



Пироговка

№ 4 (14) 2017

Научно-популярная газета



ПО МАРШРУТУ ЗДОРОВЬЯ

В БОЛЬНИЦЕ, КОТОРАЯ НОСИТ ИМЯ НИКОЛАЯ ИВАНОВИЧА ПИРОГОВА, ПОМНЯТ И СВЯТО ЧТУТ СЛОВА ИЗВЕСТНЕЙШЕГО ХИРУРГА О ТОМ, ЧТО БУДУЩЕЕ ПРИНАДЛЕЖИТ МЕДИЦИНЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ.

РУКОВОДСТВУЯСЯ ЭТИМ ПОСТУЛАТОМ, ВРАЧИ СТАРАЮТСЯ МАКСИМАЛЬНО ПРЕДУПРЕДИТЬ БОЛЕЗНЬ, рассказать пациентам о факторах риска развития заболеваний. Конечно, в часы приема это сделать практически невозможно из-за нехватки

времени. Поэтому руководство «Пироговки» откликнулось на инициативу министерства здравоохранения области и приняло решение о самом активном участии в медико-профилактической акции «Маршрут здоровья».

УЛИЦА СОВЕТСКАЯ ОБЛАСТНОГО ЦЕНТРА, НАЦИОНАЛЬНАЯ ДЕРЕВНЯ, ПАРК 50-ЛЕТИЯ СССР – три остановки «Маршрута здоровья» собрали в общей сложности более 3500 участников. Это жители нашего города, которые пришли на акцию, чтобы больше узнать о своем здоровье и получить консультацию узких специалистов.

ВРАЧИ «ПИРОГОВКИ» – гинекологи Вероника Надсадина, Татьяна Абрамова и Лия Газизова, кардиологи Татьяна Глебова, Мария Неплюхина и Юлия Боченина, невролог Ольга Ананьева, эндокринологи Андрей Дашкин, Наталия Никитенко и Светлана Обрезанова в общей сложности проконсультировали более 600 оренбуржцев.



Пироговка: Началась учеба в школе, и многие родители первоклассников пребывают в растерянности едва ли не большей, чем их дети...

Т.С.Худякова: Неудивительно, ведь для ребенка начинается новый жизненный этап, если хотите – новый статус. Практически с нуля он должен освоить огромный объем знаний, умений и навыков, и это не только школьная программа, но и поведенческие требования, нормы общения. Родители должны помочь детям справляться с новой ролью, чтобы их первоклашки быстрее адаптировались к школьной жизни. Многие зависит и от педагогов – их поддержка и понимание помогают справиться с первыми трудностями, особенно если ребенок неусидчив, склонен к тревогам, мнительности.

Пироговка: А если проблемы связаны не только с адаптацией, ведь у современных школьников немало хронических болезней?

Т.С.Худякова: Если ребенок страдает каким-то хроническим заболеванием, нужно позаботиться, чтобы он и в школе получал

БУДЬ ЗДОРОВ!

ПЕРЕУТОМЛЕНИЕ, НЕРВНЫЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПЕРЕГРУЗКИ, НАНОСЯЩИЕ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, – УВЫ, ЭТО КАСАЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ВЗРОСЛЫХ. ОСОБЕННО ЕСЛИ НУЖНО РАНО ВСТАВАТЬ, ОТПРАВЛЯТЬСЯ В ШКОЛУ, ПОТОМ ДЕЛАТЬ УРОКИ, ОТВЫКНУВ ОТ ТАКОГО РЕЖИМА ЗА ВРЕМЯ ДОЛГИХ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ... О ТОМ, КАК ОБЛЕГЧИТЬ И БЕЗ ТОГО НЕПРОСТУЮ ЖИЗНЬ СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ, МЫ ПОГОВОРИЛИ С врачом-педиатром ГКБ им. Пирогова Татьяной Сергеевной Худяковой.



помощь. Для этого у персонала должен быть не только телефон родителей, но и лечащего врача; необходимые препараты и график их приема должны храниться в медкабинете. Попросите медсестру, чтобы для приема лекарства она приглашала ребенка в свой кабинет – многие дети испытывают неловкость, смущение, чтобы делать это публично.

ноги должны стоять под прямым углом, а колени ни в коем случае не подпирать стол снизу. Позаботьтесь о детском зрении – слишком яркий или тусклый свет может его испортить, спровоцировать усталость глаз. Стол должен стоять рядом с окном, чтобы свет падал слева, а для леворуких детей – справа. Вечером не стоит ограничиваться настольной лампой – контраст с темным пространством комнаты вызывает утомление и снижение остроты зрения.

Пироговка: Как говорят, порядок на столе – порядок в голове...

Т.С.Худякова: Да, это тоже важно. При правильно организованном порядке на полках, в ящиках письменного стола и на его рабочей поверхности ребенку удобней и интересней делать уроки, не подыскивая предлогов и отговорок, что он устал, потерял ручку, не может найти клей и так далее. Вообще же порядок должен быть во всем: с младших лет приучайте ребенка делать десятиминутные передышки после получаса занятий, соблюдать режим дня, вовремя питаться – причем с обязательным завтраком – полезной пищей, а не перекусами фастфудом, не пренебрегать личной гигиеной, вовремя ложиться спать... Сон и пробуждение в одни и те же часы вскоре отрегулируют биоритм организма, и школьник уже не будет испытывать стресс от ранних подъемов.

Пироговка: Родителей всегда заботит успеваемость детей. Что, с

точки зрения педиатра, может на нее плохо повлиять?

