



Медицина для всех

Особенностью финского здравоохранения является то, что оно не делится на элитное и неэлитное.

Состояние здравоохранения, деятельность лечебных заведений и их персонала в любой стране являются объектами пристального наблюдения и обсуждения. Например, в России, чаще всего происходит так, что конкретных врачей и других медицинских работников нередко от души благодарят, но медицину, в целом, ругают.

Нечто похожее можно порой наблюдать и в Финляндии. Но нужно отметить, что финны, несмотря на отдельные выражения недовольства, по большому счету, доверяют своей системе здравоохранения и считают ее если не лучшей, то одной из лучших в мире. Вряд ли среднестатистический финн предпочтет финского врача зарубежному или финскую больницу какой-либо иностранной клинике. Видя определенные недостатки, финские граждане, тем не менее, сохраняют веру в свою медицину и даже испытывают гордость за нее. Так каковы же недостатки финского здравоохранения, на которые сетуют пациенты, и каковы основания для гордости?

Главным и решающим из недостатков является нехватка врачей. Отсюда длинные очереди на прием, на операцию или на специальное обследование. Причем ситуация имеет тенденцию к ухудшению.

Обратимся к статистике, касающейся ожидания приема в случаях, не требующих срочности. В конце 2005 года лишь 19 процентов больных ждали встречи с врачом-специалистом более двух недель. В начале же 2008 года доля таких невезучих пациентов увеличилась до 38 процентов, то есть ровно в два раза.

Недостаток врачей Финляндия начала испытывать в конце 1990-х годов. Кем-то еще в 80-е годы был совершен просчет при прогнозировании числа медицинских специалистов, что привело к уменьшению набора студентов на медицинские факультеты университетов. От ошибок не застрахован никто. Но по какой-то причине эту ошибку в Финляндии

не спешат исправлять. Странное дело, медсестер в стране имеется, пожалуй, с избытком. В расчете на одну тысячу пациентов их в два раза больше, чем в Великобритании. Но по обеспеченности врачами финны находятся на одном из самых последних мест в ЕС.

Положение пытаются исправить привлечением иностранных эскулапов. Если в 90-х годах иностранному врачу было весьма проблематично найти работу в Финляндии, то теперь его принимают с распростертыми объятиями. Но, как видно, это не может существенно изменить ситуацию к лучшему. Поэтому можно понять тех финских россиян, которые с ностальгией вспоминают о том, как врач по вызову приходил к ним домой.

Нехватка врачей, безусловно, является весьма существенным фактором, ослабляющим финскую систему здравоохранения. Однако в сфере медицинского обеспечения есть много других важных моментов, от которых зависит сохранение здоровья населения. Например, техническое оснащение медицинских учреждений. В Финляндии оно достаточно высоко, чтобы при ограниченном числе специалистов обеспечить высокую эффективность работы лечебных центров. Очень высок также уровень предварительного обследования пациентов: лабораторные анализы, различные виды рентгена, снимки внутренних органов, видеоматериалы и пр. Результаты представляются оперативно и в большом количестве. Поэтому, делая диагноз, финский врач опирается на конкретные объективные данные. В результате, у него больше возможностей принять быстрое и правильное решение. Российский же врач во многих случаях действует по интуиции, полагаясь на свой опыт, интуицию или просто на удачу. Возможно, это и хорошо для развития клинического мышления врача, но далеко не всегда идет на пользу пациенту.

Наиболее отчетливо эффективность финской медицины проявляется в случаях, не требующих отлагательства, когда жизни больного угрожает опасность. Конечно, сегодня и в большинстве других стран, включая Россию, есть суперсовременное медицинское оборудование и высококлассные лабора-

тории, но часто они недоступны обычному больному. Особенностью же финского здравоохранения является то, что оно не делится на элитное и неэлитное. Частная медицина здесь обслуживает около 15 процентов пациентов. Но большого различия между частными и общими лечебницами не наблюдается, потому что уровень государственных медицинских учреждений весьма высок. Подавляющее большинство граждан страны пользуются услугами государственной медицины и не чувствуют себя от этого обделенными.

Демократичной является также система обеспечения больных лекарствами. Даже самые дорогие из них доступны рядовому гражданину, ибо государство оплачивает значительную часть стоимости лекарственных средств. Особые льготы получают те, кто вынужден принимать препараты постоянно. Пенсионерам с небольшой пенсией и безработным лекарства обходятся бесплатно. Согласитесь, это очень важное обстоятельство. Ведь лечиться без лекарств в большинстве случаев просто невозможно. Да, врач может прийти к вам на дом, избавив вас от лишнего хлопота. Но если выписанные им средства вам не по карману или их нет в аптеке, как это имело место в былые времена, тогда пользы от визита будет немного.

