

МОСКВИЧЕЙ ОЖИДАЕТ ГРАНДИОЗНОЕ НОВОСЕЛЬЕ

стр. 2-3

«ДЕКРЕТНЫЕ»: КОМУ, СКОЛЬКО, КОГДА

стр. 6

АКТИВНО ЖИТЬ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА

ВАМ ПОМОЖЕТ «НЕЙРОРЕАБИЛИТАЦИЯ»

стр. 7

НЕ НАВРЕДИ!

стр. 8

РЕКА ЖИЗНИ

стр. 4-5

ЛЮБИМЫЕ ЖИЗНИ

«РОЖАТЬ, ЛЮБИТЬ И БЫТЬ ЛЮБИМОЙ»

Интервью **Ольги Шараповой** Первому каналу Российского телевидения. Ведущий — **Юрий Вяземский**

Юрий Вяземский: Что такое это величайшее таинство — рождение человека?

Ольга Шарапова: Рождение человека — действительно самое большое чудо на свете. Я, и как врач акушер-гинеколог, и как мать, не могу не восхищаться этим великим таинством. И я счастлива, что наш родильный дом № 4 причастен к нему. Мы помогаем женщине не только уменьшить или совсем убрать боль, но и стать по-настоящему счастливой матерью, потому что очень многое зависит от того, в какие руки попадет ребёнок в первые минуты жизни. Очень важно, чтобы это были чистые руки, не просто физически вымытые, а руки человека, у которого чистая душа. Мы по-особому ведём роды. У нас нет акушерской агрессии, ведь мы любим женщину и её ещё не родившегося ребёнка. Вот только так, только так, а по-другому и быть не должно. Я работаю акушером-гинекологом более тридцати лет. И будучи врачом, и министром, и депутатом, всегда видела свое призвание именно в том, чтобы помогать матерям быть счастливыми, чтобы в России росли здоровые и радостные дети.

— **А кто вас призвал?**

— Моя мама, моя бабушка.

— **То есть, конкретные люди?**

— Да, родные мне люди, с которых я брала пример.

— **Они тоже были врачами?**

— Бабушка была акушеркой, принимала роды, а мама была врачом. И я ещё с детства любила запах лекарств, научилась сострадать, стремилась помогать людям. Я питала с молоком матери: оказывая по-

мощь и умея лечить так, чтобы человеку было не больно и чтобы он почувствовал твою заботу — тогда больной быстрее выздоровеет.

— **А как вы подбираете персонал в свой роддом, вы же не одна принимаете роды, у вас же целый штат. И что, все должны быть с чистыми, замечательными, хорошими, ласковыми руками? Как вы вообще находите сегодня таких людей?**

— Врачи, которые работают в нашем родильном доме, они знают, зачем они пришли в медицину. Акушер-гинеколог — профессия подвижников. Ведь у нас труд без праздников и выходных, а подчас и ночи напролет. Безусловно, у этой работы есть и иная мотивация — это оплата труда. Наши врачи, акушерки, которые работают в родильном доме № 4, конечно же, они получают достойную заработную плату. Потому что женщина приходит к нам в родильный дом, голосуя за него своим родовым сертификатом, она приносит к нам этот родовой сертификат, за что мы в дальнейшем получаем финансовую поддержку, ту материальную помощь, которая в том числе идёт на оплату труда. Конечно, мы понимаем, что женщина может прийти только в тот родильный дом, где есть не только высокий профессионализм, но и человеческое тепло, где ее полюбят. Знаете, что такое «сарфанное радио»? Вот роженицы не столько из интернета информацию черпают, сколько информация передаётся из уст в уста — от уже родивших к тем, кто еще только



собирается стать мамой. Поэтому в нашем роддоме много родов, у нас проходит более десяти тысяч родов в год.

— **Вы — замечательный доктор!, у вас замечательные руки! Вам их не жалко? 170 прыжков с парашютом!..**

— Это было в молодости (*Ольга Шарапова задорно смеётся*), в школе организовали кружок парашютистов, и мы с мальчишками вместе туда ходили, обучались прыгать с высоты. И я поняла тогда, как важно, необходимо максимально сосредоточиться, чтобы правильно приземлиться. Вот эта черта — максимальной сосредоточенности, концентрации на главном — она в моем характере осталась навсегда.

— **А сейчас прыгаете с парашютом?**

— Сейчас нет, конечно.

— **А что сейчас — горные лыжи?**

— Ну да, горные лыжи, дайвинг...

— **Да, такие безобидные виды спор-**

та: горные лыжи, дайвинг, всё тихонечко, спокойненько... У вас сколько детей?

— У меня уже внуки.

— **А как вы сами рожали?**

— Рожала великолепно. Рожала в роддоме. Я была студенткой, когда стала мамой в первый раз, второй раз родила, когда была уже кандидатом медицинских наук. Единственная ошибка моей жизни, я всегда об этом говорю и своим студентам, и ординаторам, она в том, что я мало родила, родила всего двоих, а вообще надо было рожать больше, и вот хочу произнести слова напутствия женщинам репродуктивного возраста, которые имеют возможность рожать. Женщина создана Господом Богом для того, чтобы продлевать человеческий род. Поэтому нужно рожать, нужно любить и быть любимой — это очень важно. Быть любимыми и любящими — вот основа жизни.



О.В. Шаропова: Лобби, конечно, не лучшее слово, оно успело обрести нехороший душок корысти, шкурного интереса.

«Шар здоровья»: Но ведь для того, чтобы продавливать законы, надо иметь групповую поддержку.

О.В. Шаропова: Надо уметь донести до коллег значимость, важность той или иной проблемы. Не продавить, как Вы выразились, а разъяснить, доказать, убедить, почему и для чего именно этот закон, эта поправка к закону должны быть в первую очередь внесены в повестку дня.

«Шар здоровья»: «Просматривая документы Московской городской Думы, — пишет наш читатель и Ваш избиратель И.А. Тоцкий, — невольно обращаешь внимание насколько мощно активизировалась в нынешнем составе Думы законотворческая деятельность медицинского лобби». Так в письме, хотя, как я уже понял, Вам это слово не по нраву, но здесь оно, как явствует из контекста письма, в сугубо положительном, комплиментарном смысле этого слова.

электронных сигарет, кальянные, магазины, торгующие устройствами, имитирующими курение табака. Всё больше подростков протаптывают сюда тропку. Насаждается мнение, что все эти «парения-испарения» абсолютно безвредны.

«Шар здоровья»: Разве не так?

О.В. Шаропова: Смеси, используемые в вейпах, содержат вещества, которые при нагревании становятся токсичными, они содержат в разных дозировках всё тот же никотин. Имитаторы вредят легким и носоглотке, иммунной системе. Все эти вейпы, кальяны — маски одного табачного лобби (вот где уместно это слово!), не желающего терять прибыль. Поэтому мы разработали проект закона об ограничении потребления смесей, используемых в имитаторах курения табака. Надо ввести запрет на их продажу несовершеннолетним, запретить их использование в общественных местах, на территориях и в помещениях образовательных, медицинских организаций, учреждений культуры, спорта, на воздушных судах, в транспорте, на детских

Москвичей ожидает грандиозное новоселье

Наш собеседник Ольга Викторовна ШАРАПОВА — депутат Московской городской Думы, главный врач городской клинической больницы №64, доктор медицинских наук, профессор кафедры акушерства и гинекологии МГМУ им. И. М. Сеченова, заслуженный врач Российской Федерации.

«Шар здоровья»: Ольга Викторовна, откликаясь на беседу с Вами «Здоровый город — здоровые люди» в нашей газете, вот что важным посчитали подчеркнуть читатели, цитирую: «Держать слово, данное избирателям, и шаг за шагом воплощать обещанное в жизнь — отличительная черта депутата Ольги Викторовны Шараповой. Такая черта, увы, пока ещё редко встречается у депутатов. Обычно «народные избранники», как правило, вспоминают, что они избраны народом для служения интересам народа, лишь с началом новой выборной кампании...».

