



Побег от инфаркта

Сердечно-сосудистые заболевания – на первом месте среди причин смертности

Лариса ХАЙДАРШИНА

Болезни сердца и сосудов – бич современности. Именно они убивают больше половины наших сограждан. Почему так происходит? Как избежать этих серьезных недугов? И куда пойти лечиться, если болезнь уже началась?

Продолжительность жизни в Свердловской области за последние 15 лет значительно выросла. Ещё в начале 2000-х годов мужчины на Среднем Урале в среднем жили 57 лет – не дотягивали даже до пенсии. Продолжительность жизни женщин была немного выше – около 60 лет. Однако уже в прошлом году мужчины региона в среднем жили 69 лет, а женщины – 71 год. И этот факт говорит о том, что не только качество нашей жизни стало выше, но и уровень оказания медицинской помощи вырос, а значит, и здоровье населения улучшилось.

Несколько предыдущих лет уровень смертности от сердечно-сосудистых заболеваний постепенно снижался. Неудивительно: в свердловских больницах по программе «Здравоохранение» установили современное медицинское оборудование для обследования и лечения, повысили зарплату врачам и медсёстрам. В результате прекратился отток специалистов. По итогам 2013 и 2014 годов областной минздрав отчитался о том, что число врачей несколько увеличилось. В регионе разрабатывали и внедряли маршрутизацию больных: все медицинские учреждения разделили на уровни оказания медицинской помощи.

Сейчас больные с инфарктами или инсультами не лечатся в больницах по месту жительства, где нет возможности провести качественное лечение, – рассказывает глав-



Чтобы сохранить сердце здоровым, достаточно ежедневно проходить 3 000 шагов. В одноимённой акции в Екатеринбурге во время конгресса по здоровому образу жизни приняли участие 5 000 человек

ный кардиолог Свердловской области, главный врач Уральского института кардиологии Ян Габинский. – Их на машине «скорой помощи» сразу отвозят в ближайший межмуниципальный центр – больницу второго уровня. Да, это далеко – может быть и 100 километров от населённого пункта, но совершенно оправданно: там пациент получает всю необходимую помощь. Ещё восемь лет назад на Среднем Урале смертность в стационаре людей, переживших инфаркт, составляла 18 процентов. В прошлом году этот показатель достиг европейского уровня – понизился до 12 процентов.

За процентами – конкретные люди. Это спасённые жизни, чья-то жизнь и судьба – причём не только больных, но и их семей. При этом бросать все силы медицины лишь на лечение – неправильно. Гораздо эффективнее не допустить развитие тяжёлого недуга.

ВАЖНО

Болезни системы кровообращения занимают место лидера среди причин смертности последние десятилетия, но их процентное соотношение в последние годы снижилось, – поясняет Ян Габинский. – Пики роста приходились лишь на кризисные годы в экономике и международных отношениях. Неспokoйная обстановка в обществе тут же вызывает рост смертей от инфарктов и инсультов.
В этом повинен слишком большой выброс гормона стресса – адреналина. Он вырабатывается организмом для реализации реакции «бей или беги». Но способ жизни современного человека исключил такие реакции, чуть ли не полностью. Адреналин повышает артериальное давление и уровень сахара в крови, что негативно влияет на сердце и свёртываемость крови. В результате в сосудах образуются тромбы. Если эти тромбы вовремя не диагностировать, они могут, оторвавшись, попасть в сердечный сосуд и вызвать инфаркт – острый недостаток кровоснабжения сердца.

– В группе риска по заболеваниям сердца и сосудов – до 70 процентов людей старше 40–50 лет, – говорит Ян Габинский. – Все граждане этого возраста должны пройти диагностику и получить индивидуальные рекомендации врача. К счастью, мы наладили систему всеобщей диспансеризации населения, сегодня раз в три года полное обследо-

вание проходят все взрослые жители страны. Определяют группу риска по развитию коронарных заболеваний и центры здоровья – в Свердловской области их 25, в прошлом году здесь обследовались 200 тысяч жителей региона. При необходимости специалисты назначают пациентам высокотехнологичное дополнительное обследование.

