

Цікавы вопыт

# ДА ЎРАЧА БЕЗ ТАЛОНАЎ І ЗАПІСУ

## Чаму ў Гродне стала папулярнай практыка медыцынскіх гараджоў

Усё пачалося год таму. Гродзенскія медыкі выйшлі з сваіх кабінетаў і правялі прыём на гарадской плошчы. Такая форма аказалася дзейнай і хутка набыла папулярнасць у гараджан. Паступова медыкі сталі выезджаць ва ўсе мікрараёны абласнога цэнтру.

Мікрараён Альшанка — бадай, самы аддалены ад горада. Дабірацца з цэнтру трэба не менш за гадзіну. Але нават не гэта самае праблемнае. На ўвесь мікрараён толькі адна амбулаторыя для дарослых. Праўда, вядзецца будаўніцтва паліклінікі, увод якой плануецца ў 2023 годзе. А цяпер жыхары Альшанкі ездзяць да спецыялістаў у Гродзенскую цэнтральную паліклініку. Таму арганізацыю медыцынскага гараджа ў мікрараёне жыхары сустрэлі вельмі пазітыўна.

— Тут чалавек без усялякага запісу, без талона, можа атрымаць кансультацыю вузкага спецыяліста — афтальмолага, эндарынолага, лор-урача, неўролага, кардыёлага, тэрапеўта, псіхатэрапеўта, валеолага. Таксама задзейнічаны пульмаскан, дзе можна зрабіць флюараграфію. Ёсць магчымасць вызначыць узровень глюкозы ў арганізме, можна памераць ціск і вылічыць індэкс масы цела. Урач можа выпісаць рэцэпт ці запрасіць да сябе на прыём у паліклініку. Як бачым, людзей прыйшло ня мала, — **урач-валеолаг Марына ЕРМАЛОВІЧ** расказвае аб магчымасцях медыцынскага гараджа.

Яна ўдакладняе, што зараз вядуць прыём спецыялісты цэнтральнай паліклінікі Гродна.

Маладая маці ў дэкрэтным адпачынку пацікавілася, ці прымае ўрач агульнай практыкі. Яна хутка выходзіць на работу і спяшаецца наведаць патрэбных спецыялістаў. У медыцынскім гарадку таксама плануе атрымаць кансультацыю эндарынолага. Разам з гэтым выказала пажаданне арганізаваць такі гарадок з удзелам «дзіцячых» спецыялістаў. Арганізатары паведамлілі, што такія сумесныя прыёмы ў медыцынскіх гарадках праводзяцца. У Альшанцы, у прыватнасці, функцыянуюць дзве дзіцячыя амбулаторыі, ёсць клініка-



дыягнастычная лабараторыя і фізіятэрапеўтычны кабінет.

А вось рэнтген-дыягностыка ў медыцынскіх установах маладога мікрараёна пакуль не праводзіцца. Таму прыезд пульмаскана адразу сабраў чаргу з ахвотных. Наталля робіць флюараграфію кожны год, для гэтага ездзіць у гарадскую паліклініку. Звычайна патрабуецца не адна гадзіна, калі ўлічваць дарогу. Цяпер ехаць нікуды не трэба, тут і без талона, і бясплатна. Гэта вельмі зручна для маладых матуль, якія не могуць надоўга адлучыцца з дому.

Увогуле чарга да пульмаскана ўвесь час не памяншалася. Як растлумачыла Марына Ермаловіч, у сувязі з каранавірусам у многіх паліклініках склалася напружаная сітуацыя з выкананнем флюараграфіі, збіраліся вялікія чэргі. Таму не ўсе змаглі прайсці гэту працедуру своечасова. Дарэчы, зараз пульмасканы выезджаюць у розныя мікрараёны горада па графіку, што дае магчымасць зменшыць чэргі ў паліклініках. Жыхары Альшанкі ацэньваюць такі падыход вельмі станоўча. Яны выказалі пажаданне, каб выезды праводзіліся часцей, бо не ўсе ахвотныя паспяваюць за адведзены час прайсці абследаванне.

Многія скарысталіся магчымасцю даведацца аб узроўні глюкозы ў крыві і правярыць свой ціск на аўтаматычным танометры. Аказваецца,



найбольш дасканалым метадам з'яўляецца трохразовае вымярэнне ціску. Для гэтага задаецца спецыяльная праграма, і апарат паказвае канчатковы вынік. А вось адзінкавае вымярэнне, як правіла, нельга лічыць правільным. Танометр-браслет, па словах спецыяліста, хоць і зручны ў карыстанні, але не самы дасканалы, асабліва для людзей сталага ўзросту.

