

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

С Днем медицинского работника!



По доброй традиции, накануне профессионального праздника - Дня медицинского работника - в газету «Медицинский вестник» приходят письма с рассказами о медиках, со словами уважения и благодарности.

«Наши медики считают свою профессию своим жизненным предназначением. Раз и навсегда избрав путь - стоять на страже здоровья людей, они не изменяют ему на протяжении всей трудовой биографии.

Просим передать нашу благодарность врачам, акушерам-гинекологам, заведующей родильным домом Галине Евгеньевне Аксеновой, врачу Ирине Васильевне Фарберовой, акушерке Галине Владимировне Акашевой и все-всем сотрудникам. Благодарим за помощь, за участие. Это большое счастье в нашей жизни - рождение наших детей. Благодарим за высокий профессионализм, терпение. Хорошо, что Вы выбрали это дело, что Вы есть. Желаем помощи Божией, здоровья, благополучия Вашим семьям! С благодарностью, семьи Карпухиных, Исаевых, Локтевых».

«Многие годы лечат больных врач-кардиолог заведующая Коломенским кардиоцентром Светлана Петровна Плахова и ее коллеги. Они ведут прием всех, кто нуждается в профессиональной помощи и чуткости, в совете и консультации специалистов. Врачи всегда очень внимательны к своим пациентам. А еще им всегда можно доверять когда они назначают новейшие препараты и методы лечения. Мы рады лечиться у таких врачей, большое им спасибо и низкий поклон - не только за высокий профессионализм, но и за добрые сердца».

Выражают благодарность врачу-ревматологу Надежде Федоровне Кондратьевой, терапевту Людмиле Кирилловне Шориной, врачам онкологического отделения во главе с Ахилесом Герасимовичем Зафировым. «Они - настоящие профессионалы своего дела, - пишут нам авторы. - После посещения кабинета врача мне уже кажется, что и болезнь вроде бы отступила, и все не так уж страшно». «Этих медиков также отличает и душевная щедрость, сердечность, огромное желание

поддержать человека, оказать ему помощь. И мы от всей души благодарны им за это!»

«От всей души поздравляем врачей-эндокринологов Ольгу Викторовну Шарову и Светлану Николаевну Скирневскую. Благодарим за лечение, за душевный прием, доброту, за то, что все внимательно объясняют своим пациентам». Благодарят сотрудников Коломенской «Скорой» за профессионализм, сочувствие к больным, просят поздравить работников коломенских аптек, врачей детской больницы, школьных и дошкольных учреждений. (Из писем Р. С. Шориной, М.Н. Мурашовой, В.В. Радиной и др.)

Поздравляем всех медиков, научных сотрудников, всех, кто принимает участие в работе Общества православных врачей. Спасибо вам за ваш труд, за ежедневный подвиг, который вы совершаете, помогая больным, сохраняя здоровье людей, спасибо за щедрость души. Желаем вам здоровья, бодрости духа, помощи Божией в Ваших трудах, успехов, благополучия Вашим семьям.

«Медицинский вестник»

«Дарящему часть себя»

Православие и медицина

В Федеральном научном центре трансплантологии и искусственных органов имени академика В.И.Шумакова 29-30 мая 2013 года состоялся Первый российский национальный конгресс «Трансплантация и донорство органов».

Конгресс открылся замечательным событием в Научный центр российской трансплантологии - из Храма Христа Спасителя был передан Благодатный Огонь со Святой Земли.

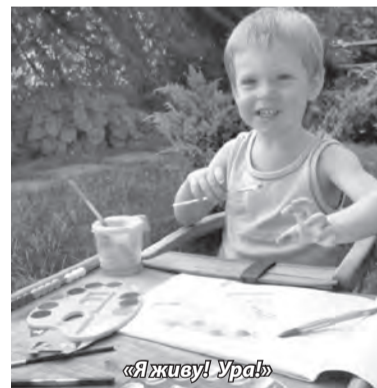
Для обсуждения серьезных общественно значимых тем форум собрал большое количество участников - руководителей органов государственной власти, ученых, врачей из многих регионов страны, представителей духовенства, неправительственных волонтерских организаций. На повестке съезда были такие важные вопросы как эффективное развитие отечественной медицинской науки, внедрение единых стандартов, подходов к оказанию трансплантологической



помощи, подготовка квалифицированных специалистов, использование лучших зарубежных практик. Самое пристальное внимание было уделено проблемам совершенствования законодательной базы, включая правовые, организационные и этические аспекты донорства и трансплантации органов.

Архиепископ Егорьевский Марк в своем выступлении прежде всего передал приветствие, благословение Святейшего Патриарха Московского и Всея Руси Кирилла и сказал: «Этот конгресс начался с замечательного духовного действия - принесения Благодатного Огня. В греческой традиции Благодатный Огонь называется «Святой Свет». Свет - это понятие, которое имеет глубокое духовное значение. Свет - это символ добра, мира, то, что прогоняет мглу, тьму греха».

На Конгрессе прошла торжественная церемония награждения доноров почетными дипломами и медалями «Дарящему часть себя». Владыка Марк поделился своими впечатлениями: «Современная медицина немислима без трансплантологии. Иногда пересадка органов является единственным способом сохранить человеку жизнь. Мы видели сегодня удивительные лица



людей, которые помогли своим близким выжить только потому, что они согласились отдать часть себя. Православная церковь в принципе не имеет ничего против трансплантации органов. Сама по себе идея отдать свой орган, чтобы ближнему была сохранена жизнь, является благородной целью, это идея жертвенной любви, пример которой показал нам Иисус Христос».

