



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

Вести из Православного медицинского общества г. Коломны

Доклад профессора кафедры детских болезней Московской медицинской академии им. И.М.Сеченова А.Б.Малахова на очередном заседании Православного общества медицинских работников г. Коломны 25 октября 2008 г. вызвал большой интерес. Александр Борисович ответил на многочисленные вопросы слушателей. По просьбе врачей «Медицинский вестник» публикует материалы представленные автором.

Какова ситуация в России, будет ли эпидемия гриппа в 2008-2009 годах?

Мы не можем с уверенностью сказать, будет ли эпидемия. Как писал еще известный сатирик И. Ильф: «...лето кончилось. Граждане уже ходят в калошах и покорно ожидают гриппа...»

На самом деле проблема очень серьезная. В 2007 году в России истрачено 18 миллиардов рублей только на лечение ОРВИ у детей. 15% случаев всех респираторных инфекций пришлось на грипп, от осложнений умерло 6 детей – это горе, которое пришло в наши семьи, и оно не поддается никакой статистике. В первой половине 2008 в России заболели ОРЗ/ОРВИ 15 782 981 человек, из них гриппом 317 319 (2%), из них две трети – дети.

В истории человечества пандемии гриппа случались каждые 20-50 лет. С XVI в. имеются воспоминания о шестнадцатом. Цепь последних началась в конце позапрошлого века: 1889-1891 г.г. «Азиатский (Русский)», серотип А (H2N2) 1918-1920 г.г. «Испанка»-А (H1N1) Заболели 500 млн., погибли 40 млн. 1957-1959 г.г. «Азиатский»-А (H2N2) погибли до 1.5 млн. 1968-1969 г.г. «Гонконгский»А (H3N2), погибло до 1 млн. 1977-1978 г.г. «Русский» А (H1N1) пострадали родившиеся после 1950 г.

Потенциальные эпидемии 1997- 2008 «Птичь» - «Антропозоонозные» серотипы А(H5N1), А(H9N2), А (H7N2), А(H7N3), А(H10N7), А(H7N7), А(H3N2), А(H1N2), пока заражение происходило от животных, но не от человека.

По прогнозу ВОЗ, в Северном полушарии в 2008 – 2009 г.г. эпидемии станут антропозоонозными (птичий грипп), будут циркулировать штаммы вирусов гриппа, подобные:

- А / Брисбен / 59 / 2007г. (H1N1);
- А / Брисбен / 10 / 2007г. (H3N2);
- В / Флорида / 4 / 2006г.

Особенность гриппа состоит в том, что вирус постоянно изменяется, мутирует, в результате мы не можем получить стойкий иммунитет, защитить организм.

Гриппом заболевают в любом возрасте, симптомы сходны с симптомами острых респираторных заболеваний (ОРЗ): лихорадка с ознобом, интоксикацией; кашель, воспа-

ление слизистой дыхательных путей, головная и мышечные боли, слабость, в тяжелых случаях - обморок, понос у детей.

Как защитить себя от гриппа?

Лучший способ не заразиться гриппом - остаться дома во время эпидемии, поэтому система карантина эффективна. Как защитить врача при контакте с больным гриппом? Необходимо носить защитную повязку, меняя ее каждые 45 минут, использовать фитонциды лука, чеснока, пихты, светолечение.

Эффективная мера – это вакцинация. Но здесь есть очень много особенностей. Анти-

Грипп: кто, где и когда?

можно заразиться и контактным путем через грязные руки, окружающие предметы. Большим риском в период заболеваемости гриппом является посещение общественных мест, например, интернет-клуба. По зарубежным данным (Англия) мышь компьютера имеет на себе 1676 микробов на кв. дюйм, клавиатура 3295 микробов на кв. дюйм, поверхность стола 20961 микробов на кв. дюйм.

80% микробов передаются контактно через руки, поэтому в период заболеваемости

нужно воздержаться от привычных рукопожатий и поцелуев при встрече. Микробы передаются через деньги, которые проходят через большое количество рук. Вот почему так важно чаще мыть руки, а заболевших гриппом, необходимо изолировать.

Характерным для современного гриппа является то, что заражение чаще будет происходить от птиц. Это серьезная медицинская и социальная проблема.

