

Ростовские  
стоматологи –  
не хуже  
европейских  
стр. 4

Когда  
ультрафиолет  
не страшен...  
стр. 6

Контактные  
линзы  
или очки?  
стр. 7

2000+  
ФАРМАЦЕВТИКА  
ПРИЛОЖЕНИЕ К ЖУРНАЛУ



ИЮНЬ  
2009

# Современное здравоохранение

Официально

**Всё, что Президент  
России думает  
о российском  
здравоохранении  
и путях его развития,  
он сам рассказал  
в прямом эфире...**

«Современное здравоохранение»  
публикует выдержки  
из этого интервью



**О российском  
здравоохранении  
и кризисе**

«... Если говорить о «здоровье» нашего здравоохранения, то, конечно, я хотел бы сказать, что здесь есть проблемы, проблемы, связанные и с тем, что мы получили в наследство, и с тем, что происходит в целом в экономике. Иными словами, на состоянии нашего здравоохранения сказываются и прежние проблемы, и текущая экономическая ситуация. Но при этом, я хотел бы специально подчеркнуть, (...) ни один из приоритетов, которые мы обозначали, в том числе, когда начинали заниматься национальным проектом «Здоровье», мы не только не отменили, но даже не сократили по объему финансирования (...). Другой вопрос, что, может быть, темпы продвижения по некоторым направлениям нам придется скорректировать. Тем не менее мы будем продвигать высокотехнологичную медицинскую помощь, и лекарственное обеспечение, а также работу по наиболее приоритетным программам здравоохранения, таким как онкология, туберкулез, сердечно-сосудистая патология, то есть будем заниматься всем, чем начали заниматься до того...»

Более подробно об этом  
читайте на стр. 2

Проблемы массового здравоохранения



Говоря о здоровье, мы, в основном, подразумеваем физическое состояние, зачастую обходя вниманием психическое здоровье. И если человек не страдает крайними формами психических расстройств, считаем его вполне здоровым, а некоторые особенности списываем на взрывной характер, фанатичную увлеченность, недостатки воспитания и т. д. Обращение же к психиатрам, как правило, происходит в крайних случаях. Вероятно, это идет от нашего незнания элементарных азов психиатрии, ее возможностей и достижений.

Каковы проблемы современной психиатрии? Этот вопрос мы адресовали заслуженному врачу России, доктору медицинских наук, профессору, президенту лечебно-реабилитационного научного центра «Феникс», заведующему кафедрой психиатрии и наркологии Ростовского государственного медицинского университета Александру Олимпиевичу БУХАНОВСКОМУ.

## Психическое здоровье и счастливое будущее или Блеск и нищета психиатрии

Исторически сложилось так, что подавляющее большинство людей предвзято относятся к психиатрии. Психиатрического диагноза боятся, поскольку в обществе бытует мнение, что психически больные люди неполноценны и опасны, а психиатрия ничего не может сделать, кроме как социально отделить таких людей от общей массы. Но это далеко не так. Специальность «психиатрия» на сегодняшний день одна из самых востребованных. «Иногда я задаю своим студентам-первокурсникам вопрос: – Когда человек впервые сталкивается с психиатрией как таковой? Обычно они отвечают: – После достижения половой зрелости... Перед призывом в армию...»

– Да? А когда человек впервые слышит «идиот», «психопат», «шизофреник»?

– В двух-трехлетнем возрасте уже слышит...

Так вот это и есть первое столкновение с психиатрией...

### Во власти стереотипов

Считается, что «идиотия», «психопатия», «шизофрения» и другие психиатрические термины вошли в общественное сознание как слова нарицательные – попросту оскорбления. Люди стесняются осмотра, скрывают сам факт обращения к психиатру. Такое явление определяется термином стигматизация (стигма – от греч. «клеймо», которым раньше метили преступников). Это и есть одно

из проявлений «нищеты психиатрии» – проблемы, корни которой имеют историческое происхождение. Психиатрии приписывались мистические свойства, а люди, страдающие психическими недугами, считались «помеченными дьяволом», «одержимыми». Первые психиатрические лечебницы напоминали тюрьмы. В силу этого образовался большой разрыв в изучении психических болезней. Следует отметить, что психиатрия имеет философско-теологические корни в отличие от других направлений медицины, которые произрастали непосредственно из научных основ. И нам не раз приходилось доказывать, что психиатрия – такая же наука, как и остальные.

Окончание на стр. 3 >>

### Антитело, блокирующее вирус гепатита С

Группа исследователей из Массачусетской медицинской школы (США) разработала моноклональное антитело, нейтрализующее вирус гепатита С. Это антитело, названное авторами работы MBL-HCV1, активно связывает все известные штаммы вируса гепатита С.

Моноклональное антитело высоко специфично, поэтому побочные эффекты его применения минимальны. Также ученые надеются, что антитело можно будет использовать в комбинации с новыми противовирусными препаратами для пациентов, у которых только что поставлен диагноз. Авторы работы считают, что это остановит прогрессию заболевания и, возможно, даже приведет к полному излечению. Первая фаза клинических испытаний уже запланирована на конец 2009 года.

### Президент подписал проект закона «О Донорстве крови и ее компонентов»

Этот Федеральный закон устанавливает правовые, экономические и социальные основы развития донорства крови и ее компонентов в Российской Федерации, направленные на организацию заготовки, хранения, транспортировки, обеспечения безопасности и клинического использования донорской крови и ее компонентов, а также охрану здоровья доноров крови и ее компонентов, реципиентов и защиту их прав. Закон вступает в силу со дня его официального опубликования, за исключением статьи 18 и части пятой статьи 21 настоящего Федерального закона, которые вступают в силу с 1 января 2011 года.

### Все на борьбу с фальсификатом

Проверяет лекарства в аптеках и отзывает фальшивые партии Росздравнадзор. Представитель Федеральной службы Валентина Косенко уверена, что купить подделку можно в любой аптеке.

Количество фальшивок напрямую связано с ценой на лекарство: чем дороже, тем выгоднее становится обман потребителя. В эти дни в Госдуме готовится законопроект об ужесточении ответственности за такой обман.

Валентина Косенко, начальник управления Росздравнадзора: «В ста процентах случаев те, кто покупают фальсифицированные лекарственные средства, – и в этом уверены многие специалисты, – и аптеки и оптовые фирмы без сомнения знают, что они покупают фальсифицированные лекарственные средства».

Но обнаружить поддельные лекарства – не значит наказать производителей. Даже отозвать из аптек лекарства Федеральная служба не всегда может. Аптека платит штраф и продолжает торговлю. Максимальный штраф в 50 тысяч рублей – это ничтожная сумма, по сравнению с тем, какой вред наносится здоровью населения.



**ФЕНИКС**  
лечебно-реабилитационный  
научный центр

Возрождаем  
к новой жизни  
Медицинский  
центр «Феникс»

- ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ (вне зависимости от тяжести и длительности заболевания) всех нервных и психических расстройств детей, подростков, взрослых и пожилых (шизофрения, депрессия, приступы панического страха, слабоумие, НЦД или ВСД, психосоматические расстройства, хроническая усталость, эпилепсия, дисциркуляторная энцефалопатия, травматическая болезнь мозга; транссексуализм; болезни зависимого поведения (влечение к азартным играм, Интернет, к мобильным телефонам); нарушения пищевого поведения (анорексия/булимия и пр.)
- МЕДИКО-РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ помощь при алкоголизме и наркомании
- ЗАЩИТА ПРАВ пациентов центра

344010, г. Ростов-на-Дону, пр. Ворошиловский, 40/128. Тел. (863) 267-48-15. Тел./факс: (863) 267-38-67  
[www.centerphoenix.ru](http://www.centerphoenix.ru)

Официально



(публикуется в сокращении)

### О центрах высокотехнологичной помощи и нацпроекте

«... Я считаю, что то, что мы смогли, что называется, «раскочегарить», движется неплохо. Это не означает, что беспрепятственно, но неплохо. Допустим, если говорить о высокотехнологичной медицинской помощи, мы принимали решение о создании 15 центров. В настоящий момент часть этих центров не просто уже готова, а реально оказывает медицинские услуги. В этом году мы запускаем центры в Чебоксарах и в Астрахани. Но, по сути, они уже работают, уже (...) оказывают медицинскую помощь. (...) Это центры, которые занимаются сердечно-сосудистыми заболеваниями, травматологией и ортопедическими вопросами. Мы, естественно, продолжим эту тему. И в этом году будет запущено еще некоторое количество центров. (...) То, что мы делали, мы делали на основе (...) модульных технологий (когда центр быстро собирался, «нафаршировывался») (...) современным оборудованием и достаточно быстро мог приступить к работе). При этом если технологии будут меняться – а жизнь не стоит на месте, возникают все новые и новые медицинские методики, – можно будет (...) при наличии соответствующего финансирования часть оборудования изъять и поставить новое. В этом смысле этих модульных медицинских центров. Но даже без них мы сегодня говорим о том, что создаются 82 региональных центра лечения сосудистых заболеваний по всей стране. Вот это, может быть, в особенности важно, потому что мы знаем, смертность от сердечно-сосудистых патологий стоит на первом месте. Кроме того, по стране создается еще 240 специализированных сосудистых отделений. Таким образом, в общей сложности около 300 специализированных сосудистых подразделений будет создано по стране для того, чтобы заниматься сердечно-сосудистыми заболеваниями. Эти приоритеты не меняются...»

