



Вестник БДМУ

“Многих
воителей стоит
один врачеватель
искусный.”
Гомер



Выдаецца са студзеня 1931 года. 22 сакавіка 2010 г. ● № 6 (1830)
Газета Беларускага дзяржаўнага медыцынскага ўніверсітэта (агульнапапулярная)

Падпісання можна з любога месяца ў «Белсаюздруку»,
з любога квартала — на «Белпошце». Падпісны індэкс 63 594.

В начале 90-х наперебой звучали страшные прогнозы: **В** чума XXI века — СПИД, бич столетия — рак. Но на рубеже веков стало ясно, что в новом тысячелетии жизни угрожают, прежде всего, сердечно-сосудистые заболевания. Плохая экология, нездоровый образ жизни, постоянные стрессы, нехватка высококвалифицированных врачей, средств и оборудования — беды наших дней. Наверное, именно поэтому «героями нашего времени» можно считать тех, кто своими руками пытается эти проблемы решить.



фессии, науке. Женщина огромного обаяния и оптимизма, всесторонне образованный человек и врач высочайшей квалификации, ОНА принадлежит к тому типу людей, которым неведом покой. Ее походка так стремительна, слов-

«PER ASPERA AD ASTRA:

через тернии — к звёздам»

26 марта отмечает свой День Рождения замечательный клиницист, талантливый педагог, ученый с широким кругом интересов — **МИТЬКОВСКАЯ** Наталья Павловна.

Впрочем, само слово «герой» не имеет к НЕЙ никакого отношения. Герой — это тот, кто почитается на лаврах, а ОНА еще «воюет». Против смерти — на стороне жизни, против невежества — на стороне знаний, против низости, лжи и предательства — на стороне истины. ОНА, щедро одаренная редкой добротой и гуманностью, светлым талантом и мудростью, встречает свой праздник в расцвете творческих сил, в окружении единомышленников, друзей, коллег и учеников, разделяющих ее жизненные принципы и позицию, с верой и надеждой на решение поставленных временем задач и многочисленных проблем ее любимой кардиологии.

На вопрос, кто же ОНА в первую очередь — ученый, педагог, организатор здравоохранения, врач? Мы, ни минуты не задумываясь, ответим: **ВРАЧ**. Как бы ни складывалась профессиональная жизнь, какой бы ни была ее работа, никогда Наталья Павловна не оставляла своего фонендоскопа, и забота о судьбе больного человека была и остается главной целью ее тяжелого труда. Ее беззаветная преданность своей профессии, богатый клинический опыт, стремление к самосовершенствованию, трудолюбие в сочетании душевным и внимательным отношением к людям, оптимизм и жизнелюбие известны всем. Широта интересов и круг знаний, как в фундаментальной науке, так и в практических вопросах клинической деятельности, умение сформулировать основные проблемы сегодняшнего дня и поставить цели, требующие своего достижения завтра, вызывают восхищение и мало кого оставляют равнодушными.

В медицине, как и в любой другой жизненной сфере, духовность и мастерство должны находиться в гармонии. Врачебная доброта, чуткость и отзывчивость не могут существовать без высочайшего профессионализма. Ее жизненный путь является примером самоотверженного служения людям, про-

но ОНА пытается обогнать время, живя и работая жадно, неистово, не давая окружающим и, прежде всего, себе никаких скидок на промедление, ошибку и непоследовательность.

Более сорока лет назад один молодой ученый принял отчаянное решение: ввел себе новый не испытанный препарат, растворяющий тромбы. И доказал, что лекарство не представляет опасности для человека. После чего ему дали довести работу до конца. В 1959 году в Москве одним из первых в международной практике, он организовал блок интенсивной терапии для инфарктных больных, где начал применять тромболитические препараты. Экспериментатором был будущий известный кардиолог, академик РАН и РАМН Евгений Иванович Чазов. В 1999 году в инфарктном отделении одной из клинических больниц г. Минска ОНА открыла созданный многолетним трудом сплоченного коллектива блок интенсивной терапии для кардиологических больных. ОНА всегда пропагандировала в работе три основных принципа: широкое внедрение тромболитической терапии, в том числе и на догоспитальном этапе, создание системы оказания кардиологической помощи — от специализированных бригад до палат интенсивного наблюдения, доступность кардиохирургии и раннее использование возможностей интервенционной кардиологии. Сейчас это простые строки в учебниках, инструкциях и приказах, но, сколько тяжелого труда, бессонных ночей, поиска, сопряженного с риском, дискуссий, борьбы стоит за этими сухими строками. Сколько тяжелых минут ЕЙ пришлось пережить из-за непонимания и равнодушия, которые часто сопровождают успехи целеустремленных и трудолюбивых людей...

Когда неверие одних в перспективы реформирования, дальнейшего развития системы медобразования и сопротивление других достигли вершины, ОНА создала новую кафедру, сплотив вокруг себя единомышленников и учеников. Щедро делясь знаниями и опытом со своими сотрудниками, бережно

сохраняя традицию своих

Учителей, излучая энергию и оптимизм, ОНА ежедневно преобразуется, надевая белый халат и подходя к кровати тяжелого больного, общаясь с коллегами, стремительно врываясь в лекционный зал и сознание своих студентов.

Мы не хотим проводить параллелей, за нас это сделало время...

Уже давно, определившись в своем выборе, ОНА ответила на главный вопрос: «Если медицина — то терапия. Если терапия — то кардиология». От своего решения ОНА не отступает и сейчас. Только мыслит уже другими категориями: если быть врачом, то держать руку на пульсе всего, что происходит в медицине; «нельзя построить дом

без фундамента и вырастить дерево без почвы, и, следовательно, опасно стремиться в специализированную область медицины, не будучи грамотным терапевтом».

ОНА — талантливый ученый с широким научным кругозором, оригинальными подходами в решении многих вопросов теоретической и практической медицины, блестящий **УЧИТЕЛЬ** для плеяды молодых талантливых врачей, которые выбирают ЕЕ путь со студенческой скамьи, преклоняясь перед мужеством, трудолюбием, энтузиазмом и душевной щедростью глубоко порядочного человека.



