

Балтская переменка

независимая газета о культуре для родителей и учителей

Хочется, чтобы правнуки были похожи на него!

24-го марта вышел юбилейный номер «Большой перемены». Его открывал соучредитель газеты Николай Ефимович Усвят. Под его диктовку 11-го марта я записала текст поздравления.

А 14-го апреля мы проводили Николая Ефимовича в последний путь. Ему было 94 года, но его светлым и добрым разумом, терпимостью к людям восхищались все окружающие.

Трудно писать о родном человеке, только что расставшись с ним навсегда. Правда, мой диктофон, записал в прошлом году его рассказ о войне, размышления его о «новой» жизни, о близких. И я знаю о нём то, что никто не знал.

Брат, который на много старше меня, был моим другом, советчиком, гуру.

Наше счастье, что мать у нас была интеллигентной и мудрой женщиной.

Я родилась во втором мамином браке. И она считала своим долгом «сдружить» нас. Да ей особенно стараться не надо было. Ведь всё моё детство проходило под знаком ежедневного ожидания писем от брата — героя на войне. Два раза в день я бежала к почтовому ящику.

Коля в первый месяц войны, в 1941-ом году в 17 лет ушёл добровольцем на фронт, воевал в дисантной бригаде, командовал разведротой, был в одном из самых страшных окружений под Полтавой. А когда в 1946 году демобилизовался, папа сказал мне: «Не расспрашивай Колю о войне. Ему трудно вспоминать. Война это кровь, огонь и смерти». И я не расспрашивала. Я только гладила его многочисленные ордена и медали. А он сразу же, после возвращения, поступил в институт холодильной промышленности.

О войне мы говорили только два года тому назад. Запись осталась на диктофоне. И читали его письма с фронта, которые хранила мама.

Перед глазами встают события нашей дружной ленинградской семьи. Семьи, где соучастие и сочувствие было распространено не только на своих, но и на всех окружающих. Мы никогда не шиковали, но жили радостно. В доме витал юмор и шутки. Жизнь заполняли, книги, стихи, искусство. Вечерами часто собирались друзья. А по воскресеньям мы из Ленинграда всей семьёй ездили по пригородам.



В день ухода на фронт



В дисантной бригаде

Мне хотелось подражать брату. Поэтому я интересовалась всем тем, что его интересовало. А он интересовался историей и поэзией. Вечерами они с отцом пересказывали друг другу свои впечатления от книг. Я старалась запомнить все их рассказы.

Мне трудно давалась математика. Меня в школе больше увлекали гуманитарные предметы. Мама сердилась: «Коля на войне нам подарил жизнь. Ты должна ему соответствовать. Видишь, как он учится. Какой он трудолюбивый! А ты по математике получаешь двойки. Занимаешься стенгазетой!».

Но брат заступался за меня. Считал, что мне надо знать поэзию, много читать. Дарил книги о Лизе Чайкиной и Зое Космодемьянской. Учил размышлять над тем, что я читаю. В этих беседах о книгах я усваивала, что человек обязан быть честным, великодушным. Что жадность, трусость и тщеславие отвратительны.

Он возил меня в город Пушкин и часами рассказывал о Поэте в Лицее. И я старалась учиться понимать жизнь, людей, природу. А когда меня приняли в студию Народного театра, подарил мне книгу о Станиславском. И вместе со мной штудировал «систему». Актрисой я хотела быть всего лишь месяц. Поделюсь с ним, что мне больше нравится писать о театре. Брат мне стал приносить газеты с театроведческими материалами.

Когда я была уже студенткой, он однажды попросил меня положить в мой письменный стол какое-то письмо: «Спрячь, и никому не показывай». Приехала его родственница, и в моё отсутствие стала шарить у меня в столе. Нашла и читала это письмо.



В день демобилизации, 1946 г.

Продолжение на стр. 2

Хочется, чтобы правнуки были похожи на него!

Окончание
Начало на стр. 1

Я видела возмущение брата. Такого в нашей семье никогда не было. Он решил с ней больше не общаться, вычеркнуть из жизни. И, наверно, не встречался бы, если бы ни мама: «Сынок, прости её. В её семье не научили уважать людей. Потому, она решила, что ей всё дозволено. Потому она везде себя считает главной. Ей ничего не стыдно. Потому и соврать она большой мастер».

