

Все для здоровья.
Здоровье для Вас.

аптека ЕЛАМЕДА

ОАО «Елатомский приборный завод» - производитель изделий медицинского назначения и медицинской техники для стационаров и домашних аптек.
Год основания 1980-й.

Специализированное
информационно-рекламное
издание для медицинских и
фармацевтических работников

№ 10 (57)

тема номера

Как идти по жизни,
выполнять повседневные обязанности и
строить планы, если здоровье пошатнулось
и нет сил из-за проблем с позвоночником?
Можно научиться сохранять здоровье позво-
ночника и противостоять остеохондрозу.

Остеохондроз во всей красе!

Для остеохондроза характерно поражение межпозвоночных дисков, чаще всего в шейном и поясничном отделах. У людей, страдающих этим заболеванием, возникает скованность, ограничивается подвижность, в позвоночнике ощущается тупая или острая боль. Если остеохондроз поразил шейный отдел, возможны нарушения мозгового кровообращения. В поздних стадиях преобладают боли в позвоночнике, усиливающиеся при неудобных или длительно неподвижных позах, чаще физических нагрузках. В дальнейшем может образоваться грыжа позвоночного диска. Появляется ярко выраженная деформация пораженного отдела в виде кифоза или лордоза. Проявления остеохондроза различны в зависимости от дислокации поражений.

Хронический пояснично-крестцовый радикулит
Ему предшествует череда отдельных приступов с периодами полного отсутствия болевых ощущений. Возникновению болезни могут способствовать малоподвижный образ жизни, неправильная осанка при положении сидя. Для болезни характерно длительное течение с постоянными периодами усиливающихся болей.

Острый пояснично-крестцовый радикулит
Для него характерна острая боль в поясничной области, главным образом после нагрузки при подъеме тяжестей, любом неловком движении. Боль довольно резкая и внезапная, человек не может разогнуться, поэтому застывает в том положении, в котором его застал приступ. Как правило, болезнь длится от нескольких дней до 2-3 недель.

ложенных вблизи нерва и давящих на его корешок. Иногда причиной может стать грыжа межпозвоночного диска шейного отдела позвоночника. Чтобы облегчить боль, следует уменьшить нагрузку на шейные позвонки и временно ограничить наклоны головы и повороты его.

Лечение с помощью магнитотерапии

Если Вы страдаете любыми вышеперечисленными проявлениями, Вам необходимо знать о современной методике лечения остеохондроза. Это магнитотерапия – способ лечения, открытый и усовершенствованный ведущими российскими медиками. Он применяется как для лечения остеохондроза, так и для восстановления позвоночника и реабилитации его после травм.

Механизм действия магнитного поля на позвоночник:

1. обезболивающий эффект за счёт блокады проведения нервного импульса, что уменьшает спазм напряжённых мышц;
2. улучшение кровообращения в месте воздействия за счёт увеличения просвета капиллярного русла, что обуславливает:
 - противоотёчный эффект и создания

благоприятных условий для оттока жидкости;

- восстановление кислотно-щелочного равновесия за счёт вымывания продуктов воспаления в поражённом месте;

- насыщение тканей кислородом и питательными веществами, необходимыми для восстановления изменённых тканей;

3. борьба с дегенеративными процессами:

- стимуляция тканевого дыхания (активация процессов метаболизма углеводов и липидов - увеличение неэтерифицированных жирных кислот и фосфолипидов в крови и внутренних органах, уменьшение холестерина в крови)
- стимуляция регенеративных процес-

сов в зоне воздействия и обмена веществ во всём организме. (Об этом свидетельствует снижение уровня сахара в крови на несколько единиц при применении магнитотерапии у больных сахарным диабетом I типа при неизменной дозе инсулина. К концу курсового лечения снижается содержание пировиноградной и молочной кислот не только в крови, но также в печени и мышцах. При этом, что хорошо, в печени увеличивается содержание гликогена.)