### О родовых сертификатах

«...Еще одна тема – из другой области медицины – это так называемые родовые сертификаты. Я могу сказать, что это, может быть, одна из наиболее удачных состав-

ляющих национального проекта «Здоровье». Уже получилось так, что более 90 процентов будущих матерей и состоявшихся матерей получили этот родовый сертификат. К чему это привело? Это привело, во-первых, к увеличению финансирования здравоохранения, конкретных женских консультаций и соответствующих больниц, родильных отделений. Это позволило увеличить заработную плату врачей и сестер, которые этим занимаются. Но самое главное, чего ждали женщины, – это позволило улучшить качество медицинской помощи. И это на самом деле неплохой результат. У нас за последний год произошел прирост общего числа рождений практически на 7 процентов. Несмотря на очень сложную демографическую ситуацию, несмотря на то, что мы все равно находимся не в лучшем состоянии с точки зрения демографического тренда: все-таки 6,7 процента прироста новых рождений – это очень хорошая цифра, и я надеюсь, что мы сможем ее сохранить. Одновременно это сопровождается уменьшением общего количества смертности и, в частности, младенческой, что, на самом деле, тоже для нас очень важный показатель, потому что ситуация с младенческой смертностью в нашей стране была очень и очень непростой. Она и сегодня остается довольно сложной, но уже по некоторым регионам мы выходим на цифры, сопоставимые с европейскими...»

### О региональном здравоохранении

«... У нас все больницы, за исключением медицины, которая финансируется за счет платных источников, – это совершенно обычные больницы со всеми вытекающими отсюда последствиями. И мы прекрасно понимаем, что условия лечения в них далеко не блестящие. Это комплексная проблема, но ее решать необходимо абсолютно конкретным, адресным путем. Что я имею в виду?.. Не так давно я ездил в Рязань. И так получилось, что в ходе поездки ко мне обратился один человек через Интернет с предложением посмотреть, как дела в инфекционном отделении местной больницы. Посмотрели, естественно, прослезился, – все выглядит ужасно... Фотографии обошли и Интернет, и вообще СМИ. Пришлось дать прямое по-

Дмитрий Медведев о проблеме массового «самолечения» среди россиян:

«... У меня такое же к этому отношение, как и у медиков, и я считаю, что это совершенно неприемлемая вещь. Никаких чудес в этом смысле никто не предложит, сколько бы ни писали об этом в различных изданиях. И вообще здесь нужно помнить, что, в конечном счете, по данным, во всяком случае, Всемирной организации здравоохранения, две трети нашего вклада в здоровье – это наш образ жизни: то, как мы живем; то, как мы питаемся, какую воду мы пьем, какой образ жизни мы ведем. И только 10 – 15 процентов – это состояние медицины. Поэтому, как это, может быть, ни банально звучит, но в значительной степени состояние нашего здоровья зависит от нас самих...»

## Власть слышит медиков и знает о проблемах здравоохранения...

16 мая 2009 года в рамках программы «Вести в субботу» состоялась беседа ведущего программы «Разговор с Президентом России» – Сергея Брилёва – с Президентом России Дмитрием Медведевым. Беседу транслировали телеканалы «Россия» и «Вести», а также портал Вести.Ru. Большая часть высказываний Президента России была посвящена теме отечественного здравоохранения. Именно поэтому редакция «Современного здравоохранения» посчитала необходимым в канун профессионального праздника медицинских работников познакомить широкие круги общественности Ростова-на-Дону с мнением власти по ряду наиболее острых вопросов охраны здоровья.

### О лекарственных средствах и ценах на них

«...Мы просто обязаны ее (цену на лекарства – ред.) контролировать, потому что от того, в каком состоянии находится лекарственный рынок, зависят жизнь и здоровье миллионов наших людей, и тех, у кого много денег, и тех, у кого денег, к сожалению, совсем немного. Поэтому эта задача для всего государства.

Что я могу сказать? Мы, в целом, за последнее время приняли все-таки достаточно эффективные, на мой взгляд, шаги для того, чтобы навести здесь порядок, хотя кризис сказался на этой сфере самым сложным образом, потому что у нас только на 30 процентов приблизительно рынок обеспечивается нашими препаратами, 70 процентов препаратов – это импортные препараты. К сожалению...»

Раз это так, то при изменении курса иностранной валюты происходит удорожание соответствующих препаратов... Но цены пересчитывают так, что иногда становится просто больно, как это делается. Речь идет о том, что увеличение происходит не пропорционально, скажем, изменению курса той или иной валюты. Я уже об этом говорил в одном из интервью, и после этого сигнал прошел, наши коллеги в регионах этим занимались. Но не только они, занимались и прокуратура...»

Что необходимо делать? Нужно отслеживать ситуацию на местах, потому что весь наш лекарственный рынок состоит из нескольких сегментов. Первая часть – это то, что связано с дорогостоящей лекарственной помощью по семи заболеваниям, как говорят медики, по семи нозологиям. Вторая часть – это так называемое дополнительное лекарственное обеспечение, которое финансируется за счет различных источников, в том числе федерального бюджета, и за которое отвечают сегодня у нас регионы. Это тоже десятки миллиардов рублей. В общей сложности объем

финансирования лекарственных препаратов в этом году составляет около 80 миллиардов рублей. В этом случае уже задача регионов следить за тем, чтобы эти лекарственные препараты закупались по нормальным ценам, потому что, как мне докладывают, к сожалению, зачастую закупки осуществляются с надбавками или, так сказать, с вот этим дополнительным вознаграждением к отпускной цене в 80, а иногда и 100 процентов...»

Это и «откаты», и просто, на самом деле, увеличение цены существенное против отпускной, причем неприемлемое увеличение, потому что таких «вознаграждений» быть не может. Это те процессы, с которыми должны разбираться антимонопольные органы, прокуратура и другие правоохранительные структуры. Причем по совершенно обычным препаратам, подчеркиваю, это препараты из группы обычных жаропонижающих средств, таких, как аспирин, антивирусные препараты, и вот это неприемлемо. Здесь нужно точно «давать по рукам» самым жестким образом. И, наконец, третья группа препаратов, которая продается на свободном рынке, в аптеках... Это нерегулируемый рынок. Здесь мы должны следить за теми ценами, которые заявляют производители, и такая система сейчас отлаживается, с тем чтобы эти цены не только определенным, правильным образом формировались, но и публиковались, с тем чтобы нам было понятно, откуда появилась такая цена.

Вот это три сегмента нашего лекарственного рынка: дорогостоящие лекарственные препараты, затем препараты, которые получают в рамках так называемого дополнительного лекарственного обеспечения, льготные так называемые препараты (у нас всего льготников больше 5 миллионов) и, наконец, вот этот свободный аптечный рынок. Если мы сможем отрегулировать ситуацию во всех трех составляющих, у нас будет нормальный современный лекарственный рынок...»

### О донорском движении и службе крови

«...Если говорить о банке донорской крови, банке крови в целом, – это действительно уже федеральная задача. Сейчас такой банк создается, восстанавливаются утраченные возможности и даже запускаются специальные предприятия по производству плазмы крови. Одно из них, кстати, в Кирове, и я считаю, что это хороший пример, когда такого рода работа уже приобретает конкретные очертания. Это государственная задача, она будет решена...»

## Проблемы массового здравоохранения

Психическое здоровье любого общества может быть разрушено в течение десяти – двадцати лет, а его восстановление обычно занимает два поколения (до 50 лет!)...

До 80 % больных эпилепсией могут жить без эпилептических припадков, шизофрения в профессиональных руках прекрасно лечится, а слабоумие, которое еще пять лет назад считалось необратимым процессом, также сегодня объективно излечимо.

Если 50 лет назад суточное общение ребенка с матерью составляло 1,5–2 часа, то сегодня оно сократилось до 20–30 минут. Телефонные разговоры, электронная переписка оттеснили на второй план прямой межличностный контакт.

<< Окончание. Начало на стр. 1

Сегодняшние достижения в области психиатрии колоссальны. «Блеск» современной психиатрии – в ее возможностях. До 80 % больных эпилепсией могут жить без эпилептических припадков, шизофрения в профессиональных руках прекрасно лечится, а слабоумие, которое еще 5 лет назад считалось необратимым процессом, также сегодня излечимо. От депрессии в наше время страдает каждый пятый, у четверти больных этот недуг приобретает хронический характер. Сегодня же подавляющее большинство больных могут быть полностью излечены от депрессии. И все это – во власти психиатрии. Стигматизация же приводит к тому, что врачей-психиатров боятся (!), с большей охотой идут к «колдунам», «экстрасенсам», а к нам попадают уже в далеко зашедших случаях.