Я навсегда запомнила его лицо! Возмущение и разочарование! Потом он просто всю жизнь её терпел, но презирал. Терпел благодаря маме.

Его терпимость к людям всегда всех поражала! Но только мы с мамой знали, сколько сил и здоровья ему это стоило!

После окончания вуза, по распределению, он уехал на юг. И 30 лет в Сухуми славился как талантливый руководитель одного из ведущих предприятий на Чёрном море. Брат стал там учёным, занимался наукой в области холодильных установок. Он часто говорил, что любимое занятие делает его счастливым. Множество раз он там был отмечен различными званиями и наградами правительством СССР, и правительством Грузии. В первые же годы работы участвовал во Всесоюзном съезде изобретателей и рационализаторов, проходившем в Москве. Там Н. С. Хрущёв вручал ему одну из первых наград...

...В эти дни моего горя, раздаются звонки, получаю электронные письма. Приходят соболезнования и из Абхазии.

Вот выдержки письма от правительства из Сухуми: «...не стало всеми нами уважаемого Николая Ефимовича. Здесь многие помнят его, хотя прошло столько лет. Он был очень хороший человек, добрый, справедливый, прекрасный организатор, и высокого ранга специалист в своём деле».

А вот от одного сухумского художника: «...помню, когда Николай Ефимович шёл по нашей набережной, каждый второй с ним здоровался. Он некоторых останавливал и расспрашивал о жизни. Всегда помогал, если понимал, что у них проблемы. И Николай Ефимовича знали ещё как обладателя лучшей в городе своей домашней библиотеки».

А ведь прошло 30 лет, и его там помнят.

Коля был замечательным сыном. Он звонил в Ленинград маме из Сухуми каждый день. Иногда он прилетал, о чём-то советовался с ней. И каждое лето снимал домик в Эстонии, куда отправлял наших родителей с внуками, его сыновьями.

...Вернувшись в Ленинград уже в пенсионном возрасте, Коля с семьёй поселился в Пушкине. 20 лет работал главным инженером Пансионата ветеранов науки РАН. Я помню, как он переживал, когда уходили из жизни пожилые учёные: «Ты знаешь, уходят научная интеллигенция, они составляли богатство города. Мы становимся беднее с их уходом».

Он очень переживал, когда видел плохое отношение к старикам, и когда видел наплевательское отношение к своему делу, к людям.

Я помню тот день, когда ему сообщили, что в Абхазии началась война. Он узнал, что гибнут люди. Он приехал ко мне, и мы так же, как в дни кончины нашей мамы, часами ходили по улицам и молчали.

И помню его переживания, когда наступила перестройка. Брат понял, что для многих, особенно для молодёжи, самое главное стало стремление обогатиться. «Власть «золотого тельца» на глазах уродует души детей, молодёжи!» — повторял он.

Мы часто бродили с ним по Пушкину. Беседовали, размышляли вслух, спорили. Брат говорил мне: «Ну что поделать, время такое! Ничего не создавая, чтобы иметь автомобиль, дорогую одежду, евроремонт, многие готовы на всё пакостное, унижительное, подлое. Им не стыдно жить за счёт родителей. Или просто торговать. Говорить с ними не о чём. Либо хвастают. Либо кого — то оговаривают, чтобы унижить. Равнодушие кругом! И сколько зависти. Завистливый человек, ничего не представляющий из себя, завидует даже тому, кто больше всего ему делает добра».

У Коли было замечательное качество, он всегда был доволен тем, что имеет.

Приезжаешь к нему в выходной, он сидит на диване, который завален книгами, газетами. Надо же прочитать, что на неделе не успел. И тут же делился впечатлениями.

А однажды он приехал ко мне, и, не сняв пальто, сел в прихожей, спросил: «Ты знаешь, что из школьной программы убрали Горького?! Писатель — летописец истории. Никто так глубоко не знал, и не описал простой люд его времени. Кто у нас руководит образованием?! Мало того, что они ввели ЕГЭ, которое приведёт к отуплению школьников, они ещё и лучших авторов закрывают от детей». Коля часто вспоминал своих замечательных учителей в 308-ой математической школе.

