

18+

ТЕМА НОМЕРА: **Апрель, апрель –  
на дворе звенит капель**

№120, 24 АПРЕЛЯ 2017г. ТИРАЖ 40000

*Ваш медицинский консультант*



# СВОИ РЕЦЕПТЫ!

СМИ РЕКЛАМНОГО ХАРАКТЕРА

## ПОЛЕЗНЫЙ ШОКОЛАД

настоящее какао  
+  
сладость фруктозы

Шоколад «Bifrut» мы производим из какао-бобов с океанического побережья Западной Африки. Поэтому наш шоколад обладает свойствами мощного антиоксиданта. Полезным шоколад «Bifrut» делают настоящее какао и отсутствие сахара, а вкусным – фруктоза.

www.bifrut.ru

# ПОБЕДА НАД ВЫСОКИМ ДАВЛЕНИЕМ

При высоком давлении следует воздействовать на причину, а не на следствие

- ❖ «Нерво-Вит» успокаивающе действует на нервную систему, снимает спазмы сосудов, что улучшает кровообращение (синюха голубая сильнее валерианы в 8-10 раз).
- ❖ «Мемо-Вит» улучшает питание клеток мозга и мозговое кровообращение, что способствует снижению давления.
- ❖ «Кардиотон» укрепляет сердечную мышцу, способствует восстановлению кардиомиоцитов.

Sk  
Участник Сколково

100%  
НАТУРАЛЬНЫЙ

СР. № RU.77.99.89.003.E.004930.03.15 от 20.03.2015 г. ПАРАФАРМ г. Пенза

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# СТОП 7 НОВЫЙ ЗДОРОВЬЯ

## СИНЯК

**с бадягой**  
Стик для лица и тела

Помогает улучшить внешний вид кожи и сохранить ее в хорошем состоянии

**7 активных компонентов**

Номинальный объем 4,5 г

**Урчание, скрип, хруст – звуки, которые издает наш организм, мелодичными не назовешь. «Музыка» человеческого тела часто бывает признаком неблагополучия. Исполняя для нас очередную «композицию», организм нередко просит о помощи.**

## Зубовный скрежет

Примерно 15% жителей Земли каждую ночь пугают своих супругов, соседей по купе или больничной палате устрашающим скрежетом зубов. Медицина называет это явление бруксизмом. Он особенно распространен у детей. По данным педиатров, во сне скрежет зубами каждый третий ребенок, заставляя мам паниковать: «У малыша

глисты!» Но никакого научного обоснования этой теории нет. Чаще всего причина бруксизма – неправильный прикус или патология челюстных суставов. Причиной могут быть переживания, которые продолжаются даже во сне. От постоянного трения стирается зубная эмаль, выходят из строя суставы челюсти. Ухудшается сон, начинают одолевать головная боль, боль в ушах и носовых пазухах, головокружение, хроническая уста-

лость. Чтобы избавиться от скрипа, исправьте неправильный прикус. Возможно, придется обследоваться у невролога. Стоит попробовать перед сном нагрузить челюсти работой – погрызть твердую морковь, капусту. Утомившись, они будут ночью вести себя спокойно. Можно по ночам надевать на челюсти капу – специальную резиновую вставку. Она не позволит зубам соприкоснуться и защитит их от истирания.

## Два года икоты

Расстегните пояс, вдохните и попейте, так советуют бороться икотой. С точки зрения медицины икота – это короткий сильный вдох при суженной голосовой щели, который возникает в результате судорожного сокращения диафрагмы. Икота бывает эпизодической и продолжительной. Особенно часто икают дети. Обычно это происходит, когда малыш замерзнет, купаясь (по этому признаку мамы определяют, что пора вылезать из воды). Другие причины икоты – сильная жажда, еда всухомятку, переедание. Такая икота считается безобидной и лечения не требует. А вот более частые, мучительные приступы икоты – признак болезни. Англичанин Кристофер Сандс начал икать в феврале 2007 года и продолжал... в течение двух лет – в среднем по 12 часов в день с частотой один раз за две секунды. За это время он икнул более десяти миллионов раз! Причиной оказалось заболевание стенки желудка. Среди других болезней, симптомом которых бывает икота, – поражения центральной нервной системы, отравления, инсульт, черепно-мозговые травмы, заболевания желудочно-кишечного тракта, инфаркт, глаукома и даже глисты.

