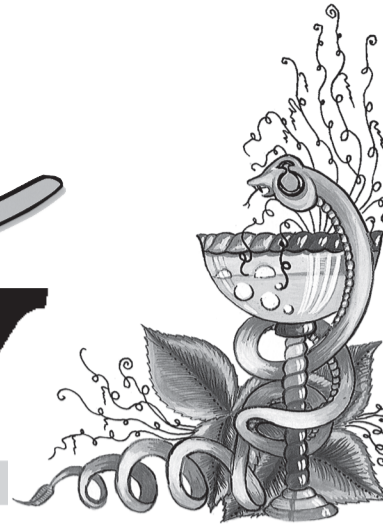




Вестник БДМУ



14 ліпеня 2015 г. • № 13 (1957)

Газета Беларускага дзяржаўнага медыцынскага ўніверсітэта (агульнапалітычная)

Выдаецца са студзеня 1931 года.

Падпісання можна з любога месяца. Падпісны індэкс 63 594.



В ы п у с к н о й...

Урачыстасці

творческую и социально-значимую работу.

Завершилась церемония праздничным концертом «Ты в сердце моем, Alma mater!» и фейерверком.

Валентина ТАРАСЕВИЧ,
зав. студенческим клубом

ранению Мингорисполкома Игорь Викторович Юркевич, председатель ГЭК лечебного факультета профессор Олег Олегович Руммо.

Выпускники приняли Клятву врачей Республики Беларусь и исполнили студенческий гимн.

От имени всех своих молодых коллег выпускник лечебного факультета Сергей Дедик поблагодарил руководство университета, своих учителей и вручил им корзину цветов.

Цветы от выпускников легли и к

подножию обелиска на площади Победы.

Слова благодарности и подарки получили активные

участники самодеятельных коллективов студенческого клуба и члены добровольной дружины за активную



Участников праздничной церемонии приветствовали: ректор университета Анатолий Викторович Сикорский, заместитель министра здравоохранения Республики Беларусь Игорь Геннадьевич Лосицкий, председатель комитета по здравоо-

Двадцать шестого июня в Белорусском государственном медицинском университете состоялась очередная выпуск. В этом году дипломы получили 1 110 молодых специалистов, из которых 45 – обладатели дипломов с отличием.



О выпускном на медицинском факультете иностранных учащихся читайте в очередном номере "Вестника БДМУ"



В феврале 2015 года ушел из жизни старейший сотрудник кафедры патологической физиологии Белорусского государственного медицинского университета, ветеран Великой Отечественной войны, участник обороны Ленинграда, кандидат медицинских наук, доцент Евгений Владимирович Батай — требовательный, принципиальный педагог высокой квалификации, ученый-экспериментатор, представитель Белорусской школы патофизиологов.

Е.В. Батай прожил яркую жизнь, которую без преувеличения можно назвать подвигом, присущим его доблестному поколению, одержавшему победу в Великой Отечественной войне, самой разрушительной из всех известных человечеству. Евгений Владимирович родился в 1926 году в городе Мстиславле Могилевской области, рано осиротел и в 1939 году поступил в ремесленное училище в городе Ленинграде, где его застала война.

Детство и юность прошли через трудные испытания сурового военного времени: учился и работал в голодном, замерзающем Ленинграде, самоотверженно трудился на строительстве оборонительных сооружений, был членом противопожарной

команды, защищавшей здания Ленинграда от полного сожжения, состоял в отряде добровольного содействия милиции осажденного города. Тяжелую зиму 1941-1942 годов ученик ремесленного училища № 59 пережил в заблокированном Ленинграде, а в марте 1942 года училище было эвакуировано по «Дороге жизни» — горящему от бомбежки Ладожскому льду — на Большую землю и далее на Северный Кавказ, в город Черкесск, затем в Куйбышевскую область, на станцию Безымянка.

Здесь, на авиационном заводе Е.В. Батай встал на бессменную трудовую вахту. Жертвы и лишения сражающегося осажденного Ленинграда и всего великого народа, поднявшегося на борьбу с фашизмом, сформировали у юного Е.В. Батай беззаветную преданность своей Родине, и в 17 лет в рядах Советских Военно-воздушных сил Военно-морского флота он добровольцем встал на защиту Отечества. Лишь только в июне 1950 года закончилась его героическая служба в рядах Советской Армии, за время которой он дважды награждался боевыми медалями, овладел профессией военного летчика, закончив Военно-морское авиационное училище в городе Николаеве, про-

шел военную службу на Черноморском флоте в городе Севастополе.