Коля любил жизнь и интересовался всем, что, по его мнению, должно было идти на развитие страны. Любил свою работу. Жил ей. Какое-то время был ИО Директора Пансионата. И как в Сухуми, период его руководства сотрудники Пансионата вспоминают с ностальгией

11 лет тому назад у него был второй инфаркт. Мои друзья-врачи из во-



В Сухуми, 1970 г.



Последний год жизни

енно-медицинской академии сказали: «Если он не поставит стеллы, он проживёт не больше месяца». Провёл операцию (ставил ему стеллы) замечательный кардио-хирург В. Сизов. Выйдя из операционной, он сказал мне: «Теперь ликуем! Был рискованный шаг, лет ему много. Но такой добрый, Человек с большой буквы. Так хотелось ему помочь! С ним так интересно. Думаю, проживёт ещё 12 лет».

Коля ушёл с работы только после второго инфаркта в 83 года. Но не переставал интересоваться всем, что происходит в городе, в стране. Окружающие поражались, как он угадывал — какие последствия повлекут за собой те, или иные события, происходящие в мире.

А прошедшей осенью спросил у меня: — Ты помнишь, кто такой Борис Ефимов?»

— Художник, график. Да?

— А знаешь, сколько он прожил лет?

— Кажется, 106.

— Нет, 108. Ему было 107 лет, когда его назначили главным художником одной из газет. Он преподавал в академии.

И мы стали перечислять «столетников» Ф. Углова (104 года), Д. Гранина (99). Когда же я произнесла имя Игоря Моисеева (101 год), Коля заметил:

«Видимо, мне надо было заниматься танцами!».

Да, он очень хотел жить! Он любил жизнь.

Один год, из 12 подаренных Сизовым, он не дотянул. Начиная с осени, он стал меня всё реже и реже приглашать к себе. Я не понимала в чём дело. Мы не виделись два месяца. А 11-го марта, приехав к нему в Пушкин, я увидела, что он очень болен, не может ходить. Он не мог даже подняться с дивана.

Брат держал мою руку в своей. Я услышала: «Мы долго не виделись, я не хотел, чтобы ты видела меня больным. Я знаю, как ты за меня переживаешь. Вот не могу ходить. А как хочется ещё что-то делать. Хочется хотя бы два дня пожить у тебя, в маминой комнате.

Но я всё время падаю. Как ты меня доведёшь?! Поблагодари от меня ещё раз Наталию Леонидовну Евдокимову за Юру. Благодаря ей, ему дали паспорт. Хорошо, что он приехал на Новый год. Увижу ли я его ещё? А он меня видел не в таком плохом состоянии. Я был по-лучше».

Коля не хотел нас огорчать!!! Он всегда заботился о других, а не о себе.

Он завещал похоронить его не там, где покоятся наши родители, а в Пушкине. Чтобы близким, и его детям, внукам и правнукам было легче добраться...

На диктофоне слышен его голос: «Когда я вернулся с фронта, я искал всех своих однополчан, делал запросы. Никого не нашел. Никто не вернулся с войны». И он это не мог забыть до самой смерти.

Коля был удивительный Человек. Я благодарю Всевышнего, что он мне подарил такого брата!

Его внучка в своём соболезновании мне написала:

«...я знаю, что Коля значил для Вас. И я знаю, что он был — любим многими другими, включая меня. Его память будет жить со мной навсегда. Я назвала своего сына его именем в честь него. Я надеюсь и очень хочу, что сын вырастит таким же Человеком».

Коля считал своим богатством уже взрослых внуку и двоих внуков, а ещё двух правнуков и правнучку.

А из многочисленных наград, и почётных званий, он больше всего дорожил Грамотой Президиума РАН «За воинский и трудовой подвиг, и возрождение отечественной науки в послевоенные годы»...

...Уходят люди замечательного поколения. Люди, завоевавшие нам Победу, благодаря которым мы живы. Люди, преданные стране!

Действительно, как хочется, чтобы их правнуки были похожи на них!

