

Во всем мире ежегодно 1 июня отмечают «Международный день защиты детей». Что изменилось в педиатрии, чем помогут врачи и что могут сделать сами родители для физического и психологического здоровья детей, aif.ru рассказала заведующая кафедрой факультетской педиатрии педиатрического факультета РНИМУ им. Н.И. Пирогова, главный внештатный детский специалист по профилактической медицине Минздрава России, руководитель НИИ педиатрии и охраны здоровья детей Научно-клинического центра № 2 ФГБНУ «РНЦХ им. акад. Б.В. Петровского», председатель НИТАГ РФ, президент Союза педиатров России, паст-президент Европейской педиатрической ассоциации (EPA/UNEPSA), вице-президент Глобального педиатрического пульмонологического альянса (GPPA), Заслуженный деятель науки РФ, академик РАН, профессор, доктор медицинских наук, кавалер Ордена «За заслуги перед Отечеством» IV степени Лейла Намазова-Баранова.

Елена Нечаенко, aif.ru: — Лейла Сеймуровна, как изменилась современная педиатрия?

Лейла Намазова-Баранова: — Педиатрия остается важной частью клинической медицины, но при этом самостоятельной наукой о болезнях детей, методах их лечения и профилактики. Ведь ребенок — это не маленький взрослый, а отдельная вселенная, живущая по своим законам.

В педиатрии в последние годы произошло очень много изменений: появились новые высокоэффективные методы диагностики, а также лекарственные средства, в частности, новые иммунобиологические препараты, вакцины для профилактики как инфекционных, так и неинфекционных болезней (например, онкологических и аллергических). Ну, и, конечно, появились уникальные средства реабилитации, позволяющие маленьким пациентам восстановить многие утраченные или изначально отсутствующие функции.

Виноваты предки. Почему рождаются дети с редкими болезнями Подробнее

— Но и сами заболевания помолодели?

— Да, еще лет 30 назад педиатры даже не подозревали, что у детей могут быть ревматические заболевания, которые поражают суставы, соединительную ткань. Да и многие онкологические патологии, к сожалению, все чаще диагностируются в детском возрасте. Поэтому сегодня по многим заболеваниям клинические рекомендации разработаны, как для взрослых, так и для детей, что еще раз подчеркивает — несмотря на то, что в лечении юных пациентов есть своя специфика, основные подходы к терапии сегодня едины для всех возрастов.

— Какие ранее практически неизлечимые болезни у детей врачи научились лечить?

— Медицинская наука сделала невероятный рывок, научившись распознавать и лечить болезни, еще вчера даже неизвестные. Яркий пример — аутовоспалительные синдромы. Для их лечения нужны очень дорогостоящие препараты, но зато они дают потрясающий эффект, и могут совершенно избавить маленьких пациентов от страданий (при atopическом дерматите, например, от болезненных поражений кожи и от многих других проблем).

Инсульт молодеет. Почему у детей может случиться болезнь стариков Подробнее

— А что насчет помощи пациентам с генетическими заболеваниями?

— Еще недавно сам термин «редкие» (орфанные) болезни, был мало кому известен, и даже врачам казалось, что это какая-то совсем малочисленная группа болезней. Однако, сегодня уже точно известно, что редкие генетические болезни отнюдь не так редки. Уже в нынешней версии МКБ-10 (международной классификации болезней 10-го пересмотра) их несколько тысяч (по разным оценкам от 6 до 14 тысяч), а уже в следующей версии их станет еще больше. Ведь генетические поломки, к сожалению, будут только накапливаться в популяции.

Но выросли и возможности лечения таких пациентов. Появляются новые препараты для таргетной (прицельной) терапии, которые становятся порой спасением не только для самого малыша, но и для всей семьи. Ведь видеть мучения своего ребенка, остановку или регресс в развитии (физическом и нервно-психическом) — безусловно, самое сложное испытание, которое может выпасть человеку. Поэтому расширение горизонтов терапевтических возможностей для таких пациентов дает нам надежду на то, что когда-нибудь мы будем не только их быстро выявлять, но и эффективно лечить.

— Как сегодня обстоят дела с лечением редких заболеваний?

— Подходы к ведению таких пациентов едины во всем мире. Но у нас в стране создана система, не имеющая аналогов за рубежом. Она реализуется через фонд «Круг добра», и позволяет очень быстро выявлять и прицельно помогать каждому из таких пациентов. И эта система, которой мы можем гордиться, продолжает совершенствоваться.

Возраст папы имеет значение. Генетик о наследственных заболеваниях детей

Подробнее

— Какие болезни у российских детей — самые частые?

— И у нас, и во всем мире — это, конечно, инфекционные болезни респираторного и желудочно-кишечного тракта. Большинство из них носят сезонный характер. К счастью, многие из них предотвратимы. Вакцинальные программы помогают снизить бремя частых болезней у детей и оградить их от неминуемых тяжелых последствий в будущем, ведь зачастую болезнь, перенесенная в раннем детстве, оставляет неизгладимый след на всю последующую жизнь. Немногие знают, что перенесенный на 1-м году жизни острый гастроэнтерит (диарея), чаще всего вызываемый ротавирусной инфекцией, не просто замедляет рост и развитие ребенка, но и способствует формированию у него в будущем сахарного диабета 2 типа. Поэтому делая ребенку прививку от ротавируса, мы не только предупреждаем эту инфекцию, но и, в частности, защищаем от развития диабета.

— Какой случай из вашей практики наиболее вам запомнился?

