



Д-Р МИХАЙЛО ДАШИЧАЮК

НА
МЕДИЧНІ
ТЕМИ

ЛІКАРСЬКИЙ
ДОВІДНИК



Michael Danyluk, M.D.

MEDICAL GUIDELINES

Published for the
Ukrainian National Association

Svoboda Press
Jersey City — New York
1970

Д-р Михайло Данилюк

НА МЕДИЧНІ ТЕМИ

ЛІКАРСЬКИЙ ДОВІДНИК

Видавництво
Українського Народного Союзу

„Свобода“
Джерзі Ситі — Нью Йорк
1970

Copyright, 1970
by
Michael Danyluk, M.D.
and
Ukrainian National Association, Inc.

Мовний редактор: ВЯЧЕСЛАВ ДАВИДЕНКО

Мистецька обкладинка: Михайло Михалевич

Printed in U.S.A.

Svoboda Press, 81-83 Grand Street, Jersey City, N.J. 07303

ЗМІСТ

	Стор.
FOREWORD -----	7
ВСТУПНЕ СЛОВО -----	9
I. ЩОДЕННЕ ЖИТТЯ -----	11
Родина і дім. Праця. Відпочинок. Медична опіка.	
II. ЗДОРОВ'Я І ХАРЧУВАННЯ -----	27
Загальні відомості. Людська вага. Харчі в кальоріях. Вітаміни і мінерали.	
III. ОТРУЙНІ РЕЧОВИНИ -----	45
Отруєння харчами. Отруєння хемікаліями. Отруєння медикаментами.	
IV. АЛЕРГІЯ -----	53
Загальні відомості. Медикаменти. Косметика. Хемікалії. Тварини. Алергія до харчів. Сінна гарячка. Бронхіальна астма.	
V. ПРО ПІСТРЯК -----	62
VI. ІНФЕКЦІЙНІ ХВОРОБИ -----	69
Загальні відомості. Дитячі недуги: кір, вітряна віспа, коклюш, дифтерія, шкарлатина. Ревматична гарячка. Септичні інфекції. Інфекційний гепатит. Інфлюєнца. Інфекційна мононуклеоза. Туберкульоза. Дизентерія. Малярія. Правець. Поліоміеліт. Грибкові інфекції. Таблиця імунізацій.	
VII. ХВОРОБИ КРОВИ -----	97
Загальні відомості. Анемії: анемія внаслідок утрати крові, анемія внаслідок нищення крові, анемія внаслідок поганого засвоювання речовин. Левкемія. Важливі симптоми.	
VIII. ХВОРОБИ СЕРЦЯ І СУДИН -----	108
Загальні відомості. Вроджені вади серця. Ангїна пекторіс (стенокардія). Серцевий удар (інфаркт). Серцевий набряк (набуті вади серця). Гіпертонія. Артеріо- й атеросклероза. Бюргерова хвороба. Жіляки. Антикоагулянти. Важливі симптоми.	
IX. ХВОРОБИ ОРГАНІВ ДИХАННЯ -----	140
Загальні відомості. Звичайна застуда. Запалення гляндр (мигдаликів). Запалення гортані. Бронхіт. Запалення легень. Емфізема. Бронхіальна астма. Пістряк легень. Важливі симптоми.	
X. ХВОРОБИ ОРГАНІВ ТРАВЛЕННЯ -----	154
Загальні відомості. Пухлини (новотвори). Хвороби стравоходу. Прорив у діафрагмі. Гастрит. Виразка шлунка і дванадцятипалої кишки. Шлунково-кишкові розлади. Хронічні ентерити. Апендицит. „Нестравність”. Запалення грубої (товстої) кишки. Кров із прямої кишки. Дивертикульоза. Кишкові затвердіння. Хвороби печінки. Жовчeve каміння. Хвороби підшлункової залози. Дісти: шлункова діста, печінкова діста. Важливі симптоми.	

XI. ХВОРОБИ СЕЧОВИХ ОРГАНІВ	193
Загальні відомості. Пістряк нирки. Інфекції нирок. Запалення сечового міхура. Папіломи сечового міхура. Прорив (обсунення) сечового міхура. Ниркове каміння. Хвороби простати (передміхурової залози). Важливі симптоми.	
XII. ХВОРОБИ ЗАЛОЗ ВНУТРІШНЬОЇ СЕКРЕЦІЇ	206
Загальні відомості. Діабет (цукриця). Недуги щитовидної залози. Клімактеричні недомагання.	
XIII. ХВОРОБИ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ	214
Загальні відомості. Болі голови. Мігрень. Запаморочення. Епілепсія. Соняшний удар. Удар мозку. Невралгія. Психо-фізіологічні розлади. Дещо про психічні розлади. Органічні синдроми мозку. Психічні синдроми мозку. Психози. Неврози. Розлад персональності.	
XIV. ДЕЯКІ ХВОРОБИ ОРГАНІВ ЧУТТЯ	238
Загальні відомості. Хвороби ока. Хвороби вуха.	
XV. ХВОРОБИ КІСТЯКА, М'ЯЗІВ І СПОРІДНЕНИХ ТКАНИН	243
Ревматичні хвороби: ревматичний артрит, дегенеративний артрит, подагра. Запалення м'язів і споріднених тканин. Бурсити. Лікування ревматичних недуг. Недуги долішньої частини хребта. Ушкодження кісток і суглобів. Гернії.	
XVI. ХВОРОБИ ШКІРИ І ЗОВНІШНІХ ЗАЛОЗ	267
Шкірні висипки та екземи. Новотвори шкіри. Попарення шкіри. Пістряк молочної залози.	
XVII. ДОМАШНЯ АПТЕЧКА	279
АНГЛО-УКРАЇНСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ СЛОВНИК	287

FOREWORD

“MEDICAL GUIDELINES” is probably the first book, of this scope, versatility, and detail, to appear in print in the Ukrainian language for use in the free world.

It was designed for Americans of Ukrainian descent who enjoy reading popular professional and scientific publications and who, at the same time, might have difficulty in complete command of the English language in such publications.

One may find it significant to observe that the Scandinavian, French, German, or any other immigrant in the United States, may obtain with ease, from his native land, professional or scientific literature in the proper language. The Ukrainian immigrant, however, is deprived of this opportunity since, in Ukraine, under the present regime, any treatise of this nature must be written in Russian. If, infrequently, such a publication is permitted to appear in Ukrainian it is, invariably, saturated with political propoganda and thus rendered unacceptable to the Ukrainian reader in the free world.

In this book, the reader receives broad basic information about the preservation of good health. It includes essential facts pertinent to healthy everyday life and work, broadens to encompass infectious diseases, allergies, poisons, diseases of the blood, skin, cardio-vascular, respiratory, digestive, urinary, endocrine, nervous, and skeletal systems. It also presents essential information about the U.S. Public Health Service standards concerning communicable diseases, immunizations, malignancies, etc.

“MEDICAL GUIDELINES” was not designed to serve as a substitute for the advice and help of a physician, but rather to facilitate understanding of the basic factors involved in distinguishing between good and poor health. Emphasis is placed on the explanation of the anatomical and physiological, as well as pathological and functional phenomena rather than on the actual treatment which should always be left in the hands of the competent physician.

In the preparation of this book, references used included numerous medical publications. Textbooks, specialty books, magazine articles, publications of the American Cancer Society and the United

States Public Health Service were consulted, as were publications of the American Medical Association designed for public use, such as "Today's Health Guide," etc. Of special significance, it is expected, will be the English-Ukrainian dictionary of medical terms which follows the text of this book.

It is sincerely hoped that "MEDICAL GUIDELINES" will aid numerous readers of the Ukrainian ethnic communities, in the United States and Canada, in understanding the most important aspects of their health.

Minneapolis, Minnesota
1969

MICHAEL DANYLUK, M.D.

ВСТУПНЕ СЛОВО

Книжка, яку даємо гитазеві в руки — це медично-популярна праця, яка не лише своїм розміром, але передусім своєю систематикою, шириною матеріялу і деталями з ділянки людського здоров'я є, мабуть, першою появою в цьому роді серед українських публікацій у вільному світі. Коли взяти до уваги модерність матеріялу з останніх досягнень медицини, то є вона й єдиною у такому жанрі.

Необхідність появи такої книжки відчувалась уже давно серед української громади, і така потреба — дуже очевидна: в наших гасах зберігання доброго здоров'я людини і продовження її життя засновується не лише на великому прогресі медичних наук, але й на профілактиці, ранньому розпізнаванні недуг і на розумінні широкими кругами населення багатьох процесів людського життя включно із знанням основ анатомії, фізіології, патології і т. д.

Цей „Лікарський довідник” не подуманий на те, щоб заступити знання і вмлі руки лікаря, бо такого не зможе зробити ніяка книжка. Медицина модерних часів надто широка й скомплікована, щоб її можна було заступити навіть багатьма книжками професійного характеру, а тим більше популярної форми для ширшого вжитку. Все ж цей „Довідник” плянований так, щоб дати кожному уважному гитазеві основні поняття про процеси, які відбуваються в людському організмі, а особливо про ненормальні явища, які власне вимагають лікарської допомоги. Треба сподіватися, що кожний гитаг, який докладно познайомиться з матеріялом „Довідника” і триматиме його як підручну книжку на випадок потреби, — матиме доволі інформації, щоб знати, коли можна допомогти собі самому, а коли необхідно шукати лікарської допомоги.

У виготовленні цієї книжки використано деяку кількість матеріялу уже друкованого в „Свободі”, в колюмні „На медичні теми”, яку автор веде від 1967 року кожного тижня, але основна частина матеріялу була спеціально написана, і весь матеріял усистематизовано. В писанні матеріялу, очевидно, використовувалося велику кількість різних медичних книжок, а серед них — медичні підручники, окремі публікації, медичні журнали, деякі видання

Уряду Охорони Публічного Здоров'я ЗСА, Американського Товариства Поборювання Пістряка, популярні видання Американського Медичного Об'єднання і т. д. Нарешті, свій власний двадцятилітній лікарський досвід в активній практиці також став у зназній пригоді. Метод подавання матеріалу і систему укладу книжки вибрано за власним взірцем.