Регина АЗЕРАН,
сестра

Благодаря Наталии Евдокимовой, Коля увидел сына!



У Коли были свои приоритеты в политической жизни страны. Он объективно оценивал поступки тех, о ком говорил. Предсказывал последствия этих поступков.

Брат частенько звонил мне с сообщением: «Сегодня видел Наталию Леонидовну по телевизору, она абсолютно права в своей критике, я с ней согласен!». Или: «Слушал «Эхо Москвы» первая выступила с возмущением по поводу чиновничьей безответственности Наталия Леонидовна. Никто так аргументировано не смог ответить на вопросы!».

Он знал, что я давно знакома с Наталией Евдокимовой. Много раз делала с ней интервью, писала о ней, советуюсь.

Коля всех взрослых называл по имени отчеству, такая у него была уважительная привычка. Даже к внуку он обращался — Денис. Не признавал уменьшительное «Диля», как называли внука родственники. Как-то сказал: «Таким инфантильным Дилей и вырастит!».

Брат умел слушать и слышать. А когда был не согласен, не давил, не высмеивал. Уважение к чужому мнению было в характере брата.

Раздражало его (и он это не скрывал) то, что считал неправильным в законодательной деятельности депутатов Госдумы, или в бесчинстве и равнодушии чиновников. Равнодушие смелым выступлениям Наталии Леонидовны. Наших всех друзей, брата и меня всегда поражало её знание законов.

Не случайно Наталия Леонидовна Евдокимова 13 лет подряд большинством голосов избиралась горожанами в депутаты Законодательного Собрания Санкт-Петербурга. И там все годы возглавляла комиссию по социальным вопросам.

Она автор более 70 действующих законов, определяющих приоритеты социальной политики города.

Жители Блокадного Ленинграда бесконечно благодарны ей за то, что она добилась увеличения их пенсии. Её справедливый и ясный аргумент: «среди жителей блокадного Ленинграда (особенно блокадных детей) нет здоровых людей», был неопровержим.

Я помню как Наталия Леонидовна в самые трудные (94–95-годы) всё сделала для того, чтобы узаконить в школах бесплатное питание для учащихся. И по её же инициативе были открыты «бизнес-кубаторы» для тех, кто потерял работу, и хотел освоить новые востребованные профессии. А дом для «маленьких мам», по её инициативе был впервые открыт у нас.

Я помню, как однажды А. Н. Ржаненков — председатель Комитета по социальной политике, мне сказал: «Для социальной работы надо иметь особое сострадательное сердце. Сегодня примером является Наталия Леонидовна».

Последнее десятилетие Наталия Леонидовна Евдокимова — Член Совета при Президенте РФ по развитию гражданского общества, Ответственный секретарь Правозащитного Совета Петербурга. А ещё она раз в неделю по средам ведёт общественную юридическую консультацию в офисе. Уполномоченного по правам человека в Санкт-Петербурге, являясь советником Александра Шишлова. Ведь она не просто, чувствует беду другого человека, она талантливая, открытая. И образована.

Окончив успешно Ленинградский кораблестроительный институт (и аспирантуру) по специальности прикладной и вычислительной математики, она более десяти лет была преподавателем в вузе, и проректором по учебной работе Института повышения квалификации «Телеком».

А когда начала в 1994 году работу в ЗАКСе, поняла, что ей необходимо юридическое образование, и поступила на вечерний юридический факультет. Мне она однажды призналась: «Люблю учиться!» Её тяга к познанию литературы, искусства поражает.

А ведь ей приходится много ездить. То одна, то с членами Совета при Президенте РФ, она выезжает в различные регионы страны.

Звонишь ей и слышишь: «Я в Казани, буду через неделю!» То они заседают в Воронеже, то в Карелии. То я вижу в Теле-новостях, как Наталия Леонидовна инспектирует места заключения.

И при этом она никому не отказывает в совете.

Я к ней посылаю очень часто тех, кто ко мне обращается за информационной помощью. В сердцах на многие бюрократические препоны и чиновничьи бездушные мои читатели просят хотя бы опубликовать критическую статью. Звоню посоветоваться с Наталией Леонидовной. Часто от неё слышу ответ: «Присылайте ко мне на приём. Только попросите все документы собрать!».

