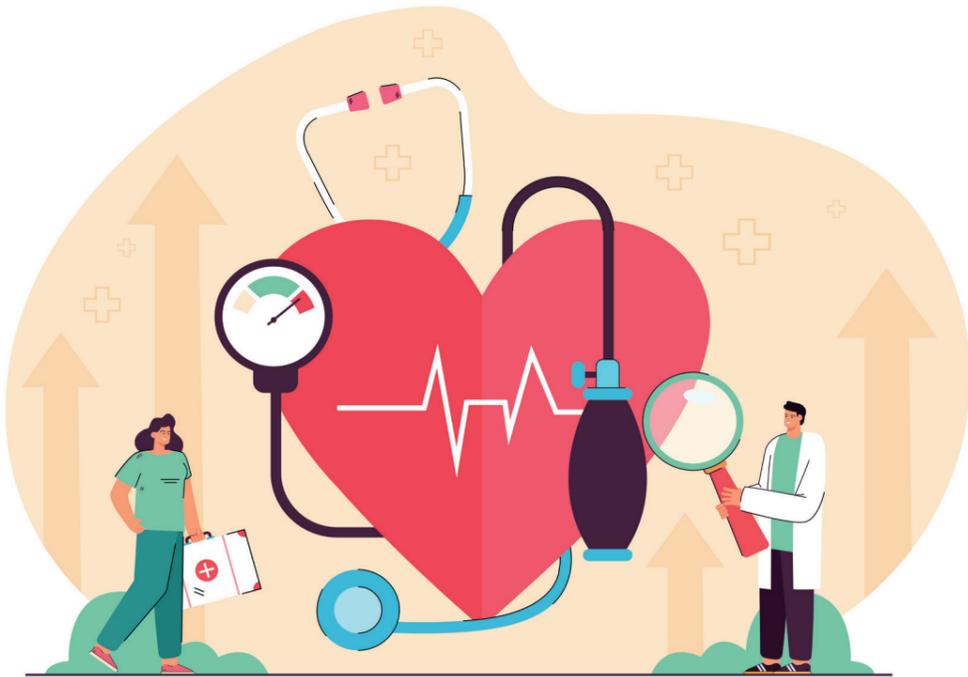


Здравпункт



Заболевания могут оказывать значительное влияние на качество нашей жизни, однако многие из них можно предотвратить. Профилактика заболеваний – это не только забота о собственном здоровье, но и вклад в здоровье общества в целом. Знание о факторах риска, способах их минимизации и методах укрепления иммунной системы может стать вашим надежным инструментом в борьбе за здоровье.

Черепно-мозговые травмы

Расскажет нейрохирург Антон Казанцев



достаточно плотная. Ствол мозга также удерживает мозг у основания. Но нельзя сказать, что мозг неподвижен. Вокруг него и внутри пространство, заполненное жидкостью - ликвором, который омывает головной мозг. За счет этого, если смещается мозг, он «плавает» в этой жидкости, но с другой стороны, при высокоэнергетических травмах, например, ускорение - замедление в результате ДТП, или падение с высоты, есть такое понятие как удар-противоудар. В результате падения на затылок, за счет того, что головной мозг смещается, травма будет сильнее не в месте контакта, а в противоположном направлении.

- Насколько должен быть сильный удар, чтобы получить сотрясение?

- Сила удара должна быть сильной. Но нужно понимать, есть это маленький ребенок, особенно до года, он не сможет объяснить, что и где болит? Дети проявляют это криком или плачем, но какой ребенок не делает этого? Большая капризность? Чаще это списывают на зубы, даже небольшая травма у детей может клинически проявиться как сотрясение, но головной мозг ребенка защищен сильнее, чем у взрослого. Часто бывает, что дети поступают с яркой клиникой травмы головного мозга, но на следующий день родители говорят: «Ребенок себя хорошо чувствует, можно нам домой?». Это не значит, что травмы не было, просто головной мозг ребенка более пластичен и проще переносит травмирующие состояния. В некоторых случаях, травма в дальнейшем может осложниться когнитивными нарушениями: память, внимание, усидчивость. Лучше такие травмы не пропускать, своевременное лечение объем возможных осложнений уменьшает.

- На коже - это синяк, мы его видим, как удар выглядит на мозговой оболочке?

- Есть несколько типов травм. Сотрясение головного мозга – это на клеточном уровне, на снимках это увидеть невозможно. Симптомы только неврологические. Снимки делают для исключения более серьезных травм. Более тяжелые повреждения - ушиб головного мозга. Контузия – это, по сути, синяк на головном мозге, они бывают разные. Поверхностный ушиб коры, например, об кости, которые образуют основание черепа. Он выглядит как кровоизлияние: от мелкоочечных, до достаточно грубых. Гематомы - ушиб 3,4 вида, когда очаг контузии – это смесь крови и поврежденного вещества мозга. При таких очагах необходима хирургическая обработка элементов поврежденного мозга.