О.В. Шаропова: Стоп, стоп, стоп!.. Давайте сразу внесём принципиально важные уточнения. Новые законы, поправки в действующее законодательство, депутатская поддержка предложениям Правительства Москвы, одним словом, всё то, что направлено было за последнее время на оздоровление жизненных условий москвичей, а это и расшивка пробок на столичных магистралях, и расширение пешеходных зон, и совершенствование общественного транспорта за счёт специально выделенных полос, и низкопольные автобусы, и перевод машин на топливо «Евро-5» — всё это результат труда депутатского

корпуса в целом. Ни Шаропова, никто другой из депутатов, будь он хоть семь на семь пядей во лбу и обладай энергией локомотива, в одиночку не сможет провести ни один закон, ни одну поправку к закону. Парламент — это коллективный труд. Депутату нужны понимание и поддержка как минимум половины коллег в Думе.

«Шар здоровья»: Всё так, конечно, хотя авторы откликов на Вашу беседу по своему правы. Обещала в своей предвыборной программе кандидат в депутаты Мосгордумы Ольга Шаропова вернуть медработников в школы — и вернула.

О.В. Шаропова: Ну, вот опять же! Во-первых, не я одна это обещала. Тогда все врачи, баллотировавшиеся в Думу, считали очень важным решить эту проблему. Другое дело, что мы, врачи, подчёркивали тогда, во время выборной кампании, как важно, чтобы нас, врачей, в городской Думе оказалось как можно больше, чтобы проводить в жизнь законы, касающиеся здравоохранения. Избиратели нас услышали и поддержали. Так что избиратели в данном случае хвалят сами себя.

«Шар здоровья»: И при поддержке избирателей вам, врачам, удалось создать в Думе медицинское лобби.

Стали набирать популярность имитаторы курения: кальяны, вейпы, электронные сигареты, и им подобное, то, что можно употреблять без малейших ограничений и препонов в кафе, ресторанах, на улице, в других общественных местах. Мгновенно стали множиться, развиваться и расширяться так называемые вейп-бары — бары для курения электронных сигарет, кальянные, специализированные магазины, торгующие различными устройствами, имитирующими курение табака.



О.В. Шаропова: Приятно, конечно, что наши избиратели это видят и понимают. Родить, выводить ребёнка, поставить его на ноги — траты немалые и сил, и средств не только семьи, а и всего общества на обретение нового человека, нового гражданина, труженика, защитника страны, чтобы позволять потом безрассудно расточать его здоровье, его жизнь. Вот откуда истоки нашей депутатской активности. Мы двумя руками «за» поддержали проект закона, позволяющего ограничивать продажу алкоголя. Хотим усилить закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

«Шар здоровья»: Так вроде неплохой закон...

О.В. Шаропова: Да, очень действенным оказался. Многие, потеряв возможность курить «где хочу и когда хочу», вовсе бросили чадить. Но стали набирать популярность имитаторы курения: кальяны, вейпы, электронные сигареты, которые можно употреблять без препонов в кафе, ресторанах, на улице. Стали множиться вейп-бары для курения

площадках и на рабочих местах. Ну и само собой ограничить рекламу указанных устройств.

«Шар здоровья»: Ольга Викторовна, москвичи очень одобрительно отнеслись к законодательной инициативе Мосгордумы против так называемого «зацепинга» — проезда снарядов поездов, цепляясь за различные поручни, лестницы, подножки, или на крыше, на открытых переходных и тормозных площадках.

О.В. Шаропова: Эта очень опасная для жизни и здоровья мода, как пишут аналитики, скорее всего пришла из стран Юго-Восточной Азии и Африки, где данный способ передвижения является вынужденной мерой из-за крайнего переполнения поездов. Но там это вынужденная мера. Хотя и у нас здесь, в Москве, бытует мнение, что причина массового распространения «зацепинга» это способ сэкономить за проезд. Однако более убедительны те, кто утверждает, что скорее всего эта беда от навязываемого в социальных сетях «зацепинга», как популярного во всём мире молодёжного увлечения. В Москве и Московской области любители таким

образом пощекотать себе нервы уже больше двадцати тысяч. Они активно общаются между собой в социальных сетях, собираются группами для совместных поездок. Жуткое увлечение. В одной только Москве и только за один год погибли девять подростков, 17 ребятишек очень серьёзно пострадали. Срываются, падают, попадают под колёса, под высокое напряжение тысячевольтных проводов. Наказание же за «зацепинг» до сих пор остаётся просто несерьёзным. Человек подвергает себя смертельному риску, а ему за такое варварское отношение к жизни и здоровью лишь грозят пальчиком — штрафом в 500 рублей. Мы предлагаем изменить ряд статей Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях и увеличить штраф за «зацепинг» на железнодорожном транспорте до трёх — пяти тысяч рублей, а за проезд на крышах троллейбусов, автобусов, трамваев — от тысячи до пяти тысяч рублей. Но штрафы штрафами, не в них суть и решение проблемы, наша задача — предотвратить правонарушение, вот что главное, постараться предупредить поступок, который опасен не только для самого «зацепера», но и несет угрозу для окружающих. Надо суметь убедить молодёжь, что эти «игры» — неоправданный риск для жизни. Надо менять сознание молодых людей, удерживая их от смертельно опасных «забав». Сейчас в интернете набирает популярность молодёжный слоган «Не цепляйся за поезд! Цепляйся за жизнь!». Уже хоть что-то. Хотя понятно, что к организаторам сайтов, занимающихся пропагандой «зацепинга», должно быть более пристальное внимание правоохранительных органов, нужно развенчивать так называемый «ореол романтики» вокруг «зацеперов». Мы поддержали предложение отслеживать сайты, пропагандирующие «зацепинг», и приравнять их к ресурсам, призывающим к суициду. Стоит подумать помимо штрафа и о возмещении ущерба, наносимого «зацеперами» и машинами, и пассажирам.

«Шар здоровья»: Ольга Викторовна, Ваш избирательный округ «богат» пятиэтажками, давно и метко прозванными в народе «хрущёбками», как, впрочем, большинство районов Москвы. Малую часть пятиэтажек определённых конкретных серий уже практически снесли. Но ведь и другие, так называемые «несносимые» серии, не лучше: так же и лифта нет, и комнатёнки проходные, и совмещённые санузлы, прозванные народным творчеством «гаванами» (гальюн плюс ванная), те же низко нависающие над головой потолки, та же чудовищно расточительная теплоизоляция, обогревающая улицу. Вот люди и сетуют, как в двадцать первом веке так можно жить.

О.В. Шарапова: Да, прежде в наказах избирателей, теперь в депутатской почте письма от владельцев «хрущёбок» стабильно первенствуют по количеству жалоб. Москва не раз подступала к решению этой проблемы. Пробовали ремонтировать пятиэтажки с надстройкой двух этажей...

«Шар здоровья»: Что так мало?



О.В. Шарапова: Большая этажность не под силу старому фундаменту, а семь этажей уже достаточны для установки лифта. Соответственно меняли все трубы, а они, кстати, в большинстве пятиэтажек вмонтированы в стены. В общем, как жизнь показала, и хлопотно, и затратно, а толку чуть. Стены не раздвинешь, потолки не поднимешь. В общем, жить в отремонтированных пятиэтажках лучше не стало. Прок лишь от замененных труб, которые по цене их замены выходили золотыми. В конце-концов все убедились, что капитальный ремонт домов, расчетный срок эксплуатации которых истек десятилетия назад, не имеет смысла, главная цель капремонта — улучшение качества жилья — толком не достигается, и обходится такой ремонт пятиэтажек дороже их сноса и строительства новых зданий. Окончательно стало ясно, что единственным возможным решением проблемы ветхого пятиэтажного жилого фонда столицы является реновация — нужно сносить пятиэтажки со всеми их инженерными коммуникациями, сетями и на освободившихся площадях строить современные дома. Только таким кардинальным образом можно улучшить жизнь более полутора миллионов москвичей, проживающих ныне в пятиэтажках. Очень важно отметить, что расширение программы сноса в Москве пятиэтажек поддержал президент

России Владимир Путин, который по данному вопросу провел рабочее совещание с мэром Москвы Сергеем Собяниным.

