

Давайте поможем Диме!

Диме Орехову 16 лет, у него очень опасное заболевание — острый бифенотипический лейкоз. В 2012 году Дима Орехов окончил 9-й класс и собирался поступать в кулинарное училище — на повара-кондитера. В названии профессии мальчика особенно привлекала вторая часть. Приготовить Дима может что угодно, но особенно любит печь пирожки с яблоками. Одноклассники, выбравшие автодело, посмеивались над ним, но зато у девчонок начинающий кондитер был абсолютным фаворитом. Ценили Димины таланты и в семье: и мама, и старший брат Леша, и сестренки — пятнадцатилетняя Даша и полуторагодовалая Варвара.

С Варей у Димы особые взаимоотношения. Больше полугода — уже будучи тяжело больным — мальчик выполнял роль няньки при маленькой сестренке: и кормил, и мыл, и переодевал. И даже... сшил Варе пижамку. А еще приходилось носить воду из колодца, топить печь, готовить ужин для мамы. Семья живет в Новгороде — снимает полдома без удобств. На мальчике оказалось все хозяйство, но выхода не было: старший брат был в армии, а мама — единственный кормилец в семье — работала продавцом и уборщицей в две, а то и в три смены.

Димины недомогания начались в апреле 2012 года: он простудился, был сильный синусит, подозревали туберкулез. Но обследование в туберкулезном диспансере диагноз не подтвердило, а у Димы тем временем «вылезли» лимфоузлы. В конце февраля 2013 года Диму направили на консультацию в Петербург — в НИИ детской онкологии, гематологии и трансплантологии им. Р. М. Горбачевой. После обследования у него диагностировали острый бифенотипический лейкоз. Сейчас Дима проходит химиотерапию в НИИ им. Горбачевой, стен клиники он не покидал с февраля. Но путь к выздоровлению только один —

трансплантация костного мозга.

В семье у Димы совместимого донора нет, а значит, спасти мальчика может только поиск неродственного донора в Международном регистре имени Ш. Морша. Эта процедура стоит 18 000 евро. Надо ли говорить, что у Диминой мамы нет таких денег? Необходимость постоянно находиться рядом с сыном в больнице вынудила ее оставить работу, и сейчас вся семья живет на пенсию больного мальчика, это — чуть больше 15 тысяч рублей в месяц. Из безадресных пожертвований фонд «АдВита» перечислил в Международный регистр 2000 евро, но, чтобы спасти ребенка, оставшуюся сумму необходимо собрать в максимально короткий срок!

Вы можете выбрать тот вид помощи, который вам удобен

- Зайдите в любое отделение филиала «Петровский» ОАО «Банк «Открытие», возьмите специальную квитанцию фонда «АдВита» и впишите в нее сумму пожертвования. Адрес ближайшего к вам отделения можно узнать по телефону 8 (812) 33-727-33.

- Внесите пожертвование через терминалы «Уникасса», расположенные на станциях метрополитена, нажав последовательно: «Оплата кредитов и другие сервисы» — «Далее» — «Благотворительные фонды» — «Фонд «АдВита».

- Внесите пожертвование через терминалы QiWi, нажав последовательно: «Оплата услуг» — «Другие услуги» — «Фонды помощи» — «Фонд «АдВита».

- Сделайте пожертвование с банковской карты «Visa» или «MasterCard», зайдя на сайт фонда http://www.advita.ru/donation_dengionline.php.

СПАСИБО ВСЕМ, КТО ПОМОГАЕТ ДЕТЯМ ЖИТЬ!



НЕ ОТНОСИТЕСЬ ЛЕГКОМЫСЛЕННО К ПРОБЛЕМАМ СО СНОМ

Спи, моя радость, усни...



Диапазон индивидуальной нормы сна: от 4 до 12 часов. Подавляющему большинству нужно спать около 8 часов в день. Но двоим из десяти достаточно спать менее 6 часов в сутки. Другая категория — долгожители, которым нужно спать более 9 часов в сутки. Таких примерно один из десяти.

Многие петербуржцы жалуются на проблемы со сном, в том числе на бессонницу. Даже летом, несмотря на обилие витаминов и солнечного света, проблема бессонницы так же остра. Что делать в сложившейся ситуации? О проблемах, связанных со сном, редакция нашей газеты попросила рассказать Павла Владимировича ПУШНОГО, заведующего отделением нарушения сна одного из городских медицинских центров.

