

## Медицина. Взгляд изнутри

*– Когда человек приходит с правильным положительным настроем и большим желанием поправиться, я сразу понимаю – у нас с ним все получится! Если же этого нет, то даже в самых простых случаях медицина, к сожалению, бывает бессильна... – говорит врач Сергей Владимирович Калашников.*

Слушать рассуждения этого опытного доктора на тему медицины и здоровья, кажется, можно бесконечно. Сергей Владимирович Калашников – не только высококлассный специалист в области восстановительной медицины, физиотерапии и мануальной терапии, но и очень глубокомыслящий человек, для которого медицина – это не способ зарабатывания денег, а призвание! Мы договорились с ним об интервью, потому что знали, что получим максимально честные ответы даже на самые каверзные вопросы о здравоохранении.

### Долгий путь к любимому делу

**– Сергей Владимирович, расскажите, как вы пришли в эту профессию?**

– Медицина – это такая обширная область, в которой каждый может найти свое направление: кто-то находит себя в организации здравоохранения, кто-то в лабораторных методах исследования, кто-то в терапевтическом лечении, назначении лекарственных препаратов... Я чувствовал в себе способности лечить именно руками. Такой вид лечения, будь то хирургия, мануальная терапия, массаж или что-то еще, для меня был наиболее интересен. Конечно, как и большинство студентов-медиков, я поначалу хотел стать хирургом. Но однажды я познакомился с одним человеком, который мне показал, что такое мануальная терапия, каковы ее возможности, и тогда мой взгляд на будущую профессию изменился. Оказалось, что получить сертификат по мануальной медицине может врач-невролог или травматолог. Я выбрал неврологию, а потом получал дополнительную специализацию по мануальной терапии. Затем была специализация по физиотерапии и восстановительному лечению.

**– То есть пришли к своей специализации Вы не так уж и быстро?**

– Я всегда знал, что медицина – это сложная профессия, поэтому и выбрал длинный путь ее освоения: сначала закончил медицинское училище, потом получил колоссальный опыт, поработав фельдшером на скорой помощи. После службы в армии, которая, кстати, тоже дала большой толчок в лечебной практике, я уже поступил в медицинский вуз. Я был уверен, что это именно то, чем мне хочется заниматься, тем более что некоторые родственники тоже были медиками, и эта область всегда была мне интересна и близка.

### Один за всех, и все за одного!

**– Вы занимаетесь физиотерапией. Скажите, а может ли она поспорить с другими направлениями в медицине, скажем с хирургией или фармацевтикой?**

– У направлений в медицине нет и не должно быть споров! Только совместными усилиями можно добиться положительного результата. Каждый выполняет свои задачи и следует выбранной методике лечения.

**– А какая основная задача у физиотерапии?**

– Если говорить глобально, физиотерапия призвана помочь организму на любом этапе лечения выбрать ту цепь выздоровления и восстановления, которая задана природой. То есть физиотерапия – это не непосредственно лечение, а это помощь организму в прерывании патологической цепи и сопротивлении заболеванию. Физиотерапевты как параклиники выступают в помощь другим врачам.

### **Настрой всему голова**

– **Действительно, совместные усилия медиков разных специализаций могут помочь больному встать на ноги. А как Вы считаете, влияет ли эмоциональный настрой пациента на течение болезни?**

– Эмоциональный настрой – это первый и главный фактор выздоровления! Психоэмоциональный фон – это то самое главное, что необходимо для выздоровления. Если он снижен, то человек может уйти в глубокую депрессию, и тогда очень сложно будет вылечить любую патологию. Грамотный врач всегда будет учитывать психологическое состояние пациента.

Когда человек не настроен на выздоровление и считает, что ему незачем и не для кого выздоравливать, он очень быстро уходит. Например, был вызов в дом престарелых: женщина лет шестидесяти с переломом бедра, не слишком серьезным, была эмоционально раздавлена, не хотела выздоравливать и жить, и она очень быстро умерла, буквально через несколько недель. Это стало для меня тогда большим потрясением, и я понял: просто у нее не было желания бороться за свое здоровье, бороться за свою жизнь, и организм тоже сдался.

