

Платки наготове!

По рекомендации Всемирной организации здравоохранения ежегодно 7 апреля проводится Всемирный день здоровья. Для каждого из нас это лишний повод задуматься о здоровье как собственном, так и всех близких и окружающих. Тем более что впереди самые тяжёлые месяцы для аллергиков. Некоторые уже сейчас с ужасом ждут приближения первых тёплых деньков и пачками закупают антигистаминные средства, спреи и платки.

Вооружитесь информацией

По статистике, аллергии ей страдает каждый пятый житель нашей планеты. При этом чем крупнее город, тем больше в нём аллергиков: от 30 до 60% населения мегаполисов подвержено этому неприятному заболеванию. По прогнозам Всемирной организации здравоохранения, XXI век станет веком аллергии.

По мнению специалистов, главная проблема аллергиков в том, что они слишком легкомысленно относятся к этой болезни, не придавая ей большого значения. Многие даже не осознают, что больны, относят симптомы аллергии на счёт других заболеваний. Нередко человек страдает из-за элементарного незнания симптомов, видов и методов лечения аллергии. Между тем, чтобы победить врага, нужно знать его в лицо.

Заведующая отделением аллергологии Пермской краевой клинической больницы, главный аллерголог Пермского края Таисия Жадова:

— Аллергия — состояние повышенной чувствительности организма к определённым веществам (аллергенам), развивающееся при повторном их воздействии. Само слово «аллергия» происходит от двух греческих слов: «алло» — другой, иной и «эргос» — действие. Буквальный перевод слова означает «действие по-другому». Сам процесс болезни можно описать так: те вещества, которые вызывают аллергию, называются аллергенами, а вещества, которые вырабатываются в ответ на аллергены, называются антителами (иммуноглобулины класса E). При повторной встрече с аллергеном, когда нарабатывается достаточно много анти-

тел, развивается какое-либо аллергическое заболевание.

Аллергию может вызвать что угодно: продукты питания, лекарства, животные... Кроме того, существует так называемая сезонная аллергия — поллиноз. Если с первыми аллергенами можно бороться методом простого исключения (например, не употреблять в пищу тот или иной продукт, исключить контакт с животными), то исключить пыльцу из воздуха не представляется возможным.

Сезонные страдания

Период всплеска аллергии длится все «зелёное» время года. При этом, по словам специалистов, существует три волны пыления растений. В зависимости от региона и погоды они могут меняться.

«В Пермском крае есть три пика пыления растений, следовательно, три периода обострения у больных поллинозом. С конца апреля и до конца мая аллергия связана с пыльцой деревьев и кустарников: берёза, ольха, орешник, дуб, клён, — рассказывает Таисия Жадова. — В конце июня начинается вторая волна — пыление «диких» злаковых трав: тимopheвка, овсяница и т. д. Третья волна начинается с конца июля и продолжается примерно до середины сентября. В это время у нас цветут сорные травы: полынь и лебеда. К счастью, в нашем крае нет амброзии — самого главного аллергена из этой группы».

Методы борьбы

Если точно знать, пыльца каких растений вызывает у вас аллергию, в преддверии весны можно придумать определённую тактику, и это облегчит страдания. По словам главного аллерголога Пермского края, за-



логом успешного лечения «весенне-летней» напасти служит комплексный подход к проблеме, иными словами, лечение аллергии нужно начинать задолго до начала сезона. Во-первых, это намного повысит эффективность и увеличит стойкость эффекта, во-вторых, смягчит проявление аллергии.

Таисия Жадова:

— Начиная с зимы и до середины апреля мы проводим предсезонную профилактику поллиноза, которая называется аллерген-специфическая иммунотерапия (АСИТ). Заключается она в том, что мы вводим микродозы аллергена вне сезона цветения. Таким образом мы приучаем организм не реагировать на высокую концентрацию аллергена.

Есть и более радикальные методы борьбы с аллергией, например, можно уехать в другой регион или страну до тех пор, пока «ваш» аллерген не отцветёт. «Ехать нужно либо далеко на север, где вишневые в развитии аллергии растения ещё не пылят, либо далеко на юг, где они уже прекратили цветение, — советует Таисия Жадова. — Но

есть регионы, куда вообще не стоит выезжать людям, страдающим аллергией. Например, пермякам не стоит ехать в Краснодарский край, в Ставрополье, потому что там растёт амброзия — самый сильный по антигенным свойствам сорняк».

Есть и другие методы. «Во-первых, не позволяйте пыльце проникать в ваше «убежище». Окна и форточки в квартире лучше держать закрытыми, — рекомендует Таисия Жадова. — Или, если

на улице тепло, растяните на открытых окнах слегка влажную марлю. Полностью проветривать помещение рекомендуется только после дождя, когда концентрация аллергенов в воздухе минимальная. После прогулок мы рекомендуем принимать душ, для того чтобы смыть пыльцу со слизистых оболочек и кожи. Если есть большая необходимость выполнения работ в саду, лучше надевать очки и медицинскую маску, смоченную в воде».

Кроме того, уменьшить запылённость воздуха и количество аллергенов можно с помощью использования специальных очистителей воздуха. В первую очередь такие приборы следует устанавливать в спальне.

Лечимся с умом

Вопрос о том, можно ли раз и навсегда вылечить аллергию, остаётся открытым: кому-то это удастся в полной мере (путём исключения аллергена из своей жизни), некоторые добиваются долгосрочной ремиссии, а кому-то, к сожалению, ничего не помогает. На сегодняшний день такое тяжёлое заболевание, как бронхиальная астма, считается неизлечимым, но контролировать его можно.

