

*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

## Поздравляем с Рождеством и Новым 2008 годом!

**Из рождественского послания Патриарха Московского и всея Руси Алексия II архипастырям, пастырям, монашествующим и всем верным чадам Русской Православной Церкви**

Дорогие и возлюбленные о Господе Преосвященные архипастыри, весь священнический, диаконский и монашеский чин, благочестивые миряне - верные чада нашей Святой Православной Церкви!

Ныне мы вслед за древними мудрецами приходим, ведомые Вифлеемской звездой, к яслям божественного Младенца - Господа Нашего Иисуса Христа. Мы вспоминаем, как волхвы «возрадовались радостью весьма великою, и, войдя в дом, увидели Младенца с Мариею, Матерью Его, и пав, поклонились Ему; и, открыв сокровища свои, принесли Ему дары: золото, ладан и смирну» (Мф 2, 10-11). Вступая в праздник Рождества Христова, и мы должны спросить себя: а что мы принесем к яслям, принявшим ныне Невместимого Бога?

Ему не нужны ни наша гордость, ни наша слава, ни наши материальные достижения. Прахом предстанут в Его очах суетные помыслы, житейские тревожения, попытки людей превозноситься друг над другом. Пусть же главным нашим даром Рожденному от Девы Спасителю мира станет крепкая и искренняя вера - вера, пример, которой дала нам Пречистая Дева Мария, сказавшая возвестившему Ей благовест Архангелу: «Се, раба Господня, да будет мне по слову твоему» (Лк, 1, 38). Многие сегодня привыкли считать, что их свободный и независимый разум один только и может принести счастье, правильно выстроить жизнь личности и общества. Но Церковь за века своей жизни много раз видела, как возгордившиеся и удалившиеся от Бога люди в итоге оказывались несчастными и жалкими. И, наоборот, пример Пресвятой Богородицы говорит нам, какой высоты может достичь человек, с верой предавший себя в Волю Божию. «Дева Мария, - пишет преподобный Ефрем Сирий, - есть Дщерь Света, потому что чрез Нее озарились Светом и мир, и обитатели его». Будем

и мы с верою нести миру Свет, Который есть Христос Господь!

Другим нашим даром, принесенным в Вифлеемские ясли, да станет любовь - горячая и действенная любовь друг ко другу и ко всем окружающим нас людям. Воспримем как руководство на каждый день нашей жизни слова Христовы: «По тому узнаете все, что вы Мои ученики, если будете иметь любовь между собою» (Ин. 13, 35). Будем творить дела любви и милосердия ради тех, кому сейчас тяжело и одиноко, кто страдает, унывает и отчаивается - а такие люди всегда есть рядом с нами.

Взаимная любовь супругов, детей и родителей, скрепленная любовью к Богу и окружающим людям, всегда была основой христианской семьи. Наступивший год в Отечестве нашем объявлен Годом семьи. И во многих других странах, где служит Богу наша Церковь, забота о семье также становится наиважнейшей. Нам, верным чадам Церкви Христовой, нужно с ревностью проявлять такую заботу. Все общество, особенно молодежь, должны заново открыть для себя простую и вечную истину: там, где нет любви, взаимной ответственности, готовности всю жизнь принести в дар тем, кого любишь, - там нет ни счастья, ни полноты бытия. Разводы, аборт, стремление к наживе и бесконечным удовольствиям, забвение собственных детей, которые так часто оказываются лишенными родительской ласки и воспитания, - все это превращает жизнь отдельного человека и целого народа в безрадостное существование, исполненное укоров совести. Если же в семьях воцарится любовь, вера, радость взаимной отдачи и поддержки друг друга, то нас будет окружать гораздо больше счастливых лиц. Изменится к лучшему и судьба наших народов.

Возлюбленные! В истекшем году Господь благословил Свою Церковь миром, радостью и успехами во мно-



гих трудах, ко спасению народа Божия прилагаемых. В праздник Вознесения Господня была восстановлена полнота единства Московского Патриархата и Русской Зарубежной Церкви, к которой принадлежит значительная часть нашего церковного народа, рассеянного по разным странам мира. Ныне мы вновь единая Церковь, скрепленная общением в Таинствах и молитвах, несущая свидетельство об истине Святого Православия не только в отечестве, но «даже до края земли» (Деян. 1, 8).

Будем свято хранить и в Церкви нашей «единство духа в союзе мира» (Еф. 4, 3). И в нынешний светлый праздник познаем всей глубиной сердца и разума, что именно к единению призвал нас Родившийся в Вифлееме Господь. «Сколько благ, - пишет святой Василий Великий, - доставило нам Спасителево вочеловечение, потому что расторгнутое и на тысячи частей рассеянное естество человеческое по мере сил своих снова приходит в единение и с самим собою, и с Богом!»

С праздником Рождества Христова и наступающим Новолетием, преосвященные архипастыри, дорогие отцы, братья и сестры, поздравляю всех вас! Пусть свет Вифлеемской звезды всегда озаряет наши души, подавая силу идти путем Самого Христа, Который да дарует нам здоровье, мир, крепость духовную и да ведет нас по нелегким жизненным путям. Грядущее же лето благодати Господней да будет для Святой Церкви и народа земли нашей мирным, созидательным и благоуспешным.

Благодать Господа нашего Иисуса Христа с вами. Аминь (1 Фес. 5, 28).

**Из Рождественского послания Митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия священнослужителям, монашествующим и всем верным чадам Русской Православной церкви Московской епархии**

Возлюбленные о Господе служители алтаря Господня, всечестные иноки и инокини, дорогие братья и сестры!

Сердечно поздравляю вас с мироспасительным и радостным праздником Рождества Христова и Новолетием. Вновь Святая Церковь призывает нас встретить Богомладенца Иисуса словами священных песнопений: *Христос рождается, славите; Христос с небес, срящите; Христос на земли, возноситеся; пойте Господеву вся земля.*

В последние годы Господь благословил нас быть деятельными участниками возрождения церковной жизни. И мы имеем счастье видеть все новые свидетельства обращения нашего народа к вере отцов, к Святому Православью. Ярким примером этого стало празднование в 2007 году Дня славянской письменности и культуры в Коломне, нашедшее отклик в сердцах множества жителей Подмосквы.