## Спасибо за ужин

Звук отрыжки в обществе считается неприличным. Но только если вы находитесь в Европе. На Востоке отрыжка во время застолья считается похвалой кулинарным талантам хозяйки. С помощью отрыжки организм выводит из желудка переполняющие его газы. Нормой считается, если это происходит до трех-четырех раз за день. Если чаще – стоит задуматься. Может, вы пьете много газировки? Или едите быстро, проглатывая вместе с пищей воздух? Иногда отрыжку вызывают продукты: молоко, бобовые, капуста... Но она может быть и симптомом лактазной недостаточности, при которой организм не усваивает углеводы молочных продуктов. Отрыжка также возникает при большинстве заболеваний желудочно-кишечного тракта: гастроэзофагеальной рефлюксной болезни, гастрите, грыже пищеводного отверстия диафрагмы, синдроме раздраженного кишечника, желчнокаменной болезни. Точный ответ даст врач-гастроэнтеролог.

## Анекдот

*"И даже не думай расстраиваться!", - сказал психиатр пациенту с раздвоением личности.*

## Щелканье при движении нижней челюсти

Резкое щелканье при движении нижней челюсти означает, что ваши суставы, которые соединяют нижнюю челюсть с височными костями, неправильно работают. Но этого не стоит бояться, просто не злоупотребляйте продуктами, которые трудно жевать. Обратитесь к специалисту, чтобы удостовериться, что все в порядке, особенно, если вы произвольно стучите челюстями во сне.

## Ой, то не «ветер»...

Метеоризм. Как избавиться от газообразования в кишечнике? Раньше это естественно отправление организма деликатно называли «ветрами», сегодня его обозначают термином «метеоризм». Причина – скопление газов в кишечнике. В норме каждый здоровый человек за день производит около четырнадцати «ветроиспусканий». При некоторых заболеваниях – в десятки раз больше. В их числе – дисбактериоз кишечника, панкреатит, энтерит, колит и заболевания печени, кишечные инфекции и непроходимость. Но чаще всего виновники метеоризма – продукты, богатые клетчаткой и крахмалом: горох, фасоль, чечевица, капуста, картошка, черный хлеб...

## В горле

Щелканье в горле появляется при некоторых неврологических болезнях, например, болезни Паркинсона. Иногда причиной становится слишком большой щитовидный хрящ гортани, который легко исправить хирургическим путем. Обратитесь к врачу, если щелканье появляется во время глотания. Но учтите, что это очень редкий симптом, и не каждый лор-врач встречался с этим в своей практике.

## Анекдот

*- Вы такая бледная... Вас нужно показать врачу!  
- Нет, меня нужно показать морю!*

### Тихий свист в носу

Свист возникает, когда воздух проходит через суженный канал – чаще всего из-за насморка. С этой проблемой могут справиться обыкновенные капли из аптеки. Обратитесь к врачу, если свист появился после какой-либо травмы. Еще одной причиной является хронический гайморит. При появлении свиста из носа стоит обратиться за помощью к ЛОРу. Причиной свиста так же может быть отверстие в носовой перегородке, а это состояние требует хирургического лечения.

### Звон или жужжание

Звон возникает, когда в ушах происходит «ложное срабатывание» нервных окончаний, которые наш мозг воспринимает как звук. Чтобы этого не происходило, в шумных местах пользуйтесь берушами. Обратитесь к врачу, если звон появляется не с двух сторон, а только в одном ухе: причиной могут быть инфекция или другие заболевания внутреннего уха.

### Звук взрыва перед сном или утром

Это состояние называют синдромом взрывающейся головы. Синдром безопасен сам по себе, но может означать, что у вас есть сопутствующие заболевания, так что расскажите об этом врачу. Ученые объясняют это явление тем, что во время засыпания нервные клетки, отвечающие за слух, вместо того, чтобы постепенно отключиться, внезапно одновременно включаются, что ощущается как внезапный звук взрыва.

Если вам кажется, что пульс достигает ушей, то обратитесь к врачу. Такое бывает, когда что-то происходит с крупными венами, собирающими кровь от головы, и при подъеме давления спинномозговой жидкости. К счастью, чаще оказывается, что в слуховом проходе накопилась сера, которая и была причиной таких звуков.

Звук выстрела человек может услышать из-за разрыва толстых связок. Часто такая проблема возникает из-за разрыва ахиллова сухожилия. Разрыв этой связки может возникнуть либо при прыжке с высоты на пятки, либо при соскальзывании со ступеньки. Прыжок на пятки может спровоцировать разрыв сухожилия.

