

Все гениальное — просто

Несмотря на теплую зиму, пензенцы болеют острыми вирусными инфекциями, зафиксированы случаи гриппа. Некоторые школы на карантине. Поэтому еще раз напомним о профилактических мерах. На вопросы корреспондента ответила врач кабинета медицинской профилактики пензенской поликлиники №4 Юлия ЦЕБЕЛЬСКАЯ.



— Юлия Андреевна, что именно в сезон вирусных инфекций может спасти от заболевания?

— Главная защита — это наш иммунитет. Не хочется повторяться в очередной раз, но прививки от гриппа действительно спасают, помогают иммунитету побороть острые респираторные заболевания.

— А можно улучшить природную защиту организма без медпрепаратов? Некоторые люди и сейчас считают, что таблетки — это не всегда хорошо. Иммунитет надо укреплять без их помощи. Что вы об этом думаете?

— Любой препарат имеет противопоказания. Укрепить иммунитет помогает ведение здорового образа жизни: закаливание, правильное питание, физическая активность. Полезны пешие прогулки на свежем воздухе и полноценный сон.

— Какие лекарства могут повысить иммунитет?

— Здесь все сугубо индивидуально. Главное, получить

препарат может повлиять на разных людей не одинаково.

— Часто фармацевты в аптеках советуют определенные медикаменты. Я же сторонник слушать, что скажет доктор. Как вы считаете?

— Доктор оценивает состояние здоровья больного комплексно, может прогнозировать возможные осложнения, соответственно назначает лечение индивидуально для вас и вашего случая. Фармацевт не имеет возможности клинически оценить ваше состояние. Он просто специалист в сегменте препаратов.

— И что делать, если вирус все же настиг?

— В первую очередь ограничить контакты. В семье для заболевшего нужно выделить посуду, отдельную постель. Необходимо строго выполнять все рекомендации врача. Если назначен курс лечения, то этот курс добросовестно должен быть прове-

ден. Надо ограничить нагрузку, в том числе и физическую. Рекомендую обильное питье, проветривание комнаты, где находится больной, и влажную уборку.

— Стресс влияет на состояние иммунитета?

— Да. Ситуаций стрессовых может быть много, если их нельзя поменять, надо поступать по принципу «не можешь изменить ситуацию, измени свое отношение к ней».

— Сегодня многие пренебрегают бюллетенями, приходят на работу простывшими. Как уберечься от простудившихся коллег?

— С заболевшими можно столкнуться везде: и в транспорте, и в магазине. Чтобы не заразиться, можно применять старое изведенное средство — оксолиновая мазь, есть специальные капли в нос, ну, а остальные препараты индивидуально назначает врач.



Прогулки на свежем воздухе повышают иммунитет

Полис ОМС: бесплатное и современное лечение

Более трехсот жителей нашей области получили высокотехнологичную медицинскую помощь в Федеральном центре травматологии, ортопедии и эндопротезирования.

Лечение заболеваний с использованием новых и уникальных методов, современного оборудования является частью высокотехнологичной помощи, основанной на последних медицинских достижениях. Для застрахованных граждан такое лечение доступно и осуществляется на бесплатной основе во всех медицинских организациях страны, участвующих в реализации

Программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи.

В этом году более трехсот жителей региона получили высокотехнологичную медицинскую помощь по профилю «травматология и ортопедия» в ФГБУ «Федеральный центр травматологии, ортопедии и эндопротезирования» Министерства здравоохранения Российской Федерации в городе Чебоксары. В основном пензенские пациенты были направлены на эндопротезирование суставов нижних конечностей. Общая сумма лечения составила более 41 миллиона рублей.

Напомним, эндопротезирование сустава или его за-

мена — весьма востребованная хирургическая операция. В некоторых случаях замена тазобедренного сочленения является единственным способом избавить пациента от боли и вернуть его к полноценной жизни.

Всего за прошедшие десять месяцев текущего года

за счёт средств ОМС 5846 жителям Пензенской области оказана высокотехнологичная медицинская помощь, в том числе 950 гражданам на территории других субъектов. На эти цели направлено более 941 миллиона государственных средств.



Страницу подготовила Кира ЗАХАРОВА.

НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

Годы в медицине — это опыт

Губернатор Иван Белозерцев предложил привлечь пенсионеров к работе в сфере здравоохранения там, где не хватает медицинских сестер и врачей.

Жители области регулярно обращаются к главе региона с вопросами относительно медицинской помощи в районах. Одна из актуальных проблем — нехватка кадров. Кстати, на прямой линии с губернатором об этом говорили.

— Если не хватает врачей и медицинских сестер, то можно привлечь людей, которые вышли на пенсию. Это профессионалы, они будут работать с населением, — предложил Иван Белозерцев.

Для этого губернатор поручил создать рабочие группы в министерстве здравоохранения и минсельхозе и определить проблемные поселения. Напомним, для сел без медицинских учреждений работают передвижные мобильные пункты.

СОВРЕМЕННАЯ МЕДИЦИНА

Диагностика онкологии без ошибок

В целях повышения качества и сокращения сроков морфологических исследований переснащаются отделения патолого-анатомические отделения регионального бюро судмедэкспертизы.

Так, закуплено новое высокоточное оборудование для лабораторной диагностики.

Финансовые средства в размере двадцати семи миллионов рублей на приобретение уникального лабораторного комплекса выделены из бюджета области. Поступившая система позволит организовать единое рабочее пространство на всех этапах гистологического исследования: от момента поступления образца в лабораторию (на гистологию отправляют биоматериал человека, чтобы определить наличие злокачественных клеток), его регистрации и до момента постановки диагноза и сдачи препаратов в архив.

Морфомолекулярная диагностика — самый достоверный вид исследования, особенно при онкологии. Благодаря новому оснащению, качество диагностики станет лучше, скорость исследований повысится, а объемы расходных материалов снизятся. Появится возможность увеличить в разы число исследований, не привлекая к этому дополнительного финансирования. А значит, возрастет процент опережаемых случаев, что будет способствовать снижению смертности.