При остеохондрозе магнитотерапия должна применяться курсами по 15-18 дней (1-2 процедуры в день) непосредственно на область позвоночника. Курсов нужно проводить не менее трех-четырех в год. В стадии стойкой ремиссии (когда нет никаких признаков болезни) магнитотерапию все равно нужно проводить с целью улучшения функционирования позвоночника и профилактики обострений. При таком хроническом заболевании, как остеохондроз, регулярное применение магнитотерапии позволит сохранить работоспособность позвоночника на долгие годы.

М. И. САФОНОВ
врач-терапевт

ЗДОРОВЬЕ СУСТАВОВ: ВОПРОСЫ ОБ АРТРОЗЕ

Заболевания суставов - трудноизлечимые недуги. Что требуется для их успешного лечения? На вопросы пациента отвечает к.м.н., врач-ортопед Николай Алексеевич Стищенко.

В чем отличие артроза от артрита?

Основное отличие артроза от артрита: при артрозе основную роль играют не воспалительные, а дегенеративные процессы в суставном хряще. Артроз — не воспалительное заболевание и поэтому не имеет ничего общего с артритами или хроническим полиартритом, при которых воспаление сустава основывается на реактивном патологическом изменении суставной жидкости. То же можно сказать и об остром артрите — воспалении суставов, вызванном различными инфекциями. Ха-



актерные симптомы артроза — боль при нагрузке, стихающая в покое, ограниченная подвижность и хруст в суставе, напряжение мышц в области сустава, возможно периодическое появление при-

диалог врача и пациента

пухлости, постепенная деформация сустава.

Какие суставы чаще всего страдают при артрозе?

Наиболее часто при артрозе поражаются коленный (гонартроз) и тазобедренный (коксартроз) суставы. Одним из ранних симптомов артроза является боль в суставах. В начале заболевания в покое она практически отсутствует, но появляется при нагрузке на сустав. На руках заболеванию артрозом подвергаются суставы фаланг пальцев. Артроз обычно возникает сначала на одном суставе, а потом и на втором - симметричном первому.

Бывает ли артроз позвоночника?

Да, бывает, потому что позвонок — это такой же сустав. Артроз позвонков приводит к ограничению двигательных возможностей позвоночника - из-за соединения, т.е. сращения, некоторых суставов. Результаты рентгенологического обследования выявляют, что позвонок, подверженный артрозу, похож на бамбуковую палку.

возможностей позвоночника - из-за соединения, т.е. сращения, некоторых суставов. Результаты рентгенологического обследования выявляют, что позвонок, подверженный артрозу, похож на бамбуковую палку.

Можно ли самому определить наличие артроза позвоночника?

Оценки того, насколько артроз повредил позвонок, точнее, насколько он ограничил подвижность, производится следующими пробами:

Необходимо наклонить туловище вперед и вытянуть руки на максимальное расстояние, не сгибая при этом колен. Расстояние от пальцев до пола при отсутствии артроза должно быть в пределах 5 миллиметров.

Необходимо встать к стене спиной и прижаться к ней пятками, ягодицами и затылком. Чаще всего больные артрозом не могут прикоснуться затылком.

Необходимо встать прямо, не искривляя позвоночник, а потом постараться достать ухом плечевой сустав. Больные артрозом не могут сделать этого.

Можно ли полностью вылечить артроз?

Это зависит от стадии заболевания. На начальных стадиях артроза (0-I стадии) заболевание можно «законсервировать» с помощью комплексного лечения и изменения образа жизни, что можно считать излечением, т.к. никаких симптомов заболевания не будет. На последующих стадиях (II-IV стадии) можно лишь добиться улучшения состояния с помощью комплекса мер, но восстановить уже разрушенный хрящ не удастся. В

данном случае лечение направлено не на излечение, а на поддержание приемлемого качества жизни пациента.

О каком комплексном лечении идет речь?

Комплексное лечение артроза проводится по четким схемам, и чем раньше оно будет начато, тем лучше. Оно включает:

1) Лекарственные препараты. Чаще всего в острых стадиях артроза назначают нестероидные противовоспалительные препараты, сосудорасширяющие средства для снятия острой болезненности и сильного воспаления. Назначают также хондропротекторы — препараты, предположительно оказывающие восстановительное действие на хрящ. Иногда прибегают к внутрисуставным инъекциям гормональных средств и смазывающих веществ. Вообще применение лекарственных препаратов при артрозе вызывает больше вопросов, чем дает ответов, т.к. большинство лекарств дают временный эффект, ускоряя прогрессирование заболевания в целом.