С каждым годом все больше собирают участников Московские областные рождественские образовательные чтения. Мы заботимся, чтобы просветительская деятельность Церкви помогала подрастающему поколению не только осваивать богатство культурно-исторического наследия России, но и нравственно совершенствоваться, сердцем воспринимать высокие идеалы помощи ближним, любви к Отечеству.

Этим мы закладываем духовный фундамент в народе, помня слова премудрого Соломона: «Наставь юношу при начале пути его: он не уклонится от него, когда и состарится» (Прит. 22:6).

Многообразные формы социального служения, исторически присущие Церкви, возвращаются сегодня в жизнь общества. И это дает нам возможность показать людям действенную силу Христова учения, обращенного к каждому человеку, для которого Церковь является спасительным кораблем, помогающим преодолеть все бури и тревожения моря житейского.

Велика в этом духовном води-

тельстве роль пастырей церкви. Об этом убедительно свидетельствовал святитель Иоанн Златоуст, когда говорил: «Не пренебрегайте нищим, стремясь к выгоде, и не презирай богатого из-за отвратительного богатства, но одинаково призывай и бедного и богатого к воздержанию. Не лишай никого надежды, даже и самого отчаянного грешника, чтобы не ввергнуть его в бездну греха. Протяни руку погибающему, говоря: «Господь пришел спасти не праведников», чтобы они, став ревностными и уклонившись зла, стали творить добрые дела и спаслись».

Как и чем должна откликнуться на рождественский зов христианская душа писал из ссылки своим духовным чадам священномученик Герман (Ряшенцев, +1937), и его наставления могут быть обращены и к нам: «Ясли да научат нас смирению... пастухи - простоте и незлобию, волхвы - подчинять свое мудрование и все земные познания мудрости Евангельской, ангелы - взаимному миру и славословию, а Дева Матерь - непорочной чистоте и целомудрию».

Дорогие отцы, братья и сестры! Пусть для каждого из нас Господь наш Иисус Христос всегда будет непреложной надеждой, подлинной радостью, которую никто не отнимет от нас. В глубине нашего христианского сознания духовно устремимся к Родившемуся Богомладенцу, лежащему в яслях Вифлеемских. В восторге верующих сердец воспоем и прославим Его Рождество; испросим Его помощи, чтобы воспринять и усвоить вечные Евангельские глаголы и ту безграничную любовь Божию к людям, которой проникнуто и само Рождество, и вся земная жизнь Господа, дабы сделаться и нам наследниками вечной жизни в Царствии Небесном (См.: Тит. 3:7).

Горячо желаю вам, возлюбленные, помощи Божией в служении, жизни и трудах. Да пребудет над всеми нами благословение рожденного в Вифлееме Христа Жизнодавца, а Новый год да будет исполненным счастья, всякого благополучия и неоскудевающего Божия милосердия.

### Досточтимая Матушка Игуменья Ксения с сестрами! С Рождеством Христовым и Новолетием!

Примите сердечные поздравления и наилучшие благопожелания здоровья, мира и крепости душевной! Благодарим Вас за заботу и желаем помощи Божией в возрождении любимой нами обители! Просим Ваших святых молитв.

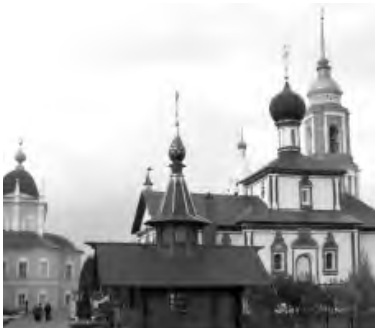
*От имени прихожан, медицинских работников, читателей газеты Коломенское Православное медицинское общество в честь святой блаженной Ксении Петербургской г. Коломны*

### Дорогие наши медицинские работники, коллеги, дорогие читатели «Медицинского вестника»!

Примите сердечные поздравления и наилучшие пожелания здоровья, мира и добра в праздник Рождества Христова и Нового 2008 года!

Пусть благодатью Божией наполнятся сердца, и радость духовной жизни никогда не оставляет Вас! Мира и благополучия Вашим семьям, помощи Божией во всех делах!

*Коломенское Православное медицинское общество в честь святой блаженной Ксении Блаженной*



## Читателям на заметку

## Некоторые юридические аспекты здравоохранения

Один из ведущих в Коломне, да и в Московской области, врач, заведующий отделением диализа и методов эфферентной детоксикации Коломенской ЦРБ Михаил Николаевич Руденков предложил поговорить на страницах газеты о правах врача и пациента. Мы надеемся, что читатели будут благодарны автору за проделанную работу, чтобы выбрать для нас самое нужное из множества страниц Законодательства об охране нашего с вами здоровья...

Почему я решил эту статью посвятить таким, казалось бы, не медицинским вопросам? Ответ прост. В который раз приходится с сожалением говорить о правовой неграмотности наших врачей, которая доставляет им массу неприятных минут, а то и часов, и дней. Примером может служить каждодневная практика, когда родственникам больного сообщают его диагноз, а больному нет, ссылаясь на этические и моральные нормы. Но есть юридические нормы, в которых записано все наоборот: больной должен знать свой диагноз, а родственники только с его согласия. Поэтому хотелось, хотя бы в незначительной степени, восполнить этот пробел знаний своих коллег.

В Конституции Российской

Федерации говорится:

## Статья 41.

1. Каждый имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь. Медицинская помощь в государственных и муниципальных учреждениях здравоохранения оказывается гражданам бесплатно.

3. Сокрытие должностными лицами фактов и обстоятельств, создающих угрозу для жизни и здоровья людей, влечет за собой ответственность в соответствии с федеральным законом.

Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан.

## Раздел 1. Статья 1.

Охрана здоровья граждан — это совокупность мер политического, экономического, правового, социального, культурного, научного, медицинского, санитарно-гигиенического и противоэпидемического характера, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья каждого человека, поддержания его долголетия, активной жизни, предоставление ему медицинской помощи в случае утраты здоровья.

Государство гарантирует охрану здоровья каждого человека в соответствии с Конституцией РФ и иными законодательными актами РФ.

## Статья 3.

Законодательство РФ об охране здоровья граждан состоит из соответствующих положений Конституции РФ и Конституций республик в составе РФ, настоящих Основ и принимаемых в соответствии с ними других законодательных актов автономной области, автономных округов, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга.

