

# Расскажите, доктор...

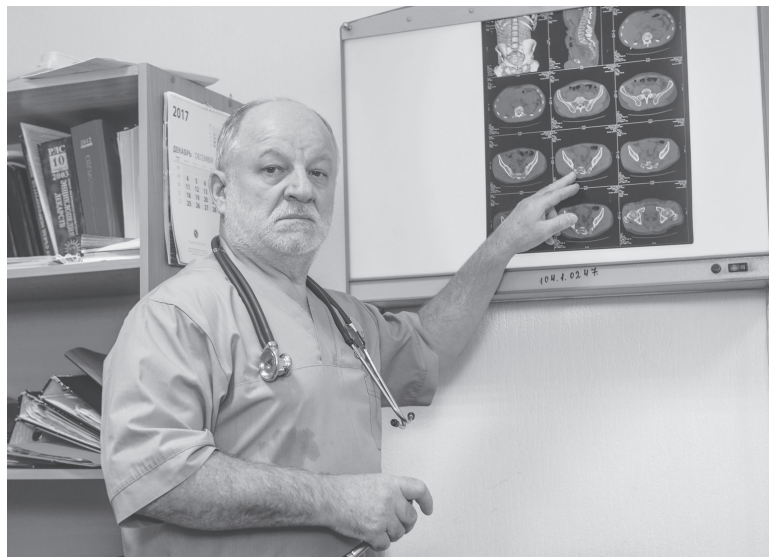
На вопрос жительницы Кузнецка отвечает врач-нейрохирург высшей категории Валерий Иванович ЕВСТИФЕЕВ.

**?** У моей дочери мигрень, головные боли частые и плохо поддаются лечению. Расскажите, пожалуйста, об этом заболевании.

Валентина Петровна М.

— Мигрень — заболевание, которое проявляется приступами головной боли обычно в одной половине головы («гемикrania»). Оно известно несколько тысячелетий. Мигрень относят к первичным головным болям, когда боль является как бы отдельным заболеванием, в отличие от вторичной, где она — симптом другого заболевания. Мигренью страдают от 5 до 18% взрослого населения, у женщин она встречается в разы чаще. Четко зафиксирована наследственная обусловленность. Приступ сопровождается интенсивной, мучительной, трудно переносимой пульсирующей головной болью, как правило, со-

провождается тошнотой, рвотой, плохой переносимостью яркого света, громких звуков. Пациенты во время приступа угнетены, стремятся уединиться в затемненной комнате, лежат с закрытыми глазами. Приступ может длиться от нескольких часов до трех суток. Различают несколько видов приступов. Мигрень с аурой (предвестниками) — у пациентов перед приступом может развиваться нарушение поля зрения, одностороннее снижение зрения, реже нарушение чувствительности в конечностях с одной стороны, крайне редко — односторонняя слабость в конечностях и нарушение речи. Мигрень может быть без ауры (простая мигрень) — сразу начинаются головные боли. Заболевание может протекать без головной боли, а сопровождаться, например, зрительными нарушениями — это так называемая офтальмоплегиче-



ская мигрень. При ретинальной мигрени возникает переходящая слепота на один или оба глаза, при гемиплегической — на пике головной боли появляется чувство онемения и слабости в конечностях с одной стороны.

Есть и другие формы мигрени. Причина заболевания еще до конца не выяснена. Для уточнения диагноза пациентам назначают до-

обследование по показаниям — осмотр окулистом глазного дна, ЭЭГ, ультразвуковое исследование сосудов головного мозга, МРТ головного мозга. Для купирования не тяжелых приступов мигрени применяются препараты неспецифического ряда — анальгетики и нестероидные противовоспалительные препараты. При тяжелых приступах приме-

няют специфические противомигренозные препараты. Между тяжелыми приступами мигрени проводим профилактические курсы лечения (для снижения частоты, тяжести и длительности приступов), в которые входят такие группы препаратов, как бета-адреноблокаторы, антидепрессанты, антиконвульсанты, вазоактивные препараты, нестероидные противовоспалительные препараты. Не менее важно: регулярно питаться, ограничить в рационе какао, шоколад, сыры, орехи, яйца, томаты, цитрусовые, молоко, кофе, алкоголь.

