

ОДУВАНЧИК, НЕ ПЫЛИ!

— Эльвира Рашитова, напомните, пожалуйста, нашим читателям, что такое поллиноз и когда начинается сезон обострений.

— В международной классификации болезней аллергия классифицируется как недуг органов дыхания. Но поллиноз — самый яркий, принципиальный пример аллергического заболевания. Аллергия на пыльцу растений встречается повсеместно: в России от неё страдает до 20 процентов населения, а поллиноз на берёзу считается наиболее сильным на территории земного шара. На нашей территории различают три сезона пыления. Поллиноз на деревьях и на одуванчик наблюдаем с середины апреля до конца мая. С начала июня до середины июля пылят луговые травы (тимофеевка, овсяница, райграсс, рожь, полвица, конопля). Пыльца трав летучая, подвижная. Если лето жаркое, поллиноз проходит быстро: пыльца сгорает на солнце. Дожди прибивают её к земле. А вот в сухую тёплую ветреную погоду пыльцы много, и поллиноз длится дольше. Третий сезон считается самым долгим, пациенты обращаются с середины июля вплоть до первых морозов: это пылят сорные травы — полынь, лебеда, амброзия, а также кукуруза и подсолнечник.

— Городские жители могут быть спокойны: кукуруза и подсолнечник им не повредят?

— Это не так: пыльца летит на километры и легко добирается с полей до города.

— Как отличить поллиноз от других видов аллергии?

— Его основные симптомы — ринит, иногда ринорея (обильные выделения из носа), иногда обструкция (нос закладывает, пропадает обоняние), могут появляться глазные симптомы: зуд, ощущение песка, покраснение, отёк век. Могут возникать першение, зуд нёба и гортани, кашель, возможно развитие бронхиальной астмы, которая проявляется сезонными приступами удушья. Гораздо реже встречаются кожные проявления — различные виды крапивницы.

АРБУЗЫ В ЛЕБЕДЕ НЕ РАСТУТ?

— Почему при аллергии на берёзовую пыльцу нельзя есть яблоки?

— У многих пациентов существует перекрёстная пищевая аллергия: поллиноз на деревьях чреват непереносимостью косточковых фруктов (яблоко, груш, персики, абрикосы, вишни). Термическая обработка разрушает некоторые аллергены: например, печёное яблоко, в отличие от свежего, вреда не принесёт. А вот аллерген абрикоса не разрушается, и даже абрикосовое варенье может стать аллергеном. Поллиноз на луговые травы способен отозваться аллергией на злаки, поэтому мы не рекомендуем пациентам мюсли: злаки должны быть термически обработаны. Аллергия на сорные травы заставляет быть осматриваемыми с плодами августа — томатами, перцем, баклажанами, дыней и арбузом.

Слёзы от берёзы

Когда врач приходится быть немного следователем?

Весна вступила в свои права, но есть люди, которые этому не рады. Цветущий мир напомнил им о том, что они больны. От этого недуга не излечиваются, но и не умирают. О том, что это за болезнь и как действовать, чтобы она отступила, беседует с опытным аллергологом, кандидатом медицинских наук, и.о. главного врача ГКБ № 3 Эльвирой Гильвановой.

Перекрёстная пищевая аллергия неизбежна — она возможна. И тогда возникает проявления со стороны желудочно-кишечного тракта: от яблок может заболеть живот — человек думает о погрешностях в питании, а причина — в аллергической реакции в желудке и кишечнике. То есть поллиноз не только неприятен внешними проявлениями — они опасны внутренними реакциями.

— Почему аллергии так плохо чувствуют себя утром?

— В ранние часы концентрация пыльцы в воздухе максимальна, поэтому мы не рекомендуем пациентам рано утром гулять, заниматься спортом на воздухе. Окна должны быть плотно закрыты, при проветривании на оконные сетки должна быть нашта 4-слойная марля, её нужно постоянно обрызгивать водой. Необходимо протирать подошники, делать влажную уборку в квартире. Приходя с улицы, нужно мыть руки до локтей, промывать нос и полоскать горло солевым раствором, менять одежду, лёгкие рубашки и блузки стирать ежедневно.

ЗИМНИЕ ВСТРЕЧИ

— Как бороться с поллинозом?

— Лечение назначает врач. Противоаллергические таблетки — это не средство экстренной помощи, их нужно принимать ежедневно, человек не должен доводить себя до плохого состояния. Есть средства, которые мы брызгаем в нос, и они предотвращают отёк, накопление слизи, насморк и кашель. Есть капли для глаз, они помогают избежать зуда и покраснения. В тяжёлых случаях помогают системные гормоны, которые пациент принимает короткое время.