Стремление служить людям, оберегать их и в мирное время привели Е.В. Батая в 1951 году в Минский государственный медицинский институт, по окончании которого он работал главным врачом поликлиники в городе Борисове. В

модели нарушения кровотока в грудной аорте, артериальной гипертензии и гипотензии, тяжелых гипертонических кризов с центральными параличами позволила выполнить большой объем экспериментальных исследований на животных и получить ценные научные данные в области патологии си-

основой для разработки базисных вопросов общей патофизиологии о двойственной, внутренне противоречивой природе болезни, стадийности ее развития и принципах стадиоспецифичности ее лечения.

В научном багаже доцента Е.В. Батая свыше 60 публикаций, в том числе соавторство в двух монографиях, создание учебных пособий, оригинальных статей, докладов на Республиканских, Всесоюзных и Международных научных форумах. Вклад Евгения Владимировича Батая в научную медицину и здравоохранение нашей страны получил высокую оценку. Он был награжден медалями «За трудовую доблесть», «Отличник здравоохранения СССР», медалью имени Н.И. Пирогова, «Ветеран труда».

Истинный патриот, коммунист, честно служивший своему народу, защищавший свою Родину от немецкого нацизма, Е.В. Батай проводил большую работу по патриотическому воспитанию молодежи, выступал с докладами, воспоминаниями о событиях войны 1941-1945 годов на молодежных вечерах, проводил беседы с коллективами студентов, молодых врачей, принимал участие во всех общественных мероприятиях, посвя-

щенных памяти героев и юбилейным датам Великой Отечественной войны, до недавних лет всегда был в рядах ветеранов, шествующих к Площади Победы в светлый день 9 Мая. Он был награжден шестью юбилейными медалями. Евгений Владимирович был душой кафедры, человеком исключительно доброжелательным, чистосердечным, скромным и отзывчивым, готовым в трудную минуту поддержать и помочь студенту или сотруднику.

Добросовестный труд, прекрасные душевные качества, высокий профессионализм человека, отдававшего свои знания и опыт не одному поколению врачей нашей страны, принесли Евгению Владимировичу Батаю заслуженный авторитет, глубокое уважение и любовь коллектива студентов, сотрудников кафедры и университета. Многогранная жизнь Е.В. Батая служит примером любви к Отечеству, верности своему долгу, беззаветной преданности идеалам своей Родины.

Светлая память о Евгении Владимировиче Батае навсегда сохранится в наших сердцах.

Коллектив кафедры патологической физиологии БГМУ

Евгению Владимировичу Батаю посвящается...



1958 году он стал врачом-неврологом, а в 1960 году поступил в аспирантуру на кафедру патологической физиологии МГМИ, возглавляемую член-корреспондентом Академии наук БССР, профессором А.Ю. Бронвицким.

Многолетняя кропотливая работа Е.В. Батая по созданию оригинальных экспериментальных

стемного и регионального кровообращения.

В 1969 году под руководством профессора А.Ю. Бронвицкого Евгений Владимирович блестяще защитил кандидатскую диссертацию: «Патогенетическая характеристика основных гемодинамических расстройств при нарушении магистрального кровотока в нисходящем отделе грудной аорты», в которой вскрыл ключевые механизмы артериальной гипертензии и гипотензии, впервые изучил роль ретикулярной формации мозга в развитии компенсаторных реакций при данных формах патологии. Результаты многолетних исследований Е.В. Батая в числе научных данных других сотрудников кафедры послужили

1. Следует потреблять разнообразные продукты.

Продукты содержат разнообразные комбинации пищевых продуктов, однако нет ни одного продукта, который бы мог обеспечить потребности организма во всех питательных веществах. Большинство необходимых для организма пищевых веществ содержится в достаточных количествах в продуктах растительного происхождения. В то же время есть продукты, в которых присутствуют одни и практически отсутствуют другие питательные вещества, например, в картофеле содержится витамин С, но нет железа, а в хлебе и бобовых есть железо, но нет витамина С. Поэтому питание должно быть максимально разнообразным, а соблюдение специальных диет (вегетарианство) возможно только после рекомендации врача.

