

Ветер, влажность и давление Нас доведут до белого каления?

Есть ли метеозависимость на самом деле и как с ней бороться

Ученые уверяют: то, что наш организм реагирует на природные встряски, это нормально. Вопрос - насколько сильно и адекватно он это делает. Вообще есть три типа реакции на погоду.

1. МЕТЕОЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ. Это когда вполне здоровым людям дискомфортно при перепадах давления, влажности воздуха, температуры и уровня солнечной активности. Метеочувствительны примерно 85% людей. Симптомы: слабость, головные

боли, сонливость, озноб. Но нет острых болезненных реакций.

2. МЕТЕОПАТИЯ. Это болезненная чувствительность, когда даже незначительные колебания могут вызывать тяжелые реакции. Основные группы метеопатов:

- ✓ люди с хроническими заболеваниями сосудов и сердца, суставов, астматики;
- ✓ страдающие психическими заболеваниями;
- ✓ те, кто перенес травму головы, какое-то шоковое состояние, клиническую смерть.

3. МЕТЕОНЕВРОЗ. А вот это разновидность психологического расстройства. Человек при перепадах погоды правда чувствует себя ужасно (он раздражен, у него плохое настроение, одышка, сердце колотится, голова кружится). При этом реальные показатели здоровья (артериальное давление, сердце, температура и прочее) в абсолютной норме. Развивается метеоневроз либо на фоне внутренних психических сбоев, либо у слишком впечатлительных граждан, помешанных на геомагнитных прогнозах.

Подготовила Елена ИОНОВА.

МНЕНИЕ ПСИХОЛОГА

Не заморачивайтесь на прогнозах

Анатолий ГЕРМАН, психотерапевт:

- Стоит кому-то одному почувствовать себя плохо «от погоды», тут же окружающие начинают искать симптомы в себе. И, разумеется, находят! К тому же списывать неважное самочувствие на погоду очень удобно. Так что советую искать «корень зла» не в прогнозах погоды, а в себе и своих отношениях с людьми.

Как мы чувствуем погоду



АТМОСФЕРНОЕ ДАВЛЕНИЕ

За реакцию на его колебания отвечают... стенки сонной артерии. Если давление в атмосфере и как следствие в наших сосудах внезапно падает, то включается рефлекс предохранения организма от коллапса. Сигнал об этом через спинной мозг попадает в кору правого полушария головного мозга - именно его глубинные структуры отвечают за наши отношения с погодой.



ТЕМПЕРАТУРНЫЕ СКАЧКИ

Информацию о них мозг получает через кожу. Также этот орган (кожа - полноценный орган, причем самый большой по площади в нашем организме) передает информацию о солнечном излучении, атмосферном электричестве и радиоактивности.



ВЛАЖНОСТЬ, СКОРОСТЬ ВЕТРА

Сведения о них доносят специальные рецепторы в носоглотке, бронхах и легких. Они же реагируют на состав и ионизацию воздуха.

Проявление метеочувствительности

- Изменение артериального давления (гипо- или гипертонические кризы).
- Головные боли, обычно в висках или затылке.
- Ощущение нехватки воздуха, одышка.
- Сильное сердцебиение, перебой ритма.
- Ломота в мышцах и суставах.
- Тревожность, колебания настроения, слабость.



Такая погода идеальна для москвича...*

Температура «за бортом» - +16 - 18 градусов.
Влажность воздуха - 50%.
Атмосферное давление - около 750 мм ртутного столба.
Ветер скоростью до 7 - 8 м/сек.

*По данным Научного центра восстановительной медицины и курортологии.



...а такая потенциально опасна

Если температура воздуха меняется на 15 градусов за сутки.
Влажность воздуха - на 20% и более.
Атмосферное давление - на 1 мм рт. ст. в час.
Скорость ветра - выше 15 м/сек.

СКИДКА 5% ВЕСЬ МАРТ www.derm-center.ru **ЦЕНТР ДЕРМАТОЛОГИИ**

Центр работает с 8.30 до 19.00. В субботу с 9.00 до 19.00. КОНСУЛЬТИРУЕТ ДОКТОР МЕДИЦИНСКИХ НАУК

- ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГИЯ
- ГИНЕКОЛОГИЯ: РАДИОЧАСТОТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ЭРОЗИИ ШЕЙКИ МАТКИ
- РАДИОЧЛОНОВАЯ, ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ КОЖИ
- МЕД. КОСМЕТОЛОГИЯ: ЛАЗЕРНАЯ ЭПИЛЯЦИЯ, ЛАЗЕРНОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ, ЛАЗЕРНОЕ УДАЛЕНИЕ ТАТУИРОВОК, ЛАЗЕРНОЕ СТАЖИОНАЖЕ РУСЛОВ

г. Казань, ул. Шапова, 26 т. (843) 267-60-77

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Медики предлагают альтернативу антибиотикам

Бактерии становятся более устойчивыми к антибиотикам, поэтому специалисты предлагают новые альтернативные способы лечения. Врачи и микробиологи все чаще отдают предпочтение препаратам бактериофагов. Именно о них шла речь на республиканском семинаре «Актуальные вопросы инфекционной патологии».