2) Физioterapia. В острый период артроза существенное облегчение пациенту может принести криотерапия (лечение холодом). Этот период сопровождается резким приливом крови к больному суставу (поэтому тепло не показано). А вот охлаждение больного места успокаивает раздраженные кровеносные сосуды, способствует оттоку избытка крови.

На следующей стадии (подострой) полезна магнитотерапия. Она нормализует кровообращение в области сустава и открывает к нему доступ пита-

тельных веществ, необходимых для строительства хряща, а также нормализует удаление отходов и продуктов воспаления. Во-вторых, магнитное поле обладает выраженным обезболивающим действием, что дает возможность не применять анальгетические средства. Магнитотерапия не только хорошо снимает боль, но еще воздействует на причину болезни — плохое питание и кровоснабжение суставного хряща. Хрящ начинает лучше питаться, быстрее избавляется от отходов, его разрушение замедляется. Такой же эффект магнитотерапия дает и при остеохондрозе, так как строение позвонка и строение сустава — схожи, и причины болезни те же самые.

Если магнитотерапия применяется на фоне лекарственной терапии, то она усиливает (потенцирует) действие лекарств, что дает возможность уменьшить их дозы и сократить длительность приема.

3) Лечебная физкультура - регулярное выполнение различных оздоровительных упражнений. Укрепляет мышцы вокруг сустава, снижает нагрузку на сустав. Применяется только после снятия болезненности.

4) Отсутствие лишнего веса и правильная диета при артрозе (особенно коленных суставов) тоже важны.

При всех заболеваниях суставов (артрозы, артриты) этот комплекс позволяет быстрее купировать обострение и ускорить наступление нормального самочувствия. После этого комплексное лечение проводится не реже двух раз в год для профилактики.

Аппарат бегущего импульсного магнитного поля

АЛМАГ (АЛМАГ-01)

ВСЕ ВИДЫ АРТРОЗА
АРТРИТ
ОСТЕОХОНДРОЗ
ГИПЕРТОНИЯ и др.



Получите дополнительную информацию на сайте:
www.elamed.kz
Звоните на горячую линию! 8-8000-80-40-40

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

на правах рекламы 18+

производство



- *Выпускается с 1995 года.
- *Просто включается в розетку и прикладывается к больному месту.
- *Автоматически отключается в конце сеанса (22 мин.)
- *Клинически испытан.
- *Применяется в лечебных учреждениях и домашних условиях.
- *Средний срок службы - не менее 5 лет.
- *Гарантия на аппарат - 2 года.
- *Прилагаются иллюстрированные лечебные методики.

ТРАВМЫ: КАК ОПРЕДЕЛИТЬ СТЕПЕНЬ ТЯЖЕСТИ?

А. В. Семенов, врач-травматолог

советы доктора

С травмами хоть раз в жизни сталкивался каждый человек. Однако, далеко не каждый знает, что даже, на первый взгляд, легкие травмы (ушибы, синяки) обязательно нужно лечить, а не ждать, когда «заживет само». Несерьезное отношение к травмам может обернуться большими проблемами.

Все травмы нужно лечить!

Для начала расскажу вам два случая из собственной практики, когда несерьезное отношение к травмированию привело к печальным последствиям. Не для того, чтобы пугать, а для того, чтобы вы прочувствовали всю глубину проблемы.

Случай первый. Мальчик десяти лет упал и ушиб бедро, на котором образовался значительный синяк. Родители посчитали, что синяк «пройдет сам», и к врачу не обратились. Через полгода ребенок стал хромать. Диагноз: остеохондропатия головки бедренной кости (болезнь Пертеса). Проще говоря, некроз головки бедра. Почему это произошло? В результате ушиба и нелечебного (длительного) отека нарушилось кровоснабжение головки бедра, что привело к ее омертвлению. Ребенка много лет лечили в специальном санатории.