Т.С.Худякова: В первую очередь проблемы со зрением и слухом, их необходимо проверять во время медосмотров. Вовремя подобранные очки или линзы и возможность сидеть на первых партах существенно повлияют на успех в тех предметах, где необходимо читать с доски. А снижение слуха может быть причиной, по которой ребенок плохо понимает сказанное учителем. Вообще же важно постоянно следить за определенными показателями здоровья, чтобы убедиться, что все идет хорошо. Также не стоит перегружать ребенка различными курсами, тренировками, кружками, занятиями с репетитором – все хорошо в меру. Подобные излишества могут вызвать не только потерю интереса к учебе, но и психосоматические расстройства (заболевания, причина которых имеет психологический характер – ред.). Дети должны «просто жить», чтобы хватало времени на прогулки, встречи с друзьями, занятия любимым делом, общение с близкими.

Пироговка: Межсезонье превращается в период болезней для многих людей, тем более детей. А в коллективе – в школе или детском саду – вирусу есть где разгуляться. Что делать, чтобы ребенок не попал под первую же «волну»?

Т.С.Худякова: Для этого важно не пренебрегать профилактикой, не отказываться от календарных прививок, ведь цель вакцинации – защита от инфекций. Не забывайте о мерах, которые позволяют повысить сопротивляемость организма. Среди методов укрепления иммунитета – и правильное питание, когда пища содержит всевозможные витамины и минералы, и физическая активность, и закаливание. И вообще я бы посоветовала сделать совместные занятия физкультурой, прогулки с детьми доброй и полезной традицией для всей семьи, они укрепляют не только здоровье, но и эмоциональный фон, упрощают общение родителей с ребенком, приносят всем радость и удовольствие. Дети в семьях, ведущих здоровый образ жизни, менее подвержены заболеваниям, психологическим расстройствам и даже лучше усваивают учебный материал. ■



всю необходимую помощь. Поставить в известность следует не только медсестру, но и учителей, которые должны четко представлять, каким образом заболевание может отразиться на успеваемости вашего чада и его общем самочувствии во время уроков. В школьную медкарту должны быть внесены все назначения и рекомендации педиатра. Если учителя с ними ознакомлены, они смогут обеспечить ребенку наиболее комфортные условия для учебы, а при внезапном обострении симптомов заболевания в школе – оказать необходимую

Пироговка: Школьники, да и дети 5-6 лет, много времени проводят за столом. Как сделать, чтобы им было удобно и не нанесло вред здоровью?

Т.С.Худякова: Для этого важно правильно организовать рабочее пространство. В идеале у ребенка должна быть собственная территория – светлая, не загроможденная лишней мебелью и деталями, в мягких не раздражающих тонах. Мебель тоже подбирают «правильную»: при посадке край стола должен быть на уровне груди (так, чтобы ребенок мог опираться на локти),



ДОРОГИ, КОТОРЫЕ МЫ ВЫБИРАЕМ

14 АВГУСТА 2017 ГОДА. ИМЕННО ЭТИМ ЧИСЛОМ ДАТИРОВАНА ЗАПИСЬ В ТРУДОВОЙ КНИЖКЕ НОВОИСПЕЧЕННОГО МОЛОДОГО СПЕЦИАЛИСТА – ВЫПУСКНИЦЫ ОРЕНБУРГСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА НАТАШИ ЛЕБЕДЬКОВОЙ.

ВПРОЧЕМ, НАТАША ОСТАЛАСЬ ГДЕ-ТО ДАЛЕКО, НА СТУДЕНЧЕСКОЙ СКАМЬЕ. Сегодня она участковый терапевт взрослой поликлиники № 1 городской клинической больницы имени Пирогова, и обращаются к ней пациенты не иначе как Наталья Геннадьевна. С первых минут общения с ней понимаешь, что перед тобой человек в медицине не случайный.

РОДОМ ДЕВУШКА ИЗ ГОРОДА МАГНИТОГОРСКА Челябинской области. Каким образом оказалась в нашем городе? Просто семь лет назад промониторила близлежащие медицинские вузы и остановилась именно на нашем, как самом лучшем. Буквально с первых лет студенчества работала санитаркой в

реанимации неврологического отделения «Пироговки». А затем окончила интернатуру по специальности «терапия». Полгода проходила практику в поликлинике, поэтому никаких неожиданностей первые недели самостоятельной работы не принесли.

– У меня была замечательная наставница – Лилия Халимовна Мустаева, участковый терапевт. Она подготовила меня по полной программе, как говорится, от «А» до «Я». К тому же в университете дали хорошую базу, а все остальное – это уже дело времени и, главное, желания. Препараты все новые, пациенты разные, поэтому



надо просто работать и развиваться дальше, – поделилась Наталья.

КСТАТИ, ПРО ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ БЫЛО СКАЗАНО НЕ ДЛЯ КРАСНОГО СЛОВЦА. С сентября девушка идет учиться на врача-кардиолога и планирует совмещать работу в участковой службе и кардиологии.

НАТАШЮ МОЖНО НАЗВАТЬ ПРОДОЛЖАТЕЛЕМ ВРАЧЕБНОЙ ДИНАСТИИ. Родители от медицины далеки, а вот бабушка работала зубным врачом.

– Все пошло от нее. С детства помню ее в белом халате, видела, как она оказывает помощь. А в этом году и младший брат выбрал медицинский вуз, пошел по моим стопам, – с улыбкой отмечает собеседница.

ОНА ВОСПИТЫВАЕТ ДВУХЛЕТНЕГО СЫНИШКУ. Любит шить, вязать, вышивать. Неужели на все хватает времени? Отвечает, что на любимое дело свободная минутка найдется всегда.

ПРОЩАЯСЬ С НАТАШЕЙ ГЕННАДЬЕВНОЙ ЛЕБЕДЬКОВОЙ, ПОДУМАЛА: побольше бы таких врачей – увлеченных, целеустремленных, а главное – влюбленных в свою профессию. ■

МЕДИЦИНА СИЛЬНА ДИНАСТИЯМИ



ВОТ И ЛАРИСЕ АНАТОЛЬЕВНЕ МИРОШНИКОВОЙ поступать в медицинский посоветовала мама, ибо считала, что нет профессии благороднее и гуманнее, чем врач.