### Анекдот

У психиатра:  
- Доктор, у меня в парадной жирафы кашляют.  
- Жирафы?  
- Да...  
- Это не ко мне, это к ветеринару.

### Звук сердцебиения в ушах

### Что-то в локте

Небольшие изменения сустава могут вызвать шелканье, и это безопасно,

### Анекдот

Сегодня лег спать пораньше, в 22:00, уже 3:10, а я все еще не могу нарадоваться тому, что лег так рано спать.

### Хруст в коленях

Хруст в суставах появляется в трех случаях: при движении сухожилий поверх суставов, в суставной сумке появляется пузырек или суставы двигаются по неправильной траектории. Обратитесь к врачу, если хруст сопровождается болью или отеком, а также если амплитуда движения в суставе уменьшилась и вам стало труднее двигаться или заниматься спортом.

### Неполадки плече

Если шелканье безболезненное, то это безопасно. Такое происходит, когда на суставных поверхностях с возрастом образуются неровности. Обратитесь к врачу, если вы испытываете дискомфорт: такой звук может быть симптомом тендинита, бурсита или разрыва суставной сумки.

### Урчание в животе

Каждые пару часов по желудочно-кишечному тракту проходит волна сокращений, чтобы провести «вниз по течению» то, что осталось от еды. Так что это урчание – это не повод пойти поесть и не повод для паники. Обратитесь к врачу, если во время урчания появляется боль или вы слышите бульканье, если давите на живот – в некоторых случаях этот звук может сигнализировать о серьезных заболеваниях.

Такое урчание часто возникает из-за повышенного газообразования в кишечнике и может быть связано:

- 1) с употреблением большого количества грубых волокон;
- 2) с лактозной недостаточностью;
- 3) мало кто знает, но к избытку газов

в животе также могут привести психические травмы и длительные депрессии, волнения и страх. Не зря душевная боль издавна рассматривалась как важная.

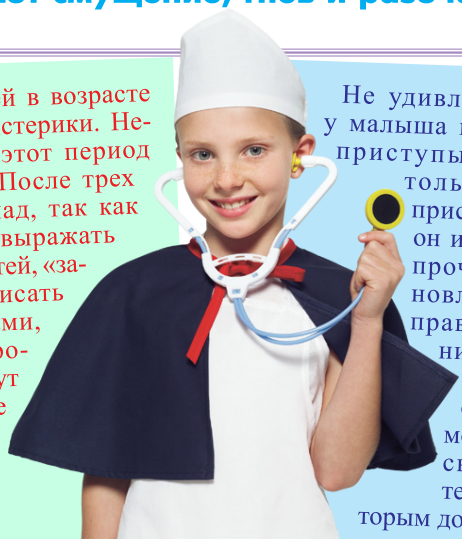
Многим родителям знакомо неприятное чувство, которое испытываешь во время детской истерики. Когда у вас не было собственных детей, вы наверняка не раз видели в магазине рыдающего и топающего ногами малыша, которому мама сказала ужасное для двухлетнего ребенка слово «нет». Истерика – настоящий экзамен и для взрослых, и для детей. Родители смущаются и чувствуют стыд, особенно если их чадо устроило скандал в общественном месте. Дети в этот момент тоже испытывают смущение, гнев и разочарование.

## Где «леший» водится?

«Нервный срыв» – естественный этап развития ребенка. Он просто учится самоконтролю. Маленьким детям трудно сдерживать эмоции или выразить их словами. Поэтому в минуты гнева, смущения или разочарования дети часто кричат, плачут, топают ногами и даже бросаются на пол. Истерики случаются, когда, по мнению малыша, что-то идет не так, когда он хочет привлечь к себе внимание взрослых или когда он просто устал, проголодался и чувствует себя беспомощным.



Почти у всех детей в возрасте 1-3 лет случаются истерики. Некоторые называют этот период «ужасные 2 года». После трех лет они идут на спад, так как ребенок научается выражать свои чувства, но у детей, «затрудняющихся» описать свои эмоции словами, истерики могут продолжаться. Они могут случаться и в более позднем возрасте, из-за резких перемен и стрессов в жизни ребенка.



Не удивляйтесь, если у малыша истерические приступы случаются только в вашем присутствии. Так он испытывает на прочность установленные вами правила и ограничения. Кроме того, дети стараются продемонстрировать свои чувства тем людям, которым доверяют.

