

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

Размышления о чуде

— Были ли в Вашей практике случаи, когда Вы явственно ощущали помощь Божию во время операций?

Александр Николаевич Гудков — заведующий хирургическим отделением Московской городской клинической больницы № 81, врач высшей категории так ответил на вопрос о том, как он стал верующим человеком:

— Я был крещен еще в детстве: все мои бабушки и дедушки были глубоко верующими людьми, но мое приближение к Церкви произошло уже в зрелом возрасте — в 90-е годы, когда я попал на Подворье Троице-Сергиевой Лавры, только начинающее восстанавливаться, и познакомился с нынешним епископом Лонгином, а тогда — еще игуменом и настоятелем монастыря. Мой друг, который принимал деятельное участие в восстановлении Подворья, обратился ко мне за помощью. Я откликнулся, хотя в то время толком даже не знал, как креститься и брать благословение у священника. Господь приблизил меня к Церкви через бесценные знакомства и общение со священниками, благодаря которым я получал ответы на волнующие меня вопросы и открывал для себя новый смысл. Постепенно я стал приобщаться и к духовной литературе, начал ездить в Лавру, исповедоваться и причащаться.

— Александр Николаевич, с христианской точки зрения профессия врача — совершенно особый путь, который, будучи прямо связанным с человеческими судьбами, постоянно пересекается с действием Божьего промысла. В этом профессия врача близка священническому служению: врач исцеляет болезни телесные, священник врачует недуги духовные?

— Хорошо, когда православный врач имеет дело с верующим пациентом, способным к осмыслению духовных причин своего недуга, к восприятию болезни как повода задуматься о своей душе. Тем более, когда речь идет о серьезном заболевании, требующим хирургического вмешательства. Ведь внутренняя подготовка к операции необходима не только хирургу, принимающему это нелегкое решение, но и пациенту, который должен получить благословение священника на столь ответственное и опасное дело, исповедоваться и причаститься.

К сожалению, так поступают немногие. По моему глубокому убеждению, это положение вещей можно было бы поправить, открыв при каждой больнице свой храм, ведь именно в момент болезни, в этой пограничной ситуации между жизнью и смертью, в преддверии серьезной операции человек, далекий от Церкви, возможно, в наибольшей степени бывает готов обратиться к Богу.



— Многократно! Вообще, у всякого верующего человека, видящего во всем действие Божией воли, чудеса случаются на каждом шагу; что уж говорить о хирурге, который постоянно находится в ситуации выбора и удачный исход операции воспринимает как настоящее чудо. Поскольку моя работа в экстренной хирургии требует мгновенной реакции в принятии решений, то часто они бывают основаны на интуиции и вере. Времени для необходимых медицинских обследований не остается, но от твоего незамедлительного решения зависит человеческая жизнь.

Православие и медицина

Примеров чудесных исцелений и явственного проявления Божьей помощи в моей практике было множество. Я часто вспоминаю случай, когда удалось спасти человека благодаря, на первый взгляд, случайному стечению обстоятельств: Господь распорядился так, что я оказался в нужное время и в нужном месте. Я шел по приемному отделению в рентгеновский кабинет по какому-то совершенно ничтожному поводу. Когда я проходил мимо лежащего на каталке человека, которого неспешно и обстоятельно осматривал молодой, еще не опытный хирург, что-то заставило меня остановиться. Осмотрев больного, у которого, как оказалось, было тяжелейшее ранение, я понял, что он нуждается не в обследованиях, а в срочной операции. Мгновенно его подняли в операционную, и только благодаря этому незамедлительному решению и, разумеется, Божьей помощи, человек остался в живых.

— В момент тяжелой болезни и смертельной опасности у человека появляется повод обратить взор к собственной душе. Были ли в Вашей практике случаи, когда люди приходили к Богу, оказавшись в этой пограничной ситуации?

— Да, в моей практике был уникальный случай, когда я стал крестным отцом своего пациента — пожилого, смертельно больного человека. Он перенес тяжелейшую операцию, которая повлекла за собой очень опасное осложнение, предвещающее скорую кончину. Глубокой ночью, которая приходилась на мое дежурство, у нас с ним возник разговор на религиозные темы. Видимо, чувствуя приближение смерти, он начал задавать мне вопросы о Боге, о Церкви, о крещении. Мгновенно он понял, что незамедлительно должен покреститься. Прямо сейчас. В ответ на его просьбу, я, было, стал убеждать его дожидаться утра, чтобы его родственники могли вызвать священника. Но опасаясь, что больной может не дожить до утра, так и не приняв крещения, я понял, что обязан срочно что-то предпринять. Я дозволился до Подворья Троице-Сергиевой Лавры, объяснил ситуацию настоятелю, и он тут же отправил ко мне в больницу одного из иеромонахов. В результате мой пациент был крещен — в реанимации, глубокой ночью, на смертном одре... Он жив до сих пор. Из больницы он вышел обновленным, возрожденным и с явным улучшением, хотя никаких надежд на выздоровление не оставалось. Это было явное чудо и свидетельство Божьего заступничества.

Беседовала А. Вигилянская
По материалам сайта подворья Троице-Сергиевой Лавры

Вести из Общества православных врачей

V Всероссийский съезд Православных врачей России под девизом «Церковь и традиции русской медицины» состоится 1-3 октября 2015 года в г. Санкт-Петербурге.

В его работе примут участие Епископ Орехово-Зуевский Пантелеимон, председатель Отдела по церковной благотворительности и социальному служению Русской Православной Церкви, председатель Общества православных врачей, Митрополит Арголидский Нектарий и Митрополит Навпактский и Свято-Власьевский Иерофей (Элладская Православная Церковь), епископ Царско-

сельский Маркелл и епископ Выборгский и Приозерский Игнатий.

