

Здоровье нации - в числе приоритетов

"Защитимся вместе: вакцины работают"

Сейчас мы живем в мире, когда каждый день на нас сыплется огромный поток информации из Интернета. В последнее время

поэтому могут возникнуть такие симптомы, как повышение температуры тела, слабость и другие. Реакция на вакцину зависит



стало много пропаганды против прививок, и каждая ответственная мама задается вопросом: "Делать или не делать прививку?"

Ведь если бы не было вакци-

от здоровья иммунной системы ребенка на момент прививки, поэтому в день вакцинации ребенок должен быть максимально здоров, для детей с хроническими заболеваниями прививки ставят вне обострения.



страшные заболевания, как коклюш, полиомиелит, туберкулез, столбняк, дифтерия, корь и многие другие серьезные болезни привели бы к массовым вспышкам среди населения Земного шара. Все эти заболевания либо сами являются опасными, либо приводят к осложнениям, которые могут угрожать жизни малыша или повлечь инвалидизацию. И чем больше непривитых детей, тем больше места для "проживания" всех этих инфекций.

Вакцины содержат либо жи-

Это позволит снизить вероятность осложнений и выработать хороший иммунитет.

Риск осложнений при заболевании во много раз выше, чем при вакцинации. И напоминая, что во все времена считалось, что болезнь лучше предупредить, чем лечить.

Конечно, никто не будет заставлять Вас делать прививки. Ведь только Вы решаете, что лучше и правильнее для Ваших малышей. Но подходите к этому взвешенно и разумно, а не сле-



вые и ослабленные вирусы и бактерии, либо их части, полученные при помощи генной инженерии. Попадая в организм, вакцина формирует иммунный ответ,

дуя моде или чьим-то советам.

Д.А. КУРЯТОВА,
участковый
врач-педиатр

Коварство гипертонии

Гипертонией в той или иной мере страдает каждый пятый житель планеты. По данным ВОЗ, ежегодно от гипертонии и ее осложнений - инфаркта и инсульта - умирают более 9 млн человек.

Повышенное артериальное давление является одной из наиболее частых причин развития заболеваний сердца. Повышение давления в сосудах заставляет сердце работать с усиленной нагрузкой, что сопровождается компенсаторным утолщением мышечного слоя левого желудочка, нарушениями питания сердечной мышцы. Страдают и сосуды головного мозга.

Коварство гипертонии в том, что она долгое время может протекать бессимптомно, незаметно, ничем особенно себя не проявляя. Ну, поболит иногда голова, помелькают мушки перед глазами, у кого не бывает!

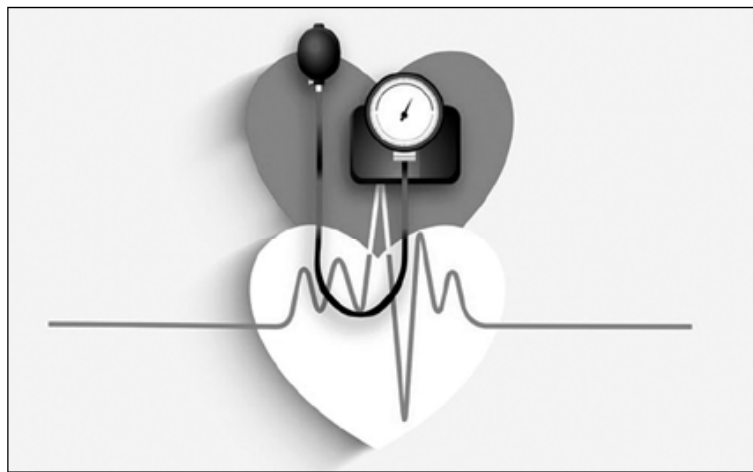
Поэтому периодический контроль артериального давления необходим в любом возрасте. Эта простая процедура может принести большую пользу. Сейчас аппараты для измерения артериального давления доступны для индивидуального пользования. Их можно приобрести в любой аптеке. Также в любой крупной аптеке можно измерить давление самостоятельно. Если аппарат показывает, что цифры артериального давления выше 140 на 90 мм, то это повод посетить врача, так как длительное повышение артериального давления не проходит бесследно для организма. Даже при условии умеренного течения гипертонической болезни (без выраженных обострений) развивается постепенное поражение органов-мишеней: сердца, головного мозга, почек, глазного дна.