— Как подготовиться к поллинозу, подстраховаться от него?

— Мы любим встречаться с нашими пациентами зимой. Многие из них забывают о своей болезни, но именно зима — время диагностики (пробы с аллергенами) и аллерго-специфической иммунотерапии: подкожно или в виде



ФОТО СЕРГЕЯ КРАМСКОВА

капель или таблеток в организм вводятся аллергены, и в организме вырабатываются блокирующие антитела, организм привыкает к ним, и пациент чувствует себя лучше. Улучшение происходит не сразу: обычно мы лечим три года. Порой симптоматика полностью исчезает, но это не означает, что болезнь прошла.

— Значит, аллергия неизлечима?

— Излечить поллиноз раз и навсегда невозможно: это генетически обусловленное заболевание. Мы можем сделать так, что пациент не будет чувствовать себя больным человеком. Прогноз всегда благоприятный, если человек ведёт правильный образ жизни и выполняет рекомендации врача. И неблагоприятный по бронхиальной астме, если пациент не принимает свою болезнь и отказывается лечиться.

МАРШ, КОТОРЫЙ НУЖНО
ОСТАНОВИТЬ

— Кто больше всех подвержен сезонной аллергии?

— Дети и люди молодого возраста. После 50 лет поллиноз начинает сходить на нет, с ним становится легче.

— Поллиноз передаётся по наследству?

— Да: если один из родителей болен, то с вероятностью от 30 до 50 процентов любой его ребёнок будет страдать от любого вида аллергии, неизбежно от поллиноза. Если болен оба родителя, вероятность повышается до 70 процентов. Очень часто мы видим атопический марш: ребёнок с рождения бо-

АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

леет пищевой аллергией (это проявляется на коже как атопический дерматит), это может переходить в ринит (круглогодичный — на бытовую пыль или сезонный — поллиноз), в случае прогрессирования заболевания на следующем этапе развивается бронхиальная астма. Очень часто марш удаётся остановить на стадии поллиноза. Но у каждого поллинозника существует 30-процентная вероятность заболеть бронхиальной астмой. Поэтому, даже если поллиноз длится всего неделю, его нужно лечить — чтобы позже, в почтенном возрасте, не пришлось лечить астму.

— Когда впервые может дать о себе знать болезнь?

— Впервые поллиноз может проявиться в любом возрасте — от рождения примерно до 30 лет. Бывает так, что пожилой человек приходит с жалобами на аллергию, которой раньше якобы не было. Но при расспросе выясняется, что в юности у пациента был поллиноз, который тогда затаил, а сейчас дал проявления в виде аллергии. В медицине 90 процентов правильных диагнозов даёт грамотный опрос пациента, поэтому, приходя к аллергологу, будьте готовы к долгому разговору. Чтобы докопаться до сути, порой приходится вспоминать, например, что говорила пациенту мама. Спрашиваем: «Рассказывала ли мама, что в детстве от вас прятали сахар или мёд? Постарайтесь вспомнить подобные моменты». Некоторые обижаются: «Какая разница? Я не в суде и не у следователя!». Молодых людей мы стараемся приглашать с родителями: именно они зачастую помогают поставить диагноз: «Помнишь, мы все фотографировали на поле с подсолнухами, а ты не мог, чихал? Было, было такое!..».

— Какие анализы нужно сдать перед первым посещением аллерголога?

— Нужны флюорография, сделанная не позже полугода назад, общий анализ крови и мочи, а также показатель С-реактивный белок из биохимического анализа. Остальные анализы на аллергию — кожные, лабораторные — огромное количество молекулярных анализов, по которым мы можем определить гены на определённые гены (берёзы, амброзии, бытовая пыль и т.д.) и исключить или подтвердить перекрёстную пищевую аллергию. Молекулярные анализы пока не внесены в программу госгарантии, зато в неё внесены пробы с аллергенами: они ставятся пациентам от 4 до 50 лет в осенне-зимний период.

— Можно ли ориентироваться на таблицы о перекрёстной аллергии и карты пыльцы в интернете?

— На таблицы — вполне: те, что мне попадались, верны. Но ближайшие к нам пылевые станции установлены в Самаре и Екатеринбурге, погрешность на расстоянии нужно учитывать.

