

29 мая 2009, выпуск № 92 (4214)

Положить в аптечку... здравый смысл



Мы так долго ждали теплых дней, что с наступлением лета готовы расслабиться и отдохнуть по полной программе. Тысячи краснодарцев уже предвкушают, как они отправятся к морю, чтобы под горячими лучами солнца расслабиться и получить удовольствие. Увы, для многих отпускная пора заканчивается походом к врачу. Почему?

На этот и другие вопросы читателей "Краснодарских известий" отвечает главный врач краевого клинического кожно-венерологического диспансера, главный дерматовенеролог департамента здравоохранения Краснодарского края кандидат медицинских наук Михаил Иванович Глузмин.

Я на солнышке лежу

- Михаил Иванович, в этом году я с трехлетним сынишкой впервые собираюсь отправиться на Черноморское побережье. Я сама белокожая, и ребенок пошел в меня. Несмотря на дождливую весну, он уже весь в веснушках. В каком режиме нам лучше принимать солнечные ванны?

- Сколько можно (заметьте, не нужно, а именно можно!) находиться на солнце, зависит от типа вашей кожи и степени ее фоточувствительности. Голубоглазым альбиносам, русоволосым или шатенам с белой кожей загорать рекомендуется по минимуму. Детям до 3 лет вообще нельзя находиться на открытом солнце. Оптимальное время пребывания на пляже - до половины одиннадцатого утра и после четырех часов дня. Но, загорая и купаясь, не забывайте о здравом смысле, иначе отдых превратится в мучения. Рекомендую также пользоваться фотозащитными кремами. Приобретать их лучше в аптеках, чтобы быть полностью уверенным в качестве препарата. Нужно помнить, что неумеренный загар, солнечный ожог фиксируются у человека и впоследствии вызывают фотостарение кожи, в худшем случае возможно развитие рака кожи, в том числе меланомы, что, как вы понимаете, чревато летальным исходом. Запомните: если кожа чувствительна к солнцу, то в летний зной и жару ее обязательно нужно прятать от лучей, носить легкую одежду, потому что, даже находясь в тени, человек загорает.

- Здравствуйте! Меня зовут Ольга, мне тридцать лет, а дочке недавно исполнилось пять. Стала замечать, что за последние два года и у меня и у нее на коже прибавилось родинок. Причем у дочки они растут стремительно. Что делать?

- Паниковать не стоит. Но нужно обратиться к специалисту-дерматологу, либо в поликлинику по месту жительства, либо в наш диспансер. В летнее время вашей дочери противопоказано пребывание на открытом солнце. Родинки растут вместе с человеком до 25-30 лет. Если они беспокоят вас физически, по краям воспалены, значительно возвышаются над кожей, у них изменился рельеф, появилась пестрота - обращаться за медицинской помощью нужно немедленно, ибо промедление чревато развитием, к примеру, онкологических болезней. От родинок ни в коем случае нельзя избавляться в домашних условиях!

Красиво, но опасно

- Михаил Иванович, хотелось бы услышать ваше мнение о посещении соляриев. Отпуск у меня выпадает в этом году на август, а ходить по городу бледной немочью не очень хочется.

- Загар вообще вреден, вне зависимости от того, в каких условиях человек его получает - в естественных или созданных искусственно. Яркие солнечные лучи раздражают кожу и приводят к ее ожогу. Загорать в солярии - это прихоть из разряда тех, когда вырывают зуб мудрости, чтобы улучшить овал лица, или удаляют двенадцатые по счету ребра, чтобы казаться стройнее. Недавно на базе имеющегося в нашем диспансере оборудования мы провели исследования молодых людей в возрасте до 25 лет. Одни из них прибегали к услугам солярия вне зависимости от времени года, другим устраивало состояние кожи без вмешательств извне. Так вот, у любителей искусственного загара кожа отличалась повышенной сухостью, то есть снижением защитных функций, что в конечном итоге ведет к снижению иммунитета организма в целом. Это значит, что активные посетители солярия более склонны к травматизации, раздражению кожи, аллергическим реакциям. В нашем городе свои услуги предлагают десятки соляриев. Я сомневаюсь, что во всех учреждениях там работают люди, имеющие медицинское образование, которые, прежде чем направить на клиента ультрафиолетовые лучи, подробно расспросят его о состоянии здоровья, проконсультируются у специалиста.

Под шум прибоя

- Алло, доктор? Артур звонит, собираюсь на море. Я человек, семейной жизнью не обремененный. Что за лекарства брать с собой на всякий случай? Случаи ведь, как и девушки, бывают разные...

- Если бы в аптечку можно было положить здравый смысл и потом принимать его порциями, я бы это вам и посоветовал. Судя по всему, вы взрослый человек, а значит, понимаете, что рано или поздно беспорядочные половые связи ни к чему хорошему не приведут. За сиюминутное удовольствие придется расплачиваться и здоровьем, и деньгами. Надежнее средства, чем презерватив, в мире еще не придумано. Если речь идет об экстренном случае профилактики венерических заболеваний, то посоветую взять с собой мирамистин, гистан. Если до моря вы еще не доехали, а проблемы уже начались, получить консультацию можно в кожно-венерологическом диспансере по адресу ул. Рашпилевская, 179. Между прочим, случайная связь чревата не только венерическими заболеваниями, но и вирусным гепатитом, ВИЧ и еще рядом серьезных диагнозов. Телефоны для справок 255-03-05 и 255-39-44.

- Алло, говорит Арсен, у меня такая ситуация: сходил в сауну, пообщался с девочками. В общем, вах! Проблемы у меня теперь из серии ниже пояса.