Зная причину аллергии, можно добиться такого состояния, что симптомы аллергического заболевания не будут беспокоить. Однако, как отмечают специ-

алисты, нередко горожане предпочитают заниматься самолечением, а в лучшем случае обратиться за консультацией к работникам аптек.

«Пациент может приобрести не то лекарство, которое ему нужно. Например, человек с ринитом обращается в аптеку и просит порекомендовать ему что-нибудь, описав симптомы болезни. Фармацевт может предложить в этом случае сосудосуживающие капли, которые буквально через 5 минут снимают симптомы. Их действие сохраняется на протяжении 3–4 часов, затем симптомы повторяются снова. Т.е. это не лечение болезни, а купирование на короткий период симптомов, — поясняет Таисия Жадова. — У меня были пациенты, которые «лечились» таким образом недели, месяцы и даже годы. Ни к чему хорошему это не приведёт: болезнь будет прогрессировать, увеличится количество аллергенов, переносимых человеком, и, например, аллергический ринит может перерасти в бронхиальную астму».

То же касается привычных нам антигистаминов: они лечат симптомы, а не причину. Но без них пережить сезонное обострение практически невозможно. Поэтому помните: покупая то или иное лекарство, нужно следовать назначению лечащего врача, а не рекламе или советам близких и работников аптек.

• Пермский край

Достроить в кратчайшие сроки

Губернатор Прикамья Виктор Басаргин поручил региональному правительству взять под жёсткий контроль завершение строительства перинатального центра в Кунгуре. Параллельно с завершением строительства губернатор поручил начать оформление всех необходимых разрешительных документов с тем, чтобы не затягивать ввод центра в эксплуатацию.

«Жителям надоело слушать обещания, которые звучат уже добрых пять лет. Приезжаю в Кунгур в прошлом году — публично называют один срок ввода. В конце года —

другой. Всё, хватит. Строительство должно быть завершено в кратчайшие сроки», — подчеркнул губернатор.

Напомним, кунгурский перинатальный центр является долгостроящим, его ввод в эксплуатацию должен был состояться ещё в 2008 году. В то же время медицинская статистика показывает, что там, где работают перинатальные центры, повышается рождаемость, удаётся спасти десятки и сотни жизней новорожденных, сохранить здоровье матерей.

Анна Романова

ПРИ КАМНЯХ В ПОЧКАХ!

Лечебные элементы физиотерапевтического устройства «Физомед» воздействуют на внутреннюю структуру почечных камней, постепенно их разрушая. Одновременно пояс стимулирует процессы микроциркуляции и физиологического обмена, благодаря чему, почки эффективно выводят из организма образовавшиеся в результате разрушения камней песок и микрофрагменты.

- Способствует разрушению всех видов камней
- Снимает боль и воспаление
- Препятствует повторному камнеобразованию
- Реабilitирует почку в случае травматического воздействия
- Рекомендовано к применению в медицинской практике Минздравом РФ с 1997 года
- Эффективно на всех стадиях заболевания
- Способствует восстановлению функции почек

ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА!

Устройства «Физомед-Артро» активизируют процессы вне- и внутрисуставной микроциркуляции, трофики, клеточного обмена и регенерации тканевых структур, значительно улучшается самочувствие и качество жизни пациента. Эти устройства дают страдающим остеохондрозом и заболеваниями суставов реальную возможность не только избавиться от боли, но и максимально восстановить подвижность суставов и позвоночника.

- Снимают боль и воспаление
- Устраняют отек и напряжение
- Способствуют восстановлению хряща, нормализации кровообращения
- Зарегистрированы в Минздраве РФ и внесены в гос. Реестр в 2004 году
- Способствуют восстановлению двигательной активности
- Препятствуют разрушению межпозвонковых дисков

В Перми продукцию «Физомед» можно приобрести в Торговом доме «Перммедтехника»:

- ул. Ленина, 65, т. 236-77-59
- ул. Луначарского, 32, т. 212-51-48
- ул. Куйбышева, 46, т. 236-48-25
- ул. Мира, 67, т. 226-33-22
- ул. Мильчакова, 19, т. 224-79-02
- аптека: пл. Дружбы, 30, т. 281-94-76

Информация об устройствах «Физомед» на сайте www.fizomed.ru и по тел. 8 (800) 555-0-543 (звонок без оплаты).

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ!

**10 апреля в ДК им А. С. Пушкина (ул. Щербакова, 33)
11, 12 апреля в ДК Железнодорожников (ул. Локомотивная, 1)
13, 14 апреля в ДК ВОС (ул. Краснова, 24)
с 10 до 18 час.**

состоится СОЦИАЛЬНАЯ распродажа текстиля (г. Иваново)

Спешите приобрести:

- ➔ постельное бельё от 250 руб.
- ➔ носки от 10 руб.
- ➔ футболки х/б от 80 руб.
- ➔ халаты (бязь) от 100 руб.
- ➔ полотенца от 33 руб.
- ➔ сорочки от 70 руб.
- ➔ тапочки от 50 руб.

пледы, покрывала, подушки «Бамбук», пух-перо, «Лебяжий пух», комплекты постельного белья из поплина, «Зима-Лето», «Уют», теплые и облегченные одеяла из овечьей шерсти и многое другое.

Цены ниже цен КОНФИСКАТА.

Торопитесь! Количество товара ограничено!

Не надо мечтать о поездке в г. Иваново, приходите к нам. Мы работаем напрямую от производителей, без посредников.