



быть его подчиненные, которых он призван учить работать?» – думаю я. Оказывается, подчиненных двое: уборщица да сторож. Зато велико желание управлять. Велико желание легкой жизни, ведь о ней девушка слышала с малолетства, когда мама твердила, что она достойна жить легко и радостно. Ей в самую пору создать семью и родить детей, которым она могла бы передать свои красивые тонкие черты лица. Но девушка тешит жизнь пресыщенного старого бизнесмена, потому что мама убила, что тратить свою молодость на детей – дело трудное и хлопотное. «Поживи, дочка, для себя, не утруждайся!» – приговаривает мама. Она желает дочери легкой, сытой жизни. Но не рассказывает, какой ценой эта легкость добывается. Пропустила мама самое главное, что нужно рассказать: всему есть своя цена, и не каждая цель оправдывает средства.

Станет ли эта девушка задумываться, когда ей скажут: «До сих пор живешь по съемным квартирам? Не мучайся! Сдай бабку в пансионат и все-лейся в ее жилище! Это же так легко!»

Иногда мне кажется, что всех нас пытаются усадить в огромную вагонетку, которая несется так быстро, что уши закладывает. Куда? Большой вопрос. Но точно вниз. В Священном Писании есть мудрая фраза о том, куда ведет широкая и легкая дорога...

Адрес: Лебедевой Алле Михайловне, 664519 Иркутская обл., Иркутский р-н, с. Смоленщина, до востребования.

ОПАСНОЕ СОЧЕТАНИЕ

Мне 82 года. В своем возрасте имеем уже много хронических заболеваний и, соответственно, приходится принимать много разных препаратов. Какие-то постоянно, а другие – по требованию, от случая к случаю. Но вот вопрос: а все ли они сочетаются друг с другом? Может быть, какие-то лекарства нельзя смешивать?

*Анна Григорьевна Назаренко,
Краснодарский край.*

– Если вы принимаете несколько лекарств одновременно, лучше посоветоваться с врачом или же, как минимум, внимательно прочитать инструкцию к препарату. Ведь некоторые лекарственные средства не сочетаются друг с другом, а другие содержат одно и то же действующее вещество, что может вызвать нежелательные, а порой и опасные побочные эффекты. Какие же препараты не стоит принимать одновременно?

ПАРАЦЕТАМОЛ + ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ

Многие лекарства от ОРВИ содержат парацетамол – он снижает температуру и избавляет от головной боли. Если одновременно принять и обезболивающее, которое также содержит парацетамол, вы можете превысить допустимый лимит парацетамола в день. Это может быть опасно для печени. Наибольший риск появляется, если в день принять более 7 граммов парацетамола, но даже 4 граммов может быть достаточно.

Что делать. Читая инструкции, обращайтесь внимание на название действующего вещества, особенно в многокомпонентных препаратах. Лекарство может быть названо обезболивающим или жаропонижающим и содержать тот же пара-

цетамол. Имейте в виду, что у парацетамола есть множество синонимов: ацетаминофен, АРАР, АС и ацетам.

СРЕДСТВА ОТ ПРОСТУДЫ + АНТИГИСТАМИННЫЕ (ОТ АЛЛЕРГИИ)

В состав некоторых лекарств от простуды (ринза, анвимакс и другие), так же, как и в препараты от аллергии, входят антигистаминные вещества (например, супрастин), которые уменьшают воспалительные реакции: чихание, слезоточивость и другие. Побочный эффект приема антигистаминных – слабость, сонливость. Поэтому, выпив и то, и другое, вы можете утратить бодрость на весь день, а за руль после таких препаратов лучше вообще не садиться.

Что делать. Если вы принимаете комбинированные лекарства от простуды с антигистаминными веществами, на время откажитесь от препаратов от аллергии или же принимайте препараты второго-третьего поколения (зодак, эриус, телфаст и другие), которые меньше воздействуют на нервную систему.

ЛОПЕРАМИД + КАЛЬЦИЙ

Одно из самых известных средств от диареи – имодиум (лоперамид), который способствует

закреплению стула. Схожим эффектом обладает и кальций, который содержится в некоторых биодобавках. Одновременный прием этих препаратов может неожиданно стать причиной противоположной проблемы – запора.

Что делать. Если у вас появился жидкий стул, то на время прекратите прием препаратов с кальцием, пока принимаете лоперамид. Даже если кальций был назначен вам врачом, пропуск пары доз не скажется отрицательно на состоянии ваших костей.

АСПИРИН + ИБУПРОФЕН, ДИКЛОФЕНАК

Многим пациентам старше 50 лет с заболеваниями сердечно-сосудистой системы врачи рекомендуют ежедневно принимать сердечный аспирин. Он способствует разжижению крови и препятствует образованию тромбов. Но проблема в том, что многие, принимая аспирин, одновременно в качестве болеутоляющего средства принимают препараты НПВС (ибупрофен, диклофенак, нимесил, мелоксикам, найз и другие), которые значительно снижают эффективность аспирина. Кроме того, и у сердечного аспирина, и у НПВС есть побочное действие на слизистую желудка, поэтому при постоянном совместном приеме они могут стать причиной эрозии или даже язвы желудка.

Что делать. Если вы принимаете сердечный аспирин, препараты НПВС принимайте с интервалом 8 часов, либо же не принимайте вовсе. Все эти препараты пейте только после еды либо под прикрытием препаратов, защищающих



слизистую желудка (**омепразол** и другие). Кстати, от боли во многих случаях помогает парацетамол, который никак не взаимодействует с аспирином.