Конкурсы

Белорусский государственный медицинский университет объявляет конкурс на замещение должностей:

1. Доцентов кафедр:
 - биологической химии;
 - 1-й детских болезней;
 - общей стоматологии — два;
 - 1-й терапевтической стоматологии.

Документы на конкурс направлять в течение месяца со дня опубликования объявления по адресу: 220116, г. Минск, пр-т Дзержинского, 83, РЕКТОРУ.

Сегодня с напряженной сосредоточенностью в глазах и уверенностью в собственных силах, которые приносят успокоение и надежду ЕЕ пациентам, ОНА продолжает свой многолетний тяжелый и любимый врачебный, на-

Віншуем!

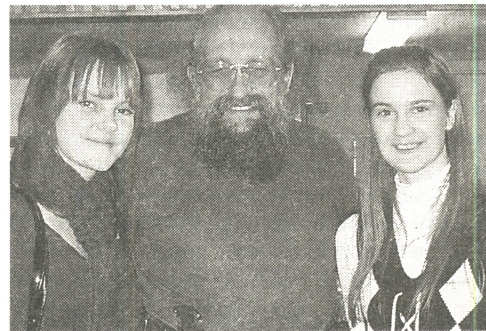
В конце февраля в г. Осиповичи прошел Международный турнир по парламентским дебатам «OSIPOVICHY-OPEN — 2010». Дебаты — это метод ведения спора по определенным правилам, при котором стороны взаимодействуют друг с другом, представляя определенные точки зрения, с целью убедить третью сторону (зрителей и судей) в своей правоте.

Соревнования были посвящены 65-й годовщине Великой Победы. Общая тема соревнований «Европа в предвоенный период». В качестве эксперта выступил Анатолий Вассерман, политический консультант, журналист, знаток «Что? Где? Когда?», победитель викторины «Своя Игра». Он с радостью делился с участниками своими поистине глубокими знаниями, жизненным опытом, умел сгладить острые углы в горячих спорах.

Турнир собрал самую активную студенческую молодежь Беларуси, Российской Федерации и Украины. Всего в турнире приняли участие 24 команды, представлявшие ведущие высшие учебные заведения данных стран. В числе участников «Osipovichy-open — 2010» — команды из БГМУ, БГУ, БГЭУ, БГУИР, МГУ, МГОА, ГУ ВШЭ, МАИ, РГПУ им. Герцена, ДНУ и др. Наш университет представляли Ерёмко Наталья (студентка лечфака) и Михалюк Юлия (студентка педфака).

«Osipovichy-open — 2010» приоткрыли перед участниками завесу тайны многих исторических событий. Рассмотрение вопросов с различных точек зрения помогло дать оценку тем или иным историческим фактам. Данный турнир позволил подвести итог: ошибки прошлого нельзя изменить, но нужно уметь признавать их для того, чтобы не совершить подобные в будущем.

Наталья ЕРЁМЕНКО, студентка лечфака



учный и педагогический труд... повседневную жизнь незаурядной женщины.

Удивительно, но при твердости своих убеждений и характера ОНА так и не привыкла ко многим вещам: не привыкла к повседневной подлости и беспринципности, к человеческому горю и огорчениям близких людей. ЕЕ реакция на победы и неудачи всегда эмоциональна. Доброжелательность, природное обаяние, интеллигентность и эрудиция, ответственность и душевное отношение к коллегам, своим пациентам и окружающей действительности, беззаветная преданность своей профессии дополняют ее исключительные человеческие качества.

Если думать, что душа есть, то находится она, безусловно, в сердце... Где же еще ей быть?.. Потому что когда останавливается сердце, тогда и душа улетает... Вспомнить и

перечислить, сколько сделано ЕЮ за долгие годы служения медицине, сколько сердец спасено, сколько душ дан шанс на выживание и ежедневную радость, — невозможно.

Без всякого преувеличения, время ЕЕ бесценно, ЕЕ призвание — забота о сердце, ЕЕ профессия — спасать людям жизнь.

ОНА — профессор, доктор медицинских наук, зав. 3-й кафедрой внутренних болезней — **МИТЬКОВСКАЯ** Наталья Павловна.

Дорогая Наталья Павловна, поздравляем ВАС с Юбилеем!!!

Счастья Вам! Здоровья! Благополучия! Душевного комфорта! Новых профессиональных достижений! Творческих успехов! Дальнейшей многолетней плодотворной работы!

С глубоким уважением и любовью, коллектив 3-й кафедры внутренних болезней и редакция «Вестника БДМУ».

22 июня
1941... В

Да 65-годоваля Вялікай Перамогі

этот прекрасный солнечный день большинство минчан отправились на открытие Комсомольского озера. И вдруг нам объявили: «Киев бомбили». И началась война... длительная, трудная, но победная.

В памяти потомков — навсегда

Героизм народа Беларуси в тылу врага проявился не только в боевых схватках с фашистами, но и в готовности преодолевать многие трудности партизанских условий борьбы, в повседневном риске подпольщиков, в необходимости вести огромную работу по организации боевого, медицинского, хозяйственного обеспечения партизанских отрядов.

Уже осенью 1941 года, а более активно с 1942, начали создаваться подпольные группы в Минске и в Минской области, образовываться партизанские отряды. Одним из них на территории Смоленского района был отряд «Разгром», преобразованный позже в бригаду. Организатор этого отряда — Сацункевич И. Л., секретарь Минского обкома партии.

Когда началась война, я с мамой — Гицкой Олимпиадой Николаевной жила в своем небольшом домике в Минске по ул. Грамадской. Выбраться в первые дни войны из города, пылавшего после вражеских бомбежек, мы так и не смогли. С нами жили мои двоюродные братья Анатолий и Евгений Запольские. С началом оккупации фашистами Минска стали организовываться подпольные группы.

Основную подготовку по созданию одной из таких групп провели Анатолий и Евгений. Этому способствовало знакомство с их бывшим учителем Корево А. П. Запольские раньше жили в Смоленском районе, на торфопредприятии «Красное Знамя». А Корево А. П. создал на этом предприятии подпольную организацию, оказывающую действенную помощь отряду «Разгром».