Здоровье населения — это не только больницы и рецепты. На него влияет и многое другое: общий уровень санитарии, гигиены, экологии, качества воды и питания, уровень охраны труда, забота о стариках. По всем этим пунктам финны могут дать фору любому государству.

Так что доверие финнов к своему здравоохранению, в целом, оправдано. Конечно, Финляндии есть над чем работать в области медицинского обслуживания, но есть и чем гордиться. Результаты говорят сами за себя: Финляндия является одной из самых благополучных стран, если говорить о заболеваемости СПИДом, массовых пищевых отравлениях и разного рода эпидемиях. Такое заболевание как туберкулез практически полностью побеждено. Средняя продолжительность жизни в стране приближается к 80 годам, а уровень детской смертности самый низкий в мире.

Д. Орешкин

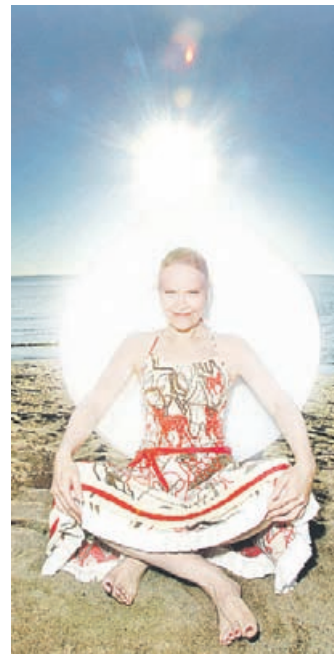
Терапия света

Зима подвергает испытанию нашу психику, она отрицательно влияет на настроение людей, их уровень активности и энергетика, работоспособность и рабочую мотивацию. Нередко подобный спад приходится как раз на тот момент, когда рабочие нагрузки нарастают.

Причиной снижения тонуса является отнюдь не зимний холод, а длинные зимние ночи. Некоторые люди попросту впадают в депрессию, вызванную недостатком света и могут стать почти недееспособными на протяжении пяти месяцев в году. Нормализация наступает весной или летом, когда дни становятся более длинными.

У большей части больных, страдающих таким видом подавленности, помимо плохого настроения, наблюдаются также так называемые нехарактерные депрессивные симптомы: повышенная сонливость, безудержный рост аппетита, увеличение веса и пристрастие к пище с большим содержанием углеводов.

По аналогичной схеме развивается и слабая зимняя меланхолия. Страдающие зимней меланхолией могут результативно решать все задачи, которые ставит перед ними повседневная действительность, и, тем не менее, в момент проявления симптомов они ощущают себя подавленными. При этом сами симптомы — сонливость, усталость в те-



чение дня, страсть к еде — могут быть такими же сильными, как и у людей, страдающих ярко выраженной зимней депрессией.

Терапия яркого света

Терапия света означает принятие мощного потока искусственно-го светового излучения. Это рекомендуется как первое средство при лечении зимней депрессии. Назначением такого рода терапии является устранение симптомов, возникающих из-за позднего восхода солнца, путем погружения в лучи искусственного света сразу после утреннего пробуждения.

При световой терапии речь идет о принятии светового потока мощностью в две с половиной тысячи

люксов. Обычно важнейшими факторами считаются яркость света, продолжительность сеансов, и их ежедневность.

Световая терапия давно изучена и уже примерно 25 лет используется, как способ лечения зимней депрессии. Все большее число врачей подтверждают, что терапия яркого света является эффективным безлекарственным методом помощи людям, страдающим подавленностью в зимнее время.