В условиях значительного дефицита донорских органов трансплантация от здорового родственного донора зачастую является единственным возможным методом лечения пациентов с необратимыми заболеваниями печени и почек.

Программы родственной трансплантации активно реализуются во всем мире, в ФНЦТИО ежегодно проводится более 100 операций. Одним из основополагающих принципов родственной трансплантации является отсутствие отрицательного влияния на здоровье и качество жизни родственного донора.

Как сказал Директор Центра трансплантологии и искусственных органов академик РАМН Сергей Владимирович Готье, награждение доноров - это ежегодная традиция, которую медики проводят как акт признательности самоотверженным людям, отдавшим своим близким часть печени или почку.

ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ



Стр 2
ЧУДО
СВЯТОГО
ЛУКИ
(ВОЙНО-
ЯСЕНЕЦКОГО)



Стр 3
НА ВОПРОСЫ
ОТВЕЧАЕТ
ПРОФЕССОР
А.С.БЕЛЕВСКИЙ,
ГЛАВНЫЙ
ПУЛЬМОНОЛОГ
Г. МОСКВЫ



Стр 4
С ДНЕМ
СВЯТОЙ
ТРОИЦЫ
Стр 4
СВЕТ ДЛЯ
ЖИЗНИ





В документальном фильме «Сильнее смерти. Молитва», вышедшем на телеканале «Россия», звучит музыка Назара Стадниченко. Он не только пишет музыку, но и играет на фортепиано... Это кажется невероятным для всех, кто знает его историю. Мальчику, мечтавшему стать пианистом, ампутировали два пальца руки, а они... выросли... Один из сюжетов фильма посвящен чуду его исцеления по молитвам святителя Луки. Назар рассказал корреспонденту «ИА Мед-Пресса» свою историю, произошедшую с ним в 10-летнем возрасте в 2001 году.

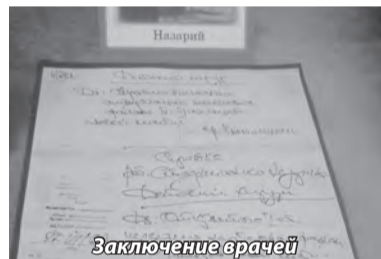
— В Феодосии, где мы гостили у бабушки, я пошел гулять с друзьями. Хлопнул дверью и начал спускаться по лестнице. Спустился на один пролет — поворачиваю голову и вижу на стене красные капли. И тут в мозгу у меня срабатывает, что вроде бы ничего не было такого, а откуда появилась кровь? Тут мой взгляд падает на левую руку, и я вижу, что у меня обрублены первые фаланги третьего и четвертого пальцев. И в тот же момент стала болеть рука. Видимо, был какой-то болевой шок. Я сразу начал звонить в дверь соседям, маме. Приехала скорая помощь. Меня прооперировали. Многие пишут, что была ампутация, и пальцы пришили. Нет,

в том-то и дело, что не пришивали. Железный дверной замок полностью размогзил фаланги. Их даже негде было искать. Были обрубки, которые просто зашили.

Мама постоянно спрашивала врачей, как сын будет играть на фортепиано. Может, протезы какие нужны. Врач говорит: «Я сделал то, что от меня требовалось, зашил и

Чудо Святого Луки

все. Ну, ходите на перевязку». Так как я пианист, и всю жизнь хотел заниматься музыкой, для меня это было ужасно. Когда это все случилось, первая моя мысль была: «А как я буду играть на фортепиано?» Для меня дико было, что я больше никогда не подойду к инструменту, не сяду за него. Но моя семья была верующей. Мама ходила в церковь, и в той церкви, где меня крестили, одна знакомая женщина сказала, что можно попросить святого Луку о помощи, чтобы боли поменьше было, заживление шло побыстрее. Его мощи находятся в Симферополе — недалеко от Феодосии, и мы поехали туда. Я приехал к мощам. А мама приложила к моей руке иконочку Святого Луки, чтобы уменьшить мои страдания, купила святое масло и мазала им мои пальцы. Я своей детской молитвой молился: «Святой Лука, я не знаю, что ты там будешь делать, но я хочу играть на фортепиано, и все!»



Процесс заживления шел быстро. Примерно на третьей перевязке врач сказал маме: «Я не знаю, почему, но у него начинает расти кость, появляться ноготь. Я не могу

понять, что это такое. Если бы ногтевая фаланга осталась, ноготь мог бы вырасти, но кость никак не может расти». Каково же было его удивление, когда на протяжении трех недель у меня полностью восстановились пальцы! Они выросли заново,

причем, без всякого изъятия! Мама рассказала врачу о Святом Луке, но врач был в недоумении, так как был неверующим. Решил объяснить все с точки зрения науки. Он сам неоднократно говорил, что прекрасно понимает, что такого быть не может. Тем не менее, кость выросла.



Тогда о журналистах и речи не было, но в храмах рассказывали об этом чуде со мной, и люди узнавали.

Меньше чем через год после операции на фортепианном конкурсе «Североморские затишья» я занял II место. Мама поехала в Свято-Троицкий женский монастырь Симферополя и заказала благодарственный молебен у мощей Святого Луки. Она привезла копии диплома и медицинских документов, мою фотографию, на которой я держу чудотворную иконку Святого врача уже совершенно здоровой рукой. Именно благодаря этой фотографии в журнале я и смог познакомиться с архимандритом Не-

11 июня — память святителя Луки

ктарием (Антонопулосом), игуменом греческого монастыря Преображения Господня Сагмата. Я очень благодарен Богу за чудо исцеления по молитвам святителя Луки и за знакомство с таким замечательным и добрым человеком, как отец Нектарий. У моих родителей как военнослужащих — вторая форма допуска, и им нельзя выезжать за границу. В 14 лет я самостоятельно объехал всю Грецию, был на многих островах. И на Кипре был.