Постепенно стала создаваться Минская группа подпольщиков, связанная с отрядом, а впоследствии — и с бригадой «Разгром». По мере сил и возможностей мы с мамой помогали партизанам бригады. У нас на Грамадской улице была явочная квартира для партизан этой бригады. Вместе с мамой через знакомых, работавших в железнодорожной больнице, доставали медикаменты, перевязочные средства и передавали их в отряд. Недалеко от нашего дома находились аэродром и товарная железнодорожная станция. Я вместе с подругами имела возможность разведывать о количестве самолетов, о железнодорожных составах, стоящих на товарной станции. Все эти сведения передавались через связных в партизанский отряд. Однажды удалось похитить секретные карты у немецкого офицера инженерных войск, где указывались зенитные средства противника, расположение различных других объектов военного значения. Эти карты с важными данными были пересланы в партизанскую бригаду, а затем — на Большую Землю.

Сотни подпольщиков Минска, Минской области на протяжении всей оккупации совершали свой будничный подвиг. Многие из них не держали оружия в руках, не подрывали эшелоны. Однако они рисковали собою не меньше, чем бойцы партизанских отрядов.

Годы уходят, редуют ряды ветеранов. Подвиги бывших фронтовиков, партизан, подпольщиков навсегда останутся в памяти наших потомков.

Ариадна КОРЕНЕВСКАЯ, ассистент кафедры
первых болезней МГМИ (1961–1989 гг.)

На снимке (слева направо):
сидят — Лапутько А. Н.,
Карабущенко О. П.,
Гицкая О. Н., Чеканович М. Ф.;
стоят — Ушаков Н. В.,
Запольский Е. Л.,
Корневская А. А.,
Запольский А. Л., Лапинский Г. И.



«Слезой не утолить печали...»

Любимцы богов умирают молодыми.



6 марта не стало студента 224-й группы лечфака Андрея ГРИЦУКА.

Несмотря на то, что мы знали его лишь полтора года, Андрей был неотъемлемой частью нашего коллектива. Ни одно, даже самое незначительное событие, не обходилось без его участия: будь то дни рождения, совместный отдых, редкие для нас минуты безделья. Где бы он не появлялся, Андрей быстро находил себе друзей и знакомых, ведь его готовность прийти на помощь, поддер-

жать в трудную минуту, порадоваться за других, тонкое чувство юмора не оставляло равнодушным к нему ни одного человека. И хотя учеба в медицинском университете отнимает много сил и времени, он находил возможность заниматься своими любимыми делами (много читал, любил музыку и просто умел мечтать) и вместе с тем никогда не обделял нас своим вниманием.

Гораздо сильнее начинаешь ценить то, что потерял... Суть этой старой истины довелось понять и нам. С чувством глубокой скорби мы осознаем нашу потерю.

Человек жив до тех пор, пока его помнят. Андрей будет вечно жить в наших сердцах.

Однокурсники

Здоровье людей является важнейшим приоритетом социальной политики белорусского государства.

Существенный вклад во внедрение новых медицинских технологий, совершенствование системы здравоохранения Беларуси вносит ежегодная специализированная выставка «Здравоохранение Беларуси», проводимая компанией ЗАО «Техника и коммуникации» (Т&С) под патронажем Министерства здравоохранения Республики Беларусь и концерна «БЕЛБИОФАРМ».

Сегодня выставка «Здравоохранение Беларуси» — это крупнейший смотр новейших достижений медицинской науки и практического здравоохранения, в котором традиционно принимают участие мировые и белорусские лидеры медицинской и фармацевтической промышленности, разработчики новых технологий диагностики и лечения заболеваний человека.

В соответствии с Национальным календарем выставочных мероприятий Республики Беларусь, Планом работы Министерства здравоохранения Республики Беларусь на 2010 год с 23 по 26 марта состоится 17-я Международная специализированная выставка «Здравоохранение Беларуси — 2010» (Футбольный манеж, пр-т Победителей, 20/2, г. Минск).

«Здравоохранение Беларуси» — самая крупная медицинская выставка в Беларуси, охватывающая все основные разделы медицины. В 2010 году на выставке продемонстрируют свою продукцию и технологии более 400 предприятий и

организаций из 17 стран. Среди них мировые лидеры производства медицинской техники, изделий медицинского назначения, расходных материалов: SIEMENS, GENERAL ELECTRIC, PHILIPS, TOSHIBA, SCHILLER, LEICA, ZEISS, TYCO Healthcare, 3M и др. Комплексные решения оснащения медицинских учреждений представят компании: ENTRYDELL, BI-RENT, СПЕКТРТРЕЙДИНГ, БЕЛТОПМЕД, БЕЛМЕДСНАБ, ЭЛЕМЕД, ГЕОЛ-М и др.

Большой раздел выставки занимают участники, представляющие лабораторное оборудование и расходные материалы, оборудование и технологии для косметологии и эстетической медицины, средства реабилитации и профилактики, оздоровительные технологии и товары для здорового образа жизни.

Активное участие в выставке принимают белорусские разработчики и производители медицинской техники и расходных материалов: АДНИ, АЗГАР, АССОМЕДИКА, ВИТЯЗЬ, ИНТЕКАРД, КАРДИАН, РЕСПЕКТ-ПЛЮС, СИМУРГ, СТРУМ, СОЛАР, ЭРГОН-ЭСТ, ТАХАТ, ДРАЙВ, ЛИНЛАЙН и др.

Белорусскую фармацевтическую промышленность на выставке будут представлять предприятия концерна «БЕЛБИОФАРМ», а также МАЛКУТ и ДИАЛЕК. Среди предприятий концерна крупнейшие фармацевтические предприятия страны — Белмедпрепараты, Борисовский завод медпрепаратов, Минскинтеркапс, Фармлэнд, Беласептика, Фребор и др.

Традиционно на коллективном стенде производственно-торгового республиканского унитарного предприятия «БЕЛМЕДТЕХНИКА» будет представлена медицинская техника и изделия медицинского назначения производства предприятий Республики Беларусь.

Активное участие в выставке примут и наши ближайшие соседи — производители фармацевтических препаратов, медицинской техники, изделий медицинского назначения из России, Украины, Литвы, Латвии.

В рамках форума будет организована насыщенная научная программа — подготовленные Министерством здравоохранения и участниками выставки научно-практические семинары, конференции, презентации.

