

Здравушка

Алифанов Александр Александрович, ведущий: Здравствуйте, братья и сёстры. Сегодня в гостях программы «Консилиум» профессор кафедры оториноларингологии, доктор медицинских наук Первого Санкт-Петербургского медицинского университета имени академика Ивана Петровича Павлова Лавринова Галина Владимировна.

Профессор: Здравствуйте, глубокоуважаемые братья и сестры!

Ведущий: Хотелось бы попросить рассказать нам об очень хорошей идее. Передо мной лежит календарь Здравушка, здесь имеются советы врача и священника. Скажите пожалуйста, кому пришла первая идея такое доброе и интересное начинание сделать, Галина Владимировна?

Профессор: Сейчас трудно сказать кому оно первому пришло. Наверное мне, поскольку я из семьи фитотерапевтов. И у меня есть небольшое собственное издательство, которое нужно было чем-то заполнить. И вот я решила что нужно что-то сделать полезное людям. Это было много лет назад. Но идея так долго была не реализована, поскольку я писала книжки по фитотерапии, такие популярные, например «Как вылечиться от простуды» или «Травки для малыша и мамы». И так далее. И потом я подумала, что можно сделать такое издание, в котором были бы православные праздники, то есть календарная церковная сетка. Необходимая каждому русскому человеку. Праздники, описание их, святые, которые могут помогать при исцелении от тех или иных заболеваний. И рецепты.

Рецепты это не проблема, поскольку в нашей семье их очень много, и мама и мой отец — известные фитотерапевты. Написали ряд книг. И в нашей семье фитотерапия существует испокон веков, поскольку предки были ботаниками и биологами. То есть такая направленность семейная, она помогла создать свою не систему оздоровления, а систему рецептов и советов, которые могут быть полезны не только при ЛОР-заболеваниях, поскольку я являюсь ЛОР-врачом. Но и при других заболеваниях. Поскольку когда человек болеет, болит у него не только горло, это заболевание всего организма. И когда я читаю лекцию студентам, я им говорю, что ангина — это воспалительное заболевание всего организма с преимущественным поражением небных миндалин и в связи с этим фитотерапевтический подход должен быть общим. То есть лечить нужно человека, оздоравливать его, укреплять, для того чтобы не было болезненных проявлений в той или иной системе. Идея Здравушки, наверное, появилась после того, как я побывала у схииерхимандрита Зосимы Сокура, который жил на Украине. И он мне сказал: «Пиши книжки для людей». С его благословения, по-видимому, и созрела эта идея. Потом я была ещё у отца Геннадия Корнева. С ним посоветовалась. Он одобрил. То есть подтвердил то же, что сказал отец Зосима. И потом собрался коллектив. У нас есть просто гениальная, можно сказать, Лидия Шундалова. Которая верстальщица. Она образованная, воцерковленная, очень мне помогает с составлением Здравушки. И каждый год мы уже в течение 7 лет составляем Здравушку. Мы стараемся, чтобы рецепты наши не повторялись. Поскольку люди Здравушку хранят и собирают каждый выпуск. И поэтому не хотелось бы, чтобы это были повторения. Мы выбираем разные темы. В прошлом году была тема «как помочь справиться с недугами пожилому человеку» это такая красная нить. Эта тема проходит по календарю, который был в 2013 году, в 2014 году мы эту тему развивали, а в 2015 году, рецепты не из трав, а из деревьев. Плоды, листья и почки — всё можно использовать в рецептах при тех или иных заболеваниях.

Ведущий: Слава Богу. А ещё с какой-то тематикой календари?

Профессор: Первый календарь, который мы издали, был кален-

дарь «Петербургские Святые». Моя приятельница много работала в архиве в Александро-Невской лавры, и она была составительницей этого календаря. Многие родственники новомучеников были благодарны. А потом мы начали издавать календарь в помощь родителям. Он так и называется: «Дети и родители». И в последние 3 года мы издаем календарь, который называется «Ангельские миры» — это календарь о том мире, который в общем-то мало понятен и неизвестен, кого-то он страшит. Но благодаря таким материалам, которые подаются в календаре, мне кажется, люди становятся более образованными. Кроме того, мы издаём ещё календарь иного плана. В прошлом году у нас был первый опыт, называется «Благодатный дом». В нём мы представляем проповеди на праздничные дни. Темы представляют проповеди известных и малоизвестных священников. Издав этот календарь, мы поняли, что он тоже пользуется спросом. Он интересен людям. И я думаю не только мирянам, он интересен тем кто служит, молодым священникам, которые не могут найти для себя материал для проповеди, которую нужно говорить на ту или иную тему. Материал составляет человек образованный — монахиня Матушка Феофания. Помогает ей мама иеромонахов Кирилла и Мефодия Зеленковских — Людмила Ивановна. Ионновский монастырь, матушка игуменья дала нам много материала, много книг, статей. И мы попытаемся сделать интересный календарь не только для прихожан Иоанновского монастыря, но и для других людей.

