

НУ ЕЕ В БОЛОТО?

КОЛЛАЖ АЛЕКСАНДРА МАТЮШКИНА



«Впился как пиявка», - говорим мы по привычке. Хотя большинство современников слабо представляют себе, что это такое. Между тем пиявка - настоящая биохимическая лаборатория.

В ее слюне находятся гирудин, препятствующий свертыванию крови, различные ферменты, ингибиторы, уксус, гистаминоподобные вещества, которые оказывают на человека как общее действие, так и местное. При укусе пиявки происходит кровопускание на уровне капилляров, артериол, венул и лимфатических сосудов. В результате у человека нормализуется температура, снижается давление, сахар в крови, рассасываются микротромбы, включаются антисептический, противоотечный и обезболивающий механизмы.

Чаще всего лечение пиявками, или гирудотерапию, применяют при венозном застое в органах и тканях, лимфостазе, тромбозе артерий и вен, сгущении крови, нарушениях трофики тканей. Но пиявка, конечно, не панацея. Она лишь облегчает течение основного заболевания. А когда сеансы частые и со множеством пиявок, это даже может нанести вред больному. При гирудотерапии лекарства, назначенные врачом, не отменяются!

Противопоказания к гирудотерапии: пониженная свертываемость крови; истощение организма; гипотония; беременность; индивидуальная непереносимость; детский возраст.

Для лечения подходят лишь медицинские пиявки, купленные в аптеках, а не на Птичьем рынке.

Пиявок держат в банках с отстоянной водой - но не кипяченой, не родниковой, не колодезной. Банку нельзя мыть моющими средствами, добавлять в нее подкормку в виде сахара, меда. Пиявки не любят резких запахов, шумов, яркого света. Дезодоранты, духи, пот им тоже не по вкусу.

Длина взрослой лечебной особи от 7 до 20 мм, средний размер 12 мм. Вес около 3 г. За час она может забрать у человека до 15 мл крови. Насытившись, отпадает. Кровотечение из ранки иногда продолжается часами, и за это время можно потерять еще около 50 мл. Для лечебных целей используют голодную, активную особь. При необходимости извлечь небольшое количество крови, ставят маленьких пиявок и на короткое время. Если сама она не отпадает, следует капнуть на нее раствором соли. И еще... Через пиявку ничем нельзя заразиться!

Ранку нельзя обрабатывать йодом, спиртом, зеленкой. На нее накладывается стерильный тампон, салфетка, а сверху - толстый слой ваты и бинт.

Валерий ПЕРЕДЕРИН,
врач

Зимой мы особенно много едим рафинированных и консервированных продуктов - хотя природа предоставляет нам вполне достаточно своих даров, чтобы сделать наш рацион вкусным и полноценным.

НОЧЬ ДЛИННЕЕ - АППЕТИТ СКРОМНЕЕ

В ЗИМНИЙ ПЕРИОД ГОДА СОБЛЮДАЙТЕ НЕХИТРЫЕ ПРАВИЛА:

Не наедайтесь на ночь. Лучше выпейте перед сном стакан томатного сока или кефира, съешьте немного творога или овощей. Хорош и напиток из шиповника.

Завтрак должен быть только горячим, но вместо крепкого чая или кофе лучше выпить стакан теплого молока или травяной чай с медом.

Хлеба нужно есть меньше, полезны на завтрак пюре из яблок с медом, морковью, сметаной, овсяные и другие каши.

Пейте больше жидкости, чтобы удалить шлаки из организма. Включайте в меню свежие соки, минеральную воду с лимоном, настои мяты, липы, малины, а еще сок... квашеной капусты. Он омолаживает, бодрит, дает витамин С, улучшает цвет лица.

Избегайте чрезмерно сухой пищи и слишком жирной - она способствует вялости и потере аппетита. Холодная пища, а также чрезмерное употребление кислого ведет к дряхлости. Острое и соленое вредно для желудка в любое время года.

Наталья ЕРМОЛАЕВА

В очереди у кабинета терапевта, как правило, слышен кашель. И неудивительно: это один из самых распространенных симптомов целого ряда заболеваний - от ОРВИ, гриппа до бронхита и даже туберкулеза легких. Что делать, если начался кашель? Бежать в аптеку за лекарствами? Не спешите, сначала необходимо выяснить причину недомогания.