ВАРФАРИН + НПВС

Варфарин относится к группе антикоагулянтов – препаратов, снижающих свертываемость крови. Чаще всего его назначают для лечения мерцательной аритмии, при которой в сердце образуются тромбы. Однако препараты НПВС также обладают эффектом снижения вязкости крови. Поэтому варфарин в сочетании с препаратами НПВС значительно повышает риск опасных кровотечений.

Что делать. Если вам приходится принимать варфарин, избегайте обезболивающих из группы НПВС. Вместо них можно использовать парацетамол – в большинстве случаев он хорошо заменяет НПВС.

СТАТИНЫ + ФЛУКОНАЗОЛ

Статины (мертенил, аторис, розулип, розу-

кард и другие) назначают для снижения уровня холестерина. **Флуконазол** (флюкостат, дифлюкан) – противогрибковый препарат, который назначается против кандидоза – молочницы, поражающей половые пути и слизистую рта. Почему опасно их сочетать? Статины перерабатываются ферментами печени, а флуконазол тормозит действие этих ферментов, что приводит к чрезмерному накоплению статинов в организме. В больших количествах статины могут вызывать поражение мышц.

Что делать. Поскольку флуконазол принимают обычно короткими курсами (1-2 дня), то на этот срок целесообразно отменить статины, одновременно снизив количество продуктов с содержанием холестерина (красное мясо, сыр, яйца) в рационе до минимума.

ВЕРАПАМИЛ + АТЕНОЛОЛ, МЕТОЛОЛ

Верапамил и атенолол, метолол (или же другие из группы бета-

блокаторов с окончанием «ол») – все эти препараты предназначены для лечения различных сердечных патологий. Они снижают частоту сердечных сокращений, поэтому их сочетание может привести к сильному замедлению сердцебиения – брадикардии и внутрисердечной блокаде, а в худшем случае – даже к остановке сердца.

Что делать. Ни в коем случае не принимать эти препараты самостоятельно, даже если раньше вы принимали и тот, и другой по отдельности. Если же прием препаратов назначил врач, необходимо контролировать пульс несколько раз в день, записывая его в дневник. При появлении брадикардии (менее 40 уд/мин) нужно обратиться к врачу.

ЛИЗИНОПРИЛ, КАПТОПРИЛ + ВЕРОШПИРОН

Лизиноприл, каптоприл (и другие ингибиторы АПФ с окончанием «прил») – препараты для борьбы с повышенным ар-

териальным давлением. **Верошпирон** (спиронолактон) – один из важнейших препаратов для борьбы с сердечной недостаточностью. И те, и другие повышают концентрацию калия в крови и при одновременном приеме могут привести к его переизбытку, а это опасно нарушениями ритма и проводимости в сердце.

Что делать. Регулярно сдавать анализ крови на калий, а также ограничить употребление продуктов с высоким содержанием калия (бананы, чечевица, пастернак, брюссельская капуста, брокколи, петрушка, листовые салаты и прочая зелень, а также зеленые овощи). Однако, если вы принимаете только один из препаратов, употребление калийсодержащих овощей возможно, но в меру: в день не более 150-200 граммов.

Ирина АРШИНОВА, врач-кардиолог, терапевт, кандидат медицинских наук.



ТЗОВИТЕСЬ!

Почти год хожу по врачам разных специальностей, побывал практически у всех. Только и слышу: «возраст» (мне 83 года), «болезнь неизлечима», «сенильный зуд». Но ведь даже рак, если не запущен, излечим. Может быть, среди читателей вестника кто-то сталкивался с такой болезнью? Помогите, если можете! У меня зуд по всему телу – от кончиков пальцев на ногах и до головы, словно пчелиный улей внутри.

Адрес: Демидову Виктору Андреевичу, 422624 Татарстан, Лаишевский р-н, с. Столбище, ул. Южная, д. 10.

Подскажите, пожалуйста, как избавиться от шума в ухе и в голове, а также понизить уровни холестерина и сахара в крови? Что нужно пить, что есть? В голове звенит, жужжит, трещит. Обращалась к врачам, но они не смогли помочь. Очень жду советов зожевцев!

Адрес: Калининной Галине Алексеевне, 652616 Кемеровская обл., г. Белово, ул. Доватора, д. 8, кв. 2.

Мне 81 год. Страдаю геморроем и дивертику-

лезом толстого кишечника. Обследовалась у проктолога, делали рентген, колоноскопию. Кишечник работает только со слабительными. Стул жидкий. Доктор прописал таблетки тримедат, альфа нормикс, дюфалак. Но они мне не помогают. Что еще предпринять?

Адрес: Дорошенко Галине Леонидовне, 413620 Саратовская обл., р.п. Озинки, ул. Шевченко, д. 9, кв. 2.

В 2011 году перенес операцию по удалению аденомы. Она оказалась неудачной. Мочеиспу-

скательный канал зарос. Обращался в Ростовский институт урологии. Сделали несколько операций, долго ходил с трубкой. Мочевой пузырь уменьшился на 50%. Можно ли увеличить его размер какими-нибудь препаратами или народными средствами? Принимаю уро-ваксом, омник окас, брусничный сок. До этого пил таваник и метионин.

Адрес: Араканцеву Александру Викторовичу, 403082 Волгоградская обл., Иловлинский р-н, х. Медведев, ул. Молодежная, д. 3, кв. 10.