

Так какое же лечение наиболее эффективно? Можно ли избежать желчнокаменной болезни и как? Об этом мы беседуем с доцентом кафедры факультетской хирургии № 2 Фикретом НАСИРОВЫМ - хирургом Московской медицинской академии им. И.М. Сеченова, базирующейся в московской городской больнице № 61.

- Фикрет Набиевич, как известно, существует экстракорпоральная ударно-волновая литотрипсия – дробление камней с использованием различной физической энергии. Почему же медики считают, что операция лучше?

- Камни надо удалять вместе с желчным пузырем не потому, что он содержит камни, а потому, что он их продуцирует. Конечно, обойтись дроблением камней – идея заманчивая для больных, но при ударно-волновой литотрипсии раздробить конкремент до состояния пыли практически не удается, а образующиеся при этом небольшие фрагменты попадают в желчные протоки, закупоривают их, вызывая острый процесс – холецистит, панкреатит. И операции все равно не избежать. Другое дело – дробление камней в почках, там все частицы имеют прямой выход, и результат литотрипсии значительно лучше. Так что консервативные методы лечения рассматриваются как вспомогательные, их применяют в исключительных случаях – например, при лечении пожилых людей с сопутствующими сердечно-легочными заболеваниями. Этот вопрос должен решать только хирург.

- А медикаментозное растворение камней? Существуют ли такие препараты?

- Существуют, но они эффективны при состоянии «предкаменная» – когда в желчном пузыре появился песок или уже сгустилась слипшаяся масса. Если такое состояние своевременно обнару-

жено, можно обойтись без операции. Иногда можно растворить и выгнать небольшие камни – в зависимости от их состава, поскольку по химическому строению они тоже разные. Но в дальнейшем нужно постоянно следить за желчным пузырем, так как камни могут образовываться снова.

КАМЕШКИ ЗА ПАЗУХОЙ

Желчнокаменная болезнь, сокращенно именуемая медиками ЖКБ, стала сейчас почти неотъемлемой приметой цивилизованного общества. Во всем мире ученые отмечают рост этой патологии. Причин ее множество, а методов лечения всего два – хирургический и консервативный. Но помочь нехирургическим способом можно всего 15 процентам больных, утверждают специалисты, да и то не радикально – камни в желчном пузыре часто образуются снова.

- Значит, болезнь можно предотвратить?

- Можно. Но чтобы знать, как это сделать, нужно иметь представление о механизме камнеобразования. Их два – механический и биохимический. В первом случае что-то препятствует выходу желчи из пузыря, например, дефекты его шейки и протоков – они порой бывают длинными, извитыми, а их складки закрывают проток. Или хронические воспаления в том месте, где желчный проток открывается в двенадцатиперстную кишку, – панкреатит, язва, дивертикулы (мешочки, выпячивания кишки), аденома. Все это затрудняет эвакуацию желчи. А бывает, что человек просто долго не ест, сигнала на выброс желчи для переваривания пищи не поступает, а она продолжает вырабатываться – печень за сутки выделяет до 1,5 литра желчи. Куда ей деваться? Жидкая часть, состоящая из во-

ды, всасывается, а составные элементы – желчные кислоты, пигменты, микроэлементы и т.д. – пузырь концентрирует, сгущая почти в 10 раз. Такой концентрат – хорошая почва для выпадения осадка, будущего камня.

Механической причиной может стать и гепатит – болезнь Боткина. Ведь желчный пузырь –

механический состав желчи. А тут еще гормональные противозачаточные средства, которыми женщины Европы стали пользоваться почти поголовно. Результат: европейские медики заметили распространенность желчнокаменной болезни среди тех, кто пользуется такими контрацептивами.

ся, при этом нарушается венозный отток и циркуляция крови в капиллярах. А при нарушении микроциркуляции начинается воспаление – вплоть до некроза в стенке пузыря. Так что нельзя допускать никакого самолечения, особенно лекарствами, которые навязчиво рекламируются в печати и по телевидению.

