

В народе недаром говорят: ревматизм лижет суставы и кусает сердце. Статистика подтверждает, что в столице на тысячу москвичей старше 55 лет один обязательно болен артрозом или полиартритом. Эти болезни сопровождаются мучительными болями и плохо поддаются лечению. Очень часто изношенные суставы можно спасти только с помощью протезирования. Сегодня наш собеседник - руководитель Московского городского центра эндопротезирования костей и суставов Городской клинической больницы имени С.П. Боткина доктор медицинских наук Виктор КУЗИН. В этом году он удостоен премии московского правительства за разработку и внедрение новых методов протезирования суставов.

Виктор Васильевич, болезнями времени почему-то считаются диабет, ишемия, атеросклероз, но мало кому из доживших до пятидесяти удается избежать артрита или артроза. Этими болезнями страдали и наши предки, особенно русские аристократы. Им подвержены и представители так называемого дна - алкоголики, бомжи, и люди, занимающиеся самым тяжелым физическим трудом, - шахтеры, металлурги, нефтяники, строители. Выходит, заболевания суставов можно назвать болезнями всех времен и народов?

- Как правило, артриты и артрозы - это болезни возраста. Чем дольше будут люди жить, тем больше у нас пациентов. С годами обмен веществ нарушается, что приводит к дегенеративным изменениям суставов. Но часто эти болезни поражают человека и в трудоспособном возрасте. Если вовремя провести удачную операцию, можно надолго вернуть пациента к нормальной жизни. Он, конечно, уже не сможет работать грузчиком или продолжать профессиональную спортивную карьеру, но в обычной жизни позволит себе все, кроме тяжелого физического труда.

- Почему спортсмены, которые всю жизнь активно двигаются, к сорока годам становятся инвалидами? У них болит спина, распухают колени, изуродованы пальцы рук и ног...

- Профессиональный спорт и физическая культура - это разные вещи. Спортсмены часто страдают заболеваниями суставов от перегрузок. Дозированные же занятия спортом, кроме пользы, организму ничего не приносят. Гимнастика, лыжи, бассейн в любом возрасте позволяют сохранить здоровье и физическую активность. Об этом нужно вовремя задуматься каждому,

АРТРИТОМ БОЛЕЛИ ДАЖЕ ДИНОЗАВРЫ



ФОТО АНДРЕЯ НИКЕРИЧЕВА

операций, благодаря которой пациент быстрее реабилитируется и уже на третий - пятый день может отправиться домой. В нашей клинике делают операции с минимальным повреждением мягких тканей и без рассечения мышц. Такая операция длится час-полтора. Появилась реальная возможность довести большинство этих операций до уровня амбулаторных.

- Виктор Васильевич, однажды во время беседы с главным врачом Института имени Склифосовского Александром Сергеевичем Ермоловым я поинтересовалась, не считает ли он профессию хирурга самой страшной. Как вы ответите на этот вопрос?

- Это моя профессия, в которой я уже более двадцати лет. Образование получил в Военно-медицинской академии, служил врачом на подводной лодке, в военных госпиталях. Деятельность, как и любого врача, направлена на избавление от боли и страданий. Именно поэтому я взялся за разработку новой технологии - чтобы облегчить эти страдания. Три года я работаю в Боткинской, за эти годы многое удалось сделать. Сейчас наша задача - устранить боль в раннем послеоперационном периоде и максимально сократить срок возвращения пациентов к нормальной жизни.

- Каждый день с утра до вечера по радио можно слышать рекламу различных средств, мазей и биодобавок, которые якобы снимают боль при артритах. Они что, действительно могут помочь?

- В начальной стадии заболевания, при практически здоровых суставах - может быть. А вообще лично я не на-

блюдал положительных эффектов. Это скорее психологическая помощь. Человек помазал больное место - и ему кажется, что полегчало... Психологический момент при заболеваниях суставов в принципе имеет большое значение. Один приходит со своей болью и настроен на то, чтобы не только избавиться от нее, но и стать полноценным, активным человеком. Другой погружен в свою болезнь, она становится для него образом жизни. Тут есть над чем поработать психологам и врачам амбулаторного звена здравоохранения. При заболевании суставов человек теряет работу, профессию, рушится карьера. И нужно помочь поверить ему в свои силы, в профессионализм врача. После операции абсолютное большинство больных становятся трудоспособными и полностью реабилитируются в социальном плане.

- Каковы первые признаки артрита, других заболеваний суставов?

- Чаще всего начинается с болей в колене. Если ощущаются боли в бед-

В США ежегодно делается 350 - 400 тысяч операций на суставах в год. В России - не более 10 тысяч. Реальная потребность - в десятки раз больше.

...В клинической больнице имени Боткина в прошлом году прооперировали 220 человек. В этом году с января по июнь выполнено около 200 операций. Конструкции протезов стоят очень дорого: они изготавливаются из таких прочных и химически чистых материалов, как титан, кобальт, хром, молибден. Но для москвичей они обходятся бесплатно: расходы оплачивает Департамент здравоохранения. Сейчас к этой работе подключаются и фонды социального страхования.

рах, тоже имеет смысл показаться специалисту. Чем скорее - тем лучше. Потому что при данной патологии всегда происходят необратимые процессы в костях, позвоночнике и во всем организме. Лечить это может только специалист. Заболели суставы - идите к специалисту. Мази, которые рекламирует радио, обычно не помогают.

- Клиническая Боткинская - старейшая из московских больниц. Позволяет ли оборудованное качественно лечить и оперировать, осуществлять свои идеи?

