

# Будем здоровы!

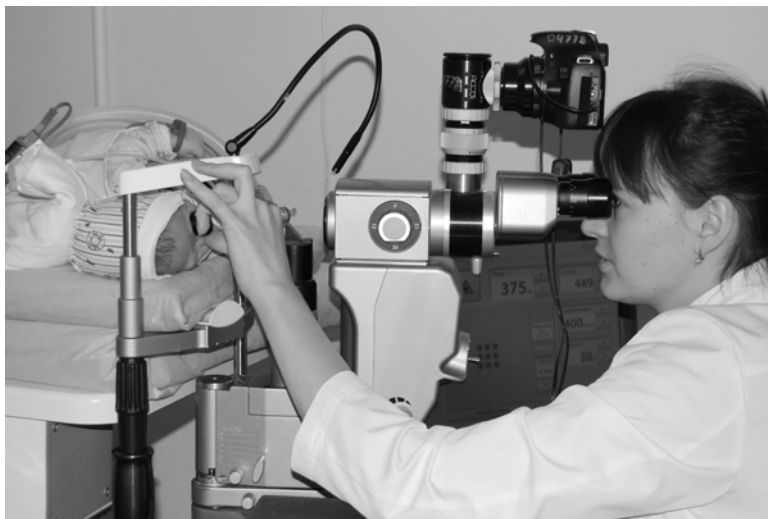
## Так поступают настоящие врачи

### Знай наших

Специалисты калужской городской детской больницы выхостили ребенка из Саратова, а офтальмологи филиала клиники С.Федорова спасли ему зрение.

Эта история могла бы закончиться печально. В Саратове раньше времени появился на свет ребенок. А у недоношенных детей всегда масса патологий из-за того, что они «не досидели» в утробе матери. Недоношенные дети в 22 раза чаще, чем младенцы рожденные в срок, становятся инвалидами по зрению. При отсутствии лечения ретинопатия недоношенных приводит к стойкому снижению зрения, а в тяжелых случаях – к слепоте уже в возрасте 3-4 месяцев. Только раннее выявление и своевременное лечение ретинопатии недоношенных лежат в основе сохранения зрения. Операции таким детям способны на сегодняшний день выполнять лишь несколько клиник в России, в том числе – филиалы МНТК в Чебоксарах, Новосибирске, Хабаровске и Калуге, которая собственно и разработала систему оказания офтальмологической помощи младенцам с ретинопатией недоношенных, спасая тем самым таких малышей от необратимой слепоты. 20 лет Калужский филиал МНТК «Микрохирургия глаза» имени С.Федорова занимается этой проблемой: есть свои способы мониторинга, алгоритмы лечения и ни одного неудачного случая. Поэтому к нам везут детей со всей России, и даже из Европы.

Собственно этим и объясняется, почему мама привезла полуторамесячную кроху в наш город.



Состояние зрения ребенка было уже на грани. Врачи успели, что называется, в последний вагон. Предстоит еще наблюдение, возможно уже другая по методике операция на втором глазу, но одно можно сказать точно: ребенок будет видеть и инвалидность ему не грозит.

И все это стало возможным благодаря научным разработкам клиники С. Фёдорова в Ка-

луге по лечению патологии новорожденных, использованию лазерных технологий. За этим стоит колоссальный труд всего коллектива.

Надо отметить, что все операции по ретинопатии недоношенных входят в государственную программу высокотехнологичной помощи и это оплачивает государство из Федерального бюджета по квотам.

Сразу в нескольких регионах страны зафиксированы вспышки кори. С начала этого года заболели уже более 2000 тысяч человек – примерно столько, как за весь 2013 год. Эпидемиологи отмечают серьезный рост заболеваемости корью как в нашей стране, так и за рубежом. А ведь еще пять лет назад казалось, что корь полностью побеждена: на 1 миллион населения регистрировался только 1 заболевший.

## Корь вновь напомнила о себе

По данным Роспотребнадзора, в 2011 году в 38 странах Западной Европы заболело 25,8 тыс. человек, а в прошлом – 26 тысяч. Больше всего случаев зарегистрировано в Германии, Италии, Великобритании, Нидерландах, Турции, Румынии; на востоке – в Индонезии. Каждый второй заразившийся – взрослый, каждый третий заболевший ребенок – грудничок до года. Заболевают те, кто не привит от кори: среди взрослых таких 75%, среди детей – 82%.

Причина роста заболеваемости корью, по мнению эпидемиологов, как в нашей стране, так и за рубежом – уменьшение охвата населения прививками против кори. Изменилось отношение многих родителей к вакцинации: зачем делать прививку ребенку, если корь практически побеждена. И как следствие – повсюду отмечаются вспышки этой коварной болезни. На территории Калужской области с начала 2014 года зарегистрированы более 18 случаев заболевания корью.

Так что же такое корь, насколько она опасна и как от нее защититься? Корь – это инфекционное заболевание вирусной природы, протекающее с характерной лихорадкой, поражением слизистых оболочек дыхательных путей, рта, зева и глаз, своеобразной сынью и частыми осложнениями, преимущественно со стороны органов дыхания.

