

ной водой в пропорции 1:4, подогрейте и закапывайте по 2-3 капли 3 раза в день. Курс – 7 дней.

1 ст. ложку сушеных **цветков календулы лекарственной** засыпьте в термос и залейте 0,5 л кипятка. Настояв в течение 3 часов, процедите и принимайте по 1/2 стакана до 4 раз в день. Этот же настой можно применять для промывания глаз и в качестве примочек.

Смешайте в равных частях **душицу обыкновенную, омелу белую, клевер красный**. 2 ст. ложки смеси насыпьте в термос, залейте 0,5 л кипятка и настаивайте 3 часа. Процедив, пейте по 1/2 стакана 3 раза в день перед едой. Курс – 12 дней.

Наши глаза подвержены и такому заболеванию, как конъюнктивит, лечить который можно народными средствами.

Закапывать в глаза настой чайного гриба по 2-3 капли 3 раза в день до улучшения состояния.

Делать примочки из настоя **алтея лекарственного**. 3 ст. ложки измельченного корня алтея залить 1 стаканом кипятка, настоять 3 часа и применять 3 раза в день по 15 минут до улучшения состояния.

При выделении из глаз гноя делайте примочки из настоя **плодов шиповника**. 1 ст. ложку измельченных ягод заварите 1 стаканом кипятка и настаивайте в течение 1 часа. Используйте до 5 раз в день до улучшения.

При воспалении слизистой оболочки глаз поможет примочка из настоя **цветков василька синего**. 2 ч. ложки цветков залейте 1 стаканом кипятка, настаивайте 1 час, процедите и делайте примочки 3 раза в день до улучшения.

При конъюнктивитах, кератитах и язвах роговицы глаза в виде капель и примочек можно использовать пчелиный мед, разбавленный теплой кипяченой водой в соотношении 1:2. Закапывайте по 2-3 капли 3 раза в день до улучшения состояния. Одновременно можно применять мед внутрь: это окажет общеукрепляющее действие и положительно повлияет на глаза.

При хроническом конъюнктивите ежедневно употребляйте по 1 ст. ложке свежих **ягод черники** или по 1 ч. ложке сушеных. Это также улучшит зрение.

**Адрес: Вихрову Василию Федоровичу,
187650 Ленинградская обл.,
г. Бокситогорск, пер. Горняков, д. 3.**

ПАЦИЕНТЫ СТАНОВЯТСЯ СТАРШЕ

Взгляд кардиолога

«Предупреждение Плюс»: *За последний век продолжительность жизни увеличилась в среднем примерно на 40 лет. Многие болезни мы научились контролировать, с ними теперь можно жить. В связи с этим появляются новые проблемы медицины: как жить в режиме долгого лечения? Что делать с побочными эффектами, в том числе долгосрочными, проявляющимися через 5-10 лет? Как сделать, чтобы болезнь не стала «доминантой» в жизни человека? Об этом рассказывает врач-кардиолог, кандидат медицинских наук Дмитрий ЩЕКОЧИХИН.*

За последние годы в кардиологии произошли принципиальные изменения. Многие лекарственные препараты стали более удобными в применении. К примеру, антикоагулянты, препятствующие образованию тромбов при венозных тромбозах или мерцательной аритмии – достаточно одно-двукратного приема большинства из них. Процедуры, которые раньше требовали стационарного лечения, теперь проводят без госпитализации

Во-вторых, изменились отношения между больными и врачом. Поскольку пациенты меньше времени проводят в больницах, лекарства им назначаются не курсами, а пожизненно: не требуется постоянное сопровождение, а доктора общаются с пациентом дистанционно. Иначе пациент должен приходить на прием еженедельно, а это не нужно ни ему, ни лечащему врачу. Более того, в рекомендациях по лечению гипертонической болезни появилось указание, что использование телекоммуникаций в медицине улучшает качество лечения

В-третьих, благодаря новым технологиям врач контролирует прием лекарств и следит за состоянием пациента (электронные упаковки, которые сообщают доктору, принял