ОКОНЧИЛА ЛАРИСА ОРЕНБУРГСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ с красным дипломом, в «Пироговку» пришла в 2003-м. Работала детским кардиологом, в настоящее время заведует консультативно-диагностическим отделением детской

КАКИМ РОДИТЕЛЯМ НЕ ХОЧЕТСЯ ВИДЕТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА СЧАСТЛИВЫМ И УСПЕШНЫМ, ОВЛАДЕВШИМ ПЕРСПЕКТИВНОЙ И ИНТЕРЕСНОЙ ПРОФЕССИЕЙ, ПРИНОСЯЩЕЙ УДОВЛЕТВОРЕНИЕ ЕМУ САМОМУ И ПОЛЬЗУ ОБЩЕСТВУ? А КОГДА ПО ИХ СТОПАМ ИДУТ ДЕТИ, РОЖДАЮТСЯ ДИНАСТИИ.

поликлиники. Выбрав профессию врача осознанно, она никогда об этом не жалела.

С МУЖЕМ СВОИМ ЛАРИСА ЗНАКОМА СО СТУДЕНЧЕСКОЙ СКАМЬИ – с первого курса они учились в одной группе. По специализации он хирург, работает заместителем главного эксперта в бюро медико-социальной экспертизы.

ПОЭТОМУ НИКОГО В СЕМЬЕ НЕ УДИВИЛО, что дочь Анастасия, глядя на родителей, тоже решила пойти в медицину. Думаю, уместно будет вспомнить известный постулат: «Врачами не становятся – ими рождаются».

НАСТЯ БЛЕСТЯЩЕ СДАЛА ВЫПУСКНЫЕ ЭКЗАМЕНЫ в школе, получив два стобалльных результата. По конкурсу девушка прошла во все медицинские вузы Санкт-Петербурга, но она

сделала свой выбор в пользу Первого медицинского университета имени академика Павлова, где обучается на стоматологическом факультете. Лариса Анатольевна рассказала, что дочь с детства была влюблена в город на Неве, очарована его историей и архитектурой, и ее мечтой было обучение именно в Санкт-Петербурге.

ПОДРАСТАЕТ В СЕМЬЕ ЕЩЕ ОДНА ДОЧЬ, которая уже сделала выбор в пользу профессии медика. И пусть она еще учится в 6 классе, старается во всем брать пример со своей старшей сестры и родителей.

И ХОТЯ МЕДИЦИНА СТАЛА ДЛЯ ВРАЧЕЙ МИРОШНИКОВЫХ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ, интересы у них разносторонние. Вся семья – увлеченные люди, страстные путешественники, старающиеся

в каждый отпуск знакомиться с новыми уголками родной страны. Все без исключения любят читать, а Настя к тому же увлекается вышивкой.

РОДИТЕЛИ ПОДДЕРЖИВАЮТ СТРЕМЛЕНИЕ ДОЧЕРЕЙ ПОСВЯТИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ МЕДИЦИНЕ, стать продолжательницами династии. И кто знает, возможно, «Пироговка» через несколько лет будет гордиться не только Ларисой Анатольевной Мирошниковой, но и ее дочерьми, которые придут сюда работать по маминим стопам. Мирошниковы-старшие желают им, да и всем будущим врачам старательно учиться, не терять интереса к выбранной стезе, добиваться желаемых результатов. Ведь чтобы выполнить свой профессиональный долг, нужно полностью посвятить себя этому делу – лечить людей. ■

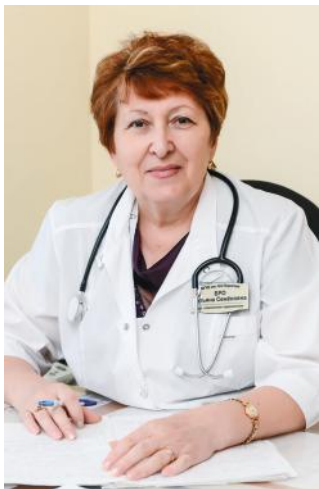
И ПРИЗВАНИЕ, И ПРИЗНАНИЕ

ТАТЬЯНА СЕМЕНОВНА БРО – ЧЕЛОВЕК В ГОРОДЕ ОРЕНБУРГЕ ИЗВЕСТНЫЙ. ДОБРОЕ ИМЯ ЗАВЕДУЮЩЕЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИМ ОТДЕЛЕНИЕМ БОЛЬНИЦЫ ИМЕНИ ПИРОГОВА ЗАСЛУЖЕНО ЕГО ОБЛАДАТЕЛЬНИЦЕЙ БОЛЕЕ ЧЕМ ТРИДЦАТИЛЕТНЕЙ РАБОТОЙ НА ПОПРИЩЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ. ЗА ЭТИ ГОДЫ БЫЛО ВСЯКОЕ: И ХОРОШЕЕ, И ПЛОХОЕ, НО ТАТЬЯНА СЕМЕНОВНА ОСТАЛАСЬ ВЕРНА ПРОФЕССИИ И КОНКРЕТНОМУ МЕСТУ РАБОТЫ. ОДНО СЛОВО – ПРИЗВАНИЕ.

А теперь заслуги Татьяны Семеновны нашли признание на высоком государственном уровне. В конце августа 2017 года указом президента страны ей было присвоено звание «Заслуженный врач Российской Федерации».

...Татьяна Бро находится на работе с самого раннего утра, а уходит одной из последних – так было и есть. Больница имени Пирогова – ее первое и единственное место работы. В своих интервью заведующая кардиологическим отделением говорит, что всегда хотела стать врачом, и она им стала – мечта сбылась. Уйти из профессии не помышляла даже в самые тяжелые времена.

– Даже в девяностые годы, когда были перебои и с медикаментами, и с заработной



платой, не было мысли куда-то уйти из медицины, из больницы, – признается Татьяна Бро.