„Довідник” охоплює важливіші ділянки людського здоров'я: щоденне життя вклюдно з інформаціями про харчування, вагу, працю і відпозинок, інфекційні недуги, алергію, отруєння, хвороби крові, шкіри, серця і судин, органів дихання, травлення, сегі, внутрішнього виділення, нервової системи, кістяка і споріднених тканин і т. д. Деякі ділянки, зокрема вузгих спеціальностей, як, наприклад, психіатрію, гінекологію, акушерство і т. п., за вийнятком окремих згадок, не вклюдено, а недуги озей, вуха і носа згадано коротко, бо такі проблеми стосуються окремих груп пацієнтів. В основному було намагання вклюдити головні проблеми загального здоров'я, які трапляються в житті гастіше. Обговорюється в книжці також справу домашньої аптеки і її вживання.

Дяюги, шляхом громадської послуги, цей „Лікарський довідник” гитагам для використання, сподіваємось, що він допоможе багатьом у розумінні різних проблем здоров'я та його раціонального збереження.

На окрему увагу заслуговує англо-український медичний словник у кінці книжки, який є першою появою такого роду серед українських видань взагалі.

При цій нагоді хогу висловити подяку ред. Вягеславові Давиденкові за його цінну допомогу в мовній редакції цієї праці.

Д-р Михайло Данилюк

Міннеаполіс, Міннесота 1970

I. ЩОДЕННЕ ЖИТТЯ

Високий стандарт життя в останньому півстолітті, розвиток медичних наук, поширення медичної і санітарної обслуги, щораз більша свідомість кращого зберігання здоров'я, популяризація основних відомостей про здоров'я і недуги — все це фактори, що продовжують людське життя до сподіваного тепер віку 75 років. Ще півстоліття тому пересічний вік людини обраховували лише на 48 років.

Людина народжується тепер в інших обставинах, дозріває інакше, як колись, має інші засоби, іншу охорону й особисту, і як складова частина суспільства, проживає свої старші роки іншим способом. Усе це змінюється разом із зовнішніми обставинами. Не змінюється лише одно: людський організм ані під анатомічним, ані під фізіологічним оглядом. Правда, він краще охороняється і краще зберігається, як це було колись, але продовження його життя полягає не у зміні його функцій. Всі ці функції залишаються такими самими.

Ця сама людина дихає і далі двадцять разів на хвилину, бачить і чує однаково, травить різні харчі і перетворює їх у потрібні для себе речовини чи кальорії енергії, її серце б'ється 72 рази на хвилину, що дає понад 100 тисяч ударів на добу, виділяє 2-3 літри рідини через нирки і шкіру, продукує до двох літрів різних соків для травлення їжі і т. д. Не сотні, а буквально тисячі функцій виконує щоденно і безперерійно людський організм. Ця величезна, між собою пов'язана функціональність живих клітин, тканин і процесів може бути, одначе, захитана в більшій або меншій мірі. Деякі захитані процеси можуть вивести з рівноваги цілий організм і навіть привести до його загибелі.

У щоденному житті, завантажені працею, турботами, влаштуванням свого побуту, ми не завжди думаємо про всі ті функції, які тримають нас живими й здоровими. Це вже, як приходить недуга, починаємо ми думати про своє здоров'я. Іноді аж дивним стає: живий, здоровий, працьовитий, „нічого не бракує”, а тут раптом ніяких обов'язків виконувати не всилі, раптом усе стає малим і незначним, бо хвороба стала загрозою для нормального проживання і праці, а то й життя взагалі.

Де ж починається це забурення функцій організму, де починається хвороба і якими шляхами вона прямує? Які методи стосувати, щоб тримати здоров'я у доброму стані?

Відповідями на ці запити є сотні різних факторів, і ними ця книжка займатиметься в цілості, бо нема одної відповіді, що вичерпувала б усі проблеми.

Звичайно лікарський світ уважає, що в щоденному житті є три підходи до проблем здоров'я: можна їх зустрічати із відкритим чолом, боротися з ними і старатися їх поконати; можна їх аналізувати і, прийшовши до висновку, що побороти їх неможливо, достосовуватись до них самому; і можна від них утікати, нарікаючи „на гірку долю” або призначення, отже наївно ігнорувати і бути вічно нещасливим та безперервно хворіти. Очевидно, що два перші підходи — логічні і здорові.

1. РОДИНА І ДІМ

Родина й її дім у наші часи — це осередок зберігання доброго здоров'я, спільного плянування побуту і щоденного життя, здорового харчування, відповідного одягу, спільної гігієни, вишколу і особистого догляду молодого покоління, взаємного піклування і допомоги у випадку потреби, передавання досвіду і зберігання себе від небезпеки, вишколювання характерів, поглядів і настанов, додержування правил соціального співжиття. Ці останні характеристики родини особливо цінні у вихованні стійкої психіки, необхідної для духового здоров'я, бо, як побачимо у дальших розділах цієї книжки, воно грає величезну роль..

Власне, родина, як соціальна одиниця, виконує головну роль у зберіганні здоров'я під кожним оглядом. І не диво, що основне плянування в цьому зберіганні треба починати вдома. До речі, статистики виказують довше життя одружених, як самотніх, повдовілих та розведених.

Родина також виховує настанову до медичних наук і лікаря, що у пізнішому часі стає іноді вирішальним в успіхові лікування. Не даремно визначний англійський лікар, сер Вілліям Ослер висловився, що далеко менше важливим є, котру саме хворобу має пацієнт, як те, який пацієнт має дану хворобу. Бо лікар лікує пацієнта, а не хворобу. Хоч би з цього прикладу видно, яке велике значення має відповідне виховання характеру і настанов до медицини, джерелом якого є родина.

Є, однак, чимало конкретних проблем, які на перший погляд виглядають маловажними, але протягом вирощування нового

покоління і протягом усього життя відіграють дуже важливу роль. Ось кілька з них:

а) Температура: Утримання нормальної температури влітку і взимку — це дуже важлива справа. Якщо взяти до уваги, що приблизно половину свого життя людина проживає в своїй хаті, в оточенні рідних, то спільні здорові навички стають необхідними. Нормальна температура дому, отже, стає звичкою, і від неї часто залежить, як у пізнішому житті людина влаштовує нове місце проживання.

Ідеальною температурою хати є 70-72 ступені Фаренгайта, як влітку, так і взимі. Візьміть до уваги, що хата є одночасно місцем відпочинку для тих, які працюють поза домом, і місцем праці домашньої господині. Перебування в здоровій температурі — річ необхідна: тоді організм далі краще відпочиває, а коли доводиться працювати — менше виснажується.

Влаштування штучного охолодження — тепер доволі дешевого — хоч би в спальній кімнаті на літо, може заощадити не лише видатки на лікаря та медикаменти, але й зберегти здоров'я та працездатність. Зимою не слід хати перегрівати. Люди, які живуть в хатах з температурою понад 72 ступені, частіше хворіють зимою на всякі застуди, кашлі, болі в суглобах і т. д. Тепле ліжко зимою — так, навіть можна з електрично ogrіваним коцом, але перегріта кімната — це запрошення на клопоти протягом зими.

Варто згадати ще про вогкість повітря зимою. Ця справа менше важлива в приморських районах, де зимою вогкість не падає низько, але в континентальних районах вогкість повітря зимою спадає до 20-40 відсотків, що в ogrітій хаті дає не більше як 5% вогкості. Це рідше замало для здоров'я. Релятивна вогкість мусить бути не менша як 40-50%, щоб органи дихання працювали гаразд. Це відомий факт, що доми, які мають вищу вогкість, здоровіші: менше клопотів з кашлями, забитими носами, загальною втомою і т. д. Сухість повітря легко направити або портативним, або центрально влаштованим апаратом для зволоження повітря. Поставте такий апарат, тримайте вогкість повітря в хаті вищою і ви будете мати в чотири рази менше кашлю, хрипіння, застуд та бронхітів серед членів родини. Зокрема на це повинні звертати увагу ті родини, члени яких мають хронічні бронхіти, нахил до застуд горла і носа, астму, емфізему, хронічні клопоти із синусами і т. д.

б) Харчування: Здорове харчування характеризується двома прикметами: воно мусить бути різноманітне і регулярне. Деталі харчування ми розглядаємо в окремому розділі книжки, але тут

хочемо підкреслити необхідність доброго планування харчування цілою родиною.

Різноманітність харчів, які включають у себе достатню кількість білка, товщів, вуглеводанів, свіжої городина та овочів — необхідна. У наших часах ці проблеми розв'язати дуже легко, бо свіжі харчі можна діставати за дешеву ціну круглий рік. Підкреслюємо — свіжі харчі, бо вони здоровіші, як консервовані. Хоч ці останні й перебувають під постійною контролею держави, все ж свіжі харчі — зокрема м'ясо, риба, молоко, городина, овочі і т. д., здоровіші для організму.

Регулярність харчування потрібна і для фізичного здоров'я, і як метод виховання. Немає нічого гіршого для здоров'я, як споживання окремих сніданків чи вечер окремими членами родини, якщо для цього нема необхідности з огляду на розподіл праці, школу тощо. Приготовані харчі не смакують тоді однаково, часто члени родини їдять „щобудь”, аби швидше і легше приготувати, надто часто користаються консервованими харчами та їжею з надто високою кальорійністю, а згодом частенько відвідують лікарів, жаліючись на нестравність, корчі, болі, шлункові затвердіння і т. д.

Зайво підкреслювати шкоду, яку спричиняє здоров'ю і психіці дітей хаотичне харчування. Це часто приводить, зокрема, до анемії, втрати апетиту й енергії, а також до ігнорування родинного порядку та заходів батьків в інших ділянках.

в) Кухня: Ця кімната мусить бути взірцем гігієни. Варто пам'ятати, що немитий посуд, погано втримувана зливниця, відкриті харчі або їх залишки, брудний холодильник, у якому стоять іноді залишки харчів по два-три тижні — це запрошення мільйонам бактерій, що не лише псують повітря, заражують інші харчі, але й псують естетичний смак, а то й апетит. Такі речі також нерідко бувають причиною всяких „нестравностей”, які, фактично, є лише легким затрусенням бактеріями. Часами також можуть бути й джерелом поважного затрусення харчами.

