

ЗМЕИНЫЙ ХАРАКТЕР

«Лижет суставы и кусает сердце» - пожалуй, эта фраза лучше всего дает представление о змеином характере ревматизма. Этой болезнью в России страдает около 10 процентов населения. Всемирная организация здравоохранения объявила 12 октября Днем борьбы с артритом. В прошлом году он проходил под хлестким девизом «Двигайтесь!» В этом - его девиз «Нюансы, которые имеют большое значение». Речь идет о приспособлениях и инновационных разработках, облегчающих жизнь больных.

Ревматоидный артрит относится к аутоиммунным заболеваниям. В их основе лежат реакции иммунитета, направленные против собственных органов или тканей организма. Почему организм начинает грызть сам себя? - на этот вопрос врачи пока ответить не могут. Раньше при ревматоидном артрите неизбежно наступала инвалидность. Но с тех пор, как появились генно-инженерные лекарства, которые назвали биологическими агентами, ревматизм отступает. Препарат-агент уничтожает антитела, которые вызывают воспаление суставов. При этом никакого вреда иммунной системе не наносится. Человек начинает нормально двигаться, боль уходит. Проблема, однако, в том, что лишь 1 процент больных могут получить современное лечение при помощи биологически активных моноклональных антител. Зато нуждаются в нем более 20 процентов.

Эта болезнь не знает ни возрастных, ни социальных границ. В Российском институте ревматологии лечатся даже двухлетние страдалцы. Ученым сейчас ясно, что ревматоидный артрит может быть обусловлен генетически. Но чаще

он нападает на тех, кому от 30 до 50 лет. Причем женщины страдают в пять раз чаще мужчин.

Если артрит не лечить, через лет пять человек становится инвалидом. Это означает не только неподвижность, но и постоянные сильные боли. Об опасностях, а также инновациях в лечении этого социально значимого заболевания рассказывали на пресс-конференции ведущие российские ревматологи. Им слово...

Академик РАМН, профессор, почетный президент Ассоциации ревматологов России В.А. НАСОНОВ: «Пять тысяч лет назад Гиппократ описал течение двух болезней суставов - подагры и ревматизма. С тех пор число таких патологий возросло до 100. Служба ревматологии была создана в СССР в 1958 году и сразу заработала очень эффективно. Врачи поняли, какие факторы могут запустить стартовый механизм болезни, и стали бороться не только с последствиями артрита, но и с причинами. А таковыми являются: ОРЗ, ангины, переохлаждение, стрессы. В советские времена много сил уделялось профилактической

работе, и она давала хорошие результаты. Кривая заболеваемости резко пошла вниз. Сегодня картина иная: 10 процентов населения России обращаются к ревматологам. Болезни суставов и костей можно назвать бичом нашего времени. У ревматиков быстрее изнашивается сердце, а это прямой путь к инфаркту».

Директор ГУ Институт ревматологии РАМН, президент Ассоциации ревматологов России, академик РАМН Е.Л. НАСОНОВ: «Сейчас удалось совершить настоящий прорыв в лечении болезни. Через сутки после введения моноклональных препаратов больные просто оживают. Мы не могли и мечтать, что доживем до времени, когда диагноз перестанет быть приговором. Новые технологии помогают больным начать двигаться, жить полноценной жизнью. Причем без операции! Обидно, что лишь 1 процент ревматиков в России могут получить необходимое лечение бесплатно. Болезни суставов косят и богатых, и бедных. Но если богатые могут заплатить за свое лечение, то бедным приходится годами стоять в очереди, чтобы



ФОТО СВЕТАНЫ ГАДЖИНОЙ

попасть, например, в Институт ревматологии. Есть регионы, которые находят деньги, чтобы отправить своих больных лечиться в институт. Некоторые руководители здравоохранения приходят на прием к местным финансовым начальникам вместе со своими больными. Потрясенные тем, как выглядят скрюченные артритом руки, финансисты выделяют дополнительные средства на лечение земляков. И такие случаи не редкость».

Парадокс: заболеваниями суставов в России болеет значительная часть насе-

ления, а вложения государства в ревматологию мизерны и совершенно недостаточны. Хотя в Москве ситуация куда благополучнее.

В столице работают 140 врачей-ревматологов, они есть в каждой поликлинике. В Институте ревматологии москвичи могут получить бесплатную консультацию, лечение осуществляется по квотам Департамента здравоохранения. Другое дело, если в капиталистической Англии ожидание места в клинике может затянуться на 6 месяцев, то в России - на годы.