Ведущий: Слава Богу, слава Богу! А «Здравушку» как точнее назвать: сборник медицинских рецептов с православным календариком? Или это православный календарь?

Профессор: Скорее всего это православный календарь с каким-то включением медицинских рецептов-советов. Есть кулинарные рецепты. Но в основном это обычный православный церковный календарь. Сетка у нас из издательского совета Русской Православной Церкви. Издательским советом он рекомендован к публикации. И номер издательского совета имеет, каждый год мы этот код получаем. Там его лицензируют, просматривают в издательском совете.

И потом нам говорят что можно исправить или дают нам этот номер. Сейчас без номера издательского совета православная литература не издаётся.

Ведущий: Вы работаете на кафедре ЛОР-болезней. Дети — это наша боль. Скажите пожалуйста, как сейчас изменилась патология носа и горла у детей? Вы уже работаете давно, захватили и советское время. В какую сторону изменилось? Что-то участилось, что-то реже, что-то получилось и вовсе искоренить совсем из ранее бывших болезней?

Профессор: Александр Александрович, я думаю, что мало что удалось искоренить.

Ведущий: Ну как же? Прогресс! Мы все в советское время ждали: «вот на западе прогресс, он к нам придёт, и с помощью прогресса мы будем все исцелённые...»

Профессор: На каждую болезнь Божья воля и на выздоровление. И на врача, которого вам нужно найти, тоже. Поэтому на счёт искоренения я абсолютно ничего не могу сказать. Но хочу сказать что патология за те годы, когда я только начинала работать и патология сейчас — очень изменилась. Если в те годы, 25-30 лет назад в основном у детей преобладала гнойная инфекция, у взрослых осложнения гнойных отитов, то сейчас преобладают аллергические заболевания, которые очень трудно лечатся. И которые дают последствия неблагоприятные, в том числе и для ЛОР-органов. Я имею ввиду экссудативные отиты, это отдельная тема. Когда у ребёнка начинается воспаление в ухе, и это воспаление преобладает, при воспалении там преобладают аллергические проявления. То есть выпотевают в барабанную перепонку вязкая жидкость, такая, как носовая слизь. Плохо оттуда уходит, застывает, образует спайки. Нарушает подвижность слуховых косточек, и в итоге, если не лечить, может привести у тугоухости, к резкому снижению слуха. Это начинается чаще всего в раннем детском возрасте. Аденоиды повзростели, если мы раньше говорили, что в семилетнем возрасте аденоидов у детей уже нет. Глоточные миндалины редуцировались, заменялись соеди-

нительнотканными тяжами и дыхание восстанавливалось. То сейчас эти аденоиды «постарели» — дети более старшего возраста страдают аденоидами. Если есть аденоиды — это такая ткань, в которой быстро развивается воспаление любой вирусной инфекции. И развивается так называемый аденоидит. Если развивается аденоидит, то инфекция может легко попасть по слуховым трубам в уши. Вызвать осложнения в виде отита. Такой комплекс патологий сейчас стали называть, педиатрами в Москве это было предложено, «воспаление риносинусотубарной зоны». Воспалется нос, околослуховые пазухи, слуховая труба и барабанная полость. То есть в процесс вовлекается одновременно несколько ЛОР органов. Кроме того, имеются следующие особенности: если у больного, например, появился тубоотит то заложило ухо, снижен слух. Чувство тяжести в ухе и такое впечатление, что там что-то переливается, говорят больные. У этого пациента нужно искать синуситы, гаймориты. Делаем снимки — у многих больных, примерно у 70%, при такой симптоматике выявляем гайморит. То есть сразу два заболевания. Такого раньше не было. Теперь такой алгоритм: если больной страдает тубоотитом, мы обязательно делаем снимок, то есть рентгеновское исследование околоносовых пазух. Кроме того, нужно сказать, что аллергия, аллергический насморк и вазомоторный насморк — это тоже бич, с которым трудно справляться врачу-специалисту. Эти заболевания ухудшают качество жизни людей. Считается что больной, у которого, например, затруднено носовое дыхание, по качеству жизни ощущает себя хуже, чем больной с приступами стенокардии. То есть головная боль, нарушение обоняния, снижение аппетита, стекание слизи, которая затекает в полость рта, а у маленьких детей она попадает в желудок, вызывает снижение аппетита, вплоть до его отсутствия — до анорексии. Такая проблема. Новая проблема в последние годы появилась — острая потеря слуха. Я не могу сказать что это часто было в те годы, когда я начинала, но сейчас это актуально. Мы даже занимаемся отдельной научной работой по этой теме, потому что острая потеря слуха стала появляться не только у людей с высоким давлением, скажем, криз гипертонический — разорвался сосуд во внутреннем ухе, и