Кухонну зливницю треба дезинфікувати кілька разів на рік, а холодильник перевіряти кожного тижня, і всякі зайві залишки з нього викидати або, коли потрібно, переварювати. Сам же холодильник мити два рази на рік, а у випадку якого-будь затрусення — негайно перевести його дезинфекцію.

Чистий стіл, на якому пригтовляється їжу, чиста підлога, яку мисться розчином мила кожного тижня — це необхідність, щоб зберегти кухню від бактерій.

г) **Спальня:** Це має бути простора і повна свіжого повітря кімната, яку треба провітрювати щоденно навіть зимою. Загальна гігієна, часто провітрювані коци, часто змінювана постільна білизна — також самозрозумілі речі. Порядок і чистота в цій кімнаті — це також один із важливих моментів у родинному вихованні. Люди краще сплять і встають свіжішими в чистій і впорядкованій кімнаті, діти краще відпочивають, а до того ж привчаються до засад естетики в особистому житті. Це може здаватися дрібницею, але обсервація людей, які „погано сплять”, дітей, які „товчуться до півночі, а зранку їх не добудитись”, втомлених і млявих, показує часто, що такі члени родини сплять у спальній кімнаті з брудною білизною під ліжками, з брудною підлогою, не завжди чистою білизною на матраці, з цілими тижнями незастелюваними ліжками.

Варто згадати окремо про одну необхідну річ у спальній кімнаті — про ліжко. Пам'ятаймо, що в ліжку людина проводить приблизно третину свого життя.

Матрац — це найважливіша частина ліжка, яка часто рішає про ваше самопочуття, добрий сон, ряд жалів, які ви можете мати. Здоровий матрац — це твердий матрац.

Коли ви сідаєте на ліжко і матрац під вами вгинається аж до пружин підматрацної коробки — такий матрац не годиться. Він не забезпечить добрим відпочинком, а головне — часто може спричинити болі в м'язах та хребті. Фахівці стверджують, що велика кількість людей, які мають хронічні болі в хребті або в крижах, мають їх від поганого матраца. Вісім або більше годин спить людина не в анатомічній позі, ряд м'язів непотрібно напружуються, ряд суглобів виходять з нормальної позиції, і наслідок — болі хребта.

Матрац повинен бути твердим, і чим він твердіший, тим краще. Також і пружинна коробка під матрацом повинна бути твердою. Протягом двох-трьох тижнів вам може бути невідгідно спати на такому матраці, у вас будуть „боліти боки і кості”, але згодом ви звикнете і, коли нема поважної хвороби хребта, позбудетесь усяких болів, бо під час сну ваше тіло відпочиватиме в нормальній позиції. Не виключене, що в давні часи, коли наші предки спали на дубових дошках, застелених ведмежою шкірою, вони мали далеко менше клопотів з хребтом, як маємо ми тепер.

Добрий сон — це здоровий сон, що дає максимум відпочинку. Добре ліжко часто далеко краще, як насонний порошок.

г) **Лазничка:** Чистота і дезинфекції тут — необхідність. Зливниця, ванна, місце для природніх потреб повинні періодично не

лише митися міцним розчином мила, але й промиватися дезінфекційними матеріалами, а також часто провітрюватись. В родинному житті — це місце виховання засад особистої гігієни. Гаряча вода і мило надто дешеві в цивілізованому світі, щоб їх не вживати доскоду.

Гігієна зубів, рота, чистота тіла — це необхідність не лише для здоров'я, естетики, а також для нормального соціального життя. Бруд і піт далеко здоровіше змивати водою з милом, як замазувати різними „деодорантами” та кремами, що привчають людину лише прикривати недоліки персональної чистоти.

д) **Місце праці:** Кабінет, робітня, бібліотека, а також кухня, пральня, місце забав для дітей мусять мати дві основні речі: багато повітря і багато світла вдень і ввечері. Ніщо гірше не томить, як брак повітря, а з тим нестача кисню в крові, що в свою чергу приводить до загальної кволости, частих болів голови, швидкої втомлюваності, меншої видайності в праці, знеохочування до забав і т. д.

Це саме стосується світла: недостатнє освітлення, а зокрема під час праці вечорами, дасть ті самі симптоми, а до того ще й попсиє очі. Перевірте освітлення в кабінеті, в кімнаті, де вчать діти. Багато світла з добрим доступом повітря не раз розв'яже проблему швидкої втомлюваності під час праці, недостатніх успіхів у навчанні, болів голови та зникну доброго зору.

е) **Вітальня:** Це кімната, безперечно, не лише для приймання гостей, але й для родинного співжиття. Естетика, чистота, прикраси, добір меблів та їх кольорів мають великий вплив на загальну поведінку людини, на виховання молодого покоління.

Ця кімната також має бути вигідною, бо тут людина відпочиває, а відпочинок рішає часто про видайність праці та психічне здоров'я. Це також місце щоденних зустрічей членів родини, дискусій, розмов, які варто ввести в життя регулярно. Хай не лише місце при столі під час їди буде місцем зустрічі родини. Тут виковуються перші основи соціальних відносин, що потім відбиваються у ширшому співжитті, в суспільстві.

є) **Персональний догляд:** Загальна гігієна тіла, різноманітне харчування, естетичний вигляд одягу, волосся, шкіри, рук і предметів особистого вжитку — це не „панські витребеньки”, а необхідність культурної людини, що говорить передусім про її духове здоров'я, її настанову до оточення, її підхід до естетики в житті взагалі. Речі ці засвоюються передусім в родині, в гурті, що шанує себе.

Може видаватись, що ми занадто наголошуємо ці прикмети, але коли запізнатися з досвідом лікарського світу із сотнями тисяч пацієнтів, то виявляється, що психічна настанова в них часто є тим основним стимулом, який породжує чимало т. зв. психо-фізіологічних жалів та болів. Адже відомо, що не менше як половина пацієнтів, які виповнюють лікарські кабінети, — це люди, що мають недомагання психічного характеру, хоч і жаліються на фізичні болі, недуги чи симптоми. А породжуються ці симптоми на базі отих „дрібненьких” справ, які мають свій початок від дитинства, коли основи нормального життя культурної людини або не засвоїлися, або загубились. Персональне недбальство — перші позначки особистої нестійкості.

ж) Родинні розмови: Їх треба плянувати і проводити регулярно, не цураючись молодшого покоління. Нічого від дітей приховувати різні факти життя, відносини в суспільстві, матеріальні і навіть родинні клопоти. Діти про це й так довідаються, тож краще нехай дізнаються про це від батьків у відповідному віці.

Цілком інша справа — це методика дискусій чи розмов. Коли вони відбуваються зі сварнею, вигуками, в злості, — тоді їх не варто вести, бо це лише ятрить родинний корінь, а молоде покоління втрачає пошану до opinii батьків. Уміти переводити дискусію в родині, зокрема в присутності дітей — це мистецтво, якого треба вчитись, яке треба вдосконалювати.

Умійте проводити розмови навіть на неприємні теми, і ви виховаєте дітей на духово здорових громадян. Зіпсуйте відносини в родині, підірвіть авторитет батька чи матері, захитайте підвалини цієї основної соціальної клітини, і виростите циніка, ігноранта, сварливого недбайла, який, нехтуючи родинний принцип, буде ігнорувати принципи ширшого оточення.

з) Безпека дому і родини: Статистика виявляє, що дім — це найчастіше місце нещасних випадків. Це широка тема, але, зводячи її до кількох основних справ безпеки, варто, щоб кожний міг відповісти на наступні питання:

1. Чи різні закутки у вашому домі добре освітлені?
2. Чи сходи, зокрема, коли вони круті, добре забезпечені?
3. Чи підлога в лазничці, де люди найчастіше падають, не слизька?
4. Чи добре ізольовані електричні проводи, чи забезпечені всі електричні контакти від прямого дотику?
5. Чи перевіряється час від часу система ogrivannya, щоб вона не виділяла окису вуглецю, т. зв. чаду?
6. Чи не просякає десь пальний газ?

7. Чи хемічні речовини, які служать для різних хатніх потреб, як чищення, малювання і т. д., добре заховані від дітей, і чи мають вони виразні написи?
8. Чи не лежать вільно на підлозі килимки, які легко зрушити з місця і через які найчастіше ламають ноги або стегна старші люди?
10. Чи маєте ви звичку курити в ліжку, що є одною з найчастіших причин пожежі?

2. П РА Ц Я

Модернізація життя та глибокі соціальні зрушення, що позначили наше століття, внесли чимало змін у користь робітників, службовців, урядовців, учителів, науковців і т. д. 40-годинний тиждень праці — це вже давно в цивілізованому світі нормальна річ. Попри скорочення годин праці зайшли також великі зміни в умовах праці в індустрії та різного роду установах.

Розумне керівництво фабрики і установи знає, що чим кращі умовини праці, чим краще здоров'я працівника, — тим краща продукція і більша видаєність праці. Отже в приватних і державних підприємствах уживають цілий ряд заходів, щоб зробити працю безпечнішою та вигіднішою, а з другого боку — дбають про здоров'я працівників. Питання лише в тому, чи окремі працівники користають з тих умовин та законів, що забезпечують їхнє здоров'я.

В установах і підприємствах перевіряють здоров'я працівників при їх вступі на працю, а згодом перевіряють його періодично лікарським персоналом. У багатьох підприємствах не лише дають забезпечення працівникові на шпиталь та лікарів у випадку хвороби, але також організують медичні пункти для обслуги дрібніших випадків.

І все ж таки часто буває, що працівник уникає такої перевірки, а коли погано себе почуває — не з'являється до клініки. Добре, коли він піде до свого приватного лікаря, але часто і це ігнорує. Це — дуже невірний підхід до справи власного здоров'я, який часом може довести до обниження видаєности праці і навіть втрати здоров'я. Це тим більше важливо, бо іноді якесь пошкодження може бути якраз наслідком виконуваної у підприємстві роботи.