Вирус кори неустойчив во внешней среде, в воздухе при дневном свете, в каплях слюны гибнет в течение получаса; при высыхании погибает сразу же; при нагревании до 50 градусов – в течение 15 минут, при температуре 60 град. и выше – сразу. При низкой температуре и в темноте вирус может сохраняться долго; при температуре + 4 град. – до нескольких недель, а при – 15 град. и ниже – до нескольких месяцев.

Источником болезни является больной человек. Больной корью заразен в последние 1 – 2 дня инкубационного периода, в катаральном периоде и в первые три дня сыпи. Со второго дня высыпания зараемость снижается и к пятому дню исчезает. Путь передачи –

воздушно-капельный. Передача инфекции через предметы и третье лицо отсутствует.

### Клиника

Инкубационный период длится 9 – 10 дней. Выделяют три периода: начальный (катаральный), период сыпи и период пигментации.

Катаральный период: насморк, кашель, конъюнктивит, слезотечение, непереносимость яркого света, температура – 38 – 39 град., головная боль. На 2 – 3 день на слизистой твердого и мягкого неба появляется сыпь.

Период сыпи: начинается с нового подъема температуры, появляется сыпь за ушами, на переносице, лице, шее, на груди. В течение двух суток сыпь распространяется на туловище и верхние конечности; на третьи сутки – на нижние конечности. Сыпь обильная, местами сливается. Затем сыпь становится бурой и превращается в пигментные пятна.

### Осложнения

Коревые осложнения обусловлены вирусом кори. К ним относятся ларингиты, трахеиты, бронхиты, пневмонии, энцефалит.

### Лечение

Лечение большинства детей больных корью проводится в домашних условиях. Госпитализации подлежат дети с тяжелой формой кори, с осложнениями.

### Профилактика

Основное место в профилактике занимает активная иммунизация, проводимая живой ослабленной коревой вакциной.

### Вывод

В связи с тяжестью заболевания и его осложнениями необходима иммунизация детей, которая проводится в 1 год и 6 лет. Прививки против кори полностью защищают детей от этого тяжелого заболевания.

Все прививки, предусмотренные Национальным календарем прививок, защищают детей от тяжелых инфекций. Отказ от прививок приводит к возникновению эпидемий тяжелых инфекций, таких, как полиомиелит, корь, дифтерия, краснуха, свинка, коклюш.

Елена Кузнецова, районный педиатр.

## Обойдемся без химии при простуде

### Народная медицина

Благополучно пережив зиму, мы нередко именно весной подхватываем простуду. Попробуйте обойтись без химии, а доверьтесь народным средствам.

#### Если болит горло

Для того, чтобы избавиться от боли в горле, его необходимо полоскать каждые 30-40 минут, причем средство для полоскания должно быть теплым, но не горячим.

**Травяное полоскание:** Одну столовую ложку ромашки залить стаканом кипятка и нагреть на водяной бане 20 минут. Когда отвар чуть остынет, процедить его, отжать и долить горячей воды. Чтобы получилось 250 мл отвара. Добавить в полученное снадобье одну чайную ложку спиртовой настойки календулы, перемешать.

#### При насморке

При насморке хорошо помогают отвары из листьев эвкалипта и алтея. Готовить отвары нужно отдельно: на стакан кипятка взять 10 г измельченных листьев

эвкалипта и 20 г листьев алтея. Проварить их 5-10 минут и процедить. Смешать отвары в равных пропорциях, залить в заварочный чайник и промывать нос 5-6 раз в день.

#### Если у вас кашель

Кашель больше других проявлений простуды причиняет неприятности, ведь при сильном кашле не то что работать, даже лежать в кровати сложно. Однако не стоит забывать, что кашель – это важный защитный механизм нашего организма, помогающий освободить легкие от скопившихся там бактерий.

1. Доведите до кипения 2 стакана молока, поставьте на водяную баню, всыпьте туда 2 мелко нарезанные луковицы и томите под крышкой часа 2,5 – 3. Выпивайте через каждые полчаса по ложечке полученного «лукового» молока.

2. Очищенное от семян яблоко запечь в духовке с сахаром (его добавлять по вкусу), осторожно вынуть горячую мякоть и посыпать корицей. При желании можно добавить к этому пюре немного горя-

чих сливок и кофейную ложечку сливочного масла.

#### Если поднялась температура

Если в первые дни простуды или гриппа температура не поднимется выше 38 градусов, то ее сбивать не стоит, чтобы организм мог сам справиться с инфекцией.

Все современные препараты от простуды – это чаще всего лишь парацетамол со вкусовыми добавками и лимонной кислотой. Попробуйте приготовить такой препарат сами. Стакан кипятка чуть остудить, добавить туда свежевыжатый сок половины лимона и чайную ложку меда. Вместо меда можно взять протертую с сахаром смородину или любые другие ягоды. А воду заменить отваром шиповника или горячим яблочным чаем (свеженарезанное яблоко залить стаканом кипятка и дать настояться минут десять под крышкой). Можно добавить к вкусному лекарству щепотку натертой корицы, которая обладает прекрасным бактерицидным действием.