Но есть и множество примеров, когда люди выкарабкивались из сложнейших заболеваний благодаря правильному настрою – настрою на выздоровление. Так, однажды мы диагностировали большую опухоль головного мозга у молодого человека. Его прооперировали, не задев при этом ни одной важной системы жизнеобеспечения. Он очень быстро поправился и сейчас ведет полноценную жизнь, воспитывает детей, работает, получает удовольствие от жизни и радуется каждому дню, а все потому, что он искренне верил в возможность такого исхода и горячо желал поправиться, чтобы быть со своими близкими. Или еще: молодая девушка попала в серьезную автокатастрофу, больше месяца пролежала в коме, перенесла трепанацию черепа, была парализована, но, придя в сознание, она настолько сильно захотела жить, настолько ревностно взялась за восстановление своего организма, что за короткий срок поправилась и даже спустя пару лет сумела родить здорового ребенка и вернуться к нормальному образу жизни. Здесь сыграли роль правильный подход к восстановительному лечению (массаж, физиотерапия, водные процедуры) и, конечно, правильный настрой пациентки. Такие случаи всегда запоминаются и, более того, вдохновляют.

### **Вперед, только вперед!**

– **Правильный настрой – полдела. Но и без прогресса в здравоохранении никуда. На Ваш взгляд, медицина действительно активно развивается сегодня?**

– У медицины просто нет другого выхода! Если она не будет развиваться и идти вперед, то все, что нас окружает, нас и погубит. Человек, к большому сожалению, не склонен к тому, чтобы сохранить все, заложенное в нем природой, поэтому медицина обязана развиваться. И история показывает, что так и есть: в развитых странах постоянно увеличивается продолжительность жизни. Сегодня много хорошей аппаратуры, надо лишь

уметь ее правильно использовать. Медицина делает иногда очень большие скачки вперед: если еще буквально лет 15 назад врачи затруднялись в постановке диагнозов по опорно-двигательному аппарату, то сегодня всем доступны аппараты МРТ, КТ, УЗИ и другие, которые позволяют диагностировать множество заболеваний.

### **Проблема в людях**

**– Но ведь есть же и проблемы?**

– Проблем, на самом деле, как и везде, много, – вздыхает медик. – Но самая глобальная – это проблема кадров, проблема обучения. Нужно менять и кадровую политику, и учебный процесс в вузах. Какой бы совершенной ни была аппаратура, какими бы эффективными ни были медикаменты, без знаний и опыта врач не сможет помочь пациентам. Ну и, конечно, нельзя сбрасывать со счетов проблемы финансирования и бюрократии.

**– А можно ли говорить о невежестве общества в вопросах здоровья как о проблеме медицины?**

– Невежество, к сожалению, повсеместно! Отношение общества к своему здоровью не всегда адекватное. Люди часто пренебрегают элементарными вещами: физическими упражнениями, здоровым сном, правильным питанием... Но главный бич – это вредные привычки. Курение, например, сильно сказывается и на сердечно-сосудистой системе, и на органах дыхания. Страшно, когда люди так относятся к собственному здоровью. Им и помогать даже не хочется. Если человек многие годы сознательно убивал свой организм, то что же может сделать врач за короткий срок?!

### **Здоровье во всем**

**– В чем же залог здоровья?**

– Во-первых, это окружающая среда, экология. Этот фактор сильно влияет и на физическое, и на психическое состояние нашего организма. Во-вторых, конечно, питание. Мы – то, что мы едим и пьем, и с этим вряд ли кто-то будет спорить! В-третьих, это физические нагрузки – постоянно надо находиться в движении, выполнять хотя бы простейшие упражнения. В-четвертых, следует назвать состояние опорно-двигательного аппарата, позвоночника, потому что это стержень нашего организма. Хорошее состояние спины и позвоночника – это одно из главных условий здоровья. Ну и в-пятых, отсутствие вредных привычек, естественно!