Варто пам'ятати, що закони про охорону робітника діють скрізь, і дотримуються їх суворо. За кожне фактичне пошкодження здоров'я на праці, не кажучи вже про покалічення чи нещасли-

ві випадки, відповідає підприємство. Сюди, очевидно, не включаються хвороби, що виникли незалежно від виконуваної роботи, але ніколи не зашкодить перевірити або з лікарем при підприємстві, або з приватним лікарем, чи така або інша недуга не постала внаслідок умовин праці на підприємстві.

До найчастіших пошкоджень, які можуть бути незначними, але й можуть прибрати поважного характеру належать:

1. Попарення кислотами, луговими речовинами і парою.
2. Переломи костей, найчастіше рук і пальців внаслідок невластивого орудування машинами.
3. Розрізи на тілі, загнання металевих або дерев'яних відламків у тіло.
4. Пошкодження очей кислотами, луговими розчинами, металом, вапном, цементом, піском, навіть пилюкою.
5. Затрусення газами або хемікаліями.
6. Шкірні висипки внаслідок подразнення хемічними сполуками, міцними фарбами, матеріялами для чищення, газами, оліями і т. д.
7. Хронічний кашель включно з розвитком бронхіту, емфіземи, бронхіктази, силікози легень від хемікалій, газів і т. д.
8. Пошкодження хребта внаслідок невластивого ношення тягарів, упадків, невластивого напруження.
9. Пошкодження радіацією.
10. Пошкодження дихальних органів занечищеним повітрям.

Ніколи не слід ігнорувати навіть найменшого пошкодження або найслабшого симптому, бо невідомо, чи не розвинуться вони в поважний стан. Так, наприклад, малий розріз під час роботи на брудних об'єктах або мала скалка під шкірою може розвинути в абсцес і навіть у грізну хворобу, часто смертельну, в правець (тетанус).

Якщо працюєте ви з небезпечними речовинами або на небезпечних об'єктах, чи вживаєте приписані рукавиці, окуляри для охорони очей, навушники, відповідне взуття і т. д.? Часто ігнорування звичайних приписів охорони може привести до каліцтва на ціле життя.

Щороку приблизно 500.000 людей в Америці в меншій або більшій мірі пошкоджують хребет під час праці, не знаючи правильної техніки в підношенні тягарів. Найлегше пошкодити хребет, коли, підносячи тягар, зігнути в дугу, затамувати віддих

і робити це лише силою м'язів хребта. Коли ж цей самий тягар підносити з випростаним хребтом, стаючи на одно коліно або присідаючи, хребет ніколи не буде пошкоджений. (Див. розділ про недуги нижньої частини хребта).

Працюючи на цементовій підлозі, чи дбаєте ви про відповідне взуття? Походять по такій підлозі 20 років у черевиках на твердих підошвах — і артрит стіп та колін напевно з'явиться у вас під старші літа. І навпаки — вживаєте черевики з м'якою підошвою, яка амортизує під час ходи відворотній удар цементу у ваші стопи й коліна, і ви заощадите свої суглуби від дегенеративних змін.

Чи працюючи в канцелярії маєте ви достатньо повітря і світла? Брак повітря обнижує вміст кисню в крові, а це викликає передчасну втому, отже зменшує видайність праці. Недостатнє освітлення спричиняє біль голови, а з часом послаблює зір. Чи в перервах під час праці ви виходите на свіже повітря? Чи при сидячій праці робите прохід під час перерви? Найпевніший завдаток на артритичні зміни в суглобах, на жиляки, на затвердіння шлункових виділин, на гемороїди, на зайву вагу — це сидяча праця без відповідного руху після неї.

Іноді людина мусить працювати понад нормальний час, який в англійських країнах звуть „овертайм”. Ця надвишка часу праці не шкодить молодшим або сильним людям. Але її не повинні виконувати люди, що мають: будь-які недомагання серця, недуги дихальних органів, високе тиснення крові, хвороби очей або вух, хронічні артрити. Може їм і здається, що вони можуть цю працю „тягнути”, але це лише заспокоєння себе самого. Раніше чи пізніше це відіб'ється від'ємно на їх загальному стані. А їх продуктивність буде меншою не лише в додаткових годинах, але й в часі нормальної праці.

Як довго може людина працювати? Загально прийнято, що 65 років — це вік відходу на пенсію. Очевидно, при певних умовах людина може продовжувати працю, але питання це індивідуальне. При важкій фізичній праці або при напруженій умовій, як відомо з медичних дослідів, видайність людини спадає після 65 років внаслідок нормального процесу старіння, незалежно від того, чи дана людина це відчуває. Також тоді скоріше „зуживається” здоров'я людини, бо кожний рік зайвої праці послаблює здоров'я так, як протягом трьох років у віці 50-60 років.

У віці понад 65 років, якщо це потрібне і якщо не дошкуляють якісь недомагання, праця із зменшеною кількістю годин — це часто доцільний крок, очевидно, при догідних умовах праці.

3. ВІДПОЧИНОК

Відпочинок і розвага — чи вони короткі у вільний час, чи довші у формі вакацій — це необхідні періоди в житті людини. В цих періодах людина фізично й духово розпружується, набирається енергії, зближається з родиною та оточенням, має час для особистого догляду і вдосконалення, збагачує свої знання і досвід. Без цього людина буде нидіти й тупіти.

Не кожний спосіб відпочинку і не кожна розвага відповідають тій чи іншій людині, однакову приносять користь у вихованні молодого покоління. Тому правильний підхід до планування розваги і відпочинку — це справи, які потрібно вирішувати індивідуально, бо інакше вони можуть стати не тільки нудними, але й шкідливими.

Часто лікареві, вчителеві чи психологові аж боляче дивитися, коли, наприклад, батьки змушують свою дитину вчитися грати на скрипці чи піяніні у той час, як вона зовсім не цікавиться музикою або не має до неї природнього нахилу; коли батьки спонукують сина стати спортовим чемпіоном, а він виявляє зацікавлення до природи, а не до спорту; коли батьки хочуть зробити з дитини оперового співака, а він навіть голосу не має і хоче займатися хемічними експериментами. В такий спосіб батьки часто переносять свої власні амбіції на дітей, викривлюючи їх психіку, і тоді навіть звичайний відпочинок або культурна розвага стають для них осоружними, гіршими за важку працю. А якраз в періоди відпочинку, коли молода людина повинна мати якнайбільше приємности, часто підсувається їй оці „розваги”.

Розуміння музики і взагалі мистецтва необхідні інтелігентній людині, але вона не мусить бути піяністом чи малярем, бо не всі родяться Моцартами чи Рубенсами. Це, очевидно, не стосується людей, які справді обдаровані хистом. Мова тут про перегони в ділянках, до яких велику частину нашої молоді змушується, незалежно від того, чи вона має до тих ділянок зацікавлення. При цьому часто гине взагалі зацікавлення до культурної розваги, внаслідок чого сповільнюється розвиток психіки людини.

Отже, розвага, якого б вона характеру не була, має бути плянована і практикована індивідуально, залежно від того, до чого людина має нахил, зацікавлення, хист, що дає їй відпруження, відпочинок, з чого вона засвоює щось позитивне, гарне. Лише такий відпочинок приносить нові сили для щоденної праці.

Добрий і модерний дім — це організований дім. Вище ми згадували про основні принципи гігієни, а тепер скажемо кілька слів

про місце відпочинку, забави, культурної розваги, дослідів, читання і т. д., які є важливими з погляду духового здоров'я або фізичного відпруження.

Добра хата повинна мати окреме місце для умової праці, найкраще окремий кабінет або читальню. Вона мусить мати окреме місце розваги для дітей, навіть окреме місце розваги чи культурного відпруження для цілої родини. У більших домах — це окремі кімнати з відповідними меблями та устаткуванням, навіть окремі робітні, фотографічні або фізичні лябораторії для дітей. Не кожний дім, одначе, має для цього доволі простору. Тоді вистачить просто окремого місця для таких призначень, відмежованого кутка для дитячої забави і т. д.

Ми тут не входимо в деталі плянування, бо кожний дім, як і кожна родина та її матеріяльні спроможності — різні. Тут ідеться про плянування, в якому мали б місце окремі частини дому для окремих призначень. Це вимагає, щоб молода або старша людина мала можливість час від часу залишатись самою, відмежованою і безтурботно займатись тим, що їй до вподоби. Людина вимагає періодичного суто індивідуального, сказати б, приватного відпочинку, і власне такі окремі кімнати або місця необхідні, щоб цього досягнути.

Розрізняємо два роди відпочинку і розваги: пасивні й активні. Ці дві категорії треба мати на увазі, бо від звички їх практикування постає пізніше цілий психологічний комплекс, що має не абиякий вплив на духове і фізичне самопочування.

Пасивний відпочинок — це безцільне слухання радіо або висиджування годинами перед телевізором без огляду на програму, що фактично є лише „забиванням часу”. Це — читання брукових книжок на взірець американських „каміксів” або кримінальних історій. Це — вживання алькоголю без товариства, щоб „трохи закрутилось у голові” і щоб „краще виспатись”. Можна б навести і більше прикладів.

Активний відпочинок — це брати участь в подіях чи розвагах, які відбуваються коло вас. Це активне слухання музики або оглядання телевізійних програм чи кінофільмів, які мають ідею, цілеспрямованість, викликають певні переживання і думки. Це — читання доброї літератури. Це — вправи з музичним інструментом, вивчання природи, експериментування з різним приладдям чи інструментами, спортові вправи, активні забави. Але основне — це психічно бути частиною події, а коли можна — активним учасником розваги.

Ставимо окремо додатковий сон, бо він може бути необхідністю в деяких ситуаціях. Сильне фізичне або й духове виснаження часто приводить організм до такого стану, що передрімка або й кількогодинний сон поза нормальним відпочинком уночі — конечно потрібні. Ними лише не треба надуживати.

Вакації кожного року потрібні знову ж таки з двох причин: для духового розпруження і фізичного відпочинку. При чому вакації не у власному садку, а таки справжні вакації з відлученням від дому і оточення хоч на тиждень-два. Людська психіка побудована так, що вона може відпружитись лише при зміні „психологічного клімату”, при зміні щоденного життя, зміні оточення. Також під фізичним оглядом ви відпочинете далі від дому, бо, залишаючись вдома, завжди знайдете якусь роботу — будете малювати хату, щось у ній направляти, перебудовувати, а час вакацій непомітно пройде, і ви не відпочинете. А організм потребує відпруження, відлучення від щоденних обов'язків.

