

6+

# ЗДОРОВЬЕ

## АЛТАЙСКОЙ СЕМЬИ

№11 (227) ДЕКАБРЬ 2022







## Спасибо за 20 лет вместе!

### Продолжаем работать...

Наш журнал «Здоровье алтайской семьи» двадцать лет назад (в январе 2003 года) задумывался как региональное издание, которое ориентированное как на широкие слои населения, так и на профессиональное медицинское сообщество (особенно первичное звено здравоохранения), работников социальной сферы: педагогов детских садов, школ, учреждений дополнительного образования, социальных работников и работников учреждений культуры, библиотек, спортсменов и тренеров, а также на работников муниципальных и региональных администраций, депутатов всех уровней, активных жителей, объединенных (и нет) в формализованные общественные структуры.

Материалы нашего журнала обращены ко всем тем, кто заинтересован в рождении здорового поколения, в сохранении и укреплении своего здоровья и здоровья своей семьи, кто ориентирован на здоровый образ жизни, кто, имея хронические неинфекционные заболевания, реально учится управлять своим состоянием, продолжает активно жить.

Помимо ежемесячного выпуска журнала первые годы мы занимались и активной деятельностью по разъяснению, если так можно сказать, новых задач органов власти различных уровней и учреждений социальной сферы (не только здравоохранения), важности межведомственного взаимодействия в вопросах охраны здоровья. Посетили с коллегами города и более половины районов края. Провели множество круглых столов по наиболее злободневным темам как в системе здравоохранения, в частности по подготовке и закреплению кадров в крае, так и по демографическим проблемам - ответственному родительству, женскому и мужскому здоровью, по роли СМИ в освещении социальных проблем и многим другим. Мнения экспертов общественных публичных мероприятий, где мы принимали участие, публиковались в журнале, доводились до сведения заинтересованных ведомств, оставались в центре внимания Редакционного совета. По отдельным темам, таким, как употребления алкоголя, табака, проблемам сахарного диабета, гипертонической болезни и другим, группой авторов готовились и дополнительные тематические выпуски журнала.

Географию наших выездов по краю и поднимаемых в различных общественных дискуссиях темы в ретроспективе можно вспомнить по нашим публикациям.

Безусловно, в тот период мы имели некоторые «конкурентные преимущества». Вопросы охраны здоровья, именно в аспекте формирования ЗОЖ, школ для пациентов, дискуссии по межсекторальному взаимодействию на уровне региона и муниципалитетов, - не были предметом интереса как государственных и региональных, а тем более частных СМИ (как вариант, в лучшем случае, - коммерческая реклама).

Сейчас, на наш взгляд, ситуация принципиально изменилась. Популяризация вопросов ЗОЖ, массовых физкультуры и спорта, освещение кадровых и иных вопросов в здравоохранении и других профильных для нашего издания тем - стала неким трендом региональных и центральных СМИ.

Нужно признать, что идея журнала как межсекторального, межведомственного тематического издания актуальна и сегодня. Однако реального системного взаимодействия, партнерства при подготовке материалов для публикации у нашего журнала, кроме министерства здравоохранения Алтайского края и подведомственных ему организаций, с учреждениями социальной сферы по факту не получилось. И даже стояли вопросы: продолжать ли выпуск издания? как сохранить его лицо? есть ли программа действий, интерес к продолжению сотрудничества у общественного Редакционного совета журнала и его авторов?..

Именно поэтому в преддверии нового 2023 года мы провели широкие консультации по этим вопросам. Итог:

Настрой самый позитивный и у Редакционного совета, и у авторского коллектива, и у тех, кто системно и многие годы использует его как инструмент в своей санитарно-просветительской работе. Есть долгосрочные планы, определены актуальные темы.

Спасибо, уважаемые коллеги, за поддержку словом и делом!

Мы продолжаем работать! Что же касается нашей позиции по широкой социальной, межведомственной направленности журнала, мы от нее не отказываемся и продолжим также работать в этом направлении.





**Охрана  
репродуктивного  
здоровья  
подростающего  
поколения**



**Что изменится для  
детей-инвалидов**



**По рецепту и онлайну**



**Всё будет  
в шоколаде!**



**Профилактика гриппа  
и его осложнений**

На обложке: Валентина Ивановна ИГНАТЬЕВА, врач-анестезиолог-реаниматолог КГБУЗ «Краевая клиническая больница».