— Их было очень много. Например, вспоминаются истории, когда родители принимали потрясающе верные решения в очень непростой ситуации, и тем самым спасали жизнь ребенка. Бывали случаи, когда казалось, что болезнь неизлечима, но по какому-то счастливому стечению обстоятельств находился вариант помощи такому ребенку, и его удавалось спасти. Но, конечно, невозможно забыть и о тех детях, которым мы не смогли помочь, потому что на тот момент не имели соответствующих лекарств и методов лечения, а сегодня они в нашем распоряжении есть, но появились чуть-чуть поздно.

Болезнь цесаревича. Врач: ребенок с гемофилией может родиться у каждого

Подробнее

— Посоветуйте, какие методы профилактики помогут родителям вырастить детей крепкими и здоровыми?

— Ничего из ряда вон выходящего. Все эти меры давно и хорошо известны. Вакцинопрофилактика — один из китов предупреждения множества заболеваний и их неприятных последствий. Вторым «китом» является закаливание. — внедрив эту элементарную гигиеническую процедуру в свою повседневную жизнь, вы сможете на годы и десятилетия сохранить и свое, и детское здоровье.

Приведу в пример нашего замечательного педиатра, одного из главных основоположников отечественной системы детского здравоохранения академика Георгия Несторовича Сперанского. До последнего дня он много работал, а ушел из жизни в 96 лет, и то — не из-за болезни, а по трагическому стечению обстоятельств. Ведь он практически никогда не болел, хотя пережил две мировых войны, революцию, многие непростые события нашей истории. Академик Сперанский всю жизнь очень много двигался: ходил пешком, любил лыжные прогулки, катался на коньках, а летом до преклонных лет играл в большой теннис. Много работал. И каждое утро начинал с зарядки и обязательно занимался закаливанием: обливался холодной водой, делал холодные ножные ванны. С научной точки зрения он доказал, что именно закаливающие процедуры позволяют нам избежать многих респираторных и прочих инфекций. Этот живой пример показывает, что без огромных финансовых затрат, без посещения фитнес-центров можно сохранять здоровье.

Ну а третий «кит», на котором зиждется вся наша профилактическая система, — это, конечно, здоровый образ жизни. Соблюдая умеренность в еде, высокую физическую активность, ежедневно делая простую 10-минутную зарядку и проводя закаливающие процедуры утром и перед сном, можно на долгие годы сохранить здоровье и себе, и своему ребенку, и всем членам своей семьи.

Сломался ген? Генетик рассказала, можно ли вылечить наследственные болезни
Подробнее

— А какие ошибки совершают родители в отношении здоровья детей?

— Мне кажется, самая главная ошибка, которую могут совершить родители, это использование непроверенных источников информации. Даже если из лучших побуждений они начнут выполнять «вредные советы» не очень грамотных блогеров, псевдоспециалистов в педиатрии, то этим наверняка навредят своему ребенку. Поэтому первое пожелание — использовать только проверенную информацию. Для этого можно всегда зайти на сайт Союза педиатров России, где есть много материалов для родителей, в том числе тех, которые можно распечатывать прямо с сайта. У нас всегда открыт канал обратной связи, мы отвечаем на все письма, которые к нам приходят.

Вторая ошибка, и даже преступление — это равнодушие к жизни своего ребенка. Понятно, что намного проще спросить, как дела, и, услышав дежурный ответ: «все нормально», успокоиться и пойти заниматься своими делами. Но настоящий родитель всегда в курсе того, что происходит с его ребенком, и не то, что контролирует (Боже,

упаси от гиперопеки), а поддерживает его советами, участием и собственным примером. Ведь самое главное, для ребенка — всегда чувствовать поддержку родителей. Но участвовать в жизни детей надо не с позиции главнокомандующего, а как партнер, друг; подчеркивая (особенно с определенного возраста), что ребенок многие свои решения в конечном итоге должен принять сам. Подход, когда все члены семьи на равных общаются друг с другом, создает наилучшую, здоровую психологическую атмосферу в доме.

Всем известно, что: «детей не надо учить, они учатся сами на нашем примере». Можно сколько угодно говорить о том, что вредно есть кетчуп с жареной картошкой и пить колу, но если постоянно их и самим употреблять, то к таким советам дети никогда не прислушаются. Бессмысленно объяснять, что не нужно оскорблять других, если при этом постоянно самому так поступать. Конечно, родитель для своего ребенка всегда является примером, и очень важно, чтобы этот пример был положительным.

Вот, собственно, и все советы. Но следовать им труднее, чем просто их знать.

За календарем. Врач открыла способ увеличить продолжительность жизни детей
Подробнее

— Вы всегда активно участвуете в Международном дне защите детей. Что для вас 1 июня?

— Во-первых, это воспоминание из моего детства. Для всех нас, родом из Советского Союза, 1 июня был большим праздником, в этот день взрослые напоминали нам, что нас любят, заботятся о нас. Потом, к сожалению, на некоторое время этот праздник как будто исчез.

Я очень благодарна нашему почетному президенту Союза педиатров России академику Александру Александровичу Баранову, ведь именно он в 2001 году принял решение вернуть обществу этот замечательный день. Тогда в клинике, которой он руководил, был организован день открытых дверей: туда приходили семьи с детьми, мы проводили бесплатные консультации, обследования, помогали советом, дарили сувениры. В общем, это был такой благотворительный марафон добрых дел. Потом это уже стало традицией. И мы каждый год 1 июня старались устроить какую-то акцию для московских и подмосковных детей

Потом эстафету подхватили средства массовой информации. Журналисты и с «Первого канала», и других TV-каналов стали выезжать в разные регионы и организовывать

мероприятия для детей. Самое главное — начало было положено! Страна опять вспомнила про этот замечательный праздник. Однако, сегодня, спустя 20 с лишним лет, мне бы больше всего хотелось, чтобы каждый день в нашей стране проходил под лозунгом Дня защиты детей!