Если вы кашляете, следует обратиться к врачу, даже при нормальной температуре тела. Заболевания дыхательных путей могут протекать при незначительно повышенной температуре или вовсе без нее. Помочь в постановке диагноза может характер кашля. Поэтому врачи и обращаются иногда к пациентам с просьбой: «Пожалуйста, пожалуйте». Сухой кашель, как правило, бывает в самом начале острого ларингита, трахеита, бронхита, пневмонии. Постоянный кашель сопровождает хронические заболевания глотки, гортани, трахеи, хронический бронхит, заболевания органов кровообращения. У тех, кто курит, - преимущественно по утрам, влажный, но с трудно отделяемой мокротой (кашель курильщика).

В зависимости от типа кашля применяют разные лекарственные средства.

При сухом эффективны препараты: тусупрек, стоптуссин, либексин. Последний значительно снижает раздражение слизистой оболочки трахеи и бронхов, но может вызывать побочное действие в виде тошноты. При влажном кашле рекомендуются бромгексин, мукалтин, бронхikum и другие лекарственные средства, обладающие отхаркивающим действием. Противокашлевые препараты принимают 3-4 раза в день независимо от приема пищи.

При отделении большого количества мокроты противокашлевые препараты противопоказаны.

Фитотерапия зачастую эффективнее медикаментозного лечения, так как оказывает комплексное действие. Отвары и

КАК ПОБЕДИТЬ В ПОЕДИНКЕ С КАШЛЕМ

настои не только подавляют кашлевый рефлекс, но и снимают воспаление слизистой оболочки гортани, трахеи, улучшая свойства мокроты. При частом сухом кашле эффективны корневища и корни валерианы лекарственной, трава чабреца, корневища и корни синюхи голубой, травы роснянки круглолистной, душицы обыкновенной. Обволакивающие и противовоспалительное действие оказывают корни, листья и цветки алтея лекарственного, корни солодки голой, листья и цветы коровяка скипетровидного, почки сосны обыкновенной, трава багульника болотного и другие растения. Улучшают отделение мокроты трава термопсиса ланцетного, корни, корневища, цветки и листья первоцвета весеннего, трава фиалки трехцветной, плоды и семена аниса обыкновенного, листья и цветки мать-и-мачехи обыкновенной. Расширяют просвет бронхов, облегчают дыхание трава эфедры хвощевой и двухколосковой, корни солодки голой, трава фиалки трехцветной, плоды фенхеля, корни и корневища истода сибирского.

При **ХРОНИЧЕСКОМ ФАРИНГИТЕ, ЛАРИНГИТЕ, ТРАХЕИТЕ, БРОНХИТЕ**, когда кашель сухой, раздражающий, эффективны следующие сборы. Плоды фенхеля - 1 часть, листья мяты перечной, цветки ромашки лекарственной, листья шалфея - по 3 части. Чайную ложку сбора (с верхом) заварите стаканом кипятка, настаивайте в течение получаса,



ФОТО АЛЕКСАНДРА МАТЮШКИНА

процедите. Настой используйте для полоскания горла.

Корень солодки, трава фиалки трехцветной, листья мать-и-мачехи, листья медуницы - в равных частях. Заварите стаканом кипятка, настаивайте пол-

часа, процедите и выпейте в теплом виде небольшими порциями в течение дня.

Состоянию больного **ОБСТРУКТИВНЫМ БРОНХИТОМ** при кашле с трудно отделяемой мокротой и одышкой помогут такие сборы.

дые 2-3 часа, в период ремиссии - 2-3 раза в день.

Трава фиалки трехцветной - 2 части, почки сосны - 2 части, трава подорожника - 1 часть, корень синюхи - 1 часть. 2 столовые ложки сбора залейте 2 стаканами кипятка, настаивайте 20 минут, процедите. Принимайте по 1/4 стакана 3-4 раза в день в течение 8-10 дней.

