

Болезнь не смотрит в паспорт

Многие болезни поменяли возраст — стали моложе. Если считается, что инфаркт после 70 — это сосудистая катастрофа «по возрасту», то инфаркт в 25 лет — это просто катастрофа. Тенденция, которую отмечает медицина, надо признать, невеселая. Все младше становятся не просто недуги — серьезнейшие заболевания. Не только меланома, остеопороз и язва желудка, но и достаточно солидный перечень «болезней века». В чем причины?

Одна из первых в этом списке — конечно, артериальная гипертензия. Сотрудники кафедры педиатрии БелМАПО отмечают: еще в 2002 году детей с таким диагнозом в стране было не более 148, а в 2012-м их уже 747! Считайте, в пять раз больше. И ведь ребенок может ходить с высоким давлением, не испытывая ни головной боли, ни иных проблем...

Прежде всего врачи говорят о наследственном характере заболевания. Когда высокие цифры АД у обоих родителей плюс к этому дети подвергаются стрессам, едят нездоровую пищу, мало двигаются... Вот так в 7 — 13 лет и становятся гипертониками. К счастью, не всегда гипертензия из детского возраста переходит во взрослую жизнь. Происходит это в 25 — 30 процентах случаев. В остальных говорят, что дети «перерастают». На самом деле за этими словами стоит врачебный и родительский контроль за ситуацией. Ведь необходимы лекарственные препараты, а кроме этого — изменение стиля питания и образа жизни.

Специалисты отмечают: первичная гипертензия у детей — это около трети всех случаев. Но всегда нужно исключить вторичную подоплеку, когда давление повышается, например, при врожденной патологии почек или сердца. Доцент кафедры педиатрии БелМАПО Ирина Чижевская вспоминает свою трехлетнюю пациентку со стенозом почечной артерии. Давление в тот момент у девочки было критическое — 200/140 мм рт. ст. Ребенок поступил сразу в реанимацию. Когда проблема стеноза была решена, цифры АД пришли в норму. Диагноз гипертензия пациентке, которой ныне уже 14 лет, к счастью, давно не грозит. Врачи убрали для него всякую почву.

Специалисты выделяют два вида факторов «болезни с высокими цифрами» — управляемые и неуправляемые. Последние — это генетика. Влиять на нее крайне сложно. А что касается физической формы и изменения диеты, здесь, как говорится, заболевшим все карты в руки. Но коль речь идет о детях с подростками, следить за их питанием и образом жизни должны в семье. «Посмотрите, насколько бывает ограничена двигательная активность у детей! Недавно на приеме у меня был пациент — мальчик 11 лет. Вес — 75 кг. Разве это дело? Лишних 30 кг, — приводит случай из практики доцент кафедры педиатрии БелМАПО Светлана Король. — Ест мальчик сколько хочет и что хочет. От компьютера его не оторвать. Вот и результат... А еще родители вынуждают чадо идеально учиться — зарабатывать хорошие оценки. А это уже психоэмоциональные нагрузки...»

Что касается наследственности по гипертензии, то ныне специалисты кафедры педиатрии БелМАПО совместно с [Институтом генетики и цитологии НАН](#) исследуют 6 генов предрасположенности к этой болезни. В поле зрения — 150 детей. Первые промежуточные результаты научной работы будут представлены уже к концу года, а продлится исследование до 2015 года.

Еще одна болезнь столетия — сахарный диабет, по словам главного внештатного детского эндокринолога Министерства здравоохранения Анжелики Солнцевой, за последние 5 — 6 лет тоже стала заметно моложе. Всего у нас диагноз поставлен 1,5 тысячи детей. В большинстве своем речь о диабете первого типа. Если прежде его находили у 10 — 14-летних, то ныне все более случаев, когда ставят диагноз малышам в 4 — 5 лет. Даже годовалые детишки имеют эту патологию!

И здесь, по мнению врачей, есть несколько теорий, почему болезнь развивается даже у таких крох. Одна из них — избыток коровьего молока в рационе будущей мамы или ранний перевод ребенка на этот продукт. Это, как говорится, одна из «внешних» причин. Есть и «внутренние». Тут снова всплывает вопрос наследственности...

Ирина Лазарева — заведующая 2-м кардиологическим отделением РНПЦ «Кардиология», председатель правления Белорусской лиги по борьбе с высоким артериальным давлением — признает, что еще 10 — 15 лет назад инфаркт в 25 — 30 был редчайшим явлением. Но нынче, к сожалению, — совсем не медицинская сенсация.

Почему так происходит? «Нынешняя жизнь — это череда стрессов, у молодежи часто завышенные к себе требования. Хочется все успеть — проявить себя и заработать, построить жилье и пр. Отсюда напряжение, скачки давления, — считает Ирина Валентиновна. — Прибавьте к этому привычку курить, лишний вес, повышенный холестерин... Все это прямая дорога к сосудистым катастрофам».

Вывод здесь просится один. Очень важно предупредить «укоренение» «пожилых» болезней в молодом возрасте. Дело, конечно, в профилактике. Чем раньше ее начать, тем больше шансов, что серьезные болячки не перекочат и во взрослую жизнь. Отсюда и врачебные советы по здоровому образу жизни. Они из года в год все те же. Родители, прислушайтесь! Один из главных пунктов — проследить, чтобы дети, попробовав закурить, не пристрастились всерьез к сигарете. Ведь, по данным центров, дружественных к подросткам, в Минске курят около 23,5 процента девочек и процентов 20 мальчиков-школьников. А табак вызывает спазм артерий, прежде всего коронарных — питающих сердце... И еще: откажитесь от самого простого способа поощрения — накормить чем-то вкусным и сладким. Лучше больше бывайте с детьми на природе, катайтесь вместе на лыжах и коньках, играйте в баскетбол и теннис. Вот тогда все изменится. При таком здоровом раскладе перспектива не только гипертензии, но и диабета, сердечно-сосудистых катастроф отодвинется, а то и вовсе обойдет стороной...

Кстати

«Ожирение», «сахарный диабет», «метаболический синдром»... Раньше это были записи в историях болезней взрослых и пожилых людей, а ныне... Как бороться с такими проблемами в совсем юном возрасте? Один из вариантов предложен сотрудниками кафедры педиатрии БелМАПО. При их инициативе в Минске были созданы «школы профилактики артериальной гипертензии и метаболического синдрома у детей и подростков». Одна открыта с 2009 года на базе 22-й городской детской поликлиники, в прошлом году такая же была создана в 8-й. В специально оборудованных залах дети выполняют лечебную гимнастику, занимаются на тренажерах, а еще проходят массаж. Причем мальчики тренируются отдельно от девочек. И это задумано намеренно, чтобы никто не комплексовал. По словам врачей, кто-то из их юных пациентов заглядывает сюда всего 2–3 раза и бросает, иные планомерно ходят уже долгие месяцы. Потому и результаты получают блестящие.

Алла Мартинкевич. Болезнь не смотрит в паспорт

Например, как 13–летняя Рита М. За 8,5 месяца девочка не пропустила ни одного занятия. И похудела на 15 кг! Такими «упорными» пациентами гордятся врачи.

Автор публикации: Алла МАРТИНКЕВИЧ