Вирус птичьего гриппа А(H5N1) очень опасен:

- Быстро мутирует, каждый год появляются его подвиды.
- Вызывает тяжелое заболевание у птиц и у человека.
- У выживших птиц вирус неделями выделяется с испражнениями, сохраняется в окружающей среде.
- Редко и с трудом передается напрямую от птиц человеку, но имеет промежуточного хозяина, чаще свиней. В будущем возможна передача от птицы человеку с развитием тяжелой эпидемии.

Птичий грипп у человека в настоящее время достаточно хорошо изучен. По данным ВОЗ до 19.07.08 заболело 336 человек, погибло 218. Летальность составила 65%!

Есть регионы, эндемичные по гриппу. Чаще всего заражение происходит при разделке домашней птицы с пренебрежением к санитарии.

Эффективна ли вакцина от гриппа?

Эффект вакцины определяется совпадением циркулирующих вирусов с использованными в вакцине.

Соответственно, рекомендовано ВОЗ производить трёхвалентные инактивированные и живые вакцины, содержащие антигены таких штаммов.

Через 2 – 3 недели после иммунизации или перенесения заболевания образуются собственные антитела, специфичные к различ-

ным антигенам вирусов гриппа, формируется специфический Т-клеточный иммунитет. Иммунитет непродолжительный, однократный.

Гриппозные вакцины

1) Трёхвалентные инактивированные, различаются только по технологии производства.

- Цельновирионные (очищенные и концентрированные вирусы).
- Расщепленные (очищенные поверхностные и внутренние белки вируса).
- Субъединичные (очищенные поверхностные антигены вируса) – защищают клетку от повреждения.

• Виросомальные (масляно-водная эмульсия поверхностных антигенов вируса с иммуноадаьювантом). Замедляют размножение вируса.

2) Живые вакцины малоэффективны, опасны тем, что могут вызвать заболевание (взвесь аттенуированных вирусов для интраназального введения)

Вакцинация против гриппа была включена в Национальный Календарь прививок в 2007 году для:

- детей, посещающих дошкольные, школьные учреждения, учащихся 1-11 классов,
- студентов высших и средних профессиональных учебных заведений,
- взрослых (работников медицинских и образовательных учреждений, транспорта, коммунальной сферы, воинских контингентов),
- взрослых старше 60 лет.

В России прививаются 16% населения.

Возможные неблагоприятные реакции после вакцинации: боль, уплотнение, покраснение в месте введения вакцины (проходят без лечения за 1 – 3 дня); повышение температуры тела (в течение 1 – 2 дней).

Противопоказания для вакцинации:

- нельзя прививать человека во время болезни!

• медотвод от прививки – 4 и более недель при тяжелом течении заболевания, при легком течении – не менее двух недель.

• Острые инфекционные и неспецифические заболевания (вакцинируют после выздоровления или наступления ремиссии),

• аллергия к куриным яйцам и антибиотикам, содержащим компоненты вакцины (аминогликозиды: гентамицин и его группа).

Итак, грипп отличает от других ОРЗ/ОРВИ тяжелое течение и наличие осложнений.

Вирусы гриппа быстро мутируют, и иммунитет, выработанный после вакцинации или инфекции, может в новый сезон ОРЗ/ОРВИ оказаться несостоятельным.

Нельзя прививать в период заболевания, если больного привили в этот период и он выздоровел, то это сработала не прививка, а его иммунитет.



Заседание Православного медицинского общества. В президиуме: председатель общества А.Г. Кульша, профессор Н.А. Генпе, профессор А.Б. Малахов.

тела к вирусу появляются только через 2-4 недели после вакцинации. Иммунитет непродолжителен: как минимум, в течение трех месяцев титр антител максимальный, затем он снижается и в течение шести месяцев остается нестойким. Сам вирус мутирует, и выработанный иммунитет становится неэффективной в отношении нового штамма.

Заразиться гриппом может каждый человек. Большинство обладает некоторой степенью иммунитета. Благодаря этому в настоящее время эпидемии носят легкий характер, тем не менее, грипп может приводить к летальным исходам.

Заболеванию более подвержены пожилые (старше 60 лет), дети и люди, страдающие хроническими заболеваниями (бронхиальная астма, аллергические заболевания, сахарный диабет, заболевания почек и др.), большие принимающие гормоны (стероидную терапию). Грипп может вызвать осложнения (гриппозную пневмонию). Сезонность течения в последние годы сместилась и имеет два пика - октябрь-ноябрь; февраль – март.