2. При каждом приеме пищи следует есть любые из перечисленных продуктов: хлеб, крупяные и макаронные изделия, рис, картофель.

Эти продукты являются важным источником белка, углеводов, клетчатки, минеральных веществ (калий, кальций, магний) и витаминов (С, В6, каротиноидов, фолиевой кислоты).

Хлеб и картофель принадлежат к группе продуктов с наименьшим энергетическим содержанием. Большинство разновидностей хлеба, особенно, хлеб грубого помола, крупы и картофель содержат различные типы пищевых волокон — клетчатки.

3. Несколько раз в день следует есть разнообразные овощи и фрукты (более 500 грамм в день дополнительно к картофелю). Предпочтение нужно отдавать продуктам местного производства.

Овощи и фрукты являются источниками витаминов, минеральных веществ, крахмалосодержащих углеводов, орга-

нических кислот и пищевых волокон.

Потребление овощей должно превышать потребление фруктов приблизительно в соотношении 2:1. Потребление овощей и фруктов, содержащих витамин С, вместе с продуктами, богатыми железом, такими как бобовые, злаковые, будет улучшать абсорбцию железа. Источниками железа являются

Еще раз о еде...

лиственная зелень семейства капустных — брокколи, шпинат. В овощах и фруктах содержатся также витамины группы В и минералы: магний, калий и кальций, которые могут снизить риск повышенного артериального давления.

Ряд полезных для здоровья свойств овощей и фруктов могут быть связаны с такими компонентами, как фитохимические вещества, органические кислоты, индолы и флавоноиды.

Наличие свежих овощей и фруктов изменяется в зависимости от времени года и региона, но замороженные, сухие и специально обработанные овощи и фрукты доступны в течение всего года. Предпочтение рекомендуется отдавать сезонным продуктам, выращенным на местах.

4. Следует ежедневно потреблять молоко и молочные продукты с низким содержанием жира и соли (кефир, кислое молоко, сыр, йогурт).

Молоко и молочные продукты обеспечивают организм многими питательными веществами, они богаты

Для обеспечения здорового питания важно придерживаться основных правил, которые позволяют составить сбалансированный рацион питания.

белком и кальцием. Отдавая предпочтение продуктам с низким содержанием жира, можно обеспечить орга-

низм в полной мере кальцием и поддерживать низкое потребление жира. Рекомендуются снятое (или обезжиренное) молоко, йогурты, сыры и творог с низким содержанием жира.

5. Рекомендуется заменять мясо и мясные продукты с высоким содержанием жира на бобовые, рыбу, птицу, яйца или тощие сорта мяса.

Бобовые, орехи, а также мясо, птица, рыба и яйца — важные источники белка. Следует отдавать предпочтение тощим сортам мяса, удалять видимый жир до приготовления пищи. Количество таких мясных продуктов, как колбасы, сосиски должно быть ограничено в потреблении. Порции мяса, рыбы или птицы должны быть небольшими. Избыточное потребление красного мяса может отрицательно сказаться на здоровье человека.

6. Следует ограничить потребление сахаров: сладостей, кондитерских изделий, сладких напитков, десерта.

Продукты, содержащие много рафинированных сахаров, являются источником энергии, но практически не содержат питательных веществ. Они не являются необходимыми компонентами здоровой диеты и могут быть исключены из рациона взрослых и детей.

Сахара способствуют развитию кариеса. Чем чаще человек ест сладости или пьет сладкие напитки, чем дольше они находятся в ротовой полости, тем выше риск развития кариеса. Таким образом, чистое потребление сладостей и сладких напитков между приемами пищи (перекусы) может быть более

неблагоприятным для зубов, чем потребление сладостей и сладких напитков во время очередного приема пищи с последующей чисткой зубов. Регулярная гигиена полости рта с использованием зубных паст, содержащих фтор, зубных нитей и адекватное потребление фтора могут помочь в профилактике кариеса. Среднее потребление жидкости должно равняться 2 литрам в день.