Первым наставником в стенах «Пироговки» для молодого

специалиста стала врач-кардиолог Тамара Олекс. Тамара Константиновна поддерживала Татьяну Семеновну словом и делом, помогая разобраться в тонкостях одной из самых сложных профессий.

Кстати, Тамара Олекс и сама уже двадцать пять лет носит звание заслуженного врача России. А успехам воспитанницы не удивляется и отмечает, что ее коллега постоянно совершенствуется в профессии – с прекрасными оценками окончила Оренбургский медицинский институт, затем постоянно повышала квалификацию и накапливала непосредственно свой личный профессиональный опыт, который сам по себе, конечно же, бесценен и никакими наградами не измеряется.

Сегодня свой опыт Татьяна Семеновна передает молодому поколению специалистов. Помимо медицинских знаний она учит молодых врачей человечности в отношениях с пациентами, считая именно

В 2014 году заведующая кардиологическим отделением первичного сосудистого центра ГАУЗ «Городская клиническая больница имени Н.И. Пирогова» города Оренбурга была признана лучшей в номинации «Медицинский работник» областного конкурса «Человек года».

этот навык самым главным для доктора. Это же качество коллеги и пациенты ценят и в самой Татьяне Семеновне. Пациенты говорят о ней, как о понимающем и заботливом враче. Коллеги отмечают, что Татьяна Бро живет проблемами больницы и своего отделения, определяясь с актуальными и насущными вопросами еще до утренних планерок.

Сама Татьяна Семеновна, будучи человеком скромным, говорит, что присвоение врачу высокой государственной награды – это заслуга всего коллектива учреждения. А самого специалиста звание «Заслуженный» ко многому обязывает. ■

РЕЦЕПТ ЗДОРОВЬЯ ОТ ДОКТОРА БРО

ОДНИМ ИЗ САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ НЕДУГОВ, С КОТОРЫМ ПАЦИЕНТЫ ПОПАДАЮТ В КАРДИОЛОГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ «ПИРОГОВКИ», является, конечно же, инфаркт миокарда. В связи с этим представляем вашему вниманию ликбез от Татьяны Бро о факторах риска возникновения инфаркта, зависящих от образа жизни человека.

– Среди факторов риска, на которые мы можем повлиять, – курение, гипертония, повышенный уровень холестерина и глюкозы, гиподинамия, лишний вес.

НИКОТИН УХУДШАЕТ СОСТОЯНИЕ СОСУДОВ: чем больше вы курите, тем выше риск ишемической болезни сердца и инфаркта миокарда.

СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ АРТЕРИАЛЬНЫМ ДАВЛЕНИЕМ. В каждой семье должен быть тонометр.

ЗНАТЬ СВОЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА необходимо так же, как и артериальное давление.

ЧТОБЫ УЗНАТЬ, В НОРМЕ ЛИ ВАШ ВЕС, достаточно определить окружность талии. У женщин она в норме должна быть менее 80 см, у мужчин – менее 94.



ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

ПАЦИЕНТЫ С ДИАГНОЗОМ АНЕВРИЗМА БРЮШНОЙ АОРТЫ НАХОДЯТСЯ В СМЕРТЕЛЬНОЙ ОПАСНОСТИ И НУЖДАЮТСЯ В СЛОЖНОЙ ОПЕРАЦИИ. КОВАРСТВО ДАННОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ В ТОМ, ЧТО ОНО МОЖЕТ СУЩЕСТВОВАТЬ ДОСТАТОЧНО ДОЛГО БЕЗ КАКИХ-ЛИБО СЕРЬЕЗНЫХ СИМПТОМОВ. В ТО ЖЕ ВРЕМЯ СУЩЕСТВУЕТ ВЫСОКИЙ РИСК РАЗЛИЧНЫХ ОСЛОЖНЕНИЙ. РАЗРЫВ АНЕВРИЗМЫ ПРИВОДИТ К СИЛЬНЕЙШЕМУ КРОВОТЕЧЕНИЮ, КОТОРОЕ ЧАЩЕ ВСЕГО ЗАКАНЧИВАЕТСЯ ЛЕТАЛЬНЫМ ИСХОДОМ. НО НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ВЫХОД ЕСТЬ.



ОПЕРАЦИИ ПО ЭНДОВАСКУЛЯРНОМУ ПРОТЕЗИРОВАНИЮ АНЕВРИЗМЫ АОРТЫ могут осуществляться либо открытым способом (резекция аневризмы с протезированием), либо закрытым (эндопротезирование) – с помощью специального рентген-оборудования и специалистов соответствующей квалификации.

ВРАЧИ ОТДЕЛЕНИЯ РЕНТГЕНЭНДОВАСКУЛЯРНОЙ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ (РЭДЛ) ГАУЗ «ГОРОДСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА ИМЕНИ Н.И. ПИРОГОВА» освоили выполнение такой операции в прошлом году, а в текущем году была проведена вторая подобная операция. О сути и особенностях каждой операции по эндоваскулярному протезированию аневризмы аорты мы поговорили с *заведующим отделением рентгенэндоваскулярной диагностики и лечения кандидатом медицинских наук Валерием Бородиным* и *врачом РЭДЛ Ильнаром Габдуллиним*.

– Пациенты с аневризмой, как правило, погибают от разрыва аорты, – поясняет Валерий Бородин. – Аорта – это самый крупный сосуд в организме человека, аневризма представляет собой ее

расширение из-за дегенеративных атеросклеротических изменений. В результате образуется мешок, стенки которого истончаются и при малейшей нагрузке – такой, например, как повышение кровяного давления или травма живота – может наступить разрыв стенки сосуда. Такие больные, к сожалению, часто погибают уже по пути в клинику. И даже среди пациентов, которых успевают доставить в больницу, смертность очень высока.