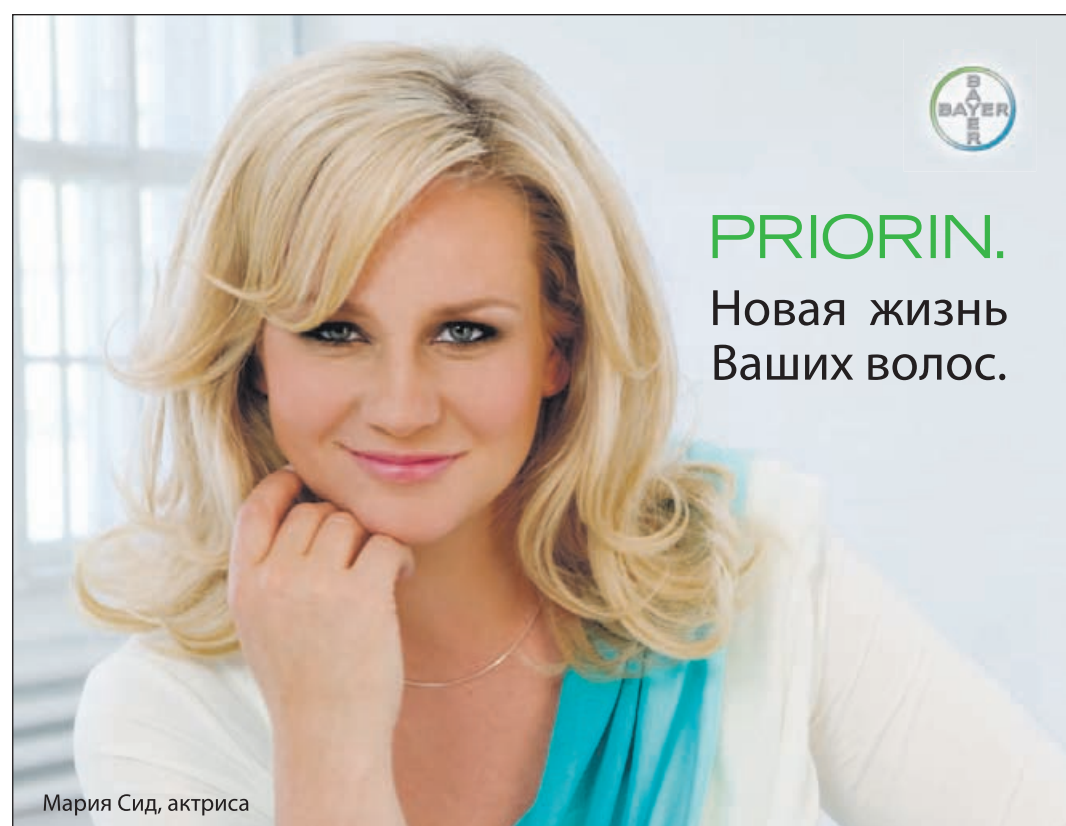
Подобное лечение могут осуществлять все желающие с соблюдением одного и того же принципа: сразу после пробуждения. При этом не требуется смотреть прямо на светоизлучающее устройство. В ходе сеанса можно читать газеты, завтракать или сидеть у компьютера.

Терапию яркого света можно применять не только при лечении зимней депрессии. Сфера использования данного метода гораздо шире. Его используют как дополнительное средство при лечении постоянной депрессии, а также для устранения признаков булимии, симптомов болезни Альцгеймера и нарушений ритма сна и бодрствования.

Принято считать, что правильно поставленное лечение ярким светом способно влиять на ритм «внутренних часов» человека и регулировать их. Поэтому все болезни, при которых применяется терапия света, всегда, как и в случае зимней депрессии, связаны с нарушениями суточного ритма.

www.debussey-russia.ru

Markku Koski



PRIORIN.
Новая жизнь
Ваших волос.

Мария Сид, актриса

Более густые, здоровые и пышные волосы

Priorin — это локальное питательное вещество для корней волос, которое активизирует рост волос и предотвращает их изнашивание. Капсулы Priorin'a, влияющие на здоровый рост волос, включают в себя природные элементы, такие как: экстракт просо, масло пшеничной поросли, B5 витамины и аминокислоты. Более густые, здоровые и пышные волосы

Заметные изменения Вы почувствуете через два месяца, наилучший результат через 3—6 месяцев. Капсулы легко использовать. Укрепляющий шампунь Priorin можно купить только в аптеках.



LEISHIN
Hyvinvointikeskus

Sairaalantie 7-11
45360 Valkeala
Тел.: +358 5 311 7799
Откр.: Пн-Сб 9-21

www.leishi.fi
info@leishi.fi



Медицинский центр Leishi в Финляндии использует разнообразные виды китайской медицины для укрепления физического здоровья человека, в том числе: физическую терапию Цигун, китайский массаж, акупунктуру, физиотерапию, фумигацию, экологически чистые продукты, Тай Чи подготовку, а также другие уникальные китайские медицинские услуги.

Китайская медицина эффективна при лечении заболеваний, передаваемых половым путем, множественных невритов, рассеянного склероза, мышечной дистрофии, сахарного диабета, рака шейки матки, гиперплазии костей, стригущего лишая, ревматизма и пр.

Ци Гун терапия, массаж методами китайской медицины, массаж ступней, иглоукалывание — являются эффективной физической терапией, стимулируют кожу, мышцы, суставы, нервы, лимфатическую систему, сосуды и т. д., а также содействуют улучшению периферийного кровообращения и нормализуют обмен веществ.

Хорошие результаты достигнуты в лечении и корректировке функций органов и крови, а также в усилении защитных функций организма и облегчении течения подавляющего большинства хронических заболеваний.

В Медицинских центрах Leishi в лучших традициях китайской медицины работают профессионально подготовленные китайские массажисты, специалисты по акупунктуре, мастера Цигун и Тай Чи.

Кроме того, Leishi в Финляндии имеет свой оздоровительный центр, закрытый спортивный зал, сауну на берегу реки, а также аутентичные китайские продукты питания.

В ноябре на все услуги скидка 20%.

Добро пожаловать насладиться китайской медициной!