7. Общее потребление поваренной соли, с учетом ее содержания в хлебе, консервированных и других продуктах, не должно превышать 1 чайной ложки (6 грамм) в день. Рекомендуется использовать йодированную соль.

Поваренная соль содержится в натуральном виде в продуктах обычно в малых количествах. Соль часто используется для специальной обработки и консервирования продуктов. Кроме того, большинство людей досаливают пищу за столом. Верхняя граница потребления соли в соответствии с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения для здорового человека составляет 6 г в день, при артериальной гипертензии — 5 г в день.

8. Следует отдавать предпочтение приготовлению продуктов на пару, путем отваривания или запекания.

Уменьшите добавление жиров, масел, соли, сахара в процессе приготовления пищи. Выбирайте разнообразные продукты (свежие, замороженные, сушеные), в первую очередь, выращенные в вашей местности.

Разнообразная свежая и правильно приготовленная пища, без излишних добавок позволяет достичь требуемой полноценности и сбалансированности рациона питания.

Старт поколений

Пусть люди этот День не забудут!
Пусть Память свято сохранит те имена,
Которые приблизили Победу —
Своими жизнями перечеркнув «война»...
Спасибо, дорогие ветераны,
Вам всем! Отдельно каждому из вас...



Третьего июля на спортивных площадках около Дворца спорта в рамках фестиваля «Олимпизм и молодежь» проводился республиканский спортивно-массовый праздник «Мы — за мирную жизнь, за здоровую нацию!».

С приветственным словом к присутствующим обратился Министр образования Республики Беларусь Михаил Анатольевич Журавков, который поблагодарил всех за активное участие в данном празднике. Также были подведены итоги и награждение победителей первого этапа республиканского фестиваля «Старт поколений».

Под руководством первого проректора профессора Губкина Сергея Владимировича принимали участие в



флешмобе и студенты нашего университета — это сборная команда по аэробике спортивной и группа поддержки по черлидингу.

Все присутствующие на празднике получили массу удовольствия и большой заряд энергии.

Подготовил Александр ШАБУНЯ, начальник спортклуба



Чтоб каникулы прошли без происшествий

Лес — прекрасная возможность отдохнуть вдали от шумного города. Но лес полон неожиданностей и здесь нужно быть внимательным и осторожным. Важным условием безопасности является умение человека ориентироваться на местности. Представьте, вы пошли в лес и заблудились. Необходимо решить следующие задачи: сориентироваться, добыть воду и огонь, защититься от холода, организовать ночлег.

Если у вас с собой сотовый телефон, наберите телефон службы спасения «101» или «112» и сообщите, из какого населенного пункта и какого района вошли в лес, опишите что видите по сторонам.

Если оказались в лесу без компаса, телефона, а свое местонахождение не можете определить даже приблизительно, остановитесь и успокойтесь.

Главное для вас — выйти к людям, поэтому важными ориентирами будут линии электропередачи, просеки и тропинки. Обнаружив любой из этих объектов, идите вдоль него, и вы обязательно найдете людей. Если тропинка хорошо утоптана, но кусты смыкаются над ней на высоте пояса — это звериная «дорога», которая к жилью не приведет.

Если на пути повстречался ручей или река, следуйте вниз по течению — он всегда приведет к людям. Чтобы идти прямо, а не кружить все время, совмещайте в поле зрения два пройденных объекта. Но, самое надежное — идти на звук. Прислушайтесь: шум трактора слышно за 3-4 км, лай собаки — за 2-3 км, идущий поезд — за 10 км.

Не следует выбираться из лесу ночью: начинает темнеть — лучше займитесь обустройством места для ночлега. Для этого подойдет яма от вывороченного с корнем дерева. Из веток сделайте убежище наподобие шалаша и подстилку из подручных материалов. Кстати, о борьбе с холодом. Лист газеты, всунутый под одежду, уменьшит теплоотдачу вдвое. Такой же эффект дает и листва, набитая под одежду.

Теперь о пище. Обычно человек может обходиться без еды две недели. Люди, живущие в городе, плохо разбираются, что в лесу съедобно, а что нет. Поэтому самое главное — не рисковать, и если нет продуктов, лучше поголодать. Неприятные ощущения — тошнота, головная боль пройдут на вторые сутки. По возможности пейте воду и двигайтесь к цели.