Мероприятие организовано при активной поддержке Министерства здравоохранения республики и Управления здравоохранения Казани. Ведущие врачи - эпидемиологи, инфекционисты и микробиологи

обсуждали новые формы антибактериальной терапии.

Термин «бактериофаги» в переводе с греческого означает «пожиратели бактерий». «Это вирусы, избирательно поражающие бактериальные клетки. ДНК бактериофага встраивается в хромосому бактерии, из-за чего бактериальная клетка начинает производить сотни бактериофагов, поражающих бактерии до полного разрушения», - объясняет доктор медицинских наук, заведующая бактериологической лабораторией ФГУЗ «МСЧ № 140 ФМБА» Юлия Захарова.

Главное отличие бактериофагов от антибиотиков состоит в

том, что они воздействуют не на весь организм, попутно нанося вред здоровым клеткам, а только на инфицированную область. Их несколько видов, и каждый бактериофаг, как ключ к замку, подходит к своей собственной бактерии. То есть, паразитируя на ней, он убивает ее. Вместе с болезнью. Немаловажный момент - антибиотики, как правило, назначаются в критических ситуациях. Поэтому перед началом лечения необходимо провести тест на чувствительность к ним, чтобы выявить, какое лекарство будет действительно эффективным. Нередко из-за бесконтрольного приема антибиотиков вырабатывается антибиотикорезистентность, то есть организм не реагирует ни на один из них. И вот в такой ситуации на помощь и приходят бактериофаги. Резистентности к ним не вырабатывается.

Интересные факты о бактериофагах на семинаре рассказала их разработчик и производитель, доктор медицинских наук, профессор, начальник цеха производства препаратов бактериофагов Наталья Ворошилова:

- Чем хороши бактериофаги? Спектр действия у них такой же, как и у антибиотиков, но при этом не разрушается полезная микрофлора кишечника. То есть если иной препарат может быть по сути ядовитым не только для бактерии, но и для человека, то бактериофаг абсолютно безвреден и нетоксичен. Наши основные клиенты - слабые детишки, больные гастроэнтерocolитом, дисбактериозом кишечника. Препарат лечит и уро-



Доктор медицинских наук, профессор Наталья Ворошилова.

логические заболевания, и гинекологические, хронический пиелонефрит, то есть практически любую патологию. Курс лечения, как правило, составляет 5-7 дней.

«Сегодняшняя встреча - отличная возможность для врачей разных специализаций расширить свои знания и поделиться опытом практической работы. На итоговой коллегии в Министерстве здравоохранения была дана высокая оценка медицине РТ, в том числе и работе инфекционной службы. Прделана большая работа и достигнуты серьезные успехи, особенно в борьбе с ВИЧ, с вирусными гепатитами, внутрибольничными инфекциями», - сказал главный внештатный инфекционист Минздрава РТ Сергей Осипов.

Анна ТАРЛЕЦКАЯ.

Преимущества бактериофагов

✓ **Строгая специфичность.** Бактериофаги воздействуют только на чувствительные к ним бактерии, в то время как антибиотики могут вызвать угнетение и нормальной флоры, а также вызвать резистентность (вырабатывание микробами механизма защиты от лекарств).

✓ **Быстродействие.** При приеме внутрь эффект наступает через 20-40 минут (в зависимости от особенностей организма).

✓ **Глубокое и точное проникновение в очаг инфекции.** В зависимости от локализации очага инфекции препарат можно применять местно в виде примочек, орошений, полосканий, промывания и нанесения тампонов, перорально и ректально.

✓ **Саморегуляция.** В отсутствие болезнетворных бактерий бактериофаги быстро и полностью выводятся из организма.

✓ **Безопасность и отсутствие противопоказаний.** Бактериофаги можно применять беременным, кормящим матерям и детям любого возраста, включая недоношенных.

✓ **Полная совместимость с любыми препаратами.** Препарат эффективен как при монотерапии (отдельном применении), так и в комбинации с антибиотиками.

✓ **Стимуляция иммунитета.** Фаготерапия особенно эффективна при лечении хронических воспалительных заболеваний на фоне иммунодепрессивных состояний, после операций.



Ведущие врачи обсуждали новые формы антибактериальной терапии.