Но все это идет от святого Луки. Столько совпадений! Я родился в Черкассах, где родители святого Луки жили с семьей старшего сына Владимира. В Феодосии меня крестил в храме тот батюшка, которого рукополагал в священники сам владыка Лука. Именно в этом храме мама и узнала об этом святом. Конечно, встреча с отцом Нектарием очень много мне дала. Благодаря ему я познакомился с внучкой святителя Луки Татьяной Войно-Ясенецкой, которая живет



в Одессе. Это потрясавший человек. Мы с ней очень подружились и часто общаемся. Таня — врач-анестезиолог, а ее муж Сережа — врач-патологоанатом. Я ездил в Грецию с разными группами детей четыре года подряд, а потом просто стал приезжать в монастырь Сагмата, где у меня уже есть своя келья. В часовне, освещенной в честь Святого Луки, отец Нектарий создал музей. Здесь есть митра владыки, частица его мощей, чудотворная икона, киот с дарами от благодарных верующих, получивших помощь архиепископа-хирурга.

Фитотерапия



Козлятник - Галега лекарственная Galega officinalis L., растение семейства бобовые. Название образовано от греческого «gala»-молоко, «agein»-источать. Народные названия: козлятник, вика (люцерна) дикая, козьяк, рутка, рутовка. Для лечебных целей используют траву, которую заготавливают в период цветения в июне-августе.

В стеблях и листьях галеги обнаружены аскорбиновая кислота (витамин С), рутин (витамин Р), каротин (провитамин А). Главным действующим веществом признан алкалоид галегин. Галегу причисляют к ядовитым растениям, поэтому её дозировка строго ограничивается. Лучше использовать галегу по рекомендации врача и регулярно контролировать уровень глюкозы в крови.

По данным Всероссийского научно-исследовательского института лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР) препараты козлятника, обладая инсулиноподобным действием, понижают содержание сахара в крови, регулируют работу поджелудочной железы, ее островкового аппарата, восстанавливают чувствительность к инсулину. Обладая гипополипидемическим действием снижают холестерин (уровень триглицеридов, суммарное содержание липопротеинов низкой и очень низкой плотности). Таким образом, галега защищает внутренние органы от осложнений сахарного диабета, предупреждает атеросклероз.

Растение обладает анаболическим эффектом (увеличивает рост мышечной массы) при общем истощении, невращении, после утомительных физических нагрузок. Оказывает антибактериальное, потогонное и глистогонное действие.

Применяется молодыми мамами для увеличения количества молока.

Показания к применению: Сахарный диабет I и II типа, предрасположенность к сахарному диабету. Отеки, нарушения водно-солевого обмена. Недостаточная лактация. Гельминтозы.

Настой галеги: 1/4 чайной ложки измельченной травы залить 1 стаканом кипятка, настоять 15 минут, процедить. При диабете принимать по 1/2 стакана 2 раза в день во время еды. Для улучшения лактации женщина должна пить настой за полчаса до приема пищи по 1 столовой ложке 2 раза в день. Рекомендуемый курс лечения — 15-20 дней.

Галега входит в состав лекарственных сборов, рекомендуемых при сахарном диабете: смешать траву галеги 1/2 ч.л., створки стручков фасоли 2 стол.л., корень одуванчика 2 стол.л., листья крапивы двудомной 2 стол.л. 1 стл. полученной смеси залить 1 стаканом кипятка, настоять полчаса. Пить настой дважды в день по 1/2 стакана перед едой.

При кожных проблемах, в частности экземах и дерматозе, составляют следующую сложную смесь из измельченных компонентов: Галега (травы) — 1/2 чайн. лож.; Черника (листья) — 1 стол. лож.; Листья березы бородавчатой — 0,5 стол. лож.; Вахта трехлистная — 1,5 стол. лож.; Фиалка трехцветная — 1 стол. лож.; Рыльца кукурузы — 1 стол. лож.; Тысячелистник — 1 стол. лож.; Пустырник пятилопастный — 1 стол. лож.

2 стол.л. сбора заливают 500 мл кипятка. Настаивают 15 минут. При приеме отвар должен быть теплым. Пьют по полстакана 1 раз в день за полчаса до приема пищи.

Противопоказания к применению галеги: беременность. Применение галеги рекомендуется отменять при нарушении функций кишечника. С осторожностью применяйте галегу при гипертонии и гипотонии (может вызывать колебания артериального давления).

«Брат пьет. У нас уже нет никаких сил...»

А.Н.г. Коломна.

Окончание, начало в №5
Очень важно не отрезаться от человека, даже если он уже превратился в горького пьяницу, и, следовательно, не соглашаться на его погубель — это поможет не терять надежды.

Нужно удерживать себя в разумных границах, когда следишь за человеком в период очередного запоя. Алкоголики лживы и изворотливы, они становятся великими артистами и виртуозами, когда одержимы одним стремлением — напиться до беспамьятства. Их можно удержать на 1-2 дня, даже на неделю, но если они «не допили», их тяга к алкоголю не утолилась, — то все равно, усыпив бдительность родных «примерным поведением» или, напротив, устраивая скандалы, они улучат момент, чтобы «догрузиться». Запой нередко бывает многодневными, а то и многомесячными с небольшими перерывами.