произошло кровоизлияние в сосудистую полоску, что привело к снижению слуха. Сейчас даже молодые люди поступают к нам с такой патологией. Инфекция, о которой раньше может быть мы и не знали, потому что микробиология не так была развита, проявляет себя. Уреаплазма, хламидии стали жить не только в половых органах, но они стали появляться и в верхних дыхательных путях. И самая большая проблема, весьма актуальная, это грибки, грибковая инфекция. И если раньше мы говорили что грибки иногда бывают в глотке, в носу, то теперь это частое явление. У нас на кафедре профессор Карпищенко Сергей Анатольевич эндоскопически оперирует околоносовые пазухи, и бесконечно часто находит грибковые тела — это такие круглые шары, которые он вынимает из пазух, а они проявляют себя в нарушении носового дыхания, головными болями, снижением обоняния, тяжестью, дискомфортом, неприятным запахом из носа. Эти больные оперируются, удаляются грибковые тела, и создаются такие условия в пазухах, что бы грибковые тела в дальнейшем не выросли. Нужно сказать, что некоторые грибки выделяют металлы и это грибковое тело, если сделать рентгеновский снимок, даёт ощущение такого шара, в котром, в эпицентре что-то рентгеноконтрастное, непроницаемое для рентгена. Одно время была мысль что это ну может быть пломбирочный материал попадает в пазухи верхние из зубов от стоматологов. Но потом оказалось что ряд грибов сам в состоянии продуцировать металл, который уже стимулирует рост инородного тела.

Ведущий: То есть мы — человечество — думали, что мы — Гомо сапиенс. И прогресс будет работать на нас. Но грибки с вирусами посмеялись и стали прогрессировать, получается так, да? То есть прогресс оказывается у них состоялся, а не у нас?

Профессор: Не знаю, у них ли, но, во всяком случае, это распространённая сейчас проблема. Широкая, актуальная и в детской практике, и у взрослых, связанная со многими причинами, объяснить которые трудно.

Ведущий: Почему трудно? Антибиотики. Мы же говорили: раньше была гнойная патология, то есть бактерии. Правильно? Ан-

тибиотиков несколько десятилетий напринались самых разных, а что к антибиотикам не чувствительно? — Вирусы и грибы. И вот, соответственно, популяция вирусов и грибов выросла в очень большом количестве. В принципе этот процесс закономерный. Я читал специальную научную литературу 30-40 лет назад, в которой специалисты предупреждали: «Зачем так часто антибиотики применять?» — Вырастут вирусы и грибы».

Профессор: И вырастут. Снижение иммунитета, возможно питание не совсем качественное, поскольку много стало в пище красителей, консервантов, то есть те вещества, к которым от сотворения мира организм не приспособлен. Хочу сказать, что мы раньше не употребляли красители, не ели, не пили инвальд. И вот ко мне мама привела девочку, у нее хейлит, то есть воспаление губы и вокруг неё. Она только один раз выпила инвальд.

Ведущий: Инвальд — это что?

Профессор: Это такой сладкий напиток, как кока-кола.

Ведущий: Ой, сейчас так много всего! Всех наименований не упомнишь...

Профессор: Вот продают растворимый чай неизвестно из чего, с лимоном. Водой разбавите, как чай липтон, холодный то же. И не известно, как он себя проявит в организме. Вот эти все продукты детям ни в коем случае давать нельзя. Пусть взрослые попробуют, а ребёнку это очень нагрузочно и риск высокий. Ребёнок должен пить то, что положено пить.

Ведущий: А иммунитет снижается от чего? — От антибиотиков. Это же иммунодепрессанты, правильно?

Профессор: Не все антибиотики таковы, да, иногда мы не можем обойтись без антибиотиков...

Ведущий: Понятно, что иногда нужно. Но я говорю о том, что они являются иммунодепрессантами. Если рассматривать процесс простуды или ОРВИ — острой респираторной вирусной инфекции. В первые три дня антибиотики нет смысла давать. Потому что они не обладают противовирусным действием.

Профессор: Конечно. Лишь когда появляются осложнения, тогда нужны антибиотики.

Ведущий: То есть мы в первые три дня острой респираторной вирусной инфекции должны пить противовирусные травы, правильно?