О черепно-мозговых травмах, их механизмах и последствиях. Как мозг фиксируется в черепе, какие виды травм существуют и как они проявляются. Даже небольшие травмы могут иметь серьезные последствия, особенно у детей.

- Как закреплен мозг в нашей голове?

- Есть точки фиксации головного мозга, между полушариями есть большой серповидный отросток, который удерживает, разделяет его, образован дубликатурой твердой мозговой оболочки, она

- Мозг у каждого человека отличается?

- Да, по весу. Это не зависит: умный человек или нет, просто индивидуальные особенности человека. Есть состояния, которые характеризуются увеличением головного мозга, чаще всего, это злоупотребление алкоголем. После алкоголизации, ткани мозга отечны.



- Как часто поступают с черепно-мозговой травмой?

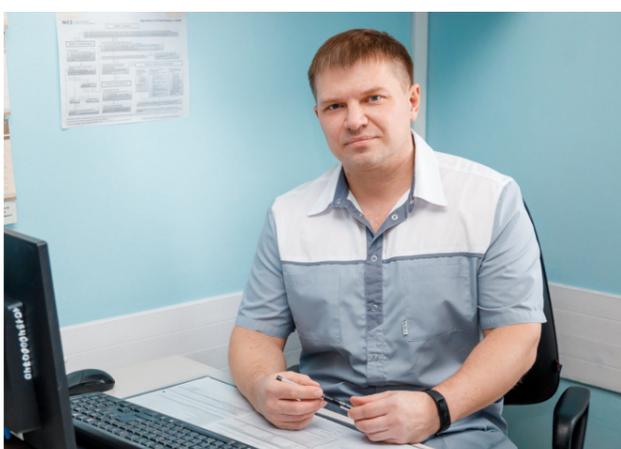
- Каждый день к нам обращаются люди с черепно-мозговыми травмами разной степени тяжести. Большинству обратившихся не ставится диагноз ЧМТ, но мы в любом случае проводим обследование, чтобы исключить диагноз, но несколько человек из обратившихся попадают или в стационар, если тяжелая травма, или лечатся амбулаторно.

- Какие наиболее частые случаи травм головного мозга?

- Наиболее частые бытовые, встречаются и противоправные. Город небольшой, окружен трассами, поэтому ДТП тоже есть, но обычно с трассы привозят тяжелых пациентов.

Студентка 4 курса ЮГУ Александра Налобина

Спасение на грани. Как нейрохирурги возвращают жизнь после инсульта



Заведующий нейрохирургии Евгений Колесников рассказал о клиническом случае пациентки, которая пережила разрыв аневризмы и геморрагический инсульт:

«Жительница Ханты-Мансийска - 47 лет. На работе во время перерыва случился резкий приступ головной боли, парализация левой конечности и судороги. Через 20 минут она была доставлена скорой помощью в критическом состоянии, случилась кома. При обследовании выявили больших размеров кровоизлияние, - количество крови могло наполнить половину граненого стакана. Причина кровоизлияния - разрыв аневризмы. Пациентка на глазах погибала. Мы ее прооперировали, удалили кровоизлияние, нашли источник кровотечения, заклипировали аневризму.

На следующий день после операции отменили медикаментозный сон. Женщина проснулась и открыла глаза, у нее был грубый неврологический дефицит - рука и нога плохо работали, были проблемы с речью. Однако, в течение трех дней пошла хорошая положительная

динамика, пациентка стала сама дышать, выполнять команды, появились элементарные движения в руке и ноге. На 10-й день после операции мы ее перевели в реабилитационный центр. Через 2 недели женщина пришла ко мне без неврологического дефицита, никаких проблем не было. На реабилитацию ушло 28 дней».

Это клинический случай со счастливым концом. Но так бывает не всегда. История подчеркивает важность своевременной медицинской помощи и мониторинга здоровья для предотвращения тяжелых последствий инсульта.

Евгений Колесников рассказал все о заболевании

- Что такое инсульт?

Инсульты делятся на ишемические и геморрагические. Ишемические инсульты возникают из-за тромбоза или эмболии сосудов головного мозга. Основные факторы риска включают злоупотребление курением, нелеченую гипертонию, несоблюдение



диеты и высокое потребление холестерина. Совокупность этих факторов значительно увеличивает вероятность инсульта.