Выставка «Здравоохранение Беларуси» стала традиционным местом обмена опытом ученых и специалистов, студентов медицинских вузов и руководителей медицинских учреждений. Именно поэтому проведение выставки «Здравоохранение Беларуси» является немаловажной частью процесса совершенствования отечественной системы здравоохранения, позволяющей ознакомить практических специалистов-медиков с достижениями медицинской отечественной и зарубежной индустрии, новыми методами диагностики и лечения заболеваний.

В ходе выставки специалисты со всей Беларуси имеют возможность лично ознакомиться с продукцией зарубежных и отечественных производителей, а также внести свои предложения по совершенствованию этой продукции непосредственно производителям.

Время работы выставки «Здравоохранение Беларуси — 2010»:

23, 24 и 25 марта — с 10:00 до 18:00;

26 марта — с 10:00 до 15:00.

Открытие выставки состоится 23 марта в 12:00, Футбольный манеж, Минск, пр-т Победителей, 20/2.

Удзячнасці

Я находился на лечении в городской клинической больнице скорой медицинской помощи, во втором хирургическом отделении. Моим лечащим врачом был клинический ординатор Сахаб Хайдар Али.

За все время, которое я находился в больнице, Сахаб Хайдар Али не только выполнял свои функциональные обязанности на высоком профессиональном уровне, но и проявлял человеческие качества ко всем больным.

Он очень внимательный и чувствительный к больным людям, от его каждого ласкового слова, совета на душе становится теплее, а боль начинает куда-то уходить.

Вся моя семья, родные и близкие мне люди желают Сахаб Хайдару Али дальнейшего роста в науке и профессиональной деятельности.

Александр МАЯРОВИЧ, г. Минск

— Елена Павловна, а что означает само слово «отит»?

— Отит — это воспаление среднего уха. Острый средний отит у детей относится к самой частой патологии. В Финляндии медики провели исследования и выяснили, что к трем годам жизни каждый ребенок хотя бы один раз перенес это заболевание. Одной из причин, безусловно, являются анатомические особенности детского уха. А вторая и самая главная причина — это то, что дети чаще остальных возрастных категорий страдают острыми респираторными вирусными инфекциями, которые играют роль своего рода пускового момента для развития отита.

— А что подразумевают под собой понятия «анатомические и физиологические особенности развития»?

— Это предрасположенность организма человека к такого рода заболеваниям. В этих случаях инфекция очень быстро попадает из области носа в среднее ухо. В среднем ухе существует своего рода запирающий механизм — слуховая труба. Природа позаботилась о том, чтобы локализовать инфекцию, но, с другой стороны, ухо выдвигает очень медленно и эту болезнь довольно тяжело вылечить.



Наша гостья — доктор медицинских наук, профессор кафедры болезней уха, горла, носа Елена Павловна МЕРКУЛОВА поможет разобраться и понять, что такое отит, как его предупредить и как лечить.

— Говоря об анатомических особенностях, Вы упомянули грудное вскармливание. Но какое отношение этот процесс может иметь к отитам?

— Самое прямое. Ребенок, питаясь молоком матери, получает не только иммунологическую защиту, но и развивает сосательный механизм. Для того, чтобы получить мамино молоко, ребенку надо хорошенько потрудиться, что помогает развитию мышц мягкого неба. Трубочка, которая соединяет полость носа и среднего уха, когда надо, должна быть закрыта, а когда надо — открыта. Этому способствует именно активное сосание. А у «бутылочных» детей эта особенность просто атрофируется, и их трубочка практически всегда остается в открытом состоянии, что и вызывает скорейшее проникновение инфекции. Благодаря развитым мышцам мягкого неба локализация инфекции у детей,

вскармливаемых грудью, происходит гораздо легче и быстрее, чем у детей-искусственников. Однако не только кормление, но и само протекание беременности оказывает огромное влияние

Берегите ушки

на возможность заболевания отитом. Как протекала беременность, трудные ли были роды, длительный ли был безводный период, были ли у женщины какие-либо проблемы, страдает ли она инфекциями мочеполовой системы — все это играет роль в возникновении отита. А мамы потом удивляются, откуда что взялось.

— То есть отношение беременной женщины к себе и своему здоровью влияет на возникновение болезней будущего ребенка?

— Совершенно верно. Например, если будущая мама или кто-то из ее окружения курит, то ребенок неизбежно является пассивным курильщиком. А никотин и другие вредные примеси оказывают пагубное влияние на слизистую оболочку полости носа и верхних дыхательных путей. И такие дети больше других рискуют заболеть и астмой, и пневмониями, и отитом.

— Но бывает так, что рожденный в здоровой некурящей семье ребенок бесконечно страдает теми же астмой, аллергией или отитом. Возможно, стоит сказать и о генетической предрасположенности?

— Безусловно, фактор риска получить то или иное заболевание по наследству очень велик. Никто из нас от

этого не застрахован, но все же к наиболее важным причинам медики относят социальные, то есть неправильный уход за ребенком. Скажем, простой насморк, на который зачастую мы, взрослые, не обращаем внимания, легко становится причиной возникновения отита. Инфекция из носа довольно быстро переходит в ухо, и вот уже малыш чувствует не больший дискомфорт. И если не принять необходимых мер, то болезнь из легкого недомогания быстро превратится в серьезную проблему. А гнойные образования чреваты прорывами. Конечно, когда гной выходит, то наступает облегчение, но надолго ли? Ведь выйти он может и через



лопнувшую барабанную перепонку, и в обратную сторону, что может повлечь за собой ненужные осложнения.

— Исходя из вышесказанного, напрашивается вопрос о том, извините, как правильно сморкаться? И принципиально ли то, как мы это делаем?

— Напрасно сомневаетесь в необходимости этого вопроса. Правильное очищение полости носа — одна из самых верных профилактических мер по предотвращению отитов. При этом процессе надо закрыть одну половинку носа, открыть рот для уменьшения давления и очистить открытую часть. То же самое нужно повторить со второй ноздрей. При этом не следует дуть слишком сильно, так как это не только не способствует очищению, а даже может загнать микробы в носовые и лобные пазухи, что в свою очередь спровоцирует такие неприятные вещи, как гаймориты, синуситы и прочее.