Кілька слів про відпочинок вночі. Сон — це необхідний відпочинок для цілого організму, зокрема для мозку. Він також потрібний для шлунково-кишкового тракту, щоб дати йому можливість перетравити спожиті харчі і, припинивши свої функції травлення, приготувитись до наступної праці. Він потрібен для м'язів і суглобів, для легень і для серця.

Нормально восьми годин сну для дорослої людини і десять годин для дітей та молоді шкільного віку вистачає. Чимало людей може обходитись лише сімома або й меншим числом годин сну, і це не треба вважати ненормальним, хібащо людина відчуває себе виснаженою. Для дітей, однак, десять годин — це необхідність, бо їх слабша нервова система та мозок цього вимагають. Треба мати на увазі, що діти шкільного віку працюють далеко більше, як нам здається, бо навчання вимагає великої напруги.

Ми наголошуємо два аспекти відпочинку: духовий і фізичний, бо їх розділити годі. Власне, в нашу модерну добу духове відпруження навіть важливіше, бо ряд недуг, як це ми побачимо в дальших розділах, сильно пов'язані з психічним станом.

Обговорюючи плянування дому, родинного життя, відпочинку і т. д., ми торкнулись багатьох аспектів, і могло б здаватись, що майже всі вони коштовні. Це, може, правда, хоч і не завжди, бо в наших обставинах не треба бути мільйонером, щоб забезпечити себе вигодами. Але це вже не медична, а соціальна проблема, яку розв'язувати не лікарям. Все ж можна поставити пи-

тання: якщо таке або інше влаштування дому, плянування вакацій може бути коштовним, то скільки коштує добре здоров'я? А масмо лише одне здоров'я і одне життя.

4. МЕДИЧНА ОПІКА

Це питання буде обговорюватись в усіх розділах у такій чи іншій формі, але на цьому місці ми хочемо торкнутись кількох практичних справ і, так би мовити, техніки організації такої опіки.

Найкращим запевненням постійної медичної опіки є приватний або т. зв. родинний лікар. На це існує ряд доказів: ваш приватний лікар дає вам індивідуальну опіку, а по деякому часі, запізнавшись зі станом вашого здоров'я, знає, як zareагувати на кожну вашу потребу; він готовий вам допомогти кожночасно, і у наглому випадку вам не доводиться звертатися до лікаря, який з вашими проблемами не знайомий; він знає всі проблеми здоров'я вашої родини, обізнаний з вашим побутом та способом життя; в разі потреби він відішле вас до відповідного спеціаліста і триматиме з ним контакт; у своїй картотеці він має широкий образ стану вашого здоров'я, що іноді приносить неоціненні прислуги, бо людська пам'ять недосконала; він стає приятелем вашої родини.

Приватний лікар може бути загальнопрактикуючим або також може мати окрему спеціальність, наприклад, бути фахівцем внутрішніх недуг. Він також може, крім загальної практики, мати особливе зацікавлення в якійсь ділянці, наприклад, акушерстві, хірургії, хворобах серця чи дихальних органів. В такому разі ви маєте вищу фахову опіку в окремій ділянці. Він має широкі знайомства серед фахівців різних ділянок, і завжди може рекомендувати вам досвідченого спеціаліста.

Ваш лікар може практикувати одинцем, але також може бути членом клініки. Отже, лікуючись у клініці, ви можете зв'язатися тісніше з одним із її лікарів, щоб мати його, як родинного лікаря. Інші лікарі клініки вас лікуватимуть або як спеціалісти, або в час неприсутности вашого лікаря, залежно від складу клініки.

Виберіть собі лікаря до вподоби і майте до нього довір'я.

Найгірші результати лікування бувають тоді, коли хворий має сумнів у-починах лікаря. Тримайтеся одного лікаря і не ходіть від одного до другого, не оббивайте порогів лікарських кабінетів, щоб „довідатись правду”. Ваш лікар вам її скаже. Коли ж

потрібно — він порадиться з іншим лікарем, бо це також в його інтересі. Коли вас все ж таки бере сумнів, ніколи не соромтеся спитати в нього про потребу консультації з спеціалістом даної ділянки. Ніякий етично-практикуючий лікар вам того не відмовить і не буде прикро враженим. Людське здоров'я дорожче від професійної гордості.

До 40-го року життя переходьте перевірку вашого здоров'я щонайменше кожних два роки, а по 40-му році — кожного року. Хай це будуть навіть короткі оглядини з перевіркою серця, тиснення крові, легень, крові і сечі, бо найкраще лікування — це профілактика або раннє виявлення початків недуги. Ніколи не вагайтеся з робленням пропонуваного лікарем аналіз чи дослідів рентгеном, бо коли лікар пропонує — значить він або має сумнів щодо діагнозу, або мусить перевірити наслідки лікування для вашого власного добра. Вашого „я краще чуюся” — не вистачає, бо багато проблем вимагають досліду. Ніколи не вагайтеся йти на консультацію до спеціаліста, якщо це пропонує ваш лікар.

Коли все ж таки з якоїсь причини ви рішастесь змінити лікаря, тоді зробіть це одверто, подаючи ту причину, і просіть вашого лікаря, щоб переслав основні відомості про ваше здоров'я вашому новому лікареві. Це практикований звичай, і він найкращий. Коли ж ви залишастесь постійним пацієнтом певного лікаря — тримайтеся основних принципів добрих відносин, вимагайте від нього професійної опіки, але дозвольте йому також бути людиною.

Говорячи про відносини між лікарем і пацієнтом, я хотів би викрити декілька „секретів” лікарського світу, про які часто пацієнти не знають, а які їм варто мати на увазі. Їх можна висловити в наступних точках-порадах:

1. Коли ви рішили перейти від одного лікаря до другого, не кажіть йому, що, мовляв, я ходив до такого-то лікаря десять років, але йому не вірю, а про вас, пане докторе, багато чув доброго... Поперше — звучить це дуже нелогічно, а подруге — такі слова ніякий лікар, що шанує себе і медичну професію, поважно не потрактує. Навпаки — він стане супроти вас підозрілим. Ви можете сказати добре слово лікареві, але не коштом опоганення іншого.

2. Не заводьте з лікарем у кабінеті розмов на „громадські теми”, бо тим забираєте у нього час, який він мусить віддати хворому. Адже ви не хотіли б, щоб коштом ваших оглядин він обговорював громадські справи.

3. Коли на це немає дійсної потреби, не кличте лікаря увечері або в свято, щоб обговорити проблеми вашого здоров'я, бо „ви, пане докторе, маєте тепер більше часу”. Власне лікарський

кабінет, а не приватний дім, є місцем для обговорення проблем здоров'я.

4. Не кличте лікаря потайки, мовляв, „мій чоловік дуже нервовий, зробіть йому щось, але навіть не кажіть, що я до вас дзвонила”. Таким способом ви ставите лікаря в незручне положення, і ціла справа виглядає несмачно. Робіть це в порозумінні з своєю родиною, не втягаючи в це лікаря. Єдиними, задля кого ви можете дзвонити — це діти, і тоді треба їм сказати про таку консультацію чи пляновану візиту.

5. Не слухайте opinii кількох лікарів нараз, хібащо вони про це знають.

6. Не заживайте ліків від кількох лікарів нараз, хібащо маєте таке доручення вашого лікаря.

7. Не вважайте, що ви є найважливішим пацієнтом. Для етичного лікаря всі пацієнти найважливіші, і він усім віддає стільки часу, скільки вимагають їх проблеми.

8. Будьте правдомовним. Лікар не зрадить ваших проблем, але він їх мусить знати у вашому власному інтересі.

9. Не вимагайте від лікаря, щоб полагоджував закручені справи вашого забезпечення на шпиталь чи лікування, проблем вашої відпустки, відшкодувань за хвороби чи пошкодження і т. д. поза межами можливого. Цим ви наражаєте його професійну репутацію.

10. Ніколи не соромтеся спитати у лікаря вияснення відносно його гонорару, вашої хвороби, яка вам неясна, додаткових інструкцій про медикаменти і т. д., бо це допоможе вам і лікареві уникнути зайвих непорозумінь.

Притримуючись цих приблизно наведених точок, можна зберегти добрі відносини між пацієнтом і лікарем, що є надзвичайно важливим у випадку кожної потреби.

Медична опіка сьогодні — широкорозвинена і на високому рівні. Не вагайтеся з неї користати регулярно, зокрема при будь-якому сумніві щодо стану вашого здоров'я. Не ставте собі самі діагнози, дозвольте це зробити людині, яка довгі роки вчилася і має в цій справі досвід. Якраз широко розгалужені медичні науки і продовжують людське життя до пересічного, 75-літнього віку. Наука йде вперед, ви ж ідіть впарі з нею.

II. ЗДОРОВ'Я І ХАРЧУВАННЯ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Проблему цю можна розглядати з різних сторін: одностороннє харчування з браком певних складників, вегетаріянське, харчування, зумовлене кліматичними умовами або культурними навиками, недостатнє харчування. Окремою темою є навіть питання голоду і його впливу на фізичне здоров'я та психіку людини. Ця тема, зокрема, може бути важливою студією недавньої української історії, з періоду голоду 1933 року, бо науково ще не досліджено, який вплив мав той жахливий період на здоров'я і психіку не лише тогочасного, але й наступних поколінь нашого народу. Бо, щоб підкопати здорові підвалини нації, не обов'язково треба вибуху атомових бомб з їх радіацією, а чимало „успіхів” можна досягнути й звичайним голодом.

У цій книжці нас цікавить проблема звичайного харчування в нормальних умовах, коли відхилення від здорових принципів регулюється самою людиною. Ці принципи тим більше треба знати, бо, як стверджують досліді, чимало недуг широкого значення постають внаслідок невідповідного харчування.

Для нормального росту, розвитку, втримування сили, направи або заміни окремих тканин тіла і, нарешті, для продукування потрібної енергії людина потребує харчів, що мають у собі: білок, вуглеводани, товщі, вітаміни і мінерали. Усі ці складники в певній кількості потрібні нам кожного дня і, нормально, ми їх одержуємо з молока і молочних продуктів, м'яса, овочів, горюдини та харчів із зернових культур.