Каким образом происходит заражение гриппом?

При кашле и чихании больного капли слизи разлетаются на полметра и далее (до 6 метров) и оседают на поверхности окружающих предметов и слизистой оболочке верхних дыхательных путей людей, находясь рядом с больным. В каплях вирусы жизнеспособны примерно 2 часа и являются угрозой для окружающих. Таким образом,



У микрофона профессор А.Б. Малахов.

Советы психолога Екатерины Савиной

Продолжение, начало в № 5, 6, 7, 8
«Медицинского вестника»

«Я устала делать то, что я не хочу, спорюсь с людьми. Мама говорит, что у меня нет чувства долга». Лидия Р., студентка, г. Коломна.

Давайте представим ситуацию так. Вот ребенок, он еще ничего не знает про жизнь, и потому знает только слово «Хочу!» - вот именно с большой буквы. Но не все, что он хочет, действительно ему на пользу и радость, и потому рядом с ним должен быть родитель, который хорошо знает жизнь, и в том числе про ребенка, и потому он говорит ребенку: «Надо! Не надо! Ты должен! Ты не должен!».

Заметьте, родитель не обсуждает с ребенком, что он сам, родитель, хочет или не хочет, чего ему самому надо или что он должен. В лучшем случае в качестве назидательного примера ребенку: смотри, я сам делаю тоже так! Но родитель фокус своего внимания направляет именно на ребенка, чтобы научить его жить.

Это правильно, и предполагается, что ребенок вырастет, и тогда сам сможет принимать решения.

Но ребенок вырос. Теперь в его сознании прочно поселились родительские «надо-не надо», «должен - не должен». Вроде как родитель незаметно проник в его сознание, и теперь ребенок даже и в одиночестве, (раньше бы пошалил и ни за что не стал делать как надо!), слышит этот голос родителя: «Нельзя! Ты не должен так поступать!».

Этот голос конфликтует с собственным его желанием уже взрослого человека все-таки сделать то,

что делать нельзя, и дальше два сценария. Представим, что этот взрослый человек это Вы и, либо Вы махнете рукой на все «надо-нельзя!», и воспитание потерпит сокрушительный провал, потому что Вы будете вести себя так, как

«Должна»,

Вам захочется, и будете учиться на собственных ошибках - что довольно больно для Вас и окружающих. Либо, по второму сценарию, взрослый наступит на свое «хочу», станет занудой, всегда все делающим правильно, не знающим даже, что ему на самом деле хочется, что

еще хуже, чем первый вариант, потому что в нем нет выхода, даже и болезненного. На практике же обычно встречается гремучая смесь обоих сценариев, человек мучается виной за то, что «должен был - не сделал», «знал же, что нельзя, а дал слаби-

ну» и пр. Жить в таком расщепленном сознании тяжело: все время в сознании некий указательный палец «Низзя!». Наш взрослый начинает прятаться от него разными способами, например, придумывает разные теории, объясняющие, почему обычно нельзя, а сейчас можно; «прости, ошибся» и повторяет то же без угрызений совести; ссылаться на то, что «все так живут» и прочими забавными способами пытаться спрятаться от своей совести. Но есть способ лучше, и давайте его рассмотрим.

По-настоящему взрослый человек сохраняет уважение к своему «хочу». Но это «хочу» меняется по

мере того, как человек растет и узнает о жизни все больше и больше. Вот, скажем, он узнал, что есть микробы, и вообще грязь, и люди, собирающие яблоки, вовсе не моют руки перед работой. Поэтому, когда взрослый человек покупает яб-

«ХОЧУ»

локо, ему не хочется, как это было в детстве, тут же от него откусить, и он хочет, (а вовсе не должен) помыть яблоко, и получше. Просто он теперь знает о микробах.

Еще взрослый научился сопереживать, и ему хочется угостить другого человека последним яблоком, и он знает, что получит удовольствие от удовольствия того другого человека. И даже если тот не покажет своей благодарности, наш взрослый будет доволен тем, что накормил того, кто был голоден, потому что сам бывал голоден, и умеет сопереживать.

Взрослый пойдет на работу вовремя не потому, что должен, а иначе его накажут как в детстве - нет, он хочет прийти вовремя, потому что неловко, когда люди его ждут, а он слишком долго пил дома кофе. Он не хочет переживать неловкость. Но если он попадет в аварию, и отчаянно опоздает, он позвонит и предупредит, чтобы его не ждали скоро, и чувства вины у него не будет: в его положении он хочет в первую очередь закончить все дела с разбитой машиной.