правило, концентрация холестерина, жирных кислот в крови увеличена. Заболевания желудочно-кишечного тракта, как уже говорилось, тоже предрасполагают к камням. В том числе операция на желудке и двенадцатиперстной кишке – в результате нарушения иннервации и, как следствие, эвакуации желчи. Но опять-таки многое зависит от самого человека – образа жизни, привычек.

Есть простейшие принципы, соблюдение которых предотвратит болезнь желудка и кишечника. Например, не переедать. То есть дневной рацион разделить на 5-6 приемов. Ведь для пищеварительных органов чем меньше порция пищи, тем легче они с ней справляются, ее усвоение идет эффективнее. Если же объем пищи избыточный, она не расщепляется до конца на элементы, образуются промежуточные продукты распада, где в результате гнилостных процессов появляются ядовитые вещества – фенол, индол. Признак этих крайне вредных гнилостных процессов – вздутие, брожение в кишечнике.

Эффективность переваривания пищи также намного улучшится, если постараться есть в одно и то же время. Не всегда и не всем это удается, но стараться надо. И еще один принцип – исключить крайности. Все чрезмерное вредно. Можно позволить себе крайности время от времени – на то существуют праздники. Когда обильная еда и питье случаются изредка, организм легко с этим справляется, но если стало системой – болезнь обеспечена, причем всякая, не только камни. Это простейшие истины, о которых люди порой и слышать не хотят: мол, надоело – не пей, не кури, не объедайся... Но насколько эти принципы просты, настолько и эффективны.

Мы, хирурги, исправляем уже состоявшийся факт. Задача пациента – не допустить, чтобы факт состоялся.

Лидия ИВЧЕНКО

КТО В ОТВЕТЕ ЗА ДЕТЕЙ

Сегодня в Москве из 1000 родившихся младенцев у женщин, которые наблюдают у медиков с момента возникновения беременности, умирает 6-8 малышей. До революции их было 300-400, – сказал на недавней пресс-конференции член-корреспондент Российской академии медицинских наук, главный педиатр Департамента здравоохранения города Москвы, директор Федерального научно-клинического центра детской гематологии, онкологии и иммунологии Александр Румянцев. Педиатр считает: такие показатели стали возможны потому, что еще в СССР была создана уникальная система детского здравоохранения. Она сложилась к 30-м годам, когда в медицинских институтах начали готовить врачей-педиатров. Эту систему удалось сохранить. Врачи-педиатры по-прежнему работают не только в поликлиниках, но и в школьных, и в дошкольных учреждениях.

- К 18 годам мы выводим во взрослую жизнь практически здоровыми 70 процентов детей, – подчеркнул Румянцев. – Остальные имеют разные хронические заболевания.

На первом месте – костно-мышечные, в том числе плоскостопие и нарушение осанки. Главный педиатр связывает это с тем, что в постсоветской России исчез приоритет физической культуры.

На втором месте – желудочно-кишечные заболевания. Причина их роста, по мнению Румянцева, в том, что питание современных детей значительно отличается от того, которое формировалось в России столетиями. Распространение приобретает быстрое питание, экзотические блюда и кухни.

И наконец, третья группа – глазные болезни, в первую очередь близорукость. Эту проблему врач связывает с так называемой ленью глаз. Увы, в городских условиях дети редко смотрят вдаль. В результате мышцы, управляющие хрусталиком, атрофируются.

- Большинство этих проблем, – сказал Румянцев, – связаны с небрежным отношением к своему здоровью, которое столь характерно для России.

На вопрос корреспондента «Московской среды», кто же должен отвечать за здоровье детей, врач пояснил: только семья! Если же она по каким-то причинам не выполняет своих обязанностей по сохранению здоровья потомства, этим должны заниматься центры медико-социальной поддержки. В Москве они уже существуют.

Румянцев считает, что даже детский пивный алкоголизм – не медицинская проблема, а скорее социальный недуг. Он стал возможен при отсутствии строгих законов, существующих ныне в большинстве цивилизованных стран.

