

19 июня – День медицинского работника. Не самая красная дата календаря, но в народе уважаемая. Мы доверяем медикам то, без чего невозможно жить, – здоровье. Не хочется в этот день говорить о грустном, о том, что былое отношение к людям этой профессии несколько поколебалось, о вопиющих случаях врачебных ошибок, о поборах в системе здравоохранения... Будем надеяться, что это временные трудности на пути реформ. Куда важнее, что отечественная медицина по-прежнему отличается не просто высококвалифицированными специалистами. Главное, что неравнодушных людей в ней намного больше, чем нечистоплотных. Появляются новые методы лечения. Открываются клиники. И труд работников здравоохранения должен быть справедливо вознагражден. Не в 2008 году, как это обещает правительство. А намного раньше. Медики, они, конечно, люди самоотверженные и терпеливые. Пора стать и материально благополучными. В конце концов достойная оплата их труда увеличивает гарантии, что наше здоровье в надежных руках.

ВОЛШЕБНЫЙ «ГАММА-НОЖ»

Стереотаксическая радиохирurgia приходит на помощь

— Как дела, Аля? — спрашивает Андрей Владимирович пациентку.

— Отлично! — отвечает девушка, которой, как кажется со стороны, в лоб вкручивают шуруп.

Действительно, как объясняет врач, костная фиксация есть: ведь металлическая рамка должна быть зафиксирована на голове. Но «шуруп» лишь ненадолго входит в кость, все это проходит под местной анестезией, поэтому переносится легко. И на этом, пожалуй, все мучения больного заканчиваются. Дальше будет работать облучение, которое практически не чувствуется. К вечеру рамку снимут, и улыбающаяся Аля со слегка подпорченной прической и ссадинами на лбу отправится домой.

У девушки опухоль слухового нерва. От операции она отказалась из-за боязни повредить лицевой нерв. На помощь пришла стереотаксическая радиохирurgia — метод прицельного облучения опухоли головного мозга гамма-лучами. «Гамма-нож» — как называют его врачи.

Этот метод освоили и применяют с весны этого года (26 апреля прошла первая операция) в НИИ нейрохирургии им. Бурденко РАМН, которым руководит академик РАМН и РАН А. Коновалов.

«Гамма-нож» — установка, сконструированная шведским нейрохирургом Ларсом Лексалом, — говорит заведующий отделением радиологии и радиохирургии доктор медицинских наук Андрей Голанов, в чьем ведении и находится эта новейшая техника. — Применяют ее во всем мире уже с 1968 года, прооперировано около 250 тысяч пациентов, но только недавно у нас в Москве при участии московского правительства смогли закупить оборудование и запустить операции.

«Гамма-нож» излучает пучки ионизирующей энергии от 201 источника гамма-излучения радиоактив-

ного кобальта (Co-60). Через отверстия в коллиматорном шлеме она точно направляется на глубинно расположенное поражение головного мозга. Каждый луч достаточно слаб, чтобы повредить здоровые ткани мозга на пути к опухоли. Но, собираясь все вместе, они обеспечивают достаточно высокую дозу радиации, необходимую для лучевого повреждения патологического очага.

— Это очень точный метод. Луч фокусируется до долей миллиметра. Поэтому и идет такая жесткая фиксация головы с помощью рамки, — говорит Андрей Владимирович.

Комната с множеством компьютеров — это операционная отделения. Врач не спеша может рассматривать «объект» на экране, вращать его, изучать положение соседних органов. Потом он с помощью компьютера рассчитывает всю операцию и запишет ее в виде программы. Именно эта программа и будет управлять установкой «Гамма-нож». Сеанс длится от нескольких минут до часа. Пациент находится в сознании и может общаться с врачом по видеосвязи.

Конечно, нельзя сказать, что облучение это совсем уж безвредно. Иногда может наступить лучевой некроз мозговой ткани вследствие повышенной чувствительности пациента. Так что больному советуют, что лучше выбрать — иногда проще прооперировать, ведь если все пройдет удачно, то опухоль исчезнет в момент (при облучении только останавливается рост).

Врачи подчеркивают, что они работают вместе с нейрохирургами, не заменяют их. Просто бывает иногда,

что нельзя делать операцию, например, через опухоль проходит сонная артерия, которую можно задеть. Или рядом располагаются зрительные нервы, и тоже есть большая вероятность их повредить. Особенно показано облучение большим с метастазами, которых бывает несколько и которые очень трудно оперировать обычным способом. Стереотаксическое облучение в этой ситуации позволяет поддерживать более высокое качество жизни.