Бывает, впрочем, что он хочет и сам съесть последнее яблоко. Это желание сильнее его желания поделить с другими. И тогда ему придется решить: «А я такой себе нравлюсь? Я хочу быть таким?»

Если он обнаружит, что он последнее время что-то много тратит денег на свои желания, он захочет сдержать себя, и будет рад, когда у него будет не вина, а стыд, что гораздо более плодотворное переживание, которое непременно его вылечит, если он увидит его в себе и не подавит.

Такой взрослый живет в состо-

янии душевной целостности, он не конфликтует внутри себя. Его «хочу» сильное, зрелое, он добивается цели и получает удовлетворение. Если он хочет чего-то и

И «МОГУ»

понимает это, может это сформулировать, то дальше возникает простой вопрос: «а могу ли я»? Если «могу» - тогда все просто, сразу и делаю. А если «не могу», но действительно «хочу», тогда взрослый легко обращается за помощью к другим людям, и тогда «не могу» становится «мы смогли» к общему удовольствию.

Взрослый человек живет не по своим «хочухам», сиюминутным желаниям, а в соответствии с тем, что он считает для себя желательным в долгосрочной перспективе, в идеале - в перспективе вечной жизни. Таким образом, его воля начинает соответствовать воле Бога в отношении этого человека, и человек, молясь и рассуждая, старается ее понять и исполнить, как свое настоящее желание. Бог ему в этом помогает, потому что это и Божья воля, и все у этого человека получается. Он живет в согласии со своей совестью, и, когда он ошибается, он может исправить ошибку покаянием.

Итак, если вы замучились внутренними конфликтами «должна ли я?», «а я не могу, но все равно должна...» - попробуйте понять сначала: а хотите ли вы этого на самом деле? Что вы хотите, вы сами? Если хотите, поймите, можете ли вы это сделать - и решите вопрос о помощи. Если же вы думаете, что должны, но точно этого не хотите - вспомните, что вы взрослый человек и постарайтесь им стать, действуйте по своим, а не по навязанным решениям.

**Психолог
Екатерина Алексеевна Савина,
директор московского
реабилитационного центра
помощи при наркотической
и алкогольной зависимости
«Зебра»**

Фитотерапия



Полезный корень

На Руси хрен всегда уважали. Без него и квас казался некрепким, и соленые огурцы не ядреными. Кроме того, наши предки были хорошо осведомлены о лекарственных достоинствах этого жгучего корня, которые подтверждены современными исследованиями. Целебными свойствами обладают все части растения: листья, стебель и корень. В лечебных целях используют только свежий хрен, а не готовую приправу из тюбика или баночки.

Хрен обладает выраженным антибактериальным действием. Своей остротой хрен обязан содержащемуся в нем жгучему эфирному маслу и ферменту лизоциму, который действует на белковые оболочки микробов.

В ходе научных экспериментов было выявлено, что выделенный из хрена экстракт обладает также антираковыми свойствами и даже способен бороться с таким страшным заболеванием, как проказа. Из хрена получают пероксидазу - фермент, необходимый для диагностики ВИЧ-заболеваний.

Натертый на терке хрен, смешанный с лимонным соком, - отличный натуральный антибиотик. Принимая его за полчаса до еды, можно избавиться от насморка и гайморита. Тертый хрен - старинное средство от глистов. А компрессы из него - альтернатива горчице, причем эффективная настолько, что лечит не только кашель, но и хронический бронхит, а также радикулит, боли в мышцах и суставах. Полоскание водным настоем хрена помогают при ларингите и фарингите. Избавит от угрей маска из хрена со сметаной. Только, не забывайте, что держать ее можно не больше 3 минут.

Издавна полосканиями водным настоем хрена лечили от стоматита, гингивита, кровоточивости десен. В корнях хрена содержатся изотиоцианаты, препятствующие размножению бактерий, вызывающих кариес.

Следует помнить, что эфирные масла хрена способны сильно раздражать слизистые оболочки. Поэтому хрен противопоказан при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, а также нефрите.

Nî ààòù
î ò Êóèùøè

Как часто мы сетуем: «Не проходит кашель после простуды». Врач Анатолий Григорьевич Кульша дает проверенные рекомендации.