Законодательные акты республик в составе РФ, правовые акты автономной области, автономных округов, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга не должны ограничивать права граждан в области охраны здоровья, установленные настоящими Основами.

## Статья 30. Права пациента.

1. Пациент имеет право на уважительное и гуманное отношение со стороны медицинского и обслуживающего персонала.

2. Пациент имеет право на выбор врача с учетом его согласия, выбор лечебно-профилактического учреждения в соответствии с договорами обязательного и добровольного медицинского страхования;

3. Обследование, лечение и содержание в условиях, соответствующих санитарно-гигиеническим требованиям;

4. Проведение по его просьбе консультации и консультаций других специалистов.

5. Облегчение боли, связанной с заболеванием и (или) медицинским вмешательством, доступными способами и средствами;

6. Сохранение в тайне информации о факте обращения за медицинской помощью, о состоянии здоровья,

диагнозе и иных сведений, полученных при его обследовании и лечении в соответствии со ст. 61;

7. Информированное добровольное согласие на медицинское вмешательство в соответствии со ст. 32;

8. Отказ от медицинского вмешательства в соответствии со ст. 33;

9. Получение информации о своих правах и обязанностях и состоянии своего здоровья в соответствии со ст. 31, а также выбор лиц, которым в интересах пациента может быть передана информация о состоянии его здоровья;

10. Получение медицинских и иных услуг в рамках программ добровольного медицинского страхования;

11. Возмещение ущерба в соответствии со ст. 68 в случае причинения вреда его здоровью при оказании медицинской помощи;

12. Допуск к нему адвоката или иного законного представителя для защиты его прав;

13. Допуск к нему священнослужителя, а в больничном учреждении на предоставление условий для отправления религиозных обрядов, в том числе предоставление отдельного помещения, если это не нарушает внутренний распорядок больничного учреждения;

В случае нарушения прав пациента он может обращаться с жалобой непосредственно к руководителю или иному должностному лицу ЛПУ, в котором ему оказывается медицинская помощь, в соответствующие профессиональные медицинские ассоциации либо в суд.

Продолжение в следующем номере газеты

## Фитотерапия



## СПЕЦИИ ВМЕСТО ЛЕКАРСТВ

Специи издавна применяются человеком, причем не только как вкусовые пищевые добавки, но и как средства, регулирующие пищеварение, и как лекарственные препараты. Не зря из-за недостатка специй велись целые торговые войны, а Колумб ради них отправился искать новые торговые пути.

**Имбирь.** В индийской медицине имбирь называется Vishva Beshaja, что в переводе означает «лекарство мира». С помощью имбиря в древности лечили множество болезней. Если вы испытываете тошноту — неважно, вызванную ли проблемами пищеварения, токсикозом беременных или «морской болезнью» — имбирь поможет успокоить недомогание. Помимо этого, имбирь облегчает приступы мигрени и артрита. Очень полезен имбирь и для повышения иммунитета. В сочетании с медом имбирный сок — чрезвычайно эффективное средство от простуды и кашля. Имбирь используется для восстановления энергетических затрат организма, — просто добавьте немного тертого имбиря в выпечку, чай, мясные и рыбные блюда.

**Корица.** Польза корицы была подтверждена недавними исследованиями. Было доказано, что ежедневное употребление 1/4–1 ч. л. корицы помогает усваивать сахар более эффективно и снижает уровень сахара в крови, особенно у диабетиков II типа, уровень триглицеридов и «вредного» холестерина, а также артериальное давление. Корица обладает также антибактериальным и противогрибковым эффектом и способна уничтожать бактерии, которые вызывают кариес и плохой запах изо рта. Аромат натуральной корицы способен улучшать настроение и бороться с депрессией.

**Черный перец.** Пайперин — вещество в черном перце, которое и делает перец острым, — увеличивает активность ферментов и ускоряет кровоток. Это способствует улучшению пищеварения, аппетита и лучшему усвоению питательных веществ. К тому же черный перец содержит естественные болеутоляющие вещества. Он смягчает желудочные колики, способствует детоксикации печени. Проявляет антиоксидантное и антибактериальное действие.

**Красный перец.** Красный перец, как и черный, активизирует циркуляцию крови и иммунную систему организма. Как выяснилось, красный перец обладает противораковым действием, он атакует энергетические запасы раковых клеток. Красный перец применяется для улучшения аппетита и пищеварения, усиливает сопротивляемость простудам. Очень эффективен также при высоком кровяном давлении, диабете, почечных инфекциях и респираторных заболеваниях. Еще одно полезное качество красного перца — он помогает бороться с бессонницей. Перец очищает организм от тех ядовитых веществ, которые задерживают поступление кислорода и заставляют нас чувствовать усталость и раздражение.

«Сын часто болеет, просит завести собаку. Мы любим животных, но говорят, что держать в доме собаку нельзя. Кошку можно, а собака — это грех... Так ли это?» Р.Н.Павленко, г. Воскресенск.

Есть понятие «околоцерковного» предания, которое к Православной Церкви не имеет решительно никакого отношения, но, тем не менее, живет возле нее. Увы, далеко не все верующие имеют достаточно знаний, чтобы отличить действительно церковное учение от псевдоцерковного, и, вместо того, чтобы решительно отвергнуть последнее, невольно становятся его распространителями.

К числу подобных «околоцерковных» преданий относится и мнение о недопустимости нахождения собак в квартирах и иных помещениях, где есть иконы и другие святыни. Говорят, что якобы нельзя освящать те квартиры, где живут собаки, а если собака войдет в освященное помещение, то его необходимо заново освятить. В чем же виновата собака, и каким образом она может помешать благодати Божией?

Обычно отвечают, что, поскольку в Священном Писании Ветхого Завета собака названа нечистым животным, то, следовательно, она

своим присутствием оскверняет святыню.

Святые отцы объясняют причину разделения в Ветхом Завете животных на чистых и нечистых, а также в чем именно заключается эта нечистота. Великий византийский

## Бессловесные друзья

богослов IX века святитель Фотий, патриарх Константинопольский (память 6 февраля ст.ст.) пишет об этом следующее: «Многое по природе очень хорошо, но для пользующихся становится большим злом, не из-за собственной природы, но из-за порочности пользующихся...»