Надо отметить, что последние 15–20 лет наблюдается значительный рост психических заболеваний. Психические болезни – это лакмусовая бумажка благосостояния общества и в период неблагополучия их доля значительно возрастает. Но самое главное, психическое здоровье общества может быть разрушено за 10–20 лет, а его восстановление займет два поколения. Сохранение физического и психического здоровья является на сегодняшний день важнейшей государственной задачей.

### Берегите психику с детства

Психическое здоровье очень хрупко. Причинами нарушений в психике могут являться самые различные факторы. Один из таких факторов – **эндогенный**, включающий в себя наследственные недуги. Болезни с наследственной предрасположенностью имеют опасный возраст возникновения и довольно часто являются провоцируемыми. Один из серьезных провокаторов сегодня – это стрессовая ситуация.

Следующий фактор – **экзогенный**, к нему относят действие вибрации, токов сверхвысокой частоты, травматическое и химическое воздействие. Химическое в свою очередь – это, помимо алкоголя и наркотических средств, также **неблагоприятная экология**. Дети, рожденные в таких экологических зонах, нередко страдают дефицитом внимания и гиперактивностью. С виду – обычный ребенок, но в младенчестве он плохо спит, беспокоен; в школе – неусидчив, будучи способным, учится плохо; в дальнейшем у него трудно выработать чувство долга, ответственности. Родители, учителя, как правило, все списывают на огрехи воспитания и друг на друга. Таких детей надо не воспитывать, а лечить – это «трудные дети», дающие высокий риск вовлечения в криминальную среду, сегодня их в популяции населения насчитывается от 12 до 20 процентов.

Неблагоприятная динамика сохраняется в развитии болезней, вызванных **психогенными**



От 40 до 60 процентов психических заболеваний связаны с посттравматическими стрессовыми расстройствами, которые в свою очередь приводят к жестокости или безысходности.

# Психическое здоровье и счастливое будущее или Блеск и нищета психиатрии

**социальными факторами.** Такие факторы отражают неблагополучие и противоречия в обществе (макросреда) и ближайшем окружении (семья, группа). Ряд из них ведет к дисгармонии личности, что, в свою очередь, приводит к возникновению психопатии, невроза. Одной из главных причин, вызывающих дисгармонию личности, является **система воспитания.** Именно психиатры впервые описали аномальные системы воспитания, такие как «кумир в семье», «по типу золушки» и т. д.

Также на дисгармонию характера немалое влияние в нашу эпоху оказала революция в сфере средств массовых коммуникаций. Если 50 лет назад суточное общение ребенка с матерью составляло 1,5–2 часа, то сегодня оно сократилось до 20–30 минут. Телефонные разговоры, электронная переписка оттеснили на второй план прямой контакт. А любому человеку до 18–20 лет необходимо не только устное, но и невербальное общение с родителями, формирующее у детей здоровые эмоции и чувства.

### Образ жизни и здоровая психика

Особую тревогу сегодня вызывает структура внешнего образования, отсутствие доступных организаций детско-юношеского досуга. У ребенка существует естественная потребность реализовать себя в каком-либо виде деятельности – так называемая **реакция пубертатного возраста** – **реакция хобби.** В условиях недоступности ее реализации моло-

дежь уходит в неконтролируемое пространство, отсюда начинается распространение спортивных, музыкальных «фанатских» объединений, формирование группировок по разным принципам. Многие из подобных увлечений огулляются, обобщаются молодыми людьми, ведут к агрессивному поведению.

Немалый вклад в проблему дисгармонии личности в нашей стране внесли локальные войны и проявления терроризма. От 40 до 60 процентов психических заболеваний связаны с посттравматическими стрессовыми расстройствами, которые в свою очередь приводят к жестокости или безысходности.

Отдельным пунктом хотелось бы коснуться проблемы, возникшей в начале 90-х годов прошлого столетия и на сегодняшний день приобревшей масштабы государственного значения, – это **нехимическая зависимость.**

Лечебно-реабилитационный центр «Феникс» является одним из ведущих в России в сфере разработки программ по борьбе с нехимической зависимостью, к которой относят **зависимость от азартных игр, Интернет-зависимость, спидоманию (скоростное перемещение), множество форм сексуальной зависимости.** Следует отметить, что любая зависимость отражается на физическом здоровье, а также наносит ущерб экономике, обществу в целом и третьим лицам, всегда страдает семья, ближайшее окружение больного.

Однако, несмотря на сложность, все эти проблемы сегодня вполне разрешимы. И в дальней-

ших выпусках, в разделе «Психиатрия» мы более подробно поговорим о многих упомянутых выше заболеваниях и о том, как от них защититься (диагностическими, лечебными методами); как понять, что состояние выходит за пределы нормы, какие существуют формы профилактики.

Нужно сразу оговориться – в психиатрии самолечение недопустимо, последствия могут быть ужаснейшими, в любом случае необходимо обращаться к специалисту. Не стоит бояться психиатрии, ведь это единственная медицинская специальность, одной из задач которой является защита пациента. Психиатрический диагноз сегодня – это не ущербность. Некоторые специалисты-психиатры вообще считают, что психические болезни... поражают, главным образом, лучшую часть человечества. Люди, принимающие все близко к сердцу, готовые откликнуться на любую беду, в результате получают гораздо больше эмоциональной и стрессовой нагрузки. И конечно, **не может быть и речи о неполноценности психически больных.** История не раз доказывала, что психические расстройства идут рука об руку с наукой и искусством. Самые выдающиеся личности либо сами были больны, либо страдали их близкие.

Сегодня необходимо менять отношение людей к психиатрии, повышать грамотность населения касательно своего психического здоровья. Здоровье нужно сохранять, и психическое не менее важно, чем физическое.

### Уважаемые партнеры!

Приглашаем вас распространять ваши рекламно-информационные материалы (листовки, флайеры) по нашему реестру доставки вместе с журналом «Фармацевтика 2000+» и приложением к нему – газетой «Современное здравоохранение».

Для справок:  
тел. (863) 220-38-27,  
факс (863) 297-26-17,  
e-mail: farma2000@aanet.ru

### ДОНСКАЯ АПТЕКА

Аптечная сеть «Донская Аптека» приглашает вас в аптеки г. Ростова-на-Дону, Таганрога, Азова, Аксая, Каменска-Шахтинского, Шахт и Донецка. Наш ассортимент и качество товара вас приятно удивят. Желаем вам крепкого здоровья и процветания!

### Аптечная сеть «Некмап»

● Аптека №1, ул. М. Горького, 111/52, т. 2-694-694;  
● Аптека №3, пр. М. Нагибина, 35, т. 227-20-54;  
● Аптеч. пункт №11, пр. Космонавтов, 28, т. 276-03-66;  
● Аптеч. пункт №14, ул. Добровольского, 15, т. 2-310-125;  
● Аптеч. пункт №16, ул. Еременко, 58/2, т. 225-00-56.

366

Аптека • Здоровье • Красота

Единая справочная служба (863) 2-800-366



Поликлиника:  
г. Ростов-на-Дону, 1 линия, 6.  
Тел.: 283-09-29.  
Стационар: г. Ростов-на-Дону,  
ул. Пешкова, 34.  
Тел.: 254-94-00.

## ПАКС+



**ПАКС** является **АНТИСТРЕССОВЫМ, ОБЩЕУКРЕПЛЯЮЩИМ, СЕДАТИВНЫМ, СПАЗМОЛИТИЧЕСКИМ И ПРОТИВОСУДОРОЖНЫМ КОМПЛЕКСОМ, НОРМАЛИЗУЕТ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ.**

**ПАКС** **УКРЕПЛЯЕТ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ И ПОМОГАЕТ СПРАВЛЯТЬСЯ С ПОСЛЕДСТВИЯМИ СТРЕССА.**

- нормализует сон, помогает избавиться от бессонницы;
- очищает дыхательные пути, применяется при бронхиальной астме;
- вызывает чувство спокойствия без снижения работоспособности и притупления реакции, способствует концентрации мысли и внимания;
- рекомендуется студентам в период экзаменов, водителям и людям, нуждающимся в повышении концентрации мысли.



www.vip-europe.com

Телефоны: 8-918-513-00-23,  
8-928-12-757-57, 8-988-571-71-31,  
8-904-44-91-608, 8-928-173-48-53

СТОМАТОЛОГИЯ  
СО ЗНАКОМ КАЧЕСТВА

Открывая в этом выпуске «Современного здравоохранения» новую рубрику – «Стоматология со знаком качества», – мы преследуем цель донести до вас, уважаемые читатели, то новое, что появляется в сфере терапевтических методик, лекарственных препаратов и технологических возможностей этой отрасли медицины, а также дать возможность высказать свое мнение по отдельным вопросам специалистам этой отрасли здравоохранения. Мы будем стараться подробно рассказывать о новых возможностях клиник нашего города и области.



**Наша справка:** А. М. Стародубцев в 1993 году окончил Кубанский медицинский институт. В 2004 году основал клинику «Дента-Сфера». Сотрудники клиники имеют десятки сертификатов о специализации в различных областях стоматологии. Клиника Стародубцева регулярно повышает уровень и классность своих специалистов, и на сегодняшний день зарекомендовала себя как одна из наиболее оптимальных с точки зрения стоимости и качества оказываемых услуг.