Згадані складники постачають нам потрібну кількість білка для росту організму, вуглеводанів у формі цукру та крохмалю для м'язів, судин, крові і, головню, для витворення енергії; товщів також для перетворення їх в енергію; вітамінів, необхідних для нормалізування росту тканини та втримування її в здоровому стані; і мінералів, потрібних для побудови цілого тіла, а також для дуже важливих хемічних процесів, які відбуваються в людині, як в дуже складній біологічній і фізіологічній лябораторії.

Баланс поміж окремими харчами, що їх ми щоденно споживаємо, необхідний, інакше організм буде виснажуватись, скоріше старітись, ставати невідпорним на хвороби і, нарешті, не матиме достатньої кількості кальорій, які він повертає в загальну енергію. Загально прийнято, що людині потрібно кожного дня 15 кальорій на кожний фунт її ваги. Коли людина, наприклад, важить 150 фунтів, то її щоденні харчі мусять мати в собі 2 250 кальорій, щоб вона нормально працювала і затримувала добрий фізичний стан. Але якщо потрібні кальорії заступати виключно вуглеводанами чи товщем, то це буде нездорове харчування, яке пошкодить організм.

Усі складники в нашому харчуванні важливі, а все ж білок є основним. Білок дає основу всьому організмові, він є головним складником клітин, що творять тканини цілого тіла. Він, власне, є початком усього життя. Тому споживання молока і молочних продуктів, а також м'яса різного виду — необхідне, бо ці продукти є основним постачальником білка. Правда, в деяких випадках окремі складники в харчуванні треба обмежити, а то й виключити, але це — окремі проблеми. Зараз ми говоримо про нормальне харчування здорового організму.

Беручи до уваги загальний вплив харчів на людське здоров'я і життя взагалі, можна сказати, що при всій різноманітності харчів, які мусять мати в собі всі потрібні складники, білок є основним, а редукція товщів і вуглеводанів, зокрема вуглеводанів у чистій формі (алькоголь, цукор, цукрові приправи, мед і його продукти) — ніколи не зашкодить. Ми маємо тут на увазі не повне виключення деяких вуглеводанів і товщів, а форму і кількість їх споживання. Треба, наприклад, споживати достатню кількість товщів, але при певних недугах серця і судин необхідно переключитися з тваринного товщу на рослинний; можна вживати цукор, але треба обмежувати його кількість; можна вживати мед, який має в собі цінні складники включно з вітамінами, але не слід ним переїдатись.

Харчі, які ми споживаємо кожного дня, перетравлюючись в нашому шлунково-кишковому тракті, переходять складні процеси, змінюють хемічну форму і згодом переходять у кров, а звідти до різних тканин нашого організму. Частина їх відкладається в тканинах, а частина, внаслідок хемічних процесів, перетворюється на тепло, „згорає” і переходить в енергію. Цей процес звемо метаболізмом або зміною матерії. Хоч це „згорання” відбувається без полум'я, воно, як і всяке горіння, може мати місце лише в присутності кисню, який організмові постачають легені.

Цей складний процес перетворення матерії не міг би відбуватися нормально на довшу мету, коли б ми споживали виключно білок, товщ і вуглеводани в чистій їх формі. Для нормального травлення шлунок і кишка повинні мати ще й „балаяст”, себто механічне навантаження, яке постачається нормальними харчами у формі волокна-целюльози, мінералів у городині, овочах, зерні, тваринних продуктах. Тому для нормальної фізіологічної акції органів травлення необхідно споживати харчі не лише в т. зв. чистій формі, а й в їх природній формі, без екстрактів: їсти городину і овочі, попри білий хліб — також чорний, попри солодоці — також овочеві узвари чи компоти.

Харчування має бути регулярним. Їсти раз на день і багато — далеко гірше для здоров'я, як три рази денно вміру. Це особливо стосується дітей і молоді, коли вони у повному процесі розвитку. Кожна пора дня має своє значення у харчуванні.

Немає сумніву, що свіжі харчі не лише смачніші, але й здоровіші для людини, як консервовані. Але не слід боятися і консервованих харчів. Сучасна техніка консервації гарантує їх безпеку і часто не змінює смаку. Все ж таки найкраще зберігають свої властивості харчі заморожені і висушені або спорошковані. Консервація в металевих контейнерах найбільше змінює вигляд і смак, а також вітаміни харчів, хоч вона і повністю безпечна. Крім цього при такій консервації, щоб зберегти харчі від псування, уживається якусь кількість хемікалій, а серед них і різні соли, і тому люди, що мають у своїй дієті малу кількість соли, не повинні вживати консервів. Замороження нищить вітаміни „В” і „С”. Власне не так саме замороження, як процес готування до замороження, але ці вітаміни поширені в природі і харчах, ми їх одержуємо доволі від свіжих продуктів. Це саме із сушеними та спорошкованими харчами: вони також до якоїсь міри втрачають ці вітаміни. Тож при споживанні консервованих, заморожених і сушених харчів необхідна також якась кількість свіжих харчів.

Іноді невідповідне харчування може спричинити деякі недуги, але до цих проблем ми повернемося в інших розділах.

Нормальне харчування, як ми вже зазначали, складається з різноманітних харчових продуктів, які мусять мати в собі білок, товщ, вуглеводани, вітаміни, мінерали і „навантаження шлунку” — овочі, городина, зернові продукти і т. д.

Нижче подаємо орієнтаційний список харчів, що їх рекомендує Американське Медичне Об'єднання.

Продукт	Для дитини	Для юнацтва	Для дорослих
Молоко або молочні продукти (в склянках)	3-4	4 і більше	1-2
М'ясо, риба, птиця, яйця (в порціях не менше як 100 грамів або 3 унції)	1-2	3 і більше	2-3
Різномодна городина (в порціях, як при м'ясі)	1-2	2	2
Цитрусові, помідори й інші овочі	1	1-2	1-2
Картопля й інша городина (в порціях, як вище)	1	1	1
Хліб, мучні продукти, каші (в порціях, як вище)	3-4	4 і більше	2
Масло або маргарина (в столових ложках)	2	3-4	2-3

Ця таблиця — мінімум харчування для нормально активної людини, яке, однак, часто треба перевіряти й dostosовувати до її ваги.

2. ЛЮДСЬКА ВАГА

Нормальна вага мужчин і жінок у віці 25 років і вище.

Вага мужчин в фунтах

Вага жінок в фунтах

Ріст у				Ріст у			
стопах і цалях	малий кістяк	середній кістяк	великий кістяк	стопах і цалях	малий кістяк	середній кістяк	великий кістяк
5' 0"	*	*	*	5' 0"	96-104	101-113	109-125
1"	*	*	*	1"	99-107	104-116	112-128
2"	112-120	118-129	126-141	2"	102-110	107-119	115-131
3"	115-123	121-133	129-144	3"	105-113	110-122	118-134
4"	118-126	124-136	132-148	4"	108-116	113-126	121-138
5"	121-129	127-139	135-152	5"	111-119	116-130	125-142
6"	124-133	130-143	138-156	6"	114-123	120-135	129-146
7"	128-137	134-147	142-161	7"	118-127	124-139	133-150
8"	132-141	138-152	147-166	8"	122-131	128-143	137-154
9"	136-145	142-156	151-170	9"	126-135	132-147	141-158
10"	140-150	146-160	155-174	10"	130-140	136-151	145-163
11"	144-154	150-165	159-179	11"	134-144	140-155	149-168
5' 0"	148-158	154-170	164-184	6' 0"	138-148	144-159	153-173

У віці від 18 до 25 років треба віднімати один фунт на кожний рік життя нижче 25 років.

Переглянувши межі нормальної ваги, варто звернути увагу на відхилення, які часто мають не абиякий вплив на здоров'я. Особливо хочемо торкнутися недомагань нашої епохи — об'їдання, а з ним і побільшення ваги.

Надмір ваги буває здебільша в людей середнього віку, у жінок частіше, беручи до уваги загальну статистику. Безперечно, спадкові і расові прикмети грають при цьому значну роль, але в основному тут справа з поганим баянсом між кальоріями, споживаними у харчах і зуживаними на енергію при праці, вправах і т. д.

Як знаємо, наші харчі складаються в основному з білків, вуглеводанів і товщу, які по-своєму відкладаються, перетворюються на енергію, допомагають у рості, збереженні тканин і т. д. Людський організм має обмежені можливості відкладати білки та вуглеводани, і їх він може затримувати в собі лише потрібну кількість, а решта або спалюється на енергію, або перетворюється на товщ. Натомість товщу організм може відкладати велику кількість, і всяка надвишка спожитого товщу, яка не встані перетворитись на енергію, залишається в організмі. З цього логічний висновок: надмірна кількість спожитого товщу, а також надмірна кількість інших спожитих харчів, яка не спалюється в організмі, відкладається зайвим товщем. І тому справа прибирання зайвої ваги не лише в тому, що люди часто споживають зайву кількість товщів, а взагалі в проблемі об'їдання всякими родами харчів. Треба мати на увазі, що всі вуглеводани дуже легко перетворюються в організмі на товщ.

Чому лікарі так часто радять людям тримати себе в межах нормальної ваги? Це саме роблять також забезпеченеві товариства, і часами людині з надмірною вагою важко одержати забезпечення на життя або придбати легший контракт для медичного забезпечення і т. д. Тут варто б продумати ось хоч би такі цікаві дані.

Досліди та досвід на протязі левгих десятиліть виявили, що, наприклад, у віці 45-55 років кожна людина, якщо має надмірну вагу, вкорочує собі життя в такому розрахунку: 10 фунтів зайвої ваги — побільшує відсоток смертності на 8%. 20 фунтів — на 18%. 30 фунтів — на 28%, а 50 фунтів — аж на 56%. На прикладі це можна пояснити так: коли взяти певну кількість людей із нормальною вагою, і з цієї кількості з різних нелуг вмере 100 людей, то з такої самої кількості людей, які мають 50 фунтів зайвої ваги, за цей самий час вмере 156 осіб.

