

УСЕ — НА ДЫСПАНСЕРЫЗАЦЫЮ!

Медыкі дапамаглі работнікам ААТ «Камволь» больш даведацца пра сваё здароўе

Слова «дыспансерызацыя» работнікаў ААТ «Камволь» відавочна не палохае. Да 9 гадзін раніцы, калі ў здраўпункце прадпрыемства павінны былі з'явіцца медыкі 11-й гарадской паліклінікі г. Мінска, у калідоры сабралася нават невялікая чарга. «Нікога не прымушам, усе прыходзяць добраахвотна», — тлумачыць намеснік генеральнага дырэктара Алена Пляскова. Карэспандэнты «Звязды» паназіралі, як праходзіць гэта медыцынская акцыя на буйным тэкстыльным прадпрыемстве.

Здаць аналіз крыві, зрабіць электракардыяграму, атрымаць кансультацыю тэрапеўта і акушэра, а таксама парады па здравым ладзе жыцця — гэта можна зрабіць, не пакідаючы вытворчых карпусоў. Усім ахвотным, у прыватнасці, можна ацаніць ступень рызыкі смяротнага выпадку ад сардэчна-сасудзістых хвароб у наступныя 10 гадоў, якая вызначаецца па табліцы SCORE з улікам

полу, узросту, акружнасці таліі, узроўню халестэрыну і іншых паказчыкаў.

— Добра, што ёсць магчымасць прайсці такі агляд, — кажа кантралёр тэхналагічнага працэсу Соф'я Гурская, якая працуе на прадпрыемстве 42 гады. — Да паліклінікі не заўсёды ёсць час дайсці, калі ўвесь дзень на працы. Было б добра, калі б да нас прыходзілі і спецыялісты вузкай накіраванасці, напрыклад гінеколагі.



— Гэтыя пытанні выразальныя, — рэагуе Алена Пляскова. — Будзем дамаўляцца з паліклінікай, каб або да нас прыходзілі ўрачы, або выдзелілі пэўныя часы для прыёму нашых работнікаў.

Жанчыны ў чаканні медыкаў прыгадваюць, што ка-

лісьці цяперашняй 11-й паліклінікі належала камбінату, а ўрачы рэгулярна наведваліся ў вытворчыя цэхі. Прадстаўніц прыгожай паловы на прадпрыемстве, дарэчы, пераважна большасць — тры чвэрці, што, уласна, відаць і па тых, хто прыйшоў на агляд, — у чарзе няма ніводнага мужчыны. Многія работніцы аддалі «Камволі» не адно дзесяцігоддзе.

— Частка нашых работнікаў працуе ў шкодных умовах — гэта пастаянны шум і пыл. Таму і на пенсію ідуць раней, жанчыны — у 50 гадоў. Але многія выказваюць жаданне застацца працаваць, і мы ідзем насустрач. Праўда, паступова калектыў амалоджаецца, сёлета да нас прыйшло больш за 60 маладых спецыялістаў, — тлумачыць Алена Пляскова.

Дыспансерызацыя ўключае прафілактычныя медыцынскія агляды і даследаванні. Яе мэта — як мага раней выявіць захворванні і фактары рызыкі, каб скарэктаваць лад жыцця ці хутчэй пачаць лячэнне і аблегчыць ход хваробы і стан пацыента.

— Рэгулярнае праходжанне дыспансерызацыі неабходна ўсім людзям, незалежна ад стану здароўя, — тлумачыць **галоўны ўрач 11-й гарадской паліклінікі Наталія АМЕЛЬЯНОВІЧ**. — Нават калі людзі лічаць сябе здаровымі, падчас дыспансерызацыі ў іх нярэдка выяўляюцца небяспечныя неінфекцыйныя хваробы, лячэнне якіх найбольш эфектыўна на ранняй стадыі. Даводзілася чуць меркаванне, што гэта мерапрыемства праводзіцца фармальна і мала што дае. Тым не менш ахвотных прайсці бясплатна прафілактычныя агляды і атрымаць кансультацыі ўрача становіцца ўсё больш. Але пацыенты выказваюць заўвагі, што ў паліклініцы або немагчыма прайсці агляд за адзін дзень, або вялікія чэргі да пэўнага спецыяліста. Таму мы арганізоўваем выходы ўрачоў на прамысловыя прадпрыемствы і ў інтэрна-

ты, размешчаныя на тэрыторыі абслугоўвання нашай паліклінікі. Калі ласка, прыходзьце, здавайце аналізы, атрымлівайце кансультацыю і пры неабходнасці — накіраванне да вузкага спецыяліста.

