

■ Асаблівасці захворвання

ЯК ЛЕЧАЦЬ КАВАРНЬЯ ПУХЛІНЫ?

Штогод у краіне рэгіструецца каля 1000 новых выпадкаў раку шчытападобнай залозы

Беларускія лекі з клопатам пра вас

Акцыя з такой назвай пройдзе 30 жніўня з 10.00 да 15.00 у 85 аптэках, пералік якіх размешчаны на сайце pharma.by.

У медыцынскіх прадстаўнікоў можна будзе атрымаць кансультацыю па прымяненні лекаў, азнаёміцца з парадкам вытворчасці і кантролем якасці. Ва ўсіх аптэках РУП «Белфармацыя» айчынныя лекі будуць прадавацца са зніжкай з рознічнага кошту да 12 працэнтаў, паведамляе прэс-служба Міністэрства аховы здароўя.

■ Вашы дзеянні

Распазнаць інфаркт

Першай прыкметай сасудзістай катастрофы можа быць моцны боль ва ўсёй верхняй частцы жывата. Наогул, для інфаркту міякарда характэрны моцныя працяглы боль у грудзях — як быццам сэрца сціскае нейкая моцная рука. Паступова ён распаўсюджваецца на левае плячо і левую руку, можа аддаваць нават у спіну, зубы і сквіцу.



Што рабіць?

1. Тэрмінова выклікайце хуткую дапамогу або вязіце хворага ў аддзяленне інтэнсіўнай тэрапіі бліжэйшай бальніцы.
2. Дайце хвораму разжаваць (так прэпарат лягчэй усмоктаецца ў кроў) таблетку аспірыну, які папярэджвае стварэнне тромбаў. Можна прыняць да трох таблеток нітрагліцэрыну з інтэрваламі 5—10 хвілін (абавязкова ў гарызантальным становішчы, бо ён паніжае ціск) + валідол (нітрагліцэрын можа выклікаць галаўны боль).

Без усякай фізічнай нагрузкі ўзнікае моцная задышка, хвораму не хапае паветра. Бываюць і млюсць, і ваніты, і моцная патлівасць, пачашчанае сэрцабіццё. А можа быць і так, што нічога з пералічанага няма, а чалавек проста... страціў прытомнасць. Інфаркту міякарда часам папярэднічае прыступ стэнакардыі, а тое і не адзін. Дарэчы, у адрозненне ад болю пры стэнакардыі, гэты боль не спыняецца, але бывае як пастаянным, так і хвалямі. Вельмі важна памятаць, што інфаркт развіваецца і нечакана, без усякіх прадвеснікаў. У пажылых людзей з цукровым дыябетам інфаркт міякарда нярэдка надыходзіць без усякіх сімптомаў і скаргаў.

— Інфаркт міякарда пашкоджвае сардэчную мышцу ў выніку спынення кровацкі ў нейкім яе ўчастку, — тлумачыць **загадчыца інфарктнага аддзялення №2 10-й гарадскога клінічнай бальніцы Мінска Наталля ПАЛЯУКОВА**. — Прычына хаваецца ў закупорцы каранарнай артэрыі згусткам крыві — тромбам. Краваток спыніўся, а значыць, частка сэрца перастала сілкавацца крывёй, кіслародам, і клеткі ў выніку галадання загінулі. «Інфаркт» азначае змярцвенне, а «міякард» — гэта сардэчная мышца. Такім чынам, тое, што яшчэ называюць рубцом, ёсць не што іншае, як змярцвелая тканка сардэчнай мышцы.

Тромб у артэрыі ўзнікае часцей за ўсё ў месцы яе звужэння, а звужэнню паспрыяла назапашванне халестэрынавых бляшак. Гэтыя бляшкі могуць быць у сасудах вельмі доўгі час, і мы нічога не будзем ведаць пра іх існаванне. Аднак такі шчаслівы расклад аднойчы закончыцца. Бляшка можа расці, пакуль аднойчы не разарвецца пад уздзеяннем нейкіх знешніх фактараў (стрэсу, алкаголю, тытуню, нейкіх іншых захворванняў), і тады халестэрын з яе выльецца ў прасвет сасуда. А наш арганізм у такім выпадку спрабуе вырашыць праблему, дасылае клеткі крыві, якія павінны «залатаць» пашкоджаны сасуд — падчас гэтага працэсу ўтвараецца тромб. Ён перакрывае сасуд, той пачынае галадаць. У некалькіх выпадках дастаткова і 20 хвілін, каб развіўся інфаркт міякарда. З кожнай хвілінай усё больш мышачных валокнаў міякарда пазбаўляюцца кіслароду, разбураюцца і гінуць.

Цяпер рэзюмэ, што інфаркт можа і не развіцца, калі мы не будзем трымаць боль і адразу прымем меры, звернемся да ўрача.