В результате люди получают необходимое лечение и начинают постоянно наблюдаться у специалистов – следить за своим здоровьем.

Медики уверены, что результат такой планомерной работы мы ещё почувствуем впоследствии – всеобщая диспансеризация нынче идёт только третий год. И, конечно же, очень многое в деле спасения собственного здоровья должны сделать мы сами. Речь не только о том, чтобы измерять своё давление, вовремя пить прописанные врачом таблетки и не уклоняться от визитов к доктору. Пожалуй, главное – собственный добровольный шаг к здоровому образу жизни. Его так легко сделать: просто заняться физкультурой, питаться здоровой пищей, отказаться от вредных привычек и соблюдать режим сна.

– В Свердловской области число граждан, систематически занимающихся физической культурой и спор-

КСТАТИ

Высокотехнологичные операции на сердце и сосудах сегодня в Свердловской области выполняют кроме Екатеринбургской (Областная клиническая больница №1 и Уральский институт кардиологии) в Нижнем Тагиле, Красноуральске, Ирбите и Каменске-Уральском.

ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА

Чаще всего сердечно-сосудистые заболевания сопровождается гипертония – повышенное артериальное давление. Его снижение способствует мят, душица, мелисса, листья берёзы, подорожника, мать-и-мачехи, ягоды чёрной смородины, черники, брусники и земляники.

том, в 2014 году выросло по сравнению с предыдущим на 4,6 процента и составило 28,5 процента, – заявил министр здравоохранения региона Аркадий Белявский на прошедшем в начале июня VII Уральском конгрессе по здоровому образу жизни. – За год в регионе провели 7 800 спортивных мероприятий, количество их участников составило один миллион 600 тысяч человек.
Кстати, этим летом в Екатеринбург пришла столичная мода устраивать массовые зарядки на свежем воздухе в Центральном парке культуры и отдыха – это не только повышает имидж людей, занимающихся физкультурой, но и вовлекает в спортивную жизнь больше народа. Аркадий Белявский рассказал «OГ», что в минздраве есть планы создать в парках бесплатные пункты проката палок для всех желающих заниматься скандинавской ходьбой – это привлечёт к массовой физкультуре и людей старшего поколения.



ЗАВТРА – ДЕНЬ МЕДИЦИНСКОГО РАБОТНИКА

Уважаемые медицинские работники Свердловской области и ветераны отрасли!

Поздравляю вас с профессиональным праздником – Днём медицинского работника! Труд врача во все времена был самым почитаемым, самым благородным. Ведь опыту и профессионализму медиков мы доверяем самое ценное, что у нас есть – здоровье.

Благодаря большой комплексной работе по укреплению областного здравоохранения и, безусловно, профессионализму уральских медиков удалось добиться высоких результатов: в минувшем году естественный прирост населения в Свердловской области составил 2 428 человек. Медицина – это та сфера, где человеческий фактор наиболее важен. Ведь именно от профессионализма врача, неравнодушия и добросовестности зависит успех лечения, наше здоровье, а иногда и жизнь пациента. Мы ясно понимаем, насколько важно и необходимо привлечь и удержать в отрасли самые талантливые, высококвалифицированные и опытные кадры. С этой целью в области проводится масштабная работа по повышению престижа профессии врача. Сегодня в Свердловской области **зарплата врачей, среднего и младшего медицинского персонала, а также её соотношение со средней зарплатой по региону выше среднеуральских значений.**

Уважаемые медицинские работники и ветераны отрасли! Благодарю вас за профессионализм, ответственность, преданность делу и весомый вклад в укрепление здоровья, повышение качества жизни уральцев. Желаю вам крепкого здоровья, счастья, благополучия, мира, дальнейших успехов в вашей благородной миссии!