Вынікі першага дня працы медыкаў на ААТ «Камволь» пацвярджаюць словы Наталіі Амеляновіч: некаторым работнікам рэкамендавана звярнуцца да спецыялістаў, каб прайсці больш пазнавальнае абследаванне ці атрымаць лячэнне. У 11 работнікаў з 35 выявілі павышаны ціск, прычым у двух — упершыню, тром жанчынам па выніках агляду малочных залоз рэкамендавана прайсці мамאграфію, трох па выніках ЭКГ накіравалі на кансультацыю да ўрача-кардыёлага, у аднаго з аглядаемых выяўлены высокі ўзровень цукру ў крыві.

— Нездарма дыспансерызацыя праводзіцца пад дэвізам «Дапамажыце нам дапамагчы вам», — кажа Наталія Амеляновіч. — Звяртаць увагу і прыслухоўвацца да свайго арганізма трэба пастаянна. І нават з нязначнымі на ваш погляд праблемамі важна звяртацца да ўрача, каб не запуськаць хваробу, а своєчасова пачаць лячэнне.



Фота Ганні ЗАХКАВІЧ

ЭФЕКТ «МАТЫЛЬКА»

Летась у Беларусі зарэгістравана 324 тысячы хворых з паталогіямі шчытападобнай залозы. Анкалогію штогод выяўляюць у 1100 пацыентаў. Як часта трэба абследаваць залозу, якая ўплывае на работу ўсяго арганізма? Якія прадукты і прэпараты яна не любіць? Чым дапамагла нам ёдная прафілактыка і хто пасля чарнобыльскай катастрофы дагэтуль у групе рызыкі?

Колькасць захворванняў расце

Паталогія шчытападобнай залозы ў структуры захворванняў эндакрыннай сістэмы ва ўсім свеце знаходзіцца на другім месцы пасля цукровага дыябету. У нашай краіне агульная захваральнасць шчытападобнай залозы на працягу апошняга дваццацігоддзя паступова зніжаецца. Адбываецца гэта за кошт змяншэння самага простага захворвання — нетаксічнага валляка. За 20 гадоў яго колькасць знізілася ў чатыры разы. (Дасягнуць гэтага ўдалося дзякуючы мерапрыемствам, якія праводзіліся пасля чарнобыльскай катастрофы, у прыватнасці, масавай ёднай прафілактыцы.) Колькасць жа астатніх паталогій пакуль працягвае істотна расці.

Паводле інфармацыі намесніка галоўнага ўрача Рэспубліканскага цэнтру медыцынскай рэабілітацыі і бальнеалячэння Вольгі САЛКО, значны рост дэманструе гіпатырэоз — стойкі дэфіцыт гармонаў шчытападобнай

залозы ў арганізме з-за зніжэння яе функцыі. За апошнія 20 гадоў у дарослых ён вырас у восем разоў, у дзяцей — у 16. Павышаецца і колькасць аўтаімунных хвароб, у прыватнасці гіпертырэозу, або дыфузна-таксічнага валляка. Павялічваецца колькасць пацыентаў з вузлавым валляком — у чатыры разы за два апошнія дзесяцігоддзі, а таксама розных формаў тыраідытаў — у два разы.

Пры гэтым Беларусь зусім не на першым месцы ў свеце па колькасці паталогій шчытападобнай залозы. Лідарамі з'яўляюцца ЗША, Паўднёвая Карэя і Францыя. Дзве апошнія краіны маюць вялікую колькасць атамных станцый, а ЗША праводзілі наземныя выпрабаванні ядзернай зброі. Узровень захваральнасці ў нас прыкладна такі ж, як у Польшчы і Германіі.

Прагнозы ў лячэнні станоўчыя

Паводле даследаванняў Сусветнай арганізацыі аховы здароўя, пасля чарнобыльскай катастрофы адбыўся ўсплёск анкалогіі толькі адной лакалізацыі — шчытападобнай залозы. Адбылося гэта ў рэгіёнах, забруджаных радыёнуклідамі. З 1992 года ў Беларусі працуе Рэспубліканскі навукова-практычны цэнтр пухлін шчытападобнай залозы. І ў апошнія гады, паводле слоў **загадчыка кансультацыйна-дыягнастычнага аддзялення тыроіднай паталогіі Мінскага гарадскога клінічнага анкалагічнага дыспансера Таццяны ЛЯВОНАВАЙ**, захваральнасць застаецца на адным

узроўні. Штогод у 1100 пацыентаў упершыню выяўляецца рак шчытападобнай залозы, сярод іх прыкладна 35 дзяцей, у якіх хвароба ўзнікае, хутчэй за ўсё, выпадкова. А 22 тысячы беларусаў стаяць на ўліку пасля хірургічнага ўмяшання па прычыне анкалогіі.