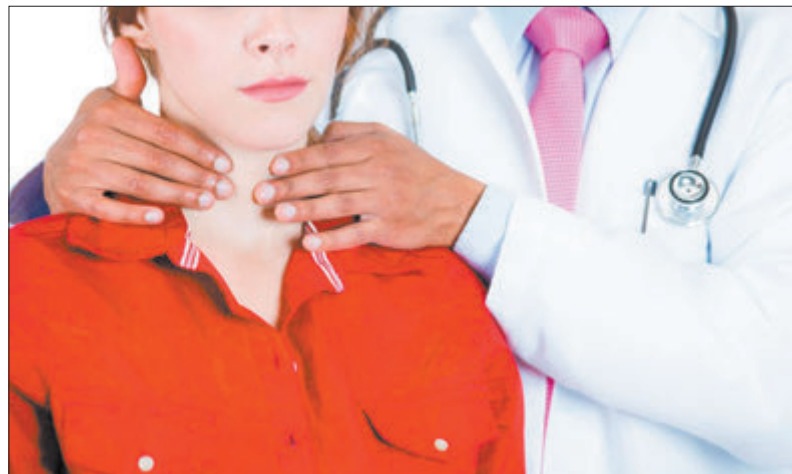
У больш рэдкіх выпадках інфаркт міякарда развіваецца, калі ад сценкі сэрца адрываецца тромб і з токам крыві заносіцца ў артэрыю, якую ў нейкім месцы блакіруе. Менш распаўсюджаная прычына — спазм каранарнай артэрыі, што таксама парушае нармальны ток крыві

Звязваецца гэта не толькі з аварыяй на Чарнобыльскай АЭС, але і з агульным шкодным уплывам навакольнага асяроддзя, з высокім узроўнем нітрату ў глебе і шэрагам іншых неспрыяльных фактараў. Немагчыма дакладна сказаць, што абумовіла развіццё пухліны ў кожным канкрэтным выпадку. Аднак устаноўлена, што нярэдка рак шчытападобнай залозы з'яўляецца спадчынным захворваннем. Перадаецца, вядома, не рак, а генныя мутацыі. Дакладней, на фоне генетычнай схільнасці росту пухліны могуць паспрыяць навакольнае асяроддзе, тэхнагеннае забруджванне, стрэсы, няправільнае харчаванне.

Рак шчытападобнай залозы, які ўсе віды пухлін, часцей сустракаецца ў людзей старэйшага пакалення, аднак ёсць ён і ў дзяцей. Летась, напрыклад, быў выяўлены невялікі рост захваральнасці ў маладога пакалення — зафіксавана 37 выпадкаў (звычайна гэта каля 25 выпадкаў у год).

— У групе рызыкі былі і застаюцца як тыя, чыё дзяцінства прыпала на момант Чарнобыльскай аварыі, — хоць сёння захваральнасць не так ярка выражана прывязана да ўзроўню радыяцыйнага забруджвання, так і ўсе, чые сваякі сутыкнуліся з падобным захворваннем, — кажа **загадчыца кансультацыйна-дыягнастычнага аддзялення тырзоіднай паталогіі Мінскага гарадскога клінічнага анкалагічнага дыспансера, кандыдат медыцынскіх навук Таццяна ЛЕОНАВА**. — Гэтым катэгорыям рэкамендуецца ў залежнасці ад сітуацыі прафілактычны агляд з перыядычнасцю ад паўгода да трох. У іншых сітуацыях размова ідзе, як правіла, аб выпадковай знаходцы. Да ўрача могуць прывесці самыя розныя скаргі — павышаная нервовая ўзрушанасць, пахудзенне або набор вагі... Калі педыятр або тэрапеўт пасля пальпацыі шчытападобнай залозы заподозрыць праблему з ёй, то накіруе на ўльтрагукавое абследаванне.

Менавіта гэта даследаванне дазваляе выявіць вузлы, пухліну ў гэтым органе. Усталяваць, злаякасная яна ці добракасная, дапамагае біяпсія — падчас ультрагукавога абследавання выконва-



ецца пункцыя залозы, забіраюцца клеткі на цыталагічнае даследаванне. Калі клеткі акажуцца злаякаснымі, пацыента накіруюць да хірурга для планавання аперацыі. Выконваецца яна традыцыйным метадам з касметычным швом. Эндаскапічныя метадыкі тут не прымяняюцца, бо падчас умяшання выдаляецца ўся залоза з пашкоджанымі лімфатычнымі вузламі, што пакуль нерэальна выканаць з дапамогай эндаскопа. Пры частковым ці поўным выдаленні залозы пацыенту пажыццёва прызначаецца медыкаментозная тэрапія — леватыраксін, а часам і прэпараты кальцыю. На фоне прымянення такога лячэння магчыма паўнацэннае якаснае жыццё і нават планаванне цяжарнасці.