Знову ж таки численні досліди та статистичні дані стверджують, що надмірна вага — це дуже часто початок або причи-

на різних недуг, яких людина можливо не мала б, коли б трималась границь у своїй вазі. Сюди передусім входять недуги серця, включно із серцевими ударами та відмовою серця виконувати працю; високе тиснення крові, яке часто приводить до ударів мозку та небезпечного ушкодження нирок; цукрова недуга; різні форми артриту, що спричиняють окалічення; застоєння в легенях, які легко приводять до їх запалення; дуже часті комплікації при операціях; склеротичні захворювання; і навіть, у зв'язку з психологічним фактором, відсоток нещасливих випадків та самогубств є вищим у людей з великою вагою.

Найважливіша комплікація затовщення — це хвороби серця та судин. Якщо взяти до уваги, що ці хвороби і так стоять на першому місці щодо смертності в цивілізованому світі, то кожний десяток фунтів цю рубрику смертності збільшує. Також треба взяти до уваги, що надмірна вага у людей старшого віку ще грізніша, як у молодих, власне із-за витворення серцевих недомагань та високого тиснення крові.

По лікарських кабінетах часто можна почути: „Я, пане докторе, їм, як пташина...” Ми не беремо до уваги, скільки якась пташина їсть масла, сметани, шоколяду, тортів та солодкого печива, смажених на товщі речей, морозива, вареників та блинців, але знаємо, що люди все це їдять і що справа не в тому, скільки хто їсть, а що саме, який рід харчів споживає. Кожний продукт має свою калорійність, і часами не треба багато їсти, щоб переобтяжити свій організм калоріями, яких він не встані спожити і які відкладаються товщем.

Очевидно, при певних недомаганнях залози внутрішнього виділення працюють погано, і тоді людина не встані перепрацювати всіх спожитих калорій. Це — хворобливий стан, але зустрічається він доволі рідко. Частіше люди без основної перевірки скидають вину на залози, а тим часом потихеньку споживають і масельце, і коктейлі, і тортики, і т. д. Коли справді функції залоз порушені, лікар знайде причину і, майже як правило, цей стан можна направити.

Варто мати на увазі, що низькокалорійними харчами є майже всі ягоди та овочі, за винятком бананів, горіхів і винограду. Також низької калорійності є городина за винятком картоплі, квасолі та гороху.

Найбільше, мабуть, лиха в набиранні ваги робить цукор у всяких формах, а зокрема в печивах, тортах, морозивах, солодких напоях і т. д. Сюди також треба зарахувати товщ, молочні продукти, картоплю і крохмаль, на які українська кухня

багатенька, всякі мучні продукти, включно з нашими славними варениками і пиріжками.

Що ж робити, коли є надмір ваги? Очевидно, споживати менше калорій. Людині, як ми згадували, потрібно лише 15 калорій на один фунт ваги, і, коли їх зредувати, вона втрачає тиме на вазі.

Усе залежить від того, як скоро і яким методом ви хочете „згубити” свої фунти, яку силу волі при цьому виявите. Загально беручи, якщо ви хочете втратити один фунт тижнево, ви мусите мати калорійний дефіцит у сумі 600 калорій денно, якщо хочете втратити 2 фунти тижнево, мусите недоїдати 1 200 калорій денно і т. д.

Для ясности візьмемо приклад: Людина, яка важить 175 фунтів, вимагаючи нормально 15 калорій на фунт, має денне запотребовання 2 625 калорій. Вона хоче втратити два фунти тижнево, значить її денний дефіцит повинен становити 1 200 калорій. Вислід: 2 625 мінус 1 200, отже така людина повинна перейти на денне споживання 1 425 калорій, вибираючи собі всякі харчі до вподоби. Питання, очевидно, в тому, що коли вона з’їсть кілька кусників торту і тим заповнить межі своїх калорій на цілий день, то чи не буде вона голодна? Тому то правильне плянування дієти з включенням всіх потрібних складників — це необхідність, щоб і втратити вагу, і також бути ситим та здоровим.

Іноді буває, що людині потрібно допомогти в редукції апетиту. Тоді лікар, маючи на увазі загальний стан пацієнта, його тиснення крови, стан крови і т. д., може приписати таблетки, які фактично ваги не редукують, а помагають лише обнизити апетит. Цей метод, однак, має і свої негативні сторінки: в більшості пацієнти, як тільки згублять якусь кількість фунтів і перестануть заживати ці таблетки, починають знову посилено їсти і набирати ваги. Тож найкращий і найздоровіший засіб — це силою власної волі ввести новий режим їдженя кожного дня.

3. ХАРЧІ В КАЛОРІЯХ

Загально визначається калорійність основних харчів в заокруглених числах так: 1 грам білка має 4 калорії, 1 грам товщу — 9 калорій і 1 грам вуглеводану — 4 калорії. На цьому й побудоване визначення калорійности окремих груп поживи.

Подаючи таблицю калорійности, приймасмо американські виміри, бо по тих вимірах продаються харчі в крамницях. Для орієнтації: 1 американська унція (скорочено — ун.) — це 30 грамів, а 1 унція рідини — 30 кубічних сантиметрів; нормальна склянка вміщує 8 унцій; столова ложка — 1/2 унції, а чайна ложка — 1/6 унції або 5 кубічних сантиметрів.

Рід		Калорії
М ' Я С О		
Воловина		
печеня нормальна,	3 унції	236
без товщу	"	160
мелена, т. зв. „гамбургер”,	"	300
стейк з товщем	"	280
сушене м'ясо	"	150
печінка смажена	"	260
Свинина		
шинка без товщу	3 унції	190
котлета без товщу	"	228
" з товщем	"	357
печеня	"	310
ребра смажені	"	240
ковбаса	"	300
сало	"	570
Телятина		
котлета	3 унції	235
" без товщу	"	185
печеня	"	230
Баранина		
нога, печеня	3 унції	315
котлета	"	355
Птиця		
курка, печена або смажена —	1/2 курки	464
індик печений	3 унції	160
качки і гуси печені	"	240
Ряба і раки		
морський рак варений	3 унції	80
" " самі шийки	"	100

Рід		Кальорії
"	" шийки смажені	200
морська риба	смажена	200
"	" консерви	90
сардинки в олії,	5 рибин	100
устриці	3 унці	60
оселедець	серед. величини	210

МОЛОЧНІ ПРОДУКТИ

повне (незбиране) молоко	1 склянка	170
відтягнене молоко	"	85
конденсоване "	3 ун.	300
маслянка	1 склянка	85
йогурт	"	120-160
сир білий	3 ун.	110
сир швейцарський	"	220
сметана 10%	"	195
" 20% — 30%	"	360
морозиво	1/2 склянки	200

ТОВЦІ І ЯЦІА

масло	2 столові ложки — 1 ун.	190
смалець	" " "	200
маргарина	" " "	200
олія, всі роди	" " "	200
яйце	середньої величини, варене	75
яйце смажене		120
горіхове масло	1 ун.	170
майонез	"	220
підливи до салат, різної якості	"	150-200

ГРУПА ХЛІБА І МУКИ

хліб білий, звичайний	1 скибка (приб. 1 ун.)	75
" повний пшеничний	" "	75
" білий пшеничний	" "	80
" темний житній	" "	70
бісквіт	1 ун.	110
мука біла	"	100
каша ячмінна, варена	8 "	150
каша вівсяна, варена	"	150
каша суха, т. зв. „сіріял”	1 "	60-100
риж сухий	"	140
кукурудза варена	качан серед. величини	125
коржики, сухе тісто, не солодке	1 ун.	120
бублики, смажені в товщі	2 "	225

Рід		Кальорії
торти шоколядні	1 кусник	420
торти без товщ	"	200
макарони	1/2 склянки — припл. 4 ун.	170
блинці	1 на 4 цілі величини	60
тісто з овочами, печене	кусник 4 цілі величини	260-340
булочки без цукру	1 серед. величини	95

ГРУПА ГОРОДИНИ

Для легшої орієнтації поділяємо цю групу на відділи, маючи на увазі низьку, середню і високу калорійність. При цьому береться під основну увагу відсоток вуглеводанів у городині.

ГРУПА З 5% ВУГЛЕВОДАМУ (НИЗЬКА КАЛЬОРІЙНІСТЬ):

спаржа	3 унці	15
стручкова квасоля	"	15
буряки	"	18
капуста	"	18
" цвітна (кучерява)	"	12
салера	"	16
огірки	"	12
салата	"	12
гриби сирі	"	8
перець зелений	"	20
гарбуз	"	28
редька	"	16
рабарбар	"	16
капуста квашена	"	16
шпінат	"	12
помідори	"	20

Група з 10-15% вуглеводану (середня калорійність), яка іноді має вищий відсоток білка, і тому її калорійність нерівна:

квасоля свіжа, звичайна	3 унці	104
морква	"	36
цибуля	"	44
горох зелений, свіжий	"	52
перець червоний	"	36

Група з 20% і вище вуглеводану (висока калорійність), яка також має білок, а іноді й товщ; її калорійність також нерівна:

квасоля заварена або консервована	3 унці	120
квасоля звичайна, суха	"	370

Рід		Кальорії
картопля, одна — 2 цілі	"	90
картопля смажена в товщі, суха	"	560
картопля солодка (жовта)	"	120

ГРУПА ОВОЧІВ І ЯГІД

диня солодка	3 унції	24
кавун	"	24
чорні ягоди	"	45
агрест	"	36
грейпфрут	½ серед. величини	40
мандарина	звичайної величини	40
цитрина	"	36
яблуко	малої величини	56
яблучний сік	¼ склянки	50
абрикоси	2 малої величини	56
виноград	¼ склянки	75
помаранчі	1 серед. величини	52
персики	1 нормальної величини	52
груші	1 серед. величини	60
ананас	"	56
ананас. сік	¼ склянки	56
малина	"	60
банани	1 серед. величини	92
черешні	¼ склянки	90
фіги свіжі	2 серед. величини	72
сливи свіжі	4 штуки	80
дактилі свіжі	18 штук	240
сливи сушені	10 штук	260
родзинки сухі	¼ склянки	350
дактилі сухі	14 штук	350