«Шар здоровья»: А при чём тут Президент? Разве градостроительная политика не в компетенции местной власти? Разве сам город не волен распоряжаться своей судьбой?

О.В. Шарапова: Прежде, когда под снос шли признанные ветхими дома, Москве не требовалась федеральная поддержка. Теперь же, когда речь идёт о сносе домов, которые ветхими не являются, нужны поправки в федеральное законодательство. Помощь Президента требуется для того, чтобы изменить нормативную базу, регуливающую градостроительные, технические нормы. Требуется внести изменения в Земельный, Градостроительный и Жилищный кодексы в части расселения. Глава государства поддержал предложение Москвы о их внесении. Ну, а нас, московских депутатов, Сергей Собянин попросил активно содействовать федеральным коллегам в разработке таких поправок. Законодательное сопровождение программы станет одним из приоритетов в нашей работе. В целях реализации намеченной программы по «хрущёвкам» в Москве создан штаб, который возглавил мэр.

«Шар здоровья»: То есть, грядёт великое переселение москвичей? Но как-то людям из родных, обжитых мест перебраться куда-то, да ещё на ста-рости лет?

О.В. Шарапова: А не будет никакого переселения. Жителямносимых пятиэтажек предоставят максимально близкие к прежнему месту жительства квартиры и непременно в том же районе. Вот так. «Ни о каких «выселках» при переселении речи идти не может», — это твёрдое заверение мэра Москвы Сергея Собянина.

КАПИТАЛЬНЫЙ РЕМОНТ ДОМОВ, РАСЧЕТНЫЙ СРОК ЭКСПЛУАТАЦИИ КОТОРЫХ ИСТЕК ДЕСЯТИЛЕТИЯ НАЗАД, НЕ ИМЕЕТ СМЫСЛА, ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ КАПРЕМОНТА — УЛУЧШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЛЬЯ — ТОЛКОМ НЕ ДОСТИГАЕТСЯ, И ОБОДИТСЯ ТАКОЙ РЕМОНТ ПЯТИЭТАЖЕК ДОРОЖЕ ИХ СНОСА И СТРОИТЕЛЬСТВА НОВЫХ ЗДАНИЙ. ОКОНЧАТЕЛЬНО СТАЛО ЯСНО, ЧТО ЕДИНСТВЕННЫМ ВОЗМОЖНЫМ РЕШЕНИЕМ ПРОБЛЕМЫ ВЕТХОГО ПЯТИЭТАЖНОГО ЖИЛОГО ФОНДА СТОЛИЦЫ ЯВЛЯЕТСЯ РЕНОВАЦИЯ — НУЖНО СНОСИТЬ ПЯТИЭТАЖКИ СО ВСЕМИ ИХ ИНЖЕНЕРНЫМИ КОММУНИКАЦИЯМИ, СЕТЯМИ И НА ОСВОБОДИВШИХСЯ ПЛОЩАДЯХ СТРОИТЬ СОВРЕМЕННЫЕ ДОМА.



Из депутатской почты НАШЛИ ПОНИМАНИЕ И ПОДДЕРЖКУ

**Председателю
Московской городской Думы
А.В. ШАПОШНИКОВУ**

Уважаемый Алексей Валерьевич!
На основании протокола открытого собрания членов автостоянки РОО «МГСА» №24 на Большой Черёмушкинской улице, состоявшегося 5 марта 2017 г. в соответствии с п. 3.1. Устава РОО «МГСА», члены автостоянки и жители района Котловка города Москвы выражают свою глубокую БЛАГОДАРНОСТЬ депутату Московской городской Думы ОЛЬГЕ ВИКТОРОВНЕ ШАРАПОВОЙ и её помощникам за активное и неоднократное содействие в защите прав и законных интересов населения района Котловка, выразившееся в направлении представителя депутата О.В. ШАРАПОВОЙ на митинг граждан, направлении в ДГИ г. Москвы подробного, аргументированного обращения по вопросу сохранения автостоянки.

**Члены президиума открытого
собрания Иванов М.Б.,
председатель автостоянки № 24,
Малинин М.В., председатель
совета МКД Б. Ч. 5-1,
Слюсарев В.И., член Правления.**

СПАСИБО ЗА СЕРДЕЧНОСТЬ!

**Председателю
Московской Городской Думы
Шапошникову**

Алексею Валерьевичу

Я, Шитькова Галина Филипповна, ветеран труда, инвалид, педагогический стаж работы 59 лет, награждена орденом Октябрьской Революции, орденом Трудового Красного Знамени, двумя медалями, удостоена звания «Отличник просвещения». После долгих лет лечения была направлена на операцию (эндопротезирование). Врач сказал, что квот нет, и неизвестно, когда будут, но оперировать надо. Можно собрать документы, сказал он, оплатит эндопротез, и после операции получить компенсацию. Была направлена на ИПР. Сдала анализы, ИПР, и через полтора месяца получила заключение ВТЭК, где и поинтересовалась, куда подавать документы после операции для получения компенсации. Сказали в собес. Обратилась в собес, сказали, что этим занимается соцзащита. Там ответили, что с 1 января 2015 года вопрос передан в здравоохранение. Звоню в Министерство здравоохранения. Дают телефон управы здравоохранения Москвы. Звоню, там отправляют в управу округа. А из управы округа отправляют в соцзащиту. Круг замкнулся.

Прошла ВТЭК, сдала все анализы, оплатила эндопротез. Но где и когда получу компенсацию? В соседнем доме приёмная депутата Шараповой О.В., заведующей больницы №64. Прихожу на приём, узнаю, что с 1 января 2015 года компенсация отменена. Господи! Почему скрывали этот факт три месяца?! Я ждала бы квоту. Операция прошла успешно, большое спасибо больнице №64, хирургу Сиротину И.В. Я свободно хожу, но надо отдавать долги за эндопротез. И только благодаря депутату Мосгордумы Шараповой О.В., учитывая моё материальное положение и дорогостоящую операцию, мне была оказана помощь.

Выражаю огромную благодарность и признательность депутату Мосгордумы Шараповой Ольге Викторовне за её внимание, понимание моей ситуации, и содействие в оказании помощи.

С уважением, Шитькова Г.Ф.