Молоко с медом

1 стакан молока подогреть, но не кипятить, добавить взбитый яичный желток, 1 чайную ложку меда, 1 чайную ложку масла.

Пить глоточками на ночь, перед сном 7-10 дней. Это укрепит силы после гриппа и простуды, поможет при кашле.

Картофельная грелка

Прекрасные результаты дают картофельные обертывания. Картофель в мундире, только что снятый с плиты, нужно растолочь и положить в полиэтиленовый пакет, обернуть тканью, положить на грудь и спину до остывания в виде лепешки до 2-3 см. на 30-40 минут. Такое прогревание дает хороший эффект при кашле, снимает боли в горле.

Девясил - девять сил

1 чайную ложку измельченного корня залить стаканом кипяченой воды на 8 часов. Принимать по 1/3 стакана в теплом виде до еды 3 раза в день 7-10 дней.

Фитотерапия

растворам предъявляют еще одно требование: они, как и полоскания, должны иметь щелочную среду, которую так не любят болезнетворные микробы. Поэтому к отварам лекарственных трав нужно добавлять немного соли или соды. Обычно длительность ингаляции не превышает 5-7 минут, в дальнейшем она становится неэффективной из-за слабой насыщенности пара противовоспалительными компонентами. После процедуры в течение часа нельзя есть, пить, а тем более курить - все это «смывает» осевшие на поверхности горла лекарственные вещества и делает ингаляцию бесполезной.

Аптечные леденцы от горла содержат различные антимикробные соединения, которые помогают справиться с воспалительным процессом, увлажняют воспаленную слизистую и облегчают тем самым процесс глотания, увеличивают выработку слюны, в состав которой входят десятки бактерицидов. Так что рекламируемые «Стрепсилсы», «Нео-ангины», «Себидины» и «Септолете» оказывают при простуде очень неплохую помощь.

Фитотерапевты рекомендуют пить по одной чайной ложке лукового сока 3-4 раза в день (предварительно разбавив его водой). Фитонциды лука оказывают хороший эффект при простуде.

Ольга Васильевна Уварова

Начинать лечить простуженное горло надо... с диеты. Это бессмысленное на первый взгляд утверждение содержит крупичице вековых знаний. Ведь поглощаемая пища, проходя через глотку, оказывает термическое и химическое воздействие



на воспаленную слизистую. Этим свойством пользовались еще древние врачи.

Например, придворный лекарь Людовика XV заставлял своего осипшего повелителя съедать пять сырых яиц в день. Утонченные французские аристократы запивали теплый перепелиный бульон подогретым красным вином.

Каждый сможет приготовить себе блюдо по вкусу, надо лишь придерживаться общих правил: питаться следует дробно, маленькими порциями, причем предпочтение нужно отдавать хорошо размельченным продуктам. Овощные пюре, слизистые каши, супы и кисели считаются идеальной пищей для больного горла. А вот острое, соленое и жареное надо исключить из повседневного рациона. Все эти продукты еще больше раздражают рыхлую поверхность ротоглотки и усиливают ее отек.

Большое значение имеет не только щадящая диета, но и питьевой режим. При больном горле

нужно выпивать как можно больше жидкости, которая увлажняет слизистую, а также «смывает» остатки разрушенных клеток и токсины, выделяются микроорганизмами. Врачи рекомендуют пропускать через себя не менее 2-2,5 литров в сутки.

Как лечить простуженное горло?

Многие из нас делают ошибку, пытаясь заглушить боль горячим питьем, температура которого приближается к точке кипения. Это неправильно: пить лучше теплую жидкость, которую можно отхлебнуть из чашки без предварительного об-

дувания. К тому же, нужно обращать внимание на кислотность выпиваемой жидкости. Дело в том, что сильноокислая среда способствует размножению микроорганизмов. Именно поэтому все напитки должны быть щелочными или иметь нейтральную реакцию среды. Это может быть простая вода, чай, какао, отвары лекарственных растений или ягодные нектары.

А вот соки из цитрусовых и ана-наса пить не рекомендуется: они создают благоприятные условия для жизнедеятельности «вредных»

бактерий. Кроме того, на время болезни надо отказаться от газированных напитков, которые отличаются большой агрессивностью.

