

«АКАДЕМИЯ ЗДОРОВЬЯ»

Егор АЛЬТОВ, фото автора

ЖЕНСКИЕ ТАЙНЫ



Мы продолжаем серию интервью с врачами – узкими специалистами, которые приезжают к нам на прием из других городов. Их мнение всегда интересно: какие новые методы лечения появились, на что обратить внимание...

Сегодня мы поговорили с Татьяной Леонидовной ЦЫГАНКОВОЙ – акушером-гинекологом высшей категории, она работает в женской консультации №3 при родильном доме №1 Нижнего Новгорода, а в Сарове ведет прием в «Академии здоровья».

– Традиционный вопрос, который я задаю всем медикам: за вашу историю наблюдений можно сказать о каких-то заболеваниях, что их сейчас стало больше?

– Сейчас очень много железистозных гиперплазий, гормональных нарушений. Много полипов, фибром, эндометриоза.

– С чем это связано?

– Природа так создала женщину, что она должна рожать и кормить. Немного отдохнула, и опять рожать-кормить! Тогда организм женщины вырабатывает достаточно эстрогенов. Эти гормоны дают женщинам молодость, хорошую кожу, пышные волосы. А с другой стороны, когда их много, они могут дать онкологию, дисплазии молочной железы, матки, яичников – а сейчас этого очень много. Матка не может выдержать столько менструальных циклов и столько эстрогенов.

– Получается так, что есть один ребёнок – и достаточно, а потом возникают проблемы по «женской части»?

– Если завели ребенка и больше не собираетесь – надо пить оральные контрацептивы. Я сама не очень люблю химию, но матку надо прикрывать, потому что такой образ жизни

сейчас. Значит, наш выбор – заместительная гормонотерапия. У нас есть Лена Денисенко, очень хороший доктор, гинеколог, она всегда говорит женщинам: «Ну да, это естественно – таблетки, гормоны. Но если не хотите так, то тогда вам надо жить в деревне, вставать по солнцу, ложиться, как оно закатится, ходить по росе, пить молоко, и тогда свои гормоны будут. С другой стороны, когда я читаю Чехова, то у него бабушка пятидесяти лет сидит на крыльце. Сейчас назови пятидесятилетнюю женщину бабушкой, она может обидеться».

– Ну да. Раньше до сорока дожили, уже хорошо. А сейчас до восьмидесяти. Люди не отдают себе отчёта, что это плоды цивилизации, той самой химии, которая применяется во всех областях.

– Моей свекрови 83 года, она работала директором театрального училища. Сейчас она замдиректора. У неё прямая спина, она хорошо одевается, читает лекции, всё хорошо с головой. Но она же практиковала заместительную гормонотерапию – я ей назначала. Это действительно продляет и молодость, и сохраняет здоровый рассудок.

– У меня знакомая – тоже специалист в области гинекологии. Она

говорит, что сейчас характерен для женщин узкий таз.

– Естественно, многие женщины носят джинсы, которые стягивают бедра, все сидят на диетах, хотя весить 45 кг. С одной стороны, это хорошо, с другой – не очень.

– В плане деторождения?

– Конечно! Кесаревых сечений сейчас стало очень много. Когда я начала работать, не могла попасть в операционную, чтобы мне показали, как делается эта операция: раз в неделю делали в Нижнем Новгороде. Сейчас по пять раз в день. Причём сейчас появляются женщины, которые просто идут на это целенаправленно. Но, в первых, это не очень хорошо для ребёнка, потому что быстрый переход из области давления в матке сменяется давлением во внешней среде. Как следствие – риск энцефалопатии, дети беспокойные, плачут, кричат.

– Вы упомянули, что требуется пить гормональные препараты, если не собираетесь больше рожать, не по причине контрацепции, а в силу поддержания женского здоровья. Что ещё стоит делать женщинам для профилактики осложнений?

– Надо обязательно проверяться раз в год, независимо от того, беспокоит или не беспокоит вас что-то. Это просто не обсуждается. Я считаю, что надо обязательно делать УЗИ молочной железы, начиная с 35 лет. Регулярный осмотр, мазок из шейки, даже если она хорошая, просто на всякий случай.

Не стоит гнаться за худобой – сидеть на бесконечных диетах. Когда у девочек уже совсем нет жировой прослойки, у них начинаются нарушения менструального цикла, невынашивание плода при беременности. Сейчас вообще говорят, что жировая ткань – это орган. Его не должно быть много, но он должен быть. Потому что там вырабатываются простагландины, эстрогены, гестагены, андрогены. Забота о гормональном фоне – главное в женском здоровье.

ВНИМАНИЕ!

В «Академии здоровья» регулярно ведёт приемы уникальный доктор – андролог, сексолог, главный андролог Нижегородской области, профессор АРТИФЕКСОВ Сергей Борисович.

Сексопатология – область медицины, изучающая сексуальные расстройства и разрабатывающая методы их диагностики, лечения и профилактики.

Проблемы, связанные с сексуальной сферой, могут быть у каждого человека на определенном этапе его жизни. Часто особенности воспитания неправильно формируют отношение к нормальной половой жизни, и более того, вызывают различные сексуальные нарушения. Большую роль в «застойных» болезненных процессах играет неосведомленность в половом вопросе или «сексуальная безграмотность». Поэтому важно знать, какими проблемами занимается сексология и сексопатология.

Выделяют следующие категории сексуальных расстройств:

– расстройство сексуального влечения,
– расстройства сексуального возбуждения.

Если человек не может решить свои проблемы самостоятельно, то следует обратиться к специалисту. В случае расстройства сексуального возбуждения и оргазма вам может помочь сексопатолог. К нему желательнее обращаться обоим партнерам.

