

# Краіна Здарова

Выпуск № 21 (351)

## ■ Асаблівасці захворвання

### «МОКРЫ» НОС? МОГУЦЬ БЫЦЬ УСКЛАДНЕННІ

Насмарк добра знаёмы кожнаму. Прычынай рыніту — запалена сліззай носа — можа быць і алергія, і інфекцыя, і пераахладжванне, і...

«мокрым», прычым спачатку выдзяленні будуць вадкімі, а пасля гнойнымі, бо даваліся клеткі эпітэлю, лейкоцыты.

Любы рыніт працягваецца аднолькава — сверб, выдзяленнямі, чханнем, закладзенасцю. Аднак прычынай алергічнага рыніту становіцца цікае рэчыва.



Што гэта можа быць? Атыт, гайморыт, фарынгіт, ларынгіт, бронхіт і г.д.

Якой можа быць прафілактыка? — Трэба павышаць імунітэт, — кажа ўрач-тэрапеўт 24-й гарадской паліклінікі г. Мінска Валянціна ШЫЯН.

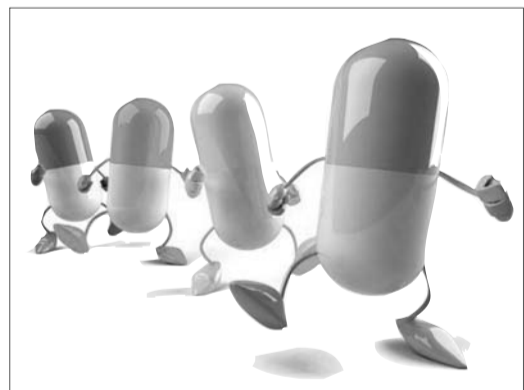
Калі вы наогул сочыце за сваім здароўем, то ідэальна ў любым выпадку з рынтам паказацца ўрачу.

## ■ Сезонныя пытанні

# НИКОЛИ НЕ СПИЦЬ, НИКОЛИ НЕ АДПАЧИВАЕ...

### ЯК ПАДТРЫМАЦЬ ІМУНІТЭТ?

Наш імунітэт — гэта і вільчаквавая залоза, і касцявы мозг, лімфатычныя вузлы, селязёнка, кішчанкі, міндаліны, адэноіды.



нённа для таго, хто ўжо захварэў, і для таго, хто побач з хворым. Выбар такога прэпарату ажыццяўляецца з улікам узросту.

— Што такое імунітэт прыроджаны, а што — адаптыўны?

— Прыроджаны імунітэт абараняе ад інфекцый, ён ёсць у усіх жывых істот, у тым ліку ў чалавека.

— Можна сказаць, што імунітэт бывае адэватным паступальным перад і задачам, а бывае неадэватным. З узрастам імунітэт мяняецца.

## ■ Тэхналогіі

# БЕРАЖЫ ЗРОК ЗАМАЛАДА

### Большасць захворванняў вачэй у дарослых — водгукі дзіцячых проблем

Афтальмолагі папярэджаюць: рэклама прыватных цэнтраў, якая кажа, што толькі ў іх «без болю, уколаў і швоў», некарэктная.

## СКЛАДАНЫЯ АПЕРАЦЫІ ЗА «БЯСПЛАТНА»

Летась у стацыянарах пралячыліся 46 тысяч пацыентаў з захворваннямі вачэй, з іх больш за 31 тысяч пацвердзілі лазернай хірургіі.

У дашкольнікаў праца за камп'ютарам, прагляд тэлевізара, карыстанне планшэтам ці тэлефонам павінны складаць не больш за 15 хвілін на дзень.

За пяць гадоў колькасць функцыянальных даследаванняў вачэй вырасла ў тры разы, ультрагукавых — амаль у два разы.

з дапамогай фемтасекунднага лазера, які дазваляе рабіць трансплантаты максімальна адпаведнага памеру.

— У нас добра развіта пластычная хірургія арбіты і слізневых органаў, — дадае Таццяна Аляксандраўна.

Пяць гадоў таму мы былі на канферэнцыі ў Грузіі. Выступалі самымі апошнімі. Астатнія наукоўцы спачатку сумняваліся:

## ВИНАВАТЫ... ГАДЖЭТЫ

Большасць скаргаў, з якімі звяртаюцца да афтальмолагаў у дарослым узросце, — гэта водгукі аб'ектаў, набытых у дзяцінстве.

# КАСМЕТЫЧНЫ ДЭФЕКТ «Тлушчавік» можна і выдаліць

Ліпома, якую ў народзе называюць «тлушчавіком», — дабракаснае ўтварэнне з тлушчавых клетак, а значыць, можа сустракацца ў любым месцы, дзе ёсць тлушчавая тканка.

— Падскуранны ліпома ўяўляюць з сябе мяккія, акруглыя, рухавыя падскуранныя вузлы, — расказвае ўрач-траўматолог 11-й гарадской паліклінікі г. Мінска Дзмітрый АЎХІМОВІЧ.

## ■ Без сіндрому

# НЕ ДАЦЬ ЯМУ ВЯРНУЦЦА

Дзень 1 снежня набыў статус штогадовай сусветнай падзеі, якая дэманструе міжнародную салідарнасць у барацьбе з эпідэміяй ВІЧ/СНІД.