Поэтому важно вовремя почувствовать собственное перенапряжение при длительном наблюдении за пьющим, соблюдая меру по его «отсуживанию», чтобы самому не надорваться, ведь иначе не удастся быть ему полезным, когда это будет по-настоящему нужно. У многих людей при одном виде более или менее пьяного человека нередко проявляются отвращение и брезгливость. Но, однако, надо иметь в виду, что подобный настрой может привести к трагедии — физической и душевной гибели подверженных страсти винопития, хотя при другом подходе — более милосердном к ним отношении — возможен другой исход. Ни одного пьющего человека нельзя считать «конченным», от которого напрасно ждать исправления и за которого бесполезно молиться. Пока есть любящие и молящиеся — всегда остается надежда на его спасение.

В действительности никто не может считать себя в безопасности от этой беды — беды пьянства. Вспомним хотя бы случай из жизни преп. Серафима Саровского, предсказавшему одному подполковнику, что он несколько лет будет горьким пьяницей, хотя в то время он имел много замечательных талантов, которые использовал всегда во славу Божию. Преп. Серафим в ответ на его смущение сказал: «...Господь попускает иногда усердным к Нему людям впадать

в такие ужасные пороки: и это для того, чтобы они не впали еще в больший грех — высокоумие. Испытание твое пройдет, по милости Божией. И ты смиренно будешь проводить остальные дни своей жизни: только

С терпением и надеждой



не забывая своего греха». Этот случай наглядно показывает, насколько велика человеческая немощь. Было бы крайне дерзко говорить: «Никогда этого со мною не будет!» Не будет, если только оградит и не попустит Всевышний.

Все это говорится для того, чтобы лишний раз напомнить о необходимости беречься от презрения. Потому что даже горькому пропойце нужен пусть один человек, который бы верил, что он не совсем пропащий, и радовался бы его исправлению, желая видеть его нормальным, а не добивал бы своим равнодушием или злобой. Нельзя забывать, что роль близких, роль семьи в помощи избавления от пьянства довольно велика. Ведь и у алкоголиков бывают «просветы», в которые они осознают, насколько могут, до чего же дошли и какую боль доставляют родным людям.

Поэтому надо, чтобы им было на кого опереться, кто мог бы поддержать в них спасительную мысль порвать с пьянством. И сколько таких брошенных пьяниц, наложивших на себя руки — именно потому, что они оказались никому не нужными, которым некому было протянуть руку помощи. А ведь известно, что попытки суицида у хронических алкоголиков, которым уже почти

Советы православного нарколога

явно является бес или слышится «голос», бывают даже когда у них есть какая-то привязанность в этом мире. Враг внушает им, что они не смогут уже освободиться от этой страсти, чувство вины, острое омерзение к себе, раскаяние за страдания, приносимые близким, но раскаяние не благое, ведущее к изменению жизни в лучшую сторону, а пагубное, принуждающее наложить на себя руки. Но терпя и любя, этих людей возможно удержать и даже вытянуть из рва конечной гибели.

Но, что же делать с теми, кто не помышляет бросить пьянство или их намерения не идут дальше слов? Хотелось бы еще раз повторить: не помогут никакие «подшивания», кодирования, молитвы, умные книжки, если человек не возьмется сам за изгнание из себя этой страсти, не проявит искреннего желания себя преодолеть. Нужно начать прежде самому, а Бог пошлет молитвенников и споспешествует в борьбе за трезвость.

Апостол Иаков пишет: «С великою радостью принимайте братия моя, когда впадаете в различные искушения, зная, что испытание вашей веры производит терпение; терпение же должно иметь совершенное действие, чтобы вы были совершенны во всей полноте, без всякого недостатка. Если же у кого из вас недостает мудрости, да просит у Бога, дающего всем просто и без упреков, — и дастся ему» (Иак. 1, 2-5). А мудрость для жизни с человеком, страдающим страстью пьянства, действительно нужна. Апостол Павел писал ефесским христианам: «умоляю вас поступать достойно звания, в которое вы призваны, со всяким смиренномудрием и кротостью и долготерпением снисходя друг ко другу любовью, стараясь сохранять единство духа в союзе мира» (Еф. 4, 1-3); в другом месте: «снисходя друг другу и прощая взаимно» (Кол. 3, И). Любовь, умение пересилить свое раздражение бывают порой необыкновенно действенны, достигая того, чего невозможно добиться силой.

По материалам «Медицина и Православие в борьбе против пьянства» подготовила врач-нарколог Ксения Анатольевна Гаврева.



ющим кафедрой пульмонологии Российского Государственного Университета Дружбы народов. Известный профессор рассказывает о редких заболеваниях легких и ответил на вопросы врачей.

-Андрей Станиславович, что необходимо для профилактики пневмонии?

-Лучше ничего не придумано, чем общая физическая нагрузка. Во время тренировочной физической нагрузки происходит увеличение вентиляции легких, открываются капилляры, кровь в большем количестве поступает в те участки, которые плохо вентилировались, в них поступают иммуноглобулины, факторы защиты и человек не заболевает воспалением легких.

-Эффективно ли пребывание в климатической зоне?

-Куда мы направляем своих пациентов? Правильно, на Южный берег Крыма. Есть еще поселок Эльбрус в Карачаево-Черкесии, го-

родок Феогдон под Владикавказом. (Я был очевидцем, когда привезли туда детей с приступом бронхиальной астмы в пятницу, а в понедельник они уже были здоровы); в шахту г.Березняки в Пермской области. Разные места объединены одной климатической характеристикой: безмикробный воздух, без-

аллергенная среда. В Крыму: инсоляция, море, горная гряда, защищающая от пыли при цветении степных трав. Такой климат дает время защитным силам бронхов восстановиться.

-Каков срок пребывания на курортах?

-Чем дольше, тем выше эффект. Не менее месяца. За это время проходят воспалительные явления, восстанавливается эпителиальная выстилка бронхов.

-Правы ли врачи, когда советуют родителям ребенка с аллергией поменять климатическую зону для проживания?

