

Проти поліомієліту вакциновано вже понад півмільйона дітей

Перший тур додаткової вакцинації від поліомієліту охопив усі регіони України. «Станом на 2 листопада 2015 року проти поліомієліту вакциновано вакциною «ОПВ» більше 500 000 дітей, що складає 25% від загальної кількості дітей, які потребують вакцинації, а це більше 2 000 000 малюків загалом», — повідомили в МОЗ.



Кількість інсультів в Україні зменшилася за два роки на 10,5%

В Україні ще два роки тому загальна кількість інсультів щорічно становила 105 тис. випадків. За останніми статистичними даними їхня кількість зменшилася до 95 тис. випадків. Про це в коментарі УНН повідомив головний терапевт МОЗ України, професор Василь Нетьяженко.

Медики створили наногранату, яка дозволяє доставляти протиракові ліки до ураженого органу

Спрацює така граната при температурі 42 градуси.

Учені-медики з Університету Манчестера у Великобританії розробили особливу теплову «гранату» на основі ліпосом, яка дозволяє доправляти протиракові ліки прямо до мети, не завдаючи шкоди організмові. Спрацює граната при тепловому впливові на пухлину.

Як повідомляє офіційний сайт Манчестерського університету, команда вчених під керівництвом професора Костаса Костарелоса створила особливу упаковку для протиракових ліків. Тези свого дослідження фахівці представили в Ліверпулі на конференції по боротьбі з раком.

Медичні препарати упаковуються в крихітні бульбашки жиру, так звані ліпосоми. Манчестерські медики змінили структуру ліпосом у такий спосіб, що їхня стабільність стала залежати від температури докільця. Вони зберігають свою цілісність за нормальної температури тіла, а при нагріванні — «вибухають».

«Ліпосоми можуть безпечно подорожувати всередині тіла пацієнта, несучи ліки до ракової пухлини. Після того, як вони досягнуть «гарячої точки», ліки виплеснуться назовні. Це дозволяє нам більш ефективно транспортувати ліки до пухлини, скорочуючи шкідливий вплив препарату на здорові клітини», — розповів професор Костас Костарелос.

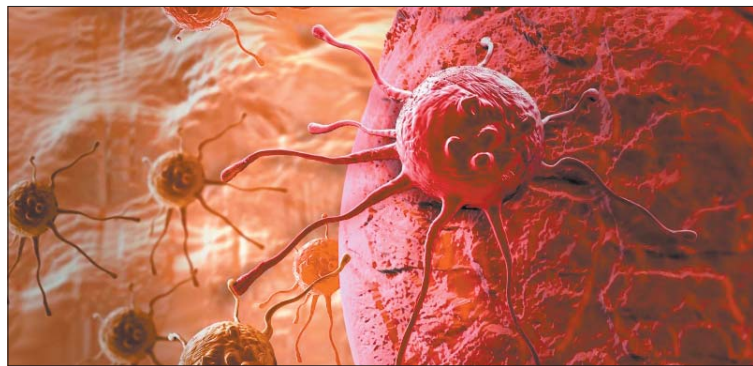
Стабільність «наногранат» за-

лежить від температури докільця. За температури 42 °С вони руйнуються і вихлюпують свій вміст назовні. «У нашому випадку теплова «чека» встановлена на температурі в 42 градуси за Цельсієм, що всього на кілька градусів вище, ніж нормальна температура тіла. І хоча ми перевірили роботу наших «гранат» поки що тільки в лабораторії, існує ряд способів «нагріти» ракові клітини в організмі пацієнтів, частину з яких вже використовують у медичній практиці», — заявив професор Костарелос.

Такий спосіб лікування особливо актуальний для пухлин на поверхні тіла (рак шкіри, шиї, голови), які простіше нагріти. Також підвищити температуру окремих ділянок тіла вчені пропонують за допомогою спеціальних зондів і навіть ультразвуку. «Наногранати» вже пройшли випробування на мишах. Як сподіваються вчені, найближчим часом їм вдасться отримати дозвіл на продовження експериментів і розпочати клінічні випробування подібних «гранат».

«Використання таких ліпосом завжди було чимось на зразок Священного Граалю для наномедицини. Це дослідження вперше показало, як ми можемо створювати ліпосоми, які будуть знищувати ракові клітини та зберігати здорові клітини в непошкодженому вигляді», — прокоментував винахід манчестерських колег координатор конференції в Ліверпулі Чарльз Суонтон.

Наталія ХВЕСИК



Жінки-керівники швидше за чоловіків впадають у депресію

Учені зробили висновок, що керівна робота впливає на жінок і чоловіків абсолютно по-різному. Якщо чоловік-керівник відчуває себе більш впевнено, то в жінки така посада може викликати депресію.