Есть и другие значимые правила — полноценный сон, закаливание организма, посещение бассейна, массаж; следует исключить тяжелый физический труд, отрицательные психоэмоциональные нагрузки. У препаратов, применяемых для купирования приступов мигрени, много противопоказаний, поэтому вашей дочери необходима консультация невролога для назначения обследования и лечения.

## ДЕМОГРАФИЯ

## На «автобусе здоровья» к долголетию!

Непростой автобус объехал многие двory областного центра. И название у него соответствующее — «Автобус здоровья». Он отлично справился со своей важной миссией: мотивировать пензенцев вести здоровый образ жизни.



Просветительский проект, направленный на укрепление здоровья пожилых людей, стал действовать еще в конце апреля. Сегодня можно сказать, что со своей задачей «Автобус здоровья» справился, более того он настолько пришелся по нраву

жителям Пензы, что в следующем году, как решили организаторы акции, он вновь вернется во двory областного центра.

Чудо-транспорт объехал 31 двор, предоставив возможность более 1 350 жителям разного возраста пройти

медицинское обследование. Жители активно участвовали во всех предлагаемых мероприятиях: опросе, прогулке с врачом, беседах о здоровье, анкетировании.

Пожилые люди получили медицинские услуги, можно сказать, не отходя от дома. Медики непростого автобуса проводили скрининговое обследование — экспресс-анализ на определение холестерина и глюкозы крови, измерение артериального давления, определение индекса массы тела. По результатам исследований врач по медицинской профилактике проводил индивидуальное консультирование граждан. На мероприятии стало ясно, что многие люди более зрелого возраста поддерживают ЗОЖ и ответственно относятся к своему здоровью.

Кстати, соцопрос участников мероприятия показал, что большинство (а это до 90%!!!) ежедневно совершают пешие прогулки, регулярно контролируют уровень артериального давления и соблюдают рекомендации врача. Но, к сожалению, не все придерживаются правил здорового питания, в частности слишком балуются сахаром, либо недостаточно едят овощей.

## ВАШ ИНТЕРЕС — ОМС

## Приглашаем на диспансеризацию!



Приглашения на профилактические мероприятия с целью проверки состояния здоровья граждан рассылаются жителям региона страховыми медицинскими организациями. Отнесите к этому с вниманием и ответственностью.

Учитывая различные категории населения, специалисты в своей работе используют различные каналы связи — письма, телефонные звонки, смс-сообщения, мессенджеры (вацап, вайбер, телеграмм и др.). На сегодняшний день страховые представители проинформировали более 387,1 тыс. человек, из них пригласили на диспансеризацию и профосмотры 242,3 тыс. человек и на диспансерное наблюдение — 144,8 тыс.

Если вам поступило подобное сообщение — значит, необходимо посетить поликлинику по месту прикрепления с целью прохождения профилактических мероприятий (с паспортом и полисом ОМС). Кабинеты медицинской профилактики работают ежедневно, а для удобства граждан организована деятельность медицинских организаций в субботние дни.

Стоит знать, что работающим гражданам на прохождении диспансеризации законодательно предусмотрен один день с сохранением среднего заработка, а сотрудникам предпенсионного и пенсион-



ного возраста — два дня на тех же условиях.

За январь — август 2019 года поликлиники уже посетили 203 471 человек взрослого населения. Все они прошли диспансеризацию или профилактический осмотр в соответствии с предусмотренным объемом по полу и возрасту.

Напоминаем, проведение профилактических мероприятий является бесплатным!

В случае возникновения вопросов по профилактическим мероприятиям обращайтесь в Единый Контакт-центр в сфере ОМС — 8-800-100-80-44. Обращения принимаются в рабочее время с 9 до 18 часов, в нерабочее время, праздничные и выходные дни — в режиме автоответчика (с возможностью оставить голосовое сообщение).