Губернатор Свердловской области Евгений Куйвашев

Дорогие коллеги!

В этом году у нашего праздника своеобразный юбилей – 35 лет назад, в 1980 году, был подписан Указ Президиума Верховного Совета СССР «О праздничных и памятных днях». История праздника говорит, что летняя дата Верховным Советом была выбрана не случайно, а с умыслом: хорошо известно, как весело, широко и шумно отмечают медицинские работники свой профессиональный праздник. И чтобы не нарушать лечебно-охранительный режим, сотрудникам была дана возможность праздновать его на природе, вне стен больницы.

В преамбуле Указа тогда говорилось: «Чествование работников здравоохранения повышает значение отрасли как особой сферы человеческой деятельности, направленной на обеспечение гармонического развития физических и духовных сил людей».

Эти слова верны и сегодня, через 35 лет. Меняются века, меняются концепции, меняются руководящие и направляющие силы – но остаётся честь, совесть и глубокая моральная ответственность основного исполнителя всех реформ – российского врача. Просто, несмотря на долгие часы, проведенные в операционных или просто на дежурстве, несмотря на большую нагрузку и катастрофическую нехватку времени, вам самим никогда не понадобятся медицинские услуги. Обращайтесь к врачам только как к коллегам, за профессиональным советом. Пусть всегда выздоравливают ваши пациенты. Учите их быть здоровыми. Пусть никогда вам не придётся усомниться в той пользе, которую вы приносите каждой минутой своей работы.

С праздником!

Министр здравоохранения Свердловской области Аркадий БЕЛЯВСКИЙ



Дефибрилляторы разрабатывают Уральский оптико-механический завод и Уральский институт кардиологии

Где устаноят портативные дефибрилляторы?

Елена АБРАМОВА

Министр здравоохранения Свердловской области Аркадий Белявский представил региональному правительству проект комплексной программы «Здоровье уральцев» на 2015–2017 годы.

Программа, основная цель которой – улучшение здоровья населения Среднего Урала, включает в себя три основные задачи:

- Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.
- Улучшение урологического здоровья мужчин.
- Улучшение репродуктивного здоровья женщин и детей.

Соответственно, программа состоит их трёх подпрограмм – «Свердловская область – территория здоровых сердец», «Мужское здоровье», «Мать и дитя».

В Свердловской области 2015 год объявлен годом борьбы с сердечно-сосудистыми заболеваниями. В связи с этим запланированы акции для профилактики этих недугов. Для снижения риска развития осложнений у тех, кто уже столкнулся с кардиологическими заболеваниями, в программу включены мероприятия по ранней диагностике с применением телекардиографии на фельдшерско-акушерских пунктах, общехвратских практиках, в «скорой медицинской помощи».

В этом году планируется установить в местах массово-

го пребывания людей портативные автоматические дефибрилляторы (электроприборы для возобновления работы сердца). Сотрудников учреждений, где они будут установлены, обучат правилам пользования этими приборами. В адрес руководителей ряда предприятий Екатеринбург, аэропорт Кольцово, железнодорожного вокзала, автовокзалов уже направлены письма о схемах размещения портативных дефибрилляторов. Это позволит предотвратить гибель людей, страдающих острой сердечной недостаточностью.

Следующая подпрограмма направлена на сохранение урологического здоровья мужчин, – отметил Аркадий Белявский. По его словам, в области планируется расширение диагностической базы урологических кабинетов, а также создание регионального урологического центра.

Третья подпрограмма предполагает совершенствование помощи детям и женщинам репродуктивного возраста. Это в том числе проведение ежегодных медицинских осмотров, оздоровление детей и женщин, повышение доступности помощи сельскому населению.

Планируется, что общий объём финансирования программы составит 16 миллиардов рублей: это средства федерального и областного бюджетов, а также Фонда обязательного медицинского страхования.

