

Для всего сердца

В Перми придумали бот, который следит за вашим артериальным давлением

На площадке «Лето-Парка», расположенного на городской эспланаде, 23 августа попытались развенчать «Мифы о сердце». Именно так называлась лекция, которую провёл Владимир Владимирский, кардиолог высшей категории, доктор медицинских наук, заведующий кафедрой факультетской терапии №1 Пермского медуниверситета.

В частности, доктор разрушил ряд популярных в обществе предубеждений: что болезни сердца и сосудов — удел пожилых людей, что при болезнях сердца всегда должны быть боли в области груди и что у тех, кто занимается спортом, здоровое сердце.

Неслучайно краевой минздрав, щонд обязательного медицинского страхования и хентр медицинской проф лактики, при поддержке которых состоялось мероприятие, сфокусировали внимание именно на этой теме. По оценке статистике, больше половины случаев летальных исходов в Прикамье приходится именно на сердечно-сосудистые заболевания.

Узнав о печальной статистике, -директор одной из пермских консалтинговых компаний Евгений Колонский решил, что пора показаться кардиологу.

Что такое MetrixBot

Как-то в разговоре со своей знакомой я узнал, что сердечно-сосудистые заболевания — это фактор риска номер один по показателям смертности. Поэтому нынешней весной решил на всякий случай сходить к кардиологу, проверить свое здоровье. Прошёл обследование, и выяснилось, что мой фн давления выше, чем должен быть у здорового че-

ловека, хотя всегда был нормальный.

Приём вёл профессор Владимир Владимирский. Он объяснил мне, что из-за этого сердечно-сосудистая система быстро изнашивается. Доктор посоветовал мне вести бумажный дневник, чтобы отслеживать своё артериальное давление. Но моя работа связана с частыми перелётами, и это не всегда удобно — заносить данные в бумажный блокнот, а смартфон всегда под рукой. Проанализировав и протестирував несколько приложений для смартфонов, я пришёл к выводу, что они или очень заумные, или не подходят мне, поэтому решил придумать своё. В результате появился — это даже не приложение, а алгоритм, который «живёт» внутри социальных сетей или интернет-мессенджеров: ВКонтакте, .

Есть группы людей, которым, может быть, не нравится набирать текст на клавиатуре, потому что у них слабое зрение или заняты руки. Мой лечащий врач посоветовал подумать над тем, что можно в этом плане сделать. Так появилась версия для голосового помощника «блеска», которая работает на технологиях «яндекса». Он воспринимает данные на слух. Весь процесс создания бота от идеи до реализации занял у меня около двух месяцев.



Зачем и для кого создан бот

Мало известно, что артериальная гипертензия — это фактор риска номер один среди всех причин сердечно-сосудистых заболеваний. Причём это не симптом какого-то заболевания, а сама болезнь. Ц даже не большое снижение давления — на 5-10 мм ртутного столба — существенно снижает риски заболевания. Чтобы снижать и контролировать своё давление, нужно его знать. Что так же, как на автомобиле, — смотришь на стрелку тахометра, следишь за двигателем. Я не фанат здорового образа жизни, но, на мой взгляд, контроль за давлением дол-

жен стать для нас чем-то обычным.

Но препятствием является то, что не у всех есть аппараты для измерения артериального давления, а если и есть, то эти показатели нужно куда-то заносить — например, в бумажный дневник здоровья. Что неудобно. Появилась идея — сделать этот процесс как можно проще. Ц, на мой взгляд, у меня это получилось. Записываясь два числа — верхнее и нижнее давление в приложение х, и он выстраивает график. Данные можно посмотреть за любой период, начиная с момента установки бота. В головной версии для «блеска» можно ввести ещё и свой вес. Когда спустя два месяца я пришёл к кардиологу и показал ему данные за этот период, ему одного взгляда на график было достаточно, чтобы сделать выводы.