- Если в США я приведу девушку лет девятнадцати в ресторан, то меня просто не обслужат, пока не докажу, что это, скажем, моя дочь, – подкрепил врач примером свой тезис.

Один из важных вопросов, на который обратил внимание Александр Румянцев, – необходимость строгой стандартизации медицинских услуг, в том числе в работе психологов. Сегодня эта категория специалистов есть в каждой московской школе, но нет четкого понимания их функций и ответственности за сделанную ими работу. «Если мы выработаем четкую систему медицинских стандартов и будем неукоснительно их придерживаться, – сказал в заключение главный педиатр столицы, – то добьемся существенного улучшения общего показателя здоровья юных москвичей».

Владимир ПОТРЕСОВ

Время от времени возникает мода на какое-то лечение. Вот и сейчас на прилавках магазинов не залеживается куркума – пикантная, имеющая тонкий аромат пряности. Многие решили, что она еще и панацея от всех недугов.

Как и все пряности, куркума действительно обладает лечебными свойствами. Восточные лекари считали, что она очищает кровь, улучшает пищеварение, лечит печень, и ее употребление в пищу позволяет человеку жить долго и без болезней.

Современные исследования все это подтвердили. Красивый желтый цвет и приятный, едва уловимый запах куркумы при добавлении ее в пищу делают еду более привлекательной и тем самым вызывает аппетит. Биологически активные вещества, содержащиеся в корневищах куркумы, увеличивают секрецию желез желудочно-кишечного тракта, усиливают процесс желчеобразования и желчевыделения, улучшая тем самым пищеварение и обмен веществ, обладают антибактериальными и противовоспалительными свойствами. Антиоксиданты, имеющиеся в пряности, способны защитить печень от болезней, вызываемых длительным приемом лекарств и чрезмерным увлечением алкоголем. Жирная пища и алкоголь при добавлении куркумы усваиваются с меньшим вредом для организма. У людей, предрасположенных к атеросклерозу, ее регулярное употребление в качестве приправы к блюдам снижает содержание холестерина в крови и значительно улучшает самочувствие.

В качестве диетического средства с полезными свойствами куркуму следует употреблять в пищу при болезнях желудочно-кишечного тракта с пониженной функцией печени и воспалительным процессом. Особенно полезна куркума при хроническом холецистите, так как наряду со способностью стимулировать желчеобразование и желчевыделение

ХОРОША КУРКУМА, НО ПУСТЬ НЕ СВОДИТ С УМА



ФОТО АЛЕКСАНДРА МАТЮШКИНА

обладает выраженным противовоспалительным действием и оказывает благоприятное воздействие на работу желудка и почек.

Тем не менее, поверив в полезные свойства куркумы, нельзя терять чувство меры. Ни в коем случае не стоит видеть в пряности лекарство. Противопоказаниями для ее употребления являются обостре-

ния гепатитов, холециститов и желчнокаменной болезни, гломерулонефрит, нефрит, беременность и индивидуальная непереносимость.

Куркуму хорошо добавлять в яичницы, омлеты и пудинги, блюда из риса, макарон, куриного, го-

мом начале приготовления еды. А чтобы не ломать себе голову относительно количества, можно руководствоваться простым правилом – добавлять куркуму на кончике ножа на 1 кг продукта.

Лекарство от простуды. Четверть чайной ложки порошка куркумы размешать в стакане молока, довести до кипения, слегка остудить и мелкими глотками выпить горячий отвар.

вяжьего и бараньего мяса, салаты и бульоны, заливные блюда из курицы и рыбы. В небольших количествах она улучшает аромат и цвет кондитерских изделий, маринадов, ликеров. Однако ее использование требует определенной осторожности, так как при передозировке ухудшается вкус продукта. Порошок следует добавлять в са-

При ожогах. Отрезать нижний лист алоэ, вымыть и выдавить сок, добавить щепотку порошка куркумы и растереть его. Нанести пасту на марлевую салфетку и приложить к обожженному месту на 5-10 минут.

Игорь СОКОЛЬСКИЙ,
кандидат
фармацевтических наук