Чистое стало отделяться от нечистого не с начала мироздания. Но поскольку египтяне, у которых израильское племя было в услужении, многим животным воздавали божеские почести, то Моисей, чтобы и народ израильский не был увлечен к этому, в законодательстве справедливо назвал их нечистыми.

Дело не в естестве твари, по естеству, по природе все животные весьма хороши. Нечистыми некоторых животных Моисей назвал, стремясь оградить свой народ от покло-

нения им. В наше время (да и уже во время земной жизни Христа) такой угрозы не существует. Поэтому «дискриминация» собак православными христианами не имеет под собой основания. В канонических пра-

вилах Православной Церкви есть постановление, запрещающее вводить животных в храм, поскольку пребывание их в храме не является уместным в силу присущих животным особенностей (запах, беспокойное поведение, нарушающее благоговейный порядок и тишину храма, и т. д.). Однако это запрещение касается только храма и мотивируется отнюдь не тем, что собака оскверняет святыню и препятствует благодати Божией пребывать в храме. Соответственно, и наличие собаки в доме никоим образом не может помешать благодати. Отгоняет от нас эту благодать не собака, а наша греховная жизнь, освободиться от которой гораздо сложнее, нежели от собаки. Поэтому наличие в квартире собаки не представляет никакого препятствия для освящения этой квартиры, хотя с точки зре-

ния здравого смысла держать собаку в квартире не всегда оправданно. Но это уже вопрос целесообразности, а отнюдь не церковной дисциплины. Всем известно, что есть собаки-поводыри, которые, конечно должны жить в доме хозяина. Все чаще появляются сообщения о том, что собаки помогают больным детям пойти на поправку. Например, в кинологическом центре в Подмосковье животные помогают бороться с недугом детям, больным аутизмом, церебральным параличом.

Занятия с собаками помогают не только ребятам с ограниченными возможностями, но и гиперактивным детям, больным с соматическими заболеваниями. В бразильских больницах, например, специально обученных животных приводят во время отдыха в палаты. Бессловесные друзья помогают больным расслабиться, дети начинают меньше страдать из-за разлуки с родителями, перестают бояться больницы. Больные дети, как правило, перестают играть, а собаки возвращают им это желание.

Доставьте радость своему сыну — подарите собаку! С Новым годом!

## Беседы для родителей

Доставьте радость своему сыну — подарите собаку! С Новым годом!

Доставьте радость своему сыну — подарите собаку! С Новым годом!

Доставьте радость своему сыну — подарите собаку! С Новым годом!

Доставьте радость своему сыну — подарите собаку! С Новым годом!

## Отвечаем на вопросы читателей

«Подруга решила вставить украшение в губу. Я не смогла ее отговорить, теперь, после прокола, она лежит в больнице из-за осложнения с лицевым нервом. Расскажите, чем опасен пирсинг?» Лена Королева, г. Коломна.

Все чаще на улицах Коломны можно увидеть девушек и юношей, а то и вполне взрослых людей с разными украшениями на крыльях носа, в ушах, на подбородке.

«Что за новая забава?» — удивляются люди старшего поколения, знающие лишь о сережках и клипсах.

Это пирсинг — так называется прокалывание мягких тканей и продевание в отверстие каких-либо предметов. Понятно, баловство, одним словом, как и татуировки на коже. Но безвредно ли оно?

Мы обратились к сообщениям на эту тему из Интернета. На Западе, откуда и пришла мода на пирсинг, любители что-то себе проколоть нередко обращаются к врачам с осложнениями: кровотечениями, воспали-

ниями, отеками, аллергическими реакциями. Нередко после проколов образуются большие шрамы и рубцы, незаживающие раны, поражение лицевых нервов. К этому же может привести и титуж (татуировка).

Стоматологи предупреждают, что пирсинг губ опасен для десен и может привести, в конечном счете, к потере зубов. Медики США и Европы давно пытаются объяснить, насколько опасен прокол языка: отек языка может вызвать затруднение дыхания, инфекционные процессы в полости рта, которые могут закончиться серьезными последствиями вплоть до инфекционно-токсического шока и сепсиса.

Кандидат в Книгу рекордов Гиннеса, валлийка Лесли Ховвелл скончалась от чрезмерного увлечения пирсингом. О ней был снят сенсационный фильм, привлекая огромную аудиторию. Ее тело украшали 118 различных предметов, в том числе 28 заклепок и 13 колец в ушах, по 13 спиц на животе, колец в губах и такое же количество колец в носу,

## Опасная мода

два шарика в языке. Остальные детали оригинальных форм и размеров равномерно распределились по другим частям тела. Как сейчас установлено, причиной смерти Лесли стала приведшая к остановке сердца инфекция, проникшая в организм через проколотые участки кожи.

В последние два года пирсинг завоевал огромную популярность. Однако эта мода исключительно опасна. Чтобы избежать заражения, врачи советуют каждый день вынимать «украшения» и тщательно их дезинфицировать. Но даже это не всегда помогает. Американские ученые из медицинской школы Йельского университета описали случай возникновения абсцесса (полости с гноем) головного мозга, населенного стрептококками и обычными бактериями рта, у женщины, проколовшей свой язык.

Как утверждают ученые, сообщения о тяжелых осложнениях пирсинга достаточно редки, это, например, единственный случай, связан-

ный с абсцессом мозга. Ранее сообщалось об абсцессах в грудной клетке и инфекционных поражениях сердца. Однако, по их мнению, дело не в отсутствии таких случаев, а именно в отсутствии сообщений о них.

В 2007 году выявлены случаи новых осложнений. Например, у девочки 13 лет через 2 месяца после продевания третьей сережки в ухо, развилась эпилепсия, а у юноши 17 лет — злокачественная опухоль. Врачи связывают это с непредсказуемым раздражением точек, являющихся представительством на коже важных центров, несущих ответственность в организме за те или иные функции и иммунитет.

Пирсинг — это грех: тело человека создано по образу и подобию Божию и не нуждается в подобных, поистине бездумных украшениях. Как любой грех имеет следствием не радость, а страдание, так и эта «забава» несет вместо красоты уродство и болезнь.