Психологи вивчили 1300 чоловіків і 1500 жінок, які були випускниками вищої школи у Вісконсині. Ці люди займали різні, у тому числі й керівні посади. Якщо говорити про жінок, які не перебували на керівних посадах, то їхня схильність до депресії була тожденою з аналогічним показником у чоловіків.

Депресія в жінок ставала більш вираженою, коли вони отримували можливість наймати та звільняти персонал або, наприклад, визначати заробітну платню. Однак, як показало опитування, такі жінки були задоволені своїм соціальним становищем. Це якійсь мірою парадокс, оскільки останній аспект, навпаки, свідчить про хороше душевне здоров'я людини.

Психологи спробували пояснити це явище наявністю в суспільстві певних стереотипів. На роботі жінкам-керівникам нерідко доводиться носити своєрідну маску «маску», що приховує притаманні жінкам риси. Жінка може не мати яскраво виражених лідер-



ських якостей, але їй доводиться зображати лідера. Простіше кажучи, вона зобов'язана здаватися тією, ким не є.

Раніше дослідники з університету Тель-Авіва та Хайфи дійшли до висновку, що жінки більше за чоловіків втомлюються на роботі. При цьому їхня заробітна плата менша. Учені досліджували 9 тис. жінок і 8,5 тис. чоловіків з різних країн світу. Виявилося, що жінки на роботі переживають більший стрес і відчувають себе більш виснаженими, ніж чоловіки.

Психологи стверджують, що жінка-директор також може зіткнутися з соціальною ізоляцією або упередженням ставленням з боку колег. Відзначимо, що більшість чоловіків не зазнає труднощів, про які ми говорили вище.

10 помилок лікування грипу



Захворівши, люди діють за двома принципами. Згідно з першим — пройде саме, з другим — вип'ю все, що маю, щось таки допоможе. Обидва підходи не виправдані. Та й крім цього, люди роблять багато інших помилок, намагаючись вилікуватися. Пропонуємо вашій увазі найпоширеніші з них.

Лікування антибіотиками. Не тільки неефективне, а й шкідливе, бо ці препарати шкодять здоровій мікрофлорі організму та знижують захисні сили. Антибіотики вбивають бактерії, але не діють на віруси, які й спричиняють грип та ГРВІ. Їх може призначити лікар лише в разі ускладнень, викликаних бактеріями (наприклад при пневмонії). Якщо вам призначили антибіотики, лікуйтеся згідно з рекомендаціями лікаря. Таблетки п'ють тільки курсами, тобто 5-7 днів. Категорично не можна закінчувати курс раніше, бо для знешкодження бактерій не буде достатньої концентрації препаратів у крові. Якщо продовжувати курс самостійно, то мікроорганізми вироблять імунітет до медикаменту — і він стане не дієвим. Подальше лікування — тільки зі згоди лікаря.

Вживання великих доз ліків. Завжди слід пам'ятати, що ліки в надмірній кількості — це отрута. Фармацевти не дарма до всіх препаратів подають інструкцію. Тож якщо відповідно до неї треба випити не більше двох таблеток, то збільшення дози вдвічі чи втричі точно вам не допоможе. Ліків миттєвої дії майже не існує. Якщо через 10 хвилин температура не знизилася, це не озна-

чає, що треба негайно випити ще одну пігулку. Також не слід одночасно приймати анальгін, парацетамол та ацетилсаліцилову кислоту. Такий суміш засобів ваш організм не зрадіє. Лікуйтеся чимось одним.

Використання аспірину (ацетилсаліцилової кислоти). Ці ліки мають обмеження в застосуванні через те, що розріджують кров та зменшують щільність судин. Вагітним та дітям до 18 років його не можна вживати, оскільки є ризик кровотечі. Людям із хворобами шлунково-кишкового тракту (особливо виразками) та бронхіальною астмою аспірин теж протипоказаний. У такому разі замініть препарат парацетамолом (панадолом).

Лікування теплом та холодом. Найчастіше люди плутають, коли що застосовувати. Якщо людину морозить і при цьому їй холодно, то треба закутати її в теплу ковдру, за можливості застосувати грілки, дати теплої чаю. Якщо людині гаряче, її не треба тепло одягати та загортати в три ковдри. Нехай хворий одягається так, як йому комфортно. Краще покласти вологу ганчірку на лоб або/та ділянку шиї, зап'ястя, де найкраще прощупуються великі артерії. Холод «тягнимо» на себе тепло з організму. Отож, коли при гарячці людині холодно, — використовуйте тепло, коли жарко — холод. У жодному разі не навпаки.