|                                                                                                                       |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Президент России вручил награду алтайскому врачу .....                                                                | 2     |
| Высокая оценка Минздрава .....                                                                                        | 3     |
| <b>НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ»</b>                                                                          |       |
| О.В. Булганина. Охрана репродуктивного здоровья<br>подростающего поколения .....                                      | 4-6   |
| Законный отказ в обслуживании .....                                                                                   | 6     |
| Новости науки России .....                                                                                            | 7     |
| <b>НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ»</b>                                                                          |       |
| Е.С. Анисимова. Уроки пандемии .....                                                                                  | 8-10  |
| «Особенных» детей становится больше .....                                                                             | 10-11 |
| <b>ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ И СПИД: ЗНАТЬ - ЗНАЧИТ ЖИТЬ!</b>                                                                      |       |
| Алтайский краевой центр СПИД - один из лучших в России .....                                                          | 12-13 |
| Такие разные несчастные случаи .....                                                                                  | 14    |
| Лонг-ковид и постковид - в чем разница? .....                                                                         | 15    |
| <b>НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ»</b>                                                                          |       |
| Что изменится для детей-инвалидов .....                                                                               | 16    |
| <b>ВЕСТНИК АССОЦИАЦИИ</b>                                                                                             |       |
| Т.В. Попова. Путь к здоровью через диспансеризацию<br>и реабилитацию .....                                            | 17-20 |
| <b>НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ»</b>                                                                          |       |
| По рецепту и онлайн .....                                                                                             | 21    |
| <b>СОВЕТЫ ЭНДОКРИНОЛОГА</b>                                                                                           |       |
| И.А. Вейцман, В.В. Функ, А.Д. Крылов.<br>Эндокринная система и менструальный цикл женщины -<br>в единстве сила! ..... | 22-24 |
| Всё будет в шоколаде! .....                                                                                           | 24-25 |
| Главные правила питания зимой .....                                                                                   | 26    |
| Новости науки России .....                                                                                            | 27    |
| <b>СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА</b>                                                                                               |       |
| А.В. Лобанова.<br>Встречаем праздник в нестандартной ситуации .....                                                   | 28-30 |
| <b>НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ»</b>                                                                          |       |
| И паспорт не нужен .....                                                                                              | 30-31 |
| <b>СЕРДЦЕ ПОД КОНТРОЛЕМ</b>                                                                                           |       |
| Программа для сердечников продлена и расширена .....                                                                  | 32-33 |
| Профилактика гриппа и его осложнений .....                                                                            | 34-35 |
| Какие выплаты положены врачам .....                                                                                   | 36    |



# Президент России вручил награду алтайскому врачу

**Валентина Ивановна ИГНАТЬЕВА, врач-анестезиолог-реаниматолог КГБУЗ «Краевая клиническая больница» удостоена почетного звания «Заслуженный врач Российской Федерации».**

**Награду вручил 20 декабря в Екатерининском зале Кремля Президент России Владимир Путин.**

Валентина Игнатьева, врач-анестезиолог-реаниматолог отделения анестезиологии-реанимации, работает в здравоохранении 54 года, из которых 51 год посвятила работе в краевой клинической больнице. Стояла у истоков организации анестезиологической службы в Алтайском крае. За годы работы в больнице Валентина Ивановна стала высококвалифицированным врачом-анестезиологом-реаниматологом. В совершенстве освоила все виды современного обезболивания и лечения неотложных состояний. Участвовала в

разработке многих методик, некоторые из которых успешно применяются на практике по настоящее время.

В составе медицинских бригад Центра медицины катастроф Валентина Ивановна регулярно выезжала в районные больницы для оказания экстренной, плановой, консультативной и практической медицинской помощи. Она обучила десятки специалистов районных больниц.

Несмотря на возраст Валентина Ивановна постоянно совершенствует свои профессиональные качества и знания в области анестезиологии и реаниматологии. С 2020 года она оказывает анестезиологические посо-



бия в условиях малой операционной дневного стационара, участвует в операциях гинекологического, хирургического, урологического профиля, а также при проведении эндоскопических исследований.

Валентина Игнатьева принимает активное участие в подготовке врачей-стажеров из лечебных учреждений края, ординаторов по вопросам анестезиологии и реаниматологии. Много внимания в своей работе она уделяет подготовке и воспитанию у медперсонала принципов медицинской этики и деонтологии, добросовестного отношения к своим обязанностям.

Принципиальность, отзывчивость, активная жизненная позиция снискали Валентине Ивановне заслуженное уважение сотрудников и пациентов больницы. ☺

*Использована информация с официального сайта КГБУЗ «Краевая клиническая больница»*



# Охрана репродуктивного здоровья подрастающего поколения



**Олеся Валентиновна  
БУЛГАНИНА,**

кандидат медицинских наук, заведующий Центром охраны репродуктивного здоровья подростков КГБУЗ «Алтайский краевой клинический центр охраны материнства и детства», главный внештатный специалист-гинеколог детского и юношеского возраста Министерства здравоохранения Алтайского края

**Вопросы сохранения репродуктивного здоровья подрастающего поколения имеют особую значимость в сложившихся социально-экономических и демографических условиях.**

**Репродуктивное здоровье - это состояние полного физического, умственного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или недугов во всех сферах, касающихся репродуктивной системы, ее функций и процессов (Концепция охраны репродуктивного здоровья населения Российской Федерации на 2016-2025 годы).**

**Репродуктивный потенциал человека** - это уровень физического и психического состояния организма, который позволяет при достижении социальной зрелости воспроизводить здоровое потомство.

## Бесплодный брак

Частота бесплодия в России превышает критический уровень, создавая угрожающую демографическую ситуацию. Так как бесплодный брак является не только медицинской, но и социальной проблемой. Около 16% супружеских пар лечатся по поводу бесплодия. И тенденции к снижению этой цифры пока нет.

Согласно данным сборника статистических и аналитических материалов «Основные показатели здоровья населения и здравоохранения Сибирского федерального округа в 2021 году», **диагноз «женское бесплодие» в 2021 году по Сибирскому федеральному округу (СФО) зарегистрирован у 33648 женщин** (в 2020 году - у 30348), показатель составил 832,7 на 100 тысяч женщин фертильного возраста (в 2019 году - 969,7; в 2018 году - 949,1). Наиболее высокие уровни показателя регистрируются **в Алтайском крае - 1723,2** (в 2020 году - 1778,3; в 2019 году - 1956,2) на 100 тысяч женщин фертильного возраста. Первичный диагноз «женское бесплодие» по СФО в 2021 году зарегистрирован у **9489 женщин** (в 2020 году - у 9197) и показатель составил 234,8 на 100 тысяч женщин фертильного возраста (в 2020 году - 229,8; в 2019 году - 315,6). Наиболее высокие уровни показателя за-

регистрированы **в Алтайском крае - 329,8** (в 2020 году - 304,2; в 2019 году - 522,4) на 100 тысяч женщин фертильного возраста.