#ОШарапова #Депутат
#МГД #ГКБ64



sharapova.mgd

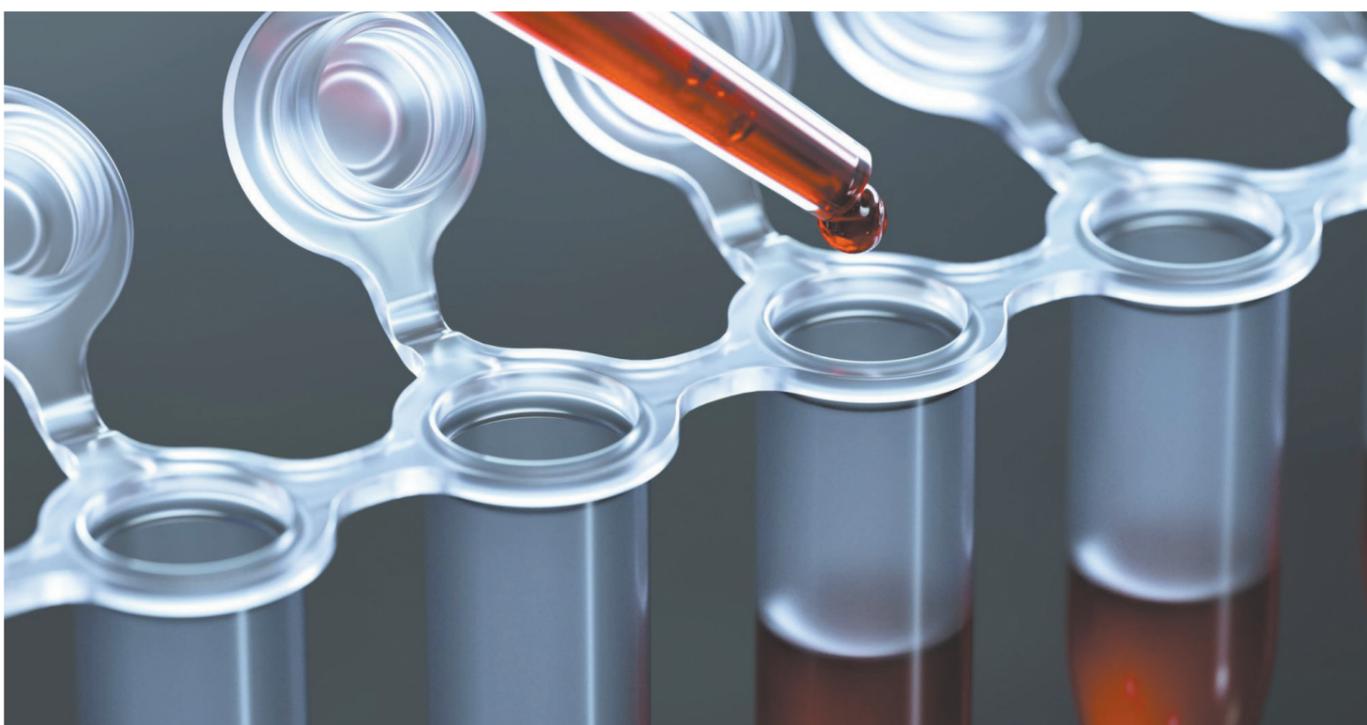


sharapova.mgd



@sharapova





Татьяна Николаевна КОРОТКОВА,
заведующая клинической-диагностической лабораторией 64-й клинической больницы, г. Москва

“ КРОВЬ О НАС ЗНАЕТ ВСЁ. НАША ЗАДАЧА — УМЕТЬ ЕЁ РАССПРОСИТЬ”, — ДОКТОР КОРОТКОВА

Река жизни

Плановое редакционное задание написать о работе клинической-диагностической лаборатории 64-й Московской городской больницы, особое внимание уделив техническому оснащению лаборатории, не уступающему специализированным исследовательским центрам, сенсаций не сулило. Да, мощная исследовательская структура из разветвлённой сети подразделений, по сути целого ряда лабораторий — общая клиническая, гематологическая, резус-лаборатория, иммунологическая, биохимия, электрофорез белков крови и мочи, коагулология, экспресс-лаборатория, своя микробиологическая лаборатория — позволяющие в полном объёме обслуживать все в великом множестве лечебные отделения больницы, включая дневной стационар и прикрепленные лечебно-профилактические учреждения — поликлиники, женские консультации, роддома. Благо мощь технической оснащённости самыми современными аппаратами это позволяет. Тут тебе всевозможные новейших марок анализаторы, и гематологические, и биохимические, и системы гемостаза, и электролитов, и газового состава крови, иммунологические анализаторы, электрофореза, мочи, глюкозы крови, и микробиологические анализаторы... Сложные, мало что говорящие несведущему в медицине человеку названия. Но вот когда заведующая клинической-диагностической лабораторией Татьяна Николаевна Короткова, итожа свой рассказ из бесконечной череды умных, звучных, научных терминов «коагулология», «электрофорез», «резус-лаборатория», «анализатор системы гемостаза» и прочее всё в том же духе, вдруг заключила: «В общем, кровь о нас знает всё, наша задача лишь уметь её толково расспросить», стало интересно, я понял, что многотысячелетний дух романтизма и поэзии во врачевании, не смогла иссушить даже современная медицина, перешедшая на язык бит и бейсиков.

Про многотысячелетний дух медицины — не метафора и не гипербола. Уже в Древнем Египте накопили, что особенно важно, зафиксировали на папирусах немало сведений о крови. Трактату о кровеносной системе, которую древние врачи точно и красиво нарекли Рекой жизни, около пяти тысяч (!) лет. И то, что по сосудам в организм поступает воздух: «...проходя через ноздри, воздух проникает в сердце, а оттуда во внутренние органы и обильно насыщает все тело» древние тоже знали, как знали они и про пульс: «Если врач приложит палец к шее, голове, кистям рук, предплечьям, ногам или телу, то везде он найдет сердце, ибо сердце не только указывает путь к каждому органу, но и звучит в нем».

Считалось, что врачевание — ремесло богов. Имя одного из таких богов — Имхотеп, он жил и лечил за

3000 лет до н. э., и, главное, оставил после себя записи историй болезней. Папирус Имхотепа, это «пленительное откровение человеческого разума, занятого кладкой первых этажей здания науки», содержит описание 48 случаев из медицинской практики, включая лечение ран и хирургические операции. Детальное описание болезни, отчет об осмотре больного, перечень обнаруженных симптомов. Далее развернутый диагноз и приговор — излечимо заболевание или нет. Если излечимо, предписывается лечение. Многие наблюдения Имхотепа настолько точны и детализированы, что кажутся написанными современным медиком. Даже в описании мозга есть намек на признание его центром умственной деятельности. Точно охарактеризовано влияние повреждений позвоночника на функции кишечника и моче-

вого пузыря. Из папируса Имхотепа явствует, что он догадывался о циркуляции крови, ее роли в организме. Ряд учёных склонен считать, что именно Имхотепу принадлежит первое точное описание кровообращения. «Рекой жизни» называли кровь и древнекитайские врачи, первые труды которых относятся к 2700 году до н. э (!). «Вся кровь находится под контролем сердца, — писал легендарный Хуань-ди, — сердце регулирует всю кровь в теле. Поток крови течет непрерывно по кругу и никогда не останавливается. Это замкнутый круг без начала и конца». А вот что говорится в древнейших медицинских трактатах о природе крови, ее составе и функциях: «Кровь есть жидкая ткань тела. Она образуется из твердых и жидких продуктов питания, которые поглощает человек, и поступает в желудок, где перева-

ривается пища. Там кровь приобретает красный цвет и разносится по многочисленным сосудам, питая все тело и перенося жизненные вещества».

— Тысячелетия назад человек постиг истины, сравнительно недавно подтвержденные с помощью современной медицинской техники, — мы пересекаем большую лабораторную комнату, которую Татьяна Николаевна называет машинным залом. Сильный гул и вибрация не оставляют сомнений в справедливости такого названия. — То, что раньше доступно было лишь гениям, которых по праву называли богами, сегодня молодёжь, которая приходит к нам в лабораторию работать, постигает в Первом медицинском колледже — наши боженята, наследники древних богов. — Даже тени легкой улыбки не сквозило по лицу Татьяны Николаевны. Она не преувеличивает и не превозносит свою работу, она просто знает её настоящую цену. Вся деятельность врачей всех специальностей и всех отделений гигантской больницы строится на результатах тех анализов, что выдаёт её лаборатория. Восемьдесят процентов решений, которые принимает врач, основаны на данных клинической-диагностической лаборатории — и это общемедицинская, общемировая практика.

— Наша задача, задача нашей лаборатории получить как можно больше информации о состоянии организма человека и кровь — наиболее информированный источник. Эта алая жидкость, бегущая по сосудам, выдаст любую вашу тайну, как бы глубоко она ни была спрятана — на молекулярном или генетическом уровне. Что вы едите, какой образ жизни ведете, в порядке ли обмен веществ, иммунная система и наследственность, в каком состоянии сердце, сосуды, печень и другие органы, какие болезни уже имеются или разовьются в будущем — обо всем этом расскажет капля крови. Помимо медицинских данных она выдаст и паспортные — приблизительный возраст, пол и даже национальную принадлежность. Кровь вездесуща и нет в организме ни од-

РЕКОМЕНДАЦИИ ДОКТОРА КОРОТКОВОЙ

• **Состояние крови человека во многом зависит от самого человека.** Река жизни доставляет тканям все необходимое — кислород, воду, пластические вещества, соли, витамины. Чтобы «сроки поставок» не срывались, больше двигайтесь — активный образ жизни разгоняет кровь по сосудам, не давая ей застаиваться.