«Медицинский вестник»

**Это стало частым явлением: ребенок перенес «обычную простуду», но кашель не прекращается, лечение не приносит результатов, и вот малышу, у которого есть все необходимые прививки, ставят диагноз «коклюш». Родители негодуют: для чего тогда нужны прививки, если побочные эффекты ощутимы, а дети все равно болеют?**

**С таким вопросом мы обратились к заместителю главного врача Коломенской детской городской больницы по поликлинической работе Татьяне Всеволодовне ЗУБКОВОЙ.**

Вот что она рассказала: «В переводе с французского «коклюш» означает «петушиный крик». Похожий звук издают дети во время приступов кашля. Врачи, в том числе и коломенские, констатируют: если еще несколько лет назад диагноз «коклюш» вызывал удивление, то за прошлый осенне-зимний период число заболевших детей от 3 до 8 лет возросло по разным оценкам на 20-30 процентов!

Ведущие ученые и педиатры-практики называют несколько причин:

- видоизменилась и мутировала сама бактерия,

- потепление климата привело к так называемой «краткой сезонности», когда сырая и теплая зима является прекрасной средой для инфекции,
- в больших городах среди массовых застроек пыль и грязь со стройплощадок ослабляют иммунитет,
- по этой причине растет число аллергических реакций.

Болезненной темой мы называем споры по поводу прививок. Они ведутся и в прессе, и среди врачей. Сейчас вакцинацию против коклюша проводят все страны мира. Были попытки отменить ее – сразу был отмечен всплеск инфекции. Вакцина против коклюша (она входит в состав АКДС, то есть в комбинации с вакцинами против дифтерии и столбняка), с одной стороны, эффективна, так как организм «знакомится» с бактерией, с другой – ее недостатком является большой риск побочных реакций.

Нужно знать, что прививки не дают 100%-ной гарантии от коклюша, они просто снижают возможность заражения. А если привитый ребенок все же заразился, то болезнь будет

протекать в смазанной форме и не даст (и это главное!) сильных осложнений. Каждому родителю, решающему прививать ребенка или нет, я бы дала совет: не полагайтесь на слухи друзей, соседей, знакомых... Ваш

## ЭТОТ ЗАБЫТЫЙ КОКЛЮШ



ребенка абсолютно не похож на других детей, он в мире такой один. Поэтому лучше прийти за советом к врачу, который знает вашего ребенка с рождения.

**Как распознать коклюш?** Заболевание начинается как обычное ОРЗ, сопровождаемое кашлем, сухим или умеренно влажным, и поначалу даже врачу точный диагноз поставить трудно, потому что характерные симптомы проявляются лишь на второй неделе заболевания... Это частый и судорожный, приступообразный кашель, во время которого у ребенка краснеет лицо, он как будто не может откашляться, происходят задержки дыхания, которые заставляют его судорожно и со свистом выдыхать воздух, нередко в конце приступа случается

рвота. Но точный диагноз можно установить лишь после лабораторного исследования мокроты. Детей до 3 лет обязательно лечат стационарно, так как заболевание у не привитых малышей протекает тяжело. У привитых де-

тей оно проходит легче: совсем без температуры или с небольшой, приступы не такие сильные и длительные. Постепенно приступы становятся реже, ослабевают, но в такой форме коклюш может длиться 2-3 месяца.

Как лечат коклюш?

Эта болезнь практически не поддается терапии. Противовоспалительные, противокашлевые или отхаркивающие препараты не очень-то эффективны. При коклюше имеет место возбуждение нервных центров, поэтому наши врачи обязательно назначают седативные (успокаивающие) средства.

Хочу дать несколько практических советов родителям.

Приступы кашля могут пугать ребенка, ночью он вскакивает с посте-

## Врач советует

ли, потому что не может откашляться, его испуг в свою очередь усиливает нервное напряжение, а значит, и кашель. Поэтому успокойте ребенка, возьмите на руки, прижмите к себе.

Как и при ложном крупе, отведите малыша в ванную и включите горячую воду, чтобы он подышал теплым паром, можно развешивать в детской комнате влажные полотенца на всю ночь.

Как можно чаще проветривайте квартиру.

Ребенку противопоказаны любые физические нагрузки и все, что может вызвать возбуждение, – походы в шумные компании, на праздники.

Рекомендуются спокойные длительные прогулки на свежем воздухе. Кстати, на улице кашель обычно проходит.

Кормить малыша следует маленькими порциями, еда должна быть мягкой, чтобы не спровоцировать приступ кашля.

Желаю вашим детям здоровья в Новом году!»

## Напитки

Питательную, целебную и вкусовую ценность овощных соков и в частности сырых овощных соков до сих пор многие недооценивают, хотя она чрезвычайно высока.

**Томатный сок** - по своему витаминному составу значительно превосходит цитрусовые плоды. Он богат источником железа, марганца. Меди, в нём есть красящие вещества, витамин Р, кальций и много других микроэлементов. Томатный сок пьют, как правило, перед едой.

Качество томатного сока зависит от сорта томатов. Томаты, предназначенные для изготовления сока, не должны быть перезрелыми, на них не должно быть повреждений, плесени, земли. Качественный томатный сок не должен быть прозрачным. Собранные и отсортированные по степени зрелости помидоры, тщательно моют в проточной воде, измельчают и отжимают сок. Свежевыдавленный сок разливают в банки и пастеризуют. Пастеризованный томатный сок хранят в прохладном месте. При температуре 100С витамин С сохраняется почти полностью. При температуре хранения от 20 до 30 0С потери витамина С значительны до 50%.

Томатный сок хорошо утоляет жажду и благодаря высокому содержанию кальция и низкой калорийности, полезен всем, в том числе людям, склонным к полноте и детям.

**Морковный сок** - готовят из моркови сортов Каротель, Нентская, Парижская. Морковный сок богатый на витамин С, и комплекс витаминов группы В (В1, В2, В6, витамин РР).

Для морковного сока характерно наличие бесцветного эфирного масла, которое придает ему типичный, свойственный только ему аромат. Лечебное действие сока зависит не только от наличия витаминов, но и от минеральных веществ и микроэлементов. В морковном соке очень много калия, кальция, фосфора и железа, а также магний, кремний, йод. Пектиновые вещества полезны для организма составляют около 0,8%. Его лечебным и диетическим качествам способствует почти нейтральная реакция. Он рекомендуется как лечебный и диетический напиток при язвенной болезни, гастрите, энтерите, инфаркте сердечной

## здоровья

мышцы а также для питания ослабленных детей.