### **Восток и запад рука об руку**

**– Принято делить медицину на традиционную (западную) и нетрадиционную (восточную). Как Вы относитесь к такому делению?**

– Действительно, есть традиционные и нетрадиционные методы лечения. Но и на востоке, и на западе пользуются и тем, и другим. В Китае, вопреки всеобщему мнению, есть не только нетрадиционная медицина. Там широко изучают современные методы лечения. У них высоко развита хирургия, активно используется диагностика. И врачи знают обе области медицины. Они не обходятся и без традиционных методов лечения (массажа, физиотерапии, акупунктуры), и без методов современной медицины (хирургии, фармакологии). Но так называемые нетрадиционные методы лечения сегодня широко внедряются повсеместно – даже в самых современных европейских клиниках. И я считаю, что медики должны знать о таких методах и ими пользоваться. Грамотный врач никогда

не будет отрицать те или иные способы лечения. Главное, достичь цели – выздоровления пациента. А какими методами врач владеет и как этого достигает, уже не так важно, когда есть положительный эффект.

### **И в горе, и в радости**

– **Сергей Владимирович, что в Вашей профессии больше всего расстраивает, а что радует?**

– Расстраивает невозможность помочь человеку в тех или иных ситуациях. Очень много тяжелых больных, в случае с которыми медицина, к сожалению, бессильна. И опускаются руки, когда ты это понимаешь, когда лечебный процесс заходит в тупик. Это большое горе для врача. Но мы должны уметь признавать, что как бы печально это ни было, медицина все-таки не всемогуща, хотя нам бы очень хотелось иного.

А самое большое удовлетворение, конечно, приносит выздоровление пациентов и их благодарность за восстановленное здоровье. Особенно приятно, когда добиваешься положительного исхода в сложных случаях, с которыми твоим коллегам не удавалось справиться. Ведь нередко бывает так, что один врач долго не может решить какую-то проблему, а помогает взгляд другого доктора со стороны. Во врачебном сообществе же тоже нет идеалов: кто-то сильнее в одной области, кто-то в другой. И это абсолютно нормально, потому что один врач не может охватить всю медицину и одинаково хорошо разбираться во всех ее областях. На мой взгляд, узконаправленность в медицине – это только плюс. Хотя, конечно, есть и врачи общей практики, и даже очень неплохие врачи, но они, как правило, в особенно сложных случаях бывают некомпетентны.

### **Здоровья, здоровья и еще раз здоровья!**

– **Грядет новый год. Что бы Вы пожелали нашим читателям в преддверии этого праздника?**

– Хочу пожелать относиться к здоровому образу жизни не просто как к популярному словосочетанию, а действительно сделать его стилем своей жизни: истребить наплевательское отношение к своему здоровью, высыпаться, практиковать физические нагрузки, минимизировать количество стрессовых ситуаций. Ну и я не буду оригинальным и пожелаю всем в первую очередь здоровья! Ведь недаром большинство пожеланий начинаются с этого: здоровье – это самое ценное, что есть в нашей жизни, это основополагающий фактор благополучия в любой другой области нашей жизни – в семье, в профессии, в образовании, в финансовом благосостоянии и т.д. Если человек здоров, значит, он способен достичь всего, что сам запланирует, у него есть для этого все возможности. Прислушивайтесь к своему организму, ведь природа заложила в нас все для долгой жизни! Надо только уметь этим пользоваться. Ну и, конечно, берегите своих близких!

Кристина БЕРЕЗНЕВА

### **Сергей Владимирович Калашников**

Родился 13 декабря 1971 года

Главный специалист по восстановительной медицине и реабилитации Центральной дирекции здравоохранения – филиала ОАО «РЖД», заведующий физиотерапевтическим отделением НУЗ «ДКБ им. Н.А. Семашко на станции Люблино ОАО «РЖД»», врач-физиотерапевт, врач мануальной терапии.

Женат, двое детей.