Галина КРАСОВА

СМ ФОТОФАКТ

НАЙДИТЕ ДВА ОТЛИЧИЯ



Помните такую забаву: в детском журнале помещались рядом две на беглый взгляд одинаковые картинки, а редакция предлагала найти в них, скажем, пять отличий?

Вот я предлагаю примерно то же: перед вами две на вид одинаковые баночки с сердечным средством кардиомагнил. Левая приобретена в аптеке гипермаркета «Наш» в ЮАО, а правая - в аптеке «На Новинском», ЦАО. Смышленный читатель сразу понял - левая баночка с препаратом стоит 242 рубля, а правая - 130 рублей - и усмехнулся: эка невидаль, у нас в двух булочных по соседству один и тот же хлеб отличается по цене порой вдвое.

Не следует, однако, торопиться: будет еще отличие. Подскажу. На левой баночке, той, что стоит 242 рубля, под названием средства указано: 30 таблеток. А на другой - 100! Не нужно быть Чебышевым, чтобы посчитать - каждая таблетка в левой банке обойдется нашему пенсионеру (в основном эта группа пользуется таким лекарством) в 8 рублей 7 копеек, а в правой - 1 рубль 30, то есть разница в 6,2 раза.

Величина, прямо скажем, впечатляющая. Причем трудно поверить, что аптека «На Новинском» торгует препаратом себе в убыток, тоже, поди, накручивает. Но ведь вот что получается: можно в одной московской аптеке купить лекарство, а в другой, в соседнем районе, продать с прибылью более чем в 500 процентов! Право, живем мы в эльдорадо, где деньги можно делать прямо из воздуха, а главное - абсолютно безнаказанно.

Владимир ПОТРЕСОВ,
читатель «МС»
Фото автора

В XVIII и даже начале XX века касторовое масло доктора прописывали, что называется, от всех болезней. Потом от этого средства они так же дружно отказались. А может, зря?

Свое название касторовое масло получило от латинского слова «рицинус», что в переводе означает «клеещ». Семья растения, из которого его производят, по форме напоминают клещей.

Тот, кто хоть раз воспользовался касторовым маслом, не забудет его никогда. Впервые, из-за отвратительного запаха. Надо сказать, сразу после производства масло почти не пахнет. Но при контакте с кислородом некоторые вещества, входящие в его состав, окисляются. Тогда-то и появляется тот омерзительный дух. Вкус касторового масла тоже сначала кажется мягким, но вскоре становится все более раздражающим и обычно вызывает рвотный рефлекс. Чтобы быстрее проглотить столь неприятное лекарство и хотя бы частично избавиться от запаха во рту, можно сразу же съесть кусочек черного хлеба, обильно посыпанного солью.

При приеме внутрь масло расщепляется в тонком кишечнике с образованием рициноле-

ДОКТОР КАСТОРКА

вой кислоты, которая вызывает раздражение рецепторов кишечника на всем его протяжении и рефлекторное усиление перистальтики. Это приводит к надежному слабительному действию, которым знаменита касторка.

В медицинской практике XVIII - начала XX века касторовое масло употреблялось даже при отсутствии запоров, а просто как средство, очищающее организм и якобы избавляющее человека от причины какого угодно заболевания. Медики делали это не по злему умыслу, а от слепого доверия к древним авторитетам медицины, которых лишь по какому-то недоразумению до сих пор считают более сведущими в лечении, чем современных врачей. И никому не было дела, что при длительном применении касторовое масло, как, впрочем, любое слабительное, приводит к развитию вялости кишечника, что его нельзя использовать при непроходимости кишечника, болях неясного происхождения в желудке, печени. Кстати, нередки частый прием касторового масла и служил причиной возникновения таких болей.

К сожалению, неоправданно частое использование касторки нанесло немало вреда беременным женщинам. Дело в том, что этот препарат вызывает рефлекторное сокраще-

ние мускулатуры матки. Поэтому в былые времена его применяли при слабости родовой деятельности. А в результате в некоторых случаях вызвали самопроизвольный аборт.