Каждый год в области выявляют 6-7 тысяч случаев заболевания сахарным диабетом

Алевтина ТРЫНОВА

Врачи-эндокринологи всего мира в последние десятилетия бьют тревогу: сахарный диабет приобрёл масштабные пандемии. Это неинфекционная эпидемия, которая каждый год поражает сотни тысяч людей. Только в Свердловской области ежегодно выявляют от 6 до 7 тысяч новых случаев заболевания. Об особенностях диабета, а также о некоторых «диабетических мифах» мы поговорили с главным эндокринологом Свердловской области Анной МАЛИШЕВСКОЙ.



Главный внештатный специалист-эндокринолог областного министерства здравоохранения Анна Малишевская

– Анна Сергеевна, бытует такое мнение: на самом деле диабет излечим и давно придумали лекарство, но существует некий заговор фармацевтов и чиновников, который не позволяет диабетикам «слезть с иглы»...

– Правда? Очень интересный вопрос (*смеётся*). Думаю, этот заговор придумали для второстепенных телепередач, ориентированных на слабо информированных людей. На самом деле в мире давно ведутся поиски способов лечения от диабета. Это, например, трансплантация клеток поджелудочной железы или создание так называемой искусственной поджелудочной железы – помпы, которая будет сама измерять уровень сахара в крови и сама тут же его корректировать с помощью инсулина. Но пока эти методы небезопасны, в отличие от используемой сегодня сахароснижающей терапии.

Известны удачные примеры, когда «новая» поджелудочная железа отлично приживается и человек больше не нуждается в интенсивной терапии. Но есть два «но». Во-первых, любая пересадка, чтобы не случилось отторжения трансплантата, требует применения иммуносупрессоров – это жесткие препараты, которые имеют серьезные побочные эффекты. Во-вторых, даже оперенный такую тяжёлую операцию человек не застрахован от того, что ди-

абет к нему не вернётся. Пока это происходит в большинстве случаев.

Кстати, фармкомпания тоже очень заинтересованы в новых исследованиях и методах лечения – если говорить о «теории заговора»...

– Инсулин изобрели меньше 100 лет назад, до этого люди с «сахарной болезнью» неизбежно умирали. Сегодня с осложнениями научились бороться?

– К сожалению, не полностью. Но всё зависит от человека. Такие тяжёлые осложнения, как ампутация ног из-за гангрены или слепота, которые несколько десятилетий назад грозили большинству диабетиков, – сегодня, к счастью, не имеют прежних масштабов. Их количество в разы снизилось по сравнению с тем временем, когда людей лечили животными инсулинами – свиным и бычьим. Но если, к примеру, сегодня зайти в отделение гнойной хирургии, там вы найдёте две категории больных: с критической ишемией нижних конечностей (в основном, это курящие мужчины) и пациентов-диабетиков. А среди людей, по разным причинам потерявших зрение, сегодня большая часть с сахарным диабетом.

Можно всего этого избежать. Здесь всего 10 процентов успеха – миссия врача, остальное – дело пациента: научиться управлять той

КСТАТИ

Жители больших городов болеют в разы чаще, чем сельские. Это связано не только с экологией, но и с привычками в питании.

болезнью – это как получить вторую специальность.

– Инсулин – это обязательно инвалидность?

– Нет, это миф. Тяжесть заболевания определяется наличием осложнений, независимо от того, какой препарат вы используете. Сейчас инсулин это безопасный натуральный сахароснижающий препарат. Раньше, когда ещё не было средств самоконтроля (глюкометров и тест-полосок), сахар в крови определяли редко (натошак в лабораторных условиях). И когда возникали тяжёлые осложнения – угроза той же слепоты – в качестве «тяжёлой артиллерии» называли инсулин. То есть он изначально ассоциировался с неизлечимой инвалидностью. Теперь же этот натуральный препарат назначают на самых ранних этапах болезни. И это никакой не «наркотик», как о нём многие говорят, он не вызывает привыкания и не делает вас инвалидом. А при 2-м типе диабета инсулин иногда применяют в качестве временного метода лечения, после чего могут полностью его отменить.

