

100 страниц о самом главном

Ежемесячный журнал
№06 (360),
июнь, 2023 г.
Основан 05.01.1993 г.

Издатель и учредитель –
ООО «Шенкман
и сыновья»

Генеральный директор
Борис Шенкман

Главный редактор
Борис Шенкман

Обозреватели
Татьяна Абрамова
Светлана Чечилова

Редактор
Мария Лебедева

Верстка
Сергея Сухарева

Фото на обложке
Геннадия Михеева

Адрес для писем:
Москва 127018
Сущевский Вал, д.5,
строение 15

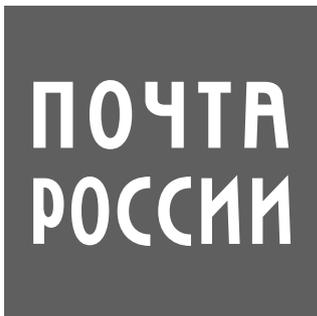
Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2023 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Татьяна Агушина Вылечено в России	3
Анна Антонова Самый страшный страх	9
Александр Орлов Брадикардия у пожилых: чем опасна?	15
Галина Костина Как остановить перестрелку в ухе ?	19
Лилия Николаева Болезнь Паркинсона: лечить как можно раньше!	23
<i>Лента новостей</i>	28
Вадим Кириллов Что такое рак почки	30
Татьяна Абрамова Побеждаем стрессы	38
Татьяна Агушина Дети болеют круглый год	46
Людмила Полонская Истории без обложки	49
Вадим Кириллов Ячмень и халазион – не перепутайте!	55
Дина Балясова Летние подарки для нашего зрения	57
<i>Без подробностей</i>	64
Галина Костина Красота в женских руках	66
Татьяна Абрамова Соберите полевой хвощ	71
Инна Курдакова Писатели шутят	77
Андрей Деев Искусство путешествий	79
<i>Проверка интеллекта</i>	87
<i>Театральные истории</i> Софья Миллер Лучшие театры Петербурга	88



Дорогие друзья!

На журналы «**Будь здоров!**» и «**60 лет – не возраст**» можно подписаться в любом почтовом отделении страны.

НАШИ ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

ПН078 – подписка на журнал «Будь здоров!»

ПН079 – подписка на журнал «60 лет – не возраст»

Комплект – самый выгодный вариант для тех, кто хочет подписаться на оба журнала:

ПН080 – подписка на журналы
«Будь здоров!» + «60 лет – не возраст»

*Подписаться на наши журналы через интернет можно на сайтах **podpiska.pochta.ru**, **pressa-rf.ru** и **akc.ru***

Здесь вы можете оформить подписку для своих родных и друзей, живущих в других регионах



Вылечено в России

Национальный медицинский исследовательский центр (НМИЦ) онкологии им. Н.Н.Блохина организовал фотовыставку под названием «Вылечено в России». Героями проекта стали пациенты Каширки и их врачи – 14 уникальных историй людей, победивших и побеждающих рак. Каждая история – это не только пример силы духа пациента и мастерства врачей, но и яркий рассказ о современных медицинских технологиях, благодаря которым рак может быть излечен

Доктор медицинских наук Константин Константинович Лактионов признает, что еще лет 20 назад онкологи не могли похвастаться подобным успехом. Сегодня достижения, внедренные в клиническую практику, позволили добиваться уникальных результатов. «Мы очень много узнали о злокачественном опухолевом процессе, научились

разбираться в биологии этого процесса, выявлять слабые места в той опухоли, которая у человека развилась, и эффективно на нее воздействовать. Пополнен арсенал лекарственного лечения: химио-, иммуно-, таргетная терапия. Это объединенное понятие биотерапии, которая позволила либо дать шанс на избавление от опухолевой патологии,

либо длительно контролировать опухолевый процесс пациентам, которые начинают лечение даже в запущенных стадиях».

Не стоят на месте и хирургические технологии. Сегодня к ним добавились эндоскопические возможности. В результате сроки реабилитации и дополнительного лечения, которое бывает необходимо пациенту, существенно сократились. Раньше после объемных операций онкологи возвращались к лекарственному лечению через месяц-полтора, сейчас уже через 7–10 дней пациент может получать дополнительную терапию. Минимизированы инвалидизирующие вмешательства при патологии костей и суставов. Успехи в эндопротезировании сохраняют пациентам серьезные шансы для социальной адаптации. Пациенты стали жить дольше, и больше больных выздоравливают.

Лактионов рассказал о новых отделениях, которые открыты на базе НМИЦ онкологии. Если раньше вся пластическая онкология ассоциировалась только с пластикой молочной железы, то сейчас возникло целое реконструктивно-пластическое направление: хирургия стала более агрес-

сивной и объемной, что, соответственно, может вызывать определенные дефекты, которые требуют пластического компонента. В реконструктивно-пластическом отделении работа поставлена на поток, здесь разрабатываются новые подходы, что дает удивительные результаты лечения.

«Недавно мне показывали пациента с операцией на костях таза. Раньше после нее пациент был прикован к постели. Сегодня с помощью принтера изготавливается индивидуальный протез, который имплантируется, и после реабилитационного периода пациент встает на ноги и ведет нормальный, адаптированный образ жизни. Но реконструктивно-пластические операции проводятся не только на костях. Очень сложна челюстно-лицевая хирургия. И здесь тоже бывают объемные операции, требующие пластического компонента, он позволяет пациентам сохранить свой облик», – рассказывает Лактионов.

В НМИЦ онкологии открылось отделение неонатальной онкологии – для крошечных пациентов до года. Подобных специализированных подразделений в России больше не существует. Прежде судьба

маленьких пациентов со злокачественными новообразованиями была печальной, но сегодня серьезный подход высококвалифицированных специалистов позволяет диагностировать заболевание в раннем возрасте и правильно провести лечение. Это направление оказалось очень востребованным: отделение заполнено, число консультаций для региональных онкологов выросло в разы.

В Центре уделяется большое внимание психологической поддержке пациентов. С этого года открыт уникальный отдел психотерапевтической помощи. Единичные психотерапевты работают в разных онкоучреждениях, но в НМИЦ онкологии сформирован целый отдел. «И мы видим интеграцию его сотрудников даже в мультидисциплинарные консилиумы, которые проводим для пациентов. Честно говоря, прежде мнение больного, его желания учитывались не в первую очередь. Сегодня пациент – полноправный член консилиума и сам принимает решение», – говорит Лактионов.

Отделение кардиохирургии тоже оказалось очень востребованным: возраст онкопациентов в среднем составляет 60+, и сердечно-сосудистая

патология зачастую конкурирует с опухолевым процессом. Идти по пути лечения онкологического заболевания или сначала корректировать сердечно-сосудистую патологию? А может быть, заниматься сразу обеими проблемами? Этими вопросами задается лечащий врач. И выбирает верную стратегию: многие пациенты подвергаются одномоментной коррекции состояний.

В 3,5 раза увеличилось число иностранцев, приезжающих лечиться в НМИЦ онкологии им. Блохина. И не только из стран постсоветского пространства, но и из дружественных и недружественных государств. Их привлекает не только высокий уровень компетенции специалистов и оснащения клиник современным оборудованием, но и доступность услуг, цены на них.

К.К. Лактионов подчеркнул, что сегодня основой для выбора стратегии лечения являются клинические рекомендации, которые каждый год обновляются. Сейчас многие зарубежные фармкомпании объявили о том, что они прекращают клинические исследования новых препаратов на территории России, включая таргетные, иммуноонкологические. Тем не менее все кли-