И все-таки гипертония как само-

Спровоцировать гипертонический криз могут стрессовые состояния, физическая нагрузка, грубые нарушения режима, а также прекращение приема гипотензивных лекарств.

Во время гипертонического криза могут наблюдаться: сильная головная боль, нарушение зрения (вплоть до частичного выпадения полей зрения), тошнота, иногда рвота, покраснение кожных покровов.

Иногда сжимающие боли за грудиной, одышка, иногда судороги.



ального давления должен быть постоянным. На этом этапе возможно присоединение фитотерапии, психотерапии, рефлексотерапии, препаратов для временного снижения давления.

Если же врач назначил плановую лекарственную терапию, то надо это делать постоянно. В рекомендации Европейского общества кардиологов четко записано, что принимать назначенные пре-

параты необходимо неопределенно долго. Лицам пожилого возраста, возможно, придется получать лекарственную терапию пожизненно. Сейчас в распоряжении медиков имеется значительный арсенал лекарственных препаратов для того, чтобы удерживать артериальное давление на целевом уровне. Часто врачи останавливают свой выбор на препаратах пролонгированного действия, которые принимаются всего один раз в день. Родственникам людей преклонного возраста необходимо включаться в этот процесс и напоминать больному о необходимости вовремя принять лекарство. Кроме препаратов для планового лечения, необходимо всегда иметь при себе таблетки для экстренных случаев: для снижения давления при возникновении гипертонического криза.

Очень важно, чтобы пациент вовремя пришел к врачу и между ними установились доверительные партнерские отношения. Недопустимо лечиться по советам родственников, друзей, коллег по работе. Врач назначает лечение с учетом возраста, пола, сопутствующих заболеваний и состояний. Если не подходит одно лекарство - врач подберет аналог или назначит лекарства из другой группы. Выбор сейчас есть. Появились гипотензивные средства, одновременно защищающие сердечную мышцу, улучшающие работу почек или избирательно действующие на сосуды. Замечено, что приверженность к лечению чаще имеют женщины. Мужское же население больше полагается на "авось пронесет". Однако неумолимая статистика говорит о том, что инфаркты и инсульты у них встречаются в более раннем возрасте.

Блок инструментального лечения касается категории больных с тяжелым течением и осложнениями гипертонии. Но этот блок активно развивается, и об этом тоже надо знать. Вовремя произведенное стентирование или шунгирование сосудов сердца, своевременно оказанная специализированная помощь при острых состояниях, таких как острая сердечная недостаточность, инсульт, инфаркт, могут облегчить течение болезни, а иногда и спасти жизнь.

**ГБУЗ КО "Калужский
областной Центр
медицинской профилактики"**



стоятельное заболевание обычно наступает людей среднего и старшего возраста. Повышение же артериального давления у детей, подростков и у лиц молодого возраста может быть симптомом другого заболевания, а не самостоятельной нозологической формой. В этом случае необходимо пройти тщательное обследование на предмет исключения пороков сердца, аномалий почек и почечных сосудов, церебральной (мозговой) и эндокринной патологии.

У людей, длительное время страдающих гипертонической болезнью, довольно часто возникают обострения заболевания в виде гипертонических кризов.

Гипертонический криз - это неолужное состояние, вызванное чрезмерным повышением артериального давления. Криз чреват серьезными, порой угрожающими жизни изменениями в органах: головном мозге, сердце, почках.

новом находятся под периодическим врачебным наблюдением, склонны к соблюдению режимных моментов, подвержены постоянному лечению. Они также неплохо осведомлены о приемах оказания первой помощи при возникновении гипертонического криза.

Профилактика гипертонии начинается с немедикаментозных подходов - именно об этом заявило Европейское общество кардиологов в 2013 году. Это: физическая активность, некалорийное питание, ограничение соленого, отказ от курения и алкоголя, периодический контроль уровня артериального давления.

В лечении гипертонии существует три блока: безмедикаментозное лечение, плановая лекарственная терапия и методы инструментального лечения.

Безмедикаментозное лечение почти не отличается от профилактики, но контроль уровня артери-