

DOI: 10.33920/med-05-2310-03

УДК: 614.2

РОЛЬ УЧАСТКОВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ СЕСТРЫ В СОХРАНЕНИИ МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ

О. Ю. Лазарева

ГБУЗ СО «Новокуйбышевская центральная городская больница», 446200, г. Новокуйбышевск, Россия

Резюме. В статье рассказывается о роли медицинской сестры амбулаторно-поликлинической службы в сохранении мужского здоровья.

Ключевые слова: пациент; медицинская сестра; мужское здоровье.

THE ROLE OF THE DISTRICT NURSE IN MAINTAINING MEN'S HEALTH

O. Yu. Lazareva

SBHI SR Novokuibyshevsk Central City Hospital, Novokuibyshevsk, 446200, Samara Region, Russia

Abstract. The article tells about the role of an outpatient nurse in maintaining men's health.

Key words: patient; nurse; man's health.

For correspondence: Lazareva O. Yu. SBHI SR Novokuibyshevsk Central City Hospital, 1 Pirogova str., Novokuibyshevsk, 446200, Samara Region, e-mail: lazareva2349986

Information about the author:

Lazareva O. Yu. <https://orcid.org/0009-0005-9835-5305>

Здоровье до того превышает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля.

Артур Шопенгауэр

Мужское здоровье представляет собой совокупность физического, психического, социального благополучия мужчины, обеспечивающую его полноценное и комфортное существование [1].

Несколько интересных фактов о мужском здоровье [2].

1. Мужчины видят цвета иначе женщины из-за двух X-хромосом.
2. У мужчин лучше развито туннельное зрение, у женщин — периферическое.
3. Мужчины медленнее теряют коллаген, поэтому их кожа медленнее стареет.

4. У мужчин за речь отвечает только один мозговой центр, поэтому они, по статистике, произносят в два раза меньше слов в день, чем женщины.

5. На языке у мужчин меньше вкусовых рецепторов.

6. В мужском мозге слабее развито мозолистое тело, от этого мужчины хуже справляются с многозадачностью.

По данным Федеральной службы государственной статистики, различия в структуре мужской и женской заболеваемости, смертности и продолжительности жизни имеют вполне определенные социальные причины. В России проблемы мужского здоровья стоят особенно остро [3].

Мужская смертность, угрожающая вымиранием нации, объясняется

не только пьянством и участием мужчин в военных действиях, но и особенностями традиционной русской ментальности (равнодушием к факторам социального риска и угрозе смерти, фатализм, безразличие к собственному здоровью).

Согласно статистике, продолжительность жизни мужчин напрямую зависит от того, как они «прошли» свой жизненный путь с 40 до 60 лет. Так как в этот период происходит снижение уровня свободного тестостерона (мужского гормона), сопровождающееся снижением всех физиологических функций, чем и отличается данная категория мужчин от двадцатилетних юнцов.

Существуют факторы риска, которые мы не можем изменить, это возраст и наследственность, но есть то, на что мужчины в силах повлиять, — это:

- курение;
- нерациональное питание;
- низкая физическая активность;
- избыточное употребление алкоголя;
- ожирение;
- повышенное содержание сахара;
- повышенное содержание холестерина;
- артериальная гипертония;
- стресс.

Причинами мужской смертности служат:

- заболевания сердечно-сосудистой системы (50%);
- онкологические заболевания (30%);
- патология легких (10%);
- травмы (5%);
- ятрогенные заболевания (3%);
- другие причины (2%).

Однако сегодня мужчина, к сожалению, далеко не всегда может найти адресата для обращения с целью проверки и коррекции собственного здоровья. В поликлиниках доктора, лимитированные нормативами времени на прием, просто не в состоянии уделить должного внимания каждому пациенту, особенно когда речь идет о сугубо интимных проблемах.

В связи с этим в нашей поликлинике открыт кабинет профилактического осмотра населения, осуществляющий свою деятельность на основании государственной программы «Развитие здравоохранения в Самарской области на 2014-2020 годы» и постановления Правительства Самарской области от 23.01.2018 № 30 с подпрограммой «Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни».

Цель кабинета профилактического осмотра населения — улучшение качества и продолжительности жизни населения.

Задачи кабинета профилактического осмотра населения:

1. Ежегодное проведение расширенного опроса (анкетирования) граждан в целях сбора жалоб, анамнеза, выявления отягощенной наследственности, симптомов, характерных для инфекционных заболеваний, курения, риска пагубного потребления алкоголя, риска потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача, характера питания, физической активности.

2. Проведение эффективной работы по профилактике отказов от проведения скрининговых, диагностических, инструментальных и лабораторных исследований.

3. Ежегодное прохождение онкоосмотра уролога и оценки абсолютного сердечно-сосудистого риска, в том числе по шкале SCORE (рис. 1), которая представлена в виде соотношений показателей пола, возраста, курящий / не курящий, показателя систолического давления и общего холестерина исследуемого пациента.

4. Определение уровня сахара, холестерина, простат специфического антигена-маркера онкоклеток предстательной железы (PSA).

5. Проведение обязательных исследований второго этапа диспансеризации:

- цветное доплеровское картирование брахиоцефальных сосудов — ЦДК БЦС;
- стресс-ЭКГ (тредмил-тест/ велоэргометрия);