Ростовские стоматологи –  
не хуже европейских

Интервью с директором клиники «Дента-Сфера» А. Стародубцевым

« Андрей Михайлович, первый вопрос, разумеется, связан с существующей экономической ситуацией. Как повлияли кризисные явления и общее снижение покупательной способности населения на вашу практику?

– Серьезных потрясений мы не ощутили, люди продолжают заботиться о своем здоровье, а мы идем им навстречу, учитываем их финансовые возможности и интересы. Так и должно быть, ведь здоровье – главный капитал. Кстати, я обратил внимание, что люди со средним достатком гораздо внимательнее относятся к состоянию своих зубов, чем их более состоятельные сограждане.

« Сегодня, вероятно, не самое удачное время для технического перевооружения. Но прогресс гонит вперед... Каково ваше мнение на этот счет?

– Наша техника модернизируется в зависимости от выработки своего ресурса. У нас две турецкие и одна бразильская стоматологические установки. Их плановый ресурс работы – 5-7 лет. Сегодня мы уже планируем их замену в ближайшее время.

« При замене будете учитывать ценовой фактор?

– Конечно, но не в ущерб качеству. Европейские аналоги – чрезвычайно дороги, но дешевые китайские образцы критики, по отзывам наших коллег, не выдерживают. Так что поставщиков менять не будем.

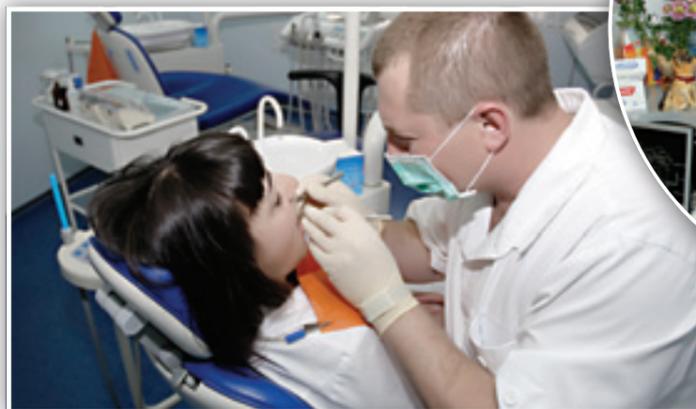
Вообще, в последнее время мы провели существенное дооборудование клиники: приобрели эндодонтический наконечник, ультразвуковой сканер, радиовизиограф. Кроме того, у нас существенно расширился спектр услуг: теперь мы осуществляем протезирование на имплантатах, а также протезирование безметалловой керамикой и керамикой на оксиде циркония.

« Можно несколько «коммерческий» вопрос? Пломбировочные материалы каких марок вы используете?

– Мы стараемся работать с проверенными и зарекомендовавшими себя брендами стоматологических материалов. В своей повседневной работе мы используем, в основном, японские стоматологические композитные материалы светового отверждения – *Gradia* и *Estelite* (производитель – *Tokuyama Dental*), а также швейцарские (марка *Saremko*). Цветовая гамма наиболее близко подходит к цветовой гамме зубной эмали наших клиентов (хотя, надо признать, японские материалы имеют несколько своеобразный оттенок по сравнению с европейскими).

« Каков рецепт успешной стоматологической практики, по вашему мнению?

– Люди в нашей отрасли, как правило, «идут на врача». Заметьте, не на низкие цены (как думают многие маркетологи, придерживающиеся принципа «громкой



рекламы». Поэтому главное в нашем деле – сохранить постоянного клиента, сохранить его качеством своей работы, отношением к нему. Мы стремимся к тому, чтобы наш пациент был полностью доволен. Это очень сложно. Здесь важен человеческий фактор. Стоматологу, зубному врачу безусловно нужны и соответствующее образование и квалификация, но не только это...

« А что еще?

– Своего рода талант, «золотые руки»...

« У вас такие люди под началом есть?

– Разумеется. Плохие специалисты нигде не задерживаются, тем более у нас – к ним не идут люди, они попросту остаются без зарплаты, ведь стоматолог в частной клинике получает определенный процент от стоимости оказываемых услуг. А сдельная оплата под-

разумевает заинтересованность в большом контингенте тех, кто хочет лечиться именно у тебя.

Сегодня в нашей клинике работает сплоченный коллектив единомышленников. Но особенно хотелось бы отметить Артема Николаевича Чепурко, который работает у нас зубным врачом. Я уверен – он даст фору в отношении своих умений, навыков и профессионализма многим дипломированным стоматологам. Рецепт успешного стоматолога прост – выполняй свою работу быстро и качественно.

« А как вы оцениваете вообще уровень нашей стоматологии по сравнению, скажем, с европейской?

– Российская стоматология на очень неплохом счету. Российские стоматологи – не хуже европейских. Более того, уровень оказываемых у нас услуг, технологическая база зачастую выше чем у многих. Даже в Австрии практическая стоматология уступает нашей. Возможно, из-за более интенсивного финансирования этой отрасли в последние несколько лет.

« А что касается кадров стоматологической отрасли в нашем городе, в области в целом? Хватает ли квалифицированных специалистов, по вашему мнению?

– Сегодня в наших клиниках отмечается интенсивная сменяемость кадров. Действительно, трудно найти хорошего специалиста. Проблема, мне кажется, кроется в отсутствии единой системы послевузовского образования, системы переподготовки кадров и повышения квалификации именно в среде стоматологов.

Семинары, в основном, организуются хаотично, на базе фармпред-

ставительств или частных клиник, которые приглашают на «мастер-классы» зарубежных и известных отечественных специалистов.

« С какими заболеваниями наших земляков вам чаще всего приходится сталкиваться в своей практике. Есть ли какие-то, на ваш взгляд, регионально обусловленные особенности?

– Наиболее часто встречаются запущенные случаи заболеваний – осложненные формы кариеса, периодонтит, пульпит, парадонтит (*парадонтит – это серьезное заболевание, при котором инфекция поражает мягкие ткани и кость, которые поддерживают зуб, что приводит в конечном итоге к его выпадению; пульпит – воспаление сосудисто-нервного пучка («пульпы»), наиболее часто пульпит также является осложнением кариеса – ред.*). Это, мне кажется, не говорит о каких-либо региональных обусловленностях.

« Вы говорите о запущенности заболеваний. Как я понимаю, если болезнь запущать, то лечение ее становится более длительным и дорогим?

– Совершенно верно...

« Странно. Но, почему не все наши земляки это понимают? Ведь лучше раз в полгода пройти осмотр, чем раз два года лечить тяжелое заболевание «за дорого»...

– Именно так. Видите ли, отношение к своим зубам зависит от уровня общей «культуры здоровья» в обществе.

« И какова «стоматологическая культура» у ростовской общественности?

– Вы удивитесь, но она значительно выросла за последние годы. Думаю, это следствие активной стоматологической рекламы, эффективных обезболивающих технологий и выросшего уровня жизни.

Беседовал Дмитрий Нефёдов

## региональные новости

## Кто «лучший»?

В мае в здании Ростовского Дворца здоровья состоялась второй (заключительный) тур областного конкурса фельдшеров и медицинских сестер.

Профессиональный конкурс средних медработников уже девятый год проводится в нашей области. Конкурс приурочен ко Всемирному дню медицинской сестры (12 мая).

В конкурсе, организованном министерством здравоохранения Ростовской области, принимают участие лучшие медработники из городов и районов Дона. В 2009 году конкурс проводился под девизом «Профессионализм и милосердие».

Первый тур состоялся 7 апреля. Каждый участник ответил на 200 вопросов по своей специальности. В финал вышли девять участниц.

В соревновании за звание лучшего по профессии они продемонстрировали

свои знания в решении ситуационных задач, показали практические навыки в оказании неотложной доврачебной медицинской помощи.

В нынешнем году впервые выделены номинации «Лучший фельдшер» и «Лучшая медицинская сестра» для молодых специалистов, а также «Лучший по профессии» для медсестер, проработавших в здравоохранении более 5 лет. Как считают организаторы конкурса и сами участницы, это позволит более объективно оценить навыки, опыт и умение специалистов. Победителей будет трое, по количеству профессиональных номинаций.



Редакция выражает благодарность пресс-службе минздрава Ростовской области за помощь в подготовке этого материала

КЛИНИКА СОВРЕМЕННОЙ СТОМАТОЛОГИИ  
«ДЕНТА-СФЕРА»

- эстетическая реставрация всех групп зубов фотокомпозитами;
- адгезивные мостовидные протезы (без обтачивания зубов);
- протезирование металлокерамикой, безметалловой керамикой;
- съемное протезирование: (пластиночные протезы, бюгельные протезы);
- протезирование на имплантатах;
- профессиональная гигиена полости рта;
- современная парадонтология (с применением гомеопатич. препаратов).

НАШ АДРЕС: г. Ростов-на-Дону, ул. 339-й Стрелковой дивизии, 27.  
Тел. (863) 2-970-110, с понедельника по пятницу – с 8.00 до 20.00,  
в субботу – с 9.00 до 16.00.

