«Лекарства не помогают». Разбираем вместе с врачом, почему возникают жалобы у белгородцев

Сегодня частенько можно услышать сетования от пациентов, что не помогает лечение, рекомендованное врачом. Таблетки не те и вообще, они плохо действуют на печень, назначение неправильное, а то лекарство, которое хвалят знакомые, доктор, очевидно, из вредности, выписывать не хочет. С этого вопроса мы и начали нашу беседу с врачом общей практики областного центра общественного здоровья и медицинской профилактики Ренатой Четвериковой

. – Рената Викторовна, действительно, из вредности не выписывают?

– Конечно, нет. Вредность тут не при чем. Препараты доктор подбирает, исходя из необходимости их назначения пациенту: возраста, имеющихся у него хронических заболеваний, сочетания с другими препаратами, которые он уже принимает, отсутствия противопоказаний. И то лекарство, которое можно одному, не рекомендуется другому больному. К тому же, многие пациенты не понимают, что наличие у них какого-то серьезного заболевания – это необходимость пересмотреть свой образ жизни и кардинальным образом его поменять.

– На одних таблетках добиться стабильного состояния не получится?

– Не всегда. Зачастую это дает не больше половины эффекта от лечения. Сегодня доказано, что физическая активность – это средство немедикаментозной терапии. Она помогает снизить артериальное давление, улучшает работу сердечно-сосудистой системы, влияет на уровень глюкозы в крови при сахарном диабете и помогает еще при многих хронических заболеваниях. Любой гипертоник знает: если погулять часик в парке, пройтись по городу, давление падает.

– Еще что можно внести в свою жизнь?

– Надо ежедневно делать гимнастику, это может стать еще одной хорошей привычкой. Очень полезна скандинавская ходьба, только ходить нужно правильно, не так, как часто можно увидеть: человек еле переставляет ноги, да к тому же тянет за собой палки по земле. От такой ходьбы толку немного. А если сюда добавить правильное питание и стабилизировать вес, избавившись от лишних килограммов, результат будет еще лучше

. – Рената Викторовна, с чем вы еще как врач сталкивались при ведении пациентов?

– Понятно, что сейчас многие ищут информацию в интернете, а там написано полно ерунды. Отсюда у пациентов складывается неправильное представление о действии лекарственных средств, и они доверяют больше мнению неведомого «специалиста» из сети. Но ведь врач учится 10 лет, наверное, он имеет определенный уровень подготовки, да и так называемый эксперт не несет ответственности за жизнь и здоровье конкретного больного. Тем не менее, пациенты могут не пропить весь курс, а ограничиться разовым приемом таблеток как только станет лучше. Или отказываются принимать те же статины, которые нужны при высоком уровне холестерина в крови, считая, что они плохо действуют на печень. Сколько вредных мифов образовалось вокруг этих, на самом деле, очень эффективных препаратов. Они останавливают образование атеросклеротических бляшек, уменьшают риск появления тромбов, купируют воспалительные процессы, а это профилактика инсульта, инфаркта, осложнений сахарного диабета. Статины четвертого поколения имеют минимум побочных эффектов. И польза от их приема намного превышает потенциальные риски. Еще одна ошибка- обращаться к врачу только тогда, когда что-то заболит. Да еще терпеть долгое время. Терпение- вообще бич нашего народа. А длительная боль- это уже серьезный признак наличия заболевания.

– А как надо? – Надо регулярно проходить диспансеризацию и профилактические осмотры, знать, как Отче наш свои уровни холестерина и глюкозы в крови, артериальное давление, индекс массы тела. Польза таких комплексных обследований еще в том, что во время диспансеризации человек проходит обследование на семь видов онкологии. И выявить ее можно еще до развития серьезной патологии. Предупредить всегда легче, чем вылечить.

– Рената Викторовна, разрешите напоследок еще один вопрос: как вы думаете, почему представление о хорошем докторе зачастую расходится у пациентов и врачебного сообщества?

– Разные критерии оценки. Для врачей важен профессионализм коллеги, уровень образования, практический опыт, который помогает ему в лечении пациентов. А больным хочется, чтобы врач выслушал. Иногда пожилые пациенты приходят к терапевту как к своему психоаналитику: просто поговорить. Им не так уж и нужно, чтобы доктор назначил правильное лечение. А еще лучше – если врач говорит то, что хочет услышать больной. По сути, повторяет мысли пациента. Вот, тогда он хороший доктор. А если врач говорит: вам нужно постоянно принимать лекарство, вести здоровый образ жизни, отказаться от вредных привычек, а это ведь трудно, то, увы, он попадает в разряд плохих.