Заодно хотелось бы напомнить о том, как правильно закапывать в нос лекарственные препараты. Если капли сосудосуживающие, т. е. которые способствуют лучшей вентиляции среднего уха, то закапывать их следует, держа голову набок. Мы наклоняем голову на ту сторону, куда хотим закапать, потому что этими каплями расширяется слуховая труба. Важно читать инструкцию по применению капель, а она нам говорит, что капель должно быть одна-две, потому что это сильные препараты. И второе, на что следует обращать внимание, это использование капель не более пяти-шести дней. Такого срока вполне достаточно, чтобы снять отек слизистой оболочки.

Но есть капли лечебные. Например «протаргол», который часто назначают при аденоидите. В этом случае при закапывании голову следует запрокидывать назад, чтобы лекарство попало на аденоиды, расположенные глубоко в носу. Еще одним важным моментом при уходе за полостью носа является использование физраствора. Его трудно назвать лекарством, но он способствует лучшему очищению носовой полости. В нашей аптечной системе продаются готовые физрастворы. Не у каждого есть возможность выехать на море и подышать влажным соленым воздухом, но каждый может самостоятельно приготовить физраствор и помочь

Вам слова

себе и близким избежать ненужных инфекций. Для этого берем половину чайной ложки соли на стакан кипяченой воды. Пришел, скажем, ребенок из школы, детского сада, а мы ему нос и промываем, от болезни уберем.

— А можно ли очищать полость носа механически, то есть с помощью ватных палочек, что так любят делать молодые мамы?

— Нет, этого делать не стоит. Слизистая носа не любит никаких травм. То же самое хочу сказать и про ушные раковины. Природа обо всем позаботилась за нас. Кожа очищается абсолютно от всего, что попадает в наружный слуховой проход. Самое ценное, что есть в ухе, это барабанная перепонка, а она способна к самоочищению. Та сера, которая вырабатывается в ухе, с одной стороны служит защитой для перепонки, а с другой — при разговоре, жевании, глотании сама же и выходит. Конечно, есть люди, у которых сера скапливается. Для таких случаев в аптеках есть капли Ацерумен, способствующие размягчению серных пробок.

— Поскольку основной темой нашей беседы являются отиты, то хотелось бы узнать, есть ли сезонные всплески этого заболевания?

— Из-за общего ослабления иммунитета у многих людей, неустойчивости погодных условий отит стал явлением круглогодичным. Весной и осенью — это вирусные инфекции, зимой — это переохлаждение, летом — купание в холодной воде. Но, как правило, отитами больше страдают дети. Люди среднего и более старшего возраста практически не входят в группу риска. Хочу еще добавить, что если ребенок до пяти лет болел отитом, то велика вероятность повторения рецидива.

— Елена Павловна, а что делать и как спасать ребенка, если боль в ухе застала, предположим, на отдыхе или на даче? Врача нет, лекарств нет.

— Самое простое, что нужно сделать, это закапать в больное ухо спиртовые капли (например, борный спирт). Доказано, что спиртовые капли нормализуют астматическое давление в барабанной полости и уменьшают отек. Четыре-пять капель в больное ухо, и пусть ребенок немного полежит. Ухо при этом надо закрыть ваткой, чтобы капли не слишком быстро испарялись. Несколькими сосудосуживающими каплями типа Нафтизина в нос помогают вентиляции. Есть капли, в состав которых входят обезболивающие препараты (Отикапс), которые можно свободно купить в аптеках и просто на всякий случай иметь под рукой. Можно сделать согревающий компресс с водкой на заушную область. Для этого берете кусочек марли, смоченный в водке, сверху кусочек целлофана большего размера, затем вату и все это укутываете теплым платком. Но при первой же возможности необходимо показаться врачу.

Что касается взрослых, то в последнее время стали все больше появляться так называемые отиты ныряльщиков. Чаще всего это происходит осенью, в сентябре, когда люди возвращаются с курортов. Там вроде все хорошо, а проявляется болезнь уже дома. Дайверы, ныряльщики, водолазы, альпинисты, летчики — все они тоже входят в группу риска. Всех их на первом же занятии обучают тому, как правильно продувать слуховую трубу. Если они этому не научатся и не будут это делать, то риск возникновения отита и разрыва барабанной перепонки повысится. При плавании и нырянии вода может попасть через нос внутрь слуховой трубы или в пазухи. Клапаны автоматически закрываются и все — сама вода вылиться уже не может, поэтому требуется стационарное лечение.

Конечно, это лишь малая толика того, что нам хотелось бы рассказать вам, дорогие читатели, о заболеваниях уха, горла, носа. И беседы об этом у нас еще впереди, а сейчас хотелось бы присоединиться к пожеланиям нашей гостьи: будьте здоровы, веселы как солнце, и расцветайте как весна!

Беседовала Виктория АМБРАЖЕЙ

Задачи обучения и воспитания тесно связаны между собой. Формирование нездоровых привычек, которые в последующем могут привести к развитию болезней, происходит, в основном, в детском и юношеском возрасте. Поэтому особенно важно воспитание культуры здорового образа жизни среди студенческой молодежи. Одной из методик, позволяющих сочетать приобретение и закрепление здоровых привычек с получением профессиональных знаний, можно считать воспитательно-оздоровительную программу-конкурс «Здоровая улыбка».



Планета здоровья

Секрет — в улыбке

На 1-й кафедре терапевтической стоматологии БГМУ программа «Здоровая улыбка» проводится с 2005 г. Программа направлена на выработку у студентов 3 курса устойчивых навыков по поддержанию хорошей индивидуальной гигиены полости рта и умения мотивировать к этому стоматологических пациентов.

Программа предполагает, что в течение учебного семестра студенты ежемесячно будут контролировать гигиену рта друг у друга. Постоянный контроль гигиены рта способствует выработке и закреплению положительной привычки — качественного ухода за своими зубами. Ведь будущий стоматолог, обучая гигиене рта пациентов, должен быть уверен в необходимости этого. Кроме того, стараясь освоить методику качественного ухода за своими зубами, студент лучше и доступнее сможет донести необходимую информацию до пациента. Обучающим моментом является и то, что осмотр, планирование и проведение лечебно-профилактических мероприятий проводят сами студенты под руководством преподавателя.

Наиболее активные участники программы имеют возможность донести полученные знания и умения до студентов других учебных заведений.