Вести из Общества православных врачей

-Да, для ребенка – это самое лучшее.

-В чем заключается лечение в климатической зоне?

-Просто в пребывании. Хорошо заниматься тренировочной физической нагрузкой, ходьбой, прогулками по терренкуру.

-В какое время года предпочтительнее там побывать?

-Нет серьезных ограничений. Если необходима повышенная инсоляция – выбирают летний период. Из наших регионов лучше удалиться весной и осенью.

-Как Вы относитесь к кондиционерам, говорят, они вредны?

-Кондиционер должен эксплуатироваться по регламенту: промывка, смена фильтров. На каком-то этапе, загрязненность их становится критичной. При соблюдении всех инструкций, ничего вредного не произойдет.

-Наступило время полинозов.

Как защитить себя от пылицы растений?

-Надо, в первую очередь, защитить слизистую носа. Самое хорошее средство – растительное масло. Утром, до выхода из дома, смажьте полость носа маслом. Вечером промойте нос от попавшей пылицы. Масло защитит ваш нос от проникновения аллергенов. Есть еще назальный «Назоваль-спрей» с микроцеллюлозой, покрывающей тонкой пленкой слизистую. Для аллергиков самое эффективное средство – ношение маски.

Лекция и ответы на вопросы вызвали большой интерес слушателей. Мы надеемся, что встречи православных врачей с профессором А.С.Белевским в Коломне продолжатся. Поздравляем профессора А.С.Белевского и его коллег с Днем медицинского работника и желаем новых творческих успехов.

«Медицинский вестник»

18 мая 2013 г., в Конференц-зале Свято-Троицкого Ново-Голутвина женского монастыря состоялась Медицинская конференция Общества православных врачей имени святой блаженной Ксении Петербургской г.Коломны. Медики встретились с главным пульмонологом Департамента здравоохранения г.Москвы, профессором, д.м.н. Андреем Станиславовичем Белевским, заведу-

«Болит сердце, периодически повышается давление, плохо с памятью. Врачи не знают, как меня лечить, мне плохо от таблеток». М.П.Руднева, 65 лет, г.Коломна.

Нарушение памяти, головокружение, боли в сердце, аритмия, повышение артериального давления – таковы основные признаки атеросклероза сосудов головного мозга. Для лечения обычно назначают гипотензивные, сосудистые, успокаивающие лекарства. Число их доходит порой до 7-8 наименований.

Известный фитотерапевт Е.Ф.Иванова советует принимать травы, можно в составе сердечно-сосудистого сбора:

Трава пустырника: успокаивает центральную нервную систему лучше, чем валерьяна и бромиды, замедляет ритм сердца и увеличивает силу сердечных сокращений (эффект бета-блокаторов, которые обычно назначают при стенокардии), понижает кровяное давление.

Плоды боярышника: Тонизирует сер-

Лечение без таблеток

дечную мышцу, усиливает кровообращение в коронарных сосудах сердца и сосудах мозга, устраняет тахикардию и аритмию, снимает боли в сердце, снижает кровяное давление.

Цветки клевера: применяются при атеросклерозе, сопровождающемся головными болями и шумом в ушах, так же при упадке сил, малокровии. Цветки ландыша: при сердечной недостаточности, при аритмии и экстрасистолии.

Зверобой: при расстройстве деятельности нервной системы, бессоннице, это растительный антидепрессант, стимулирует работу сердца, также улучшает работу печени, предупреждает образование камней в желчном пузыре.

Листья берёзы: при атеросклерозе,

уменьшает сердечные отеки, оказывая мочегонное действие. **Донник:** содержит

дикумарол, который снижает вязкость крови и замедляет её свертываемость. Профилактика инфаркта и инсульта, применяют при лечении тромбоза, мигрени, климактерическом синдроме.

Корень одуванчика: очищает кровь, уменьшает количество холестерина в

крови.

Мята: при стенокардии вместе с валерианой вызывает рефлекторное расширение коронарных сосудов. **Чабрец:** содержит эфирные масла, которые действуют бактерицидно. Применяют при недостаточном пищеварении, при вздутии кишечника, а также при бессоннице и неврозе.



Письма наших читателей

Корни лопуха: Общее очищающее действие: отложение солей, подагра, камни в почках и желчном пузыре. **Земляника:** листья и ягоды: при повышенном артериальном давлении крови, обладает мочегонными свойствами и выводит холестерин.

Календула: через действие на нервную систему, понижает её рефлекторную возбудимость и уменьшает сердцебиение при гипертонической болезни. **Шиповник:** поливитаминное растение: содержит витамины В, С, К, Р, которые обладают мощным противовоспалительным действием.

Взять по 1 столовой ложке каждого измельченного растения. К полученному сбору добавить 2 стакана раздробленных плодов шиповника. Перемешать. Заварить в термосе на ночь из расчёта: сбора 1 столовая ложка с горкой на 2 стакана кипятка. Утром процедить и принимать по полстакана настоя 3 раза в день за 15 минут до еды. Курс лечения 1 месяц.

Привычки надо исправлять

«Что делать с бессонницей? Ни фенотепам ни корвалол уже не помогают? Из-за хронических запоров принимаю на ночь слабительные, что тоже создает проблему со сном. У меня пониженное давление и с утра мне необходимо пить кофе, а еще врач посоветовал принимать женьшень» Р.Т.г.Луговицы.

Нарушение сна – обычное явление как при гипертонии, так и гипотонии.