Второй случай. Молодой мужчина ушиб грудь в области вилочковой железы - там образовалась гематома. К врачу мужчина не обращался. Постепенно гематома рассосалась, но мужчина стал чувствовать себя еще хуже. Когда он все же обратился к врачу (через 2 месяца после ушиба), диагноз был - рак. Дело в том, что вилочковая железа - центральный орган иммунной системы. Нарушение ее функции грозит крупными неприятностями. К сожалению, этого пациента спасти не удалось.

Помните: все травмы, любые, нуждаются в лечении, то есть в мерах, ускоряющих восстановление поврежденных тканей.

Ох, уж эти ушибы!

Ушибаемся мы, в основном, в результате ударов или падений. И чем более активно двигается человек, тем чаще он ушибается.

Что же происходит при ушибе? При ушибе повреждается кожа, подкожные ткани, мышцы, сосуды и нервы. Из травмированных сосудов вытекает кровь. Она может пропитывать окружающие ткани (образуется кровоподтек-синяк), скапливаться в тканях (появляется гематома), изливаться в расположенные ря-

дом полости, например, в суставы. На месте ушиба обязательно появляется припухлость (отек), возникает боль.

Перелом, вывих или растяжение?

Падать всегда неприятно. Но особенно обидно, если после падения чувствуешь, что самостоятельно встать не получается. Или все-таки получается, но почему-то отчаянно болит нога или рука. Одно только непонятно, что же случилось: перелом, вывих или растяжение? Что повреждено: кости, суставы, мышцы или связки?

Ощущения в случаях перелома, вывиха или растяжения похожи: резкая боль, посвежелить конечность невозможно, а на месте повреждения - припухлость и кровоизлияние в мягкие ткани (синяки). Особенно, если перелом закрытый и частичный - тут поможет только рентген. Так что, при таком травмировании без обращения к врачу не обойтись. Вот какие могут быть диагнозы.

Растяжение мышц
Растяжение мышц - результат чрезмерного растягивания мышечных волокон. На них образуются надрывы или мелкие разрывы. Мышца даже полностью может порваться (тогда нужен хирург).

Растяжение связок
Растяжение связок - это травма связок, которыми мышцы прикрепляются к кости. В результате чрезмерной нагрузки связка может растянуться или даже оторваться.

Чаще всего происходит растяжение связок свода стопы, шиколотки и колена. Если в момент получения травмы Вы услышали звук щелчка, приложите к больному месту компресс со льдом и немедленно обратитесь к врачу. Щелкающий звук может указывать на то, что связка оторвалась от кости и требуется хирургическое вмешательство.

Вывих

При вывихе повреждается сустав, а сустав, как известно, это - место соединения двух костей. Концы костей смещаются со своего обычного положения, иногда повреждаются прилегающие



мышцы и связки. Только специалист может определить всю серьезность травмы. Обычно вывих вправляется, после чего конечность иммобилизуется на несколько дней. После этого назначается курс физиотерапии для восстановления полной подвижности сустава.

Упал. Очнулся. Гипс

Перелом — это тяжелая травма, когда нарушается целостность кости. Здесь нужно целиком полагаться на лечебную тактику, которую определит врач-травматолог. Кому-то понадобится операция, кому-то — иммобилизация или вытяжение. Лечение переломов занимает время от нескольких недель до нескольких месяцев.

Перелом опасен тем, что при длительном периоде неподвижности мышцы теряют тонус и атрофируются, из-за чего теряется возможность полноценно передвигаться, а процесс выздоровления значительно затягивается. Также опасны такие осложнения переломов, особенно открытые, как образование контрактур и келоидных рубцов, вызывающих последующее ограничение подвижности конечности на всю жизнь. Поэтому в восстановительном периоде лечения переломов обязательно применяются физиотерапевтические методы для избегания этих осложнений и ускорения процесса выздоровления.

Лечение. Травмы и холод

При легких и травмах средней тяжести первой помощью является охлаждение травмированного места.

Сразу после ушиба нужно постараться остановить внутреннее кровотечение и уменьшить вытеснение будущего кровоподтека. Для этого к больному месту прикладывают холод. Если ушибли руку или ногу, желательно держать ее в возвышенном положении. Охлаждение продолжается в течение двух суток. С третьего по пятый день место ушиба необходимо прогреть — можно принимать