На съезде будут обсуждены вопросы святоотеческого наследия святителя Луки (Войно-Ясенецкого), Святоотеческий подход к лечению заболеваний человека, медицинские и духовные аспекты православного поста, биоэтические вопросы репродуктивных технологий. Православные медики и священнослужители рассмотрят вопросы терапии семейных отношений, реабилитации больных с расстройствами поведения и психики и особенности сопровождения и душепопе-

чения психических больных. Как всегда, важно будет обсудить вопросы наркомании и алкоголизма и работу с созависимыми.

В работе съезда примут участие ведущие ученые России. Многие из них известны читателям «Медицинского вестника» по публикациям и выступлениям на Конференциях Общества православных врачей Коломны при Свято-Троицком Ново-Голутвином женском монастыре: Академики РАН хирург А.Ф. Чер-

носов, главный терапевт А.Г. Чучалин, психиатр-нарколог П.И. Сидоров, профессор А.В. Недоступ, В.А. Ревякина, И.В. Силуянова, и др. Священнослужители, врачи, преподаватели медицинских вузов и студенты также готовятся принять участие в съезде, который по традиции проводится раз в два года. Петербург впервые примет столь представительный форум. Предыдущие 4 съезда проходили в Белгороде, Воронеже, Твери и Самаре. Репортаж о съезде

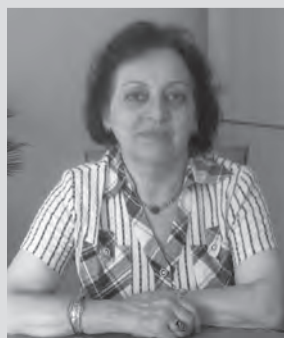
Вы сможете прочитать в очередном номере газеты.



Стр. 1-2

ХИРУРГ
А.Н. ГУДКОВ

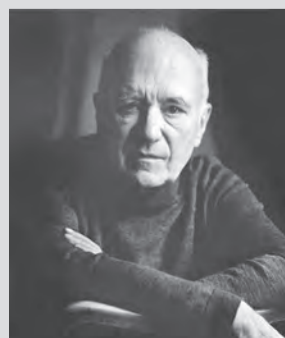
«РАЗМЫШЛЕНИЯ
О ЧУДЕ»



Стр. 2

ДИРЕКТОР
ЦЕНТРА
РЕАБИЛИТАЦИИ
«КОЛОМНА»
Т.А. АЛБАКОВА

«ЦЕНТР
ДОБРОТЫ»



Стр. 4

АКАДЕМИК
Б.В. РАУШЕНБАХ
«ЖИТЬ
ДОСТОЙНО»

«ВАСИЛИАДА
ВАСИЛИЯ
ВЕЛИКОГО»



ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ



В Подмосковном городе Коломне существует уникальный Реабилитационный центр Министерства социального развития населения Московской области для детей с ограниченными возможностями. Центром «Коломна» руководит директор Т.А. Албакова.

Медицина – это поистине призвание человека. «Я буду врачом (врачом)», – еще не выговаривая буквы, с детства настаивала Тамара Ахметовна. Настойчивая девочка закончила Североосетинский медицинский институт во Владикавказе. Сначала хотела быть хирургом, потом стало жалко душевнобольных, изучала психиатрию, но, в конце концов, выбрала терапию, определив, что терапия – начало всего в медицине. Работала на скорой помощи, цеховым врачом. При Коломенском заводе станкостроения был профилакторий. До нынешнего 4-х этажного здания профилакторий завода размещался в бараке, где работать никто не хотел, но по штату было положено иметь врача, 2 медсестры и 2 санитарки. В 1980 году, её, молодого специалиста и обязали на полставки там подрабатывать. Постепенно строили четырех-этажный корпус.

– Надо было создать современный профилакторий для сотрудников, – рассказывает Тамара Ахметовна, – меня, как специалиста-медика послали заказывать все необходимое.

Заявка включала 25 наименований, а так хотелось, чтобы люди получали хорошее лечение. Обратилась в Обком профсоюза: «Скажите, что должно быть в профилактории?» Ответили: «Приезжайте, у нас справочник есть». Я и списала нужные спецификации на аппаратуру: основная цель – реальная медицинская помощь. Александр Николаевич Лобанов – директор завода, прочитал и ... разрешил докупить 187 наименований!

– Тамара Ахметовна, как Вы, терапевт, стали главным врачом детского учреждения? Вы 35 лет работаете в Коломне, из

них 25 лет руководите и усовершенствуете Реабилитационный центр.

– В 2001 году вышло постановление Правительства Московской об-

Центр Доброты

ласти «О создании государственного унитарного предприятия «Здравница «Коломна» на базе профилактория Коломенского завода тяжёлого станкостроения. Конечно, это учреждение – моё детище. Все, что у нас есть, сама выписывала из других городов, выбирала, убеждала,



что это необходимо. Со строителями спорю на равных. Окна ставим, спрашиваю: «Где паро- и гидроизоляционные ленты?» Удивляются: «Вы что, строители?» Положено, требуем.

– Вы ушли в педиатрию?

– Нет, конечно, я терапевт. Изначально просила организовать Центр по образцу санатория «Мать и дитя», чтобы помогать матерям. Подумайте, когда им самим-то полечиться? Они всю свою жизнь отдадут больному ребенку. Мне возражали: «Мамы могут бросить детей и будут заниматься собой». Ничего подобного! Я не пожалела: реабилитация больных и параллельно лечение сопровождающих – это уникально. После первого заезда сопровождающие мамы попросили собраться в зале всех сотрудников. Мы боялись, что будут чем-то не довольны, поругают, а нас стали благодарить и просили продолжать благое дело.

К нам приезжают со всей Московской области дети от 3 до 18 лет с детским церебральным параличом, патологией опорно-двигательного аппарата (сколиоз, косолапость, плоскостопие и другие заболевания), задержкой умственного и психического развития, аутизмом, хроническими заболеваниями ЛОР-органов, бронхо-легочной системы, астмой.