Морковный сок рекомендуется готовить перед самым употреблением. Хорошо делать небольшое количество сока, так как хранить его можно в домашнем холодильнике не более 2-х дней.

**Свекольный сок.** Перед приготовлением сока, свеклу тщательно моют, обрезают и обрабатывают в промышленных условиях паром при температуре 1050С. Пропаренную свеклу очищают от кожицы, после чего выжимают сок. Свекольный сок не подлежит длительному хранению.

В свекольном соке содержится лимонная, яблочная кислоты, придающие ему приятный вкус. Обилие минеральных солей, витаминов и особенно бетаина, важного для обмена веществ, делает свекольный сок ценным и диетическим напитком. Сок отличается характерными диетическими и лечебными свойствами. Улучшает рост детей, помогает усвоению витаминов В12. В свекольном соке преобладает щелочная или нейтральная реакция, что полезно для организма. Применяется сок для лечения гипертонии, заболеваний сердца, а также для питания слабо растущих детей.

**Капустный сок.** По содержанию витаминов капуста превосходит многие овощи. Аскорбиновой кислоты в ней столько же сколько в лимоне. Достаточно съесть 200 гр сырой капусты, чтобы удовлетворить суточную потребность человека в этом витамине. Причем витамин С сохраняется в капусте при квашении и при приготовлении сока, однако разрушается при варке. Капуста - хороший источник витаминов К, А, U, группы В. Сочетание капустного сока вместе с пюре других овощей и фруктов (моркови, дыни, яблок) успешно лечат язвенную болезнь желудка и 12-перстной кишки. Благоприятное действие этот сок оказывает при различных формах колитов и при воспалительных изменениях в толстом кишечнике. Капуста усиливает выделение желчи, поэтому она очень полезна при заболеваниях печени и желчных путей.

У краснокочанной капусты более богатый состав по сравнению с белокачанной. Капустный сок готовят следующим образом: у кочанов удаляют несколько верхних листьев и загрязненную часть ножки. Можно также ошпарить раздробленные листья горячей водой, сразу же вынуть их из воды, отцедить и выжать сок. Однако капустный сок из свежих неопаренных листьев более приятен для питья и лучше освежает.

Для сохранения лечебных и диетических свойств лучше не проводить никаких коррекций с помощью добавления сахара, соли. Не рекомендуется также проводить осветление, фильтрацию или пастеризацию. В домашнем холодильнике капустный сок можно хранить в течение недели.

**Арбузный сок** - имеет красивый розовый цвет, аромат и вкус свежих арбузов, хорошо утоляет жажду. Однако для него характерно недостаточная концентрация сахара, кислот и экстрактивных веществ, поэтому его рекомендуется сгущать. Сгущенный арбузный сок называют арбузным медом.

Арбуз очищают от протавшей земли, хорошо моют с помощью щетки. Затем нарезают ножом на 2-4 части. При резки из арбуза вытекает часть сока, поэтому это надо делать в тазу, а сок собрать.

Мякоть выбирают из арбуза ложкой, измельчают и протирают через сито, друшляк или другим доступным способом и процеживают.

Хранить свежеприготовленный сок можно в течение суток. Уваренный арбузный сок (бекмес) хранится дольше. Арбузный сок употребляют при заболеваниях почек, желчевыводящих и мочевыводящих путей при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Применяют при нарушениях кровообращения, гипертонической болезни, подагре.

**Тыквенный сок** - для получения более приятного освежающего вкуса в процеженный тыквенный сок добавляют яблочный сок, немного разведенной лимонной кислоты, сахарного сиропа, хорошо размешивают и охлаждают.

Мякоть тыквы содержит клетчатку, из минеральных солей в тыкве больше всего калия, также много в тыкве каротина, витаминов С, В1, В2.

Применяют тыквенный сок при заболеваниях кишечника, нарушении его моторной функции (запорах), заболеваниях почек, гепатитах, холецистите, обладает мочегонным действием при длительном применении.

Анатолий Пашустин

## Милость преподобного Серафима

**«О, вы, напоминающие о Господе! Не умолкайте!» (Ис. 62, 6).**

Старая болезнь моя обострилась. Ранней весной 1928 года начались такие острые боли, что пришлось обратиться к доктору.

Впервые за многие годы, один наш, русский, доктор в Париже, - С. М. Серов - установил предположительно, что у меня язва двенадцатиперстной кишки...

Я следовал режиму, не ел острого, пил больше молока, совершенно не пил вина, но боли стали появляться чаще, давали отсрочки все короче. С горечью, с болью душевной, думал: «кончилась моя писательская работа... довольно, пора...» Только присядешь к столу, напишешь две-три строчки... - они, боли! Там, где-то, меня гложет что-то... именно, гложет, сосет, потом начинает царапать, потом уже и рвать ногтями...

Ранней весной я стал испытывать головокружения, слабость. Боли прекращающиеся. Я стал худеть заметно... мне приходило в голову, что язва, может быть, перешла в нечто более опасное, неизлечимое. Начались и рвоты... Я был в подавленности великой, я уже и не помыслил, что вернуться когда-нибудь - хотя на краткий срок! - дни без болей. Рвоты усиливались, боли тоже. Пришло письмо от профессора, где он заявлял, что операция необходима...

Я начал принимать лекарства. Принимать и молиться. Но какая моя молитва! Не то чтобы я был неверующим, нет, но крепкой веры, прочной духовности не было во мне, скажу со всей прямотой. Молился и великомученику Пантелеймо-

ну, и преподобному Серафиму. Молился и думал - все кончено. Сделал распоряжения на случай. Не столько из глубокой душевной потребности, а скорее по православному обычаю...

Меня должны были перевести в клинику для операции... Это было 17 или 18 мая. В эту ночь я опять кратко, но, может быть, горячей, чем обычно, мысленно взмолился... - именно взмолился, как бы в отчаянии, преподобному Серафиму: «Ты, Святой, Преподобный Серафим... можешь!.. верую, что Ты можешь!..»

