями. После Литургии, при колокольном звоне, начинается крестный ход вокруг храма, этим верующие выражают свою радость и торжество о победе Иисуса Христа над смертью и адом.

Есть древний благочестивый обычай - во всю Светлую седмицу не пропускать ни одного богослужения, весь день раздается с колоколен праздничный трезвон. На Пасху мы приветствуем друг друга: «Христос Воскресе!» - и уподобляемся ученикам Господа, которые после Воскресения приветствовали друг друга с радостью: «Воистину Воскресе!» Эти слова, ежегодно повторяемые бесчисленное количество раз, всегда поражают наш слух своей новизной и значением наивысшего откровения. С этим приветствием соединено и целование. Это древнее, идущее от времен апостольских, знамение примирения и любви.

«Троицкий благовестник» №20.

ВОИСТИНУ ВОСКРЕСЕ!

изложены в каноническом сборнике XIX в. «Синтагме» солунского иеромонаха Матфея Властаря. Для правильного определения празднования святой Пасхи требуется соблюсти четыре условия:

- 1) чтобы этот день был после весеннего равноденствия,
- 2) после последовавшего за этим полнолуния,
- 3) в первый за полнолунием воскресный день,
- 4) чтобы не совпадал праздник с пасхой еврейской, от которой зависит определение его времени.

По тайному преданию еврейскому, по свидетельству мудрецов Филона и Иосифа, месяц нисан, по-еврейски, а по-римски март, - первый месяц творения мира и начало летоисчисления. Равноденствие и пол-



человека после грехопадения его, то прилично было совершить воссоздание его в то же самое время, когда он первоначально создан, то есть во время равноденствия. И как после этого свет благочестия должен был возрастать, а тьма нечестия умаляться, то не без основания совершается спасительная Пасха после равноденствия, когда свет прибавляется, а мрак ночи убавляется.

Этими причинами, требующими соблюдения условий правильного празднования Пасхи, и объясняется, почему оно не совершается в определенный день, подобно другим непереходящим праздникам. В подтверждение истинности дня празднования Воскресения Христова, в Великую Субботу под православную Пасху нисходит Благодатный огонь

Да воскреснет Бог, и расточатся врази Его.

Пасха священная нам днесь показася.
Пасха нова, святая, Пасха таинственная,
Пасха всечестная, Пасха Христос
Избавитель,

Пасха непорочная, Пасха Великая,
Пасха верных,
Пасха, двери райския нам отверзающая,
Пасха, всех освящающая верных.

Яко исчезает дым, да исчезнут.

Приидите
от видения жены благовестницы,
и Сиону рцйте:
приими
от нас радости благовещения воскресения
Христова;

красуйся, ликуй и радуйся, Иерусалиме,
Царя Христа узрев из гроба,
яко жениха, происходяща.

СТИХИРЫ ПАСХИ

Тако да погибнут грешницы
от лица Божия,
а праведницы да возселятся.

Мироносицы жены утру глубоко
предсташа гробу жизнедавца,
обретоша Ангела на камени сидяща,
и той, провещав им, сице глаголаше:
что ищите живаго с мертвыми?
Что плачете Нетленного во тли?
Шедше проповедите учеником Его.

Сей день, его же сотвори Господь,
возрадуемся и возвеселимся в онь.

Пасха красная, Пасха, Господня Пасха!
Пасха всечестная нам возсия! Пасха!
Радостию друг друга обьемем!
О, Пасха! Избавление скорби,
ибо из гроба днесь

яко от чертога возсияв Христос,
жены радости исполни, глаголя:
проповедите Апостолом.

Слава Отцу и Сыну и Святому Духу,
и ныне и присно и во веки веков. Аминь.

Воскресения день, и просветимся
торжеством,
и друг друга обьемем,
рцем, братие,
и ненавидящих нас
простим вся воскресением,
и тако возопиим:

Христос воскрес из мертвых,
смертию смерть поправ
и сущим во гробех живот даровав.

Стихиры Пасхи поются на вечернем
богослужении в храме ежедневно на Свет-
лой седмице, и на Всенощной в течение
всего сорокадневного периода праздни-
вания Пасхи.

2 мая – день памяти святой праведной Матроны Московской



Матронушка

Святая праведная Матрона Московская родилась в 1885 году в 20 километрах от Куликова поля, в селе Себине под Тулой. Она была пятым ребенком в крестьянской семье.

Родилась без глаз, с сомкнутыми веками, вот такое несчастье в доме. Сверстники ее обижали, и она почти всегда сидела дома или была в храме на службе.

В Себине жила благочестивая помещица Лидия Янькова, которая часто посещала святые места и Матронушку возила с собой даже в Иерусалим. Когда девочке было 14 лет, они поехали к отцу Иоанну Кронштадтскому. В Андреевском соборе Кронштадта в конце службы он вдруг сказал верующим: «Расступитесь! Дайте проход! Матронушка, иди, иди ко мне», - она стояла в конце храма. «Вот идет моя смена - восьмой столп России», - так провидел он особое служение Матронушки.

