

Когда потери ВОСПОЛНИМЫ

Чем ближе приход весны, тем острее мы ощущаем недостаток витаминов и микроэлементов, приводящий к снижению иммунитета и нарушению обмена веществ в организме. К чему это приводит? Об этом мы беседуем с главным врачом лаборатории «ДитриксМедикал» Л. И. СТАНКЕВИЧ.

— Любовь Ивановна, мы привыкли, что при правильном питании можно поддерживать необходимый баланс полезных веществ в организме, и иногда с удивлением узнаем, что именно недостаток каких-то витаминов послужил причиной развития серьезного заболевания. От чего это происходит?

— Дело в том, что нормальный метаболизм биологически активных веществ и жизненно важных микроэлементов во многом зависит от состояния пищеварительной системы человека. Дефицит определенных ферментов, которые вырабатываются органами пищеварения, приводит к тому, что сложные соединения, поступающие с пищей, не расщепляются на более простые, а потому не усваиваются организмом.

— Недостаток какого витамина особенно ощущается в зимнее время?

— Незаменимой частью пищевого рациона человека являются витамины группы Д. Но это жизненно важное вещество не зря называют «витамином солнца», поскольку оно состоит из феролов, приобретающих активность при попадании через кожный покров ультрафиолетового облучения. Вот и получается, что долгие пасмурные дни и месяцы лишают нас возможности естественного восполнения этого витамина.



— Какую роль играет «витамины солнца» в организме человека?

— Давно известно, что витамин Д регулирует усвоение минералов кальция и фосфора, уровень содержания их в крови и поступление их в костную ткань и зубы. А потому у детей в возрасте до года его недостаток может привести к рахиту, а у людей пожилого возраста — к остеопорозу и парадонтозу. Вместе с витамином А и микроэлементами он защищает организм от простуды, диабета, глазных и кожных заболеваний.

— Я слышала, что витамин Д обладает и противораковыми свойствами...

— Это действительно так. Последние данные научных исследова-

ний говорят о том, что нормальный метаболизм витамина Д в организме служит противоопухолевой защитой. Кроме того, есть данные о том, что при дефиците этого витамина у беременных женщин родившиеся у них мальчики во взрослом возрасте попадают в группу риска по заболеванию шизофренией.

— Какие продукты наиболее богаты этим витамином?

— Среди растений больше всего витамина Д содержится в люцерне, хвоще, крапиве, петрушке и грибах. Из пищевых продуктов животного происхождения он в наибольших количествах находится в сливочном масле, сыре, яичном желтке, рыбьем жире и икре. Но все эти продукты в

больших количествах (для восполнения витамина Д нужно съедать до 6 желтков в день!) противопоказаны людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, поскольку их употребление приводит к повышению уровня холестерина в организме. Поэтому пожилые люди стараются принимать препараты, содержащие кальций и витамин Д, забывая, что их употребление требует постоянного контроля анализа крови (что, кстати, сообщается в инструкции к препарату).

— А что мешает организму усваивать минералы?

— Этому могут препятствовать сладкие газированные напитки. В США обнаружили, что ортофосфорная кислота, используемая при производстве напитков на основе колы, приводит к остеопорозу у детей, так как фосфор замещает у них в костях кальций. Поэтому у нас принимаются меры, чтобы изъять эти напитки из рациона школьного питания. А закусовые «Макдоналдс», кроме традиционных газированных напитков, обяжали всегда иметь в наличии чай, кофе и апельсиновый сок. Все это говорит о том, что контроль за обменом кальция и фосфора в организме актуален для людей любого возраста, особенно в зимний период. Ведь обнаруживаемые потери — восполнимы.

Беседовала
Лидия ДАВЫДОВА

СИЛЬНЕЕ СТРАХА

4 февраля во всем мире ежегодно проводится Международный день борьбы с онкологическими заболеваниями.



Решение об этом было принято в 2000 году на Всемирном саммите борьбы с раком. Тогда же в Парижской хартии прозвучал призыв к созданию «крепкого союза исследователей, врачей, пациентов, правительств, представителей промышленности и средств массовой информации для ведения борьбы со злокачественными новообразованиями и теми переживаниями, которые сопутствуют данным заболеваниям».

По последним прогнозам Всемирной организации здравоохранения к 2010 году во всем мире рак станет основной причиной смертности, отобрав это печальное первенство у сердечно-сосудистых заболеваний, так что бороться с ним необходимо всем миром. Ведь в последние 30 лет заболеваемость онкологическими недугами увеличилась вдвое, и на сегодняшний день они являются причиной каждой восьмой смерти в мире. А тенденция распространения онкозаболеваний такова, что, если не принимать экстренных мер, то через 3–4 года смертность от рака превысит количество летальных исходов от СПИДа, туберкулеза и малярии, вместе взятых.