Беседовала Екатерина ЯКОВЛЕВА

Семеро первых

Прошла отправка новобранцев

«Нас утро встречает прохладой», — пели когда-то задорные комсомольцы, собираясь на зарядку. Утро позднего апреля встречало не то что прохладой — лёгким морозцем. К 7 часам молодые люди возле военкомата переминаются с ноги на ногу и даже подпрыгивают в попытке согреться. Благоразумные товарищи не выходят из автомобилей до тех пор, пока зычный голос не велит призывникам пройти на территорию военкомата. В этом году первая отправка в армию прошла спокойно. Если бы не надрывающийся в исполнении патриотических песен звукоусилитель, обстановка казалась бы совсем будничной.

— Давайте сфотографируемся с родными, а потом с друзьями, — оттягивают минутой расставания провожающие. Высматривая в толпе молодых людей кого-нибудь повзрослее, кто был бы похож на родственников. Увидел мужчину, наверное, отца призывника. Так как больше родных не наблюдалось, фотографируются все вместе, одним снимком. Рядом ещё одна небольшая толпа сгрудилась около призывника.

— Ну, всё! Всё! — вырывается из крепких объятий парень и шагает к военкомату, победно вскидывая руки. То ли рад, что избавился от назойливой опеки, то ли приветствует новую жизнь. На контрасте с эмоциональными прощаниями двое молодых людей просто кивают друг другу и молча идут к калитке.

В актовом зале будущих солдат спросили о запрещённых вещах, колюче-режущих предметах. Первые из города и района в Вооружённые силы РФ этой весной призваны семь

человек. Направление — сухопутные войска. В Уфе наших ребят уже ждут. Молодые люди интересуются, могут ли их отравить в часть ночью. Могут и ночью, зависит от «покупателя», отвечают им работники военкомата. Семеро парней выстраиваются в шеренгу, получают военные билеты. Призывников напутствует военный комиссар Стерлитамака и Стерлитамакского района Рамиль Хайрудинов:

— Хорошей службы вам, ребята! Не забывайте родных и близких, обязательно пишите им, звоните. Поддерживайте земляков, если они окажутся в одной части. Желаю всем удачи!

Выходим на задний двор военного комиссариата, где призывники свободно умещаются в один микроавтобус, который через несколько секунд скрывается за поворотом. А мы остаёмся, чтобы узнать подробности весеннего призыва у военного комиссара, подполковника Р.Н.Хайрудинова.

АРМИЯ

— Рамиль Наильевич, сколько человек уйдёт в армию этой весной?

— Из Стерлитамака и Стерлитамакского района в ряды Вооружённых сил РФ мы планируем призвать 357 человек. Изменений, по сравнению с осенним призывом, практически нет. Молодые люди так же служат один год, ребятам разрешают доучиваться и только потом призывают в армию.

— Главкомандующий Владимир Путин недавно заявил, что служба по призыву уходит в прошлое. Если останутся одни контрактники, чем будут заняты военкоматы?

— Сейчас призывники имеют право выбора: уйти на срочную военную службу на год, либо по контракту — на два года. Наш комиссариат принимает самое активное участие в отборе кандидатов на контрактную службу, оформляет соответствующие документы. Кроме того, есть мобилизационные вопросы, проводится учёт граждан, пребывающих в запасе, воинский учёт сержантов и офицеров. В общем, работы будет достаточно.

— Раньше часто говорили об альтернативной службе, востребована ли она среди призывников?

— Альтернативная служба существует как вариант несения срочной, но, чтобы её «взять», надо доказать призывной комиссии свои убеждения (религиозные, миротворческие, правовые и т.д.), которые не позволяют брать в руки оружие. Это непросто. Надо учесть,

что таких призывников нередко отправляют в другие регионы, и срок службы увеличивается до 21 месяца вместо 12. Они работают санитарами в больницах и домах престарелых, строителями, почталонами. За последние три года альтернативный вариант несения воинских обязанностей выбрал всего один человек.

Владимир ПАРФИРОВ

Для тех, кто хочет
быть военным

Военный комиссариат г.Стерлитамака и Стерлитамакского района объявляет набор юношей и девушек для поступления в вузы Министерства обороны РФ.

Курсанты находятся на полном государственном обеспечении: бесплатное обучение, проживание, питание, все виды довольствия.

Ежегодно предоставляются летний (30 суток) и зимний (15 суток) каникулярные отпуска.

По окончании учебного заведения выпускники получают гражданскую (по профилю) и военную специальности, звание «лейтенант» и назначаются на воинские должности в Вооружённые силы Российской Федерации.

Заявления принимаются до 30 апреля. Обращаться в кабинет № 6 военного комиссариата г.Стерлитамака и Стерлитамакского района (ул.Жудайбердина, 118) с 9 до 17 часов, телефон 20-61-42.