Існуюць мутацыі, якія абавязкова абумовяць злаякасную пухліну шчытападобнай залозы. І здарыцца гэта можа нават у дзіцячым або падлеткавым узросце. Восем чаму летась упершыню ў Рэспубліканскім цэнтры пухлін шчытападобнай залозы дваіх дзяцей з такімі мутацыямі вельмі агрэсіўнага тыпу раку прэвентыўна — яшчэ да з'яўлення пухлін — прааперывалі і выдалілі ім шчытападобную залозу. Іх бацькі перанеслі такія аперацыі з прычыны пухлін, якія ўжо з'явіліся, і спецыялісты прапанавалі не чакаць, пакуль захворванне заявіць аб сабе ў нашчадкаў. Аперацыі аказаліся неверагодна эфектыўнымі, бо пасля выдалення ў адным выпадку былі ўсё ж такі знойдзены злаякасныя клеткі.

■ Псіхалогія для ўсіх

БЫЦЬ САБОЙ

Навучыцца «пастаяць за сябе» — вялікі крок да таго, каб вызваліцца ад незадаволенасці сабой, прыніжэння і гневу. Упэўненыя паводзіны яшчэ не азначаюць, што мы можам ставіць сябе вышэй за іншых. Кожны чалавек мае права быць свабодным і адстойваць свае правы, паважаючы ў той жа час правы іншых.

— Калі мы будзем практыкаваць самасцвярджалыя паводзіны, то атрымаем важкі бонус — пазбавімся сімптомаў гастриту, астмы, галаўнога болю, агульнай стомленасці, — кажа **псіхолог Мінскага гарадскога клінічнага псіхіятрычнага дыспансера Настасся ХНЫКАВА**. — Нервовае напружанне і хваляванні, уласцівыя людзям пасіўным або агрэсіўным, часта з'яўляюцца прычынай падобных хвароб, і, наадварот, гэтыя сімптомы знікаюць у тых, хто вучыцца дастойна абараняць свае інтарэсы. Існуе мадэль самасцвярджалых паводзінаў і ў процівагу ім — маніпулятыўная прудуэнтнасць, якая блакіруе гэтыя правы. Восем, напрыклад, «Я маю права ацэньваць уласныя паводзіны, думкі і эмоцыі і адказваць за іх наступствы». А вось якой фразай можна апісаць маніпуляцыю з гэтым правам: «Я не павінен сам, незалежна ад іншых ацэньваць сябе і свае паводзіны. Ацэньваць і абмяркоўваць маю асобу павінен не я, а нехта больш мудры і аўтарытэты»...

Замест самасцвярджалыя «Я маю права не прасіць прабачэння і не тлумачыць свае паводзіны» мы можам думаць: «Я адказваю за свае паводзіны перад іншымі, пажадана, каб я тлумачу ўсё, што раблю, прасіў прабачэння перад імі за свае ўчынкi».

Замест «Я маю права самастойна абдумаць, ці адказваю я наогул або да нейкай ступені за рашэнне праблем іншых людзей» — «У мяне больш абавязальстваў у дачыненні да некаторых устаноў і людзей, чым да сябе. Трэба ахвяраваць маёй уласнай годнасцю і прыстасавання».

Што такое самасцвярджалыя паводзіны?

Замест «Я маю права змяніць сваё меркаванне» — «Калі я ўжо выказаў нейкае меркаванне, то яго ўжо ніколі нельга мяняць. Я павінен папрасіць прабачэння або прызнаць, што памыліўся. Гэта будзе азначаць, што я некампетэнтны і нездольны нешта вырашаць».

Замест «Я маю права памыляцца і адказваць за свае памылкі» — «Мне нельга памыляцца, а калі я зраблю памылку, то павінен адчуваць сябе вінаватым. Пажадана, каб мяне і мае рашэнні кантралявалі».

Замест «Я маю права сказаць «не ведаю» — «Пажадана, каб я мог адказаць на любое пытанне».

Замест «Я маю права быць незалежным ад добразычлівасці астатніх і ад іх добрага стаўлення да мяне» — «Пажадана, каб людзі ставіліся да мяне добра, каб мяне любілі, я маю ў іх патрэбу».

Замест «Я маю права прымаць нелагічныя рашэнні» — «Пажадана, каб я трымаўся логікі, рацыянальнасці і абгрунтаванасці ва ўсім, што я раблю. Разумнае толькі тое, што лагічна».

Замест «Я маю права сказаць «я цябе не разумею» — «Я павінен быць уважлівым і адчувальным да патрэб навакольных, я павінен «чытаць іх думкі». У выпадку, калі я гэта рабіць не буду, я — бязлітасны невул, і ніхто мяне не будзе любіць».

Замест «Я маю права сказаць «мяне гэта не цікавіць» — «Я павінен імкнуцца ўважліва і эмацыянальна ставіцца да ўсяго, што адбываецца ў свеце. Напэўна, мне гэта не ўдасца, але я павінен імкнуцца дасягнуць гэтага з усіх сіл. Іначай я чэрствы, абьякавы»