Все потом рассказывают, как помогают тренажеры БОС, костюм

ЛНК Адели, Мотомед, Корвит, ручной и аппаратный массажи, бассейн, души, ванны, развивающие игры. За последние годы были открыты кабинеты кинезотерапии, мягкая

игровая сенсорная комната. Успешно применяются аппарат «Эверест» (горный воздух), аппарат магнитотерапии КАСКАД, комната спелеотерапии, альфа-капсула для детей с детским церебральным параличом, компьютерный аппаратно-программный комплекс биологической обратной связи, реабилитация с помощью компьютерных игр и другие современные аппараты.

В результате комплексного лечения дети впервые начинают сидеть, ходить, петь, говорить, развивают мелкую моторику – рисуют, занимаются лепкой. У нас очень хорошие педагоги, весь персонал. Придумывают и проводят самые разные праздники, конкурсы, соревнования, экскурсии. На благоустроенной территории красивый сад, огромное количество видов и сортов цветов, альпийская горка, фонтаны, различные зоны отдыха, спортивные площадки, футбольное поле и, конечно же, детские игровые локация. Теперь планируем построить большой бассейн.

Распределяют путевки в Министрстве за год вперед по заявкам из 71-го Управления социальной защиты области. Курс лечения 21 день. Многие снова хотят приехать, переживают, что предстоит ремонт



в Центре и мест может не хватить.

Многие годы рядом с Тамарой Ахметовной трудится старшая медицинская сестра Ольга Сергеевна Блыскина – первый помощник и строгий и заботливый организатор в коллективе. «У нас уникальный коллектив, повара работают здесь еще со времени профилактория, уже по 27 лет. Все сотрудники сопе-

бёнка была вне опасности.

Конечно, было непросто, но энергия молодости помогала справляться с нагрузкой. Вот так закалялся характер, накапливался опыт, знания. Ведь рядом со мной работали такие замечательные доктора, как Маргарита Григорьевна Петросян, Александр Абрамович Корсунский, Валентина Алексеевна Орлова, Александр Абрамович Горохов. Эти имена известны старшему поколению коломенцев.

Работой участкового врача я не ограничилась. Со временем стала вести больных с лёгочными и сердечнососудистыми заболеваниями в стационаре».

Я попросил знакомых медиков высказать своё мнение о В.А. Кирьяновой. Вот, что услышал от почётного ветерана здравоохранения, фельдшера-лаборанта клинической лаборатории горбольницы Татьяны Ивановны Коновой: «Валерия Алексеевна оставила самые добрые воспоминания о себе: трудолюбива, относилась к больным с душевной мягкостью, тактично».

А вот, что сказала Людмила Алексеевна Чиркова: «Лера, замечательный человек и врач. С вни-

Милосердие

реживают ребятишкам и их мамам, терпеливые, заботливые, добрые и отзывчивые».

– Сколько детей Вы принимаете за год?

– Ежегодно в РЦ «Коломна» проходят курс реабилитации более 700 детей и 650 сопровождающих их лиц. В период школьных занятий для детей организован учебный процесс.

Лечение проводят высококвалифицированные врачи – педиатры, пульмонолог, невролог, терапевт, физиотерапевт, инструктор-методист по лечебной физкультуре. С детьми занимаются специалисты по воспитательной работе, логопеды, педагоги и воспитатели, музыкальный руководитель, дефектолог, психолог. Кроме бесплатного



стационарного лечения, в Центре на платной основе можно получить амбулаторное лечение.

Вот только 2 отзыва.

«В центре были 3 раза в разные годы. Лечение, обучение и досуг отличные. Коллектив составляют внимательные и профессиональные специалисты. Это самый лучший Центр для детей с ограниченными возможностями».

«Приезжаем уже в четвертый раз. Это лучший Центр из всех, в каких мы побывали. Очень хорошие опытные педагоги, добрый персонал. Большое количество лечебных процедур. Кухня – самый высокий стандарт, но повара исходят от индивидуальных особенностей. Большое количество экскурсий, праздников. Скучать детям не приходится. Всем спасибо!».

Многих Вам сил, помощи Божией во всех делах, дорогие коллеги!

«Медицинский вестник»

Реабилитационный центр «Коломна» расположен по адресу: г. Коломна, Окский проспект, д. 27А. Телефон: +7 (496) 613-31-44.

Коломенские врачи

манием относилась к больным и к медсёстрам. Её любили и уважали в коллективе».

Высказала своё мнение ветеран, заслуженный работник здравоохранения России, бывшая старшая медсестра, зам главного врача горбольницы по кадрам Тамара Ивановна Барышников: «Валерия Алексеевна занимала должность заведующей первым терапевтическим отделением горбольницы. Любезно относилась к участковым врачам, а их у неё в подчинении было 10-12 человек. Успевала заниматься общественной работой. Читала лекции медперсоналу, участвовала в мероприятиях по гражданской обороне в г. Коломне».

В 1985 году Валерии Алексеевне Кирьяновой присвоили звание заслуженного врача РСФСР. Она была награждена орденом «Знак Почёта». В течение трёх созывов, а это 15 лет, избиралась депутатом городского Совета. 53 года посвятила Валерия Алексеевна работе в Горбольнице. Люди доверяли ей самое дорогое – здоровье.

В. Тимофеев.

Фитотерапия



Конский щавель (лат. *Rumex confertus*) является представителем семейства гречишных (*Polygonaceae*). Корни растения содержат производные антрахинона, дубильные вещества, флавоноиды; витамин К, эфирное масло, смолы, железо.

В плодах также содержатся производные антрахинона и дубильные вещества, а в листьях – флавоноиды, витамин С и каротин. Цветки конского щавеля богаты аскорбиновой кислотой, а все его части – оксалатом кальция.

Лечебные свойства конского щавеля известны еще со средних веков, и по сей день его применяют в качестве основного или дополнительного средства при лечении многих заболеваний. Чаще всего используют листья растения с черешками, корни и плоды (семена).

Лечебное действие

В малых дозах конский щавель оказывает вяжущее и желчегонное действие, а в больших – слабительное действие. Корень щавеля конского стимулирует мышечные волокна толстого кишечника, способствуя размягчению каловых масс. Это эффективное противоглистное; кровоостанавливающее; ранозаживляющее; бактерицидное; отхаркивающее; успокаивающее средство.

