

**Совершенно неожиданно для себя я сделал открытие, что серьезно болен. Открытие, признаюсь, обескураживающее. Как же так? На бюллетене не был лет двадцать, с врачами общаюсь только во время обязательных медосмотров. Конечно, возраст сказывается: там кольнет, здесь стрельнет, на перемену погоды голова болит... Но никакой расслабухи: грипп - на ногах, кашель - малиной, желудок - водкой с солью, бодр и весел - всегда.**

И вот врач - санолог (санология или валеология - наука о здоровье) специализированной медико-санитарной части № 5 Маргарита Лучицкая, рассматривая мой «Паспорт здоровья», негромко внушает: «Вы должны состоять на диспансерном учете у кардиолога. У Вас очень высокий патологический индекс, крайне низкая жизненная емкость легких, ненормальное кровообращение, кишечник забит токсинами...»

Слушаю рекомендации Маргариты Валентиновны и думаю, что, видимо, жизнь кончилась, отныне придется работать на аптеку. Так стоит ли тревожиться? Протяну еще какое-то время в прежнем режиме и... привет!

- Все далеко не так трагично, - успокоил меня начальник ЦСМСЧ-5 Виктор Николаевич Шиленко. - С точки зрения традиционной медицины Вы практически здоровый человек, ну, скажем так, с небольшими отклонениями. В «Паспорте здоровья» отражены не Ваши болезни, а уровень здоровья и даны рекомендации как в будущем этих болезней избежать.

Изначально, когда еще только создавалась наша медико-санитарная часть, предназначенная для обслуживания совершенно особого контингента людей - работников Чернобыльской АЭС и жителей нового города Славутича, в большинстве своем ликвидаторов последствий аварии и пострадавших от нее, - были определены основные направления развития медицины города. Концепция базируется на многочисленных исследованиях отечественных и зарубежных специалистов, которые можно резюмировать следующим образом: до 50 процентов факторов, из которых складывается здоровье человека, зависят от самого человека, его образа жизни. 20 процентов - это сказывается генетика, наследственность, биология человека. Еще 20 процентов - влияние окружающей среды, климатические условия, качество жизни. И только 8 - 10 процентов факторов, формирующих здоровье, зависят от медицины. Если кто-либо думает, что можно жить как придется, а когда что-то заболит меня медицина спасет, то он ошибается. Медицина поможет, облегчит, но окончательно от

тяжелого недуга вряд ли избавит.

Исходя из этого мы и определяли основные направления нашей работы. Первое - традиционное здравоохранение. Ежегодно, начиная с 1988 года, мы вводим в строй новые корпуса, создаем мощности, наращиваем матери-

ал на свои кровные купит лекарства. В городе Славутиче СМСЧ-5 едины во всех лицах, в Киев или Чернигов особенно не наездишься. Какой выход из положения найден?

- Что же, иногда и нам приходится отправлять больных в медицинские учреждения узкоспециализированного направления.

- Например?

- Кардиохирургия, онкология, микрохирургия и т.д. А такие узкоспециализированные направления, как офтальмология, ЛОР, психотерапия, неврология, стоматология, зубопротезирование, другие мы развиваем и ока-

которое оказывает помощь как взрослым, так и детям.

- Но это не то, что в народе называют дурдомом?

Нет, конечно. Мы проводим коррекцию поведения людей. Если нагнетать страхи, неуверенность, то у людей появится разбалансированность в поведении. Если это не упредить, то неминуемо возникновение заболевания какого-либо внутреннего органа, команду на что даст кора головного мозга. Это и есть психосоматика. В борьбе с болезнями мы пошли по двум направлениям: первое - это традиционное, о котором я говорил, и второе - валеологическое. На

## VOLETUDO BONUM OPTIMUM (ЗДОРОВЬЕ - ЛУЧШЕЕ БЛАГО)



Славутич. Знойный день.

альную базу с развитием сети узкоспециализированных отделений в стационаре. Большое внимание уделяется подбору и обучению кадров. Сегодня у нас есть поликлиника на 770 посещений в день (шесть отделений, поликлиника для взрослых, детская поликлиника и женская консультация), стационар на 400 коек (20 отделений), отделение скорой медицинской помощи на 16000 вызовов в год, санитарно-эпидемиологическая станция (пять отделов), здравпункт на АБК-1 Чернобыльской АЭС. Приоритетное направление - охрана материнства и детства. Из 140 врачей, работающих в СМСЧ, один заслуженный врач Украины, 19 высшей категории, 47 первой категории.

- Знаете, Виктор Николаевич, зачастую за красивым фасадом скрываются унылые коммуналки. Так и в медицине. Корпуса и медперсонал есть, а необходимого оборудования, лекарств нет. И гоняют несчастного больного по различным медучреждениям, пока определят, чем-де он собственно болен, а потом еще и объявят, что лечить будут только в том случае, если

зывает больным квалифицированную помощь. У нас внедрена лапароскопическая малоинвазивная хирургия, диагностическое отделение оснащено эндоскопическим и УЗИ-оборудованием, диагностическая лаборатория у нас уникальна в своем роде по оснащенности оборудованием и объему проводимых исследований. Имеется внутрибольничная бюджетная аптека. Сейчас все аптеки хозрасчетные или коммерческие и живут за счет увеличения отпускной стоимости медикаментов. Мы посчитали более выгодным содержать аптеку, которая работает напрямую с заводами-изготовителями.