— И даже не надо записываться?

— Вы же говорите, срочно надо по-мочь!

Таких просьб немало.

То совершенно по непонятным причинам хотят уволить прекрасного руководителя, многолетнего творца и автора учебных методик художественной школы. То мать не может найти сына-школьника, а полиция не берёт заявление. А потом оказывается, что ребёнок лежит в госпитале на другом конце города. То приходит ко мне бывшая узница концлагерей, которой хочется увеличить площадь.

Правда, иногда Наталия Леонидовна (не без упрёка) сообщает: «Вы всем верите, всех жалуете?! Женщину — врача, которую вы мне прислали, уволили на законных основаниях, она там была совместителем на полставки. И работает ещё в двух местах. Поликлинике нужен был специалист на целую ставку, а не совместитель. Она вас обманула. И принесла массу сплетен про главного врача. Как вы таким доверяете?!».

После её замечаний, я становлюсь бдительнее, затаихаю. Но потом опять, если сама не могу помочь, прошу её — замечательного «борца за гражданские права» униженных и оскорблённых.

Так было, когда Наталия Леонидовна 13 лет возглавляла комиссию по социальной работе в Законодательном собрании Петербурга, так продолжается и сейчас. Главное, помогает грамотно оценить ситуацию, в которой человек оказался. Второе — стремится направить к тому, кто отвечает за нарушение его прав, и она ищет пути, как добиться скорого и положительного решения. Третье — она сама подталкивает дело с помощью Уполномо-

ченного по правам человека и Правозащитного совета города.

...Так было, когда Наталия Леонидовна помогла моему брату увидеть сына Юру.

Юрий с женой — англичанкой поехал в Англию в 1987 году. Его сразу же пригласили на интересную работу по специальности, там у него родился сын. Он там счастлив. Но Юрий никогда не порывал с родными, со страной. У него было двойное гражданство. И каждый Новый год он встречал в городе Пушкине, с отцом.

Два года назад вдруг его лишают гражданского Российского паспорта из-за того, что ему 30 лет тому назад продлили паспорт на основании паспорта СССР, и не поменяли — на Российский. Сотрудники посольства признали свою ошибку, но новый паспорт не спешили выдать, ссылаясь на комиссию по гражданским правам в Москве. Сам Юрий и брат писали на имя Президента В. В. Путина. Ответы были в стиле обещания. Так длилось два года. А в российском посольстве Лондона говорили, что из Москвы ничего пока нет. Мало того, все указанные номера телефонов в официальных ответах из Москвы, молчали. Я и брат звонили туда каждый день. Время шло. Юрию даже отказывали в туристическом выезде. Брат страдал, ведь ему уже было 92 года.

Вот тогда я обратилась к Наталии Леонидовне. Она была поражена: «Что они не понимают, что это сын Ветерана войны. Отец не заслужил у нас такое». Оказалось, что очередь на рассмотрение дела Юры была под номером 7036. А комиссия по рассмотрению таких дел собирается раз в месяц на несколько часов. То есть, если бы не вмешательство Н. Л. Евдокимовой, мой брат никогда больше не увидел бы сына.

Я не забуду радостный голос Наталии Леонидовны: «Звоните брату. Юрий Николаевич должен скоро получить паспорт». Она звонила из поезда (возвращалась из Москвы).

Коля свой последний Новый год — 2018-ый встречал вместе с сыном...

**Низкий поклон Вам
Наталия Леонидовна! Низкий поклон!**

Страна чудес в детской библиотеке

От редактора: Детские библиотеки! Они, по свидетельству многих наших читателей, становятся похожи в нашем городе всё больше и больше на Дворцы культуры. Разнообразие талантливых мероприятий, связанных не только с литературой, но с историей, изобразительным искусством, музыкой, конечно, с театром, поражает. И «впереди планеты всей» Центральная Детская библиотека имени А. С. Пушкина с её филиалами.

Так в апреле месяце в Детской библиотеке (филиал № 4) на Новгородской улице, дом № 5, в преддверии «Библионочи-2018» открылась книжно-иллюстративная выставка «В Стране чудес Алисы». Она посвящена знаменитой сказке Льюиса Кэрролла «Алиса в Стране чудес», которая на протяжении полутора столетий остается любимой книгой детей всего мира.