Огромное значение придается полосканиям. Специалисты утверждают, что омыwać простуженное горло нужно как минимум 5-6 раз в день. Теплые настои не только удаляют пленку из микроорганизмов и токсинов, но и облегча-

ют процесс глотания. Если под рукой нет никакого лекарственного растения, то в стакане теплой воды можно растворить треть чайной ложки обыкновенной соли. Получившаяся смесь имеет щелочную реакцию и очень неплохо очищает воспаленное горло. Хорошо помогает и йодный раствор, нужно в стакан теплой воды добавить 3-4 капли йода и соды на кончике ножа.

Прекрасные результаты дают ингаляции, которые по своей эффективности не уступают специальным физиотерапевтическим процедурам. Надо сказать, что врачи не рекомендуют проводить ингаляцию только что кипевшей водой, так как горячий пар вызывает рефлекторное сужение глотки и кашель. Поэтому приготовленный раствор должен постоять не меньше 2-3 минут и остыть хотя бы до 85-90 градусов. К ингаляционным



«В конце октября в Коломне стартовала профилактическая программа вакцинации 12-13-летних девочек против вируса папилломы человека (ВПЧ), защищающей от рака шейки матки». Так бодро начинаются статьи в нашей прессе.

В «Медицинский вестник» обращаются родители девочек с вопросом о безопасности этого массового мероприятия. Они удивляются: «Неужели это необходимо для детей, ведь заражение происходит от больного только через половые пути, а иммунитет после первой прививки длится 5 лет, в 17 лет надо проводить ревакцинацию? Существует около 40 типов вируса папилломы, а прививают только от двух: вирусов типа 16 и 18, которые в 70% могут вызвать рак шейки матки, и не дается гарантия защиты даже от них».

Моя девочка воспитывается в целомудрии, а в группе риска - женщины, имеющие беспорядочные связи с мужчинами. Зачем мне давать согласие на прививку? Ведь «привить» целомудрие человеку гораздо важнее и эффективнее?»

Разобраться в этом вопросе мы пригласили детского врача, сотрудника Коломенского Православного Центра охраны материнства и детства «Жизнь» Людмилу Борисовну Дядюра. Вот что она нам рассказала: «Мы проанализировали литера-

туру о прививке «ГАРДАСИЛ».

По данным научных исследований, изложенным в руководстве

для врачей «Папилломавирусная инфекция. Клиника, диагностика, лечение» (издание Института моле-

вого состояния; в период вакцинации абсолютно противопоказано зачатие младенца у женщин.

Врач-эпидемиолог Коломенской детской больницы М.В.Куценко сказала в интервью корреспонденту газеты «Ять плюс» (№ 42 от 4 ноября 2008 г.): «В России вакцина зарегистрирована в 2006 году. Ее называют «бриллиантовой слезой» нашего здравоохранения, ведь мы вынуждены закупать ее за границей. Стоимость дозы - 5000 рублей, но для школьников средства выделяются из городского и областного бюджета. В группе риска - женщины, имеющие воспалительные заболевания репродуктивной системы, курящие (это провоцирующий фактор), а также те, кто рано начал половую жизнь и имеет много партнеров».

У родителей школьников может возникнуть вопрос: гарантирован ли положительный результат? Все данные об эффективности и экономической значимости вакцины будут известны через 10-20 лет, когда подрастут привитые девочки».

Не окажется ли тогда, через 20 лет, что целое поколение лишится репродуктивной функции, снизится рождаемость, или будут рождаться больные дети? Америка уже пережила трагедию, когда непроверенный препарат толидамид, который давали всем бере-

Вакцина «ГАРДАСИЛ». Нужна ли девочкам прививка?



- Что такое рак шейки матки?
- Зачем вакцинироваться?
- Кому необходимо вакцинироваться?
- Обеспечит ли вакцинация полную защиту от цервикального рака?
- Как долго защищает вакцина?
- Надо ли вакцинировать мальчиков или мужчин?
- Безопасна ли вакцина?

ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ ВПЧ И РАКА ШЕЙКИ



кулярной медицины Московской медицинской академии им. И.М.Сеченова. М.2008 г.) в разделе «Эпидемиология» указывается, что «частота инфицирования вирусом папилломы зависит от поведения женщины и распространена у ведущих активную половую жизнь с частой сменой партнеров, при этом мочеполювой тракт женщины превращается в «вирусный резервуар».