Многія звярталіся да афтальмолага, бо адчуваюць праблемы са зрокам. Як растлумачыла **ўрач**

**Таццяна СЕРАДА**, гэта звязана з высокай зркавай нарузкай. У асноўным прысутнічае камп'ютарны сіндром. Акрамя гэтага, павялічваецца і колькасць хранічных захворванняў. Таму трэба своечасова рабіць карэкцыю, падбіраць адпаведныя акулеры. Таццяна Серада зазначыла, што пацыентаў з афтальмалагічнымі праблемамі з кожным годам становіцца ўсё больш. Калі раней блізарукасць адзначалася ў асноўным у падлеткавым узросце, цяпер гэта праблема дзяцей, пачынаючы з 4—5 гадоў. Аказваецца, дзеці нараджаюцца дальназоркімі і перарастаюць гэту асаблівасць толькі ў сем гадоў. Таму да гэтага часу ім не рэкамендуецца блізка глядзець тэлевізар і наогул лепш адмовіцца

чалавек падавіўся. Прадстаўнік таварыства Чырвонага Крыжа наглядна прадэманстравала, як рабіць рэзкія ўдары па спіне. Дзяцей у гэтым выпадку не трэба браць за ногі і трэсці ўніз галавой, а нахіліць уніз і націснуць на грудную клетку. Увогуле таварыствам распрацаваны шэраг праграм па аказанні першай дапамогі ў самых розных выпадках. Ёсць спецыяльная мабільная праграма МНС «Дапамога побач», дзе якраз усё гэта адлюстравана. Галоўнае — не разгубіцца, вывучыць вызначаны алгарытм і патрэніравацца на манекенах.

Мясцовая жыхарка Надзея Васілеўна расказала, што на здароўе ніколі не скардзілася, але апошнім часам стала заўважаць, што з'явілася задышка. Ультразвук дыягностыка паказала, што ёсць праблемы з сэрцам. Таму зараз прыйшла на кансультацыю да кардыёлага. Жанчына спадзяецца, што такія спецыялісты з'явіцца, калі тут адкрыецца новая паліклініка. Дарэчы, ад пляцоўкі медыцынскага гараджа відаць, што цяпер узводзіцца другі паверх будучага аб'екта.

Як паведаміла Марына Ермаловіч, узнавіць работу выезных спецыялістаў планавалася раней, але гэтую практыку было вырашана адкласці з-за пандэміі каранавіруса. Між тым сітуацыя з неінфекцыйнымі захворваннямі таксама патрабуе ўвагі, бо менавіта яны — асноўныя прычыны смяротнасці. Таму вырашана наблізіць медыцынскія паслугі да насельніцтва, каб людзі больш абследаваліся, разумелі неабходнасць дыспансерызацыі.

Медыкі, у сваю чаргу, тлумачаць важнасць здаровага спосабу жыцця. **Валеолаг Ірына ВЕРАШАЧЫНА** нагадвае пра пешую хаду, якую не заменіць нават паездка на ровары. Але і хада павінна быць са зместам. Ісці трэба ў актыўным тэмпе, тады яна будзе эфектыўнай — сэрца пачне працаваць адпаведным у рытме, нармалізуецца ціск. Штодзень рэкамендуецца рабіць 10 тысяч крокаў, гэта 6—6,5 кіламетра. Усяго толькі некалькі прыпынкаў гарадскога транспарту трэба прайсці пешшу.

**Маргарыта УШКЕВІЧ**, фота аўтара.

Напярэдадні



## «ДАРОГА ДА СВЯТЫНЯЎ» ЯДНАЕ ЎСІХ

XXVII міжнародная навукова-асветніцкая экспедыцыя «Дарога да Святыняў» у чарговы раз адправілася па маршруце праз гарады і вёскі Беларусі. Больш за тысячу кіламетраў праедуць і прайдуць сёлета яе ўдзельнікі — вядомыя дзеячы навукі, культуры, мастацтва, святары праваслаўнай царквы. Яны пранясуч з сабой Дабрадаты агонь ад Гроба Господняга і чудатворца Загор'е-Сталавіцкі абраз Маці Божай. На шляху экспедыцыі запланаваны сустрэчы з жыхарамі населеных пунктаў, навукова-асветніцкія канферэнцыі, сумесныя малебны ў храмах, урокі беларускага пісьменства ў навучальных установах, наведванне мясцовых бібліятэк і музеяў. Такое штогадовае паломніцтва

па традыцыі з'яўляецца адным з галоўных мерапрыемстваў святкавання Дня беларускага пісьменства. Завершыцца экспедыцыя 6 верасня сумесным урачыстым Хросным ходам у сёлетняй сталіцы свята — Бялынічах.

Найстарэйшая беларуская газета «Звязда» ўсе мінулыя гады змяшчала падрабязныя справаздачы пра кожную экспедыцыю «Дарогі да Святыняў». Разам з сёлетнімі ўдзельнікамі гэтага ўнікальнага паломніцтва адправіўся ў дарогу наш фотакарэспандэнт Яўген Пясецкі. Дваццаць сёмы год асвятляе ён дзейнасць экспедыцыі. Глядзіце яго штодзённыя анлайн-рэпартажы на сайце «Звязды» — пра самае цікавае, што сустрэлася на маршруце.