Если вы надеетесь на спасателей, родных или друзей, оставайтесь на месте. Организуя ночлег, позаботьтесь, чтобы ищущие вас не прошли мимо, — повесьте на кусты носовой платок, лист бумаги, обломайте ветки, потрите травой стволы деревьев.

Очень часто бабушки и дедушки идут в лес с приехавшими к ним на каникулы внуками. Здесь нужна особая бдительность. Взрослые, занявшись сбором ягод или грибов, не замечают, как их подопечный куда-то исчез. Увлёкшись бесконечной загадочностью леса, вдруг ребёнок понимает, что он потерялся. Паника охватывает как ребенка, так и взрослых. Перед тем, как идти в лес, присядьте на дорожку и обсудите все опасности, которые могут возникнуть на вашем пути и как себя вести в случае той или иной ситуации. Постарайтесь, чтобы ваш отдых и каникулы вашего малыша прошли без происшествий.

Елена АВГУСТИНОВИЧ, инспектор Московского РОЧС МГУ МЧС

Вот уже много лет перелистывает страницы своей истории пожарная служба Беларуси.

В 1853 году именным Указом Императора Николая I была утверждена «Нормальная табель состава пожарной части в городах». В соответствии с этим документом Минское губернское правление и Минская городская дума, рассмотрев вопрос «О создании пожарной части в г. Минске» утвердили смету расходов на содержание пожарной части в составе 51 человека. В это же время

День пожарной службы

были организованы пожарные части в Витебске, Могилёве и других белорусских городах. Именно с 1853 года начинается история профессиональной пожарной службы Беларуси, а 25 июля (13 июля по старому стилю) считается днём профессионального праздника представителей этой мужественной профессии.

Для борьбы с огненной стихией в помощь пожарным постепенно изобретались новые методы и новое оборудование. В 1904 году преподаватель физики Бакинской гимназии инженер-технолог Александр Георгиевич Лоран изобрел ручной пенный огнетушитель «Эврика». В 1911 году Лоран продает патент на пену и огнетушитель немецкой фирме «Зальцкоттен». Вскоре открытие нового средства тушения стало известно и в других странах. Таким образом, Россия стала родиной нового средства тушения пожаров — пены, на-

Незвычайныя сітуацыі

шедшей признание во всем мире.

Серьезное усовершенствование прошла техника. Конная тяга, паромобиль, электро-мобиль... Первый пожарный автомобиль уже на советском шасси появился в СССР в 1928 году. А спустя 9 лет началось серийное производство специальной техники. Она сделала пожарную охрану мобильной и мощной — большинство загораний ликвидировалось в самом начале.

Сегодня в арсенале спасателей десятки разновидностей специальных автомобилей, отличающихся современной конструкцией, комплектацией и надежностью. При этом специалисты продолжают разрабатывать новые виды аварийно-спасательной техники, чтобы в кратчайшие сроки и с минимальными потерями ликвидировать последствия не только пожаров, но и техногенных аварий и стихийных бедствий.

В истории пожарной службы есть разные страницы, как трагические, так и героические. Период Великой Отечественной войны, авария на Чернобыльской АЭС оставили в памяти людей своих героев. Так пожелаем же представителям этой мужественной профессии спокойных будней, удачи в их нелёгком труде, и пусть всегда их оберегают небесные покровители огнеборцев — Пресвятая Богородица Неопалимая Купина и святой Флориан.

Марина ВАСИЛЕВСКАЯ, инспектор Московского РОЧС МГУ МЧС

Героям войны

Лето опять, месяц июль —
И вновь приходит День победный —
Гори, звезда, не затухай
Для тех, кто боль войны изведаль.

Кто отдал жизнь за нас с тобой —
И кто вернулся с поля боя.
Прости, неведомый герой,
Укрытый плачущей землёю.

Вам слава, верные сыны,
Что защитить собой сумели,
От страшной, варварской войны,
Детей — в их теплой колыбели.

Вы отстояли эту жизнь,
Плечом к плечу — родные братья.
Потомок, Богу помолись
За души павшей, светлой рати!

О книге

Книга — это мудрость поколений,
Связь веков, сокрытый, тайный мир.
В ней найдём мечты и откровенья.
Книга — наш духовный поводырь.