В инструкции к вакцине написано, что она не гарантирует полную защиту от вируса, женщина может заболеть раком, поэтому все равно необходимо регулярное обследование. Кроме того, если женщина заразилась вирусом, это вовсе не значит, что она заболеет, - в течение 2 лет при правильном образе жизни, происходит выздоровление.

Вакцина небезопасна, она может вызвать аллергическую реакцию от сыпи до тяжелого шоко-

вождаются головокружением, одышкой, болями в груди, потерей сознания,

✓ при высокой температуре тела (более 39 градусов С), особенно если она сопровождается судорогами,

✓ при внезапном появлении сильной одышки в состоянии покоя,

✓ при появлении сильной боли в животе, которая сопровождается повышением температуры тела, рвотой, холодным липким потом, задержкой стула, желтухой. Это - признаки болезней, для лечения которых нужна срочная операция: острый аппендицит, острое воспаление желчного пузыря, острое воспаление поджелудочной железы, кишечная непроходимость,

✓ при обезвоживании из-за частого поноса и неукротимой рвоты. Признаками сильного обезвоживания могут быть выраженная слабость, бледность и сухость кожных покровов, частый «нитевидный» пульс,

✓ при подозрении на кровотечение из желудка или кишечника - рвоте «кофейной гущи», угольно-черном стуле в сочетании со слабостью, головокружением, обмороком,

✓ при подъеме артериального давления выше 220/140 мм рт. ст. при отсутствии жалоб или выше 180/120 мм рт.ст. при наличии жалоб (головной боли, мелькания «мушек» перед глазами и др.)

✓ при внезапно развившемся отсутствии мочеиспускания.

КОГДА «СКОРАЯ» НЕ НУЖНА?

ПОМНИТЕ! Не следует обращаться в службу скорой медицинской помощи в слу-



чаях, когда самочувствие не представляет угрозы жизни. Необоснованно вызывая «Скорую помощь», вы невольно оставляете в беде другого тяжело больного человека, потому что к нему «Скорая помощь» может не успеть. Если вы нездоровы, но ваша жизнь вне опасности - запишитесь на прием к врачу или вызовите врача на дом.

Это важно знать

СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ НУЖНА ПРИ:

- тяжелых травмах,
- возникновении сильной сжимающей боли в груди (за грудиной), длящейся более 20 минут,
- отравлениях,
- наступлении клини-



Когда вызывать 03?

ческой смерти - остановке дыхания и кровообращения (в течение 5-7 минут после наступления клинической смерти человека еще можно вернуть к жизни),

- кровотечениях.

Вовремя оказанная медицинская помощь может спасти жизнь и сохранить здоровье человека. Помогайте другим - может случиться так, что и вам кто-нибудь поможет. Телефон для вызова бригады скорой медицинской помощи во всех городах и селах России - «03».

КОГДА НУЖНО СРОЧНО ЗВОНИТЬ «03»?

Итак, немедленно вызывайте «Скорую помощь», если:

- ✓ человек потерял сознание,
- ✓ отсутствует пульс и/или дыхание,
- ✓ у человека наружное кровотечение, которое не удается остановить,
- ✓ у человека серьезные телесные повреждения - травма с потерей сознания, травма головы, спины, грудной клетки, рук, ног, сопровождающиеся сильной болью и невозможностью встать или пошевелиться,
- ✓ вы подозреваете инфаркт или инсульт.

Кроме того, экстренный вызов «Скорой помощи» нужен в таких ситуациях:

- ✓ при появлении сердцебиения или внезапном замедлении пульса, которые сопро-

в природе существует несколько разновидностей мумиё, которые отличаются происхождением и эффективностью. Мумиё считается качественным, если при проверке плавает в воде, имеет горький вкус и острый запах, а при помещении в огонь издаёт характерный звук «бум-бум», образует вертикальное пламя. В настоящее время разработаны лабораторные методы контроля качества мумиё, в том числе, на содержание активных веществ.

Многообразие субстанций в мумиё сказывается на диапазоне его применения при различных недугах. Оно используется при заболеваниях мочеполювой системы (стимулирует и улучшает работу почек, особенно при наличии в моче белка, оказывает мочегонный эффект). Мумиё значительно повышает эффективность противотуберкулёзных препаратов, показано при учащённом сердцебиении, сердечно-сосудистой недостаточности, высоком артериальном давлении, бессоннице, потере аппетита, холецистите, гепатитах. Эффективно его применение при желудочно-кишечных заболеваниях (язвы, гастриты, гастродуодениты, кишечные расстройства и др.).