Одной из социально-медицинских причин бесплодных браков являются **перенесенные и имеющиеся заболевания репродуктивной системы**. В репродуктивном возрасте эти заболевания являются следствием первичных поражений репродуктивной системы или заболеваний, которые приводят к вторичным нарушениям репродуктивной системы. **Заболевания детей и подростков, прямо или косвенно нарушающие репродуктивный потенциал**, также являются следствием первичных поражений репродуктивной системы или заболеваний, приводящих к вторичным нарушениям репродуктивной системы.

## О здоровье наших подростков

Известно, что манифестирующими признаками патологического состояния органов, связанных с репродукцией, являются **нарушения менструального цикла**.

В последние годы отмечен рост нарушений менструальной функции в репродуктивном и пубертатном периодах, как в Алтайском крае, так и в целом по стране. **Расстройства менструаций у девочек-подростков в Алтайском крае в 2021 году составили 14050,08** (в 2020 году - 12353,36; в 2019 году - 13393,84) на 100 тысяч детского населения (в РФ данный показатель в 2020 году составил 5206,70).

Рост общей заболеваемости детей и подростков, увеличение числа хронической патологии - это те основополагающие факторы, которые влияют на течение пубертатного периода, способствуют нарушению становления менструальной, а в дальнейшем и репродуктивной функции.

**Уровень общей заболеваемости у детей по Сибирскому федеральному**





округу возрос и составил в 2021 году **2058,0** (в 2020 году - 1854,1; в 2019 году - 2176,5) на 1000 детского населения. Среди регионов СФО наиболее высокий показатель общей заболеваемости у детей в 2021 году зарегистрирован в **Алтайском крае (2515,2)**.

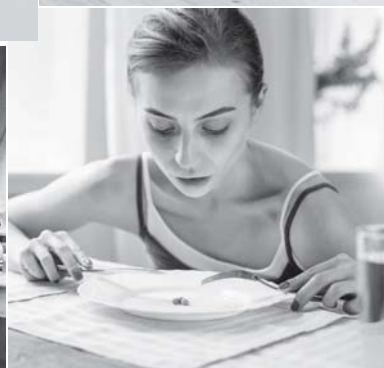
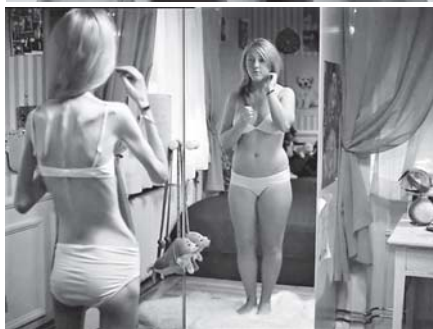
## Пищевая и психогенная аменореи

Ведущей причиной различных нарушений менструального цикла в пубертатном периоде (дисфункциональное маточное кровотечение, олигоменорея, аменорея) является **гипоталамо-гипофизарная дисфункция**. На формирование нарушений менструальной функции гипоталамо-гипофизарного генеза влияют различные повреждающие факторы. С этих позиций трудно переоценить значение пубертатного периода в становлении репродуктивной системы, когда она высокочувствительна к различным неблагоприятным факторам. К таким *неблагоприятным факторам* относятся:

- хронические соматические заболевания,
- нарушение режима питания,
- дефицит или избыток массы тела,
- повышенные физические и умственные нагрузки,
- неблагоприятные или резкоменяющиеся метеорологические условия,
- ранний половой дебют и другие.

Гипоталамо-гипофизарная дисфункция в подростковом периоде часто проявляется *вторичной аменореей*, которая возникает на фоне *потери массы тела* (пищевая аменорея) или является *следствием острого или хронического стресса* (психогенная аменорея).

**Пищевая аменорея** связана с длительной скудной диетой с ограничением калорийности потребляемой пищи, направленной на снижение массы тела. Такое поведение чаще наблюдается у прилежных старательных молодых девушек с выраженными волевыми качествами, со стремлением к самоутверждению. Подобная диета приводит к уменьшению относительного содержания жира в организме и сопровождается рядом нейро-эндокринно-метаболических нарушений, приводящих к *вторичной аменорее*. При потере 5-18%



массы тела менструации резко прекращаются. На фоне продолжающейся потери массы тела *нарастают симптомы голодания*: брадикардия, гипотония, гипогликемия, гипотермия, гастрит, запоры. В дальнейшем развивается *кахексия с полной потерей аппетита и отвращением к еде*. Такое состояние очень сходно с таким психическим заболеванием как нервной анорексией. Согласно Международной классификации болезней (X пересмотр), **нервная анорексия** представляет собой расстройство, характеризующееся преднамеренным снижением массы тела, которое вызывается и поддерживается самой пациенткой.

Основными причинами **психогенной аменореи** являются:

- ◆ конфликтные ситуации в семье, школе,
- ◆ семейный алкоголизм,
- ◆ неполные семьи,
- ◆ изолированность ребенка или чрезмерная опека родителями,
- ◆ острые эмоциональные перегрузки, хронические стрессы, умственные перенапряжения.