Применение

При язвенной болезни, холецистите, энтероколите, геморрое, гипертонии, кожных заболеваниях, кашле, головной боли. Корень конского щавеля чаще всего используют от поноса, в том числе кровавого. Полезен конский щавель и при воспалительных заболеваниях ротоглотки – стоматите, гингивите, ангине.

Сбор и заготовка

Корень конского щавеля заготавливают осенью после засыхания наземной части растения. Очищают от земли и промывают в холодной воде; сушат в тени или в сушилке при температуре около 50 °С. Листья и траву конского щавеля собирают в период цветения, плоды – в августе, по мере их созревания. Хранить заготовленное сырье можно не более 3 лет.

Рецепты

Отвар корня щавеля конского: одну столовую ложку измельченного корня залить двумя стаканами горячей воды. Кипятить на малом огне 15 минут, после чего процедить.

Принимать по половине стакана за полчаса до еды 3 раза в день при поносе, желудочно-кишечных заболеваниях, остеохондрозе, туберкулезе.

Настой корня щавеля конского: 5 г сырья залить полулитром воды. Довести до кипения и кипятить в течение 10 минут. Настоять в течение часа, процедить.

Принимать по трети стакана 4 – 5 раз в день (при дизентерии, диспепсии и др.).

Спиртовая настойка корня конского щавеля: измельченные корни растения залить водкой в соотношении 1:4. Поместить в темное место на 14 дней, взбалтывая 2 раза в день. Профильтровать настойку. Принимать по 20 – 30 капель в день за полчаса до еды при заболеваниях пищеварительного тракта, болезнях дыхательных путей, кровотечениях, гипертонической болезни.

Сок щавеля: свежие листья хорошо промывают холодной водой, отжимают и ошпаривают кипятком, разминают ложкой или толкушкой. Затем через плотную ткань зеленую массу отжимают в эмалированную кастрюлю и кипятят 3-5 минут. Употребляют во время еды 1-2 ложки 3 раза в день при остеохондрозе.

Не применять в детском возрасте, при беременности и в период лактации, при заболеваниях почек.

Из книги фитотерапевта А. Е. Зирова «Лекарственные растения»

Заслуженный врач России

Среди коломенских медиков немало тех, кто за свой труд отмечен правительственными наградами. Среди них почётный ветеран здравоохранения Валерия Алексеевна Кирьянова.

Оглядываясь на прожитые годы (Валерии Алексеевне 31 июля исполнилось 78 лет), вспоминает:

«Среди родных и близких мне людей медработников не было. Мама, Клавдия Ивановна, работала инженером на Коломенском патефонном заводе. Папу, Алексея Васильевича, знаю лишь по фотографии. Был арестован в октябре 1937 года, скончался в ссылке. Но мои родители вложили в меня все необходимые качества врача: жалость, сострадание к боли.

В детстве, играя с подружками, «лечила» их. Помню, было жалко котят, собачек, которые бегали во дворе. Если видела ранки, старалась помазать, перевязать.

В 1955 году, по окончании средней школы № 26, подала документы во второй Московский медицинский институт имени Н. И. Пирогова. В те годы конкурс на одно место составлял 10-11 человек. И я убе-

дена, что тогда шли в медицину не из-за престижности специальности



В.А.Кирьянова вручает награду участковому врачу В.С.Ушаковой

сти, как ныне принято говорить, а по зову сердца.

В 1961 году, по окончании института, приехала в родной город. Главный врач горбольницы Павел Михайлович Гришин, познакомившись с дипломом, спросил: «Кем хотите работать: хирургом, терапевтом, акушером?». Выбрала терапию. Работала в поликлинике участковым терапевтом, по вечерам дежурила на «скорой помощи». Помню случаи. Позвонили из сельского совета – просили оказать помощь женщине в родах. Успели вовремя. Пришлось самой, в первый раз, принимать роды. Всё обошлось благополучно. Жизнь матери и ре-

В настоящее время большинство специалистов, работающих с заболеваниями суставов, сходятся во мнении, что одной из основных причин деформирующего артроза являются не возраст и не физические нагрузки, как это было принято считать раньше, а нарушения в обмене веществ.

В результате этих нарушений в организме утрачиваются функции, отвечающие за вы-

Лечение суставов

работку факторов регенерации хрящевой ткани, в результате чего хрящ не успевает обновляться по мере изнашивания. Постепенно он становится тоньше, и только начал чувствовать боль, мы обращаемся к врачу и принимаем обезболивающие, противовоспалительные лекарства.

Траволечение болезней суставов основано на их противовоспалительном, антибактериальном, общеукрепляющем, обезболивающем, антиаллергическом и мочегонном действии.

При этом лекарственные травы имеют меньше побочных воздействий, чем химические препараты, и редко вызывают аллергические реакции. Биологически активные вещества, содержащиеся в растениях, способны восстанавливать обменные процессы в организме и функции печени, отвечающие за регенерацию хрящевой ткани. Настои лекарственных растений способствуют нормализации микрофлоры кишечника и ликвидации дисбактериозов. Препараты из лекарственных трав выводят из организма шлаки, нормализуют обмен веществ и содержание холестерина в крови, тормозят развитие атеросклероза и связанных с ним осложнений. Рациональная фитотерапия улучшает деятельность нервной системы, регуляции кровообращения и кровоснабжения, норма-

лизует сон, повышает работоспособность. Диуретическое - мочегонное действие фитопрепаратов, в отличие от синтетических мочегонных средств, не вызывает истощения клубочкового аппарата почек и потери калия.

При заболеваниях суставов в народной медицине применяются следующие растения: айр, багульник, барбарис, береза, боярышник, брусника, бузина черная, девясил, донник, душица, зверобой, земляника, крапива, ландыш, лен, липа, лопух, мелисса, можжевельник, пижма, почечный чай, пырей, редька, ремешок, ромашка, смородина черная, сосна, спаржа, спорыш, тысячелистник, укроп, фиалка, хвощ хмель, цикорий, чабрец, череда, черника, щавель конский, эвкалипт и яснотка.