Применение в массовой медицине

ю познакомился с министром здравоохранения Пермского края и его заместителем. Скажу, что в министерство пришли молодые и энергичные люди, которые поддерживают новые идеи, и они проявили интерес к моему боту. Но в то же время сейчас врачи нацелены на работу в основном с больными людьми, у которых уже есть какие-то проблемы со здоровьем. В случае с ботом же целевая аудитория — это

здоровые люди Кто крайней мере те, кто считают себя таковыми Ж ц у минздрава была идея сделать этот бот одним из каналов массового сбора данных и связать его с краевой медицинской системой, которая собирает полную электронную карту и через которую работает каждый доктор в регионе. В идеале доктор должен видеть графики в режиме реального времени. Но пока это на уровне планов.

ю веду свою статистику и вижу, что уже несколько десятков человек подключили себе и регулярно им пользуются. что некоммерческий проект, и ботом можно пользоваться совершенно бесплатно всем желающим.

Комментарий кардиолога Владимира Владимирского: «Артериальная гипертензия — это один из основных, помимо курения, гипертонии, гиподинами и так далее, факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний. Безусловно, этот инструмент контроля давления полезен с двух точек зрения: для пациента, потому что он регулирует нагрузку на здоровье и определяет, есть фактор риска или нет а для врача с той точки зрения, что мы можем проследить динамику на протяжении длительного времени. Кроме того, можно получить информацию по эффективности назначенного лечения. ю уже рассказываю об этом боте своим пациентам, и мы с коллегами обязательно будем отслеживать его эффективность. Возможно, даже со студентами вуза проведём какие-то исследования, используя ».

Рабочий выходной

Справки для детского сада можно будет получить в поликлиниках 1 сентября

До начала учебного года в краевых детских поликлиниках по субботам будут работать кабинеты выдачи справок и направлений. Это позволит сократить нагрузку на врачей и уменьшить очереди на получение справок в дошкольные образовательные учреждения. Традиционно порядка 30% дошкольников получают медицинские документы именно в выходные.

Кабинеты для получения справок и направлений будут работать по субботам до начала учебного года, в том числе 1 сентября. С 8 сентября детские поликлиники вернутся к обычному режиму работы — с 9:00 до 15:00 в будние дни.

Дмитрий Матвеев, министр здравоохранения Пермского края:

— Во время предшкольной суеты не все работающие родители успевают в рабочее время получить необходимые для детей справки и направления. Поэтому мы решили облегчить этот процесс и сделать его более комфортным.

Выдача справок для дошкольников в выходные дни — далеко не единственный

пример того, как усовершенствовали работу в детских поликлиниках города.

Так, в этом году упростили процедуру прохождения профилактических осмотров для детей, которым исполнилось один год и три года. Если раньше родителям приходилось самостоятельно записываться ко всем специалистам, которых должен пройти ребёнок, то сейчас о необходимости медосмотра напоминают по телефону работники поликлиники, у них же можно записаться на удобное время.

Чтобы потоки здоровых и заболевших детей не пересекались, в поликлиниках выделили специальные дни для профосмотров — в Перми профосмотры занимают обычно два дня в неделю, причём за несколько визитов в поликлинику.



все нужные специалисты заняты только профосмотрами и располагаются в соседних кабинетах, весь процесс осмотра занимает сейчас от одного до двух часов. Ранее родителям приходилось проходить всех специалистов несколько дней и даже неделю, причём за несколько визитов в поликлинику.

«Нам год и три месяца, мы проходили осмотры ещё по-старому — записывались ко всем специалистам и сидели в очередях, тратя кучу времени и нервов. У подруги ребёнок младше на пару месяцев, они уже проходили по-новому. Она просто в восторге, очень довольна: в одном кабинете сидели

организации приёма пациентов теперь не надо ждать очереди к участковому врачу, чтобы взять справку или получить экстренное лечение. Кто больничный при сезонной простуде — для этого открыты дополнительные кабинеты для выдачи справок и для неотложной помощи. Ц-за того, что участковый врач теперь принимает только пациентов по предварительной записи, ожидание записи на приём удалось в большинстве поликлиник Перми сократить до 2 часов, а в некоторых поликлиниках пациента могут принять прямо в день обращения.

Напомним, губернатор Пермского края Максим Решетников обявил детское здравоохранение и амбулаторно-поликлиническую помощь главными приоритетами в здравоохранении края на ближайшие три года.

По информации Министерства здравоохранения Пермского края