

## САМЫЙ ГЛАВНЫЙ ДЕНЬ

Закончилось лето с его радостями, солнцем, отдыхом, укреплением здоровья и увыв, нарушениями режима, особенно в пищевой сфере. Началась осень, и резкая смена температур вместе с наступлением рабочих будней для большинства населения, как в качестве работников, так и в качестве родителей школьников, напомнила о существовании, и хронических болезнях, и просто недостаточного ресурса для адаптации. Наступило время сконцентрировать внимание на своем здоровье, как это всегда бывает при достаточно резкой смене обстановки. И основным, конечно же, является поддержание оптимального функционирования сердечно - сосудистой системы, потому что болезни системы кровообращения (БСК) так и продолжают оставаться на первом месте среди причин смертности, как у нас, так и во всем мире. Хроническим больным следует в очередной, или внеочередной раз посетить участкового врача, уточнить дозировки назначенных лекарств, создать их необходимый запас, чтобы строго соблюдать режим приема, вспомнить об актуальности двигательной активности и режиме питания, который несомненно нарушался в отпускной период. Людям, считающим себя здоровыми, обратить внимание, как реагирует ваш организм на смену окружающей среды, и решить, не стоит ли помочь ему какими-либо мероприятиями.

Врачи тоже нуждаются в напоминании об особой важности профилактики БСК, как у лиц с уже установленным диагнозом хронического сердечного заболевания, так и у людей, еще не обращавшихся за медицинской помощью. Населению следует помнить о факторах риска, которые, вроде бы, всем известны, однако работу по их устранению наши люди, как правило, начинают тогда, когда сосудистая катастрофа уже произошла, да и то, к сожалению, не все. Курить, употреблять алкоголь и другие психоактивные вещества, переедать, избегать физической нагрузки, не корректировать артериальное давление – это прямой путь к инфаркту, инсульту, нарушению ритма сердца и просто внезапной сердечной смерти.

Поэтому раз в год обязательно проводится день сердца - мероприятие, предназначенное как для населения, так и для врачей-специалистов различного профиля: реаниматологов, кардиологов, неврологов, терапевтов, врачей по лечебной физкультуре, физиотерапевтов, семейных врачей, специалистов по диагностике и других. В этом году Всемирный День сердца проводится 29 сентября, и Всемирная Федерация сердца темой дня выбрала призыв: «Мое сердце, твое сердце... Пообещай своему сердцу...» Организаторами на территории Ростова-на-Дону и Ростовской области являются Министерство здравоохранения РО и ГБУ Ростовской области «Медицинский информационно-аналитический центр». Целью мероприятия является активизация работы всех ведомств по уменьшению заболеваемости БСК.

В МБУЗ «ГБСМП г. Ростова-на-Дону» постоянно ведется информационно-разъяснительная работа среди больных; в кардиологических и неврологическом отделении проводятся школы для больных ОКС и ОНМК; оформлена наглядная агитация во всех отделениях больницы; лечащие врачи, а также физиотерапевты и врачи по ЛФК ежедневно проводят беседы с больными; беседы и разъяснения проводятся, также, при обходах заведующих отделениями. Больным раздаются памятки, брошюры, дневники пациента кардиологического профиля.

Просветительская работа, проводимая постоянно, приносит свои плоды, хотя и не сразу. Но после пребывания в отделениях МБУЗ «ГБСМП г. Ростова-на-Дону»,

многие больные начинают задумываться и более тщательно соблюдать рекомендации лечащего врача, выполнять обследования, обращать внимание на свое здоровье. Результатом становится заметное возрастание их приверженности к лечению. Именно это должно привести к снижению смертности и заболеваемости болезнями системы кровообращения.

А.В, Редькин, Р.А, Гридасова, Е.Г. Спиглазова