

Холестерин не болит: итоги акции «Стоп инсульт»

Стремительный темп жизни добавляет всё больше условий не только для улучшения качества жизни человека, но и для увеличения числа различных недугов. Наиболее распространенными являются сердечно-сосудистые заболевания. Они помолодели настолько, что инсульт уже встречается у школьников.

В преддверии Всемирного дня борьбы с инсультом во Всеволожской КМБ впервые состоялась акция «Стоп инсульт», в которой участвовало более 50 жителей Всеволожска. Чтобы принять всех, кто записался на акцию, были задействованы два передвижных мобильных комплекса ВКМБ. Волонтеры – студенты-медики помогали распределять потоки пациентов.

Каждый участник бесплатного обследования «Стоп инсульт» смог сразу получить результаты экспресс-анализа крови на сахар и холестерин, электрокардиограмму и консультацию врача-невролога. Медики измеряли артериальное давление, пульс, температуру тела и сатурацию крови.

Приём вели два врача-невролога – Андрей Геннадьевич Старжинский и Татьяна Юрьевна Васильева.

– Холестерин, к сожалению, не «болит». Поэтому трудно понять по своему состоянию, что стоит обратиться к врачу и что возможен риск инсульта. Именно для этой цели мы провели эту социально значимую акцию для жителей нашего города, – отметила заведующая Центром высокого риска сердечно-сосудистых заболеваний Екатерина Александровна Луцкич.

Возможностью пройти обследование в рамках акции «Стоп инсульт» воспользовалось более 50 человек. 36% участвовавших в акции были направлены врачами на дальнейшее углубленное обследование, поскольку у



Каждый участник бесплатного обследования «Стоп инсульт» смог сразу получить результаты экспресс-анализа крови на сахар и холестерин, электрокардиограмму и консультацию врача-невролога

них был верифицирован высокий и средний кардиоваскулярный риск. Примерно у половины пациентов были показания для выполнения УЗИ БЦА (ультразвуковое исследование брахиоцефальных артерий). В акции приняли участие люди самых разных возрастов, от 37 до 83 лет, средний возраст участников составил 65 лет, женщин было примерно в три раза больше, чем мужчин.

Пресс-служба Всеволожской клинической межрайонной больницы

А у нас к обеду квас... А у вас?

Ещё в XIX веке культурное пространство Европы и части России разделилось на два лагеря. Принципом такого разделения стало отношение к питанию, а в широком смысле – к продуктам и предметам животного происхождения. 1 ноября часть «прогрессивного» человечества отметила Международный день вегана.

С вегетарианством как явлением европейцы познакомились ещё в XVI – XVII веках в азиатских странах, где население исповедовало буддизм и индуизм. А вот в виде одноименного сообщества оно впервые появилось в Англии в 1847 году. В 1860 году в Германии открылись сразу два вегетарианских объединения. Чуть позже они появились в Швеции и во Франции. В России вегетарианство обрело популярность в 1880-х годах благодаря писателю и мыслителю Л.Н. Толстому, который считал отказ от продуктов животного происхождения первым этапом нравственного возрождения человечества. В то время как большинство отечественных врачей считали отказ от мясной, рыбной и прочей животной продукции идеями вредной и опасной. В России первое сообщество вегетарианцев было создано в 1901 году. Дореволюционные российские вегетарианцы делились на «идейных» и «гигиенистов». Для первых отказ от «убойной» пищи являлся делом сугубо нравственным, вторых же заботило исключительно здоровое питание. И хотя с «безубойниками» спорили, их осуждали и высмеивали в фельетонах, в Петербурге и других крупных городах повсеместно открываются вегетарианские столовые. Убежденными вегетарианцами были популярные и влиявшие на умы философы Владимир Соловьев и Артур Шопенгауэр, писатели Николай Лесков и Бернард Шоу, художники Илья Репин и Николай Рерих и другие известные личности.

ВЕГАНЫ ВСЕХ СТРАН ОБЪЕДИНИЛИСЬ

Вегетарианство и вегетарианцы появились на Земле давно, но международное признание это явление получило лишь в 1994 году, в день 50-летия Веганского общества (Vegan Society), организованного в 1944 году Дональдом Уотсоном. Именно 1 ноября стало датой празднования Международного дня вегана. И если верить статистике, то число сторонников «растительного» образа жизни с каждым годом растёт. Ряды веганов постоянно пополняются в основном лицами в возрасте 20–35 лет, львиную долю которых составляют представительницы прекрасного пола. Не последнюю роль в этом процессе сыграла достигшая сегодня пика популярности по всему миру йога, основная часть приверженцев которой опять же женщины.

О ВРЕДЕ И ПОЛЬЗЕ

Но, как и прежде, у этого явления остается немало и «противников». По мнению большинства медиков, у веганского и вегетарианского образа жизни есть ряд бесспорных преимуществ, но минусов для нормально-



го функционирования организма наука видит гораздо больше. Так, ограничение потребления мяса приводит к недостатку жизненно важных аминокислот и минералов, что чревато ухудшением состояния костей, волос, кожи, а может и привести к атрофии сердечной мышцы. Подобная диета недопустима для детей, беременных женщин, кормящих мам и крайне нежелательна для пожилых людей. Приверженцы же веганизма отмечают, что с принятием такого образа жизни и системы питания их состояние здоровья и общее эмоциональное состояние улучшилось, в теле появилась необъяснимая «легкость», а ум стал яснее.