В «Страну Чудес» попадают посетители библиотеки, проходя в читальный зал, оформленный образами персонажей сказки Кэрролла. О том, что ждет гостей библиотеки в ее стенах сообщают вы-

ставленные в окне фигуры (Белый Кролик с трубой, Король и Королева в виде игральных карт). Они приглашают всех желающих окунуться в волшебный мир любимой сказки. Сама выставка расположена в двух стеклянных витринах, где представлены книги об истории Англии, Викторианской эпохе и, конечно, здесь различные издания самой «Алисы».

Всех, переступивших порог «сказочной страны», прежде всего, привлекает стол, накрытый для чайной церемонии. Это — чаепитие у Мартовского Зайца, к которому в гости пришли Алиса, Шляпник и Белый Кролик с часами. В центре стола возвышается огромный трехъярусный торт, выполненный в технике оригами (складывание фигур из книг), украшенный белыми и кремовыми розами из фойермирана. По всему залу расставлены Розовые фламинго, которыми играли в крокет с Красной Королевой. Повсюду «распустились» цветы. Белые и красные розы, нарциссы: они встречали Алису в саду. На пианино — цилиндр Шляпника и улыбающийся Чеширский Кот. Рядом «выросли» два гриба, на большем из которых вальжно развалилась Синяя Гусе-

ница. Вся эта рукотворная «Страна Чудес» выполнена библиотекарем Ириной Борисовной Млявской. Она передает секреты своего «волшебства» на мастер-классах с юными читателями.

Давние творческие и профессиональные контакты связывают Детскую библиотеку с Институтом культуры. В Библионочь студенты-волонтеры СПб ГИК провели интерактивное занятие с младшими школьниками, став на время Алисой, Шляпником, Кроликом и Чеширским Котом. Волонтеры раскрывали секреты «Страны Чудес», вовлекая в игру юных посетителей библиотеки. Кураторами студентов выступили молодые сотрудники филиала Анастасия Болтунова и Валерия Мурзина. В планах у библиотеки, по словам ее заведующей, Татьяны Владимировны Изотовой, создание творческой лаборатории, где студенты смогут претворять в жизнь свои авторские проекты. И это особый знак времени в истории библиотек.

В двух залах библиотеки экспонируется выставка детских творческих работ участников конкурса «Нарисуй по-новому!», иллюстрирующих произведения классика детской советской литерату-



ры Сергея Михалкова, 105-летие со дня рождения которого отмечается в нынешнем году. Более ста рисунков, выполненных в различной технике, и приложений поступило на конкурс.

«Книжный пазл: разнообразие жанров» включал также мастер-класс по изготовлению объемной открытки «Зайка»; интерактивное занятие с четвероногими друзьями» Собаки в книгах и жизни» совместно с сообществом «Хелпдог СПб», а также просмотр фрагментов фильмов-экранизаций и обсуждение их. 20 апреля детская библиотека представила настоящее разнообразие жанров.

Татьяна ДЕГТЯРЕВА,
ведущий библиотекарь Филиала № 4
ЦГДБ им А. С. Пушкина

Варикозная болезнь молодеет

...И опять разговор об актуальных заболеваниях с врачами Медицинского центра «Гранти-Мед». Говорим о заболеваниях, которые весной начинают беспокоить с особой силой. Или, которые — надо бы «предупредить» перед летним отпуском. Понять, как с ними вести себя в других климатических поясах

На сей раз о **варикозной болезни**.

Мы сразу же поделились впечатлением от обзора медицинских рекламных объявлений.

— В городе по вывескам после аптек, первое место разделяют стоматология и слуховые аппараты, и сразу же предложения — лекарств флебологов. На экране телевизоров ежедневно нам настойчиво лезут в глаза различные мази и гели от варикоза. Значит, варикоз актуален? А что у мужчин не бывает варикоза?

— Ещё как бывает. Особенно у тех, кто связан с постоянным переносом тяжестей. Но это одна из причин. А причин несколько. Генетическое предрасположение, то есть наследственность (особенно у женщин).