## Что делать во время?

Никогда не наказывайте ребенка за истерику. В этом случае он начнет копить в себе гнев и обиду, а это вредно для здоровья. Ведите себя спокойно, с пониманием. С возрастом ребенок научится лучше контролировать свои эмоции. **Не хвалите, не поощряйте ребенка за то, что он прекратил истерику.** В противном случае он будет устраивать их специально, чтобы получить то, что ему нужно. Не пытайтесь урезонить ребенка во время истерики. Логические объяснения в этот момент вряд ли помогут.

Не меняйте уже принятых решений, чтобы успокоить ребенка. Это сработает один раз, но поняв, что с помощью истерики можно добиться желаемого, ребенок наверняка этим воспользуется и начнет вами манипулировать.

## ТЕЛЯЧЬИ НЕЖНОСТИ

Наше тело – сложный организм, окутанный сетью нервных окончаний на поверхности. И для хорошего самочувствия, нам необходимо периодически их стимулировать с помощью поглаживаний, массажей и других приятных вещей. Ребенку же нужен телесный контакт не просто для хорошего самочувствия, а для элементарного выживания и развития.

Если ребенку не хватает телесного контакта, ему будет плохо, и он будет его стремиться получить любым способом.



## Киплю, как чайник

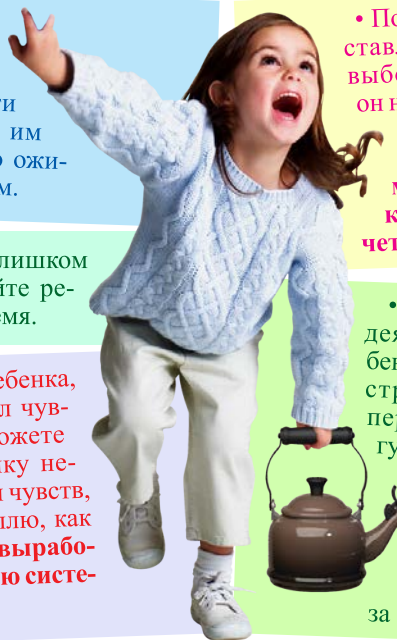
Полностью предотвратить этого нельзя, но можно снизить вероятность возникновения:



- Насколько возможно, придерживайтесь режима дня. Дети – консерваторы, им важно знать, чего ожидать в дальнейшем.

- Не гуляйте слишком долго, укладывайте ребенка спать вовремя.

- Поощряйте ребенка, чтобы он выражал чувства словами. Можете подсказать ребенку некоторые описания чувств, например, «Я киплю, как чайник», так вы вырабатываете собственную систему кодировки!



- По возможности, предоставляйте ребенку право выбора. Например, если он не хочет купаться, можно прямолинейно настаивать на своем, а можно спросить его, какие игрушки он хочет взять в ванную.

- Перед сменой вида деятельности дайте ребенку время, чтобы перестроиться. Ему нужно переключиться на другую деятельность. Если приближается обед, а ребенок играет, предупредите его, что через 5 минут нужно будет садиться за стол.

## На заметку

Когда ребенок устраивает истерику, всегда и везде ведите себя одинаково. Дети обожают устраивать родителям проверку на людях: на улице, на детской площадке, в магазине. А вдруг тут сработает тактика, которая «не проходит» дома?

## Анекдот

- Доченька давай покажем, как мы выучили все месяцы. Ну!.. Ян...?  
 - Вась!  
 - Фев...?  
 - Раль.  
 - Ну, давай теперь сама!  
 - Арт, Рель, Ай, Юнь, Юль, Густ, Ябрь, Ябрь, Ябрь, Абрь!





*Ой, синица!*

**Что делать, если ничего не помогло, и истерика все-таки началась?**

- Отвлеките ребенка, переключив его внимание на что-то другое: новое занятие, игрушку или книгу. Можно внезапно «прервать» его обезоруживающей фразой, например: «Ой, синица сегодня встретила, она тебе конфету передала!» Шутка или смешная рожица тоже срабатывают.

- Пытайтесь сохранять спокойствие. Крика и гнев только усугубят ситуацию. Чем больше внимания вы уделяете истерике ребенка, тем вероятнее ее повторение.

- Игнорируйте слабые истерики. Если уйти и уединиться невозможно (например, если вы в самолете), обнимите ребенка. Это поможет ему успокоиться.

