

**наук Максим АФАНАСОВ.**

– Пародонтозом именуется хроническое заболевание пародонта, то есть тканей, окружающих зуб. Зубные ячейки, они же альвеолярные отростки, атрофируются, десна как бы проседает, обнажая зубы, которые становятся мало-помалу более шаткими. Никто не знает исходной причины пародонтоза. Но известно, что развитию заболевания способствуют нарушение кровоснабжения десен, зубные камни, неправильный прикус, недостаток витаминов А, Р и С, проблемы с эндокринной системой, сахарный диабет, болезни желудочно-кишечного тракта, лечение гормональными препаратами. Группу риска составляют курящие, сладкоежки, любители спиртного, а также женщины в период климакса.

На первой стадии пародонтоз проявляет себя зубным зудом (кажется, что чешутся зубы, а не десны). На рентгеновском снимке можно увидеть начало заболевания. На следующей стадии зубы уже реагируют на холодное и горячее, возникают болезненные ощущения при жевании, заметнее запах изо рта. Начинают кровоточить десны, и можно без врача убедиться, что они проседают, обнажая желтоватый корень зуба. Тут раздумывать некогда – надо, отложив все дела, бежать к стоматологу, поскольку пародонтоз прогрессирует быстро.

Полностью избавиться от него нельзя: спасение только в профилактике. Предотвратить развитие болезни могут протезирование и лечение

гингивитов (воспалений десен), удаление зубных отложений. Чтобы улучшить кровоток и удалить мягкие отложения, рекомендована твердая пища.

Лучшее средство от пародонтоза – ежедневный массаж десен, который выполняют круговыми движениями большого пальца. Правильно чистить зубы при пародонтозе особенно важно. Щетка должна быть мягкой, а движения ею строго под углом 45 градусов, в одном направлении – от десен к зубам. Чистить зубы нужно после каждого приема пищи. Рекомендуются пасты с лекарственными травами. Десны при пародонтозе – предмет постоянных забот. Им полезны полоскания (перед едой – кипяченой водой комнатной температуры: после нее – ромашкой, шалфеем, календулой и корой дуба).

Пища тоже может стать лекарством, если это капуста, помидоры, петрушка, свекольная ботва, красный перец и черника. Эти продукты содержат бета-каротин, цинк, фолиевую кислоту, витамин С, которые способны восстанавливать врожденную структуру и снимать воспаление. Помогают при болезни и отвар неочищенной моркови, свеклы, тыквы, корней сельдерея и петрушки. Обратите внимание на «витаминотерапию» (витамины Е, С – до 1,5 г в сутки и витамины группы В – В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, В<sub>12</sub>), не отказываясь от медикаментозного лечения. При пародонтозе врач назначает **трипсин, химотрипсин** в сочетании с антибиотиками, растворы **трихопола** и **трихонацида**.

Физиотерапевтические процедуры при пародонтозе помогают нормализовать местное кровообращение, обменные процессы, улучшить регенерацию тканей пародонта, повысить количество кислорода. Для этого используются электрофорез и лазеротерапия.

## САМЫЙ УЯЗВИМЫЙ – МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ

*24 декабря я родила ребенка. Роды были самостоятельными, без осложнений. Но через неделю после родов возник уретрит: появились жжение, боль и резь при мочеиспускании, а моча стала мутной. Сдала анализы: лейкоциты повышены, обнаружена кишечная палочка. Выписали монураал – 2 дозы. Через неделю после приема – рецидив. Снова монураал, 3 дозы – и опять рецидив. Прошла УЗИ – воспаления или иных патологий не выявлено. Есть опущение передней стенки влагалища и матки – они были и до родов и, скорее всего, усугубились. Психологическое состояние уже, признаться, на нуле. Куда обратиться и какие обследования пройти? Что предпринять для облегчения состояния?*

**Вера Ткаченко, Московская обл., г. Клин.**

– Родоразрешение у вас, Вера, произошло только 2,5 месяца назад. Поэтому нарушение мочеиспускания, по всей видимости, обусловлено естественными причинами, – считает **заведующий вторым**

**урологическим отделением Клиники урологии Первого МГМУ им. Сеченова, профессор, доктор медицинских наук Михаил ЕНИКЕЕВ.**

– Во время беременности и особенно во время прохождения плода по родовым путям соседние внутренние органы и ткани (мышцы и связки тазового дна) подвергаются серьезному механическому воздействию. Увеличенная за счет плода матка сдавливает соседние органы, в результате чего их ткани испытывают ишемию – недостаток притока крови и кислорода. Итогом могут стать нарушения работы соседних органов – мочевого пузыря, уретры, прямой кишки, а также ослабление окружающих их мышц и связок. Поэтому некоторые заболевания органов малого таза могут проявляться или обостряться именно после родов. В частности, возможно усугубление пролапса (опущения) органов (цистоцеле, гистероптоз, ректоцеле, опущение стенок влагалища).

Мочевой пузырь – один из наиболее уязвимых органов во время беременности. Известны даже случаи его повреждения вплоть до ишемических некрозов стенки и развития урогинекологических свищей различной степени локализации. Что касается опущения матки – оно очень часто сопровождается пролапсом (опущением) передней стенки влагалища и мочевого пузыря. Все это проявляется как раз такими симптомами, которые вы описываете.