— Для больного радиохирургическое лечение проходит легче, — гово-



рит Андрей Владимирович, долгое время проработавший нейрохирургом. — Нет этой дряхлеющей несколько часов сложнейшей операции под общим наркозом, с тяжелым послеоперационным периодом, да и осложнений при хирургическом вмешательстве бывает больше, чем при облучении.

Эффективность стереотаксического лечения при таких доброкачественных опухолях, как менингиома и невринома, доходит до 95 процентов. Но операция на «Гамма-ноже»

проводится только один раз (невозможно повторно установить рамку на то же место), да и не всегда она показана. Есть ограничение по объему — опухоль не должна превышать в объеме 3 см.

Еще в отделении есть и другая дорогая установка стереотаксической хирургии и терапии — «Новалис». Установка вращается вокруг зафиксированной головы больного, есть возможность и вращения стола. Облучение идет с разных проекций, всем процессом опять руководит написанная заранее врачом программа — она выставляет контур луча строго по контуру опухоли, включает и отключает луч.

При нас в установку для проведения процедуры ложится женщина. Волосы тщательно уложены, никаких шурупов в голову, больная просто «прикусывает» штырь рамки, как бы скрепляясь с ней — этого достаточно. Дальше голова помещается в прозрачный куб с метками, по которым начинается лазерная настройка установок.

Врачи объясняют, что женщина проходит 30 сеансов — забегает каждый день на пять минут — и дальше бежит на работу. Благодаря избира-

тельному и точно рассчитанному воздействию облучения пациенты переносят процедуры очень легко.

Покидая институт — кстати, потрясающе красивое современное здание, отделанное внутри мрамором и малахитом, со скульптурами, искусственными деревьями, никелем и «золотом», — обращаю внимание на объявление о продаже париков и ловлю себя на мысли, что прооперированным в отделении радиохирургии они-то точно не понадобятся.

Ольга МАТВЕЕВА

ЭКГ НА ФОНЕ ПЕЙЗАЖА С ТУРБИНАМИ



ФОТО АЛЕКСАНДРА МАТКОШКИНА

От метро «Измайловская» до медицинского центра Мосводоканала «Оптим@мед» (Восточный округ) курсирует маршрутка того же Мосводоканала. Минут семь в пути и вот оно — здание клиники, желтоватого цвета, похожее на особняк. В холле уютная мягкая мебель. На розовато-бежевых стенах — картины, подаренные тем же Мосводоканалом. На каждой пейзаж с реками, озерами и даже водопроводными станциями, турбинами... И только о поликлинике здесь мало что напоминает. Даже регистратура отсутствует: амбулаторные карты здесь существуют лишь в электронном виде.

У этого центра есть своя предистория. Раньше цеховые медпункты Мосводоканала (МВК) были разбросаны по всему городу и области. Туда выезжали бригады медиков принимать работников этой крупнейшей организации. Постепенно накопилась приличная база о состоянии их здоровья. И руководство столичного водопровода пришло к выводу, что нужно организовать медцентр, с учетом специфики организации.

Мы ориентируемся на оказание помощи людям, занятым тяжелым физическим трудом, — рассказывает главный врач центра «Оптим@мед» доктор медицинских наук Заида Абакаровна Мусаева. — Ведь Мосводоканал — это водопроводные станции, канализационные сети: их эксплуатация весьма трудоемка. Мы должны учитывать специфику деятельности своих подопечных. В основном в МВК трудятся люди среднего возраста. Соответственно им свойственен и букет возрастных заболеваний: сердечно-сосудистые, опорно-двигательного аппарата, эндокринной системы и избыточный вес. Лечение всех этих заболеваний занимается центр, а в случае необходимости будет направлять своих пациентов в другие медицинские учреждения. Скажем, если больному-сердечнику понадобится углубленное лечение, то он получит направление в специализированное кардиологическое учреждение.

В центре больше внимания уделяют диспансеризации. Ведь она позволяет осуществлять раннюю диагностику заболеваний. Занимаются здесь и профилактикой. Все сотрудники Мосводоканала будут проходить профилактические осмотры один-два раза в год. «Лечебный дом» — так называют центр и сами его сотрудники, и работники МВК. И неудивительно, к больным тут относятся как к близким людям... Один из главных принципов — уделять пациенту столько времени, сколько нужно: полчаса, час... Кстати, в районной поликлинике согласно нормативам врач должен обслужить пять человек в час. Принцип «оптимального времени в медицине» заложен и в название центра — «Оптим@мед». Ну а интернетов-

ский значок @ напоминает о том, что речь идет о медицине нового века.

Этот центр оснащен современным медицинским оборудованием: немецким, японским, американским. В кабинетах европейская медицинская мебель.