### Понимать слово «нет»

Сначала ваш малыш кричит, требуя купить ему игрушку. Ребенку постарше «просто жизненно необходимы» модные джинсы или прогулки с друзьями до полуночи. Родителям трудно освоить искусство говорить «нет». Ребенок пойдет на все, чтобы получить свое, и иногда проще пойти на уступку. Но делать этого не следует. Рамки нужны, чтобы по мере взросления они могли чувствовать себя в безопасности. Умение говорить «нет» – важная составляющая процесса создания этой безопасной зоны. И самое главное, задайте себе вопрос: может ли ребенок нести ответственность за поступок, на который он просит разрешение? Согласие в одном случае и отказ в другом – хороший урок компромисса для ребенка.

### Иногда истерику нельзя игнорировать.

Вот примеры недопустимого поведения:

- Ребенок отталкивает, бьет родителей или других людей;
- Кидается опасными предметами;
- Долго кричит и не успокаивается;

Сделайте передышку, дайте ребенку остыть. У детей постарше этот период может продолжаться столько минут, сколько ребенку лет (например, для 3-х летнего ребенка – 3 минуты).

### Лучшая терапия - спорт

Кроме привязанности к здоровому образу жизни и привычке регулярно заниматься спортом, малыш чувствует особенную близость с родными. Происходит избавление от «лишней» негативной энергии, на истерику просто не остается сил.

Для самых маленьких спортсменов занятия базируются на игровой форме, причем, чтобы ребенок не утратил интереса к спорту, тема и темп упражнений постоянно меняются. Делается все, чтобы максимально заинтересовать малыша и отвлечь его внимание от обязательности выполнения тех или иных элементов.

И самое главное, таким образом «закаляется» характер и маленький человек инстинктивно понимает – без вложенного труда, не будет результата!



### Очень важно

Имейте в виду, что особо мнительные и тревожные малыши могут настолько глубоко войти в состояние истерики, что наличие или отсутствие зрителя никак не отражается на их поведении. Малыш уже не может остановиться и успокоиться самостоятельно, он рыдает без пауз, и безудержный плач переходит в икоту. В этом случае обязательно нужно вмешаться и помочь малышу успокоиться.

### Анекдот

- Хорошо, сынок, что ты плакать перестал!  
- Я не перестал, я отдыхаю.

### Поведение на борту

«Прежде чем дать кислородную маску ребенку – наденьте ее сами» (из инструкции в самолетах)

Обычно в спокойной обстановке родители могут адекватно

оценить ситуацию и правильно поступить. Но когда ребенок устраивает истерику, и с родителями иногда происходит то же самое – взрослых может начать «трясти» самих. Поэтому самая первая рекомендация, что делать, когда у ребенка истерика, это успокоиться, оценить свое состояние на трезвость восприятия и в любом случае отнестись к ребенку с любовью и пониманием.

### Анекдот

- Почему у тебя под глазом синяк?  
- А пусть не лезут!

### ВЕСНА, ТЕПЛО, КОНДИЦИОНЕРЫ, ХОЛОДНЫЕ НАПИТКИ...



### ВСЁ ЭТО МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ПРОБЛЕМАМ С ГОРЛОМ.



- ✓ Природные компоненты
- ✓ Успокаивает раздраженное горло
- ✓ Обладает антибактериальным действием
- ✓ Повышает сопротивляемость организма

Если горло Вас тревожит – Фитолон всегда поможет!

КАШЕЛЬ • БОЛЬ • ВОСПАЛЕНИЕ  
БАД. Не является лекарством.

**Вы думаете, что туберкулез – это болезнь прошлого? Вы ошибаетесь! Сегодня он является самой частой причиной смерти среди инфекционных болезней. Туберкулез – это распространенная бактериальная инфекция легких, реже других органов. Он заразен, им может заболеть любой человек, но некоторые из нас предрасположены к нему и это выжно.**

## Туберкулезная бактерия

Туберкулез вызывает *Mycobacterium tuberculosis* – медленно растущая палочковидная бактерия, которая обитает в тканях, богатых кислородом, попадающая в легкие при дыхании. Иногда бактерия может «путешествовать» по организму, оседая в тех или иных органах.