- Общий фонд травматологических отделений нашей больницы составляет 180 коек. Но этого часто не хватает. Департамент здравоохранения Москвы делает все возможное, и скоро у нас откроются два новых отделения с самым современным оборудованием. Для меня это - радость года. У нас очень большой коллектив, большинство врачей - кандидаты медицинских наук. Все по-настоящему болеют за свое дело, поэтому у клиники большие перспективы. А значит, они есть и у наших пациентов.

Аррит - одна из самых древних болезней, известных человечеству. При изучении египетских мумий у них был обнаружен артрит. Артритом болели динозавры. Это так называемая болезнь прямохождения. Все, кто передвигается на четырех лапах, - кошки, собаки, зайцы, слоны и прочие четвероногие - не знают, что такое патология суставов.

тем более что стоит вопрос об увеличении работоспособного возраста, о более позднем уходе на пенсию.

- Кто все-таки больше подвержен заболеваниям суставов?

Во-первых, большую роль играет генетика. Плохие суставы могут передаваться по наследству. В молодости это можно не замечать и даже добиться высоких результатов в спорте. Но с возрастом, когда происходят нарушения обмена веществ, болезнь начинает прогрессировать, и дело может кончиться инвалид-

ностью или операцией. В группе риска также люди, которые в детстве и молодости имели тяжелые физические перегрузки, страдающие избыточным весом, аутоиммунными заболеваниями, алкоголики и наркоманы. Заболевший испытывает сильнейшие боли и днем и ночью, полностью выключается из жизни.

- Виктор Васильевич, за что вам вручили премию московского правительства?

- Мы разработали новую технологию

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

«К»огда речь идет об артрите, движение причиняет боль, а неподвижность убивает», - так говорят многие врачи.

Значит, движение должно быть правильным. Этому может поспособствовать йога. «Йога учит движениям с правильным регулированием суставов, - считает американский врач Мэри Шатс. - Это по-

могает вернуть деформированные суставы в нормальное положение». Сейчас в Москве масса медицинских центров, которые могут предложить свои услуги в занятиях йогой.

Но если это не по карману, можно дома самому заняться собой. Аэробика, танцы под музыку, растяжки, велосипед или плавание - то, что нужно.

Особенно полезны любые упражнения в воде.

Казалось бы, баня и сауна облегчают суставные боли. Но суставы не рекомендуют греть, пока не выяснена причина их заболеваний. Когда сустав перегружен или перенапряжен, скорее пригодится лед - его можно накладывать с перерывами на двадцать минут.

Артриты и артрозы почти совсем не болят жители Севера и Средиземноморья - в их рационе много рыбы и мало мяса. Делайте выводы!



ФОТО АЛЕКСАНДРА ГАЛКОВА

ОСА ЖАЛИТ ОСЕНЬЮ

Честно говоря, более мерзких насекомых трудно придумать. Они стаями кружатся вокруг арбузных и дынных развалов, садятся на мясо, выгрызают кусочки и улетают. Очень любят полакомиться пивом или шампанским. Если комары хотя бы служат пищей для птичек, что немножко оправдывает их в том, что служат пищей для них мы сами, то факт существования ос трудно оправдать: птицы и животные ими питаются не могут. Исключение составляет ежик, который поглощает даже ядовитых змей. Осы не предупреждают о нападении -

кусают неожиданно, коварно и больно...

Весной мы обнаружили у себя на даче осиные гнезда. Все они сделаны... из бумаги: у осы есть челюсти, которыми она умеет хорошо работать, отщепляет кусочки от коры деревьев, фонарных столбов, мнет и прессует их во рту, постоянно смачивая слюной. Но частенько жертвами осиных «челюстей» становятся люди. Если увидели осиное гнездо весной, постарайтесь любым способом избавиться от него, иначе осенью эти насекомые станут хозяевами вашей дачи. Осенью, когда начинаются брачные полеты, осы особенно агрессив-

ны. Укус одной осы не так уж страшен. Но если сразу покусали несколько ос, лучше принять самые серьезные меры.

Рассказывает доктор медицинских наук, аллерголог Нина Алексеевна Колчанова:

- На укусы ос у многих аллергия, возможны резкое повышение температуры, головные боли, даже судороги. Поэтому летом и осенью лучше постоянно носить с собой антиаллергенные препараты. Хотя бы простейший супрастин. Пострадавшему ничего горячего не пить. По возможности положить лед на отеки, пить холодную воду. И - срочно вызывайте врача!

**СТАРИЙ
ЛЕКАРЬ**

НОВАЯ АПТЕКА
м. "Выхино"

Ул. Хлобыстова, д. 26, стр. 2

Режим работы:
ежедневно с 8.00 до 21.00
Суббота, воскресенье с 9.00 до 21.00

Срок действия скидки до 1 ноября
Тел.: 967-72-46

5%

ПСОРИАЗ ОТСТУПАЕТ

В США "Лома Люкс Псориасис" успешно применяется с 1990 года, в России с 1999 года!

"Лома Люкс Псориасис" производства Loma Lux Laboratories США - природное минеральное гомеопатическое средство для лечения больных псориазом.

Микродозы активных ингредиентов "Лома Люкс Псориасис" (никель и бромиды) активируют обмен веществ, способствуют восстановительным процессам, оказывают успокаивающее действие.

Исчезает зуд, прекращается шелушение, рассасываются псориазные бляшки, нормализуется сон, улучшается общее самочувствие.

Применяется внутрь один раз в день!
"Лома Люкс Псориасис" эффективен, хорошо переносится и не вызывает побочных явлений

"Лома Люкс Псориасис" очистит вашу кожу НАДОЛГО!

www.gritonika.ru

154-96-24, 797-63-66, 788-11-00, 105-07-25