Самая частая причина — большой вес тела. Затем — запоры, беременность, постоянное или долгое пребывание в сидячем положении. Малоподвижный образ жизни.

Вызывает беспокойство, что последнее время обращаются к нам люди молодого возраста с признаками варикозной болезни. Это те, кто работает с компьютером целый рабочий день. Выясняется, что

и дома они сидят у компьютера. И надо не забывать, что варикозное поражение может быть не только на ногах. Есть варикоз малого таза.

Каковы симптомы варикозной болезни и жалобы пациента?

— Симптом первый, это появление узлового расширения вен без болей. Боли могут начинать беспокоить спустя и год и больше. А жалобы следующие: отёчность ног, сильная и постоянная утомляемость, судороги, боли.

Говорят, что с колоссальным рывком разных научных открытий в медицине, и освоении новых технологий, флебология тоже шагнула далеко вперед. Какие же есть методы лечения варикозной болезни сейчас?

— Прежде всего, надо все же говорить о медикаментозной терапии. Она способствует повышению тонуса венозной стенки и венозных клапанов, улучшению лимфооттока, устранению воспалительных проявлений заболевания.

Компрессионная терапия, которая необходима при любом методе лечения. Это лечебное бельё. Механизм лечебного действия трикотажа основан на точно рассчитанном и дозированном давлении его на венозную стенку. Гольфы, чулки и колготки создают дополнительный каркас, поддерживающий вены, и защищают их от чрезмерного растяжения. Такое лечебное бельё должен подбирать только врач.

Следующий метод лечения — склеротерапия. Она предполагает введение в вену склерозирующего препарата-раствора.

И, конечно, сегодняшняя техника позволяет оперативное вмешательство в амбулаторных условиях. Оперативное лечение варикозного расширения вен направлено на устранение патологического венозного сброса. Тут, прежде всего, хочется упомянуть способ лечения, при котором используется лазерная энергия. Это очень эффективный способ. Есть и другие оперативные методы. Кроме того, надо сказать, что все методы лечения могут идти в комбинации одного и другого.

И вы их используете в клинике «Гранти-Мед»?

— Конечно! У нас есть для этого все условия и техническое оборудование. Мы давно этим занимаемся. У нас накоплен большой опыт.

Всем врачам мы задаем вопрос, который считаем главным в медицине: о профилактике. Какова профилактика варикозной болезни?

— Прежде всего, надо проконсультироваться у врача, есть ли угроза варикозной болезни. При сегодняшних технических возможностях диагностики, флеболог может определить возможности угрозы заболевания.

Кстати, к нам на консультацию часто приходят девушки, которые заботятся о красоте своих ног. Они хотят слышать в каком состоянии у них вены. Особенно важно им знать перед наступлением лета. Приходят молодые женщины, планирующие свою беременность.

В любом случае профилактика это передвижение. Надо много ходить, надо

плавать. Надо стараться не сидеть часами у рабочего стола или у телевизора, а каждые 45 минут вставать и ходить. Конечно, смешно советовать человеку нести из магазина только один килограмм покупок. Но те, у кого есть симптомы варикозного заболевания, не должны носить тяжестей. Риск очень велик. Надо завести тележку. Также риск велик, когда человек склонен не лечить варикозную болезнь. Надо знать, что варикозное заболевание может дать самое серьезное осложнение: трофическую язву. И, последнее время, к нам на консультацию приходят пациенты от ортопедов. Варикозная болезнь даёт осложнение на суставы. У человека начинают болеть колени, а оказывается, он давно страдает варикозом. Нарушен кровоток, и суставы дают сбой.

Л. ВАРНАЧЁВА

Записаться к врачам на консультацию в Центре «Гранти-Мед» можно круглосуточно по телефону Диспетчер МЦ «Гранти-мед»: 323-92-13
Адреса Клиник Центра:
ул. Корнеева, 6, ст. метро «Кировский завод»
ул. Чекистов, 22, ст. метро «Проспект ветеранов»
Ул. Гаврская, 15, ст. метро «Удельная», Савушкина, д.121, кор.1 ст. метро «Черная речка»