В семнадцать лет новое несчастье - девушка перестала ходить, ноги отнялись.

Казалось бы, нет радости в жизни человека, но блаженная Матрона получила от Господа дар прозорливос-

ти, чудотворения и исцеления, и к ней, больному человеку, приходили люди за утешением. С детства она стяжала дар непрестанной молитвы. Задолго до 1917 года она предсказала революцию, говорила: «Будут грабить, разорять храмы и всех подряд гнать».

В 1925 году Матронушку привезли в Москву, где она прожила до самой смерти.

К ней постоянно шли люди, иногда до сорока человек в день. Время от времени ее перевозили с квартиры на квартиру, когда она духом предугадывала готовящиеся неприятности, спасая от репрессий не только себя, но и приютивших ее хозяев.

Она никогда не сетовала, не жаловалась на трудности своего подвига. Предвидела блаженная Матрона и Великую Отечественную войну: «Вот сейчас вы все ругаетесь, делите, а ведь война вот-вот начнется... Народу много погибнет, но наш русский народ победит». И самому Сталину она предсказала победу России.

Перед смертью матушка Матрона сказала: «Все, все приходите ко мне и рассказывайте, как живой, о своих скорбях, я буду вас видеть, и слышать, и помогать вам».

Умерла она 2 мая 1952 года и была похоронена на Даниловом кладбище, куда приезжали люди со всех уголков России, где всегда горела лампада. В

1998 году святые мощи перенесены в женский Покровский монастырь на Таганке, где 2 мая 1999 года состоялось церковное прославление Матронушки и теперь нескончаемым потоком идут люди к великой святой. Просят о помощи во всех делах, в лечении болезней, воспитании детей, в устройстве на работу, молятся о мире в семье, об ограждении от сил зла. И происходит чудо, отступают болезни, разрешаются проблемы.

В Свято-Троицком Ново-Голутвинском монастыре находятся две иконы святой с частицами мощей, переданные Святейшим Патриархом Алексием II. По вторникам здесь служатся молебны с акафистом блаженной праведной Матроне Московской.

Удивительно украшена икона святой в Покровском храме монастыря: крестики, бусы, даже часы принесли прихожане в благодарность Матронушке. В день памяти, 2 мая 2004 года, неизвестный человек передал в храм для Матронушки огромный букет из 134 роз. Все приходили полюбоваться на такое диво у иконы любимой святой, пытались догадаться о новом чуде, произошедшем у мощей.

Вспоминая о тех страданиях, которые сопровождали жизнь святой, будем и мы мужественны, будем учиться у Матронушки любви к людям, состраданию, вере и радости жизни.

По книге З.В. Ждановой «Житие святой блаженной старицы Матроны». 1999 г.

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 1712.

МЕДИЦИНСКИЙ
ВЕСТНИК

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

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



1 мая – Светлое Христово Воскресение. Пасха.

6 мая – Иконы Божией Матери «Живоносный источник». Вмч. Георгия Победоносца. Икона написана в память явления близ Константинополя чудотворного водного источника, подававшего исцеления страждущим. В этот день в храмах совершаются водосвятные молебны

8 мая – Неделя Фомы. Антипасха.

9 мая – 60 лет Победы в Великой Отечественной войне. Поминание усопших воинов.

10 мая – Радоница. Поминание усопших.

15 мая – Святых жен-мироносиц. В этот день Церковь вспоминает святых жен-мироносиц, которые первыми приняли весть о Воскресении Христа. Православный женский день.

21 мая – Св. Апостола и Евангелиста Иоанна Богослова. Возлюбленный ученик Иисуса Христа. Он следовал за Господом по Крестному пути, плакал вместе с Божией Матерью у Креста. После смерти и воскресения Спасителя Апостол как любящий сын заботился о Пресвятой Деве Марии. Написал Евангелие и Книгу Откровения (Апокалипсис). Апостолом любви именуется Церковь св. Иоанна. Всей жизнью своей и трудами учил, что человек без любви не может приблизиться к Богу. Установлено это празднование в память чудесного ежегодного появления на гробе Апостола Иоанна Богослова целебного праха в виде манны.

22 мая – Перенесение мощей святителя и чудотворца Николая из Мир Ликийских в Бар. 24 мая – Свв. равноапостольных Мефодия и Кирилла – первоучителей Славянских. Родные братья, славяне, составившие славянскую азбуку. Перевели на славянский язык священные и церковные книги, вели богослужение на родном языке.

25 мая – Преполовление Пятидесятницы.

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" (курс лекций по истории Вселенской Церкви читает В.М.Еремина)
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.

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