## ОСОБЕННО ВНИМАТЕЛЬНО

- **Пожилые:** у пожилых людей возрастным изменениям подвергается и иммунитет. Защитные силы организма ослабевают, поэтому им труднее бороться с заражением любыми инфекциями, в том числе и туберкулезом.
- **Грудные дети:** у маленьких детей иммунитет еще недостаточно развит и созрел, поэтому он не может противостоять таким серьезным инфекциям как туберкулез.
- **Диабетики:** болезнь также ослабляет защитные силы организма. У диабетиков легче, чем у здоровых людей, происходит заражение различными бактериями, в том числе и бактериями туберкулеза.
- **Заболевания почек:** истощают весь организм, в том числе и иммунную систему, повышая риск развития болезни.
- **Аутоиммунные заболевания:** препараты для лечения аутоиммунных заболеваний, например, болезни Крона или ревматоидного артрита, могут негативно влиять на иммунитет, повышая риск развития туберкулеза.
- **Истощение:** если вы истощены из-за болезни или недостаточно питаетесь, то защитные силы организма не смогут противостоять заражению туберкулезом.

## Почему заразен?

Заразна активная форма туберкулеза легких. С кашлем, чиханием и даже смехом и пением больной человек выбрасывает в воздух множество туберкулезных бактерий, которые парят в воздухе несколько часов и могут вызвать болезнь у случайно вдохнувшего их прохожего. Обычно через 2 недели после начала приема лекарств больной перестает быть заразным для окружающих.



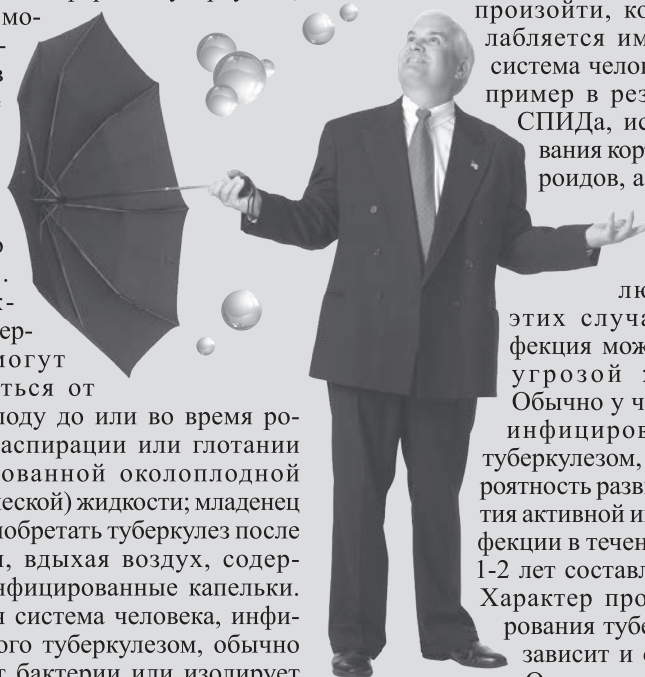
## ТЕЧЕНИЕ

Активный туберкулез обычно начинается в легких (лёгочный). Очаги туберкулеза в других органах (внелёгочный) возникают после развития лёгочного туберкулеза в результате распространения микобактерий через кровь. Как и в лёгком, инфекция может не вызывать заболевание, но бактерии могут остаться бездействующими в небольшом участке рубцовой ткани.

## Как развивается инфекция

Когда в помещении кашляет человек с активной формой туберкулеза, бактерии могут оставаться в воздухе несколько часов, что способствует заражению людей. Микобактерии туберкулеза могут передаваться от матери плоду до или во время родов, при аспирации или глотании инфицированной околоплодной (амниотической) жидкости; младенец может приобретать туберкулез после рождения, вдыхая воздух, содержащий инфицированные капельки. Иммунная система человека, инфицированного туберкулезом, обычно разрушает бактерии или изолирует их на участке инфекции. Фактически приблизительно 90-95% от всех случаев заражения туберкулезом проходят незамеченными. Однако иногда бактерии не разрушаются и много лет остаются бездействующими внутри лейкоцитов определенного типа (макрофагов). Приблизительно 80% всех случаев туберкулеза связаны с активацией ранее бездействовавших бактерий. Бактерии, живущие в руб-

цовой ткани, образованной вследствие первичной инфекции, обычно в верхушках одного или обоих легких, начинают размножаться. Активация бездействующих бактерий может произойти, когда ослабляется иммунная система человека, например в результате СПИДа, использования кортикостероидов, а также у очень пожилых людей. В этих случаях инфекция может быть угрозой жизни. Обычно у человека, инфицированного туберкулезом, вероятность развития активной инфекции в течение 1-2 лет составляет 5%. Характер прогрессирования туберкулеза зависит и от расы. Однако темп прогрессирования зависит больше всего от силы иммунной системы человека. Например, у больных СПИДом оно происходит намного быстрее. У такого больного вероятность развития активного туберкулеза в течение 2 месяцев - 50%. Если бактерии устойчивы к антибиотикам, у больного СПИДом и туберкулезом вероятность смерти в течение 2 месяцев составляет 50%.