Если нарушения мочеиспускания будут продолжаться, вам необходимо показаться урологу. Нужно будет сделать цистоскопию – эндоскопическое исследование мочевого пузыря для оценки его стенок и шейки, а также для исключения наличия тех или иных образований внутри органа.

Также, учитывая короткий временной интервал после родов, обязательно покажитесь акушеру-гинекологу. Необходимо исключить те или иные воспалительные процессы в полости матки и влагалище, так как подобные симптомы могут являться проявлением эндометрита или вульвовагинита. Возможно, потребуется коррекция микрофлоры влагалища, что автоматически благоприятно отразится на качестве мочеиспускания.

Что касается анализа мочи – попробуйте его пересдать. На сегодняшний день я рекомендую вам начать прием миорелаксанта **мидокалма** – 150 мг 2 раза в день, **вольтарена** в свечах – по 50 мг в прямую кишку на ночь в период обострения, **но-шпы** – по 2 таблетки 3 раза в день и **нолицина** (антибактериальный препарат с максимальной концентрацией в моче) – по 1 капсуле 2 раза в день. Не исключено, что имеющиеся ощущения исчезнут по мере прохождения послеродовой реабилитации.

## УКОЛЫ НАДО ДЕЛАТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО

Очень прошу ответить доктора-офтальмолога Марию Зенину.

*У меня дистрофия сетчатки, но, к сожалению, я не знаю, какая именно форма – сухая или влажная. В январе и феврале 2020 года в Воронежской клинике мне делали уколы в оба глаза. После первого же укола зрение улучшилось. В конце марта должны были сделать третий укол, но все изменила пришедшая эпидемия, этот страшный коронавирус. Когда через какое-то время клиника возобновила свою работу, мне позвонили оттуда, пригласив на укол. Но, к сожалению, теперь отменили квоту. Если делать, то платно. А укол очень дорогой – моей пенсии за два месяца хватает только на один. Плюс кроме всех остальных анализов обязательна еще справка об отсутствии коронавируса.*

*Может быть, поможет лютеин форте? Дело в том, что мне постоянно что-то мешает в глазах, словно в них соринки. Доктор, который меня оперировал, сказал, что это синдром сухого глаза, и назначил капли. Когда я их капала, эти помехи проходили. А потом снова возвращались. Перед глазами летают какие-то цветы, блески. Глаза постоянно застилают слезы. Вижу все предметы словно в тумане. Меня очень пугает то, что я могу совсем перестать видеть. Это может произойти?*

**Адрес: Матусовой Екатерине Максимовне, 306800 Курская обл., р.п. Горшечное, ул. Луговая, д. 19.**

По просьбе читательницы на вопрос отвечает **врач-офтальмолог, кандидат медицинских наук Мария ЗЕНИНА.**

– Уважаемая Екатерина Максимовна! Сразу хочу уточнить: макулодистрофия, то есть центральная дистрофия сетчатки, никогда не приводит к полной слепоте. Совсем видеть вы не перестанете, даже если не будете лечиться.

Ощущение соринки в глазу – это действительно проявление синдрома сухого глаза. При этом заболевании назначается только заместительная терапия: поскольку своей слезы не хватает, то, замещая ее, приходится капать искусственную. Неплохо помогают такие препараты, как **слезин, гилан**. Но учтите, что их надо капать постоянно, всегда по 1 капле 3 раза в день.

Что касается дистрофии сетчатки, то, судя по всему, у вас все-таки влажная форма макулодистрофии. Для улучшения зрения нужны те самые внутриглазные инъекции препаратов, которые вам делали и которые вновь рекомендовали. Поэтому я вам настоятельно советую изыскать все возможности, но все-таки продолжить назначенные вам уколы, только они способны снять отек. Инъекции – это единственный принятый, эффективный и доказанный метод лечения вашего заболевания, который используется во всем мире. То есть для вас это жизненно важно. Уколы надо делать 1 раз в месяц. Необходимое их количество определяет врач. Все очень

индивидуально: кому-то хватает 3-5 инъекций на несколько лет, а кому-то гораздо больше.

Лютеин форте, к сожалению, ваше зрение не улучшит, он поможет лишь сохранить то, что есть в данный момент, то есть добиться некоторой стабилизации вашего состояния.

## ЦВЕТОЧНАЯ ПЫЛЬЦА ТОЖЕ ЛЕЧИТ

*Моему сыну поставили диагноз: герпетический энцефалит. У него подавленное настроение, часто болит голова, а еще стало плохо с памятью. Может, это ошибочный диагноз, ведь никакой клещ сына не кусал, тем более энцефалитный?*

**С.П. Гущина, Красноярский край.**

– Герпетический энцефалит вызывает вирус простого герпеса. В организм здорового человека он попадает от больного воздушно-капельным путем или через предметы обихода. Воспалительный процесс развивается в структурах головного мозга, – говорит **профессор, доктор медицинских наук Альберт КАДЫКОВ.**

– Должен заметить, герпетический энцефалит – тяжелое заболевание с весьма сложной дифференциальной диагностикой. Поэтому в «ошибочности» диагноза сомневаться вряд ли стоит.

Полагаю, сын читательницы уже прошел курс противовирусного лечения, поскольку болезнь развивается, как прави-