



•Советы специалиста

Новое оборудование для офтальмолога

В конце октября Безенчукская центральная районная больница получила новый аппарат для кабинета офтальмолога – рефрактокератометр. Это замечательная новость ко Дню офтальмолога, который отмечают 11 ноября.



– Аппарат очень ценный, для диагностики нарушений роговицы, – рассказывает врач-офтальмолог БЦРБ **С.И. Бушаева**. – С его помощью можно измерить кривизну роговицы (толщину, размер). Это важно для диагностики такого заболевания, как глаукома. Аппарат также поможет в определении видов рефракции (близорукости, дальнозоркости и астигматизма). Рефрактокератометр автоматический и все данные по проведенному обследованию выводит на бумагу.

Светлана Ивановна, проработав в Безенчукской больнице более 30 лет, в диагностике заболеваний глаз использовала специальную офтальмологическую лупу и, конечно же, свой бесценный опыт.

Теперь в постановке диагноза поможет рефрактокератометр. Но мы, вспоминая о том, что в ноябре отмечается еще и Международный день слепых, решили узнать, сколько в Безенчукском районе инвалидов по потере зрения и можно ли было им избежать слепоты?

– В нашем районе инвалидов по зрению 110 человек. Среди них есть те, кто рожден еще в 1937 году, а есть и те, возраст которых 20 лет, – с сожалением констатирует врач. – Причин наступления слепоты много. Некоторые уже рождены с патологией и не видели никогда мир с его красками, который для нас так привычен. Есть и те, которые потеряли зрение после травмы на производстве, те, кто, получил термические ожоги. У третьих слепота развилась благодаря отравлению метиловым спиртом (некачественный алкоголь). Но большинство потеряли зрение по следующим причинам: глаукома (повышенное внутриглазное давление), высокая осложненная близорукость и возрастная макулярная дегенерация сетчатки глаза.

Причины названы. Но почему именно эти заболевания приводят к слепоте и как избежать таких серьезных последствий? На профилактике мы решили остановиться подробнее.

– Глаукома, к сожалению, уже не настолько редкое заболевание в наши дни. Для него характерно повышенное внутри-

глазное давление, – поясняет Светлана Ивановна. – В результате из-за постоянного высокого внутриглазного давления происходит глаукоматозная атрофия зрительного нерва, что и приводит к слепоте. Чтобы этого не допустить, тем, кому за 45, необходимо раз в год проверять глазное давление в кабинете окулиста. Мы только за месяц таких осмотров проводим до 150. При первых же признаках назначаем препараты, которые не позволяют прогрессировать заболеванию. Если пациент обратился, когда болезнь на 2-3 стадиях, направляем на оперативное вмешательство.

Из-за близорукости, к примеру -4, человеку приходится носить очки или линзы. Но если близорукость достигла -25, сетчатка сильно растягивается и может произойти её отслоение. Как этого избежать? Профилактикой близорукости нужно заниматься с раннего детства. Не разрешайте 5-летнему ребенку проводить за компьютером более 10 минут, а 8-летнему не более 15. Да и взрослому человеку нежела-

тельно находиться у компьютера более 1,5 часов.

К сожалению, некоторые родители радуются, когда их 4-летнее чадо быстро осваивает новомодный планшет и надолго затихает, просматривая игры или мультики. Радоваться здесь нечему. В графике игр часто используют мелкие детали, и ребенок в попытке разглядеть их неспособен контролировать дистанцию от планшета до глаз. В результате шестилетние ребяташки, придя ко мне на прием перед школой, уже имеют начальную степень близорукости. Чтобы не росла близорукость, родителям необходимо следить не только за правильной посадкой первоклассника за столом и за правильным освещением, но и жестко контролировать время проведения ребенком за компьютером, планшетом и мобильным телефоном.

О макулярной дегенерации сетчатки глаза мы разговаривали со Светланой Ивановной в прошлом нашем интервью. Заболевание это достаточно новое и еще недостаточно изученное.

– Макулярная дегенерация диагностируется в последние лет 15. Она характерна тем, что происходят изменения в сетчатке, гибнут ее нервные окончания, – продолжает разговор С.И. Бушаева. – Чаще всего этому заболеванию подвержены те, кто страдает сахарным диабетом, гипертонией... Ученые изобрели препараты, которые способны поддержать зрение, но совсем победить болезнь пока не удается. Поэтому так важно беречь свое зрение смолоду и не затягивать свой визит к окулисту, если почувствовали ухудшение зрения!