- Как возраст влияет на восстановление после инсульта?

- Чем моложе пациент, тем больше вероятность инвалидизации при геморрагическом инсульте, это связано с большим объемом мозга и сложностями восстановления. Пожилые люди, обычно переносят инсульты легче и восстанавливаются быстрее. Однако у очень пожилых людей инсульты протекают тяжело из-за низких резервных возможностей организма.

- Чем опасен геморрагический инсульт?

- В голове лопаются мелкие сосуды и происходит кровоизлияние. В отличие от ишемического инсульта, геморрагический инсульт протекает всегда достаточно тяжело, потому что во время кровотечения происходит разрушение определенных участков головного мозга. Существуют также вторичные кровоизлияния, вызванные врожденными или приобретенными патологиями, такими как аневризмы или артериовенозные мальформации. Эти состояния встречаются реже (от 2 до 10 случаев на 100 тысяч населения) и могут возникать даже у детей.

- Каковы основные причины геморрагических инсультов?

- Основные причины - это гипертоническая болезнь и злоупотребление алкоголем. У таких пациентов часто наблюдаются проблемы со свертываемостью крови, что увеличивает риск разрыва сосудов.

- Как проходит восстановление после инсульта?

- Восстановление после инсульта – это сложный процесс, требующий участия неврологов и реабилитологов. Не все пациенты поддаются реабилитации; особенно сложно тем, у кого поражена речь. Если пациент сохраняет желание восстановиться и активно участвует в процессе лечения, шансы на успешное восстановление значительно выше.

- Какие меры профилактики повторных инсультов вы рекомендуете?

- После восстановления важно проводить профилактические вмешательства, такие как операции на крупных сосудах для удаления атеросклеротических бляшек или стентирование. Также пациентам следует особенно заботиться о своем здоровье.

Студентка 4 курса ЮГУ Александра Налобина

Гепатиты В и D - два брата акробата, которые ходят друг с другом рядом



Бадуртин Сайтаджиёв, выпускник Ханты-Мансийской медицинской академии, врач-терапевт Центра вирусных гепатитов, расскажет, какой гепатит не терпит одиночества, как люди всю жизнь живут с вирусом, не зная об этом, и почему его необходимо лечить. С врачом встретилась будущий журналист, студентка 4 курса ЮГУ Александра Налобина.

- Бадуртин Расулович, расскажите, что такое гепатит?

- Это воспаление печени, в основе воспаления могут быть различные механизмы, если мы говорим о вирусных гепатитах, значит причина - вирусный агент: А, В, С, Е, D (Дельта-агент) - это наиболее встречаемые вирусы, которые есть в нашем округе. Что касается вирусных гепатитов А и Е, то они крайне редко переходят в хроническую форму. То есть человек заболел, проходит определенное количество времени, либо мы ему помогаем лекарственными препаратами, благодаря иммунитету пациент излечивается и обретает на всю жизнь иммунный ответ, только в случае гепатит А. С гепатитом Е сложнее, есть случаи повторного заражения. Гепатиты В и С могут протекать в острой форме, где может справиться иммунитет, но, если он не справляется, то заболевание переходит в хроническую форму. Всех пациентов с гепатитом В проверяют на гепатит D, потому что это два брата акробата, которые ходят друг с другом рядом.

- А какая форма гепатит самая опасная?

- Любая форма опасна, острая форма - это всегда сложное положение, что касается хронической формы, если это диагностировано в течение года, то мы спокойны. Если человек, живет с гепатитом 10-15 лет и не лечится, то это уже другие состояния: тяжелый фиброз, цирроз и рак печени. На данный момент гепатит С является излечимым заболеванием, контролируемым. Самый злой вирус гепатит В, его нужно лечить всю жизнь, пациент не имеет права отменить терапию, даже, если в крови нет вируса, при ее отмене, вирус снова будет видно по результатам анализа. На сегодняшний день мы имеем опыт в лечении гепатит D, два человека в нашем городе уже получают терапию, она очень длительная: 1-2 года, иногда три.

- Гепатит может протекать бессимптомно?

- Почти все хронические формы гепатита бессимптомны. Чаще это вообще случайные находки, жил человек 45 лет, решил операцию себе сделать, сдал анализы перед госпитализацией и выявили антитела. Симптомы можно ощутить, когда у человека уже образуется тяжелые фиброз или цирроз печени.

- Как можно заразиться гепатитом?

- У каждого вируса есть свой механизм передачи. Вирусы А и Е передаются через руки, еду и питье, все мы любим зелень, в ней большая концентрация гепатита А, поэтому перед употреблением обязательно тщательно промываем продукты. Вирусы В и С передаются через контакт с кровью, стоматологические вмешательства, педикюр и маникюр (особенно при гепатите В), татуировки и половым путем.