В 2008–2009 уч. г. такая встреча

была организована со студентами БГУФК, а в этом учебном году — с учащимися Белорусского государственного медицинского колледжа. Студенты-стоматологи подготовили устные и мультимедийные презентации, в которых были отражены вопросы профилактики заболеваний, даны рекомендации по выбору средств гигиены рта, затронуты вопросы влияния вредных привычек на здоровье человека.

Завершающий этап программы — это конкурс наглядных пособий для проведения работы по санитарно-гигиеническому воспитанию населения. Традиционно он проводится в общежитии БГМУ № 2.

Ну, а какой конкурс без памятных призов? На протяжении всех этих лет активными участниками программы выступали медицинские представители компаний «Oral — B» и «Colgate».

Таким образом, программа «Здоровая улыбка» позволяет формировать и закреплять правильные привычки гигиены рта среди студентов-стоматологов. Одновременно она является увлекательным конкурсом с элементами соревнования, которое позволяет студентам проявить свои творческие способности. Кроме того, участвуя в программе, студенты приобретают и совершенствуют свои профессиональные навыки.

Наталья ДМИТРИЕВА, доцент, Наталья РУДЕНКОВА, ассистент 1-й кафедры терапевтической стоматологии



На календаре — весна. Солнце всерьез принимается за работу, хотя воздух еще морозен. Оно обнажает асфальт и припекает остатки почерневшего снега на обочинах, и они начинают сочиться грязными ручейками. Одна за другой освобождаются от консервации поставленные на зиму машины. Предстоит первый весенний выезд. Очень радостный из-за долгого перерыва и по этой же причине нелёгкий.

Открытие сезона

Для многих автолюбителей весна — открытие сезона. Зимой их машины были на приколе, а долгий перерыв в езде никогда не проходит бесследно. Вы почти полгода не держали руль в руках и как водитель немного деградировали. Это неизбежно. Попробуйте полгода не вставать на ноги — придётся чуть ли не заново учиться ходить. Так и тут. Возвратившись за руль нужно восстанавливать то чувство слитности с машиной, когда она «сама» улавливает мысли водителя и отвечает повиновением. Притупляется водительская «сообразительность», позволяющая предугадывать опасные ситуации и избегать их, нужно восстанавливать способность мгновенно оценивать дорожную ситуацию.

И вот в этой, далеко не лучшей своей форме вы сразу сталкиваетесь с особыми сложными условиями движения. Дожди, перемежающиеся запоздалыми снегопадами, делают дорогу скользкой. Может она оставаться мокрой и в ясный день: тает снег на обочинах. Машин на дорогах всё прибавляется, а ведь многие водители сейчас тоже заново «учатся ходить». И особенно нетерпеливыми и неосторожными бывают те, кто купил машину или получил водительские права зимой и еле дождался первого выезда.

Поэтому весной начинать ездить с особой осторожностью. Не спешите, пока не приобретёте или не восстановите все водительские качества. Готовьтесь к первому выезду как к ответственному испытанию. Не повторяйте ошибок, ставших типичными на весенних дорогах.

Если речь зашла о погоде, нелишне вспомнить, что много происшествий случается из-за весенних капризов. Днём ярко светит солнце, бегут ручьи, а ночью подмораживает, и на дорогах местами образуется скользкая ледяная корка.

Не все знают ещё об одной опасности, подстерегающей водителей весной. Основание дороги, словно губка впитывает в себя талые воды, набухает, становится рыхлым. В результате на проезжей части образуются вспучивания и просадки.

Поэтому, пока вы вновь обретёте чувство машины, привыкните на трассе после «зимних каникул», будьте особенно осторожны, бдительны, предусмотрительны. Помните, что не только вы «дебютируете» в новом сезоне, каждый встречный может оказаться таким же заново начинающим водителем. Берегитесь не только своих, но и его ошибок.

Станислав КРАСУЦКИЙ, начальник ОГАИ Московского РУВД г. Минска, майор милиции

Статьи на тему «Женщина за рулем» обычно пишут мужчины. С кем только они не сравнивают даму, умеющую ездить: и с дрессированным медведем, и с обезьяной, играющей гранатой, и с зайцем, которого можно научить курить! Они же пишут о том, как дамы путают педали тормоза и газа, используют зеркало заднего вида для поправки макияжа и т.д. и т.п. Все это, конечно, смешно, если читать об этом два-три раза. А не надоело ли вам, дорогие мужчины? По-моему, тот факт, что количество ДТП по вине женщин-водителей гораздо меньше, чем мужчин, говорит сам за себя. Может быть, будет интересен тот факт, что не в одном ДТП, совершенном по вине женщины-водителя, не пострадали дети. Напри-

Женщина за рулем

мер, за 2 месяца этого года в г. Минске произошло 9 дорожно-транспортных происшествий, в которых пострадали несовершеннолетние участники дорожного движения, и все по вине водителей. Согласитесь, редко можно увидеть автомобиль, за рулем которого женщина и на переднем пассажирском сиденье — ребенок. Все-таки инстинкт самосохранения и сохранения своего потомства у женщин выше. Кстати, по опросам женщин-автолюбительниц, проведенным одним популярным автомобильным журналом, высший балл набрала безопасность автомобиля. Далее расположились легкость управления, экономичность и экологичность. Мощностные и максимальные скорости, как и следовало ожидать, женщины оценили сравнительно не высоко, впрочем как и форму и цвет кузова. Видимо, анекдот о том, как женщина, выбирая автомобиль, говорит: «Мне вон ту, голубенькую!» — не более чем миф.

Складывается впечатление, что женщина за рулем просто раздражает мужчин, вторгаясь, как им кажется, в их святая святых. Причем, чем лучше марка автомобиля, тем сильнее раздражение мужчин. И не дай-то бог женщине оказаться первой на светофоре. Водитель, стоящей сзади машины, дождавшись желтого света, начинает неистово сигнализировать, как будто вы пропустили уже как минимум два разрешающих сигнала светофора. И это только один пример. Конечно, мужчины готовы во имя авто и их владельцев на большие подвиги. Могут даже собственноручно помыть машину в

мороз холодной водой или накачать все четыре колеса. Но мне кажется, что делает он это для того, чтобы как можно реже допускать женщину к машине. Поэтому что автомобиль для мужчин, повторюсь, это святое. Вот и получается, что основная причина неуверенности женщин-водителей на дорогах и большинство совершаемых ими ошибок — это психологический барьер, воздвигнутый самими мужчинами.