Мумиё разжижает желчь, предотвращая образование камней в желчном пузыре, способствует выведению мелких камней. Страдающим сахарным диабетом и регулярно принимающим мумиё требуется меньше антидиабетических препаратов. При смешивании мумиё с другими продуктами не образуются несовместимые сочетания.

Приводим несколько рецептов применения мумиё при различных заболеваниях

- 1. Болезни желудочно-кишечного тракта (язвенная болезнь, гепатит, гастрит, колиты), воспаления мочевого пузыря, задержка мочи.** По 1 капсуле 2 раза в день натощак в течение 25-28 дней. Повторный курс через 10 дней. При массе тела свыше 80, 90, 100 кг дозу на один приём увеличивают до 0,3; 0,4; 0,5г. соответственно.

- 2. Переломы костей, травмы грудной клетки, суставов, вывихи, ушибы, растяжения связок.** Трофические язвы, свищи, ожоги, порезы, ревматические поражения. Приём внутрь в дозе 0,2-0,5 г. и обработка поражённого места раствором мумиё. Курс лечения: 25-23 дней.

Комментарии врача

менным от безобидной головной боли, привел к тому, что у них родились дети без рук и ног.

Врачи обеспокоены тем, что вакцинация носит характер массового эксперимента на наших детях. В инструкции к вакцине написано: «Медицинский персонал обязан предоставить всю необходимую информацию по вакцинации и вакцине пациентам, родителям и опекунам, включая информацию о преимуществах и сопряженных рисках». Но полной информации пока ни у кого нет! Таким образом, маятник от полного доверия к врачу доходит до полного недоверия, и разумные родители отказываются от прививки своим дочерям».

Вот мнение профессора кафедры детских болезней Московской медицинской академии им. И.М.Сеченова Александра Борисовича Малахова: «Во всем мире не принято вакцинировать всех сплошь, это безответственно. Я не согласен с тактикой поголовной вакцинации - это мое мнение человека и специалиста».

«Медицинский вестник» дает эту информацию о вакцинации против вируса папилломы не для того, чтобы вызвать конфронтацию между медиками, а чтобы прийти к правильному пониманию решения вопроса о сохранении здоровья будущему поколению».

Природа лечит

- 3. Костно-суставной туберкулёз.** Приём внутрь по 0,2г 2 раза в день в течение 25 дней.
- 4. Тромбофлебит.** По 0,2-0,3г. в день в течение 25-28 дней.
- 5. Женское и мужское бесплодие.** Прием внутрь по 0,2-0,3 г 2 раза в день с соком моркови, облепихи или черники. Курс 25-28 дней.
- 6. Заболевания периферической нервной системы (радикулиты, плекситы,**

Что такое мумиё?

невриты, невралгии). Готовят 8-10-процентный раствор мумиё (лучше спиртовой), который втирают в болезненные участки в течение 5-6 минут. Курс 20 дней. При необходимости проводят повторный курс через 10 дней. При одновременном приёме препарата внутрь с молоком и мёдом отмечается быстрое снижение воспаления и болевого синдрома.

- 7. Экзема.** Лечат ванночками с водой, содержащей 5-6-процентный раствор мумиё. Одновременно мумиё принимают внутрь по 0,2 г утром и вечером перед сном в течение 25 дней. При необходимости лечение продолжают после 10-дневного перерыва. Вместо водной бани можно делать примочки с раствором мумиё, с добавлением сока облепихи или спирта.

- 8. Геморрой.** Мумиё назначают внутрь по 1 капсуле 2 раза в день. Кроме того, смазывают геморроидальные узлы смесью мумиё и мёда в соотношении 1:5. Смазывание поражённого участка необходимо продолжать 3-4 месяца с перерывом 30 дней. При запущенном геморрое излечение наступает через 4-6 месяцев. Хорошие результаты получают при смешивании мумиё с персиковым или коровьим маслом.

- 9. Пародонит.** Для полоскания рта разводят 1-2 капсулы (таблетки) мумиё в стакане воды, чтобы раствор приобрёл цвет крепкого чая. Курс лечения - 2-3 раза в день до исчезновения симптомов пародонита.

При приеме внутрь мумиё следует запивать молоком с водой с добавлением мёда.

Возможно, читатели поделятся своими рецептами лечения. Ждем ваших писем.