Такие нарушения репродуктивного здоровья чаще наблюдаются у девушек из семей, которым при достаточном материальном благополучии свойственно воспитание с жесткой регламентацией жизнедеятельности, учебной перегруженностью и высоким уровнем социальных притязаний.

**Манифестирующими признаками патологического состояния органов, связанных с репродукцией, являются нарушения менструального цикла.**



◀ Неблагоприятная психологическая среда вызывает реакции, повышающие ситуативную тревожность, и способствует формированию личности с выраженным невротизмом, который на фоне низкого качества жизни и нарушений самосохранительного поведения приводит к дизадаптации в виде психосоматических состояний, а также способствует формированию психосоматической патологии и нарушений репродуктивного здоровья.

В последнее время дополнительной стрессоформирующей ситуацией явилась новая коронавирусная инфекция (COVID-19). Вынужденные ограничительные меры в условиях пандемии (отсутствие физического контакта с друзьями, переход на дистанционное обучение, изменение привычного распорядка жизни), страх заражения самим и страх за жизнь близких негативно отразились на качестве жизни каждого человека, в том числе и подростков. При этом у подростков еще не сформировано сознательное отношение к своему здоровью и чрезвычайно низка мотивация к лечению.

Таким образом, основным путем снижения частоты нарушений менструальной функции является повышение информированности молодежи через санитарно-просветительные мероприятия; а также своевременное проведение профилактических осмотров, диагностических и лечебных мероприятий, которые направлены на снижение факторов риска и раннее выявление заболеваний репродуктивной системы подросткового поколения. ☺

# Законный отказ в обслуживании

**Социальные работники по долгу службы приходят домой к самым разным людям: это и одинокие пожилые люди, и инвалиды, и семьи с маленькими детьми, попавшие в трудную жизненную ситуацию. И если раньше соцработники были не вправе отказать в обслуживании людям, имеющим заболевания, на том основании, что это может угрожать их жизни, то теперь это право у них появилось. Об этом говорится в Законе «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации», который Госдума 13 декабря 2022 года приняла в третьем чтении.**

## Помощь нужна самим помощникам

Теперь по закону получатель социальных услуг могут отказать, в том числе и временно, по медицинским противопоказаниям в обслуживании на дому. Сделать это можно только по заключению уполномоченной медицинской организации. Такое нововведение в законопроект было внесено по просьбе самих социальных работников.

В законе прописано, что, если социальный работник отказал своему подопечному в обслуживании по медицинским показаниям, то он обязан проинформировать медицинскую организацию по месту жительства этого гражданина, чтобы ему оказали медицинскую помощь или же направили в специализированную клинику.

## Опасно, но временно

Перечень опасных заболеваний утвержден приказом Минздрава №216н. В документе указаны, в частности, туберкулез в открытой форме, острые инфекционные заболевания, заразные для окружающих; злокачественные заболевания, сопровождающиеся обильными выделениями; психические расстройства, в том числе с употреблением психоактивных веществ. Лечить эти серьезные недуги нужно в специализированных медицинских учреждениях.

Социальный работник, возвращаясь в свою семью после посещения на дому пациентов с подобными бо-

лезнями, может распространить инфекцию. Ведь больной, который должен находиться в больнице, находится дома, и по закону ему оказывается социальная услуга. И получается, что соцработник ставит под угрозу не только свою жизнь и здоровье, но и окружающих, в том числе и членов своей семьи. При этом речь не идет о том, что подопечному соцзащиты не будет оказана помощь. Она будет оказана, но в специализированных медицинских учреждениях до момента выздоровления. А после получения соответствующего заключения уполномоченной медицинской организации социальная поддержка будет возобновлена.

## Всё объяснят

С одной стороны, социальным работникам нужна защита, но и люди, нуждающиеся в соцподдержке, не должны остаться один на один со своими проблемами. Именно сотрудники соцзащиты могут выявить, что человеку нужно пройти лечение. Поэтому необходим тесный контакт между социальными и медицинскими работниками, чтобы вовремя передать в руки врачей тех граждан, которым требуется медицинская помощь.

Закон не будет ухудшать положение граждан. В период его реализации будут изданы нормативные акты, письма, рекомендации, в которых будет разъяснен порядок действий. Так что все шероховатости, которые могут возникнуть, будут устранены путем письменных разъяснений. ☺



## Уроки пандемии



**Елена Сергеевна АНИСИМОВА,**

главный внештатный специалист-фтизиатр министерства здравоохранения Алтайского края, ассистент кафедры пульмонологии и фтизиатрии ФГБОУ ВО «Алтайский государственный медицинский университет», врач-фтизиатр высшей квалификационной категории, заведующая взрослой поликлиникой, КГБУЗ «Алтайский краевой противотуберкулезный диспансер»

**Ровно три года назад, в декабре 2019 года, человечество столкнулось с угрозой под названием «новая коронавирусная инфекция» (COVID-19).**

**А уже через месяц, 30 января 2020 года, ВОЗ объявила вспышку чрезвычайной ситуацией в области общественного здравоохранения, имеющей международное значение.**

Вирус SARS-CoV-2 пришел в Россию 31 января 2020 года, когда у двух граждан Китая в Тюмени и Чите был определен положительный результат теста на вирус. Оба случая были локализованы. К 17 апреля 2020 года случаи заболевания были подтверждены во всех субъектах Российской Федерации.

### Противотуберкулезная помощь и COVID-19

Уже в апреле 2020 года профессиональным сообществом (Российским обществом фтизиатров) совместно с НМИЦ фтизиопульмонологии и инфекционных болезней (Москва) были выпущены «Временные методические рекомендации по оказанию противотуберкулезной помощи в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19)». На долгих два года эти рекомендации стали настольной книгой врача-фтизиатра.