Ночью были небольшие боли, но скоро успокоились, и я заснул. Заснул ли? Не могу сказать уверенно: может быть, это как бы предсное было. И вот, я вижу... рентгеновские снимки, те,



стопку в 12 штук, и на первом... порусски, меловыми чернилами, написано... явственно-явственно, ну вот как сейчас вижу: «Св. Серафим»... И все. Я тут же проснулся или пришел в себя. Болей не было. Спокойствие во мне было, будто свалилась тяжесть. Операция была уже не страшна мне. Я позвал жену. Я сказал ей: «Вот что я видел сейчас... Знаешь, а ведь Святой Серафим всех покрыл... и меня, и профессора... и нет нас, а только - «святый Серафим»». Жене показалось это знаменательным. И мне - тоже. Словом, мне стало легче, душевно легче. Я почувствовал, что Он, Святой, здесь с нами... Он со мной, я под Его покровом, в Его опеке, и мне ничего не страшно...

24 мая меня положили в лучший из госпиталей, в американский... Я не один, у меня здесь родные души, и Он со мной, тоже наш, самый русский, из Сарова, курянин по рождению, мое при-

бежище - моя надежда. Здесь, в этой - чужой всему во мне - Европе. Он все видит, - все знает, и все Он может. Уверенность, что Он со мной, что я в Его опеке, - могущественнейшей опеке во мне, все крепнет, влилась в меня и никогда не пропадет, я знаю. И оттого, я хочу есть, и оттого не думаю, что скоро будут меня резать...

Сегодня меня будут оперировать? Нет пока. Приходит врач. Говорит: «Я не вижу необходимости в операции...» Мне говорит дальше хирург, что желудок хороший, что пилор - выход из желудка не затронут, что...

Одним словом, я, пробыв в госпитале пять суток, выхожу из него, под руку с поддерживающей меня женой... Я молюсь, пробую молиться, благодарю. Страхуся и думать, что Он призрел меня, такого маловера. Но знаю: Он - призрел...

Иван Шмелев.

## Небесные покровители

Хорошего Вам голоса в Новом году!

Анна Горбачева,  
отоларинголог



О Божественном происхождении Евангелия святой апостол Павел сказал: *Возвещаю вам, братия, что Евангелие, которое я благовествовал, не есть человеческое, ибо я принял его и научился не от человека, но чрез откровение Иисуса Христа* (Гал. 1:11-12). И Святой Церковь учит о том, что во всех книгах Священного Писания, а больше всего в святом Евангелии и во всех Посланиях апостольских, Сам Дух Святой говорит нам. Это не простая книга, это Божественное Откровение, т. е. то, что Сам Бог говорит нам о Самом Себе и о Своем учении.

Каждого интересуют вопросы добра и зла. Как уйти от страданий, как уйти от того гнета, которым нас давит зло мира сего? Где найти покой и спасение? Как не заблудиться в житейском лабиринте? Как избавиться от власти зла – от власти дьявола? Эту власть чувствуют и не могут не чувствовать все те, кто не помышляет о дьяволе и в него не верит. Пусть не верят! А он будет давить их и мучить. Всем нам нужно освободиться от его власти, уйти из непроглядного мрака нашей жизни, найти путь спасения.

Великие умы древности с незапамятных времен исследовали эти вопросы и старались проникнуть в тайны бытия, не оставляющие людей в покое. Несравненны по глубине мысли греческих философов, создавших системы философии, изум-

ляющих нас и донныне. Один из наиболее выдающихся умов человечества, философ Платон говорит: *«Мы подождем Того, будь это Бог или Богоодушенный человек, Который научит нас нашим религиозным обязанностям и отнимет*

## Первое из величайших чудес

мрак от глаз наших». Значит, он не мог постигнуть наших религиозных обязанностей, нашего отношения к Богу, не мог своей мугочей мыслью осветить мрак своих глаз.

Весь древний мир с великой тоской и мучением ожидал, когда явится Тот Человек, о Котором мечтал Платон, Тот, Кто, может быть, будет Самим Богом, Который разгонит тьму и научит, как нужно относиться к Богу. Древний мир ждал Откровения свыше, понимая, что без Божией помощи никогда не рассеется «мрак от наших глаз». Он ждал Искупителя, ждал спасения от зла, жаждал познания истины от Самого Бога через Откровение Божие.

Сократ говорил: *«Я ничего не знаю и знать не могу, ибо тайны бытия безграничны, ибо духовный мир для меня непостижим, а он, конечно, неизмеримо важнее этого жалкого мира, в котором мы живем».*

Мир жаждал голоса из высшего мира, и он неоднократно раздавался уже в те древние времена, когда народ, избранный Богом, слушал Бо-

## С Рождеством Христовым!

не мог.

Все, отрицающие сверхъестественное, должны вдуматься в то, что первое, величайшее из всех чудес есть Сам Господь Иисус Христос – настолько Он отличен от всего, что знал род человеческий до Его пришествия.

Без Откровения свыше мир никогда не мог бы познать, что его тяжкие мучения могут быть рассеяны совершенно ему неведомой силой – Божией благодатью. Только Сам Бог дал нам познание о благодати, когда явил нам ее, когда открыл нам, что Он есть Любовь (см. 1 Ин. 4:8), что Он есть путь, и истина, и жизнь (Ин. 14:6). В этом было величайшее Откровение, и получили мы его в святом Евангелии.

Важно верить по-детски, всем сердцем, в то, что Евангелие Христово – Откровение Самого Бога, и смиренно принимать все, сказанное в Священном Писании. Тогда нас ожидает воскресение не в погибель, а в жизнь вечную, которой да сподобит всех нас Господь и Бог наш Иисус Христос. Аминь.

**Святитель Лука (епископ Лука (Войно – Ясенецкий), профессор хирургии) «Слово на «Послание святого апостола Павла к галатам» 1945 год**



1 января – Гражданский Новый год по новому стилю.

2 января – Праведного Иоанна Кронштадтского. (1829 – 1968 гг.)

6 января – Навечерие Рождества Христова (Рождественский сочельник).

7 января – Рождество Христово.

14 января – Обрезание Господне.

Святителя Василия Великого, архиепископа Кесарии Капподокийской. Новый год по Юлианскому календарю. На восьмой день после Рождества Самого Иисуса Христа принял обрезание, установленное законом для всех младенцев мужского пола. Господь принял обрезание для того, чтобы никто впоследствии не мог усомниться в том, что Он был истинным Человеком, а не носителем призрачной плоти. В Новом Завете обряд обрезания уступил место Таинству Крещения, прообразом которого он явился.