• **Кровь — кормилец организма.** Аминокислоты, углеводы, жиры и другие необходимые клеткам компоненты поступают в них из кровеносного русла. Так старайтесь питаться во время. «Голодная» кровь нарушает обменные процессы в организме, способствует хроническим заболеваниям — от язвы желудка до сахарного диабета.

• **Кровь уносит из тканей отходы** — углекислоту и другие конечные продукты обмена (шлаки), которые выводятся

наружу через легкие, почки, кишечник и кожу. Для своевременной и качественной очистки организма ежедневно пейте 1,5-3 л жидкости. Если не утолять жажду вовремя, кровь сгущается, концентрация подлежащих выведению отходов возрастает и тело зашлаковывается.

• **Циркулирующие в крови и перешедшие из нее в ткани** клеточные элементы иммунной системы — лейкоциты и лимфоциты, а также вырабатываемые

ими антитела — распознают и уничтожают вирусы, аллергены, переродившиеся клетки и другие чужеродные для организма частицы. Загрипповали? Без крайней необходимости не сбивайте температуру — чем она выше, тем активнее иммунная система борется с инфекцией. Лихорадка действует как катализатор, ускоряющий биохимические реакции, на которых построена боеспособность иммунной системы.

• Благодаря своей подвижности кровь обеспечивает постоянное взаимодействие между всеми органами и частями тела. Она же регулирует их жизнедеятельность, доставляя к тканям гормоны, ферменты и другие биологически активные вещества. Болит голова? Ноют суставы и поясница? Гудят ноги? Организм уже выработал обезболивающие и противовоспалительные вещества эндорфины и энкефалины, но доставить их к пункту назначения мешает за-

ного уголка, даже во внутренности зубов, который бы кровь не держала под своим контролем, не обеспечивала его кислородом, питательными веществами, не контролировала температуру...

— Кровь циркулирует по всему телу при помощи сердца и сосудов, её основные функции: транспортировка кислорода, питательных веществ и ферментов к тканям и к клеткам организма, защита от инфекционных агентов, в том числе бактерий и вирусов. Вы знаете, что первые исследователи принимали клетки крови за разумных существ — «апималикул», наделенных собственной волей. И на то у них были все основания. Красные кровяные тельца, позже названные эритроцитами, именно они придают крови красный цвет, забирают в лёгких кислород и транспортируют его по всему организму. Но дальше-то, дальше что происходит! После того, как кислород доставлен в клетки организма, эритроциты забирают у них углекислый газ и переносят его в лёгкие, чтобы при помощи лёгких вывести из организма. Согласитесь, разве такое поведение эритроцитов не даёт основания принимать их за живые существа. И чем глубже шло познание клеток крови, тем больше было прав принимать их за разумные су-

ные тельца защищают иммунную систему организма от инфекции! Сами обнаруживают, сами уничтожают и сами же выводят из организма патогенные микроорганизмы, вредные и токсичные вещества. У них своя разведка, своя многомиллионная армия, уничтожающая обнаруженных в организме «захватчиков» — в том числе бактерий и паразитов. А макрофаги — одно из подразделений лейкоцитов — поглощают клеточный мусор и мертвые клетки, зараженные вирусами, они же поднимают тревогу и передают другим клеткам иммунной системы информацию о заражении.

Дендритные клетки сами не уничтожают чужеродные элементы, но помогают определять их как враждебные и «учат» этому другие клетки крови. Есть ещё самоотверженные В-клетки, которые способны прикрепляться к «захватчику» и работать маркером, чтобы другие клетки иммунной системы могли их распознать и уничтожить.

Информационная система организма гениально совершенна. Через общий анализ крови мы узнаём и содержание гемоглобина, и количество эритроцитов, и количество лейкоцитов, и лейкоцитарную формулу, и количество тромбоцитов, и СОЭ — скорость оседания эритроци-

спросить организм о его состоянии, и вторая, столь же важная задача, — сделать это как можно быстрее. На решении этих задач и развивается современная медицинская техника. Правда, и мы сами не сидим сложа руки. В реанимационных отделениях нашей больницы установлены анализаторы, которые прежде стояли только в лабораториях, и подготовленные нами реаниматологи теперь сами способны экстренно проводить ряд жизненно оперативных анализов. Правда, все их манипуляции тут же поступают на наши мониторы, есть возможность и проконтролировать, и подсказать, и тут же, если надо, дежурному лаборанту подключиться, но сокращение времени для получения экспресс-анализов значительное.

Регулярный анализ крови необходим каждому человеку. И не надо ждать когда заболит. Неприятные ощущения сопровождают, в особенности на ранних стадиях, далеко не каждое заболевание. Боль, сигнализирующая о неблагополучии в определенной зоне нашего тела, возникает только там, где есть болевые рецепторы. Да и степень ее выраженности зачастую не совпадает с тяжестью болезни. Например, кариес или пульпит (воспаление внутренних тканей зуба), хотя и причиняют страдания, однако не угрожают жизни. Но тот же рак желудка долгое время не дает о себе знать в связи с отсутствием в желудке болевых рецепторов. Поначалу проявлением многих недугов являются неспецифические симптомы: недомогание, слабость, повышение температуры тела, отсутствие аппетита, похудание. А на основании анализов и диагноз вовремя поставлен, и для лечения время не потеряно. Мы располагаем возможностью провести все анализы крови и клинический, и биохимический, и ионоселективный (определяется концентрация электролитов крови: ионов калия, натрия, кальция, хлоридов), и бактериологический (определяется наличие в крови бактерий и вирусов, а также следов их жизнедеятельности). Кроме того, мы проводим узкоспециальные исследования: иммунологические и гемостазиологические (свертываемость крови), тесты на определение гормонов, онкомаркеров, группы крови и ее резус-фактора. Проводим молекулярно-генетические исследования, позволяющие выявить наличие наследственных болезней или предрасположенность к ним. Мы на самом деле можем узнать о человеке всё, ну или почти всё, — улыбается Татьяна Николаевна. — Недаром же исцелителей почитали за богов.

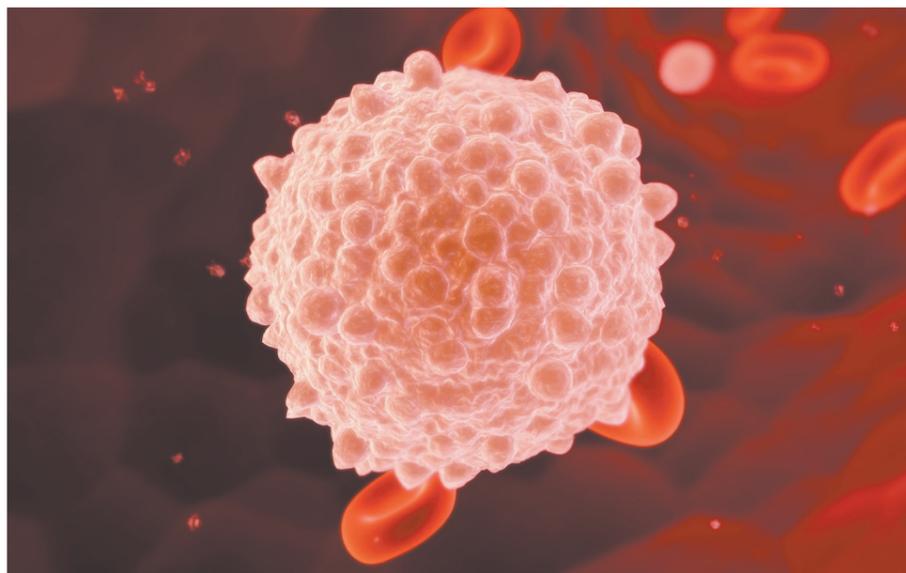
Семён ПЕТРЕНЧУК
(спец. корр. «Шар здоровья»)



9 ФАКТОВ О КРОВИ, КОТОРЫЕ ВЫ МОГЛИ НЕ ЗНАТЬ

У кого существует больше типов крови, чем у человека, и почему разные группы крови нельзя смешивать?