Профессор: Противовирусные, да.

Ведущий: Чабрец, душица, исландский мох, девясил, лабазник и так далее.

Профессор: Я согласна с вами. Это первое. Горячее питье должно быть, обильное. Местно тоже должны использоваться травяные препараты. И такая возможность у людей есть, но некоторые лентяют, не хотят заваривать. Говорят — некогда заваривать, лучше таблетку назначьте.

Ведущий: Пожалуйста — сейчас предлагаются даже травы в таблетках. И ещё цивилизационная проблема: быстро в нос накапал и «побежал». Как Вы относитесь к каплям в нос? К препаратам ряда нафтизин, галазолин и прочим адреномиметикам. Каким Вы видите результат их частого использования?

Профессор: Скорее не частота, а длительность использования. В некоторых ситуациях, когда мы не можем без этих капель обойтись, когда нужно разгрузить нос, восстановить носовое дыхание, особенно у маленьких детей, назначение капель необходимо. Три-пять дней, НЕ БОЛЕЕ! А потом переходить на мази или на промывание травяными настоями. Я назначаю то, что считаю разумным по своему усмотрению. Люблю промывание из такого простого раствора: на стакан теплой воды чайная ложка спиртовой настойки прополиса, которая в аптеке продаётся, что бы не затруднять людей, немножечко соды — такие промывания носа очень эффективны. Этот рецепт мне когда то подарил старинный источник.

Ведущий: Да, прополис — широкого спектра действия. И противогрибковый и противовирусный — прекрасный препарат. Но аллергии часто.

Профессор: Обязательно нужно спрашивать, нет ли аллергии на

мёд или на прополис. Если на мёд есть аллергия, то прополис использовать нельзя. Это категорически запрещено. Промывание травами самыми простыми — я назначаю лёгкий настой из травы зверобоя, что бы мама могла сварить, настоять, процедить и закапать в нос. Мне нравится вяжущее его действие, противовоспалительное и противомикробное тоже в том числе.

Ведущий: Вернуться к очень мощному препарату — прополису. Ещё лет 25 назад, когда я только начал заниматься фитотерапией, один пчеловод сказал: настойка прополиса мощная — я делаю два полоскания — и ангины нет. Я даже не поверил ему, потому что тогда был обычный врач с узкими взглядами на терапию. Что такое лечение тонзиллита или ангины обычными «научными» средствами? — феноксиметилпенициллин или эритромицин, олететрин или бисептол... Тогда я не поверил, а сейчас, спустя 25 лет, скажу что если в первые день-два прополоскать полость рта настоечкой прополиса, разбавленной водой в четыре раза, несколько полосканий — и (тонзиллита) ангины нет. Мощнейшее действие. Но, к большому сожалению, встречаются аллергии.

Профессор: Да, сейчас происходит аллергизация, я имею ввиду детей и взрослых.

Ведущий: Если рассматривать прогресс цивилизации, то получается, что он перепрофилировал одну патологию на другую. Если раньше были гнойные патологии, то сейчас конечно аллергия, аллергия и аллергия, которая бывает фатальной. Люди даже могут потерять слух из-за спаек в ушах. А справиться с аллергией ещё сложнее, чем справиться с более простыми вещами.

Профессор: Был такой русский писатель — Иван Антонович Ефремов, он написал роман «Туманность Андромеды» и другие. Там говорится, что осталась горсть людей, вышедших из борьбы со многими болезнями, но ещё бесконечно им долго будет угрожать непобежденная аллергия. Это в 30-40-е годы он такое сказал! В общем-то пока у нас шансов мало избавиться от аллергии. Много препаратов, которые снимают симптомы. Но сам процесс сложный, запущенный.

Ведущий: Да! (доктор биологических наук Иван Антонович Ефремов, который привёз из экспедиции несколько железнодорожных вагонов костей динозавров, был великий человек. Кстати, уроженец Вырицы, где молился великий старец Всея Руси Серафим). Лекарства чужеродны для человеческого организма, они являются антигенами. А антигены вызывают образование антител. Организм старается от них избавиться. Они чужеродны: у нас в медицине такое название есть для них — «ксенобиотики». То есть абсолютно чужеродные вещества — лекарства, яды, токсины. Итак, мы поговорили с Вами о некоторых проблемах, но должны уже прощаться, передача наша заканчивается. Дорогие наши братья и сестры, вы слушали в эфире программу «Консилиум». В гостях у нас была профессор, доктор медицинских наук Лавренова Галина Владимировна.

Профессор: Спаси Господи за приятную беседу. И за возможность выступить перед аудиторией радио.

Ведущий: Всего доброго.