



А.Л. ДЕМЕНТЬЕВА (гинеколог)

А.Н. КУДРЯВЦЕВ (главный врач, хирург)

В.В. КУДРЯВЦЕВА (педиатр)

СОВЕТУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

ПРИВИВКИ. ЗА или ПРОТИВ

ИНФОРМАЦИЯ, КОТОРОЙ «ПЕСТРИТ» ИНТЕРНЕТ О ПРИВИВКАХ, НЕОДНОЗНАЧНА И ПРОТИВОРЕЧИВА, И ЧАСТО ТОЛЬКО МЕШАЕТ СДЕЛАТЬ ГРАМОТНЫЙ ВЫБОР. СЕГОДНЯ МЫ ПОПРОБУЕМ ОТВЕТИТЬ НА САМЫЙ ВАЖНЫЙ ВОПРОС МОЛОДЫХ РОДИТЕЛЕЙ –

СТОИТ ЛИ ДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ РЕБЁНКУ? ЕЩЁ ПАРУ ДЕСЯТИЛЕТИЙ НАЗАД ВОПРОС О ТОМ, ПРИВИВАТЬ ЛИ РЕБЁНКА, ДАЖЕ НЕ СТОЯЛ. РОДИТЕЛИ ПОСТУПАЛИ ТАК, КАК РЕКОМЕНДОВАЛ ВРАЧ.



Врачебный взгляд на типичные утверждения

1. «Прививка защитит моего ребёнка от опасных заболеваний»: это верно. Именно в этом и состоит смысл самой вакцинации: процедура запускает образование защитных антител против опасных инфекций. Прививки разработаны не от всех болезней – ведь иммунная система малыша должна научиться самостоятельно справляться с вторжением микроорганизмов.

2. «Прививки нельзя делать новорождённым, так как они ещё не готовы к прививкам»: это ошибка. Несомненно, что иммунная система новорождённых несовершенна. Именно поэтому вакцинацию начинают ещё в роддоме – важно как можно раньше

обеспечить малышу защиту от смертельных инфекций.

3. «Если ребёнок болеет, то прививку делать нельзя»: да, это верно. Однако правило касается только острых заболеваний и обострений хронических болезней. Если у ребёнка есть одно или несколько хронических заболеваний, то его нужно обязательно привить, когда минует стадия обострения.

4. «Прививка не всегда может защитить от болезни»: это верно. Ни одна вакцина не даёт гарантии, что ребёнок после неё не заболеет опасной инфекцией. Однако проведённые исследования показывают, что привитые дети переносят болезни легче и без тяжёлых осложнений.

5. «Аллергикам нельзя делать прививки»: это верно лишь отчасти. Если у ребёнка есть аллергия на один из компонентов вакцины, то её применять нельзя. В таком случае врач подбирает альтернативную вакцину без аллергена или отменяет конкретную прививку в принципе.

6. «Прививки делаются только с согласия родителей, без их ведома вакцинация не проводится»: это правда. Причём согласие даётся не на словах, а на бумаге. Мамы и папы подписывают либо информированное согласие, либо отказ от вакцинации. Эти документы вклеиваются в медицинскую карту ребёнка.

Прививать ребёнка или нет?

Каждый родитель, который дал согласие на прививки своего ребёнка, обеспечил защиту не только своему малышу. Он принял участие в формировании коллективного иммунитета, который сдерживает распространение опасных инфекций. Именно коллективный иммунитет защищает тех, кто по каким-либо причинам не привит. Не привитые дети редко болеют не потому, что вакцинация плохо

работает, а из-за того, что их окружают привитые люди. То есть болезни просто неоткуда взяться. С каждым необоснованным отказом от вакцинации коллективный иммунитет снижается. Из-за этого в нашу жизнь могут вернуться опасные инфекции, о которых сейчас почти ничего не слышно. Поэтому прививать детей и прививаться самим – гражданский долг любого человека.

В.В. КУДРЯВЦЕВА

→ К СВЕДЕНИЮ

Противники прививания утверждают, что хотят уберечь нашу страну от так называемого страшного оружия – профилактических прививок. Сторонники вакцинации считают: нацию куда проще уничтожить не прививками, а непосредственно опасными инфекциями. Достаточно уговорить людей не прививаться, чтобы опасные болезни снова стали уносить детские жизни.