Продолжение  
темы –  
в следующем  
выпуске



Скорость удаления ткани зуба зависит от содержания в ней воды. Эмаль содержит 4 % воды, в то время как дентин – 10 %. Кариозный дентин содержит воды еще больше. Это и влияет на эффект применения лазера.

Приложение к № 2 издания «Фармацевтика 2000+»  
Июнь 2009 г.

5

ФАРМАЦЕВТИКА

## СТОМАТОЛОГИЯ СО ЗНАКОМ КАЧЕСТВА

## Лазер-дантист: техника настоящего

Стоматология – одна из немногих областей медицины, которая в последние годы огромными темпами развивается в мире и в России, особенно в России. Ростовские стоматологи тоже не отстали от прогресса, взяв на вооружение лазерные установки. Небольшой очерк о сфере применения и возможностях лазеров в современной стоматологии мы предлагаем вашему вниманию.

Было время, когда к лазеру в стоматологии относились, как к чему-то экзотическому. Отчасти была виновата высокая стоимость таких установок, отчасти – отсутствие внятной информации о возможностях современных дентальных (подчеркнем – именно дентальных) лазеров, ну и, разумеется, имелось определенное недоверие – стоматологов, как правило, весьма консервативны. Между тем, в России

представлены практически все ведущие стоматологические лазерные системы, о которых, тем не менее, знают далеко не все.

### Немного о «железе»

Факторы цены и спектр применения толкали разработчиков к созданию систем, способных решать более сложные задачи, чем воздействие на мягкие ткани. Прорывом стали так называемые эрбиевые лазеры. Для действи-

тельно широкого внедрения лазеров в стоматологическую практику требовалось создать аппараты, способные полноценно работать с твердыми тканями. И такие системы появились: примерно в 1998-1999 годах началось серийное производство эрбиевых лазеров. На данный момент достаточно широкое распространение (и определенную известность) получили системы производства фирм Biolase (США), Fotona (Словакия) и OpusDent (Германия). Две из этих систем используют длину волны 2940 нм, одна – 2780

нм. При этом, естественно, каждая из компаний приводит свои достаточно убедительные доводы в защиту использования именно этой длины волны. Однако любопытно, что все три производителя пошли по одному пути: учитывая законы рынка, они попытались создать универсальные системы, которые могут работать как с мягкими, так и с твердыми тканями. Этот шаг тем более значим, что практически у всех упомянутых производителей имеются и специализированные «версии» этих продуктов. Таким образом, эти компании, предлагая «экономичные» решения, делают еще один шаг к более масштабному внедрению лазеров в ежедневную стоматологическую практику.

### Что такое дентальный лазер?

Современный дентальный лазер – это устройство, являющееся источником когерентного (с фиксированной длиной волны) светового излучения. Испускаемый этим устройством луч стерилизует поверхность, с которой он соприкасается, коагулирует ткани, минимизируя риск инфекции и уменьшая кровотечение. При этом значительно снижается дискомфорт для пациента и в большинстве случаев исчезает потребность в анестезии.

Эффективность лазера основана на правильном подборе длины волны, которая соответствует пику поглощения энергии обрабатываемыми тканями. Поскольку у разных типов тканей такой пик приходится на разные значения длин волн, а вариантов «поведения» излучения не так уж и много (передача, отражение, поглощение), то правильный подбор длины волны для соответствующего типа ткани очень важен. Одной из причин неудач в применении первых лазерных систем были не всегда правильно подобранные значения длин волн лазерного излучения.

Практически все современные лазеры используют импульсный метод работы, когда энергия излучается не постоянно, а короткими мощными импульсами. Соответственно, очень важными параметрами являются мощность лазера, длительность импульса и хорошая техническая реализация процесса переноса энергии от лазера к обрабатываемым тканям (решаемая с помощью световодов и, как правило, сапфировых наконечников). Именно нерешенность технологических вопросов (све-

товоды и наконечники в первых лазерных системах регулярно выходили из строя, что при их высокой стоимости неприемлемо) и создало на первых порах лазерам репутацию очень дорогих и ненадежных устройств. Естественно, в современных лазерах эта проблема решена. Современные лазеры позволяют выполнять большое количество работ на мягких и твердых тканях, а также используются для отбеливания.

### Зачем вообще нужны лазеры?

Если отвлечься от теоретических аспектов использования лазеров и задаться вопросом, зачем все-таки использовать лазерные системы в стоматологии, то необходимо оценить ожидания двух «антагонистических» групп: стоматологов и их пациентов. Пациенты крайне заинтересованы в безопасных технологиях, которые минимизируют болевые ощущения и кровотечения, уменьшают время лечения, и, что немаловажно для детей, «убирают» из стоматологического кабинета звук работающей бормашины.

Преимущества лазеров, с точки зрения стоматолога, также очевидны. Это:

- безболезненное проведение процедур;
- минимизация вероятности инфицирования;
- возможность проведения микрохирургических вмешательств;
- бескровность при проведении манипуляций;
- снижение времени лечения;
- иногда это единственная возможность провести лечение пациента-ребенка.

Похоже, что ожидания пациентов и стоматологов от применения лазеров во многом совпадают. Такая общность у людей, находящихся «по разные стороны баррикад», возникает нечасто.

Кроме того, иметь стоматологический лазер в клинике просто-напросто престижно, по крайней мере, на данный момент. А насколько важны вопросы престижа в практике привлечения пациентов, знает любой стоматолог. Таким образом, использование лазера в клинике можно использовать как удачный маркетинговый ход.

Очевидно, что вышеперечисленные преимущества являются еще несколькими хорошими доводами к использованию дентальных лазеров в стоматологической практике?

СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ООО «ЭЛИТ»

Стоматологический центр ООО «Элит» осуществляет весь спектр стоматологических услуг. В нашем центре мы проводим диагностику и лечение зубов и полости рта с применением современных лечебных и диагностических методик, новейших материалов и оборудования.

Наш адрес: Ворошиловский 50\87 тел. 2-994-995

14 июня – Всемирный день донора крови

## Быть донором – престижно

Б едственное состояние российского банка крови – насущная проблема отечественного здравоохранения. Об этом регулярно говорит даже Президент России (см. стр. 2 этого выпуска «СЗ»).

В 2008-2012 годах Министерством здравоохранения и социального развития Российской Фе-

Общее число доноров крови в России за последние 15 лет уменьшилось вдвое – с 5,6 до 2,4 миллиона человек. Сегодня на каждую тысячу россиян приходятся лишь 14 доноров.

дерации и Федеральным медико-биологическим агентством будет реализована масштабная программа развития Службы крови. В программе задействовано 83 субъекта Российской Федерации, в том числе 96 региональных и 11 федеральных учреждений Службы крови. На реализацию Программы только из федерального бюджета выделяется более 16 миллиардов рублей. Масштабность программы – не случайна.

Сегодня России не хватает донорской крови. А ведь ежегодно переливание крови нужно не менее чем 1,5 миллиона россиянам. Некоторым людям компоненты и препараты, помогающие свертыванию крови, нужны в течение всей жизни.

Стоит напомнить, что регулярная сдача крови, кроме всего про-

чего, способствует улучшению самочувствия самого донора. Это объясняется просто на физиологическом уровне. При сдаче крови активизируется работа кроветворных органов, это стимулирует работу всего организма. Укрепляется иммунитет, повышается уровень гемоглобина, органы и ткани обогащаются кислородом, интенсивнее выводятся из организма вредные вещества.

Основная цель Программы – обеспечение лечебных учреждений необходимым объемом безопасных и эффективных компонентов и препаратов крови отечественного производства.

Как складывается ситуация с реализацией Программы в Ростовской области мы сообщим в ближайших «Современного здравоохранения».



### Пятый год донорского движения в мире

В мае 2005 года в ходе Всемирной ассамблеи здравоохранения, министры здравоохранения мира единодушно приняли заявление о приверженности и поддержке добровольного донорства крови. Тогда и было решено ежегодно отмечать Всемирный день донора крови 14 июня.

В этом году Всемирный день донора крови вновь прошел во всем мире и координировался Всемирной организацией здравоохранения, Международной федерацией обществ Красного Креста и Красного Полумесяца, Международным обществом по переливанию крови и Международной федерацией организаций доноров крови.

ОПТИКА  
И ОФТАЛЬМОЛОГИЯ

Для повседневной жизни желательно иметь не очень темные солнцезащитные очки, со степенью светопропускания до 50 процентов, поскольку чрезмерно затемненные линзы утомляют глаза.

Проверить защитную способность очков от УФ-излучения можно только специальным прибором, поэтому если вы хотите убедиться в защитных свойствах своих очков, обратитесь в салон оптики, где есть такой прибор (спектрофотометр, калориметр или просто тестер).

Риск ожога роговицы жестким УФ-излучением существует на высокогорье, в Арктике и Антарктике, в районе озоновых «дыр», при электросварке и от бактерицидных ламп. К счастью, обычно такие ожоги легко заживают.

Продолжение темы –  
в следующем выпуске

Продолжая начатую в прошлом выпуске тему – тему качественной защиты глаз от солнца в весенне-летнее время, сегодня мы решили более подробно остановиться на описании различных типов солнцезащитных очков. Но вначале – «лирическое» отступление о физике взаимодействия солнца и зрения...