ЗАДАЧА ВРАЧЕЙ В ДАННОМ СЛУЧАЕ состоит в том, чтобы выявить пациентов с аневризмой, у которых еще нет осложнений, и прооперировать их либо открытым, либо закрытым способом. Разумеется, «закрытую» операцию пациенты переносят значительно легче.

ЧТОБЫ ПОДОБРАТЬ НУЖНЫЙ ПРОТЕЗ, ХИРУРГИ БОЛЬНИЦЫ ИМЕНИ ПИРОГОВА ОТПРАВЛЯЮТ ДАННЫЕ ПАЦИЕНТОВ В МОСКВУ. Столичные специалисты просчитывают, подходит тот или иной пациент под эндопротезирование или нет. В случае положительного решения данные пациента

отправляются непосредственно на предприятие, производящее стент-графты. Стент-графт могут изготовить специально либо подобрать из тех, что есть в наличии на складах в Европе.

ОТ ВЫЯВЛЕНИЯ ПАЦИЕНТА ДЛЯ ЭНДОПРОТЕЗИРОВАНИЯ ДО ДНЯ ОПЕРАЦИИ ПРОХОДИТ ПРИМЕРНО ПОЛТОРА МЕСЯЦА. Все время ожидания больной поддерживается и находится под пристальным наблюдением врачей. Валерий Бородин отмечает, что риск возникновения осложненного остается в любом случае, но его можно практически свести на нет:

– Мы, конечно, не можем гарантировать, что у пациента не возникнет, например, гипертонического криза, на фоне которого может произойти разрыв сосуда, но при соблюдении наших рекомендаций и специализированной поддержке риск развития неблагоприятного сценария минимален.

ПАЦИЕНТ, ПРООПЕРИРОВАННЫЙ РЕНТГЕНХИРУРГАМИ ОРЕНБУРГСКОЙ ГОРОДСКОЙ КЛИНИЧЕСКОЙ БОЛЬНИЦЫ ИМ. Н.И. ПИРОГОВА в этом году, по словам врачей, был сложным в связи с возрастом – мужчине за семьдесят – и наличием у него заболевания крови. Риск неудачного исхода операции был велик, однако оренбургские врачи, посоветовавшись со столичными специалистами, сочли возможным провести эндоваскулярное протезирование. Операция прошла успешно, бригада врачей в составе Ильнара Габдуллина, Сергея Гайкова и Дмитрия Ханина справилась без помощи врача-консультанта, предоставляемого фирмой-производителем стент-графта. Пациент был

На сегодняшний день в России только в 90 лечебно-профилактических учреждениях, в том числе в больнице имени Н.И. Пирогова, проводится эндоваскулярное лечение аневризмы аорты.

выписан уже через несколько суток. Перед выпиской был проведен контроль – стент-графт позиционирован оптимально.

– Никакого дополнительного оборудования для выполнения нового для клиники вида операций не потребовалось, – отметил Валерий Бородин. – А вот дополнительное обучение специалистам пройти было необходимо.

– Мы специально ездили в Москву, где прошли трехдневный цикл обучения по выполнению операции по эндоваскулярному протезированию аневризмы аорты, – пояснил Ильнар Габдуллин.

«ЗАКРЫТЫЕ» ОПЕРАТИВНЫЕ ВМЕШАТЕЛЬСТВА ПАЦИЕНТЫ ПЕРЕНОСЯТ ГОРАЗДО ЛЕГЧЕ – за ними настоящее и будущее хирургии, однако и к такому виду операций есть свои противопоказания. В случае с аневризмой брюшной аорты главным противопоказанием могут являться анатомические особенности участка артерии пациента, а потому к назначению и выполнению каждой операции специалисты подходят индивидуально. ■

По статистическим данным аневризма брюшной аорты (АБА) занимает 12-е место среди причин смертности в Европе. Даже в развитых странах смертность до госпитализации составляет до 40%, а в послеоперационном периоде доходит до 60%.

Защити себя сам

ЛАСКОВОЕ ОСЕННЕЕ СОЛНЦЕ, ПРОГУЛКИ В ЛЕСУ, ОБИЛИЕ ФРУКТОВ И ОВОЩЕЙ, «ТИХАЯ ОХОТА» – И В КОНЦЕ ТЕПЛОГО СЕЗОНА ХОЧЕТСЯ КАЧЕСТВЕННО ОТДЫХАТЬ И РАДОВАТЬСЯ ЖИЗНИ. ЗНАЧИТ, СТОИТ САМИМ ПОЗАБОТИТЬСЯ О ТОМ, ЧТОБЫ НЕ ОМРАЧИТЬ ЭТО ЧУДЕСНОЕ ВРЕМЯ ГОДА. А ВОТ НЕСОБЛЮЖДЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ ПРАВИЛ И ГИГИЕНИЧЕСКИХ НОРМ МОЖЕТ СТАТЬ ПРИЧИНОЙ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ, НЕКОТОРЫЕ ИЗ НИХ ПРЕДСТАВЛЯЮТ УГРОЗУ ЖИЗНИ. ЭТО И ГЛПС, И ГЕПАТИТ, И ДИЗЕНТЕРИЯ С ХОЛЕРОЙ...

МЫШКИ ПРОБЕЖАЛИ...

...ХВОСТИКАМИ ВИЛЬНУЛИ, И ДЕСЯТКИ ОРЕНБУРЖЦЕВ ОКАЗАЛИСЬ НА БОЛЬНИЧНЫХ КОЙКАХ С ДИАГНОЗОМ ГЛПС (*геоморрагическая лихорадка с почечным синдромом*) – в этих четырех буквах «зашифровано» тяжелое, смертельно опасное инфекционное заболевание с поражением мелких кровеносных сосудов, почек, легких и других органов человека. В нашей области заболеваемость характеризуется цикличностью. В зависимости от климатических условий и активности роста популяции грызунов ежегодно регистрируются от 10 до 100 случаев ГЛПС. Это природно-очаговая инфекция, наиболее высокий уровень заболеваемости которой регистрируется в 22 районах Оренбуржья. Пик приходится на май-октябрь, то есть самое благоприятное для отдыха время.