15 января – Преставление (1833г.) и второе обретение (1991г.) мощей преподобного Серафима Саровского.

18 января – Навечерие Богоявления. Крещенский сочельник. Великое освящение воды. Как и в Рождественский сочельник, в канун Крещения полагается строгий пост. Ранняя Литургия в храмах начинается в полночь с 17 на 18 и с 18 на 19 января.

19 января – Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа. Великое освящение воды.

22 января – Святителя Филиппа, митрополита Московского и всея Руси.

23 января – Святителя Феофана, Затворника Вышенского. (1815 – 1894 гг.). Вырос в семье священника. Окончил Киевскую духовную академию, служил епископом, доктор богословских наук. В 1866 году удаляется в Успенскую обитель на реке Выше, а в 1872 г. уходит в затвор. Духовно-литературное наследие святителя насчитывает свыше 50 трудов, кроме этого, св. Феофан отвечал на множество писем, обращавшихся к нему за духовными наставлениями.

25 января – Мученицы Татианы (226 – 235гг.)

27 января – Равноапостольной Нины, просветительницы Грузии.

**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» «Основное Богословие» (цикл лекций проф. МДА А.И.Осипова)  
14:30-передача «Портрет мастера»  
10:00 и 15:00 и 22:00-передача «Граждане неба»  
14:00 «Россия сквозь века» к.и.н. А.М. Бирюков  
«Беседы по истории Отечества»  
16:30-Литературные чтения.  
18:00-Вечернее Богослужение-Всенощная  
20:30-Передача для детей «Сказка за сказкой»  
21:00 «Россия сквозь века». Л.Н.Гумилев.  
«От Руси до России»  
22:30-Вечерние молитвы  
В субботу и воскресенье в 08:00 и 20:00 Архимандрит Аверкий (Таушев) Толкование на Апостол.  
В остальное время радиостанция транслирует лучшие произведения русской и мировой классики.



К святому источнику стремится прийти каждый верующий человек. В Коломенском Кремле таким местом стала водосвятная часовня в честь святого князя Владимира и святой великомученицы Анастасии в Свято-Троицком Ново-Голутвином женском монастыре.

О святом князе Владимире известно каждому со школьной скамьи, на иконе в часовне узнают святого русского князя Владимира Красно Солнышко, ставшего из язычника христианином и крестившего Русь более 1000 лет назад. Увидев икону святой Анастасии у многих возникают вопросы: кто она была, чем прославилась и почему зовется Узорешительницей?

А история эта не менее удивительная. Святая великомученица Анастасия Узорешительница родилась в знатной семье римского сенатора Протекстата. Отец был язычником, мать, Фавста, тайной христианкой. Рим конца третьего, начала четвертого века был местом гонений на христиан, и жестокость императора Диоклетиана была всем известна. Но благочестивая мать поручила воспитание дочери известному своей образованностью христианину Хрисогону, в последствии ставшему святым мучеником. Девочка училась не только грамоте, но и Священному Писанию, исполнению закона Божия. Об Анастасии стали говорить как о мудрой и прекрасной девице.

Недолго прожила Фавста, и после смерти матери, не считаясь с желанием Анастасии, отец выдал ее замуж за язычника Помпия, проис-

ходившего также из сенаторского рода. Чтобы не нарушить обет девства, девушка ссылалась на неизлечимую болезнь и сохраняла чистоту.

Ее учитель и наставник святой Хрисогон два года томился в заключении. В темницах Рима в то время находилось много христиан. Часто, сняв свои роскошные наряды и драгоценные украшения и надев нищенские одежды, Анастасия посещала узников. Она помогала заключенным, отирала кровь их, перевязывала раны, приносила пищу. Помпий, узнав об этом от предавшей ее рабыни, жестоко избил Анастасию и заточил в доме под стражу. Святая скорбела, что лишилась возможности помогать христианам, не могла навещать своего учителя.

Когда умер отец Анастасии, все его имение перешло к дочери, как к единственной наследнице. Тогда Помпий, решил уморить ее, чтобы наследовать все ее имение и жить с другой женой.

Но вскоре его назначили послом к персидскому царю и по дороге в Персию он утонул во время внезапно начавшейся бури.

Оставшись вдовой, святая вновь могла посещать в темницах христиан. Вскоре святой Хрисогон принял мученическую смерть.

Святая Анастасия стала странствовать, чтобы везде, где только можно, служить христианам, заключенным в темницах. Желая помогать больным и несчастным, она научилась врачебному искусству. Полученное наследство она тратила на одежду, пищу и лекарства для больных, отдавала свое богатство, чтобы выкупить страдальцев из тюрьмы. Она была отрадой для изнемогающих от страданий людей, и золотом покупала им облегчение от долговременных тяжких уз. Вот поэтому Анастасия и была названа Узорешительницей.

В 304 году святую Анастасию

взяли под стражу, но ничего не могли сделать со знатною римлянкой, прежде чем не доложат о ней царю. Диоклетиан был знаком с семьей святой Анастасии. Поняв, что она тратит на бедных христиан свое имение, он приказал привести ее и спросил: — «Где богатства, оставшиеся тебе после отца?» Святая мужественно отвечала: «Если б у меня оставалось еще что-нибудь из сокровищ и имени, которыми бы я

могла еще послужить рабам моего Христа, то я не предала бы себя в руки людей, ищущих христианской крови. Но теперь я уже истощила все имущество свое, которое принесла в жертву Христу, и у меня осталось одно лишь мое тело; поэтому я стремлюсь и его принести в дар моему Богу».

Диоклетиан в гневе отправил ее к верховному жрецу Ульпиану, чтобы тот или склонил ее к жертве языческим богам или предал жестокой казни. Жрец предложил святой Ана-



## Святая Анастасия



стасии сделать выбор между богатыми дарами и орудиями пытки.

Прежде, чем подвергнуть святую Анастасию пыткам, Ульпиан решил осквернить ее. Но, как только прикоснулся к ней, ослеп, страшная боль сжала ему голову, и он скончался.

Это так поразило Диоклетиана, что святая Анастасия была освобождена, но ее вскоре вновь заключили в темницу и 60 дней истязали