В условиях пандемии COVID-19 у противотуберкулезной службы Российской Федерации наряду с задачами диагностики, лечения и профилактики распространения туберкулеза появились новые важные задачи, в том числе предупреждение распространения COVID-19 среди контингентов и сотрудников противотуберкулезных организаций.

Четкая организационная структура противотуберкулезных учреждений, выстроенная для борьбы с воздушно-капельной инфекцией под названием «туберкулез», позволила в наиболее короткие сроки перестроиться для работы с другим видом воздушно-капельной инфекции, вызванной вирусом SARS-CoV-2.

**Основными подходами к организации противотуберкулезной помощи в условиях эпидемии COVID-19 стали:**

- организация оказания медицинской помощи больным туберкулезом преимущественно *на дому у больного*;

- *обеспечение своевременного выявления случаев туберкулеза с бактериовыделением* и изоляция этих больных преимущественно на дому у больного;

- *строгие ограничения на проведение лечебно-диагностических мероприятий* в амбулаторных условиях в противотуберкулезных диспансерах и госпитализации в противотуберкулезные стационары;

- *неукоснительное соблюдение всех принципов инфекционного контроля в противотуберкулезных организациях*, которые должны быть распространены на всех пациентов и медицинских работников вне зависимости от фактора бактериовыделения у пациента. *Эти принципы включают:*

- ▶ строгие ограничения на перемещения пациентов внутри медицинских организаций;

- ▶ изоляцию в отдельных палатах и обсервацию в течение 14 суток всех поступающих в стационар пациентов;

- ▶ неукоснительное соблюдение «масочного» режима пациентами и применение средств индивидуальной защиты органов дыхания медицинским персоналом;

- ▶ ежедневный мониторинг возможных проявлений COVID-19 как у больных туберкулезом, так и у медицинских работников противотуберкулезных организаций.





## Об коинфекции туберкулеза и COVID-19

Прошло два года, уже сделаны определенные выводы и выучены уроки, которые преподнесла пандемия. Самое главное, что интересовало специалистов: что будет с уровнем заболеваемости и, конечно же, смертности, как от туберкулеза, так и от новой коронавирусной инфекции у больных с туберкулезом?

Математическое моделирование, проведенное ФГБУ Центральным НИИ организации и информатизации здравоохранения Минздрава России, прогнозировало на 2020-2021 годы снижение заболеваемости с последующим ростом. По данным Минздрава, заболеваемость туберкулезом в России в 2020 году **снизилась на 20%**, смертность - **на 10%**, в 2021 году сохранилась аналогичная тенденция. Но в 26 субъектах РФ в 2021 году уже был отмечен рост заболеваемости на 0,5-10%. Конечно же, *лакомой бумажкой станет 2022 год, итоги которого по Российской Федерации мы увидим только в марте 2023 года.*

По результатам 9 месяцев 2022 года в Алтайском крае отмечается рост заболеваемости туберкулезом (по отношению к аналогичному периоду 2021 года), но отсутствует увеличение показателей по сравнению с доковидным 2019 годом. Это имеет четкие обоснования в период пандемии. Туберкулез преимущественно передается воздушно-капельным путем или воздушно-пылевым. **Все ограничительные мероприятия, которые были предприняты для профилактики коронавируса:** ношение масок, соблюдение социальной дистанции, изоляция населения, в том числе поквартирно или по домам, проведение текущей дезинфекции - **всё это гонится и для предотвращения передачи туберкулезной инфекции.**

В то же время перегрузка системы здравоохранения, обусловленная, в первую очередь, переключением работы на оказание экстренной и неотложной помощи, негативно сказалась на охвате плановыми профилактическими осмотрами на туберкулез, соответственно, **недовыявленные больные**



**в 2020-2021 годах будут выявляться в 2022 году и в последующих годах,** причем, уже с более распространенными формами туберкулеза и наличием бактериовыделения.

Далее. **Отсрочка плановых госпитализаций в противотуберкулезные стационары,** регламентированная клиническими рекомендациями, **сосредоточила бактериовыделителей в домашних очагах, что, конечно же, скажется на заболеваемости контактных лиц.** Новая волна туберкулезной инфекции всегда начинается с эндогенной реактивации старых очагов, и перенесенный COVID-19, как временная иммуносупрессия, но значительно истощающая активность Т-лимфоцитов, приводит к их дисфункции и возникновению рецидивов туберкулеза.

Большая доля публикаций в научных журналах приводит убедительные доказательства того, что **перенесенный COVID-19 является фактором риска перехода латентной туберкулезной инфекции в активный туберкулез.** Общая дисрегуляция иммунных реакций, цитокиновый шторм, приводящий к истощению специфических CD4 Т-клеток, применение иммуносупрессивных препаратов, ослабление TNF-A и INF- $\gamma$  - всё это в значительной степени **снижает противотуберкулезный иммунитет,** делая человека беззащитным по отношению мирно дремлющей в его организме микобактерии туберкулеза.