Поверьте, я не идеализирую женщину-водителя, отнюдь нет. Конечно, и среди нас есть новички, которые без году неделя за рулем, а чувствуют себя уже профессионалами. Но это, как правило, 20–22-летние «хозяйки жизни», недооценивающие, в силу юного оптимизма, опасности, подстерегающие подчас на дороге. Но ведь и среди мужчин-автомобилистов есть свои «чайники». А кто-нибудь из мужчин пробовал несколько часов подряд нажимать на педали в туфлях на каблуках эдак 8–10 сантиметров? Так что и среди женщин-водителей и среди мужчин есть свои «профаны» и профессионалы.

Только не подумайте, дорогие мужчины, что вы читаете статью какой-то эмансипированной феминистки, упаси бог! Что бы мы делали без вас, мужчины! Моя собственная практика, а также опыт всех моих знакомых женщин-автолюбителей в возрасте от 20 до 55 лет показывает, что часто на дорогах женщина ведет себя как и поддобен представителю сильного пола. При этом практически не имеет значения, сколько женщине лет, и даже не важно, что рядом с мужчиной в этот момент может находиться собственная жена. Все равно он

Падзем на Нямізе ў маі 1999 года прысвячаю.

Спіскае грудзі, цяжка дыхаць, І з горла рвешча хрыплы крык: «Пусціце!» Гінуць у граніце Дзесяткі сэрцаў маладых! Трыміць між кветак сумна свечка, Плязцяць са сценаў твары тых, Хто жыў, смяюся і загінуў Тут, на прыступках векавых. У гэтым месцы шум заціхнуў, А там, на версе, майскі дзень. Іду, навокал — мора свету, А ў пераходзе — смерці цень.

Главная заповедь водительской этики — помогать друг другу, в том числе, например, подсказывать правильный маневр, уступать дорогу, если просят, предупреждать об опасности, помогать в устранении неисправностей. Об этом нет упоминания в Правилах дорожного движения, но, тем не менее, неписанные правила существуют, и они таковы.

Необходимо предоставлять преимущество в движении: водителям, которые не замечают твой автомобиль, выезжая из-за насаждений и зданий; пешеходам, своевременно не заметившим транспортное средство; детям, перебегавшим дорогу; работающим на дороге рабочим; водителям, двигающимся неуверенно, ищущим, возможно, нужный номер дома; водителям, ко-

Лесная свежесть, горький дым костра И на стволах смолы прозрачные слезинки. Нас только трое: лес, огонь и я. Уходит в даль мирская суета. И время стороной проходит незаметно... Сейчас мы вечны: лес, огонь и я. Как запах ладана, плывет с полян густой Нагретый солнцем чаборовый запах. Огонь — свеча, лес — храм пустой. И я молюсь...

Этика движения

которые, избегая наезда на велосипедиста или пешехода, вынуждены резко маневрировать и менять полосу движения.

Если же водитель паркуется в зоне остановок маршрутных транспортных средств, движется по лужам с большой скоростью, обрызгивая прохожих,

В настоящее время сотрудники ДПС и экологической милиции ОГАИ УВД Администрации Московского района г. Минска проводят ряд профилактических мероприятий, которые направлены на обеспечение чистоты всего города. Так, уже с 1 по 30 апреля в г. Минске будет проведен комплекс профилактических мероприятий под условным наименованием «Чистый город».

У каждого водителя во время проведения комплекса профилактических мероприятий под условным наименованием «Чистый город» однозначно должны возникнуть ассоциации с жестким контролем внешнего вида транспорта со стороны Госавтоинспекции и контролем выбросов вредных веществ в отработанных газах автомобилей, а также выявлением свалок различного рода. Да, это так, но вместе с тем группа экологического надзора уделяет внимание не только тому, чтобы в Московском районе исчезли свалки, образовавшиеся на протяжении многих лет, но и не возникали новые, которые очень легко создаются беспечностью граждан. К сожалению, постоянно можно наблюдать, как водитель, двигаясь на своем роскошном авто, выбрасывает в окно, например, окурок или другой мусор, совершенно не думая о других. Но это лишь цветочки по сравнению с тем, что некоторые оставляют целую груду металла. В лучшем случае встречаются лишь пришедшие в негодность, после серьезных ДТП, кузова машин. В худшем же случае, это будет ржавый остов отходившего свой век автомобиля. Они то и представляют наибольшую опасность для окружающих. Пока обнаружат этот хлам, и выяснится, что это бесхозный транспорт, и никому он не нужен, пройдет некоторое время, а ведь все это реальная экологическая угроза. Поэтому бросовые автомобили и представляют повышенный интерес у работников экологического надзора. Еще одной головной болью ГЭН является проблема вновь строящихся объектов, поскольку транспорт, который перевозит строительные материалы, выезжая со стройки, выносит за собой на дорогу определенное количество грязи. Радует то, что с развитием технологий эта проблема решается.

Другое дело, что не все строительные организации оборудуют строящиеся объекты специальными устройствами, которые позволяют мыть транспортное средство перед выездом на дорогу.

Хочется верить, что наш город после проведения всех мероприятий будет намного чище, и люди станут уважать не только свой труд, ну и труд других.

Станислав КРАСУЦКИЙ

Чистый город

обязательно остановится. Улыбаясь, выйдет из машины и поможет, если, конечно, вашему автомобилю еще можно помочь, но вряд ли запомнит, как вы выглядели. Зато в его памяти останется модель вашего автомобиля и тот факт, что женщина не смогла сообразить как решить такую простую задачу, на которую у него ушло всего пара минут.

Почему же они останавливаются, пачкают руки, теряют время. При

этом крайне редко пытаются познаться и никогда не берут денег? Я думаю, причина проста — автомобиль. Это он задает планку вежливости по отношению к женщине на дороге, ниже которой опускаться считается просто не прилично. Мужчины, будьте, пожалуйста, терпимыми к дамам за рулем!