Кто прав в этом многовековом споре, судить не нам. Благо живём мы во времена невиданной в истории человечества степени свобод и дозволений. Так, в некоторых странах Западной цивилизации человек уже в раннем детстве наделен правом изменить свою половую принадлежность. Ужас, конечно, но на этом фоне дискуссия на тему «Чем питаться» кажется совсем уж незначительной для дальнейшей судьбы человеческой расы. А в общем, с праздником тех, кто по убеждению, а не слепо следуя моде, выбрал для себя веганский образ жизни и не вредит при этом остальной части человечества.

■ **АВТОР** Александр СОРОКИН
Фото из открытых источников

СПРАВКА:

Веганство, или веганизм, – наиболее радикальная форма приверженности к образу жизни и системе питания, исключающим компоненты животного происхождения. Веганы – это строгие вегетарианцы, в рационе которых отсутствуют не только мясо и рыба. Они не употребляют яйца, молочную продукцию, мёд и прочее. Не носят одежду из шерсти, кожи, шелка, меховые изделия и не используют продукцию, которая тестируется на животных.



ЧТО ТАКОЕ ДИСПАНСЕРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ И КАК ОНО ПРОХОДИТ ПО ОМС

Диспансерное наблюдение – это регулярное динамическое наблюдение и периодическое обследование состояния здоровья пациентов, которые имеют хронические заболевания, функциональные расстройства или восстанавливаются после серьезных травм, операций или заболеваний.

Пациенты, которые стоят на диспансерном учете, регулярно посещают лечащего врача, сдают анализы, проходят необходимые обследования и, если надо, получают бесплатные лекарства. Это помогает вовремя скорректировать показатели здоровья, предотвратить осложнения и развитие патологии, что позволяет повысить качество жизни пациентов и увеличить продолжительность жизни. Если здоровье пациента восстанавливается после тяжелой болезни, его могут снять с диспансерного учета.

На диспансерный учет ставят пациентов:

- с серьезными хроническими заболеваниями;
- с высоким риском развития заболеваний, которые могут привести к инвалидности или смерти;
- перенесших тяжелые болезни и нуждающихся в реабилитации;
- имеющих функциональные расстройства, в том числе психические.

Врач, который контролирует состояние пациента, назначает график приемов, периодичность которых зависит от заболевания – в большинстве случаев посещение врача нужно раз в полгода и наблюдаться пожизненно.

Пациент может отказаться от диспансерного наблюдения, для этого он должен написать письменный отказ на имя главврача поликлиники по месту прикрепления.

Диспансерное наблюдение за пациентом с онкологическим заболеванием устанавливается в течение трех дней после постановки диагноза. При этом пациент должен подписать добровольное согласие на медицинское вмешательство. Наблюдение ведет врач-онколог – он назначает пациенту индивидуальный план наблюдения, организует обследование и лечение. Если обнаружит, что лечение не помогает и заболевание прогрессирует, направит пациента на консультацию к другим специалистам или в другой специализированный медицинский центр для обследования и корректировки лечения. Если пациент не может по состоянию здоровья посещать медицинское учреждение, врач может провести прием на дому или использовать телемедицинские технологии. Если пациент переезжает, врач подготавливает выписку и все необходимые документы, чтобы пациент мог передать их новому врачу в другом городе.

Пациенты, которые перенесли онкологию, должны наблюдаться у врача всю жизнь. Исключение: при диагнозе «базально-клеточный рак» пациента наблюдают в течение пяти лет, затем снимают с учета.

Диспансерное наблюдение после коронавирусной инфекции устанавливается для пациентов, которые были на искусственной вентиляции легких и при выписке у них выявили симптомы нарушений функции легких, ставятся на учет в течение трех дней после выписки.

Если пациента выписали в удовлетворительном состоянии, то через восемь недель после выписки ему рекомендовано посетить врача для профилактики – врач измерит сатурацию, отправит на рентген легких и ЭКГ, исключит тромбоэмболию.

Если после осмотра обнаружит факторы риска, тоже поставит пациента на диспансерное наблюдение. Тактика диспансерного наблюдения зависит от того, насколько серьезны осложнения у человека после перенесенной коронавирусной инфекции. Диспансерное наблюдение пациента, перенесшего пневмонию, осуществляется, как минимум, в течение года. Если за это время врачи обнаружат сопутствующие хронические заболевания, то диспансерное наблюдение продолжит профильный врач. Если понадобится, врач назначит дополнительные процедуры в поликлинике или выдаст направление в другое специализированное медицинское учреждение.

Если у вас возникли вопросы по оказанию медицинской помощи и (или) несоблюдению сроков оказания медицинской помощи, застрахованные лица могут обратиться к страховым представителям компании «Капитал МС». Для этого надо позвонить по телефону Контакт-центра Филиала: 8-800-550-67-74 (круглосуточно, звонок – по России бесплатный) или оставить запрос на официальном сайте: <https://kapmed.ru>

На правах рекламы