

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Сделать ПЕРВЫЙ ШАГ

«Меньше знаешь, крепче спишь», — знакомая фраза, не правда ли? Не прислушиваясь к «звоночкам», которые порой тревожно раздаются в организме, мы до последней минуты откладываем момент, когда от этих знаний уже не скрыться. Где же золотая середина между мнительностью и беспечностью? Об этом мы беседуем с главным врачом лаборатории «ДитриксМедикал» Л. И. СТАНКЕВИЧ.

— Любовь Ивановна, часто ли в Вашей практике бывают случаи, когда вместе с пациентом приходится сокрушаться по поводу того, что время для начала эффективного лечения упущено?

— К сожалению, нередко. Наверное, дает о себе знать русское «авось». Вот совсем недавно в нашей лаборатории у грудного ребенка был диагностирован сифилис. При этом мать во время беременности в своей поликлинике проходила плановое обследование по поводу этого заболевания, и полученный результат анализа был интерпретирован врачом как ложно положительный. Но женщину это не насторожило, и она не побеспокоилась о том, чтобы проверить где-нибудь еще. А ведь возможности современной медицины позволяют если не полностью излечить будущую роженицу от такого заболевания, то, во всяком случае, снизить до минимума риск заражения ребенка во время родов. Но об этом нужно позаботиться вовремя.

— Может быть, все дело в том, что пока у нас еще не на высоте уровень оснащения медицинских учреждений современным оборудованием?

— Думаю, что дело не только в этом. Мы уже говорили о том, что в рамках национального проекта «Здо-

ровье» сегодня выделяются немалые средства на закупку нового диагностического оборудования для государственных медицинских учреждений. Не везде, правда, есть квалифицированные специалисты, но и этот вопрос со временем будет решен. Все дело в общественном сознании, в котором пока еще не укоренились единственно верные установки в подходе к своему здоровью как к главной жизненной ценности, в охране которой нужно полагаться не только на государство, но и на самого себя. Не принимая никаких мер к тому, чтобы сохранить качество жизни, не отягощенной вполне предотвратимыми недугами, многие стараются оправдать свою пассивность недоверием к возможностям отечественной медицины.

— Я знаю, Вам довелось работать в канадской клинике. Как люди на Западе относятся к своему здоровью? Больше ли у них возможностей для оказания квалифицированной медицинской помощи?

— Работая с иностранными коллегами, я убедилась, что наши врачи вовсе не отстают от них по квалификации, уровню методик хирургического и консервативного лечения. Для оснащения крупных научно-медицинских центров России закупается новейшее оборудование. Но преимуще-



ство западной модели здравоохранения в другом. Система страховой медицины там построена так, что каждый человек проходит регулярные диагностические обследования — есть программы для людей трудоспособного возраста, для детей и для пенсионеров. За счет этого многие болезни, выявляемые на ранней стадии, более успешно излечиваются. А потому даже самые страшные диагнозы не вызывают такого панического страха. Опередив болезнь, человек получает надежду на ее успешное излечение. Думаю, что в нашей стране тоже со временем будет больше уделяться внимания профилактике различных заболеваний, что повысит число излечившихся пациентов. А пока каждый сам должен больше обращать внимания на собственное здоровье и состояние здоровья членов своей семьи. Главное — сделать первый шаг в этом направлении.

— Но ведь бывает, что человек, который постоянно озабочен своим здоровьем, становится мнительным, его все время одолевают дурные предчувствия, что может привести к депрессии...

— Все хорошо в меру. Человек, который регулярно — раз в полгода или хотя бы раз в год — проходит общее обследование, в том числе и исследование крови, лучше знает особенности своего организма и, как правило, предупрежден о риске развития тех или иных болезней. Это дает возможность принять профилактические меры для борьбы с угрозой заболевания, предотвратить необратимые процессы в организме. Ненужные волнения чаще всего возникают у людей, не имеющих объективных данных о своем здоровье и на почве рассказов о чьих-то болезнях опасаясь оказаться в таком же положении. Конечно, подобная мнительность, порой, принимает болезненный характер, но она может быть развеяна с помощью квалифицированной диагностики. А что касается людей беспечных, то им нередко приходится горько сожалеть об упущенном времени. И иногда осознание этого приходит слишком поздно.

Записала
Лидия ДАВИДОВА

НАШ КОНСУЛЬТАНТ

Своя система БЕЗОПАСНОСТИ

Сегодня многих людей Земли объединяет одна и та же проблема. Им мешает жить аллергия.

По статистике, в последние годы от недугов, связанных с аллергией, страдает каждый пятый житель нашей планеты, в том числе более 30 % россиян. Международная статистика говорит о том, что за последние два десятилетия распространение аллергических заболеваний возросло более, чем в 4 раза. Такому угрожающему положению, в первую очередь, способствуют ухудшение экологической ситуации, нерациональное питание, излишняя лекарственная терапия, бесконтрольное использование антибиотиков и биологически активных добавок.

Не последнюю роль играют и наследственные факторы. Для человека, предрасположенного к заболеванию, аллергеном может стать все, что его окружает: и бытовая пыль, и пыльца, и шерсть домашних животных, и лекарства, и продукты питания, и препараты бытовой химии. При этом однокомпонентная аллергия встречается крайне редко. Существует и такое понятие, как перекрестная аллергия — если известен один аллерген, то легко определить группу растений и продуктов питания, которые также будут вызывать аллергию. Например, те, кто страдают от присутствия пыльцы, скорее всего, не переносят ромашку, одуванчик, череду, подсолнух и нерафинированное подсолнечное масло, а также цитрусовые.