– Говорят, у нас появились дети «снедетским» диабетом...

– Да, 2-й тип, который раньше был преимущественно «возрастным», стал стремительно молодеть. И у нас в регионе появились дети с такой болезнью (часто с избыточным весом), но пока, к счастью, это единичные случаи.

– Росинсулин, которым обеспечены свердловчане, это хороший препарат?

– Есть несколько типов инсулина. Росинсулин относится к натуральным человеческим генно-инженерным. Такие препараты производят как у нас, так и за рубежом. Государство обеспечивает наших пациентов в первую очередь препаратом отечественного производства. У нас накоплен большой опыт в его применении.

Однако натуральные человеческие инсулины иногда не успевают за повышением сахара в крови, поэтому были разработаны современные аналоги инсулинов. Они действуют быстрее, без «пиков». Пока на заводе «Медсинтез» в Новополюсово, который выпускает росинсулин, такие не производят. Мы закупаем дорогие импортные препараты для определённых категорий больных. Речь в первую очередь о детях: у них сахар в крови колеблется сильнее, чем у взрослых. Также в группе риска беременные женщины.

Но здесь всё очень индивидуально. Например, при 2-м типе диабета чаще всего необходим именно «пиковый» человеческий генно-инженерный инсулин, к которому как раз относится новополюсовский препарат.

ФАКТОРЫ РИСКА

- Возраст старше 45 лет
- Лишний вес. Индекс массы тела – выше 25 (окружность талии более 94 см у мужчин, больше 80 см – у женщин)
- Сердечно-сосудистые заболевания
- Повышенный уровень жиров в крови
- Наследственность (диабет у ближайших родственников)
- Рождение женщинами детей с весом более 4 кг
- Гиподинамия

131 030

свердловчан имеют сахарный диабет 1-го и 2-го типа

8 132

полностью зависимы от инсулина

из них

900

детей

(по данным за 2014 год)

Медики Екатеринбурга переквалифицировались в актёров и режиссёров

Сотрудники екатеринбургской Городской клинической больницы №40 решили по-особенному отметить День медицинского работника. Они провели первый медицинский... кинофестиваль.

Креативные команды из каждого отделения в течение двух месяцев снимали пятиминутные фильмы об особенностях своей работы и жизни больницы. Врачи примерили на себя непривычные для них роли продюсеров, режиссёров, актёров и видеооператоров. Короткометражки получились разных жанров – от реалистичных документальных до игровых комедий, но объединяла их тема милосердия и доброты.

Все участники творческого конкурса стали лауреатами фестиваля, а лучшим признали фильм отделения нейрохирургии по мотивам повести Михаила Булгакова «Собачье сердце».

Медицинские короткометражки можно посмотреть на сайте obligazeta.ru.

Алена ХАЗИНУРОВА

Наградили лучших свердловских врачей

В преддверии Дня медицинского работника лучших представителей этой профессии чествовали в Театре эстрады.

Медаль «За заслуги перед отечественным здравоохранением» получила директор Свердловского областного медицинского колледжа Ирина Лёвина. Кроме того, медики получили Почётные грамоты губернатора, Законодательного собрания, министерства здравоохранения региона, знаки «Отличник здравоохранения».

Председатель правительства Свердловской области Денис Паслер, вручаящий награды, отметил, что в регионе много делается для того, чтобы создать комфортные условия для работы медиков: строятся новые больницы, приобретается современное оборудование.

В 2015 году на здравоохранение из бюджета будет выделено 64 миллиарда рублей.
Елена АБРАМОВА



На торжественном собрании выступили студенты Уральского государственного медицинского университета и Областного медицинского колледжа