Застосування спиртових компресів та обтирань. Метод, яким активно користувалися бабусі, протипоказаний при високій температурі (38 і вище). Не можна наносити спирт на ділянки з пошкодженнями

чи нагноєннями. Заборонено змащувати кремами чи іншими засобами шкіру, де буде компрес. Спирт не можна використовувати в чистому вигляді, обов'язково слід розводити теплою водою у співвідношенні 1:1 (для 96% спирту), щоб не було опіків.

Одноразове приймання протиракових з відхаркувальними. Як зрозуміти, що треба вам? Якщо під час кашлю виділяється харкотиння, то його слід розрідити та швидше вивести з організму. Для цього створені відхаркувальні (амброксол, бромгексил). Якщо кашель сухий та без харкотиння, то слід застосовувати протиракашлевий (пертусин). Якщо при сухому кашлі вжити амброксол, то кашель посилиться та частішає, але полегшення не буде. Навпаки, з'явиться сильний біль у горлі та грудній клітці.

Відмова від купання. Є невірною, оскільки закупорюватися мають пори. Відомо, що коли людина потіє, знижується температура та частково виводяться шкідливі речовини, продукти життєдіяльності вірусів та бактерій.

Боязнь провітрювання кімнати. Холодного повітря хворому, безперечно, краще уникати, але відмовлятися від провітрювання приміщення не варто. Там, де перебуває хворий, вірусів більше, ніж достатньо. Їхня кількість зменшиться з потоком свіжого повітря. Доки відкрита кватирка, варто зробити вологе прибирання. У цей час хворому слід перебувати в іншій кімнаті. Якщо це неможливо, закутайте його ковдрою.

Змушування хворого їсти. Коли людина хворіє, ферменти шлунка та кишечника не здатні повноцінно перетравлювати їжу. Тому їсти, коли не хочеться, не треба. Адаже до основних симптомів приєднається ще й важкість та біль у шлунку, нудота, проноси тощо.

Робота попри хворобу. Коли захворіли, лікуйтеся вдома. Колеги навряд чи будуть щасливі, якщо заразяться від вас. Один день в ліжку краще трьох на роботі. Якщо ж обставини не дозволяють бути вдома, на допомогу придуть відомі «колдрекси», «фармацитрони», «грипоси», «терафлю» тощо. Це засоби для тих випадків, коли необхідно зберегти працездатність, вони ефективно пригнічують основні симптоми. Для основного лікування фахівці їх не радять, бо вони не чинять безпосередньої дії на віруси. Оскільки всі ліки «в пакетиках» містять великі дози парацетамолу, часте вживання може призвести до передозування.

Наталія ХВЕСИК

Українки з 20 жовтня протягом місяця зможуть безкоштовно відвідати лікаря-онколога

30 жовтня 2015 року в рамках проекту «Рак грудей: знати — означає перемогти» в усіх обласних онкодиспансерах оголошені Дні відкритих дверей. Про це під час прес-конференції журналістам повідомила перший заступник міністра охорони здоров'я Олександра Павленко.

«Протягом місяця — з 20 жовтня до 20 листопада в усіх обласних онкодиспансерах оголошується День відкритих дверей, а саме — кожна жінка, яка хоче знати про своє здоров'я трохи більше, зможе безкоштовно відвідати лікаря-онколога, лікаря-маммолога та провести діагностику», — сказала вона.

Народження дитини у віці від 26 до 30 років продовжує життя жінки — дослідження

Учені знайшли взаємозв'язок між віком народження першої дитини жінки та тривалістю її життя: вони стверджують, що жінки, які стали матерями у віці від 26 до 30 років живуть довше порівняно з іншими жінками. Дослідження було опубліковане в журналі BMC Medicine.

У дослідженні взяла участь 322 972 жінки з 10 країн світу. Спостереження за їхнім здоров'ям тривали в середньому 12,9 років, а почалися в той момент, коли жінки перебували у віці 50 років. За час спостережень померли 14 383 учасниць, при цьому 5 938 померли через онкологічні захворювання, а 2 404 смерті сталися через хвороби серцево-судинної системи.

Дослідники аналізували, як пов'язаний вік народження першої дитини жінки, годування його грудним молоком і ризик перед-



часної смерті. З'ясувалося, що жінки, які мають дітей, на 20% менше ризикують померти у відносно молодому віці, а найбільш оптимальним часом для народження первістка є вік від 26 до 30 років — це знижувало ризик передчасної смерті ще на 8%. Грудне годування немовляти також спричиняє позитивний вплив на здоров'я матері та тривалість її життя.