— За апошнія 20 гадоў колькасць выпадкаў захворвання на рак шчытападобнай залозы вырасла ў два разы ва ўсім свеце, — кажа Таццяна Лявонава. — У першую чаргу гэта звязана з тым, што наладжана сістэма дыягностыкі і павысілася выяўляльнасць. Любы спецыяліст — эндакрынолаг, анкалаг — накіроўвае пацыента, калі ёсць прыкметы злаякаснага працэсу, на дадатковае абследаванне і аперацыю. Пухліна шчытападобнай залозы, якая сама па сабе мае форму матылька, не ўплывае на працягласць жыцця, а прагнозы ў яе лячэнні вельмі станоўчыя.

— Радзійная індукцыяваная формы раку малаагрэсіўныя, — дадае **загадчык кафедры эндакрыналогіі БелМАПА Ларыса ДАНИЛАВА**. — Усе баяцца раку, але мала хто ведае, што пасля 40 гадоў 75 % людзей маюць вузлавую ўтварэнні шчытападобнай залозы, а ў некаторых папуляцыях гэта лічба дасягае 80 %. І толькі 5 % з іх — злаякасныя. Вузлавую ўтварэнні ў дзіцяці павінны насцярожваць, а ў жанчыны пасля 50 гадоў — гэта нармальнае з'ява.

Каму, дзе і як абследавацца

Спецыялісты не вітаюць масавых абследаванняў шчытапа-

добнай залозы. Ультрагукавую дыягностыку не трэба рабіць усім запар. На абследаванне павінен накіраваць урач, калі бачыць нейкія змяненні. Маніторынг рэкамендуецца праводзіць толькі пэўным групам рызыкі. У прыватнасці, дзецям, калі ў іх раней выяўлялася паталогія залозы ці калі яны адстаюць у росце. А таксама тым, хто на момант чарнобыльскай аварыі быў дзіцем да 18 гадоў. Не лішне правярыцца і тым, у каго блізкія сваякі аперыраваліся па прычыне раку шчытападобнай залозы. Раз на два гады ў такім выпадку трэба праходзіць ультрагукавую дыягностыку. Тое самае датычыцца і праверкі гармонаў або тыроіднага статусу. У прыватнасці, яна неабходная жанчынам, якія мелі сур'ёзныя гінекалагічныя аперацыі.

Захапляцца салатай з марскіх водарасцяў не варта, бо лішак ёду таксама неспрыяльны для шчытападобнай залозы.

— Канешне, калі гаворка ідзе пра дзіця ці жанчыну рэпрадуктыўнага ўзросту, тут паказчыкі тыроіднага статусу павінны быць ідэальнымі, калі гаворка ідзе пра немаладога пацыента, то мэты тыроіднага статусу зусім іншыя, — тлумачыць Ларыса Данилава.

У Беларусі пабудаваная дакладная сістэма выяўлення хвароб шчытападобнай залозы. На пярвічным узроўні, а гэта гарадскія і раённыя паліклінікі, ёсць усе ўмовы для маніторынгу: УГД-дыягностыка і гарманальныя абследаванні. Часцей за ўсё хворыя спыняюцца

Як не нашкодзіць шчытападобнай залозе

на гэтым узроўні і назіраюцца ў эндакрынолага. Калі неабходная пункцыйная біяпсія шчытападобнай залозы, хворага накіроўваюць на наступны — міжраённы, гарадскі, абласны ці рэспубліканскі ўзровень, дзе мэтанакіравана дыягнастуюць вузлавую паталогію і вырашаецца пытанне аб хірургічным умяшанні.

Чаго яна не любіць

Для гэтай эндакрыннай залозы важнае здаровае харчаванне. Аднак захапляцца салатай з марскіх водарасцяў не варта, бо лішак ёду таксама неспрыяльны для шчытападобнай залозы. Тое, што на яе дрэнна ўплываюць капуста і жамчужнае проса, — вялікі міф. Грэцкія арэхі ў цэлым карысныя для нашага арганізма, але ёд з іх у шчытападобную залозу не паступае, таксама як ён не паступае і з марскога паветра. А вось што сапраўды шкодзіць нашай шчытападобнай залозе, дык гэта курэнне, дэфіцыт бялку, антыбіётыкі і сульфаніламідныя прэпараты. А таксама так званыя эндакрынныя дызраптары — пестыцыды, гербіцыды, фталаты і іншыя рэчывы, якія, трапляючы з асяроддзя ў арганізм, звязваюцца з рэцэптарамі гармонаў і парушаюць работу шчытападобнай залозы. Часта парушэнні функцыі шчытападобнай залозы маюць людзі, хворыя на цукровы дыябет ці ў стане, які яму папярэднічае. Таму важна сачыць за сваёй вагой і прадуктамі, якія ўжываеце.

Матэрыялы падрыхтавала
Алена КРАВЕЦ.