Что же такое аллергия? Само название этого состояния организма происходит от греческих слов «алло» (другой) и «эргон» (действие). Механизм его таков: некое чужеродное вещество, называемое аллергеном, может воздействовать на человека совсем не так, как на других. После повторного контакта оно вызывает патологическую иммунную реакцию, приводящую к повреждению тканей различных органов и развитию аллергических заболеваний —

таких, как сенная лихорадка, бронхиальная астма, аллергический ринит, крапивница и др. Аллергены по-разному попадают в наш организм: при дыхании — пыльца растений, пыль, частицы тел и выделения насекомых, шерсть животных, растительные волокна; через пищевой тракт — биологически активные добавки, компоненты продуктов питания, лекарства; подкожно, внутри-

мышечно и внутривенно — вакцины, инъекции, укусы насекомых.

Пищевая непереносимость — это результат аллергического ответа на продукты питания. Она является причиной многих острых и хронических заболеваний. Ее трудно распознать, так как симптомы аллергической реакции могут развиваться через несколько дней после еды, и пациент может связать свое недомогание с каким-либо другим продуктом. Кроме того, проявления аллергической реакции могут быть очень разнообразными, провоцируя развитие сотен различных симптомов или заболеваний. Поэтому сейчас быстро развиваются диагностические тесты, основанные на исследовании иммунного ответа на пищевые аллергены методом количественного иммуноферментного анализа. Такой скрининг может быть полезен для пациентов с хроническими болезнями, плохо поддающимися лечению. При соблюдении специально подобранной диеты в 70 % случаев наблюдается стойкое улучшение состояния, а для людей с избыточным весом такая диета приводит к похудению.

Так что, определив запрещенные для Вас продукты и исключив затем их из своего меню, Вы можете уменьшить симптомы заболеваний, а в некоторых случаях и полностью от них избавиться. По результатам теста Вы получаете на руки документ с перечнем продуктов, которые Вы можете есть не задумываясь («зеленый список»). Также Вы получаете «красный список», т. е. перечень продуктов, на которые обнаружены специфические антитела (например, к антигенам молока) и полностью исключаете их из своего рациона на длительное время (2-3 месяца). Пограничные титры результатов тестирования указывают на те продукты, от которых лучше воздержаться, но иногда позволить себе можно.

Немало неприятностей аллергикам доставляет контакт с частицами домашней пыли, шерстью домашних животных, пыльцой растений. Дать ответ на вопрос, что же именно из этих компонентов вызывает аллергическую реакцию, также поможет диагностический тест. Так что, определив, что именно портит Вам жизнь, можно создать свою систему безопасности, преграждающую аллергенам путь в организм.

Внимание! Акция!

11-17 февраля — акция по алергодиагностике (12 продуктов и 12 пыльцевых аллергенов)

18-24 февраля — «Профиль для мужчин» (исследование мужских гормонов)

В эти дни вы можете пройти исследование со скидкой. Справки по тел. 388-33-22.



РЯДОМ С НАМИ



Пока гром НЕ ГРЯНУЛ...

4 февраля во всем мире отмечается Всемирный день борьбы против рака. В этом году было решено провести его под знаком усиления борьбы с курением.

По данным Всемирной организации здравоохранения, эта болезнь является основной причиной смертности во всем мире. Она уносит 10 миллионов жизней в год. Причем более 70 % всех случаев смерти от рака приходится на страны с низким и средним уровнем дохода, где имеющиеся для профилактики, диагностики и лечения онкозаболеваний ресурсы ограничены или вовсе отсутствуют. Причиной около 1,5 миллионов случаев

смерти от рака в год является употребление табака.

В России ежегодно выявляется почти 450 тысяч новых онкологических больных и более 300 тысяч заболевших, к сожалению, спасти не удается. Однако, учеными доказано, что 40 % всех случаев заболевания раком можно предотвратить. Но даже, если болезнь уже настигла, поставленный диагноз не следует считать приговором. Многие формы онкозаболеваний излечимы, особенно на ранних стадиях. В ряде случаев и выявленная с опозданием болезнь

поддается лечению, но затраты на борьбу с ней в десятки раз выше.

Современные научные разработки в области нанотехнологий делают небесперспективной и борьбу с разросшейся опухолью. С помощью специального оборудования в организм больного запускаются микроскопические капсулы с токсическим веществом, способным действовать на клеточном уровне. Активизированные в нужном месте крошечные бойцы распознают опухолевую клетку по ее маркеру, а затем атакуют. При этом здоровые клетки остаются не-

тронутыми. Когда подобная методика будет в достаточной степени апробирована, ее применение даст надежду на выздоровление еще сотням тысяч онкобольных. А пока наиболее надежным союзником в борьбе с раком по-прежнему остается ранняя диагностика не только самого заболевания, но и состояния организма, предшествующих ему. И зачастую тестирование крови на онкомаркеры является единственной возможностью распознать первые признаки заболевания или вовремя принять меры для его предотвращения.

Ditrix medical

Служба выезда на дом

Все виды анализов

Тест на пищевую непереносимость

388-33-22

ул. Кировоградская, 38-1

8.00-20.00 без выходных

www.ditrix.ru

5% скидка для предъявителя

Врачебные тайны — только для абонентов АКАДО!

Смотрите по понедельникам в 21.15 в прямом эфире телекомпании «Персей» программу «Врачебные тайны» — беседы о медицине с Мариной Травиной. На ваши вопросы о возможностях современной науки и практики при лечении различных заболеваний ответят самые опытные врачи. Будьте здоровы!