Как узнать еще, чем жили предки,
Их любовь, стремления, борьбу?
Жизнь без знаний — замкнутая клетка,
И тоска с обидой на судьбу.

Творчасць чытачоў

Но листая старые страницы
Мастеров, ушедших в мир иной,
Можно в персонажи их влюбиться,
Потерять и обрести покой.

Озаряя нас лучами света,
Временем проверенных страниц,
Мудрецы, учёные, поэты —
Открывают дали без границ.

Их трудом отточенные строки
Заставляют думать и творить.
С ними мы совсем не одиноки —
Сколько нам самим дано свершить...

Виктор ЛЮБЕЦКИЙ, постоянный подписчик "Весніка БДМУ"

Музеев на Земле немало.
Мы привыкли ходить по
роскошным залам и удив-
ляться их уникальной неповтори-
мости. Есть, конечно, и небольшие
уютные музейчики. Но тот, о кото-
ром я хочу рассказать, — уникален по
совсем иной причине.

Он представляет собой пещеру,
выдолбленную в скале. У свода —
фотографии детей. На них ребята
выглядят такими беззаботными
и улыбающимися. Страна под
названием Счастливое Детство
только-только раскрывает перед
ними множество дорог и самых
ярких красок. Каждый день не-
повторим и не похож на предыду-
щий. Почему-то представляешь
себя в их возрасте и детство, на-
полненное вкусом бабушкиных
пирогов с корицей и орехами. А

Музей, где вечно горят свечи

вот держу в кулаке жука, который
своими лапками шекочет ладош-
ки. И кажется, что у этих детей,
изображенных на портретах, было
что-то похожее.

Только почему тяжелый мужской
голос надрывно вешает: «Миша
Шиндер — три года», «Алеся Леви-
на — пять с половиной лет», «Саша
Кантарович — два года». Может,
он проговаривает, что у этих детей
недавно были дни рождения, им
исполнилось энное количество
лет?! Так почему же столь безра-
достно?! Этот свинцовый глас по-
хож на большущую тучу, которая
вот-вот лопнет, высыпая на землю
снегопад, сопровождаемый резким
порывом ветра.

Входим внутрь. Холод — жуткий
холод. Откуда? На улице глубоко
за тридцать по Цельсию. Ах да, мы
же в пещере, и тепло тут никак не
может быть. Но и холод жестокий,
словно могильный, сковывающий
уже не только наши тела, облечен-
ные в легкие одежды-парусинки.
Этот холод дошел до каждой кле-
точки души. И вокруг свечи. Мно-
жество круглых свечей, именуемых
как свечи-«таблетки». Но ведь если
горит столько свечей, должно быть
жарко даже в пещере. Но нет. Тепло
здесь не будет никогда, даже если бы
вместо свечей полыхали костры.

Потому что это Музей сожжен-
ных детей. Во время войны еврей-
ский народ подвергся тотальному

Памяць сэрца

уничтожению со стороны
фашистов. В историю это
время вошло как «Холо-
дост» или «Катастрофа». В городе
мира — Иерусалиме — находится
Музей Памяти. И архитектор
Моше Сафди решил увековечить
отдельно тех, кто успел сделать в
жизни свой единственный шаг — из
детства в вечность.

Пока горит свеча — душа жива.
Так говорит одно из поверий ев-
рейского народа. Можно предпо-
ложить, что это детские слезы. Но
мне показалось, что горит однове-
ременно множество вечных огней.

А надрывный мужской голос
призывает каждого отдать им дань
памяти. Ведь они будут жить, пока
их помнят.

Светлана ЧАРНАЯ

Вирусы гепатитов передаются преиму-
щественно с биологическими жидко-
стями человека, но имеют высокую
устойчивость во внешней среде — способны
сохраняться в воде и на иглах до двух-трех
недель. Чтобы избежать заражения гепати-
тами необходимо полностью оборвать цепи
возможного заражения, так как даже самый
стойкий иммунитет не способен предотвра-
тить развитие клинической картины. Кроме
того, необходимо учитывать, что гепатит В и
С — самые страшные его формы, передаются
от матери к плоду.