Как известно, город наш не совсем обычный и место для его строительства было выбрано не вполне удачно. И вот весь вал негативных эмоций, связанных с загрязненностью территории и будущностью города не замедлил сказаться на психологическом состоянии жителей. До 1993 года в структуре заболеваемости на первом месте всегда были психосоматические недуги. И мы первыми в Украине в 1989 году создали психотерапевтическое отделение,

мой взгляд, оно наиболее перспективное в области профилактической медицины. Не той демагогической, лозунговой, что процветала раньше, а вполне реальной. Совместно с Украинским центром здоровья и кафедрой санологии Киевского института усовершенствования врачей нами разработана программа «Паспорт здоровья», которая дает четкую и объективную картину резервов здоровья каждого индивидуума. В тесты мы заложили вопросы не только по физическому здоровью, но и по психическому состоянию: определяем тревожность, личностную реактивность и так далее. Оценив полученные данные, мы даем людям конкретные рекомендации по сохранению, укреплению и улучшению собственного здоровья, учим психорегуляции и психокоррекции. Таким образом переориентируем человека с потребительского отношения к своему здоровью путем коррекции его поведенческой установки. Валеологическая технология получила у нас сейчас бурное развитие и дает неплохие результаты.

(Окончание на 8 стр.)



# VOLETUDO BONUM OPTIMUM (ЗДОРОВЬЕ - ЛУЧШЕЕ БЛАГО)

(Окончание. Начало на 7 стр.)

- Я знаком с демографическими показателями г.Славутича. И хотя по сравнению с такими показателями в целом по Украине они просто прекрасные, но обращает на себя внимание тенденция. А она такова, что рождаемость падает, смертность растет, естественный прирост населения уменьшается. С чем Вы это связываете?

- В 1991 году по рождаемости мы были на уровне Средней Азии - 21 новорожденный на 1000 населения. Причина в том, что город заселяла в основном молодежь, средний возраст жителей был 24 - 25 лет. Сейчас эти люди постарели на 9 лет. Но подрастает 8,5 тысячи детей, 800 подростков. По нашим прогнозам в 1998 - 1999 годах следует ожидать нового подъема рождаемости. Смертность же растет потому, что многие молодые горожане взяли к себе жить своих престарелых родителей из менее благополучных регионов. А пожилые люди, сами понимаете... И тем не менее, по естественному приросту населения у нас положительный баланс. Каждый год в Славутиче рождается 450 детей, а в этом прогнозируем и того больше - около 500.

Во главу угла всей работы мы ставим профилактику.

Статистика в здравоохранении, которая якобы манифестирует здоровье населения, почему-то учитывает заболеваемость, выход на инвалидность, смертность, среднюю продолжительность жизни. А это неверно. Статистика должна исходить из определения резервов здоровья. Тогда можно правильно ставить задачи по развитию и совершенствованию здравоохранения. Над этим направлением мы и работаем.

- И находите понимание?

- Где? Если в Минздраве, то нет. Ведь у нас несколько иные задачи, чем у территориальных органов здравоохранения. И ответственность другая. Наш контингент людей работает в опасных и особо вредных для здоровья условиях, от них зависит безопасность ядерного объекта. Если мы допустим к работе человека больного или того хуже с нарушениями психики, то последствия могут быть непредсказуемыми. Поэтому такое большое внимание мы уделяем ежегодным медосмотрам персонала и всего населения города.

- Из собственного опыта работы в зоне отчуждения знаю, что прохождение медкомиссии связано с нервотрепкой, потерей времени. В лучшем случае все можно завершить за пару дней. Но знаю случаи, когда люди тратили на это неделю и больше. В ЦСМСЧ-5 тоже так? - обращаюсь к заместителю медсанчасти по поликлинической части Ларисе Васильевне Рудяк.

- В прошлом году наши посетители тратили на ежегодный медосмотр в среднем 7 - 8 часов. В этом мы продумали схему, по которой медосмотр должен занимать максимум два часа. Заранее разработан, согласован и утвержден график прохождения медосмотра персоналом станции и населением. Все кабинеты врачей, участвующих в медосмотре, расположены на одном этаже. Каждому, проходящему медосмотр, расписан маршрут движения с указанием времени, когда его примет врач. В конце процедуры, после посещения терапевта, корешок направления на медосмотр с заключением последнего сдается ответственному за медосмотр. Думаю, что продумано у нас все тщательно и существенных срывов не будет.

- Условия работы в нашей медсанчасти одни из лучших в Украине. Мне есть с чем сравнить, работала в Киевской области с 1979 г. по 1988 г., - поддержала наш разговор заведующая терапевтическим отделением, врач высшей категории, Заслуженный врач Украины Людмила Николаевна Шульга. - Ведь условия складываются не только из того, в каких кабинетах сидим, какое оснащение имеем, но и от того, кто нас окружает, какой у них уровень жизни. Например, уровень жизни людей, которые обращаются за помощью, позволяет нам лучше эту помощь оказывать. Они имеют возможность приобрести медикаменты, поехать на курорт, выполнить все наши рекомендации.

- Простите, а «Паспорт здоровья» влияет на результаты медосмотра? Если влияет, то вряд ли кто заполнит предлагаемые опросные листы откровенно. Кому хочется потерять работу?

- Терапевт дает заключение о состоянии здоровья на основании традиционных методов обследования. А «Паспорт здоровья» попадает только к врачу-санологу и служит для того, чтобы дать рекомендации данному человеку по сохранению и улучшению его здоровья. Так что можно не бояться. Но, с другой стороны, глупо пытаться ценой здоровья заработать все деньги, а потом на иномарке ездить в аптеку за лекарствами.

- Я думаю, мы сумеем взять под контроль процессы формирования, сохранения и укрепления здоровья населения Славутича и персонала Чернобыльской АЭС, - на такой оптимистической ноте закончил нашу беседу В.Н.Шиленко.

Встречался с медиками г.Славутича  
и получил «Паспорт здоровья»

Юрий ДРОНЖКЕВИЧ,  
журналист.