ОСНОВНЫМИ ИСТОЧНИКАМИ ЗАРАЖЕНИЯ ЯВЛЯЮТСЯ БЕЗОБИДНЫЕ С ВИДУ МЫШКИ, лесные и полевки, которые стараются держаться поближе к пищевым продуктам, мусорным кучам, свалкам травы, обычно окольцовывающим летние «стойбища» человека.

КАК РАССКАЗАЛ НАМ *врач-инфекционист ГКБ им. Н.И. Пирогова Александр Сергеевич Федотов*, заражение происходит, когда человек вдыхает частицы испражнений зараженных грызунов: вы можете даже не заметить следы их жизнедеятельности, но как только пыль вместе с мышинными экскрементами поднимется в воздух, вирус окажется в легких. Его можно не только вдохнуть, но и «съесть», например, сразу после уборки устройв перекус непомыв руки или воспользовавшись продуктами, перезимовавшими на даче и попавшими мышкам «на зубок». Лихорадку можно подхватить и просто на природе, собирая грибы или дрова на костер.

Против ГЛПС нет вакцины! Поэтому избежать заражения можно только соблюдая санитарно-гигиенические нормы.

В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ СЛЕДУЕТ РЕГУЛЯРНО ИСТРЕБЛЯТЬ ГРЫЗУНОВ ВСЕМИ ДОСТУПНЫМИ СРЕДСТВАМИ на территории дач, и частных построек, а сами участки и подсобные помещения не захламлять,

своевременно вывозя бытовой мусор.

ГРЫЗУНАМ НУЖНО ПЕРЕКРЫТЬ ДОСТУП В ПОМЕЩЕНИЯ, заделав все отверстия металлической сеткой и зацементировав щели. Уборку в начале сезона проводите с дезинфицирующими средствами в защитной маске или ватно-марлевой повязке и резиновых перчатках. Во время уборки не принимайте пищу, не пейте и не прикасайтесь к лицу грязными руками.

НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ В ПИЩУ ПОДПОРЧЕННЫЕ ИЛИ ЗАГРЯЗНЕННЫЕ МЫШАМИ ПРОДУКТЫ. Пищевые продукты храните в недоступных для грызунов местах, а воду для питья кипятите.

В ЛЕСУ ПОСЛЕ СВОРА ГРИБОВ-ЯГОД ТЩАТЕЛЬНО МОЙТЕ РУКИ. Не раскладывайте посуду и пищу на траве, пнях во время перекуса на природе, используйте для этого клеенку. Не употребляйте для питья и готовки воду из открытых источников.

БОЛЕЗНИ ГРЯЗНЫХ РУК

ТАК НАЗЫВАЮТ МНОГИЕ КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ, а все потому, что будь то дизентерийная палочка, холерный вибрион или вирус гепатита, они попадают во внешнюю среду и способны довольно долго сохраняться, «поджидая» вас на ручках дверей, телефонных трубках, поручнях в автобусе, купюрах и даже на клавиатуре компьютера. А при пренебрежительном отношении к гигиене легко оказываются в пищеварительном тракте и берутся за свое «черное дело».

– КАК ЭТО НИ ПАРАДОКСАЛЬНО, НО МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ЭТИХ ОПАСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ – САМЫЕ ПРОСТЫЕ И ВСЕМ ДОСТУПНЫЕ, – напоминает нам Александр Федотов. – Поскольку все подобные инфекции объединяет один фактор – возбудители



проникают в организм человека благодаря в первую очередь невымытым рукам, хотя некоторые из них могут передаваться и воздушно-капельным путем, то для их профилактики надо:

ЧАСТО МЫТЬ РУКИ (С МЫЛОМ!). И ВООБЩЕ МЫТЬ ВСЕ, ЧТО ВЫ ПЛАНИРУЕТЕ ПОЛОЖИТЬ В РОТ, особенно ягоды, фрукты и те овощи, что не подвергаются тепловой обработке, ополаскивая кипяченой водой.

ДАЖЕ ПРИ НАЛИЧИИ ХОЛОДИЛЬНИКА СЛЕДИТЬ, чтобы сырые продукты не соприкасались с готовой пищей, упаковывая их в герметичные контейнеры. Разделочные доски и ножи должны быть отдельными для сырых и готовых к употреблению продуктов.



ВОДУ УПОТРЕБЛЯТЬ КИПЯЧЕНУЮ или бутилированную питьевую и минеральную.

НЕ ПРИОБРЕТАТЬ ПРОДУКТЫ У СЛУЧАЙНЫХ ЛЮДЕЙ, а также в непригодных и неустановленных для этого местах.

ОСТАТКИ ЕДЫ сразу же по окончании трапезы убирать в холодильник.

БОРОТЬСЯ С МУХАМИ И ОСАМИ.

Все эти заболевания могут вызвать множество осложнений, а в ряде случаев привести к летальному исходу. Самолечение небезопасно, поскольку кишечные инфекции по симптоматике могут напоминать обыкновенную простуду. Первые же признаки недомогания – высокая температура, боль в желудке, понос, слабость, тошнота, рвота, а в некоторых случаях сыпь, резь в глазах, судороги – все это основание для немедленного обращения к врачу. Тем более что многие из этих заболеваний лечатся только в условиях стационара. ■