**По результатам 9 месяцев 2022 года в Алтайском крае отмечается рост заболеваемости туберкулезом (по отношению к аналогичному периоду 2021 года), но отсутствует увеличение показателей по сравнению с доковидным 2019 годом.**



Таким образом, из вышесказанного **ожида-  
ется рост заболеваемости туберкуле-  
зом и увеличение доли тяжелых форм.**

Показатель смертности от туберкулеза в течение 2020-2021 годов имеет постоянную тенденцию снижения, как в России, так и в Алтайском крае. Необходимо помнить, что на сегодня **туберкулез и COVID-19 являются основными причинами смерти от инфекционных заболеваний во всем мире:** так, от туберкулеза зарегистрировано более 1,5млн смертей, от SARS-CoV-2 - 6млн смертей. В Российской Федерации показатель смертности от коинфекции туберкулеза и COVID-19 составил **от 11,08% до 20,6%.** В Алтайском крае мы не увидели большого количества смертей, в целом 91,9% случаи коинфекции закончились выздоровлением пациентов, но сама перенесенная новая коронавирусная инфекция при распространенных процессах ускорила приближение летального исхода. В этих случаях причина смерти кодировалась как смерть от туберкулеза, в связи с чем в 2021 году было отмечено повышение показателя смертности в Алтайском крае, по итогам же 2022 года отмечается снижение показателя смертности.

### Подводя некоторые итоги

Так чему же нас научила пандемия новой коронавирусной инфекции?

Планы и задачи, поставленные в доковидный период: обеспечение устойчивого снижения заболеваемости и смертности от туберкулеза и достижение целей устойчивого развития к 2030 году - никто не отменял. И если в 2019 году мы были уверены, что снижение всех показателей, характеризующих эпидемиологическую ситуацию по туберкулезу, гарантировано той стратегией развития, которая была нам привычна и знакома, то сегодня мы *планируем новые подходы, исходя из многозадачности ситуации.*

**Концепция развития туберкулезной службы складывается сегодня из следующих постулатов:**

- ▶ пациентоориентированная модель оказания медицинской помощи,
- ▶ качественная и быстрая диагностика туберкулеза и туберкулеза с множественной лекарственной устойчивостью с применением молекулярно-генетических методов (МГМ),
- ▶ эффективные программы профилактики в группах риска,
- ▶ интенсификация научных и внедрение передовых разработок в практику,
- ▶ совершенствование нормативного правового регулирования,
- ▶ развитие цифровых технологий в контроле за туберкулезом,
- ▶ улучшение материально-технической базы, санитарно-технического состояния и кадрового обеспечения. ☺

## «Особенных»

**В России, как и во всем мире,  
увеличивается число детей  
с особенностями развития,  
нуждающихся в специальных  
условиях обучения.**

По данным Минпросвещения, в 2021 году в инклюзивных классах училось более 500 тысяч детей с ограниченными возможностями здоровья - на 6% больше по сравнению с предыдущим учебным годом. Еще более 100 тысяч детей и подростков получали общее образование на дому. Осваивать учебную программу им помогают дефектологи и логопеды. Но таких специалистов сегодня не хватает, есть вопросы и к подготовке кадров.

### Разные нарушения - разная компетенция

Минтруд предложил установить профессиональный стандарт для педагогов-дефектологов.

Сегодня развитие инклюзивного образования позволяет родителям детей с ограниченными возможностями здоровья выбрать для своего ребенка форму совместного обучения со здоровыми сверстниками. Однако рост численности таких детей и «тенденция утяжеления состояния здоровья внутри указанной категории» обострили проблему кадров для инклюзивного образования, в котором главная роль как раз отводится учителям-дефектологам и учителям-логопедам.

С 1995 года в классификаторе специальностей высшего профессионального образования в качестве самостоятельных специальностей значатся тифлопедагогика, сурдопедагогика, олигофренопедагогика, логопедия, а также специальная психология и дошкольная специальная педагогика и





# Профилактика гриппа и его осложнений

**Грипп - это острое инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих.**

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьезнее, возможно тяжелое течение болезни, вплоть до смертельных исходов. **Чтобы избежать возможных осложнений, важно своевременно проводить профилактику гриппа и правильно лечить само заболевание.**

Пациенту при первых симптомах нужно оставаться дома, чтобы не только не заразить окружающих, но и вовремя заняться лечением, для чего необходимо немедленно обратиться к врачу. Для предупреждения дальнейшего распространения инфекции заболевшего нужно изолировать, желательно выделив отдельную комнату. Ни в коем случае не отправляйте заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия.

**Самолечение при гриппе недопустимо, именно врач должен поставить диагноз и назначить необходимое лечение, соответствующее состоянию и возрасту пациента.** Для правильного лечения необходимо строго выполнять все рекомендации лечащего врача и своевременно принимать лекарства. Кроме того, рекомендуется обильное питье - это может быть горячий чай, клюквенный или брус-



ничный морс. Пить нужно чаще и как можно больше.

При температуре 38-39°C вызовите участкового врача на дом либо бригаду скорой помощи.

***Маска должна плотно прилегать к лицу, закрывая рот и нос, нельзя повторно использовать одноразовую маску: если она отсырела, следует ее выбросить. При случайном прикосновении к маске стоит сразу вымыть руки с мылом или обработать их спиртовым средством.***

## Как защитить себя от гриппа

► Наиболее эффективным средством против гриппа является вакцинация. Сделайте прививку против гриппа до начала эпидемического сезона.

► Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте.

► Прикрывайте рот и нос платком при кашле и чихании, не трогайте лицо не обработанными руками.

► Пользуйтесь маской в местах скопления людей.

► Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например, чихают и кашляют.

► Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта, дезинфицируйте поверхности с использованием бытовых моющих средств. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.



► Промывайте полость носа, особенно после улицы и общественного транспорта.

► Регулярно проветривайте и делайте влажную уборку в помещении, в котором находитесь.