По данным ВОЗ, в 2008 году в мире было зарегистрировано 12 миллионов человек, которые живут с диагнозом «раковая опухоль». Однако, прогнозируется, что к 2030 году будет выявляться уже 26,4 миллионов случаев онкологических заболеваний, и 17 миллионов человек в год от этих заболеваний будут умирать. При этом статистика показывает, что основным фактором риска, провоцирующим развитие опухолевых процессов, особенно в области верхних дыхательных путей, служит пагубное пристрастие к курению. И неслучайно врачи всего мира постоянно призывают к усилению контроля за оборотом табачных изделий и продажей их несовершеннолетним.

В то же время, большинство видов онкологических заболеваний на ранних стадиях вполне поддается лечению. Часто об этом с сожалением узнают пациенты, у которых драгоценное время для успешного лечения упущено. А потому во всем мире сегодня огромное значение придает профилактике рака и состоянию организма, предшествующих развитию опухо-

левых процессов. В нашей стране с 2009 года в рамках приоритетного нацпроекта «Здоровье» начинается реализация государственной онкологической программы, направленной на раннюю диагностику таких заболеваний. Для этого в каждой поликлинике планируется открыть первичные онкологические кабинеты. Но, к сожалению, онколог не может обнаружить болезнь на ранней стадии, не имея всех необходимых результатов диагностических исследований.

Первые предвестники рака можно обнаружить в крови человека при тестировании на онкомаркеры. У большинства районных поликлиник пока нет возможности для проведения таких исследований, требующих дорогостоящего оборудования и квалифицированных специалистов. А потому врачи местных медучреждений нередко направляют пациентов в клинику лаборатории «ДитриксМедикал», где можно быстро и качественно проверить кровь на онкомаркеры. Но почему-то не все готовы встать на путь борьбы с заболеванием, которое несет в себе страшную угрозу потери здоровья и самой жизни. Кого-то останавливает страх перед возможным диагнозом, а кто-то становится жертвой так называемого «позитивного мышления», которое рекомендует попросту не сосредотачиваться на болезнях по принципу: думать о хорошем, и все будет хорошо.

И все-таки желание жить, отбрасывая это право у болезни, должно пересилить страх, тем более, увлечение новомодными утопическими теориями, пришедшими к нам из-за океана. Ведь именно в США, где очень популярны книга и фильм Ронды Берн «Тайна», пропагандирующие борьбу с раковой опухолью с помощью позитивного мышления, число летальных исходов от заболевания раком в последние 50 лет постоянно возрастает. Так что, верить в лучшее можно, лишь позаботившись о своем здоровье своевременно.

Внимание! Акция!

1–10 февраля — Онкомаркеры верхних дыхательных путей (SCC, РЭА, NSE) и желудочно-кишечного тракта (АФП, РЭА, СА 19-9, СА 72-4);

11–20 февраля — Обмен кальция и фосфора в организме (биохимический профиль);

21–28 февраля — «Мужчинам с любовью» (уникальная панель андрогенов и онкомаркер ПСА).

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



Вся надежда НА СИЛЬНЫЙ ПОЛ

Не успела наша страна взяться за преодоление демографического кризиса, как тут же возникла угроза, что этому может помешать кризис экономический. Возможно ли справиться сразу с двумя такими серьезными напастями? Вся надежда на сильный пол.



Но у всех ли мужчин хватит сил, чтобы, несмотря на проблемы, вызываемые нестабильной обстановкой в стране, быть опорой в семье и продолжателем рода? Это во многом зависит от вырабатываемого мужским организмом тестостерона. С возрастом его количество снижается, но в последние годы недостаток этого гормона все чаще испытывают молодые, едва ли не тридцатилетние, мужчины. А это приводит к нарушению репродуктивной функции мужского населения и к увеличению количества бездетных семей.

Низкий уровень мужских андрогенов вызывает также различные

вегетососудистые, психоэмоциональные и соматические расстройства. Мужчина часто раздражается по пустякам, досажая окружающим быстрыми сменами настроения, впадает в депрессию. Его начинает охватывать умственная и физическая усталость, пропадает интерес к жизни. Не зря ведь называют тестостерон «мужским гормоном успеха». Ведь именно он движет мужчинами, определяя их общественную активность и успешность в личной жизни. А главное — необходимое для нормальной работы организма количество тестостерона приносит представителям сильного пола уверенность в себе, в своей мужской привлекательности.

Но не всегда высокий уровень тестостерона говорит о здоровье пациента. В пожилом возрасте этот показатель может быть признаком серьезных нарушений, связанных с работой предстательной железы, что требует более подробных исследований. Так что, уговорив близкого человека пройти тестирование на мужские андрогены по случаю наступающих дня Святого Валентина и Дня защитника Отечества, женщина может принести большую пользу не только ему самому, но и всей семье. Ведь, если все в норме — это еще больше поднимет отца семейства в собственных глазах, а если нет — значит, пора к врачу!

Ditrix medical

Служба выезда на дом

Все виды анализов

Скидки на аллергодиагностику

м. Пижская ул. Кировоградская, 38-1 ☎ 388-33-22
м. Курская ул. Земляной Вал, 24/30 ☎ 917-12-62
м. Тульская ул. М. Тульская, 2/1 кор.4 ☎ 662-42-83

www.ditrix.ru

5% скидка для предъявителя