Нередко гипотоникам для повышения давления назначают настойку элеутерококка (по 30 капель) или женьшеня. Обычная дозировка женьшеня: утром по 4 капли, добавляя по одной в день

«Едем отдыхать на юг, часто в новых условиях как у детей, так и у взрослых появляется нарушение стула. С чем это связано и как лечить?» Р.К.г.Коломна

Понос может развиваться от того, что желудок откачивается от какой-либо несовместимой пищи, реагирует на воду в новой местности.

Понос может быть также признаком серьезной болезни. Если понос не прекращается и сопровождается тошнотой, головной болью, коликами и, если в стуле появилась слизь, кровь или он имеет зеленоватый цвет, необходима медицинская помощь.

Для лечения имеется много народных средств. Те, кто страдает поносом, должны быть очень внимательными к своей диете. Большую часть диеты должны составлять слабо прокипяченный рисовый суп, сухое картофельное пюре, все густые овощные супы,

до 15, а затем в обратном порядке, снижая до 4. У некоторых людей организм нормально переносит дозу, а для других это оказывается передозировкой. Нарушение сна с цветными ночными видениями, повышенная раздражительность, головокружение, – всё это свидетельствует о передозировке тонизирующих средств. Пора снижать лекарственную нагрузку. Кроме того, надо помнить, что адаптогены не принимаются в жаркое время года.

В пожилом возрасте часто поверхностный, с просыпанием сон принимают за бессонницу. И спешат принять снотворное, например, феназепам. Утром человек

за исключением капустного. Хлеб можно употреблять в виде сухого ломтика. Людям со «слабым кишечником» всегда рекомендовалось использовать в диете чеснок – по меньшей мере 1 раз в день.

Чай, крахмал, рис...

Хорошо при диарее помогает спиртовая настойка прополиса. Ее следует принимать по 25 капель, разбавленных в 0,5 стакана воды.

Отвар коры дуба готовят из расчета 0,5 ст.л. измельченной коры дуба на 1 стакан кипятка. Кипятят 30 минут, охлаждают 10 минут. Пьют по 2 ст.л. 3 раза в день. Обладает вяжущим свойством за счет присутствия танина. Таким же свойством обладает и крепкий черный чай.

Тем, кто часто страдает от поноса, рекомендуется всегда иметь под рукой настой из внутренних

с трудом открывает глаза, целый день его клонит ко сну, он раздражен и боится, что не сможет заснуть вечером. И всё повторяется снова, причём дозу приходится наращивать.

Регулярно принимая корвалол и другие препараты, содержащие барбитураты, человек впадает в зависимость, вредит себе, разрушая мозг и печень.

Намного полезнее при нарушении сна воспользоваться природными растительными средствами, например, приготовить успокаивающий фиточай из трав, взятых в равных пропорциях: пустырник, валериана, синюха, хмель, пион, ромашка, Melissa. Способ приготовления: 1 столовая ложка сбора залить 2 стаканами кипятка. Настаивать в термосе 8 –

частей грецкого ореха на водке. 3 ст.л. внутренних частей ореха на 500 мл водки, настаивать в теплом месте в течение 12 дней, а затем процедить. Принимать по 2 ст. л. при первом признаке поноса.

Отвар зверобоя готовят из расчета 1 ст.л. травы на 1 стакан кипятка. Принимают по 0,3 стакана отвара 3 раза в день за 30 мин до еды.

Готовят настой шишек ольхи из расчета 1 ст.л. сырья на 1 стакан кипятка, принимают по 1 ст.л. 3-4 раза в день. Плоды черники применяют как вяжущее средство в виде настоя, отвара (1 столовую ложку на стакан кипятка) или черничного киселя.

Плоды черемухи при поносе применяют в виде отвара или настоя (1 ст.л. на 1 стакан воды, по 0,25-0,5 стакана 2-3 раза в день).

Хорошо и быстро помога-

10 часов. Пить по 1/2 стакана вечером и на ночь.

С возрастом замедляется работа кишечника, это может привести к запорам. Химические слабительные могут быть эффективны, но тяжелы для организма. Эффективное средство от хронических запоров – прием отрубей с пищей, прием воды натощак, масла расторопши или оливкового масла (1 стол. л.), а также слабительная смесь: 1 пачка коры крушины, 1 флакон холосаса, 1 стакан изюма. Крушину и изюм вскипятить в литре воды 30 минут на медленном огне. Остудить, процедить через два слоя марли. В отвар влить холосас. Пить по столовой ложке 3 раза в день за 15 минут до еды. Хранить в холодильнике.

Рецепты Елены Федоровны Ивановой

ет при поносе крахмал. 1 ч.л. картофельного крахмала залить 0,5 стакана кипяченой воды комнатной температуры, хорошо размешать и выпить за один прием. 3 раза в день.

При поносе утром и вечером принять стакан водного раствора марганцовки. Раствор должен быть светлым. Обычно однократного приема достаточно, чтобы понос прекратился.

Чайную чашку недробленого риса залить 7 чашками холодной воды. Кипятить на медленном огне до полной готовности риса. Полученный отвар без риса давать по 1/2 стакана (ребенку при поносе в теплом виде по 1/3

стакана) каждые 2 часа. Надеемся, что эти простые рецепты пригодятся Вам. Но лучше не болеть, мойте руки перед едой. Хорошего отдыха!





В ДЕНЬ СВЯТОЙ ТРОИЦЫ поздравляем с престольным праздником сестер Свято-Троицкого Ново-Голутвина монастыря, настоятелей и клириков храмов в честь Пресвятой Троицы г. Коломны и Коломенского района, прихожан, читателей газеты и всех православных христиан!

Через глаза наши проникает свет, через глаза наши познаем мы этот свет. Это все знают и все понимают. И наукой изучено, что происходит в глазу и в мозгу, когда действует на глаз свет.