Елена ЧЕРНЕНКО, ст. инспектор административной практики отдела ГАИ Московского РУВД г. Минска, майор милиции

Водителям часто приходится слышать, что автомобиль — это источник повышенной опасности, а владелец автомобиля — владелец источника повышенной опасности.

Любому водителю известно, что его транспортное средство может стать очень непослушным из-за гололеда, каких-либо неисправностей, из-за ДТП (или столкновения), и восстановить контроль над ним иногда просто сложно, а иногда и не возможно, а автомобилю в этом случае способствовать немало бед. Однако пешеходы, хоть и не относятся к источнику повышенной опасности, на самом деле представляют значительную угрозу для безопасности дорожного движения, и немалую головную боль водителям автотранспорта. Причем, в большинстве случаев ДТП с пострадавшими виновниками являются пешеходы, которые пренебрегают Правилами дорожного движения. Они считают, что знать и соблюдать их должны только водители. Забывая о том, что их собственная безопасность зависит в большей степени от их культуры поведения на дорогах. Ведь на самом деле, если разобраться, с пешехода же взятки гладки: ну что такое семнадцать с половиной тысяч рублей штрафа (по максимуму)? Да и «прав вождения» его не лишит. Поэтому и нарушают Правила дорожного движения с необычайной легкостью, не чувствуя ни ответственности, ни страха.

Конечно же, в идеальном случае транспортные потоки и потоки пешеходов участников дорожного движения должны быть полностью разделены. Автомобили передвигаются в своей плоскости, а пешеходы в своей. Представьте себе, что наши авто передвигаются в специальных тоннелях, наподобие нынешних «дорог» метрополитена. Пешеходы там появляться в принципе не могут, да и незачем. 101 процент исключения попадания пешехода под «машину». Это идеальный случай. Может быть, когда-нибудь в будущем это и сбудется, а пока придется целеустремленно, неустанно, изо дня в день «вбивать» нашим совсем несознательным гражданам, что переходить дорогу в неположенном месте это не только вредно для кошелька, но в первую очередь для здоровья и жизни. По статистике, которая довольно печальна, практически каждый день происходят наезды на пешеходов. Большинство случаев имеют довольно печальные последствия в виде тяжелых травм и увечий для пешеходов. И если многие думают, что эти наезды происходят на пешеходных переходах, то они глубоко ошибаются. Основная масса ДТП с участием пешеходов происходит вне установленных мест для передвижения людей.

Госавтоинспекция в очередной раз обращается к пешеходам с призывом не подвергать свою жизнь и судьбу водителей неизвестности, нарушая те или иные требования Правил дорожного движения. Нелишне будет напомнить и то, что не только водители, но и пешеходы обязаны знать и соблюдать ПДД.

Сергей ТУРКИН, зам. начальника ОГАИ Московского РУВД г. Минска, майор милиции

Творчасць нашых чытачоў

Впереди еще немало зимних выю. В теплую одежду надо кутаться, Но сегодня солнце как-то вдруг По-весеннему согрело нашу улицу. Разорались дружно воробьи. И синицы тренькают: «Свет, свет!». Снег, пожившись, открыл клочок земли — И мне кажется: зимы уж больше нет.

Кажется: бегут уже ручьи, Наполняя звоном все вокруг. Кажется: в оттаявшем лесу Первые подснежники цветут.

Юлія КІСЯЛЕВА, г. Мінск

«подрезает» других, оставляет машину надолго в проезде дома, вытесняет пешеходов с перехода, дымит, прогревая двигатель, прямо под окнами, то этому человеку присущи агрессивное поведение, эгоизм, недисциплинированность, которые рано или поздно приведут к ДТП.

Практика позволила выработать основные нормы и правила поведения водителя: действуйте понятно для других водителей и пешеходов — это поможет избежать многих критических ситуаций; терпеливо и снисходительно относитесь к ошибкам других; не возмущайтесь каждой мелочью: медлительным пешеходом, красным сигналом светофора, медленно движущимся транспортным средством, относитесь к этим явлениям спокойно, как к неизбежному; не допускайте возникновения отрицательных эмоций при необходимости уступить дорогу другому участнику дорожного движения; остановившись у светофора в темное время суток, не держите ногу на педали тормоза: яркий свет стоп-сигналов может ослепить водителей автомобилей, стоящих сзади; не забывайте благодарить поднятием руки водителей, уступивших дорогу по вашей просьбе или предупредивших об опасности; не настаивайте на своей правоте, а просто уступайте дорогу.

Кроме того, определенные жесты и сигналы, подаваемые водителями при движении, помогают им прогнозировать развитие дорожно-транспортной ситуации и предотвращать ДТП. Кратковременное периодическое включение или переключение света фар при обгоне, опережении, выезде из ворот и переулков. При вынужденной остановке в местах, где она запрещена, необходимо включить аварийную световую сигнализацию и незамедлительно выставить знак аварийной остановки (мигающий красный фонарь) — не менее 15 метров от транспортного средства в населенных пунктах и 40 метров вне населенных пунктов. В практике дорожного движения водители применяют и другие сигналы, не регламентированные Правилами дорожного движения.

Так, однократное кратковременное включение дальнего света фар означает «обрати внимание» или «понял», два кратковременных — «снижай скорость, впереди опасность», несколько кратковременных — «уступаю дорогу». Если обгоняющий автомобиль не сможет завершить обгон из-за препятствия, водитель обгоняемого транспортного средства должен дать ему возможность перестроиться на его полосу движения. При разъездах на пересечениях равнозначных дорог в некоторых неясных ситуациях водители иногда показывают жестами, кто должен проехать первым. Рекомендация остановиться из-за замеченной неисправности передается переключением света фар и включением звукового сигнала, а также жестом руки, направленной на обочину. О спущенной шине информируют, описывая кистью руки круг и указывая вниз. Если у автомобиля неплотно закрыта дверь, можно обратиться на это внимание водителя, двигаясь рядом и указывая на дверь рукой.

И напоследок. Надо знать, что звуковой сигнал воспринимается человеком почти мгновенно, в 5–7 раз быстрее, чем световой, поэтому в ряде ситуаций он может сыграть важную роль в предотвращении ДТП, предупреждая других участников дорожного движения об опасности.

Сергей ТУРКИН