Профилактика гепатита А

Гепатит А передается преимущественно
фекально-оральным путем — через воду, про-
дукты питания, общие предметы пользования.
Наиболее эффективными мерами профилактики
заражения будут:

- Соблюдение правил личной гигиены, мытье
рук перед едой и после каждого похода в туалет;
- Поддержание чистоты в доме;
- Употребление только чистой воды. Зачастую
заражение гепатитом А происходит вследствие
питья из неизвестных источников;
- Категорически запрещается использовать в
качестве удобрения в почву некомпостированный
навоз и помет;
- Овощи и фрукты следует тщательно мыть
перед употреблением;
- Никогда не делитесь с другими такими пред-
метами, как бритва, ножницы, полотенце, зубная
щетка.

В целом, гепатитом А очень легко заразиться
в бытовых условиях. Поэтому, если среди ваших
знакомых появился человек с таким диагнозом,
то лучше полностью исключить контакты до его
выздоровления.

Профилактика гепатитов В, С и D

Наиболее опасными среди всех инфекционных

*Вирусный гепатит — это инфекционное воспаление печени,
вызванное вирусами типа А, В, С, D и другими. Они могут проте-
кать остро или хронически, но всегда несут угрозу для жизни. В
отличие от лекарственных, аутоиммунных и прочих незаразных
гепатитов, вирусные проявляются не только желтухой, увеличе-
нием печени в объемах и ее болезненностью, но и головной болью,
высокой температурой, тошнотой и рвотой. Необходимо знать,
что от некоторых вирусов, к примеру С, избавиться практически
невозможно, а все меры лечения сводятся к снятию симптомов и
затормаживанию репродукции вируса.*

Профилактика вирусных гепатитов

гепатитов являются именно те, которые вызваны
типами В, С и D. Они имеют не только сходную
клиническую картину и потребность в интенсив-
ном курсе лечения, но и общие пути заражения.
Наиболее часто заражение происходит при ис-
пользовании нестерильных медицинских ин-
струментов, переливании крови, половым путем
и от матери к плоду, намного реже гепатиты В, С
и D передаются при совместном использовании
предметов гигиены — зубных щеток, полотенец,
салфеток.

Меры профилактики включают:

- Тщательный контроль за использованием
шприцев, бор-машины и прочих инструментов
в медицинских учреждениях. После каждого
пациента многократное оборудование должно
дезинфицироваться, а одноразовое к повторному
использованию не допускается. Разумеется, риск
заражения гепатитом в условиях медицинского
учреждения невысок, но не стоит упускать из виду
возможность халатности работников.
- Избегайте распутной половой жизни, если
секс получился случайным, либо партнер вам

Планета здо́роўя

мало знаком — используйте презер-
ватив. Наиболее высока вероятность
заражения во время анального секса,
значительно реже — при оральных
"утехах". Тем не менее, лучше пере-
страховаться, чем всю жизнь бороться
с тяжелым недугом.

• Наркомания — особый диагноз.
Стоит ли говорить о том, что нарко-
тики употреблять не следует? Очень

опасно для жизни использовать бывшие в упо-
треблении шприцы и иглы, а также соломинки
для вдыхания кокаина — даже пролежав месяц,
они могут содержать вирусы гепатита.

• Если была ситуация, в которой вы могли за-
разиться, то сдайте анализ, как можно раньше.
Помните, что раннее лечение намного лучше
позднего, а инкубационный период гепатита В
составляет 120 суток, С — около 150.

• Не используйте предметы личной гигиены
совместно с другими людьми.

Гепатиты передаются от матери к плоду. Тем не
менее, это не приговор для малыша — беременной
женщине необходимо обратиться к врачу, который
назначит курс лечения. В сочетании с высокой
дисциплиной и личной гигиеной пациентки,
лекарства в большинстве случаев позволяют из-
бежать заражения.

В целом, вирусные гепатиты в большинстве
случаев являются следствием беспутной поло-
вой жизни, приема наркотиков, несоблюдения
банальных правил личной гигиены. В наши дни
крайне редко гепатитом можно заразиться в ме-
дицинских учреждениях.

Поэтому, соблюдение здорового стиля жизни и
по отношению к гепатитам является самой лучшей
мерой профилактики.

Подготовила Галина ЗАХАРОВА,
врач-валеолог 33-й студенческой поликлиники г. Минска