В народной медицине принято при лечении болезней пользоваться не отдельными растениями, а сборами трав. Лекарственные сборы могут включать в себя 10-20 трав и больше. Большое число трав объясняется стремлением учесть многообразие проявлений заболевания. Поэтому, прежде чем начать лечение травами, необходимо знать точный диагноз. При составлении любого сбора необходимо также учитывать индивидуальные особенности больного и хронические заболевания, сопутствующие основному. Например, случается так, что настои, раздражая желудочно-кишечный тракт, вызывают изжогу, тошноту и ощущение тяжести в подложечной области. Целесообразно в этих случаях пить траву 7-10 дней не до еды, а через 30-40 минут после нее. Затем переходят на обычный прием до еды. При метаболических артритах необходима диета с исключением продуктов, богатых пуринами (мясные супы, печень, почки, мозги, икра, жареное мясо и рыба, бобовые, цветная капу-

ста), а также спиртных напитков, крепких кофе и чая. Рекомендуются молочные-растительные продукты. Вареное мясо или рыба разрешаются не чаще двух раз в неделю.

Способ приготовления: назначенную дозу сырья (обычно это 2-3 столовые ложки) следует засыпать в термос и с вечера залить 2-2,5 стаканами крутого кипятка, чтобы за ночь трава настоялась. На следующий день приготовленный настой нужно выпить в три приема за 20-40 минут до еды. Перед употреблением настой (от 1/3 до 2/3 стакана) каждый раз наливают из термоса и немного охлаждают (чтобы был теплым, но не горячим). Каждый день готовят новый настой.

Сборы при метаболических артритах принимают в течение длительного времени, не менее 2 лет, делая небольшие перерывы в 10-14 дней через 2-3 месяца лечения.

В дальнейшем, если наступило обострение



процесса, лечение повторяют. При систематической и длительной фитотерапии во многих случаях удается достигнуть длительной ремиссии или полного излечения.

Сбор 1

Багульник болотный (трава) 3 части
Брусника обыкновенная (лист) 4 части
Донник, лекарственный 3 части
Зверобой продырявленный 2 части
(трава)

Лечение:

Успокоить больного. Объяснить, что невроз – это временное обратимое заболевание, так как при неврозе не возникает органических, необратимых изменений в системах организма или в его органах. Поэтому, не следует сразу же при появлении болей начинать «глотать горстями» различное рода химические «сердечные препараты». В данном случае помогают лекар-

ственные травы.

При появлении пугающих ощущений в области сердца, необходимо капнуть 2-3 капли эфирного масла лаванды на кусок плотной ткани (носовой платок) сесть, расслабиться и закрыв глаза, спокойно вдыхать целебный аромат лаванды.

Сборы трав:

Приготовление: 2 столовых ложки сбора залить 0,5л горячей кипяченой воды и греть на водяной бане 15 минут, затем дать остыть в течение 15 минут, процедить.

1 сбор: при нервном возбуждении и учащенном сердцебиении: корень валерианы, трава пустырника, плоды тмина, поды фенхе-

стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Морковь, авокадо, тыква, салат посевной, кресс-салат, свекла, баклажаны, патиссоны показаны при гипертонии. Также следует употреблять в пищу белокочанную капусту в свежем и квашеном виде, свежие огурцы и помидоры. Не забывайте про каши (овсяная, пшенная, гречневая, ячменная), и супы - вегетарианские овощные, молочные, крупяные и фруктовые.

Такие специи, как кориандр, лавр, майоран, сельдерей, а также укроп с петрушкой тоже помогут снизить высокое давление.

А вот мясо и рыбу следует употреблять нежирных сортов и желателно в отварном виде.

Как известно, зеленый чай понижает давление, но следует учитывать, что снижает давление он только в горячем виде, а в холодном - повысит.

Растворите 1 столовую ложку меда в 1 стакане минеральной воды и добавьте сок половинки лимона. Получившийся напиток нужно выпить за один прием. Курс такого лечения – неделя.

Кардионевроз является проявлением системного невроза. Он возникает в ответ на стрессовую ситуацию и сопровождается функциональными нарушениями в работе нервной системы.

Проявления: боли в области сердца, нарушения сердечного ритма, выраженная нестабильность артериального давления на фоне мучительной тревоги за состояние сердца, боязни инфаркта. При этом не выявляется никакой существенной патологии на ЭКГ.

Отличие невротической кардиалгии от ишемической болезни сердца (стенокардии):



Боль при стенокардии возникает обычно при физических или эмоциональных нагрузках и прекращается после их исчезновения. Она может уменьшаться или вообще проходить в состоянии покоя, при прекращения

движения, при приеме нитроглицерина или его аналогов.

Если «боль в сердце» часто меняет свой характер и интенсивность если проходит после приема обычных успокаивающих препаратов (валокордина, валидола, кардиовалена, валерианы), транквилизаторов, то это, скорее всего, невротическая боль. Такого вида боли могут возникать без видимой причины и даже после прекращения стрессовых воздействий боли могут продолжаться видоизменяться, блуждать и становится источником новых переживаний.

После купирования «настоящих» сердечных болей человек обычно тотчас о ней забывает, в то время как при неврозе остаётся «чувство сердца», в дальнейшем беспокойство, тревога за его состояние.

Профилактика:

Соблюдать режим труда и отдыха, нормализовать сон;

Меньше времени проводить у телевизора и компьютера;

Необходимы занятия утренней гимнастикой с последующим контрастным душем;

Прогулки на свежем воздухе, общение с природой.

Крыжовник, виноград, слива, чернослив, земляника, клюква, облепиха, брусника, калина, боярышник, а также персики и абрикосы также способствуют снижению давления.

Помогут снизить давление брокколи и одуванчик. Брокколи долго варить или тушить не стоит, достаточно опустить минут на пять в кипяток. А свежие листья одуванчика нужно добавлять в салаты весной и летом, зимой сухое сырье

можно добавлять в качестве сухой приправы в супы и тушеные овощи.