— СЕЙЧАС у нас белые ночи. А человек подчинен биологическим законам природы и генетически запрограммирован подчиняться ее ритмам. То есть должен ложиться спать с закатом солнца и вставать с восходом. Во время белых ночей границы дня и ночи очень размыты. Так что совет тут один: нужно перед сном хорошо затемнить окна. Купите плотные, не пропускающие свет шторы. Этот простой совет на самом деле помогает многим.

В целом нарушения сна — актуальнейшая проблема для человечества.

Ведь если без еды человек может прожить три недели, без воды — 7 — 10 дней, то без сна — лишь 5 дней. После 5 дней наступает изменение сознания — психоз, начинаются галлюцинации.

Если заглянуть в данные медицинской статистики, то выяснится: не менее 50% взрослых, проживающих в развитых странах, страдают от расстройства сна. При этом у 13% из них проблема является достаточно тяжелой. А примерно 46% населения отмечают дневную сонливость. Кстати, в США подсчитали: из-за расстройства

сна снижается производительность труда, поэтому государство в год теряет порядка 18 млрд. долларов.

Длительность сна напрямую влияет на продолжительность жизни. Установлено, что при длительности сна менее 6 часов смертность среди мужчин повышается в 1,7 раза, среди женщин — в 1,6 раза. Так что сон — это очень серьезно.

К сожалению, российские врачи не всегда с должным вниманием относятся к жалобам пациента на плохой сон (оно и понятно: врача один, в коридоре ждут очереди еще с десяток пациентов, времени на детальный расспрос нет). Часты случаи, когда таким пациентам просто выписывают снотворное. Из года в год проблемы пациента не решаются, а дозы снотворного все увеличиваются. То есть человек становится зависимым от препаратов. И эту зависимость лечат уже у психиатра.

МЕДИЦИНСКИЙ ГОРОСКОП

С 24 по 30 июля

ОВЕН. Хороший период для укрепления здоровья, в том числе для применения методов народной медицины. Дни благоприятны для комплексного обследования, постановки диагноза, разработки схемы лечения.

ТЕЛЕЦ. Благоприятный эмоциональный фон будет только на пользу здоровью. Будут полезны как никогда целебные напитки: настои трав, морсы, минеральные воды. Но период характеризуется повышенной вероятностью отравлений.

БЛИЗНЕЦЫ. Вам нужно соблюдать элементарную диету. Период характеризуется повышенной вероятностью обострений заболеваний желудочно-кишечного тракта, в том числе гастритов и колитов. Возможны жалобы на беспокойный сон.

РАК. Устройте себе небольшой отдых. Проведенное в этот период обследование может не показать объективной картины вашего здоровья. В эти дни особенно уязвима нервная система.

ЛЕВ. Повышенная вероятность простудных недугов, в том числе ангина. Так что купайтесь в меру, не сушите на себе мокрый купальник, не пейте в жару ледяные напитки. Дни очень благоприятны для посещения психолога и специалистов нетрадиционной медицины.

ДЕВА. Возрастают жизненная сила, сопротивляемость различным заболеваниям. Это сопровождается подъемом духа, ощущением бодрости и физической силы. Вот только брать на себя повышенные нагрузки ни в коем случае не стоит.

ВЕСЫ. Возможно небольшое обострение заболеваний дыхательной системы, особенно хронического бронхита. Период отлично подходит для начала оздоровительной поездки, лечения в санатории.

СКОРПИОН. Интенсивное лечение вашего заболевания приведет к улучшению состояния, но может сопровождаться неожиданными эффектами или последствиями. Повышается вероятность обострения заболеваний печени.

СТРЕЛЕЦ. Увеличивается вероятность спазмов сосудов, перепадов кровяного давления, головных, мышечных и зубных болей. Следует соблюдать особую осторожность при пользовании различными приборами.

КОЗЕРОГ. Перегрузка печени может отразиться на работе сердечно-сосудистой системы. Поэтому избегайте переизбытка, ограничьте себя в употреблении спиртного, в том числе и пива.

ВОДОЛЕЙ. Из-за нарушений водного обмена в организме может ухудшиться состояние больных почечными заболеваниями, гипертонической болезнью, сахарным диабетом.

РЫБЫ. Существенного влияния на состояние здоровья этот период не оказывает. Улучшится течение недугов опорно-двигательной системы, особенно артроза и остеохондроза. Дни особенно благоприятны для проведения профессиональной чистки зубов.

Подготовил Виктор ЕРМАКОВ