1. Карл Ландштейнер открыл группы крови в 1901 году, наблюдая, как сворачивается кровь разных людей при смешивании. Позже он классифицировал их как А, В и О. Согласно этой системе, существует четыре группы крови: О (I), А (II), В (III) и АВ (IV).
2. Эта система не является уникальной. В настоящее время существует 35 системы классификации, признанные Международным обществом по переливанию крови, в том числе Лютеранская, Бомбейская, Даффи и даже «Ок».
3. Группа крови характеризуется различным набором молекул на поверхности красных кровяных клеток. Несоответствие этих молекул между донором и получателем может вызвать фатальную иммунную реакцию после переливания крови.
4. Некоторые группы крови являются очень редкими или существуют только в определенных этнических группах. Первая является наиболее распространенной по всему миру — ее обладателями являются около 45% населения. Кровь второй группы — самая распространенная среди европейцев, и ее обладателями являются 35% мирового населения. Третья группа встречается у 13%, людей а четвертая — у 7%.
5. Четвертая группа крови (АВ) является самой молодой и, по одной из версий, сформировалась в результате смешения индоевропейцев и монголоидов.
6. Группы крови не являются уникальной особенностью человека. Например, у собак их более десятка.
7. Перед тем, как были открыты группы крови, врачи экспериментировали с переливанием между людьми и животными. В декабре 1667 года врач Жан-Батист Дени произвел переливание крови теленка человеку в попытке излечить того от психического заболевания. После второй процедуры переливания у пациента началась обильная рвота, боль в почках, а моча окрасилась в черный цвет. После третьего переливания мужчина умер. Дени осудили за убийство пациента, однако его оправдали, когда стало известно, что пациент был отравлен — но не кровью, а мышьяком.
8. Гематофаги — существа, питающиеся кровью животных или человека. Таких видов насекомых насчитывается около 14 тысяч.
9. Гемофилия — наследственное заболевание, связанное с нарушением свертывания крови. Гемофилия А вызывает недостаточность в крови необходимого белка и встречается наиболее часто, примерно в 85% случаев, в отличие от гемофилии В. При этом заболевании возникают кровоизлияния в суставы, мышцы и внутренние органы. Сегодня больных гемофилией лечат вливаниями концентратов факторов свертывания, которые изготавливают из донорской крови.



ПЕРВЫЕ ИССЛЕДОВАТЕЛИ ПРИНИМАЛИ КЛЕТКИ КРОВИ ЗА РАЗУМНЫХ СУЩЕСТВ — «АПИМАЛИКУЛ», НАДЕЛЕННЫХ СОБСТВЕННОЙ ВОЛЕЙ. И НА ТО У НИХ БЫЛИ ВСЕ ОСНОВАНИЯ. КРАСНЫЕ КРОВЯНЫЕ ТЕЛЬЦА, ПОЗЖЕ НАЗВАННЫЕ ЭРИТРОЦИТАМИ, ИМЕННО ОНИ ПРИДАЮТ КРОВИ КРАСНЫЙ ЦВЕТ, ЗАБИРАЮТ В ЛЁГКИХ КИСЛОРОД И ТРАНСПОРТИРУЮТ ЕГО ПО ВСЕМУ ОРГАНИЗМУ. НО ДАЛЬШЕ-ТО, ДАЛЬШЕ ЧТО ПРОИСХОДИТ! ПОСЛЕ ТОГО, КАК КИСЛОРОД ДОСТАВЛЕН В КЛЕТКИ ОРГАНИЗМА, ЭРИТРОЦИТЫ ЗАБИРАЮТ У НИХ УГЛЕКИСЛЫЙ ГАЗ И ПЕРЕНОСЯТ ЕГО В ЛЕГКИЕ, ЧТОБЫ ПРИ ПОМОЩИ ЛЕГКИХ ВЫВЕСТИ ИЗ ОРГАНИЗМА.

щества. Посмотрите, как ведут себя лейкоциты — белые кровяные тельца. По лейкоцитарной картине крови мы выявляем причины инфекций, аллергии и многих других заболеваний. Как умно и бесстрашно белые кровя-

тов. Биохимический анализ крови показывает нам каких микроэлементов не хватает в организме. Клинико-диагностическая лаборатория решает две самых насущных задачи. Первая — как можно подробнее рас-

стой крови, вызванный сосудистым спазмом. Воспользуйтесь простейшим приемом аутоотренинга, усиливающим кровоток в проблемной зоне. Закройте глаза, представьте, что в этом месте стало горячо, — и боль утихнет.

• **Кровь — суперкондиционер с пожизненной гарантией.** Нагреваясь в активно работающих органах — мышцах, печени, кишечнике — она в то же время охлаждает их, а тепло

отдает там, где энергия расходуется: головной мозг, легкие, почки, кожа.

• **Чтобы повысить эффективность** работы внутреннего кондиционера, закаляйтесь и избавляйтесь от стресса. Он вызывает рефлекторный спазм сосудов мышц, кожи, головного мозга и других органов, затрудняет циркуляцию крови и поддержание нужной температуры в тканях организма.

Свято храня биологические устои, кровь следит, чтобы все необходимые

для жизнедеятельности элементы и соединения присутствовали в нужном количестве, то есть поддерживает постоянство внутренней среды (гомеостаз) — оптимальные условия для работы организма. За поддержание хрупкого баланса отвечают буферные системы крови — гемоглобиновая, карбонатная, фосфатная и белковая. Их работа напоминает поведение хамелеона. Если в кровь поступает слишком много кислот, бу-

ферные системы нейтрализуют их, то есть ведут себя как щелочи. Но как только в плазме появляются щелочи, те же самые системы меняют биохимическую «окраску» — проявляют себя как кислоты, восстанавливая потерянное равновесие. Но резервные возможности буферных систем не беспредельны — не испытывайте их на прочность! Следите за тем, что вы едите и пьете. Вы заботитесь о крови, кровь заботится о вас.



**Владислав
Александрович
КУДРЯВЦЕВ**
адвокат

«Декретные» кому, сколько, когда

«Уважаемая редакция, мы ждём ребёнка. Радостно и тревожно. Работаем вдвоём и то с деньгами туго. Помочь нам некому. А с ребёнком? Мне говорят: получишь декретные. А сколько, когда никто толком объяснить не может. Может вы через газету подскажите. Уверены, что этот вопрос беспокоит многих.

С уважением Николай и Марина Метченко»

Первое, Марина, что нужно сделать — подать заявление о предоставлении отпуска по беременности и родам в бухгалтерию (или отдел кадров) по месту работы или учёбы. Заявление подается вместе со справкой из женской консультации. Заявление и справка — основание для оплаты декретного отпуска. Продолжительность отпуска разная: 140 календарных дней при одноплодной беременности; 156 календарных дней в случае осложненных родов при одноплодной беременности и если роды наступили в период с 22 до 30 недель беременности; 194 календарных дня при многоплодности.

Как рассчитать максимальную сумму декретных? Берется средний заработок за предыдущие два года. Рассчитывается средний заработок за день и умножается на 140 (156, 194). Однако есть верхний предел: если отпуск 140 дней — максимальная сумма выплат 248164 руб.; 156 дней — 276526 руб.; 194 дня — 343884 руб. Если же мать не работала в течение двух лет до выхода в декрет, то ей достанется лишь мини-

мальная выплата — 4611 рублей.