► Ведите здоровый образ жизни, полноценно высыпайтесь, сбалансированно питайтесь и регулярно занимайтесь физической активностью.

**Если вы все же заболели гриппом, важно проводить профилактику возможных осложнений.** Помимо обострения уже имеющихся хронических заболеваний, могут быть такие осложнения, как легочные осложнения (пневмония, бронхит); осложнения со стороны верхних дыхательных путей и ЛОР-органов (отит, синусит, ринит, трахеит); осложнения со стороны сердечно-сосудистой системы (миокардит, перикардит); осложнения со стороны нервной системы (менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты).

## Осложнения гриппа

**Осложнения гриппа делятся на две группы:**

● **связанные непосредственно с действием вируса гриппа.** К ним относят вирусную пневмонию, так называемый респираторный дистресс-синдром - быстро распространяющееся тяжелое поражение лёгких, геморрагический отек лёгких, менингит, менингоэнцефалит, миокардит, инфекционно-токсический шок. Острый респираторный дистресс-синдром проявляется резким нарушением функции лёгких с дыхательной недостаточностью, нередко несовместимой с жизнью;

● **возникшие в результате присоединения бактериальной инфекции.** Из них наиболее опасное и частое осложнение - это пневмония, развивающаяся при присоединении бактерий к изначально вирусному процессу. Бактериальные агенты, наиболее часто вызывающие вторичную пневмонию, - это пневмококк и стафилококк. Такие пневмонии развиваются в конце первой - начале второй недели заболевания. К этому времени вирус гриппа может уже не определяться.

Но возможна вирусно-бактериальная ассоциация. Такие пневмонии протекают наиболее тяжело и с трудом поддаются лечению. Не менее опасными осложнениями являются отит, синусит, гломерулонефрит, гнойный менингит, сепсис.



Токсическое поражение сердечной мышцы, как осложнение гриппа, может развиваться в любом возрасте, особенно опасно оно для пожилых людей. Это осложнение сопровождается нарастанием сердечной недостаточности, что быстро приводит к ухудшению состояния у пациентов, появлению отеков, одышки, сердцебиений при ранее привычных физических нагрузках.

Поражение центральной нервной системы проявляется менингеальным синдромом со спутанным сознанием, сильной головной болью, зачастую не снимающейся анальгетиками, рвотой.

**Если кто-то в доме все-таки заболел гриппом, необходимо выделить ему отдельную комнату. Если такой возможности нет, нужно находиться на расстоянии не менее метра от больного. Нельзя забывать о проветривании помещения, дезинфекции и соблюдении мер безопасности при общении с заболевшим.**

О поражении периферической нервной системы свидетельствуют радикулярные (начинающиеся в области того или другого отдела позвоночника и распространяющиеся по ходу нервных волокон на ногу, руку, другие отделы) и другие невралгические боли, которые могут беспокоить в любых отделах за счет поражения тех или иных участков нервных волокон.

При развитии отека мозга, геморрагического энцефалита у больного наблюдаются судороги, расстройство сознания. Такие осложнения нередко приводят к смерти вследствие остановки дыхания.

**В случае подозрения вирусной инфекции незамедлительно обратитесь к врачу. Не пренебрегайте лечением, которое назначил вам врач, своевременно принимайте лекарственные средства. Обязательным пунктом в профилактике развития осложнений является соблюдение постельного режима во время болезни.** Ⓢ







## Уважаемые читатели!

Открыта редакционная подписка краевого медико-социального журнала на 2023 год (адрес доставки в квитанции). Подписка на наш журнал традиционно является хорошим подарком к различным семейным праздникам: свадьбе, рождению ребенка, дню рождения...

Журнал «Здоровье алтайской семьи» получают для структурных подразделений образовательные и иные социальные и общественные организации края, руководители крупных промышленных предприятий и представители среднего и малого бизнеса, заинтересованные в сохранении и укреплении здоровья своих сотрудников, подписывают достаточное количество комплектов издания для проведения пропаганды ЗОЖ, профилактики заболеваний.

Подарите журнал «Здоровье алтайской семьи» своим родителям, взрослым детям, оформите подписку для вашей собственной семьи, для вашей фирмы.

## Подписка на наш журнал - полезный подарок!

| ИЗВЕЩЕНИЕ                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |       |                |                                                                  |         |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------|----------------|------------------------------------------------------------------|---------|
| Кассир                                                           | <b>Внимание!!! Обязательно заполнить ФИО получателя корреспонденции.</b><br>Наименование получателя платежа: ООО "Издательство "Вечерний Новоалтайск"<br>ИНН: ИНН 2263020152 КПП 220801001<br>Номер счета получателя платежа: 40702810600020000162<br>Наименование банка: ООО КБ "Алтайкапиталбанк" г.Барнаул<br>БИК: 040173771 Кор.счет: 301018109000000000771<br>ОКПО: 52090627 ОГРН: 1022202409426<br>Наименование платежа: Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи» на 2023 г. №1-12<br>Платательщик (Ф.И.О.):<br>Наименование фирмы, контактный телефон<br>Адрес получателя корреспонденции г. Барнаул, пр. Ленина, 56<br>Почтовый индекс, город (район, название поселка),<br>(представительство журнала «Здоровье алтайской семьи»)<br>улица, дом, квартира (офис)<br>Наименование фирмы (ФИО) получателя, контактное лицо, телефон |                    |       |                |                                                                  |         |
|                                                                  | <table border="1"><thead><tr><th>Назначение платежа</th><th>Сумма</th><th>Итого к уплате</th></tr></thead><tbody><tr><td>Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи»<br/>2023 год, №1-12</td><td>2000-00</td><td>2000-00</td></tr></tbody></table><br>Платательщик (подпись) _____ Дата _____                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Назначение платежа | Сумма | Итого к уплате | Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи»<br>2023 год, №1-12 | 2000-00 |
| Назначение платежа                                               | Сумма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Итого к уплате     |       |                |                                                                  |         |
| Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи»<br>2023 год, №1-12 | 2000-00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2000-00            |       |                |                                                                  |         |