## Когда ультрафиолет не страшен...

Итак, чтобы защитить свои глаза от нестерпимо яркого солнечного света, необходимо надевать солнцезащитные очки с УФ-фильтром. Воздействие вредного УФ-В излучения значительно выше в городской среде, на пляже, а в горах интенсивность излучения наиболее сильна и опасна. Без очков просто не обойтись!

Не следует забывать, что УФ-лучи отражаются от различных поверхностей: тротуара, травы, песка, воды, снега и т. д. Поэтому необходимы плотно прилегающие солнцезащитные очки, чтобы УФ-лучи не «просачивались» по краям очков.

Сегодня уже известно, как действуют спектральные светофильтры очков на разрешающую способность глаза. Как и естественные внутриглазные фильтры – хрусталик и желтое пятно – цветные фильтры улучшают качество изображения на сетчатке (в данном случае желтые фильтры). Происходит это за счет уменьшения доли синего света, из-за которого возникает эффект смазывания контуров и контрастности изображения. Поэтому желтые стекла очков применяются в очках с целью повышения остроты зрения при пасмурной погоде и в условиях плохой видимости, также такие стекла используют для улучшения зрения у пациентов с начальной катарактой, и они дают значительный положительный эффект. Для больных глаукомой в солнечные дни показаны специальные солнцезащитные линзы, а также очки зеленого цвета.

Для тех, кто привык не снимать темные очки в течение всего дня

предпочтителен вариант очков, так называемые «хамелеоны» – очковые линзы, цвет которых изменяется в зависимости от освещенности: при ярком свете стекла очков темнеют, а при плохой освещенности светлеют.

## Виды спектральных очков

КОМПЬЮТЕРНЫЕ ОЧКИ рекомендуются людям любого возраста при длительной работе за компьютером. Очки предназначены для защиты глаз от вредных излучений монитора в ультрафиолетовой и фиолетово-синей частях спектра, воздействие которых усиливается при использовании освещения люминесцентных ламп. Эти очки повышают четкость и улучшают контрастность изображения, оптимально снижают яркость экрана, снижают слезоточивость и резь в глазах.

ВОДИТЕЛЬСКИЕ ОЧКИ созданы специально для вождения транспортного средства в условиях плохой видимости: сумерки, туман, дождь, снег и т. п. Эти очки значительно снижают ослепление от света встречных фар. Также очки защищают глаза от переутомления во время езды. Длительность ношения очков контролируется водителем индивидуально и зависит от состояния комфорта.

ПЕРФОРАЦИОННЫЕ ОЧКИ-ТРЕНАЖЕРЫ эффективны для людей любого возраста, чья работа или учеба связана с интенсивными зрительными нагрузками. Очки рекомендованы к широкому применению при зрительном перенапряжении (усталости), ложной и истинной близорукости, дально-

## Как природа защищает нас от УФ-лучей

Ультрафиолетовое излучение (или просто УФ-излучение) – фактор постоянно действующий на всё живое и уже на протяжении миллионов лет. В результате эволюции мудрая природа «придумала» способы естественной защиты одного из самых уязвимых органов – глаза – от обжигающего солнца. Во-первых, количество света, поступающего в глаза, механически регулируется веками (когда мы находимся на солнце, мы инстинктивно прищуриваемся, а на улице, даже в пасмурный день, наши веки практически постоянно находятся под ультрафиолетовым «картобстрелом»). Свообразным «шлагбаумом» служит также радужная оболочка. Радужка задумана природой не только для того, чтобы разнообразить род человеческий по цвету глаз, но и для управления величиной светового потока, попадающего внутрь глаза. Как известно, на свету зрачки сужаются, ослабляя поток яркого света. Зрачок реагирует на количество красной составляющей света.

Другой бастион на пути ультрафиолетовых лучей – это роговица. Роговица – прозрачная часть оболочки глаза перед зрачком, полностью задерживает особо опасный жесткий ультрафиолетовый свет (УФ-В), не пропускающая его внутрь глаза.

Особенно важна роль хрусталика – этой эластичной прозрачной белковой линзы, отвечающей за фокусировку изображения на сетчатке. Она (эта линза) несет основную нагрузку по защите сетчатки от ультрафиолета А. Под воздействием УФ-А в хрусталике происходят химические реакции с образованием пигментов, которые накапливаются, в результате чего хрусталик со временем теряет эластичность, приобретает желтую окраску и постепенно мутнеет. Такое помутнение хрусталика называют катарактой. Чем больше за жизнь хрусталик получает УФ-А, тем раньше он мутнеет. И чем более интенсивным становится помутнение, тем более усиливается фильтрующая способность хрусталика.

зоркости, астигматизма (аккомодационной и мышечной), пресбиопии (старческом зрении), светобоязни.

## Критерии выбора солнцезащитных очков

## ● по степени защиты:

**Категория Cosmetic** (косметические) – это украшение и модный аксессуар. Поглощающая способность у них невысока, и рассчитывать на защиту от солнечных лучей «по полной программе» в таких очках не приходится.

**Категория General** – это хорошие летние солнцезащитные очки, наделенные необходимой защитой в условиях средней полосы. Они успешно справляются с не слишком интенсивным солнечным городским светом и тротуаров.

Продукция с пометкой **High UV-protection** имеет повышенную степень защиты. Такие солнцезащитные очки, предназначенные для путешествий в экваториально-тропические страны и отдыха на пляже, незаменимы в горах или в Заполярье. Обычно такие солнцезащитные очки имеют максимально темные линзы с повышенной защитой от ультрафиолета и синей области видимого спектра. Их рекомендуют для повседневной носки при заболеваниях сетчатки глаза.

Надев солнцезащитные очки, вы должны испытывать ощущение комфорта. Считается, что в среднем для нормального видения нашему глазу вполне достаточно в 20–30 раз меньше света, чем в солнечную погоду. Но у каждого человека потребность в освещении индивидуальна. Одни комфортно чувствуют себя в темно-зеленых очках с максимальной степенью затемнения до 85 %, другим в таких очках неуютно, они предпочитают слабое затемнение и светлый тон стекол с серо-голубой или коричневой окраской.

● по степени пропускания УФ: В соответствии с Законом РФ «О защите прав потребителей» солнцезащитные очки должны

быть снабжены этикеткой на русском языке (в крайнем случае, на английском), на которой размещается вся необходимая информация. Ультрафиолетовое излучение обозначается аббревиатурой UV. На ярлыке хороших солнцезащитных очков должен быть указан процент блокирования как UVB-, так и UVA-лучей. Например, вы можете обнаружить такую надпись: «Blocks at least 95 % UVB and 60 % UVA». Это означает: «не пропускают 95 % УФ-В и 60 % УФ-А». Иногда на этикетках указывается ограниченная длина волн, которые не пропускают линзы.

Очки **blue-blocker**, кроме УФ-лучей, еще избирательно задерживают синюю часть спектра. Если написано, что солнцезащитные очки не пропускают все волны длиной до 400 нанометров (нм), это означает, что такие очки полностью защищают глаза от ультрафиолетового излучения. Проверить эффективность таких солнцезащитных очков достаточно просто: если их носить несколько дней подряд, вокруг глаз останется незагорелая «маска». Если же указано, что они не пропускают волны до 359 нм, это значит, что солнцезащитные очки пропускают какую-то часть ближнего ультрафиолета, и защита ваших глаз будет неполной.

## ● по виду материала:

Какие солнцезащитные очки – стеклянные или пластиковые – лучше выбрать? Главное достоинство стеклянных солнцезащитных очков – в том, что они не пропускают ультрафиолетовые лучи, даже если не затемнены. Но они достаточно тяжелы, и, в случае повреждения, опасны для глаз. Благодаря развитию технологии производства пластиковых линз сегодня ситуация изменилась. Пластик вытесняет стекло, поскольку он вдвое легче и не бьется. Кроме того, в полимерную композицию вводятся светопоглощающие добавки – абсорберы ультрафиолета и органические красители.

Подготовил Павел Багров, по материалам прессы и Интернет-изданий

## Аптечная сеть «СУПЕРФАРМА»

АПТЕКА + ОПТИКА

Новая коллекция 2009  
солнцезащитных очковБОЛЬШОЙ ВЫБОР  
КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ  
ВЕДУЩИХ МИРОВЫХ  
ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙСОЛНЦЕЗАЩИТНЫЕ  
КОРРЕГИРУЮЩИЕ ОЧКИИндивидуальный подход  
к вашему зрению

Линзы дневного ношения;

Линзы длительного срока службы (6-12 мес.);

Линзы с UV-фильтром для дополнительной защиты глаз;

Линзы цветные ежемесячной замены;

МКП О2 ОРТИХ (силикон-гидрогелевые линзы II поколения непрерывного ношения до 7 дней);

Средства по уходу;

● БУЛЬВАР КОМАРОВА, 28, тел. (863) 235-87-22

● ПР. КОММУНИСТИЧЕСКИЙ, 32, тел. (863) 224-86-87

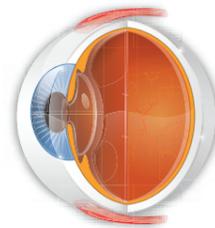
Консультации  
врача-офтальмолога  
ежедневно с 9.00 до 19.00

## ОПТИКА И ОФТАЛЬМОЛОГИЯ

### Как устроено зрение?

Острота зрения зависит от двух составляющих:

- 1) качества оптической системы глаза;
- 2) величины колбочек в центре глазного дна.