Но наука совсем не знает того, о чем сказал нам Господь Иисус Христос: «Если око твоё будет чисто, то все тело твоё будет светло».

Как это понять? Почему и как все тело чело-

во энергии света. Это то, о чем говорит Господь наш Иисус Христос, это то, сущность чего мы не понимаем.

Господь говорит, что если глаза наши плохи, не видят света, то все тело наше будет темным. Посмотрите на несчастных слепых. Вы знаете, что облик их, все тело их не похоже на облик зрячих людей. Знаете, что тело их поникшее, движе-

Святитель Лука

И в эти слова нам надо вникнуть. Я только что говорил вам, что души и тела святых светятся Божественным светом. А есть несчастные люди, совсем лишённые этого духовного света. И подобно тому, как в солнечных лучах содержатся красные, голубые, фиолетовые лучи, так разные люди бывают носителями различного света.

Красным, как кровь, светом пронизаны тела убийц, злодеев, проливающих кровь. Голубым и фиолетовым светом сияют сердца и тела просто добрых людей. Есть и сумеречный свет, которым пронизаны тела и души людей, всецело преданных заботам и страстям века сего. Нет света истины и любви в телах их.

Слава Богу, тела их не пронизаны страшным красным светом, но нет в них и яркого солнечного света. И только изредка, когда Господь посетит их милостью Своей, пошлав им несчастье и страдание для того, чтобы остановить их на суетном пути, чтобы заставить задуматься и оценить свою жизнь, тогда в сердце их появляется святое покаяние, тогда сумеречный свет души их на время вспыхивает ярким светом.

Есть люди, лишённые всякого света, души которых всегда пребывают во тьме. Кто же эти несчастные? Это все ожесточенные враги Божии, все восставшие на Христа, все, проникнутые духом гордости. Многие из них думают, что они носители света, потому что обладают большим образованием. Но они глубоко ошибаются: никаким светом они не светятся, а пребывают в вечной тьме. Все тело их темно, все помыслы, которые считают они глубокими, светлыми, — темны и лишены истины, потому что истина только в Боге, как сказал Господь Иисус Христос: «Аз есмь Путь и Истина и Жизнь». Кто отвергается Его, тот отвергается самой жизни. Вот об этих несчастных, которые не светят никаким светом, и о тех злодеях, которые пронизаны красным, как кровь, светом, Господь сказал: «Итак, если свет, который в тебе, тьма, то какова же тьма?».

Если ты сам темен, то все видишь в темноте, тебя окружает великая духовная тьма, ибо духовный свет не носишь ты в сердце и уме своем и думаешь, что ты зрячий, а на самом деле — темен и слеп.

Господь Иисус Христос сказал книжникам и фарисеям после того, как исцелил слепорожденного, что если бы они были поистине слепы, то это еще не было бы бедой; но так как они считают себя зрячими, то горе им, ибо не понимают они, что пребывают во тьме кромешной, и называют себя учителями народа и берутся учить людей.

Будем же всею душою тянуться к свету Христову, чтобы не объяла нас вечная тьма

Святитель Лука (Войно-Ясенецкий)
15 июля 1945 г.



Святитель Лука (Войно-Ясенецкий)

Свет духовный

О свете обычном, о свете солнечном, Господь сказал нам для того, чтобы показать разницу между этим светом и другим светом — духовным.

Светом души, светом чистого ума светится все существо людей добрых, чистых и святых. И для слепых телесно есть гораздо больше возможностей воспринять этот Небесный свет, свет духовный, чем для людей зрячих. Для многих слепых их тяжкое несчастье оказывается великим благодеянием, т. к. ничем не развлекаемые, ничего суетного не видящие, глубоко сосредоточенные, они смотрят в свое собственное сердце, наблюдают за каждым движением его, а такое наблюдение дает людям свет духовный. Все святые всегда были погружены в созерцание своего сердца, и великим духовным светом светилось все существо их.

Стремиться к свету

Что же дальше говорит Христос? «Итак, если свет, который в тебе, тьма, то какова же тьма?»

Свет для жизни

века зрячего становится светлым, светлым с головы до ног?

Ведь мы же не видим, что наши тела излучают свет. А Господь говорит, что все тело наше может быть светлым. Господь говорит то, чего наука не понимает, Господь открывает нам тайну бытия, Ему Одному, Творцу Мира, ведомую. И надлежит нам вникнуть в смысл этих удивительных слов Господа Иисуса Христа.

Свет солнечный

Вы видели радугу на небе. Вы все знаете, что блещет она различными цветами — зеленым, желтым, красным, фиолетовым. Что такое радуга? Радуга возникает вследствие преломления солнечного света в облаках. Проходя через облака, солнечный свет, который нам кажется белым, разлагается на свои составные части. И узнаем мы, что он содержит в себе те дивные цвета, которые видны в радуге.

Белым нам представляется солнечный свет потому, что все эти цветные лучи смешиваются. Но те, кто изучал физику, знают больше. Они знают, что не только облака небесные могут преломлять и разлагать на отдельные лучи солнечный свет, но что если луч солнца пропустить через стеклянную призму, то мы увидим полосу, состоящую из различных цветов. И в этой полосе, которая называется солнечным спектром, содержатся не только те видимые лучи, которые мы знаем по их цвету, но и еще очень многие другие, невидимые лучи.

Некоторая часть этих невидимых лучей уже изучена наукой, но большое количество других неведомых лучей остается неисследованным и непонятным. Мы знаем, что те лучи, которые мы не видим, но которые содержатся в солнечном свете, действуют на наше тело. И потому, когда слышим мы от Господа Иисуса Христа, что если солнечный свет проникает в глаза наши, то все тело становится светлым, — должны понимать, что здесь тайна.