Очень важно предоставить документы в срок до шести месяцев с момента окончания декретного отпуска. В случае обращения за пособием по беременности и родам, ежемесячным пособием по уходу за ребенком по истечении шестимесячного срока решение о назначении пособия принимается территориальным органом страховщика при наличии уважительных причин пропуска срока обращения за пособием. Перечень таких причин утвержден Приказом Минздравсоцразвития России от 31.01.2007 N 74 (ред. от 05.10.2009): непреодолимая сила (землетрясение, ураган, наводнение, пожар и др.); длительная временная нетрудоспособность вследствие заболевания или травмы продолжительностью более шести месяцев; переезд на новое место жительства; вынужденный прогул при незаконном увольнении или отстранении от работы; повреждение здоровья или смерть близкого родственника; иные причины, признанные уважительными в судебном порядке.

Кроме разовых выплат матерям положено ежемесячное пособие по уходу за малышом, которое выплачивается до достижения ребенком полутора лет. Рассчитывается такое пособие просто — 40 процентов от средней зарплаты с последнего места работы. Если спустя полтора года мать решает продлить свой отпуск до трёх лет, она будет ежемесячно получать 500 рублей.

Помимо декретных выплат мама может рассчитывать на пособие в 15382 рубля. Эта разовая сумма выдается по достижении ребенком двухнедельного возраста.

Для оформления пособия нужны больничный лист, где указан точный срок беременности; заявление с прошением предоставить декретный отпуск; справка о доходах за последние полгода. Если работодатель не в состоянии платить пособие, эта обязанность ложится на плечи территориального представительства страховых органов. Если предприятие прошло ликвидацию, уволенная женщина вправе рассчитывать на дотации от государства. Для этого ей необходимо встать на учет в органах службы занятости.

Если мама во время беременности работала на двух и больше работах, то сумма пособия выплачивается сразу по нескольким справкам о доходах. Если оклад ниже границы, установленной для декретных выплат, то они рассчитываются на базе минимальной

заработной платы. На данное пособие от государства могут претендовать женщины, которые на момент выхода в декретный отпуск имели постоянное место работы. Для оформления выплаты необходимо обратиться в отдел социального страхования. У индивидуального предпринимателя размер помощи зависит от сумм, которые женщина перечисляла в фонд социального страхования. У студенток дневного отделения размер пособия зависит от стипендии. Если девушка учится на контрактной основе, на сумму выплат это не влияет. Надо только обратиться в деканат, предоставив документы о беременности.

Если заработная плата мамы меньше установленной границы пособия по безработице и при этом общий стаж насчитывает меньше шести месяцев, то сумма социальной помощи приравнивается к сумме минимального размера оплаты труда (МРОТ). С 1 июля 2016 г. эта сумма составляет 7500 рублей, а с 1 июля 2017 г. — 7800.

Работающие женщины или уволенные в связи с ликвидацией предприятия, приостановкой деятельности индивидуального предпринимательства, а также учащиеся на дневном отделении, военнослужащие, таможенные сотрудники, полицейские могут получить пособие по беременности на ранних сроках.

В этом году продолжается выплата материнского капитала на улучшение жилищных условий (материнским капиталом можно оплатить не только первоначальный взнос, но и проценты по ипотеке); на обучение (капитал можно поместить в банк на специальный счет, деньги с которого впоследствии пойдут на обучение ребенка); на пенсионное обеспечение (пособие за второго ребенка в 2017 году можно поместить на индивидуальный пенсионный накопительный счет матери); содержание больного ребенка (выделенные средства можно потратить на приобретение лекарств и необходимых приспособлений, оплату лечения, реабилитационные курсы и прочие расходы на содержание ребенка-инвалида).

Получателем денег отныне становится вся семья — подать документы на получение пособия на второго ребенка может не только мать, но и отец.

К сожалению, не все семьи знают, что из денег, положенных за рождение второго ребенка, родители могут получить 20000 рублей наличными на приобретение необходимых для малыша памперсов, одежды, кровати, питания, косметики, лекарств, словом, всего того, что на языке чиновников означает «текущие нужды».

Помимо основных выплат из федерального бюджета в каждом регионе есть своя, местная программа поддержки молодых семей. За рождение второго ребенка можно получить выплаты из регионального бюджета, причем чаще всего без целевого назначения, на так называемые срочные расходы.

Московская Коллегия адвокатов
«МИРОНОВ, КУДРЯВЦЕВ И ПАРТНЁРЫ»
 Все виды юридической помощи
 г. Москва, ул. Барклайя, д. 6, стр. 5 сайт: <http://kamkp.ru>
+7 (495) 203-54-45 e-mail: info@kamkp.ru

АКТИВНО ЖИТЬ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА вам поможет «Нейрореабилитация»

Если у Вас случился инсульт, это вовсе не означает, что нормальная и комфортная жизнь закончилась.

Накопленный врачами опыт преодоления последствий инсульта, современные технологии и новейшие препараты позволяют восстановить утраченные функции и позволяют дальше наслаждаться жизнью.

Главное, начать реабилитацию как можно раньше, пока изменения не стали необратимыми. Не нужно забывать, что даже слабый инсульт вызывает серьезные нарушения внутренних органов.

Согласно данным специалистов, у 70 процентов пациентов после инсульта остается неврологический дефект – нарушение движений конечностей, речевые и эмоционально-личностные нарушения.

Специалисты городской клинической больницы №64 имеют большой положительный опыт в решении подобных проблем. В нашей больнице реабилитация после инсульта начинается с первых дней госпитализации и именно она является первым, самым важным шагом на пути к полному выздоровлению.

Мы госпитализируем пациентов в отделение «Нейрореабилитации».

Под наблюдением высокопрофессиональных врачей и опытного медицинского персонала пациенты заново обретают те навыки, которые были утрачены в результате повреждения головного мозга.

Реабилитация больного после инсульта в нашем отделении включает в себя строго индивидуальный подход в решении возникших у пациента проблем, выявление вида и степени повреждения головного мозга, установление степени потерянных функций – потеря памяти, речевые расстройства, степень ограничения движения парализованных конечностей,

тазовые расстройства, психические расстройства. Наши специалисты разрабатывают персональную, наиболее подходящую программу лечения и восстановления для каждого пациента. Проводится эффективная профилактика повторного инсульта, которая позволяет закрепить полученные результаты и снизить риск новых повреждений головного мозга

Все курсы в нашей клинике посвящены всестороннему восстановлению пациента. Реабилитационная терапия включает в себя:

1. Комплексную медикаментозную терапию с использованием современных препаратов нейропротекторов, профилактику вторичных осложнений – пролежней, тромбозов.
2. Восстановление двигательной системы с использованием современной техники и аппаратуры.
3. Занятия под наблюдением профессиональных, опытных инструкторов по ЛФК, массажистов, логопедов.

Применение современных методов реабилитации – ЛФК, физиотерапии, комплексной терапии – позволяют пациенту в сжатые сроки восстановить двигательную функцию на максимально возможном уровне. Уже через несколько месяцев больной возвращается к активной жизни.

Помните, что без нейрореабилитации частота повторного инсульта составляет не меньше десяти процентов в год.

Пройдя курс лечения в нашем отделении, вы получите не только высоко квалификационную помощь в восстановлении утраченных функций за короткий срок, но и грамотные рекомендации для предотвращения повторного инсульта.

Мы рады Вам помочь в любое время.

Приезжайте: Москва, ул. Вавилова, д. 61
Звоните: +7 (495) 103-46-66



РОДДОМ №4 КЛИНИЧЕСКОЙ БОЛЬНИЦЫ №64



КОНСУЛЬТАЦИИ
СПЕЦИАЛИСТОВ



ВЕДЕНИЕ
БЕРЕМЕННОСТИ



РОДОРАЗРЕШЕНИЕ



ВЕРТИКАЛЬНЫЕ
РОДЫ



ГИНЕКОЛОГИЧЕСКАЯ
ПОМОЩЬ



Москва, ул. Новаторов, д 3 телефон +7-495-103-4646 www.roddom4.ru



МЕДСТРАХ

Оформление полисов ОМС производится сотрудниками страховой компании круглосуточно по многоканальному телефону «горячей линии» 8 (495) 777-23-23, по Интернету на Email: info@medstrakh.ru или в головном офисе страховой компании по адресу: г. Москва, ул. Верхняя Красносельская, д. 20, стр. 1.