Чем меньше диаметр колбочки, тем больше разрешающая способность глаза. Если изображения двух точек будут попадать на одну колбочку глазного дна, мы будем воспринимать их как одну точку (потому, что реагирует одна колбочка).

Если расстояние между точками увеличится настолько, что их изображения попадут на две соседние колбочки, мы увидим линию, то есть будем воспринимать их слитно. Чтобы точки воспринимались раздельно, их изображения должны попадать на две несоседние колбочки, то есть между двумя реагирующими колбочками должна быть хотя бы одна интактная (спящая). Ее диаметр и будет определять остроту зрения. За норму, соответствующую остроте зрения 1,0 принят угловой размер колбочки 1 минута (из школьного курса об угловых единицах: 1 градус = 60 минут). Но сейчас все чаще встречается острота зрения 1,5 и даже 2,0. Это говорит о том, что диаметр колбочек у людей уменьшился по сравнению с тем, какой был, скажем, 30 лет назад. Вот и получается, что, например, при астигматизме в 1,0 Д у одного человека будет острота зрения 0,4, а у другого – 1,0. Значит, у одного диаметр колбочек больше, а у другого – меньше.

➤ **МАССАЖ ДЛЯ ГЛАЗ.** Массаж полезен для различных групп мышц нашего организма, в том числе и для органов зрения. Массаж органов зрения способен не только снять напряжение с глаз в конце рабочего дня или при хронической усталости. Ежедневные упражнения могут существенно замедлить ухудшение зрения.

Вот несколько массажных упражнений, которые выполняются сидя. Прежде всего, следует крепко зажмурить глаза в течение 3-5 секунд, затем открыть глаза на 3-5 секунд. Повторить 7-8 раз. Затем закройте глаза и помассируйте их круговыми движениями пальцев 1-2 мин. Далее пальцами слегка надавите на верхние веки, затем через 1-2 секунды уберите пальцы с век. Такой массаж не только прост, но и чрезвычайно эффективен.

# Контактные линзы или очки?

➤ Как определить, что более полезно для здоровья ваших глаз – контактные линзы или очки? Этот вопрос вставал перед каждым, у кого есть те или иные проблемы со зрением. Попробуем разобраться со всеми «за» и «против» вместе...

### Так всё же, что лучше?

Конечно, в отличие от контактных линз, очки не имеют непосредственного контакта с глазами (и потому кажутся наиболее безобидными в плане вреда для здоровья). Однако не забывайте: очки уменьшают угол обзора и идут далеко не каждому. Кроме того, людям, ведущим активный образ жизни, а тем более тем, кто занимается спортом, очки... попросту мешают. В этом случае травмоопасным может стать любое падение, ведь разбитые стекла могут поранить область лица вокруг глаз или даже сам глаз! Если вы любитель спортивных игр, плавания, бега, то вам удобней заменить очки контактными линзами. Не надо будет каждый раз поправлять очки во время активных движений или снимать их, чтобы не разбить, при этом, рискуя упасть, получить ушибы из-за плохой ориентации в пространстве. Занимаясь спортом в линзах, вы безусловно ощутите, насколько уверенней стали ваши движения!

Современные линзы столь совершенны, что подходят практически каждому человеку, за исключением тех, у кого имеются болезни глаз, склонность к конъюнктивитам, индивидуальная непереносимость линз. А людям с астигматизмом и другими нарушениями зрения офтальмологи настоятельно рекомендуют **лечебно-коррекционные линзы**.

Если человек аккуратен, если он руководствуется правилами гигиены контактных линз (а это целая система правил!), то ношение линз не вызовет никаких проблем. Но, неосторожно обращаясь с линзами, надевая их нечистыми руками, вы рискуете проснуться однажды утром с покрасневшими от раздражения глазами или, что совсем плохо, обнаружить у себя конъюнктивит. Общеизвестно – всё вокруг нас требует ухода и соблюдения чистоты. Офисная мебель покрылась бы толстым слоем пыли, если бы мы не протирали ее ежедневно, а сквозь нечистые стекла очков мир казался бы весьма непривлекательным. Именно поэтому с линз необходимо раз в неделю удалять белковые отложения с помощью **энзимов (растворимые таблетки)**.

Разумеется, гораздо проще пользоваться одноразовыми линзами, которые становятся сегодня все более и более популярными.

Эти мягкие линзы в стерильных одноразовых контейнерах носят один день или одну неделю, затем утилизируются, и им на смену приходит новый комплект. Ежедневные одноразовые линзы современного поколения – это, прежде всего, линзы с высокой и очень высокой пропускной способностью кислорода. И, кстати, если вы приняли решение в пользу линз, то лучше выбрать такие, которые способны поглощать ультрафиолетовые лучи. Это даст дополнительную защиту вашим глазам.

### Контактные линзы и возраст

Если у вас возникает вопрос, можете ли вы носить контактные линзы соответственно вашему возрасту, то специалисты успокаивают – конечно, да. При ношении контактных линз НЕ СУЩЕСТВУЕТ возрастных ограничений. Они подходят и детям, и взрослым.

В среднем, подростки могут начать носить линзы уже с 12-13 лет. Это тот возраст, когда дети отчётливо понимают, чего они хотят и могут ответственно относиться к себе и предметам личной гигиены. Это идеальный вариант коррекции зрения в подростковом возрасте, ведь именно в это время жизнь необыкновенно активна, а контактные линзы отлично подходят для занятий самыми разными активными видами спорта. А сколько проблем дети могут избежать, если их не будут звать «очкариками»!

Единственными ограничениями с точки зрения верхней возрастной черты могут быть **противопоказания к ношению, индивидуальные и не связанные с возрастом**.

### Что купить?

Сейчас на рынке контактных линз можно выделить три принципиальных группы материалов: **термопластики, синтетические эластомеры, гидрогели**.

#### ТЕРМОПЛАСТИКИ

К термопластикам относятся полимеры, изменяющие форму под воздействием высоких температур и давления, но обладающие стабильной упругостью (жесткостью) и гибкостью при комнатной температуре. Контактные линзы из этих полимеров справедливо получили название **жестких контактных**

**линз.** Материалы жестких линз прочны, легки в обработке и дезинфекции, но непроницаемы для кислорода. Заменяв первоначальное стекло в качестве основного материала, этот тип полимера в настоящее время... **полностью вышел из производства.** И именно из-за своей воздухопроницаемости. Более того, благодаря этому недостатку существует ошибочное мнение среди людей, которые считают себя приверженцами очков и не переходят к использованию контактных линз, что линзы вообще вредны для глаз.

#### ЭЛАСТОМЕРЫ

Почти одновременно с термопластиками появились **синтетические эластомеры.** Линзы из этих материалов называют **полумягкими контактными линзами** или **гибкими жесткими контактными линзами.**

#### Преимущества таких линз:

- возможность корригировать роговичный астигматизм в несколько диоптрий и, благодаря газопроницаемости, поддерживать обменные процессы происходящие в роговице и снимать симптомы гипоксии роговицы;
- эти линзы подбирают большого диаметра, что обеспечивает большое поле зрения;
- срок их службы измеряется месяцами;
- их легко одевать и снимать;
- за ними просто ухаживать;
- они обладают большей теплопроводностью.

#### К недостаткам можно отнести:

- большую хрупкость и большую подверженность к повреждениям и отложениям белка;
- они подвержены смещению относительно центра зрачка;
- под них могут попадать соринки и вызывать раздражение глаз;

■ всем пользующимся полумягкими или гибкими жесткими воздухопроницаемыми контактными линзами рекомендуется регулярный осмотр у офтальмолога. Все линзы этой группы материалов относятся к подгруппе (по сроку ношения) продленного пользования (до 14 дней не снимая) или же плановой замены (до 6 месяцев).

#### ГИДРОГЕЛИ

К третьей группе материалов – **гидрогелям** – могут быть отнесены 90 % производимых сейчас контактных линз. Их объединяет значительная способность удерживать или пропускать воду, что делает их ношение более комфортным и безопасным. **Гладкость линзы, смачиваемость** ее поверхности, **модуль упругости** – три принципиальные направления в совершенствовании гидрогелевых линз. Напомним, что **гладкость** – это коэффициент трения поверхности увлажненного материала линзы. Линзы из материала с большей гладкостью легче взаимодействуют с роговицей и веком, что может увеличить комфортность при контакте линзы с роговицей и веками. **Смачиваемость** определяет легкость, с которой слезная пленка покрывает поверхность линзы. **Модуль упругости** – жесткость материала, от которой зависит взаимодействие краев линзы с глазом и легкость покрытия линзой роговицы и склеры.