Вы знаете, что все живое тянется к солнечному свету. Вы знаете, как светло, как радостно чувствуем мы себя в ясный, солнечный день. Какая бодрость, какое радостное настроение овладевает нами! Все наше тело как будто светится

Ты с удивлением спрашиваешь: что нам делать, чтобы жить лучше? Не я отвечу тебе, я дам слово одному святому человеку...



Картина Елены Черкасовой

Говорят, что некогда в Древнем Египте начались раздоры между людьми, подобные нынешним. Тогда два храбрых друга из Александрии решили пойти по свету, чтобы найти хотя бы одного мудрого и счастливого человека.

Счастливый человек

После долгих и бесплодных поисков они пришли к некоему святому, который жил в уединении в лесу. Он поклонился им до земли и радостно принял в своей хижине.

После долгого разговора и вопросов путники, убедившись, что они действительно нашли человека, в котором соединились мудрость и счастье, воскликнули: «Человек Божий, но мы не можем жить

так, как ты! Как же нам обрести счастье?». Заплакал человек Божий, возвел глаза к небу и сквозь слезы сказал: «И не должны вы жить, как я.

Но, чтобы стать счастливыми, держитесь этих правил: думайте о Боге хотя бы столько же, сколько думаете о людях; бойтесь Бога хотя бы столько же, сколько боитесь людей; почитайте Бога хотя бы столько же, сколько уважаете людей; молитесь Богу хотя бы столько же, сколько просите людей; надейтесь на Бога хотя бы столько

Святитель Николай Сербский

же, сколько надеетесь на людей; просите помощи у Бога хотя бы столько же, сколько просите у людей; исполняйте закон Божий хотя бы столько же, сколько исполняете человеческий; благодарите Бога хотя бы столько же, сколько благодарите людей; славьте Бога хотя бы столько же, сколько славите людей!».

Выслушав этот урок жизни, друзья счастливыми вернулись домой. Это и тебе ответ. Я же могу одно добавить: минув этот нехитрый букварь, никто и никогда не сможет взяться за трудный учебник.

Господь да обрадует тебя.

Святитель Николай Сербский
Миссионерские письма

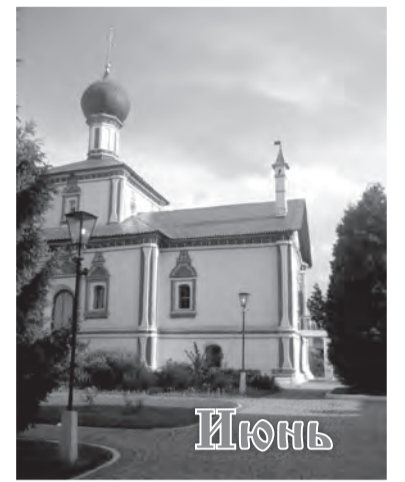
МЕДИЦИНСКИЙ ВЕСТНИК

Учредители: Православное общество врачей г. Коломны, Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской. Телефон экстренной помощи 614-27-44.

Гл. редактор А.Г. Кульша. Ред. коллегия Бондарева И.В., Вавилова М.Н., Варфоломеева Л.Г., Мерлина Е.А. Газета выходит 1 раз в месяц с 1 января 2003 г. Объем 1 печатный лист. Тираж 999. Заказ 1136.

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

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



Июнь

1 июня - Благоверного великого князя Димитрия Донского.

3 июня - Владимирской иконы Божией Матери. Равноапостольных царя Константина и его матери царицы Елены.

5 июня - Преподобной Евфросинии Полоцкой.

6 июня - Святой блаженной Ксении Петербургской.

7 июня - Третье обретение главы Иоанна Предчети.

9 июня - Праведного Иоанна Русского.

11 июня - Святителя Луки Крымского.

13 июня - ВОЗНЕСЕНИЕ ГОСПОДНЕ.

14 июня - Праведного Иоанна Кронштадтского.

22 июня - Троицкая родительская суббота. Поминовение усопших.

23 июня - ДЕНЬ СВЯТОЙ ТРОИЦЫ. Пятидесятница.

23 июня - Собор Рязанских Святых. Собор Сибирских Святых.

24 июня - ДЕНЬ СВЯТОГО ДУХА. Сплошная седмица. Пост отменяется.

24 июня - Иконы Божией матери "Достойно есть" ("Милующая").

27 июня - Собор Дивеевских святых

28 июня - Святителя Ионы, митрополита Московского и всея Руси, чудотворца.

1 июля - начало Петрова поста.

Радио «БЛАГО»

•эфирное вещание
102,3FM

•Интернет-вещание
www.radioblago.ru/efir/
ПРОГРАММА ПЕРЕДАЧ

00:00 Псалтирь.

03:20 Деяния Апостолов.

04:20 Евангелие.

06:00 Утренние молитвы.

07:20, 19:00 Епископ

Василий Кинешемский

«Беседы на Евангелие от

Марка».

10:00, 15:00, 22:00 Жития

святых.

12:00 И. А. Ильин «О тьме и просветлении».

12:40 Духовные песнопения.

15:30 Майн Рид «Оцеола, вождь семинолов».

18:00 Духовная музыка.

20:30 Д. Биссет «Сказки».

21:00 У микрофона кандидат исторических наук, доцент А.М.Бирюков «Беседы по истории Отечества».

22:30 Вечерние молитвы.

Телефон

Радио «БЛАГО» 102,3FM:

8.800 100 1023

звонок бесплатный

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.: (496) 14-27-44. Факс: (496) 12-07-07. эл. почта: med-novogolutvin@ya.ru
www.novogolutvin.ru