## Симптомы

У больных активной формой постепенно в течение недель или месяцев появляется кашель с вязкой мокротой иногда с примесью крови, усталость и похуждение, повышение температуры, ночная потливость, учащение сердцебиения, иногда одышка и боль в груди. Похожие симптомы появляются при пневмонии или раке легкого. Туберкулез других органов проявляется по-разному, симптомы зависят от локализации процесса.

## Вакцина

Вакцинировать следует детей до 5 лет, которые контактировали с больными, не принимающими противотуберкулезные препараты или зараженными устойчивыми к лечению бактериями. Вакцина БЦЖ защищает детей от развития генерализованной инфекции (то есть туберкулеза нескольких органов). Считается, что БЦЖ вакцина не очень эффективна у взрослых, у которых чаще развивается легочная форма туберкулеза.

## Анекдот

*Совет психиатра: если вы увидели привидение, не нервничайте! Сначала ущипните себя; если вы ущипнули себя, но привидение не исчезло - ущипните привидение.*

## Диагностика

Если у вас высок риск развития туберкулеза, то лучше всего регулярно проходить скрининговый тест.

Самый простой и современный способ диагностики – это Диаскинтест. Препарат вводят внутрикожно специально обученные медицинские работники и оценивают по размеру реакции в месте введения препарата, есть ли в организме латентный или активный туберкулез. Для диагностики выявляют бактерии в мокроте. Также помогает рентген грудной клетки и анализ крови. Если заподозрен внелегочный туберкулез, то для подтверждения диагноза может понадобиться биопсия, КТ или МРТ.



## Латентный

Иногда при первом заражении симптомы не появляются, потому что организм хорошо борется с инфекцией, выстраивая вокруг нее ограждение и не давая распространяться, такую форму называют латентным туберкулезом. В таком очаге бактерии не гибнут, и они могут одержать верх и начать распространяться, если у человека ослабляется иммунитет. Люди с латентным туберкулезом не заразны для окружающих.



## Активный

Чаще всего для лечения врачи назначают группу антибиотиков. Такое лечение продолжается минимум 6 месяцев. В некоторых случаях необходимо продлить прием препаратов на 2-3 месяца, а если туберкулез вызван бактериями с лекарственной устойчивостью, то антибиотики придется принимать год и даже дольше. Лечение практически всегда оканчивается успехом, если пациент строго выполняет предписания врача.

## Хирургическое вмешательство

В редких случаях туберкулез лечат хирургическим путем. К операции прибегают при легочном кровотечении, появлении абсцессов или очагов скопления бактерий, которые не поддаются лечению лекарствами, а также в тяжелых случаях туберкулезного менингита, перикардита или туберкулеза почек и суставов.

## Если не лечить?

Если игнорировать активную форму туберкулеза, то это может привести к тяжелому и иногда фатальному поражению легких или любых других органов. В легких могут появиться полости, которые осложняются кровотечениями или нагнаиваются. Кроме того, вы заразите туберкулезом и окружающих вас людей.

## Анекдот

*Доктор, у меня проблемы с биоритмом. Лег просто полежать - уснул. Лег почитать книгу - уснул. Лег посмотреть фильм - уснул. Лег поспать - энергия бьет ключом!*

## Когда к врачу?

Обращаться к врачу следует не только при появлении типичных симптомов, но и если вы были в контакте с больным заразной формой туберкулеза. Если вы принимаете противотуберкулезные препараты, то незамедлительно свяжитесь с врачом, если кожа и склеры приобрели желтый цвет, появилась боль в животе. Если среди ваших препаратов есть этамбутол, то обращайте внимание на нарушения зрения.

## Важно

Если у вас обнаружена латентная инфекция, то для полного излечения нужно принимать либо только один препарат на протяжении 9 месяцев, либо комбинацию лекарств в течение 12 недель под наблюдением врача. Если вы прервете прием препаратов, то лечение придется начать снова, к тому же так вы можете спровоцировать формирование лекарственной устойчивости у бактерий, что значительно осложнит последующее лечение.