УЧИМСЯ СПАСАТЬ



ЛИШНИЕ ШЕВЕЛЕНИЯ

Пострадавших в ДТП и упавших с высоты до прибытия «скорой» трогать можно только тогда, когда их опасно оставлять на месте — горит дом или машина, накренилось дерево, прибывает вода... Правило «не двигай и не переворачивай пострадавшего без жизненной необходимости» написано кровью и чернилами, выводящими страшное слово «инвалидность». Достаточно сказать, что спасатели иногда предпочитают разбирать автомобиль вокруг пострадавшего, чем насильственно вытаскивать его оттуда.

Не нужно также дергать людей с подозрением на инфаркт или инсульт. Такого человека нужно нести только на носилках. Самостоятельный «поход» даже с поддержкой ему может дорого обойтись.

ВПРАВЛЕНИЕ «ВЫВИХОВ»

Вы уверены, что у пострадавшего вывих, и собираетесь его вправить. Остановитесь! Нельзя вправлять самостоятельно то, что похоже на вывих. Даже опытный врач не рискнет определять такую травму на глаз. Поврежденную конечность нужно обездвижить, вызвать «скорую» и ехать в травмпункт. Если решили заняться наложением импровизированной шины, имейте в виду: конечность нельзя выпрямлять насильственно! Ее прибинтовывают как есть — в текущем наиболее удобном для пострадавшего положении так, чтобы было обездвижено не только поврежденное место, но и ближайшие суставы.

НЕУМЕЛОЕ ЖГУТОВАНИЕ

При остановке кровотечений методом наложения жгута делается столько ошибок, что лучше ограничиваться просто тугой повязкой, сгибать конечность в суставе, который находится выше пострадавшего сосуда, или туго тампонировать рану. При этом повязки не меняют, а накладывают одна на другую. Ну, а если речь идет о самом страшном — артериальном кровотечении, не стоит тратить драгоценное время на поиски жгута. Как можно быстрее пережмите пальцами фонтан алой крови, иначе до момента применения знаний по жгутованию человек может не дожить.

Даже в случае артериального кровотечения помним, что расчетное время наложения жгута не более 1 часа зимой и 1,5-2 часов летом. А лучше вне зависимости от времени года распускать жгут каждые 20 минут, дабы потом пострадавший не «благодарил» за потерянную конечность.



Не навреди!

Велика, трагически велика статистика потерь, когда человека можно было спасти, но из находившихся рядом никто не знал как это сделать. Однако важно помнить, что искусство первой помощи не только в навыках как и что делать, нужно знать чего делать нельзя.



Варианты правильного расположения рук

НЕУМЕЛАЯ СЕРДЕЧНО-ЛЕГочная РЕАНИМАЦИЯ

По идее делать непрямой массаж сердца и искусственное дыхание должен уметь каждый, по крайней мере, этому учат, начиная со школы. Но если не умеете, лучше не беритесь. А если умеете, то учтите несколько замечаний. Первое — если у человека бьется сердце и прощупывается пульс, такие мероприятия не нужны! Второе, лупить со всей дури по грудине не нужно и опасно. Прекардиальный удар, нанесенный неспециалистом, скорее всего, никакой пользы не принесет, зато можно сломать ребра и нанести еще кучу травм.

ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ ИЗ НОСА

Если запрокинуть голову, то кровь из носа идти перестанет. Вот только прекратится ли кровотечение? Нет. Просто кровь будет стекать в носоглотку, а потом в желудок. Вроде ничего смертельного, но мы не видим, продолжается ли кровотечение или нет? Во-вторых, есть такая неприятная штука как кровавая рвота. При носовом кровотечении адекватная помощь: слегка наклонить голову пострадавшего вперед, затампонировать ноздри чистой салфеткой или ваткой, смоченной в перекиси водорода.

ЛЕКАРСТВЕННАЯ ТЕРАПИЯ ПО НАИТИЮ

У нас принято рекомендовать препараты для внутреннего применения по принципу «раз мне помогло, то и тебе поможет». Не поможет! Во-первых, совершенно не факт, что схожие внешние симптомы вызваны той же проблемой. Во-вторых, лекарства имеют особенности применения, противопоказания и побочные эффекты, не очевидные для людей без медицинского образования.

Наиболее частая «лекарственная» ошибка — предлагать нитроглицерин всем, кто держится за грудную клетку. Последствия такой помощи могут быть хуже, чем можно представить, вплоть до резкого снижения давления до критического уровня. Единственное исключение: пострадавший сам просит определенный препарат или ингалятор.

ИСКУССТВЕННАЯ РВОТА

При отравлениях обычно советуют вызывать у пострадавшего рвоту. Однако этого категорически нельзя делать при подозрении на отравление кислотой, щелочью и другими едкими веществами. Если же рвота оправдана, то не нужно самостоятельно использовать марганцовку, соду и т.п. Все что нужно — это много теплой воды.

«В РОТ ЕМУ ЛОЖКУ!» — ПОСЫЛКА НЕВЕРНАЯ

Чаще всего от насильственного всовывания чего-то в зубы страдают эпилептики. От ложек, отверток и даже ножей, с помощью которых сердобольные граждане пытаются оказать помощь при приступе. Вреда много (сломанные зубы, травмы горла, обструкции трахеи и бронхов),

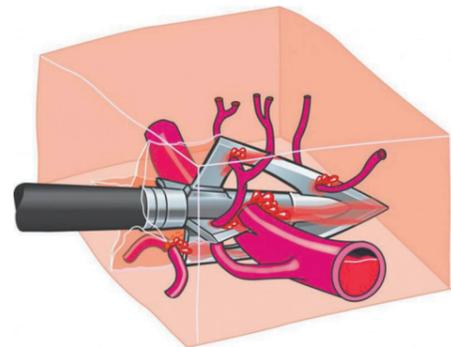
а толку мало. Не надо со всей силы удерживать эпилептика за руки и ноги, достаточно слегка поддержать голову, чтобы избежать травм, а когда судороги утихнут повернуть человека на бок.

МАСЛО — НА ОЖОГ, ЙОД — В РАНУ

Бабушкино «смажь ожог маслом» влезло в сознание целых поколений и с трудом вытравливается даже упорной долбежкой «нельзя!». Ни маслом, ни всевозможными пантенолами смазывать свежий ожог нельзя. Нужно охлаждать пораженное место холодной водой, но только не минуту-две, а 10-20. Как и бессмысленно лить йод, спирт и зеленку в глубокую рану — никакой пользы, только вред. В неумелых руках эти вещества нужны только для смазывания царапин. В остальном же безопаснее использовать перекись водорода.

ХЛОПКИ ПО СПИНЕ ПОДАВИВШЕГОСЯ

В определенных случаях такие хлопки могут способствовать еще более глубокому проникновению инородного тела в дыхательные пути. Определить попадет ли этот случай в категорию опасных заранее нельзя, поэтому лучшая стратегия в этом случае — самому пострадавшему (по возможности без паники) наклониться вперед и сделать несколько резких выдохов. Или окружающие могут обхватить его сзади под мышки и надавить на солнечное сплетение (не на грудь!).



ИЗВЛЕЧЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ ИЗ РАН

Можно достать занозу из пальца, слегка проколовший кожу гвоздь или осколок тарелки, явно не перерезавший палец пополам. Но никогда, ни в коем случае нельзя извлекать никакие предметы из более-менее серьезной раны. Даже если в человеке торчит кусок ржавой проволоки. Если переживаете за инфекцию — так уже поздно, вся зараза давно внутри, с ней можно бороться потом, в отличие от кровотечения. Врачи «скорой» не для дяди следователя придерживают ножи и прочие посторонние вещи на месте до момента, когда пострадавший окажется в условиях развернутой операционной. Потому что в чистом поле, на дороге или дома им нечем будет останавливать кровотечение, которое может открыться после извлечения предмета из раны, и восполнять кровопотерю. Как бы страшно не выглядел человек с ножом в груди, вынимать нож категорически нельзя.