Сейчас касторовое масло назначают при острых и хронических запорах и для облегчения опорожнения кишечника при геморроидальных узлах и трещинах заднего прохода, при запорах до и после операций, при подготовке к диагностическому исследованию. При этом совсем не обязательно давиться его неприятным запахом и вкусом. Его выпускают и в удобных для приема желатиновых капсулах. В таком виде это средство и более качественное. Его изготавливают по современным технологиям. Это очень важно. Ведь семена клещевины содержат целый ряд ядовитых веществ. А поскольку масло получают только холодным прессованием, токсичные компоненты остаются в жмыхе. Чтобы удалить их, масло дополнительно обрабатывают паром и горячей водой. Но избавиться полностью удается не всегда. Между тем при приеме плохо очищенного касторового масла может наступить отравление.

Игорь СОКОЛЬСКИЙ,
кандидат
фармацевтических наук

КОГДА ПОКОЙ НЕ СНИТСЯ

Когда-то поэт А. Блок писал: «И вечный бой, покой нам только снится». Увы, для некоторых тревога превращается в болезнь.

Чувство тревоги присуще любому человеку. Но, как утверждают специалисты, она бывает нормальной и патологической. В первом случае тревога - это эмоциональный дискомфорт, обычно вследствие неопределенности перспектив. Патологическая тревога присутствует в сознании и при благоприятном разрешении стрессовой ситуации, и даже во сне. Энергия мозга за такую ночь не восстанавливается. Сон становится поверхностным, а сновидения кошмарными. Бессонница истощает силы...

Тут уже требуется квалифицированная врачебная помощь. Не пугайтесь встречи с психоневрологом, чем раньше она состоится, тем больше шансов сбросить груз болезни.

Начинается лечение с упорядочения образа жизни: отказа от курения, алкоголя, крепкого кофе, чая и других тоников, истощающих нервную систему, просмотра или прослушивания передач раздражающего характера. Необходимы активные занятия физкультурой, например, плаванием, велосипедом, лыжами, побольше бывать на природе.

Из лекарств специалисты предпочитают назначать две группы препаратов: противотревожные и антидепрессанты. Но помните: принимать их можно только по рекомендации врача!

Излечить или ослабить тревожные реакции помогают фитопрепараты и психотерапия, гипноз. Чабрец, мята, душица, мелисса, пустырник, кипрей, хмель, вереск, ноготки, полынь - далеко не весь перечень трав, которыми можно воспользоваться. Сбор из трех-четырех составляющих подбирается по вкусу. Половину стакана настоя лучше выпить утром, а вторую - за час до сна, добавив мед.

Стакан семидневного настоя чайного гриба с двумя ложками сока калины и ложкой сиропа шиповника с мятой расслабляет уставшие нервы, готовя их к отдыху.

Смесь из двух ложек толченого миндаля с чайной ложкой истертой в порошок мелиссы со 50 мл сока рябины и брусники и 100 г цветочного меда, выдержанную 3 дня в темном месте, пьют по 1/3 стакана на ночь при тяжелых сновидениях.

Стойким успокаивающим и снимающим тревогу действием обладают мята, ромашка, череда, хвоя, листья черной смородины, шишки хмеля. На ванну с температурой воды 36-38 градусов берется по горсти каждого из растений. Настой перед этим следует охладить и процедить. Продолжительность процедуры 20-25 минут. Их требуется 10-15, причем ежедневно.

Хорошо принять ванну с 3-5 каплями одного из эфирных масел: жасмина, лаванды, кипариса, чабреца, шалфея, ромашки, ладана, мирра. Эти же капли, нанесенные на салфетку, положенную под наволочку, успокоят нервы и обеспечат глубокий сон.

Вдыхание настойки валерианы тоже помогает наладить сон. Лежа, закрыв одну ноздрю, медленно вдыхаете запах жидкости из флакона 10-15 раз, затем - то же самое, закрыв другую. После чего накапайте на кусочек сахара 30 капель настойки, положите под язык и спите спокойно.

Не забывайте и об аутогенной тренировке. Формула для самовнушения может быть такой: «Я спокоен. Я обладаю мощной естественной защитой от тревоги. Тревоги не сказываются на моем настроении, здоровье. Я спокоен и уверен в своих силах. Где бы я ни находился, в каких бы ситуациях ни оказывался, мои нервы не сдают. Тревоги обходят меня стороной. Я спокоен и уверен в своих силах. У меня мощная природная защита. Тревоги не сказываются на моем здоровье. Я уверен в себе, своих силах».

Такую формулу следует повторять несколько раз в день.

Валерий ПЕРЕДЕРИ,
врач