Все чудеса современной медицины, которые мне удалось тут увидеть, в одном репортаже не опишешь. Остановимся лишь на некоторых.

Во многих поликлиниках внутриглазное давление измеряют с помощью «гирьки», которая слегка прикасается к глазу. Здесь на помощь пришел бесконтактный тонометр, работа которого основана на воздушной волне. Поток воздуха, достигнув глазного яблока, возвращается в прибор, после чего на мониторе появляется результат.

А вот бегущая дорожка, похожая на обычный тренажер. Она позволяет проверить работу сердца. Эту систему используют кардиологи для выявления скрытых нарушений в работе сердца, в том случае, если ЭКГ их не показывает.

Тут созданы все условия для того, чтобы для борьбы с недугом использовать комплексный подход. К примеру, если у человека заболевание опорно-двигательной системы, то традиционными для наших поликлиник таблетками и массажем не ограничатся. Предложат при наличии показаний иглотерапию, физиотерапию, массаж, грязь. Кстати, для грязелечения используют только торфяные грязи Тверской области. Они легче переносятся организмом, чем иловые, и у них мало противопоказаний.

Сначала сухие грязи попадают в активатор, затем автоматически размешиваются с водой, разливаются по подносам и прогреваются в термосах. Затем помещаются в специальную упаковку и используются как теплый компресс. Когда биологически активные вещества накопятся в коже и подкожной клетчатке, из этого «депо» по крови отправятся по внутренним органам.

Принцип оптимальности в этом уютном доме на 800 квадратных метрах распространяется и на отбор медицинских кадров. Они должны быть не только высокообразованными специалистами, но и светлыми людьми. Как говорит Заида Абакаровна, в ее команде нет равнодушных докторов, несдержанных людей. Ведь если врач не в ладу со своими эмоциями, он обязательно передаст нервность пациенту и между ними возникнет та стена, которая не позволит оказать человеку нужную медицинскую помощь.

Этот лечебный дом не пахнет лекарствами. Как только переступаешь его порог, сразу оказываешься в удивительно теплой и доброжелательной атмосфере. Разве это не залог успешного лечения? Елена ВОЛКОВА

Люди, которые часто едят рыбу, в 2,5 раза реже умирают от сердечных приступов, утверждают ученые. В рыбе всего 80 мг холестерина на 100 г продукта. Достаточно всего 200 граммов рыбного филе в день, чтобы взрослый человек получил необходимую норму белка.

Кроме того, в рыбе есть кальций, калий, йод, натрий, фосфор, магний, витамины А, В1, Д, Е. Морская рыба и морепродукты повышают иммунитет.

Русские врачи лечили малокровие зернистой и паюсной икрой, а сердце — печенью и икрой трески. Рыбий жир полезен при диабете, уменьшает боли в суставах, снимает головную боль.

Японцы предпочитают свежую сырую рыбу — кету, севрюгу, тунца, которых едят с соевым соусом и овощами. Однако нам сырую рыбу употреблять не стоит. Она не является для нашего организма органичным продуктом. Рыба должна быть хорошо проваренной, прожаренной или пропеченной.

НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА СОВЕТУЕТ

Для общего укрепления организма ежеднев-

МОРСКОЙ ДОКТОР

но пейте по 2 — 4 стол. ложки рыбьего жира в течение месяца.

При ревматоидном артрите: пить утром и вечером по 1 стол. ложке рыбьего жира, такое средство восстанавливает хрящи.

Не следует злоупотреблять селедкой и другой соленой рыбой. Это чревато повышением давления, головной болью, сердцебиением, бессонницей, зудом. Длительный (более полугода) прием рыбьего жира плохо влияет на внутриклеточный обмен. Не стоит увлекаться жирной печенью тресковых рыб.

КАК ВЫБРАТЬ РЫБУ

Древние врачи говорили: лучшая рыба та, что обитает на большой глубине. Мясо рыбы должно быть ни сухим, ни жирным, ни жестким, а

как бы рассыпчатым, с приятным вкусом.

Свежая рыба покрыта прозрачной слизью, брюшко ее не раздуто, чешуя прилегает к телу, глаза прозрачные, блестящие, упругие, выпуклые. Свежая рыба тонет в воде. Хранят ее в холодильнике при 4 — 5 градусах, завернув в целлофановый пакет или пергамент. Сельдь хранят в темном прохладном месте. Не ставьте в морозильник копченую рыбу, консервы, икру, вяленую и соленую рыбу. Размороженную рыбу снова не замораживают.

И еще... Рыба не сочетается с молоком, яйцами, мясом, без хлеба переваривается лучше. Для жарки больше подходят жирные виды — камбала, салака, палтус, сардины.

Наталья ЕРМОЛАЕВА