# FOSTA®

health & sport support

**В ПРОДАЖЕ ШИРОКИЙ АССОРТИМЕНТ ИЗДЕЛИЙ ПОЯСА**

**И КОРСЕТЫ «FOSTA» ЭТО:**

- уменьшение болевого синдрома,
- надежная фиксация поясицы,
- восстановление после травм, исправление осанки,
- снижение нагрузок на позвоночник,
- вентиляция кожи при ношении.



НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА ОТ БОЛИ В СПИНЕ

Сертифицировано ®

Сертифицировано®

**FOSTA**  
health & sport support

*Защита от боли в спине и сосудах*

**Meed®**

ПОДГУЗНИКИ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

ГОСТ Р 55082-2012 МЕДИЦИНСКИЕ СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ

РОССИЙСКИЙ ПРОИЗВОДИТЕЛЬ  
НОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

**НОВИНКА**

**Meed**

ТОВАРЫ СТЕПЕНЬ НЕДЕРЖАНИЯ

до 120 см.

1800 г

ПОДГУЗНИКИ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

10 штук

**КАЧЕСТВО ПО ОТЛИЧНОЙ ЦЕНЕ!**

**НАТУРАЛЬНЫЕ ПОЛИЭКСТРАКТЫ VITAUST**

ПРОДЛЕВАЯ ЖИЗНЬ

**Не содержат:**

- алкоголя,
- сахара,
- красителей,
- ароматизаторов,
- вкусовых добавок,
- искусственных консервантов.

Перед применением проконсультируйтесь со специалистом

**Имеются противопоказания.**

**МИРТАБИОТИК** - естественное закаливание  
**УРОЛИТ** - почки – не место для камней  
**ЮГЛОН** - комплексная поддержка всех систем организма

RU.77.99.11.003.E.046623.11.11. от 11.11.2011  
RU.77.99.11.003.E.001244.12.11.19.01.2012  
RU.77.99.11.003.E.046621.11.11. от 04.11.2011

**АКУЛЯ СИЛА®**

**КОСМЕТИЧЕСКИЕ КРЕМЫ И МАСКИ НА ОСНОВЕ АКУЛЕГЕТО РЕТИНОЛА**

**Биобактон-К**

*Лиофилизат для приёма внутрь*

Рекомендован в качестве источника пробиотических микроорганизмов для улучшения состава и биологической активности защитной микрофлоры кишечника человека.

- Продукт естественного происхождения
- Не содержит консервантов, стабилизаторов, лактозу
- Восполняет дефицит лактобактерий в организме
- Является дополнительным источником витамина С
- Хорошо растворим и приятен на вкус

**Живые!**

**www.biobakton.ru**

ПРОДУКТ НАТУРАЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ НЕ СОДЕРЖИТ ЛАКТОЗУ, ГМО, КОНСЕРВАНТОВ, КРАСИТЕЛЕЙ И УЛУЧШИТЕЛЕЙ ВКУСА

**Живые!**

Спрашивайте «Биобактон-К» в аптеках

Противопоказания к применению: индивидуальная непереносимость компонентов. Перед применением проконсультируйтесь с врачом.

БАД. Не является лекарственным средством.

**Свой рецепт!**

Адрес редакции: 355035, г. Ставрополь, пр. Кулакова, 8 «Г»  
Контакты: 8 (9623) 417-930;  
e-mail: k\_26@mail.ru  
Учредитель и издатель:  
ООО «Медчеста-плюс»  
Адрес издателя: 355035, г. Ставрополь, пр. Кулакова, 8 «Г»

Главный редактор: Ерошенко А.В.  
Верстка и дизайн: Чурилов Д.В.

Свидетельство о регистрации СМИ выдано Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия (Управление по Южному Федеральному Округу), ПИ № ФС 10-6587 от 20 апреля 2007 г. Газета отпечатана в типографии ООО «К-Принт», г. Ставрополь, ул. Огородная, 2В. Распространение свободное. Редакция не несет ответственность за содержание рекламы. Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес письма, фото и обращения читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на передачу всех исключительных прав на использование в любой форме и любым способом. Материалы, помеченные данным знаком ®, печатаются на правах рекламы.

**Тираж 40000**  
Дата выхода в свет 24.04.2017 в 13:30  
Подписано в печать 17.04.2017 в 13:30, по графику в 16:00  
**Заказ № 220**