•Прием ведет психиатр

Сон – лучшее лекарство

Октябрь оказался богат на дни, посвященные профилактике различных заболеваний. Это и Всемирный день борьбы с инсультом, и День профилактики остеопороза, и День легочного здоровья.



Но сегодня мы поговорим о Всемирном дне психического здоровья, который отмечался 10 октября. Почему из всех дней мы обратили ваше внимание именно на этот? Дело в том, что в редакцию газеты обратились жители Безенчука, которые страдают от неадекватного поведения своей соседки, нет возможности спокойно спать ночью. С одной стороны, им жалко бедную женщину, которая фактически изолирована от общества (она закрыта в своей квартире на протяжении по-

лутора лет), с другой – почему они должны терпеть её ночные всплески агрессии?!

Подобный случай не единственный в Безенчуке.

Как вести себя в данной ситуации соседям, рассказывает врач-психиатр БЦРБ **О.В. Бугаков**.

– Пожилой человек почти всегда нуждается во внимании и уходе со стороны родственников, а человеку с психическими расстройствами необходима особая забота.

Озвученная ситуация разрешиться может очень просто. Женщину, страдающую психическим заболеванием, необходимо привести ко мне на прием. Это могут сделать родственники. Я оценю её состояние, назначу препараты или госпитализирую ее в больницу. У меня есть пациент, за которым родственники ухаживают с полной ответственностью. Он проживает в своей квартире, принимает препараты на протяжении трех лет, и его поведение не угрожает ни жизни, ни здоровью окружающих.

Возможен и другой вариант. Если соседка ведет себя агрессивно, нападает на людей, буйствует в квартире, достаточно вызвать участкового и «скорую помощь». Данный факт будет зафиксирован. Пациента осмотрит врач «Скорой помощи». На основании решения врача, пациента в агрессивном состоянии доставят в психиатрическую клинику, где в течение 48 часов комиссия врачей-психиатров решит вопрос о необходимости лечения. В дальнейшем, уже через суд, возможно принятие решения о принудительной госпитализации пациента.

Могу отметить, что только за сентябрь этого года 7 жителей района с психическими нарушениями были госпитализированы в психиатрическую больницу.

Но это для тех случаев, когда человек проявляет агрессию, когда он «буйный». Если человек, скажем, днем ведет себя относительно спокойно, а ночью плачет, бьет посуду, стучит по стенам, достаточно просто контролировать прием препаратов пациентом. Обеспечить ему достойный уход. Это забота родственников!

– Олег Васильевич, к со-

жалению, не все родственники с должным вниманием и заботой относятся к родному человеку, страдающему психическим заболеванием. Нередки ситуации, когда сын «утруждает» себя лишь достаточной едой раз в день и получением пенсии за свою мать. Посещение врача с больной мамой не входит в его планы. Как быть в этом случае?

– О подобной ситуации должны знать и социальные службы, и участковый уполномоченный полиции, чтобы убедить нерадивых родственников привести пациентку на осмотр к врачу-психиатру, а если необходимо, то и к другим специалистам. Не оказание человеку медицинской помощи – уголовно наказуемо.

Я понимаю, что случаи бывают разные. Возможно, сын, в силу объективных причин, не в состоянии заботиться должным образом о матери. Тогда он обязан оформить документы и определить больную женщину в психиатрический пансионат. Этот процесс не быстрый. Зачастую пациенту приходится ждать своей очереди в течение двух-трех лет. Но это реально возможно. Я работаю в Безенчукской больнице три года, и за этот период пять жителей района дождались своей очереди и теперь получают медицинский уход в пансионатах.

– Почему так происходит? Вчера ты общался с обычным

человеком, а сегодня понимаешь, что он ведет себя неадекватно. Можно ли сохранить психическое здоровье?

– Причин психического расстройства несколько. В первую очередь, это злоупотребление алкоголем и наркотиками. Во-вторых – перенесенный сильный стресс. Нередко причиной психического расстройства становится ишемия сосудов головного мозга или гормональная перестройка организма. В связи с этим необходимо вовремя принимать лекарственные препараты от своих основных заболеваний, чтобы не допустить расстройства психики.

Но и обычный здоровый человек может подвергнуть риску свое психическое здоровье, если не будет соблюдать режим сна. Как известно, даже без воды человек может прожить неделю, а без сна не более 4 суток. Современные исследователи приводят данные, согласно которым уже после одной бессонной ночи работоспособность сокращается на 30 процентов, после двух – на 50. Несколько суток без сна приводят человека на грань безумия, иногда с необратимыми последствиями. Здоровый, крепкий сон – лучшее лекарство для сохранения в норме вашего психического здоровья.

● Полосу подготовила Наталья **ЗОТОВА**.