На планеце пражывае звыш 35 млн чалавек, інфіцыраваных вірусам імунадэфіцыту, і штодня гэта лічба павялічваецца на 14-15 тысяч.

— Як ведама, якая забяспечвае максімальную даступнасць да кансультавання і тэставання на ВІЧ-інфекцыю.

Усім ВІЧ-носьбітам, якім паказана спецыфічнае лячэнне, бясплатна прадастаўляюцца лекі для антырэтравіруснай тэрапіі.

## Можна абараніцца

- Заўсёды і паўсюль карыстайцеся асабістымі прадметамі гігіены.
- Не майце палавых сувязяў з людзьмі, якія ўжываюць наркатыкі.
- Не ўжывайце наркатыкі.
- Пазабягайце выпадковых палавых сувязяў. Карыстайцеся прэзерватывам, калі не пазябгаеце.



не, якое лечыцца толькі хірургічна, то бачыш, што ў кожнага другога з пацыентаў — блізарукасць. Гэта праблема не ўнікае раптоўна, — каментуе Таццяна Імшанецкая.

Паводле даных Міністэрства аховы здароўя, у структуры агульных дзіцячых захворванняў паталогія органаў зроку апыніліся ў блізарукасць.

— Сродкаў, якія маглі б абараніць нашых дзяцей ад шкоднага ўздзеяння ўсёй электронікі, не існуе, — папярэджае Вікторыя КРАСІЛЬНІКАВА, гадоўні папярэдняй школы.

Вікторыя Леанідаўна раіць таксама захаваць гігіену зроку пры падрыхтоўцы ўрокаў дома: «У нас як бывае? Дзіця прышло ў школу, і пакуль усё заданні не зробіць, з-за стала не ўстане.

Вікторыя Леанідаўна раіць таксама захаваць гігіену зроку пры падрыхтоўцы ўрокаў дома: «У нас як бывае? Дзіця прышло ў школу, і пакуль усё заданні не зробіць, з-за стала не ўстане.

на вочы, варта часцей, дзе гэта магчыма, слухаць аўдыякніжкі».

## У ТРАНСПАРЦЕ — НЕ ЧЫТАЦЬ

У планеце, на думку экспертаў, толькі адзін плюс — можна павялічыць шрыфт. Электронныя «чыталкі» з матавай паверхняй, дзе няма біблія, бываюць больш карыснымі, чым звычайныя кнігі з дробнымі літарамі.

Самая распаўсюджаная афтальмагічная аперацыя ў Беларусі — выдаленне катаракты.

— Мы падымалі літаратуру па гэтай тэме, — каментуе Таццяна Імшанецкая. — Не заўсёды можна вызначыць, ці не замоўлены гэтыя артыкулы вытворцамі.

У транспарце, як і чацвярдзі афтальмолагі, і ўвогуле лепш адмовіцца ад карыстання гаджэтамі.

Плюс дрэннае асяццеленне. Наваў у дарослых чытанне ў такіх умовах можа выклікаць сіндром сухага вока.

Наталія ЛУБНЕЎСКАЯ, lubneuskaya@vziasda.by

## ■ Доктар адкажа

### Скажыце «чы-ыз» Эстэтыка безметалавай керамікі

«Раскажыце, калі ласка, аб перавагах пратэзавання безметалавай керамікай».

Аксана Валер'янаўна, г. Мінск».



Тлумачыць урач стоматалаг-артэпад 9-й стаматалагічнай паліклінікі г. Мінска Павел НЕСЦЯРЭНКА:

— Безметалавая керамічная пратэза, безумоўна, з'яўляецца самымі сучаснымі, высакьякаснымі, звышэстэтычнымі і самымі высокатэхналагічнымі ў сённяшняй стаматалагічнай практыцы.

Абедзве тэхналогіі маюць значны перавагі перад «класічнымі» металакерамічнымі зубнымі пратэзамаі. Так, не вядома ніводнага выпадку алергічнай рэакцыі на пратэзы з безметалавай керамікі ў адрозненне ад металавай, у склад пратэзаў з якой уваходзяць металы, у тым ліку плаціна і золата.

Што ж выбраць — ліццевае прасаванне або дзяквід-цырконію? На маю думку, для вырабу ўкладак для замены «старых» пломбаў на жывых зубах, а таксама адзіночных каронак падыдзе метал ліццевага прасавання, а вось для вырабу мастападобных пратэзаў, індывідуальных шціфтоў для пратэзавання на імплантат і для шціфтовых канструкцый раю канструкцыі з дзяквід-цырконію.

Абедзве тэхналогіі не толькі не супярэчаць, а, як правіла, дапаўняюць адна адну: пры адлеме каронакавай часткі зуба шціфт вырабляюць з дзяквід-цырконію, а каронакаву частку — з прасаванай керамікай або шціфт у імплант — з дзяквід-цырконію, а каронака — з ліццевага прасавання. Вынік выдатны!

Безметалавая кераміка мае не толькі адмысловы знешні выгляд, але яна таксама максімальна набліжана па фізіялагічных параметрах да вартэскай эмалі здаровага зуба. Гэта стварае камфортны адчуванні падчас ужывання ежы.