Если у вас **ХРОНИЧЕСКИЙ ТРАХЕИТ** или **НЕОБСТРУКТИВНЫЙ БРОНХИТ** и отделяется слизисто-гнойная мокрота, воспользуйтесь сбором: листья мать-и-мачехи, трава душицы, лист эвкалипта - в равных частях. Столовую ложку сбора залейте стаканом кипятка, настаивайте 15-20 минут, процедите. Принимайте по 1/3 стакана 3-4 раза в день. Курс лечения - 4-6 недель. **ИНГАЛЯЦИИ** можно делать на основе указанных отваров и настоев. Также весьма эффективны ингаляции с использованием настоя сосновых почек (столовую ложку почек залейте стаканом кипятка) и щелочные (чайная ложка пищевой соды на литр кипятка), минеральные (подогрейте стакан боржоми).

При активном лечении кашель обычно прекращается через две недели. Если состояние не улучшается, стоит тщательно обследоваться, лучше в специализированном пульмонологическом отделении, где есть возможность провести не только рентгеноскопию и бронхоскопию, но и микробиологическое и цитологическое исследование мокроты. С помощью этих и других современных методов диагностики можно точно определить, почему заболевание затягивается, а значит, избежать перехода заболевания в хроническую форму.

Подготовила
Светлана ГУСЕВА

В материале использованы рекомендации профессора И.П. ЗАМОТАЕВА

МАТРИКС - ПРЕПАРАТ XXI ВЕКА



Ежедневные стрессы, напряжение, активный образ жизни постепенно увеличивают риск утраты трудоспособности из-за болезней суставов и позвоночника. **МАТРИКС** - новейшая разработка наших специалистов.

Цель создания **МАТРИКСА** состоит в том, чтобы в достаточном количестве дать организму весь "строительный материал", необходимый для восстановления суставной жидкости, хряща и соединительной ткани. Входящий в комплекс хондроитина сульфат - один из основных структурных составляющих хряща, который стимулирует регенерацию (обновление) хряща, поддерживает вязкость синовиальной жидкости и оказывает анальгетическое и противовоспалительное действие.

Клинические испытания доказали эффективность лечения при таких заболеваниях, как артрит, артроз, коксартроз, остеоартроз, гонартроз, дорзопатия, дегенеративная этиология (остеохондроз, остеопороз, спондилит, спондилез), отложение солей и др., особенно для лиц пожилого возраста.

Способствует восстановлению позвоночных дисков и костной ткани, а также после переломов и спортивных травм.

Улучшает питание и состояние кожи, волос и ногтей. Не имеет аналогов в мире.

Получить консультацию и заказать препарат вы можете

с 10 до 19 часов (кроме воскр.) по тел.: 8(095) 730-18-49

Свид. о гос. регистрации № 77.99.03.31.0512.6.05 от 14.06.2005 г.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЭРОЗИИ, КИСТЫ И МИОМЫ

Эти заболевания - общая беда сотен и тысяч российских женщин. Как правило, предлагают операцию, между тем как препарат, который способен помочь, уже существует.

Натуральный комплекс По д'Арко - естественная альтернатива гормональной терапии и хирургическому вмешательству. Он лечит такие заболевания, как:

- ✓ миома
- ✓ кисты яичников
- ✓ эрозия шейки матки
- ✓ воспаления придатков
- ✓ нарушения менструального цикла
- ✓ молочница
- ✓ недержание мочи
- ✓ симптомы менопаузы (приливы жара, раздражительность, повышенная утомляемость)
- ✓ фригидность (отсутствие полового влечения)

✉ "Мне 63 года. Болячки появляются такие, о каких даже не знала, что они существуют. Гинеколог предлагает операцию, но в свои годы не хотелось ложиться под нож. Прочитала в газете о комплексной терапии препарата **По д'Арко**. Решила пройти курс лечения. И теперь живу спокойно, в поликлинику хожу только раз в полгода на осмотр".

А.В. Волкова

✉ "В 2000 году у меня обнаружили опухоль на шейке матки. Что только я не пережила, пока ждала результатов анализов. Слава богу, онкологию не обнаружили - это была миома. Врачи предложили операцию. Но, оказывается, миома успешно лечится без операционного вмешательства и гормональной терапии. Спасибо специалистам **По д'Арко**. В свои 48 лет я чувствую себя, как говорят: "45 - баба ягодка опять".

М.И. Фомина

№ сертификата 004440.и.840.082002

Звоните и заказывайте! Тел. 106-95-74
Время работы - с 10.00 до 20.00 ежедневно
Льготникам - скидки