При расстройствах сексуального влечения тоже нужно обращаться к психиатру, так как причинами его могут быть психические заболевания, что привело к затяжной депрессии, неврозу.

А дальше, если будут проблемы, можно продолжить лечение у сексопатолога, который даст рекомендации, исходя из каждого конкретного случая. Как нет двух совершенно одинаковых людей, так и нет двух совершенно одинаковых случаев заболевания. В каждом случае это решается индивидуально.

Сексолог – врач, изучающий различия и схожесть полов. Это доктор для мужчин и женщин, для юношей и девушек. Прием врача может проходить анонимно. Возможен выезд профессора на дом.

Ближайший прием сексолога, андролога – 17 февраля.

«АКАДЕМИЯ ЗДОРОВЬЯ». ЗАПИСЬ НА ПРОЦЕДУРЫ ПО ТЕЛ. 7-34-34,7-61-11

ДЕТИ ВОЙНЫ

ВОЕННОЕ ДЕТСТВО

Корчагин Евгений Федорович,
бывший сотрудник
испытательного отделения
14 РФЯЦ-ВНИИЭФ
(1955-1995 гг.)

Лето 1942 года. Июнь. Мне неполных 8 лет. Моё детство проходило на окраине небольшого фабричного городка в Ивановской области. В собственном деревянном домике мы с мамой жили вдвоём. Отец по инвалидности был освобождён от действительной службы в Красной Армии, но был мобилизован на так называемый «трудовой фронт» во Владимирскую или Рязанскую область на строительство оборонительных сооружений.

В военное время была введена обязательная трудовая повинность, и моя мама (до войны работала в колхозе), была привлечена на работу разнорабочей по «подвозке топлива» – на вагонетках вручную на местной фабрике. Брат мой 1924 года рождения был бойцом Красной Армии и воевал в уличных боях в Сталинграде (там был ранен и лечился в госпитале). Мама работала с 12 часов дня до 24-х часов ночи. Она успевала мне что-нибудь приготовить утром (сварить картошки – это была основная пища того времени). Таким образом, весь световой день я был предоставлен самому себе. Электричества не было. Тёмные вечера проходили под освещением так называемой «коптелки» – это пузырёк с керосином, в который опускался «фитилёк», поджигался спичкой и «коптел» слабым пламенем. И, конечно, больше всего мама боялась моего «обслуживания» этого устройства.

В 15 километрах, в деревне, жили мамы престарелые родители – моя

бабушка и дед. Бабушка была домохозяйка, а дед работал на строительстве каменной (именно из камней-голышей) шоссеиной дороги, проходящей недалеко от деревни. У них было своё домашнее хозяйство – корова и какой-то мелкий домашний скот. Кроме того, в этой же деревне жила семья из пяти человек моего дяди – брата мамы.

Вот моя мама, посоветовавшись с этими родственниками, решила на лето (до поступления в 1-й класс) отправить меня в деревню под присмотр (скорее, под «прикорм») этим родственникам, там же находились мои двоюродные братишки и сестрёнки.

И вот я с начала лета 1942 года стал деревенским жителем. Со сверстниками мы беззаботно проводили тёплые летние дни – купались в пруду, ходили в лес. Больше всего я любил бывать на колхозном конном дворе. Но поскольку всех колхозных лошадей забрала на «службу в Красную Армию», в конном дворе «жили» два быка – это была вся основная «тяговая сила» колхоза. Этих быков каждое утро конюх, престарелый дед, запрягал в двухколёсную тележку, и колхозницы (а в колхозе работали одни женщины) выезжали на работу. Возили из леса дрова, сено, снопы с полей и другие сельскохозяйственные заготовки. Я был бесконечно счастлив, если меня брали в эту бычью повозку покататься. На конном дворе стояла ещё одна лошадь, которая по старости еле ходила. И вот, самое главное в этом моём вре-

мяпрепровождении – выводить всю эту «тяговую силу» на водопой, на деревенский пруд. Мы, деревенские ребятишки, принимали в этом прямое участие. Однажды мне разрешили прокатиться верхом на этой еле передвигающейся лошади. Мне помогли сесть на выступающий сантиметров на 20 хребёт лошади, чтобы довести её до водопоя. И тут я опозорился перед сопровождающими. Когда лошадь входила с пологого берега пруда в воду, она как бы прыгнула передними ногами с берега, и я, не удержавшись за её гриву, съехал по хребту в воду, как с горки. Больше езду верхом на лошади мне не доверяли.

Так прошло моё памятное дошкольное лето 1942 года. Где-то в середине августа в деревню приехали представительницы образования с целью переписи детей, попадающих под всеобщее начальное школьное образование. В этот список попал и я. Таким образом, 1 сентября 1942 года пошёл я «в люди» – в 1-й класс сельской школы, которая находилась в трех километрах от моей деревни – в соседнем селе. Проучился я там недолго, наверное недели две-три, научился держать в руке карандаш и выводить какие-то чёрточки. Но что особенно



запомнилось мне – это очень вкусные школьные обеды.

В конце сентября за мной приехала мама, перевела меня в городскую школу. К моему счастью, я ещё до школы по буквам (не по слогам, а по буквам) самостоятельно научился читать. У меня был старый-престарый букварь, и я его таким способом успел весь прочитать. В новой городской школе директорша лично проверила меня на умение читать. И я по-своему (по буквам) продемонстрировал ей своё умение. На что она сказала маме, что читать я не умею, но, тем не менее, отвела меня на занятия в класс. Так стал я городским школьником, где и проучился 7 лет. А в 1950 году поступил в городе Кинешма в химико-технологический техникум.