Окончание на стр. 8 >>

CLUBOPTICA.RU  
**CLUB OPTICA**

на **30%**  
дешевле,  
чем  
в оптиках!

- Отличное зрение по лучшей цене
- Интернет-магазин контактных линз в г. Ростове-на-Дону

Доставка домой или в офис – бесплатно!

Выгодно и удобно!

Звоните и заказывайте линзы по тел.:  
8 (863) 241-50-83,  
8-951-51-90-100

Необходима консультация специалиста

**ЦВЕТНЫЕ ЛИНЗЫ**

**ВЕДУЩИЕ МИРОВЫЕ ПРОИЗВОДИТЕЛИ**

Рег. номер ФС № 2006/106. Товар сертифицирован

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ  
ЗДОРОВЬЯПрепараты  
«ОЛИМПИЙСКОГО  
УРОВНЯ»

В последние 10-15 лет в спортивной практике широко применяются лекарственные препараты, предназначенные для повышения общей и специальной физической работоспособности, а также для профилактики и лечения травм. Их рациональное использование значительно расширяет функциональные возможности организма здорового человека, открывает новые рубежи спортивных достижений.

По словам Бориса Поляева, главного специалиста по лечебной физкультуре и спортивной медицине Минздравсоцразвития России, до 30 % успехов спортсмена обеспечивают медики. С учетом этого фактора, а также приближающейся Олимпиады в Сочи, спортивной медицине сегодня уделяется повышенное внимание со стороны руководства страны.

Какие же именно препараты сегодня наиболее востребованы спортсменами и людьми, регулярно занимающимися физкультурой и фитнесом?

Как известно, одна из задач спортивной медицины - купирование болевого синдрома при трав-

мах. Традиционно в таких случаях применяют **нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП)**, что не всегда оправданно. В тех случаях, когда в патомеханизме болевого синдрома значительное место занимают местные нарушения микроциркуляции, отек ткани, спазм мускулатуры и сосудистой стенки; или же, когда боль связана с определенными движениями и зависит от положения тела, применяются препараты, содержащие местнораздражающие и отвлекающие средства. К числу высокоэффективных лекарств этого ряда относится мазь **Финалгон**® - комплексный препарат, который содержит два активных компонента - **нонивамид**

Лечение  
травм

В комплексном лечении травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата, а также для их профилактики, широко используются различные мази, кремы и гели.

Возникающие при травмах отеки и боль являются следствием поражения мелких сосудов, гипоксии тканей и увеличения проницаемости капилляров. При этом ухудшается кровообращение (нарушен, как правило, кровоток и питание тканей и соответственно регенерация (заживление) тканей).

Применение мазей, гелей и кремов направлено на **анальгезию (обезболивание); уменьшение раздражения тканей и снятие воспаления; ускорение резорбции, уменьшение отека и гематомы; улучшение микроциркуляции (кровотока); стимуляцию регенерации тканей (тканевого роста).**

Практически все спортивные мази (кремы, гели) обладают, в большей или меньшей степени, обезболивающими и противовоспалительными свойствами. Их принято делить на разогревающие (гипермирущие) и охлаждающие мази.

Массовое привлечение населения к занятиям физкультурой и спортом, успехи на международных состязаниях являются свидетельством мощи государства. Но активное развитие спорта сопряжено с неизбежным травмированием. Травмы бывают разные - и синяк, и ушибы считаются травмой. Известные исследователи В. Добровольский и В. Трофимов указывают, что легкие травмы составляют 91,1 %, средние - 7,8 %, а тяжелые - лишь 1,1 %. В любом случае без привлечения спортивной медицины - не обойтись...

и **никобоксил**. Нонивамид является синтетическим производным капсаицина - местнораздражающего вещества, выделенного из жгучего перца. Он быстро облегчает боль, действуя прямо на нервные окончания и включая механизм «закрытия ворот». В свою очередь, никобоксил (производное никотиновой кислоты) является сильным сосудорасширяющим средством. Локально расширяя сосуды, он способствует быстрому проникновению нонивамида в ткань. Одновременно никобоксил создает субъективное ощущение тепла.

Комплексное применение нонивамида и никобоксила вызывает более выраженный и продолжительный эффект, чем раздельное, поскольку оба сосудорасширяющих активных вещества инициируют различные кожные реакции. Тепловое воздействие приводит к развитию целого ряда физиологических процессов: повышается скорость ферментных реакций и активизируется обмен веществ, расширяются кровеносные сосуды, возникает гиперемия, усиливается кровоток. Благодаря этому улучшается поступление кислорода в ткань. Тепло также оказывает расслабляющее воз-

действие на мышцы. Кроме того, повышается растяжимость соединительной ткани и мышц. Эффект никобоксила развивается раньше нонивамида, создавая последнему оптимальные условия для более быстрого проникновения в мембрану болевого рецептора.

Поэтому **Финалгон**® успешно избавляет от боли, полученной в результате спортивных травм, ушибов и повреждений связочного аппарата, мышечной боли, вызванной чрезмерной физической нагрузкой и ревматической боли в суставах и мышцах. Препарат также показан при **люмбаго, неврите, ишиалгии, бурсите и артрите**.

**Финалгон**® может использоваться для предварительного разогревания мышц за 30 минут до начала физических упражнений.

Заметим, что бренд **Финалгон**® давно известен на мировом рынке и успел доказать свою эффективность в спортивной медицине, как и другой продукт компании **Boehringer Ingelheim** - гель **Финалгель**®. Последний успешно применяется при спортивных травмах (ушибы, вывихи, повреждения связок) и вызванных перенапряжением болях и отеками в суставах, сухожилиях и мышцах. **Финалгель**® не только уменьшает боль, но и купирует воспаление. Он быстро проникает в подкожную жировую клетчатку, мышцы, связки и синовиальную жидкость, обладая анальгетическим, противовоспалительным, жаропонижающим и антиагрегатным действием, что позволяет использовать его в остром периоде болевого синдрома. Большим преимуществом препарата является то, что его гелевая форма способствует проникновению активного вещества в глубокие ткани, эффект наступает в два раза быстрее, чем при использовании других форм (мазь, крем), вызывает дополнительный охлаждающий эффект.

Остается сказать, что, предлагая спортивной общественности безопасные и эффективные препараты, компания **Boehringer Ingelheim** практикует и другие способы поддержки спорта. Так, в этом году **Boehringer Ingelheim** и **Финалгон**® стали официальным спонсором чемпионата мира по хоккею.

<< Окончание. Начало на стр. 7

## Контактные линзы или очки?

Увеличивая гладкость материала, добиваясь высокой смачиваемости поверхности, выбрав оптимальный модуль упругости материала, можно уменьшить ощущение наличия линзы на глазу и ее механическое воздействие на глаз, в результате чего можно улучшить общий комфорт и увеличить время комфортного ношения линз. В отличие от материалов первых двух групп гидрогели позволяют изготавливать линзы разного срока ношения и у каждой из этих

подгрупп есть свои особенности - достоинства и недостатки.

К их достоинствам можно отнести следующие моменты:

- глаза быстро привыкают к линзам;
- посадка (центровка) этих линз не склонна к смещению;
- они отлично подходят для активного образа жизни современного человека;
- резко уменьшается риск инфекции, связанной с обращением с ними и их хранением.

Их очевидные недостатки заключаются в том, что:

- не все проблемы зрения могут быть ими откорректированы (например, бифокальные);
- видение в них менее резко, чем в жестко мягких линзах с газопроницаемостью;
- всем пользователям этой подгруппы рекомендуется регулярный осмотр у врачей-специалистов;
- линзы легко могут быть повреждены физическим и механическим повреждением.

Сам по себе срок ношения, не снимая до семи (а некоторые и более семи) дней, делает их очень привлекательными с точки зрения как пользователя, так и экономии финансовых средств.

Подводя итог Всеми вышесказанному, можно сказать, что **видимость** лучше в газопроницаемых жестко мягких линзах, а **комфортность** ношения самих линз гораздо выше в гидрогелевых особенно однократных с высоким процентом воды. Что же касается **экономичности**, то опять-таки газопроницаемые жестко мягкие линзы заметно выгоднее в пользовании. С точки же зрения **безопасности** безусловным лидером является однократная однократная линза.

По материалам портала [lensmart.ru](http://lensmart.ru)

КОЛЛЕДЖ РостГМУ

**ВЕДЁТ ПОДГОТОВКУ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ:**

- «ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЛО» (повышенный уровень обр., квалификация - фельдшер).
- «СЕСТРИНСКОЕ ДЕЛО» (базовый уровень обр., квалификация - мед. сестра).

Повышенный уровень обр., квалификация:  
а) мед. сестра - организатор;  
б) косметология (внебюджетная основа).

- «ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА» (базовый уровень обр., квалификация - мед. лабораторный техник).

Повышенный уровень обр., квалификация - **мед. технолог**

- «ФАРМАЦИЯ» (базовый уровень обр., квалификация - фармацевт).

Подача документов с 20.06.09 по 4.07.09  
На вечернюю форму обучения - до 15.07  
Тел. (863) 240-45-80, 8-903-434-03-72