- Какие пути заражения встречаются чаще?

- Наиболее часто парентеральный путь заражения: татуировки, стоматологические услуги, а также половой путь. Сейчас уже стерилизация инструментов четко контролируется во всех клиниках, но чаще в поле зрения попадают пациенты старше 50 лет, то есть заражение произошло гораздо раньше, человек 25 лет просто не знал об этом.

- В каких случаях пациенту могут отменить терапию?

- Абсолютных противопоказаний к лечению нет, есть временные: чем еще человек болеет, какие препараты принимает по сопутствующей патологии, совместимы ли они с нашей терапией. Серьезное нарушение печени, инфекционные осложнения и высокие риски летальности, если к этой категории относится пациент, то приходится отменить терапию, потому что наша противовирусная терапия может усугубить ситуацию. Также опухолевые заболевания, иногда не бывает времени, чтобы человек находился в ремиссии, и мы могли быстро пролечить гепатит, в таких случаях вирус уходит на второй план, хотя он и вызвал эту болезнь. Мы не можем начать лечение, пока не появится зеленый коридор от онкологов.

- Как часто нужно проверяться на гепатит?

- Каждый человек имеет риски. Надо ли каждые полгода сдавать кровь? Наверно, не надо. Но каждый человек должен знать свой статус, для себя, и хотя бы раз сдать кровь на гепатит. Что касается диспансеризации после 40 лет, я думаю, мы придем к тому времени, когда будем определять антитела к вирусному гепатиту С.

Рубрика «Вы спрашивали. Мы отвечаем».

Женское здоровье



Врач-гинеколог Анна Казанцева расскажет: почему важно следить за женским здоровьем уже с трех лет жизни, и как не бояться врачей этой специальности.

Почему важно следить за женским здоровьем?

- Женское здоровье – это репродуктивное здоровье. И его основу составляет гигиена половых органов, становление менструальной функции, грамотность начала половой жизни и правильно подобранная контрацепция. Правильное формирование «женского здоровья» лежит на плечах родителей.

Обязательным являются беседы с девочками на «неудобные» темы и своевременное обращение к детскому гинекологу в 3,6,13,14,15,16 лет, в соответствии со стандартами проведения профилактических осмотров. Чем больше с девочкой-подростком проведено просветительских бесед, тем больше будет сформирована «бережливость» к своему телу и здоровью в целом.

Главная задача любой женщины - родить здоровых детей! Но добиться этой цели все сложнее, учитывая пагубные веяния моды: увеличение количества вредных привычек, употребление «нездоровой» еды, увеличение процента детей с ожирением во всем мире, а также глобальные проблемы экологии.

В каком возрасте и на что следует обратить внимание?

- В дошкольном, раннем школьном возрасте - это гигиена. Девочек нужно научить правильно подмываться, строго спереди назад, чтобы избежать заброса кишечного содержимого в половые пути. Обязательно использование моющего средства с низким рН, ни в коем случае не хозяйственное мыло.

К 10-11 годам, девочкам нужно рассказать: что такое менструация и какая норма этой функции. Когда начинается первая менструация - рекомендуем обратиться к гинекологу.

Ближе к 14 годам нужно проводить беседы о половом воспитании. Это должно в себя включать не только навыки контрацепции, с целью профилактики беременности, но и с целью профилактики заболеваний, передающихся половым путем. Эти заболевания имеют свойство не проявляться долгое время. Чем дольше они в скрытом периоде, тем больше проблем возникает в репродуктивной системе.

Как не бояться гинекологов?

- Чтобы не бояться гинекологов, нужно своевременно его посещать. Проверка женского здоровья - это такая же норма, как проверка полости рта. Не бояться гинекологов можно, когда регулярно проверяешься и не ждешь сюрприза. Плановые визиты раз в шесть месяцев не будут стрессовыми. Важно, чтобы доктор подходил по психотипу пациенту, ведь люди мы все совершенно разные и если «коннект» между ними произошел, то и страха не должно возникать.

Какие новые методы диагностики и лечения появились за последнее время?

- Медицина развивается, но основа диагностики остается прежней. Из нового - жидкостная онкоцитология. Эта диагностика в разы эффективнее и результативнее, ее диагностическая ценность 99%.

Почему важно вовремя обследоваться, и чем это поможет?

- За полгода могут проявиться онкологические заболевания, вирус папилломы человека, а если женщина долго не обследуется, то можно запустить данные заболевания, также у врачей повышается онконастороженность.

Студентка 4 курса ЮГУ Александра Налобина