

Тульские известия. – 2016. – № 156. – 14 октября. – С. 18.



В Тульской области в прошлом году на диспансерном учете с болезнями глаза и его придаточного аппарата состояли 40 924 жителя региона, 40 процентов из них составляли дети и подростки в возрасте до 17 лет. Первые проблемы со зрением появляются уже за школьной скамьей. Так, если при поступлении в школу зрение нарушено у 4 процентов детей, то к окончанию обучения эта цифра возрастает в десять раз.

Вчера состоялся День охраны зрения. Специалисты-медики всего мира напоминали своим пациентам, что в их интересах беречь ту самую зеницу ока, без которой качество нашей жизни никого не устроит. День открытых дверей, посвященный охране зрения, состоялся в центре здоровья больницы им. Семашко, завтра туляков приглашает к себе центр здоровья горбольницы № 7.

Врач-офтальмолог седьмой горбольницы Дина Смирнова:

– В последние годы происходит стремительное омоложение болезней глаз. И связано это в первую очередь с варварским отношением к самим себе. До 80 процентов глазных болезней можно предотвратить или вылечить, если этим заниматься. Но молодежь у нас предпочитает не обращать внимания на тревожные симптомы до тех пор, пока они становятся нестерпимыми и состояние не потребует серьезного лечения. А старики нередко приходят с перезрелой катарактой, которую уже трудно оперировать, с высоченным внутриглазным давлением. Говорят: трудно попасть к офтальмологу. Может, и трудно, но оно того стоит.

В структуре глазных болезней больше всего нарушений рефракции – это близорукость и дальнозоркость. Затем идет возрастная макулярная дегенерация – дистрофия сетчатки, развивающаяся на фоне сахарного диабета, ожирения, курения. У многих – катаракта, глаукома, а у молодежи повально – тот самый синдром сухого глаза. Доктор Смирнова считает, что каждый просто обязан заниматься самопрофилактикой: свести время у монитора к необходимому минимуму, убирать слишком яркий свет, бороться с лишним весом, вредными привычками, физические нагрузки обязательны в любом возрасте.

Раз в год посещать офтальмолога следует абсолютно всем. А лицам с отягощенной наследственностью и сопутствующей патологией (гипертония, сахарный диабет) даже два раза в год.

– Завтра, в день открытых дверей, в центре здоровья вы сможете измерить остроту зрения, исследовать рефракцию глаза, измерить внутриглазное давление, если будет необходимость, мы посмотрим поля зрения и глазное дно с фундус-линзой, – говорит Дина Смирнова. – При обнаружении глазной патологии вы сможете пройти лечение у офтальмолога по месту жительства.

Конечно, с офтальмологами в участковых поликлиниках напряженка. Дина Игоревна после института пришла работать в ГБ № 7 этим летом, в то время как ей предлагали на выбор 13 вакансий. Но все равно она не советует ограничиваться только посещением псевдоврачебных кабинетов при магазинах оптики, как это многие теперь делают. Врачи-оптометристы прежде всего заинтересованы в продаже очков, дальше этой проблемы они не заходят. Лучше уж записаться к врачу в поликлинику заранее или воспользоваться предложениями платных медицинских центров. Услуги там не дороже самой возможности видеть окружающий мир.

### **Болезнь найти и обезвредить**

Здесь сразу хотелось бы сказать, что центры здоровья работают не в режиме коротких акций – вроде дня открытых дверей, а всю рабочую неделю. Поэтому возможность проверки органа зрения есть всегда, даже если к офтальмологу в участковой поликлинике очереди.

Основное для центра здоровья – определить вероятность развития неинфекционных заболеваний, разработать индивидуальную программу коррекции образа жизни и профилактики болезней, к которым расположен человек.

Перед центрами не стоит задача поставить диагноз, и уж тем более лечить. Аппаратура обеспечивает лишь скрининг, что в переводе значит «просеивание». Это поверхностное обследование, которое не претендует на статус диагноза, но способно выявить факторы риска.

Обследование начинается на аппаратно-программном комплексе для скрининг-оценки уровня соматического здоровья. С его помощью врач получает основную информацию о посетителе: измеряет его рост, вес, соотношение мышечной и жировой тканей.

Затем пациента приглашают на кардиовизор – компьютеризированную систему скрининга сердца, быстро и точно определяющую его состояние. Метод позволяет выявить такие серьезные патологии, как начинающаяся ишемическая болезнь, определить наличие аритмии.

Ангиологический скрининг на аппарате с автоматической системой измерения систолического артериального давления и расчета лодыжечно-плечевого индекса используется для диагностики заболеваний периферических сосудов. Обнаружение легочной патологии и оценка степени ее тяжести проводится с помощью спирометра, аппарат смоклайзер определяет содержание углекислого газа в выдыхаемом воздухе, а метод пульсоксиметрии применяется для неинвазивного контроля уровня насыщения кислородом крови. В центре здоровья в обязательном порядке измеряется уровень глюкозы и общего холестерина в крови.

Кроме того, оборудованы кабинет гигиениста стоматологического и, как уже было сказано, офтальмологический кабинет.

По результатам проведенного обследования проводится консультация врача-терапевта или педиатра центра здоровья, могут быть приглашены кардиолог, эндокринолог,

гинеколог. Обследование занимает 20 минут. Частенько рекомендуются занятия в лечебно-физкультурном кабинете с использованием тренажеров.

За 9 месяцев 2016 года в центры здоровья обратились 32 149 человек, из них 25 182 взрослых и 6967 детей.

### **Бесплатно тоже можно**

Руководитель центра здоровья при ГБ № 7 Лариса Барашева:

– При создании центров предполагалось, что в них будут обращаться не те, у кого уже что-то болит, а кто чувствует себя хорошо. Но, как известно, многие заболевания, в том числе и серьезные, могут до поры до времени не проявляться, поэтому чувствовать себя здоровым и быть здоровым – совсем не одно и то же. Поэтому не редкость, что наши посетители направляются к специалистам поликлиник, в которых расположены центры для углубленного дообследования и лечения. То есть главная наша задача - научить граждан внимательно относиться к себе, не допустить развития заболевания и его перехода в хроническое состояние.

Но вот что кажется странным Ларисе Викторовне: иногда людей к себе буквально не дозовешься. Например, зал лечебной физкультуры может и простаивать. Здесь сложилась своя тусовка, новые люди появляются редко. В фитнес-клуб за деньги на те же самые тренажеры туляки будут ходить, а сюда, бесплатно, – еще подумают... А может быть, просто не знают, что в центрах здоровья все обследования, консультации, занятия - только бесплатные, всего-то и нужно – паспорт, полис, СНИЛС.

Е. Гарбузова, фото Е. Кунецовой

{jcomments on}