Не менее полезен чай, который заваривается с дольками яблок, ягодами черной смородины или липовым цветом.

Поможет при гипертонии клюква с медом, сахаром или в собственном соку, которую следует добавлять в чай по 2 чайные ложки 3 раза в день.

Снижает давление также сок черноплодной рябины, принимать которые нужно по 1/3

Кардионевроз



Первая помощь

ля – по 25 грамм. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

2 сбор: при учащенном сердцебиении, раздражительности и бессоннице: хвощ полевой(трава) 20 г, горец птичий(трава) 30 г, боярышник кроваво-красный(цветки) 50 г. Принимать по 1/4 стакана настоя 4 раза в день.

3 сбор: снимает невротические боли в области сердца: валериана лекарственная (корень)30г, пустырник пятилопастный (листья)30г, тысячелистник обыкновенный (трава)20г, анис обыкновенный (плоды) 20 г. Принимать по 1/4 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды

4 сбор: при нервном возбуждении, раздражительности и бессоннице, сопровождаемых болями в области сердца: мята перечная(листья) и пустырник пятилопастный (трава) – по 30 г, валериана лекарственная(корень) и хмель обыкновенный(шишки) – по 15 г. Принимать по 1/2 стакана настоя 3 раза в день за 30 минут до еды.

При неврозах сердца полезно пить сок пустырника: по 20 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

Из книги терапевта Е.А. Тарасова «Самопомощь от А до Я».

«Какие продукты помогают при повышенном давлении?» Н.К.,г.Коломна.

Одни из самых полезных продуктов, способных понизить давление – это продукты питания с большим содержанием кальция, магния и калия. Нежирные молочные продукты. Кальцием также богаты миндаль, сардины, а также почти все зеленые овощи.

Яблоки, грейпфруты и злаки содержат магний, способствующий снижению давления.

Питание при гипертонии

Большое количество калия содержат бананы, апельсины, арбузы, кабачки, печеный картофель, курага, томаты и тунец. Чеснок - лучший продукт для понижения давления. При гипертонии полезно съедать по 1-2 зубчика чеснока ежедневно.

Черноплодную рябину грамм по 200-300 г в день, мед, шиповник и цитрусовые в виде напитка, а также зеленый чай не только снижают повышенное давление, но и богаты витамином С, который необходим ослабленной сердечной мышце.



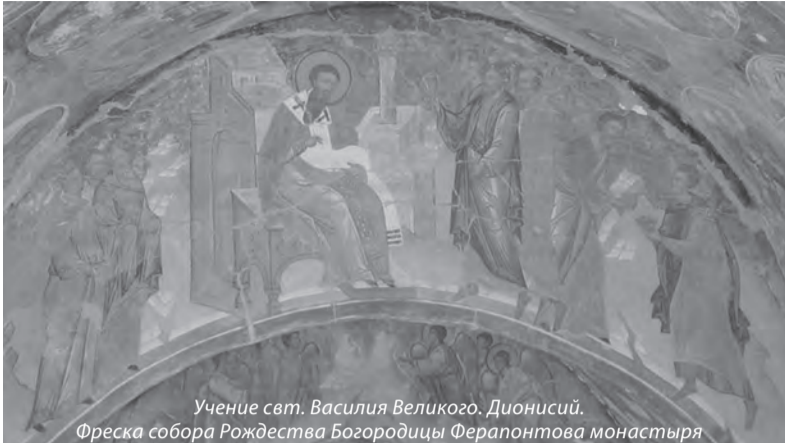
Ответы на вопросы читателей

Настойка календулы в соотношении 2:100 на 40-градусном спирте рекомендуется для нормализации давления. Принимать ее нужно достаточно длительное время по 20-40 капель три раза в день. Эта настойка поможет повысить работоспособность и улучшить сон, а также избавит от головных болей.

При высоком давлении полезно пить смесь из 1 стакана морковного, 1 стакана свекольного, 1/2 стакана клюквенного сока, 250г меда и 100 грамм водки. Принимать ее нужно по 1 ст. ложке несколько раз в день.

Пропустите через мясорубку 100 грамм изюма, залейте стаканом холодной воды и варите десять минут. Затем процедите и выпейте отвар в течение дня - это тоже отличное лекарство при гипертонии. Заварите стаканом кипятка 1 столовую ложку цветков лугового клевера, дайте настояться полчаса. Пейте по полстакана 3 раза в день в течение месяца.

«Василиада» Василия Великого



Учение свт. Василия Великого. Дионисий.
Фреска собора Рождества Богородицы Ферапонтова монастыря

Во всем мире работают больницы – большие и маленькие. Они призваны обслуживать больных. А ведь так было не всегда! Врачи – да, они были, а больницы – нет. Ни в древности, у язычников, ни у римлян. Когда же появились больницы? Мало кто знает, что больницы – это изобретение Церкви. И можно с уверенностью сказать, что это изобретение Церкви есть воплощение христианской любви к человеку.

В истории христианства IV век

был поворотным. Прекратились гонения, Церковь могла вздохнуть свободно.

Василий Великий с чисто физической точки зрения – слабый человек, обремененный многими недугами, которые и были причиной его ранней смерти (он умер в 49 лет). Но этот человек успел оставить после себя наследие огромной социальной значимости.

В середине IV века разразился голод. Святой Василий тогда был

священником. Он тут же создает общественные бесплатные столовые и лечебницы для пострадавших от голода. Именно тогда, страшной зимой 367 года, отец Василий понял, что нужно создавать свое дело – учреждение, которое будет служить страждущим. Став архиепископом Кесарийским, Василий Великий продолжил начатое дело.

В 372 году был построен знаменитый комплекс, получивший позже название «Василиада». Святитель убедил богатых вложить свои средства в это дело, убедил и бедных участвовать в воплощении его идеи.