- Не тяните время и немедленно отправляйтесь к врачу. Пройти осмотр можно анонимно, никто не стремится узнать ваши паспортные данные и сообщить по месту работы, как это было в стародавние времена. Между тем при ряде заболеваний важна диагностика именно на начальном этапе, потом картина болезни может смазаться, и врачу будет труднее определиться с курсом необходимого лечения. Позвоните по телефону 255-49-82.

Бородавки лечат гипнозом

- Меня зовут Ирина, никак не могу избавиться от бородавок на пальцах. Какой метод лечения вы посоветуете?

- Существует несколько методов удаления бородавок. Одни основаны на местном применении лекарств, другие, более современные, - на аппаратных методиках. Справиться с бородавками вы можете либо с помощью лазера, либо прибегнув к криодеструкции. Первый способ более быстрый, второй - более щадящий. Посоветуйтесь с врачом-дерматовенерологом.

- А как вы относитесь к народным методам?

- Не удивляйтесь, но по вопросам лечения бородавок очень даже хорошо. Ведь что является причиной возникновения бородавок? Вирус папилломы человека. Попав в организм единожды, он остается там навсегда. При хорошем иммунитете он не проявляется, но если иммунитет по какой-то причине ослаб, то ждите проблем. По сути бородавки являются проявлением вегетативного дерматоза, их можно считать психосоматическим заболеванием. У многих, особенно у детей, они лечатся гипнозом. Говоря иными словами, чем меньше нервничает человек, тем меньше страдает его организм.

- Михаил Иванович, подскажите, пожалуйста, чем чреват демодекоз?

- Демодекс - это фолликулярный клещ-железница, который паразитирует у многих людей в фолликулах. Он встречается у 70-80 процентов взрослого населения земного шара, в том числе и у лиц с совершенно неизменной кожей. Этот клещ создает благоприятный фон для развития воспалительного процесса - демодекоза, что, в свою очередь, может привести к образованию гнойничков, прыщиков и даже рубцов на коже. Но патогенная роль возбудителя для кожи человека сомнительна, поэтому обнаружение демодекса не рассматривается как самостоятельное заболевание. Предпосылкой для развития демодекоза являются нарушения в работе желудочно-кишечного тракта, нарушения в иммунной системе - тогда клещ идет в наступление. Демодекс может отступать и возвращаться, поэтому по возможности старайтесь вести здоровый образ жизни. Лечение демодекоза длительное и многоступенчатое, здесь не поможет розовая таблетка или универсальная мазь. Потребуется и коррекция тех обстоятельств, которые вызвали проявления демодекоза. Нужно не выводить самого клеща, а бороться с проявлениями болезни, которую он вызвал. От вашего общего самочувствия зависит очень многое.

Не считая инфекционных патологий, все кожные болезни сопряжены с внутренним состоянием нашего организма. Кожа - тот барьер, который защищает организм от внешней среды, о ней необходимо заботиться, лелеять и холить. Эта работа постоянно проводится нами в рамках губернаторской стратегии "Будьте здоровы".

Генеральная линия департамента здравоохранения направлена на предупреждение болезней. Недаром говорят: лучше действенная профилактика, чем даже своевременное лечение!

Не верь глазам своим

- Меня зовут Светлана, я пыталась избавиться от молочницы, но у меня не получилось, хотя пробовала вроде бы отличное средство.

- Откуда вы узнали об этом препарате?

- Из рекламы по телевизору. Сразу же бегом в аптеку, купила, приняла, толку нет.

- Светлана, могу вас поздравить только с тем, что вы стали жертвой рекламы.

Ставить диагноз при соответствующих симптомах может и должен только врач, и никто другой. Вы же не учитесь водить машину, следуя инструкциям, полученным из телевизионной рекламы, почему же так попустительски относитесь к своему здоровью? Молочница - это состояние организма, при котором возбудитель болезни в норме обитает на слизистых, а при определенных условиях приобретает патогенные свойства. Причиной развития молочницы могут стать заболевания желудочно-кишечного тракта, сбои в гормональной системе, инфекции урогенитального тракта, передающиеся половым путем. Если устранить причины и использовать противокандидозные препараты, то можно и от молочницы избавиться. В настоящее время арсенал лекарственных средств для этого очень обширен. Но назначать лечение, еще раз повторюсь, должен только врач.

- Доктор, я который год мучаюсь от грибка на ногтевых пластинах. Сил больше нет, что только не перепробовала, ничего не помогает.

- В нашем диспансере работает специальный микологический кабинет. Если вы действительно собираетесь избавиться от грибка, то стоит запастись терпением. Понадобится длительный срок, пока при воздействии фунгицидных препаратов ногтевые пластинки сменятся несколько раз. Запомните, что от грибковой инфекции не существует универсального способа лечения. Вы не избавитесь от этой напасти, единожды приняв таблетку либо накрасив ногти лечебным лаком, как обещает реклама. Лечение грибковых заболеваний - это трудоемкий и длительный процесс, требующий как от врача, так и от пациента терпения и старания. Здесь многое зависит от локализации патологического процесса, разновидности грибковой инфекции и, наконец, индивидуальных особенностей больного. Ну а самое главное, что нужно запомнить: грибок любит влагу, поэтому принимая душ или ванну, купаясь в закрытых водоемах, не забывайте тщательно вытираться. Я могу привести вам массу примеров, когда пациенты потратили много денег на дорогостоящие препараты без всякого эффекта при самолечении по рекламе, по совету соседки или родственников, ввиду того что препараты принимались без консультации врача. Каждое лекарственное средство против грибкового и любого другого кожного заболевания назначается индивидуально. Терапия проводится комплексно, с учетом особенностей больного.