| КВИТАНЦИЯ                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                    |       |                |                                                                  |         |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------|----------------|------------------------------------------------------------------|---------|
| Кассир                                                           | Наименование получателя платежа: ООО "Издательство "Вечерний Новоалтайск"<br>ИНН: ИНН 2263020152 КПП 220801001<br>Номер счета получателя платежа: 40702810600020000162<br>Наименование банка: ООО КБ "Алтайкапиталбанк" г.Барнаул<br>БИК: 040173771 Кор.счет: 301018109000000000771<br>ОКПО: 52090627 ОГРН: 1022202409426<br>Наименование платежа: Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи» на 2023 г. №1-12<br>Платательщик (Ф.И.О.):<br>Наименование фирмы, контактный телефон<br>Адрес получателя корреспонденции г. Барнаул, пр. Ленина, 56<br>Почтовый индекс, город (район, название поселка),<br>(представительство журнала «Здоровье алтайской семьи»)<br>улица, дом, квартира (офис)<br>Наименование фирмы (ФИО) получателя, контактное лицо, телефон |                    |       |                |                                                                  |         |
|                                                                  | <table border="1"><thead><tr><th>Назначение платежа</th><th>Сумма</th><th>Итого к уплате</th></tr></thead><tbody><tr><td>Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи»<br/>2023 год, №1-12</td><td>2000-00</td><td>2000-00</td></tr></tbody></table><br>Платательщик (подпись) _____ Дата _____                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Назначение платежа | Сумма | Итого к уплате | Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи»<br>2023 год, №1-12 | 2000-00 |
| Назначение платежа                                               | Сумма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Итого к уплате     |       |                |                                                                  |         |
| Подписка на журнал «Здоровье алтайской семьи»<br>2023 год, №1-12 | 2000-00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2000-00            |       |                |                                                                  |         |

# ЗДОРОВЬЕ

АЛТАЙСКОЙ СЕМЬИ



№11 (227) декабрь 2022 г.



Лауреат Губернаторской премии  
среди СМИ по итогам 2003 года



Почетная грамота  
Союза журналистов России



Благодарность от Управления  
Алтайского края  
по физической культуре и спорту



Почетная грамота Правительства  
Алтайского края, 2017 год

Регистрационный номер ПИ-12-1644 от  
04.02.2003 г., выданный Сибирским окружным  
межрегиональным территориальным  
управлением Министерства РФ по делам  
печати, телерадиовещания и средств массовых  
коммуникаций.

Все товары и услуги подлежат  
обязательной сертификации.  
Ответственность за достоверность  
рекламной информации несут  
рекламодатели. Мнение редакции  
может не совпадать с мнением  
рекламодателя.

Время подписания в печать:  
по графику - 14:00 29.12.2022 г.,  
фактически - 14:00 29.12.2022 г.  
Дата выхода: 31.12.2022 г.

Главный редактор - Ирина Валентиновна Козлова  
(тел. 8-960-939-6899).

Ответственный редактор - Мария Юртайкина.  
Компьютерный дизайн и верстка - Ольга Жабина, Оксана Ибель.

Учредитель-Издатель ООО «Издательство «Вечерний Новоалтайск»:  
658080, Алтайский край, г. Новоалтайск, ул. Обская, 3.

Тел. 8(385-32) 2-11-19. Адрес редакции: 658080, Алтайский край,  
г. Новоалтайск, ул. Обская, 3. Тел. 8(385-32) 2-11-19.

Адрес работы с общественными представителями:  
656038, Алтайский край, г. Барнаул, пр. Ленина, 56.

E-mail: [nebolen@mail.ru](mailto:nebolen@mail.ru). Группа ВКонтакте: <https://vk.com/nebolen>

Отпечатано в типографии ИП Назаров А.В. Адрес типографии:  
656049, Алтайский край, г. Барнаул, ул. Чкалова, 228. Тел. (3852) 38-33-59.  
Печать офсетная. Тираж - 2500 экз. Цена свободная.



# Всё для победы!

## НАРОДНЫЙ ФРОНТ



### АЛТАЙСКИЙ КРАЙ

### ПОДДЕРЖИМ НАШИХ РЕБЯТ НА ПЕРЕДОВОЙ!

## Мы - один народ!

В Великую Отечественную войну работал Фонд обороны для добровольных пожертвований. Тогда люди сплотились, чтобы сильный тыл стал опорой воинам.

Народный фронт с лета 2022 года смог собрать 4,2 миллиарда рублей в рамках проекта «Всё для победы», направленного на поддержку военнослужащих, в том числе мобилизованным бойцам из разных регионов страны. С 18 февраля собрано и доставлено более 9100 тонн гуманитарной помощи: это прежде всего - продуктовые наборы, медикаменты, вещи.

Результаты деятельности фонда «Всё для победы» открыты для всех. Прямо на сайте <https://pobeda.onf.ru/> мы показываем кому, как, что и с кем передаем. Отчет по сбору появляется сразу, как только происходит вручение.