В центре больничного комплекса стоял великолепный храм, а вокруг – здания, пансионы-гостиницы, школы, дома для сирот, дома для немощных и собственно больницы. Такого еще не было! Святой Василий лично руководил работами, давал советы строителям и сам работал. Когда строительство этого великолепного города, где главным была любовь к человеку, завершилось, Василий Великий взял на себя руководство одним из подразделений больницы.

реломившая ход войны последних лет.

А сам автор в это время продолжал находиться в лагере, убеждая своих сокамерников и соплеменников в том, что посадили их правильно. «Идет война с Германией. Что делать с советскими немцами? Сажать всех без разбору! Я патриот своей родины, ты патриот своей родины, но кто-то третий возьмет и предаст ее. Теоретически это возможно».

«Пожалуй, я счастливый человек, в том смысле, что мне везло, и я всегда занимался тем, что мне интересно. Кроме того, я неисправимый оптимист, это позволяет мне

всякого человека, то достигает святости и прозорливости. Он подтверждает своим житием, что человек сам по себе – вселенная и возможности его безграничны. Это доказали те святые, которые прошли свой путь до конца».

Раушенбах – это «звучащий ру-

«Все чаще людям в голову приходит мысль: не назрел ли синтез двух систем познания, религиозной и научной? Хотя я не стал бы разделять религиозное и научное мировоззрение. Я бы взял шире – логическое, в том числе и научное, и внелогическое, куда входит не только религия, но и искусство – разные грани мировоззрения...» (Б. В. Раушенбах)

Борис Викторович Раушенбах (18 января 1915, Петроград - 27 марта 2001, Москва) – советский и российский физик-механик, один из основоположников советской космонавтики, академик АН СССР, академик РАН, мыслитель, искусствовед.

Он прошел весь путь с академи-

«Жить ... и жить достойно»

ком Королевым от самых первых неудачных опытов с маленькими ракетами и до полета Гагарина. Без его математических расчетов невозможны были космические путешествия; он был также причастен к созданию «Катюш» и самонаводящегося снаряда. Он был настоящим энциклопедистом в отечественной науке. Для него не существовало тем, в которых он не разбирался бы глубоко, будь то культура Китая или Древнего Египта, архитектура европейских городов или история христианской Церкви. Еще в атеистические 60-е годы его лекции по русской иконе собирали в Москве и других городах полные аудитории.

Он говорит о том, что мир духовный или Царство Божие, которое изображено на иконе, к нам как бы приближается, приходит. Икона являет иную реальность, которая всеми своими линиями пересекается в нашем сердце, заставляя его верить и надеяться, что мир более совершенный, светлый, лучший, «значительно ближе к нам, чем расстояние вытянутой руки». Тогда как в обычной реалистической живописи, все уходит куда-то вдаль, превращаясь в точку, и вызывает невольную грусть об исчезающей жизни.

«В иконе же нет дали, все близко к нам, все происходит как бы на переднем плане, а дальше – свет, обозначенный золотом. Стало быть, иконописцам не было нужды изображать сходящиеся на горизонте линии. Они писали так, как видели».

«...если человек каждую минуту тренирует свой дух, борется с тьмой, которая обитает внутри

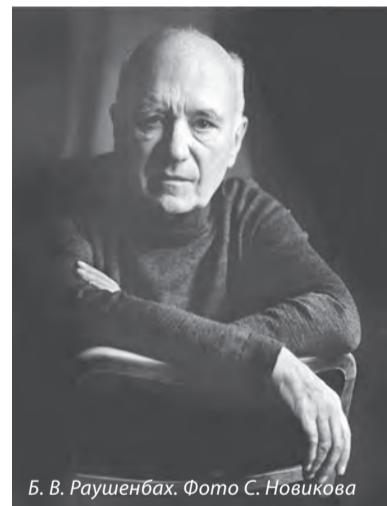
чей». Так он сам переводил свою фамилию. «Мне точно известны мои корни: предок мой пересек границу в 1766 году по приглашению Екатерины II. ... Я чувствую себя одновременно русским и немцем – интроспективное ощущение. ... И вот я, немец по национальности и абсолютно русский человек по воспитанию, по мировоззрению, по психологии...»

После общения с ним я понял, что настоящее величие не может превозноситься над кем-либо или гордиться своими достижениями. Человеку гениальному не остается времени восхвалять себя любимого, потому что он всецело захвачен своими идеями, мыслями, делами. Он горит в пламени своего вдохновения; он раб и заложник своего таланта.

Во время войны молодого ученого Раушенбаха посадили в лагерь только за то, что он был немец.

В научном институте незадолго до ареста ему дали задание произвести математические расчеты для очень важного проекта. Он был настолько увлечен этой работой, что занимался ею в камере предварительного заключения, во время суда, во время этапа. Даже в промозглом бараке, после рытья канав и лесоповала, он не спал ночью, а упорно записывал формулы на каких-то обрывках бумаги или выцарапывал на кусках бересты. Потом переправил законченный труд своему начальству. «Мне дали задание, я должен выполнить его не смотря ни на что. Я так воспитан».

Благодаря этим расчетам, между прочим, в кратчайший срок была создана легендарная «Катюша», пе-



Б. В. Раушенбах. Фото С. Новикова

«Устройство Вселенной кое-как объясняют, происхождение жизни – пытаются, а природу сознания нельзя объяснить. Суть же человека, прежде всего, его сознание. И это сознание постоянно напоминает: главное занятие человека – жить, и, я бы подчеркнул это, жить достойно». (Б. В. Раушенбах)

держаться «на плаву». Я и в лагере был оптимистом, хотя однажды меня ветром с ног сбilo, до такого состояния дошел от голода. Но я все равно верил в лучшее и сейчас верю.

Меня очень беспокоит и нынешний упадок нравственности. Научить нравственности невозможно, ее можно только воспитывать, нравственность иррациональна».

Он любил культуру и философию своего народа. Гуляя по Абрамцевскому парку, мог свободно читать на немецком языке стихи Рильке, но при этом единственной родиной считал Россию.