Поговорим о «женском» весной

Едва дождавшись заветного марта на календаре, мы достаём демисезонную одежду и идём покорять город своей красотой. Только радость эта может омрачиться как сезонными обострениями хронических заболеваний женской половой системы, так и новообнаруженными болезнями.

Зимой и весной часто возникают воспалительные заболевания «нижней полочки» – органов малого таза (влагалище, матка, яичники, мочевого пузыря). Провоцирующие факторы этих заболеваний – сниженный зимой иммунитет, гормональный дисбаланс, переохлаждение. Переохлаждение – основной виновник заболеваний женской половой системы весной.

Переохлаждение может вызывать: воспалительные процессы в яичниках и других женских половых органах, цистит. Переохлаждение груди – воспаление молочных желез (мастит). Гулять в расстёгнутом пальто, в тонкой рубашке не стоит. Мастит бывает не только у кормящих мам, но и у женщин вне периода лактации. При наличии мастопатии (патология, связанная с гормональным дисбалансом) вероятность возникновения мастита при переохлаждении увеличивается.

Настоящее тепло ещё не пришло, и даже если днём погода радует заманчивыми +8 °С, то ночью и утром температура воздуха может опускаться ниже нуля.

А.Л. ДЕМЕНТЬЕВА

ПОМНИТЕ!

Для женщины особенно важно держать в тепле грудь, низ живота и спины, чтобы избежать неприятных последствий переохлаждения.

SOS – ПОМОЩЬ при переохлаждении

Ни в коем случае не «париться». Нужно согреться как можно быстрее, можно выпить горячего чая с ромашкой, мятой, берёзовыми почками и имбирём, если к таким травам нет противопоказаний. При появлении симптомов – боли внизу живота, дискомфорт в области вульвы или появлении нехарактерных выделений из влагалища, кровотечения, изменения характера менструального цикла, частого и (или) болезненного мочеиспускания, болей в молочных железах – немедленно обратиться к гинекологу.

Переохлаждение – весомый провоцирующий фактор воспалительных заболеваний. Поэтому важно одеваться по сезону, утеплять ноги и область таза и не сидеть на холодных скамейках.

Как не «подорвать» здоровье, работая в огороде

Огород или дачный участок любителям природы приносит немало удовольствия и радости. Однако это и место активного труда. Важно, работая в огороде, не забывать о собственном здоровье. Свои силы нужно уметь соизмерять с возможностями.

Работая на земельном участке, нужно обязательно беречь собственный позвоночник. Спина начинает страдать со временем у любого огородника. Между тем есть несложные правила, следуя которым вы сделаете работу на земле для себя полностью безопасной. Так, например, никогда не перетаскивайте мешки с картошкой, ящики с рассадой и прочие тяжести при согнутой спине. Поднимать тяжёлые предметы будет в разы легче, если вы присядете, держа спину прямой. Весь упор будет идти не на позвоночник, а на мышцы ног. Если спина вас совсем не беспокоит, то за один приём всё равно не поднимайте груз, по весу превышающий десять килограмм.

Даже не пробуйте переносить на значительное расстояние тяжёлые предметы или вещи в одной руке. Обязательно старайтесь распределять вес так, чтобы он равномерно уходил на обе руки. Если тяжесть приходится нести далеко, делайте остановки и передышки.

Грядки не рекомендуется полоть и обрабатывать, сидя на кор-

точках или наклонившись. Лучше для таких целей использовать низкую скамеечку. При неимении такого полезного дачного атрибута лучше перед грядкой встать на колени. В физиологическом плане работа в таком положении будет более безопасной. Вы станете уставать в разы меньше и предотвратите появление болей в позвоночнике и суставах.

Однако трудоспособность дачники и огородники нередко утрачивают и по иным причинам. В частности, работая с землёй, очень легко получить травму. К травмам часто приводит использование неудобного или сломанного садового инвентаря. Чтобы облегчить садово-огороднический труд, любому дачнику рекомендуется обратить внимание на автоматический инструмент. Избежать мозолей, случайных повреждений кожи, заноз можно, если инструмент с деревянным черенком заменить на такой, черенок которого выполнен из мягкого пластика, покрыт резиной или сделан из силикона. Удерживать в руках такие инструменты легче, нежели деревянные, да и травму с ними получить непросто. Не думайте, что если грабли оснащены телескопической ручкой, то это просто уловка производителей. В действительности такое приспособление поможет лучше и более грамотно распределять нагрузку.

А.Н. КУДРЯВЦЕВ