Лучшие из лучших

В РАМКАХ ПРАЗДНИЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ ДНЮ ГОРОДА, У ЗДАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ СЕВЕРНОГО ОКРУГА ОТКРЫЛАСЬ ОБНОВЛЕННАЯ ДОСКА ПОЧЕТА. В ЧИСЛЕ ЛУЧШИХ ОРЕНБУРЖЦЕВ, ДОСТИГШИХ ЗНАЧИМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В ЭКОНОМИЧЕСКОЙ, СОЦИАЛЬНОЙ, ТВОРЧЕСКОЙ, СПОРТИВНОЙ, ОБЩЕСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ТАКОЙ ЧЕСТИ УДОСТОИЛАСЬ ВЕТЕРАН КЛИНИЧЕСКОЙ БОЛЬНИЦЫ ИМЕНИ Н.И. ПИРОГОВА **ТАМАРА КОНСТАНТИНОВНА ОЛЕКС.**

В БОЛЬНИЦЕ ЕЕ НАЗЫВАЮТ ЛЕГЕНДОЙ ОРЕНБУРГСКОЙ МЕДИЦИНЫ. Тамара Константиновна – заслуженный работник здравоохранения г. Оренбурга, заслуженный врач Российской Федерации, награждена орденом Дружбы народов, медалями «Ветеран труда», «За заслуги перед Оренбургом» I и II степени.

ЗА СВОЮ ПЛОДОТВОРНУЮ ЖИЗНЬ В МЕДИЦИНЕ ДОКТОР ОЛЕКС работала участковым терапевтом, возглавляла терапевтическое отделение «Пироговки», в течение 17 лет была заместителем главного врача по лечебной работе. В последние годы трудится в кардиологии, в Первичном сосудистом отделении, ставя на ноги самых тяжелых больных с инфарктом миокарда. Тысячи

пациентов прошли через ее умелые руки. Поэтому неудивительно, что ее портрет появился на Доске Почета среди фотографий уважаемых горожан, проживающих на территории Дзержинского и Промышленного районов. Здесь имена тех, кто своим упорным трудом способствует развитию нашего города, тех, кому важна судьба Оренбурга, кто связал с ним всю свою жизнь. Среди них – педагоги, медики, рабочие, труженики сферы ЖКХ и представители других профессий.

ЧЕСТВОВАНИЕ ЛЮДЕЙ ТРУДА – замечательная традиция, способствующая тому, чтобы молодое поколение оренбуржцев воспитывалось на лучших примерах наших земляков. ■



СПАСИБО, ДОКТОР!

ПРОФЕССИОНАЛАМ СВОЕГО ДЕЛА, ЛЮДЯМ ИСКРЕННИМ, С ЧУТКИМ СЕРДЦЕМ БОЛЬНЫЕ ВСЕГДА ПРИЗНАТЕЛЬНЫ. ВОТ И ОТ ПАЦИЕНТА С.А. ДАВЫДОВА В ПРИЕМНУЮ ГЛАВНОГО ВРАЧА ГКБ ИМ. ПИРОГОВА ПОСТУПИЛО БЛАГОДАРСТВЕННОЕ ПИСЬМО.

СВОИМ ПИСЬМОМ СЕРГЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ говорит большое спасибо врачу поликлиники № 1 Наталье Валерьевне Пономаревой за ее старания и усилия, знания и мастерство:

«**ВЫРАЖАЮ БЛАГОДАРНОСТЬ ВРАЧУ ПОЛИКЛИНИКИ № 1 ПОНОМАРЕВОЙ Н.В.** за качественное лечение. Своим вниманием, добротой, профессионализмом врач победил мою застарелую болезнь». ■

Есть В КОНТАКТ!

vk.com/pirogova56

БОЛЬНИЦУ ИМЕНИ ПИРОГОВА МОЖНО НАЙТИ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ. У МЕДУЧРЕЖДЕНИЯ ЕСТЬ СВОЯ ГРУППА **В КОНТАКТЕ**

Дарить добро

НА БАЗЕ ХИРУРГИЧЕСКОГО КОРПУСА СОСТОЯЛСЯ ТРАДИЦИОННЫЙ ЕЖЕГОДНЫЙ ДЕНЬ ДОНОРА для сотрудников больницы имени ПИРОГОВА.

ИСТОРИЯ ДОНОРСТВА НАСЧИТЫВАЕТ УЖЕ БОЛЕЕ 100 ЛЕТ. Это, без преувеличения, один из самых гуманных поступков в жизни любого человека независимо от пола, расы, национальности и вероисповедания.

О ТОМ, КАК ВАЖНО ДОНОРСТВО, ВРЯД ЛИ СТОИТ РАССКАЗЫВАТЬ. Особенно остро это ощущают врачи, которые не понаслышке знают его истинную цену. Именно поэтому они так активно участвуют в донорском движении. Вот и на этот раз на призыв сдать свою кровь откликнулись 56 сотрудников «Пироговки». Для многих их них отдать частичку себя для спасения чьей-то жизни стало уже доброй традицией.

ПРЕКРАСНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДАННОГО МЕРОПРИЯТИЯ под руководством председателя профсоюзного комитета больницы Натальи Геннадьевны Бондаревой была особо отмечена сотрудниками областной станции переливания крови. ■

ПРОДОЛЖАЯ ТРАДИЦИИ

ГКБ ИМ. Н.И. ПИРОГОВА ГОТОВИТСЯ К ПРОВЕДЕНИЮ «ОРЕНБУРГСКИХ ПИРОГОВСКИХ ЧТЕНИЙ».

ТРАДИЦИОННО ОНИ СОБИРАЮТ ОКОЛО 300 УЧАСТНИКОВ, в том числе из соседних регионов. Это уже седьмая конференция медиков, которая когда-то была задумана как внутрибольничное мероприятие, приуроченное ко дню рождения знаменитого хирурга Николая Ивановича Пирогова, чье имя с гордостью носит клиника. Медики собираются, чтобы послушать друг друга, рассказать о новых наработках, обменяться достижениями между подразделениями.