В конце восьмидесятых годов

В поисках смысла

Мало кто знает, что этот святитель имел семь дипломов об образовании, один из них – диплом о медицинском образовании. Вот он и решил одну из своих мирских профессий применить в жизни. Он выбирает самое трудное – отделение для прокаженных. Эти несчастные люди были отвергнуты всеми, их сторонились. Они жили в страшных мучениях, это было практически медленное умирание. Василий Великий сам этих больных перевязывал и мыл.

Когда Василий Великий умер, его оплакивала вся Кесария.

Друг Василия Великого Григорий после отпевания сказал о больнице «Василиада» такие слова: «... в больнице «Василиада» мы видим людей, которых все отвергали и ненавидели за их болезнь. И Василий Великий сумел убедить нас в том, что, если мы считаем себя людьми, то не должны пренебрегать себе подобными, ибо своим бессердечием и злобой мы обижаем Самого Христа...».

Митрополит Нектарий (Антонопулос)
Перевод с греч. Н. Николау.
Сайт Православие.ру

Русские ученые

он стал апологетом Православия в нашей стране. Он принял греко-восточный обряд (Православие) незадолго до смерти, когда серьезно заболел, и врачи сказали, что он может не пережить тяжелейшую операцию. Перед ним встал важный вопрос: в какой церкви его будут отпевать? Он верил в Бога всегда. Когда космический корабль с Гагарина на борту вышел на околоземную орбиту, и все, бывшие в центре управления полетами, закричали как сумасшедшие от радости, он только перекрестился.

Он дружил с православными архиереями и богословами, любил беседовать с ними на разные темы; был частым гостем в Троице-Сергиевой Лавре и, между прочим, знал многие православные песнопения и молитвы наизусть.

Он крестился уже в больнице, и через несколько дней во время операции пережил клиническую смерть.

Справа от себя он ясно увидел изумрудно-зеленый луг с неземными цветами и дивным пением птиц. Но это была смерть. А слева был темный и длинный коридор, словно подземный переход через Садовое кольцо, с черными тенями людей и заплыванным грязным полом. Но это была жизнь.

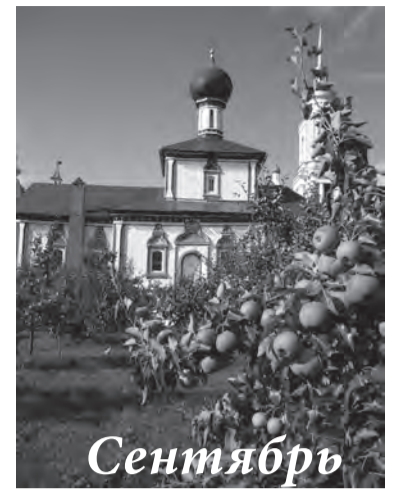
Справа от себя он ясно увидел изумрудно-зеленый луг с неземными цветами и дивным пением птиц. Но это была смерть. А слева был темный и длинный коридор, словно подземный переход через Садовое кольцо, с черными тенями людей и заплыванным грязным полом. Но это была жизнь.

Он выбрал жизнь, пошел налево и еще несколько лет жил на своей даче в Абрамцево. Он, наверное, остался для того, чтобы свидетельствовать, что между наукой и искренней верой нет противоречия; что наука без нравственного стержня убийственна и разрушительна; что великие озарения и открытия приходят не только от усилий личности ученого, но и свыше, или, если угодно, из глубины человеческого духа.

По материалам статьи
В. Щербинина

«Обыкновенный гений»

Цитаты из книги Раушенбаха Б.В. «Автобиографические фрагменты»



Сентябрь

1 сентября – «Донской» иконы Божией Матери.

8 сентября – Сретение «Владимирской» иконы Божией Матери. Мучеников Адриана и Наталии.

11 сентября – Усекновение главы Иоанна Предтечи.

12 сентября – Благоверных князей Александра Невского и Даниила Московского.

14 сентября – Церковное новолетие. Преподобного Симеона Столпника.

17 сентября – Иконы Божией Матери «Неопалимая купина».

19 сентября – Чудо Архангела Михаила в Хонех.

21 сентября – РОЖДЕСТВО ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЫ.

27 сентября – ВОЗДВИЖЕНИЕ КРЕСТА ГОСПОДНЯ.

29 сентября – Великомученицы Евфимии Всехвальной.

30 сентября – Мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии.

Радио «БЛАГО» 102,3FM

www.radioblago.ru/efir/

00:00 - 05:50 – Псалтирь. Деяния Апостолов. Евангелие.

06:00 - Утренние молитвы.

07:20, 12:00, 19:00 – У микрофона дьякон Андрей Кураев.

«Католичество», «Религиозная безопасность».

10:00, 15:00, 22:00 – Жития

святых.

21:00 – Россия сквозь века.

Д.Иловайский «Собиратели

Руси».

22:30 – Вечерние молитвы.

Паломнический центр «Монастыри

Коломенского Кремля»

по благословию митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия,

проводит экскурсии для паломнических групп
ОБЗОРНЫЕ ЭКСКУРСИИ:

- История монастырей
- Святыни монастырей
ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ЭКСКУРСИЯ
«Церковное искусство»

МУЗЕЙНЫЕ ЭКСКУРСИИ:

-Музей Органической Культуры (народные промыслы: глиняная игрушка)

-Музей керамики в выставочном зале Свято-Троицкого-Ново-

Голутвина монастыря

-Музей новомучеников в выставочном зале Успенского Брусенского монастыря

ЭКСКУРСИИ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ:
- младших классов
- старших классов

Православное паломничество

Адрес: 140400 МО, г. Коломна,

Кремль, ул. Лазарева дом 11а.

Тел.: +7(903) 001-56-65;

+7(903) 001-48-65

Эл.почта:

pilgrim@novogolutvin.ru

МЕДИЦИНСКИЙ
ВЕСТНИК

Учредители: Свято-Троицкий Ново-Голутвин женский монастырь

Медицинский центр св. блж. Ксении Петербургской.

Православное общество врачей г. Коломны,

Телефон 614-27-44.

Ред. коллегия: 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 1329.

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

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

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

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

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

www.novogolutvin.ru