НА КОНФЕРЕНЦИЮ ПОДАЮТ ЗАЯВКИ НА ВЫСТУПЛЕНИЯ С ДОКЛАДАМИ И СПЕЦИАЛИСТЫ ИЗ ДРУГИХ ЛЕЧЕБНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА, представители федеральных клиник. На заседания приходят не только непосредственные участники, но и студенты, интерны.

И ХОТЯ ТРАДИЦИОННО ПРИОРИТЕТ НА «ЧТЕНИЯХ» отдается хирургии, анестезиологии и реанимации, кардионеврологии, появляются и новые направления, такие как информационные технологии в здравоохранении. ■

«ПИРОГОВКА» РЕКОМЕНДУЕТ

СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА УПОТРЕБЛЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ. ТОЛЬКО В ЭТОМ СЛУЧАЕ ОНИ ПРИНОСЯТ ПОЛЬЗУ.

1. Не занимайтесь самолечением! Принимайте лекарства только по назначению врача во избежание нежелательных реакций организма на их прием.

2. Следите за сроком хранения медикаментов – просроченные наносят непоправимый вред организму.

3. Соблюдайте инструкцию к препарату, предписания доктора и дозировку.

4. Не пейте разные лекарства одновременно. Между приемом различных препаратов должно пройти хотя бы 30 минут.

5. По инструкции «До еды» означает как минимум за полчаса до трапезы, «после» – не раньше, чем через час-два после нее, «натощак» – минут за 20 до завтрака.

6. Лекарства заливайте водой (если не оговорено особо). В сочетании с чаем они могут образовывать нерастворимые соединения, выпадающие в осадок, соки превращают некоторые препараты в яд, в еще большей степени это касается алкоголя.

7. Таблетки – не конфетки! Лекарства, витамины, ампулы, шприцы и прочие медицинские средства храните вне досягаемости детей. ■

Научно-популярная газета «ПИРОГОВКА»

Учредитель:
ГАУЗ «ГКБ им. Н.И. Пирогова»
г. Оренбурга

Издатель:
АНО Информационный центр
«ОРЕНБУРГСКАЯ МЕДИЦИНА»,
460044, г. Оренбург, ул. Березка, 26, оф. 4,
телефон 388-259, rxp@inbox.ru

Главный редактор **О.Н. Хромушин**

Над номером работали:
**А. Винник, Е. Богомолова,
И. Боева**

Номер отпечатан в АНО «ЦСИ «Развитие»,
460044, г. Оренбург, ул. Березка, 26, оф. 2,
телефон 388-259, rxp@inbox.ru

Тираж 999 экз.

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!

Газета «Пироговка» объявляет творческий конкурс



Дети, как известно, не очень любят бывать у врача. Но все они любят рисовать. А для того чтобы поход в поликлинику был не только полезным, но и интересным, мы предлагаем ребятам вместе с родителями заняться творчеством.

Нарисуйте картинку на медицинскую тематику и возьмите ее на прием к врачу. Не забудьте указать имя и фамилию, а также контактный телефон. В конце года мы подведем итоги конкурса, лучшие работы будут опубликованы в газете «Пироговка», а их авторы получат замечательные призы!

В отсканированном виде рисунки можно присылать по адресу rxp@inbox.ru с пометкой «Конкурс».

В МИРЕ подтвердили вред электронных сигарет

УЧЕННЫЕ ИЗ НАЦИОНАЛЬНОЙ ЛАБОРАТОРИИ БЕРКЛИ (США) ОПРОВЕРГЛИ МИФ, что вейпы – практически полностью безвредная альтернатива традиционным табачным изделиям.

КУРЕНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ МОЖЕТ НАНЕСТИ НЕПОПРАВИМЫЙ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ. Причина – в опасных токсинах, которые содержатся в жидкости для продуцирования пара. Причем исследования проводились с веществами без никотина – само собой разумеется, что при его наличии вреда для здоровья будет значительно больше. Основной вред организму наносится такими веществами, как акролеин, канцероген формальдегид и диацетил. Систематическое воздействие на организм электронной сигареты может привести не только к плохому самочувствию, но и повышает риск развития онкологических заболеваний. ■

В РОССИИ появится новая противополиомиелитная вакцина

УЧЕННЫЕ ГОТОВЯТСЯ К ПЕРВЫМ КЛИНИЧЕСКИМ ИСПЫТАНИЯМ ПРОТИВОПОЛИОМИЕЛИТНОЙ ВАКЦИНЫ, разработанной специалистами института вирусных энцефалитов имени Чумакова. Это стратегически важное научное достижение, поскольку в последние годы существенно сократились

поставки импортных препаратов. Вакцина поможет преодолеть возможный дефицит, связанный с тем, что в рамках общей стратегии, принятой Всемирной организацией здравоохранения, к 2019 году должен завершиться процесс по полному переходу на инактивированные средства. ■

В ОРЕНБУРЖЬЕ начата вакцинация против гриппа

УЖЕ ПОСТУПИЛА ПЕРВАЯ ПАРТИЯ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПРОТИВОГРИППОЗНОЙ ВАКЦИНЫ «СОВИГРИПП» для иммунизации детей и беременных женщин (154 тыс. доз), а также взрослых (250,2 тыс. доз). Это примерно половина от заявленного количества.

БЕСПЛАТНАЯ ВАКЦИНАЦИЯ предусмотрена для детей от 6 месяцев до 6 лет, школьников 1–4 классов, беременных, работников здравоохранения, образования, сферы обслуживания, призывников, пациентов с хроническими заболеваниями, лиц старше 60 лет. Вакцинация работающих проводится за счет средств предприятий и учреждений, а также личных средств граждан. Эта услуга предоставляется всеми учреждениями здравоохранения области. Всего планируется привить 800 тысяч жителей области.

КАЖДЫЙ ГОД МЫ СТАЛКИВАЕМСЯ С РАЗНЫМИ ШТАММАМИ ГРИППА. Так что даже если в прошлом вы уже делали прививку, в этом сезоне нужно вновь пройти вакцинацию. ■