Н А П О І

Безалькогольні

сода солодка, біла	1 склянка	80
джінджерейл	"	80
кока-кола	"	105
шоколадне молоко	"	280
сік солодкий (овочевий)	"	124
звичайна содова вода	"	2

Алькогольні

пиво	1 склянка	115
джін чистий (коктейль)	1½ ун.	120
джін, коктейль із содою	1 склянка	165

Рід		Кальорії
„Мартіні” коктейль	1 звичайний	140
ром чистий	1½ ун.	150
„Том Колінс”	1 склянка	180
горілка	1½ ун.	120
шотландська горілка („скач”)	”	115
коньяк	”	115
столове вино (райнське, сотерн)	3 ун.	75
десертне вино (порт, шері, токай, мускатель)	”	125
шампанське	”	90

Р І З Н І

Бутерброди (сендвічі)

куряча салата		225
печена курка		310
шинка		285
ліверна ковбаса		260
рибна салата		275
горіхове масло		350

Супи (комерційні або ресторани) не конденсовані

квасолева	8 ун.	190
волова	”	105
бульйон	”	20
куряча	”	75
сметанкова (вершкова)	”	210
з макаронами або рижем	”	110
горохова	”	145
помідорова	”	100
яринова	”	80
<hr/>		
підливи	3 ун.	160
маринована городина, солодка	”	100
” ” кисла	”	15
дріжджі	”	64
желятина	”	340
помідоровий сос	”	100
шоколад	”	475
какао порошок	”	410
мед	”	324
цукор	”	400
мармеляда	”	264
горіхи сухі	”	700
овочеві сиропи концентровані	”	400-600

Подавши таблицю загальної калорійності окремих харчів, варто ще зробити кілька зауважень про те, як їх вибирати. Як згадано раніше, в щоденному житті ми мусимо пильнувати, щоб білок, товщ і вуглеводани були складовими частинами нашої поживи. Знаючи калорійність харчів — де шукати тих трьох складників? Загальні напрямні наступні:

Білок — в основному знаходиться у м'ясі всіх родів, яйцях, молочних продуктах, рибі, а також їх мають в певній кількості мука, квасоля, горох та інші стручкові.

Товщ — в основному знаходиться в молоці та його продуктах, в м'ясі, рибі, яєчному жовтку, а також у таких рослинах, як кукурудза, соняшник, льон, насіння бавовни, соя, гарбузове насіння, горіхи, звичайна квасоля, різні види олійних рослин.

Вуглеводани — в усіх овочах, городині, крохмалі, муці, зерні, а в чистій формі — в алькоголі, цукрі і меді.

Білок і вуглеводани — однакові своєю вартістю щодо втримання здоров'я, тут лише важлива кількість калорій. Але в групі товщу можна відрізнити не лише калорійність, а також вплив окремих товщів на здоров'я, зокрема на кровоносні судини. Переїдання тваринним товщем загально вважається шкідливим. Серед рослинних товщів найздоровіші — це олія з кукурудзи, сої і насіння бавовника або маргарина, зроблена з тих олій. Про це буде мова пізніше.

4. ВІТАМІНИ І МІНЕРАЛИ

Ці дві групи необхідні для втримання не лише здоров'я, але й навіть життя. Якщо вітаміни є певного роду „каталізаторами”, що нормалізують функції організму або його окремих частин, то мінерали й солі є необхідними складовими частинами окремих органів. Це широка тема, але на цьому місці хочемо подати лише основні відомості з практичної сторони. Вітаміни позначаються буквами латинської абетки.

Вітамін А: Необхідний для росту костей, втримання шкіри (нашкірка) в здоровому стані і для правильного функціонування очей.

Брак цього вітаміну в харчах може привести до сповільнення росту дітей, може загальмувати розвиток нормального зору або його зіпсувати, а також привести до захворювання нашкірка та оболонки на очах, в роті, дихальних шляхах та зіпсувати цибульки волосся, що в свою чергу спричиняє інфекцію шкіри. Брак

цього вітаміну, між іншим, є причиною т. зв. курячої сліпоти, коли людина не бачить у затемнених місцях.

Найбільше поширений цей вітамін у тваринній печінці, рибному товщі, яйцях, маслі, молоці, моркві, жовтій картоплі, буряках і т. д.

Вітамін В-1: Необхідний для обміну (перетравлювання та засвоєння) вуглеводанів, нормального функціонування периферійних нервів, праці серця і кишок. Цей вітамін також звать тіяміном.

Брак цього вітаміну може спричинити периферійні невралгії та нервові атрофії, що ведуть до хворобливої активності кінцівок, як, наприклад, корчів і болів у ногах, поганої циркуляції крові в кінцівках, втрати сили в м'язах ніг і навіть їх атрофії. Цю хворобу часто називають „берібері”. Брак цього вітаміну також може викликати нервові корчі шлунка і кишок, спричинити набрякання серця.

Поширений цей вітамін у дріжджах, повному зерні, м'ясі, яєчному жовтку, картоплі, в горіхах та в багатьох родах городин.

Вітамін В-2 або Рібофлявін: Необхідний для нормального росту і функціонування різних тканин людського тіла, зокрема оболонки рота, очної рогівки і шкіри.

Брак цього вітаміну викликає подразнення й запалення ясен і язика, зміни в рогівці з гострою вразливістю очей на світло, запальні процеси на шкірі.

Поширений він у молоці, сирі, печінці, воловому м'ясі, яєчному білку, нирках і мозку тварин.

Ніацин або нікотинна кислота: Цей вітамін належить до групи вітамінів „В”. Він необхідний для тканин, зокрема сприймання ними кисню, незамінний для нормального функціонування органів травлення та їх слизових оболонок.

Брак цього вітаміну може викликати т. зв. пелагру, яка характеризується запальними процесами шкіри і слизових оболонок, запалення язика та забуренням шлунково-кишкового шляху. Також має вплив на загальну нервову систему.

Поширений у дріжджах, печінці, паростках зерна і горіхах, а також у малій кількості в городині.

Вітамін В-6: Це група вітамінів, яка необхідна для нормального функціонування клітин людської тканини, зокрема шкіри і нервової тканини.

Брак цього вітаміну викликає широкі запальні процеси на шкірі та нервах, іноді розкидані по цілому тілі. Може викликати конвульсії у немовлят.

Поширений в дріжджах, печінці, м'ясі, збіжжі, городині, рибі, кашах.

Вітамін В-12: Незамінний для червоних клітин крові, нервової системи, зміни матерії і нормального росту.

Брак його викликає злоякісну анемію, ряд різних невралгій, зупиняє нормальний ріст. Великий ряд недомагань периферійних нервів зв'язаний з браком цього вітаміну.

Поширений у печінці, м'ясі, особливо в свинині і воловині, яйцях, молоці і його продуктах. Засвоєння його людським організмом дуже обмежене, і воно зв'язане з іншими функціями шлунка. При оперативному видаленні шлунка цей вітамін засвоюється дуже важко, і його тоді треба вводити ін'єкціями. Коли цей вітамін був невідомим, чимало людей гинуло від злоякісної анемії. Його відкрито приблизно 15 років тому.

Вітамін С: Незамінний для розвитку костей і зубів, сполучної тканини, для нормального функціонування кровоносних судин, засвоєння тканиною кисню, гоєння ран.

Внаслідок браку цього вітаміну постає віломий скорбут (пинга), себто запалення ясен з їх кривавленням, з яким так добре обізнані сотні тисяч українців, що були ув'язнені по концентраційних таборах Сибіру. Брак цього вітаміну викликає взагалі широкі тенденції до кривавлення в усіх тканинах, розхитання будови кістяка і м'язів, втрату апетиту і ваги, нервові розлади, запальні процеси слизових оболонок.

Поширений цей вітамін у цитрусових овочах, помідорах, цибулі, картоплі, капусті, зеленому перцеві, яблуках, сливах, малині, різних ягодах, городині і т. д. Найбагатші на цей вітамін цитрусові овочі (грейпфрути, помаранчі, цитрини, мандарини), помідори, капуста і городній перець. Треба згадати, що цей вітамін повністю нищиться при варенні, тож його користь лише в сирих овочах. Замороження городини і овочів його не нищить, якщо їх заморозувати без попередньої стерилізації або паєння гарячою водою. Також квашення або маринування його не нищить, якщо при тому овочі не заварювати. В овочевих соках, готовлених комерційно у бляшанках або скляних посудинах, цей вітамін нищиться, але часто його додають до тих соків уже після стерилізації, і тоді на бляшанках мусить бути напис, що сік має вітамін „С”.

Вітамін D: Необхідний для засвоєння кальцію і фосфору при будові кісток та їх рості.

Брак цього вітаміну викликає рахіт — зм'якшення костей у дітей, а особливо в немовлят, з чого часто виростають каліки. Також у дорослої людини його брак може викликати зм'якшення

костей і суглобів. У дітей його відсутність може спричиняти також випадки конвульсій.

Поширений цей вітамін у яйцях, молоці, маслі, а особливо багато його в олії з риб'ячої печінки, в т. зв. риб'ячому товщі, якого в давніші часи вживали для дітей, як важливе джерело цього вітаміну. Цікаво, що людська шкіра виробляє сама цей вітамін при наświetлюванні її соняшним промінням. Ультрафіолетові промені мають властивість спонукувати синтезу вітаміну „D”, і це треба мати на увазі, користаючи якнайбільше із соняшного світла.

Вітамін К: Цей вітамін важливий при процесі зціплення крові: без нього кривавлення навіть найменшої ранки не припиниться. Тому брак цього вітаміну часто буває причиною кривавлення, зокрема у тих людей, що мають хвороби печінки або кишок.

Вітамін „К” твориться при звичайній дієті з поміччю бактерій у грубій кишці. Новонароджені діти цього вітаміну не мають, і щойно, як починають вони їсти і відповідні бацили множаться в їх кишці, — вони починають продукувати цей вітамін.

Брак цього вітаміну буває лише при повній відсутності грубої кишки, якщо її оперативним способом усунено, або при важких кишкових розладах. Нормально харчованій людині цим вітаміном нічого турбуватись. Його вводять в організм при деяких недугах печінки або при лікуванні нахилів до легкого кривавлення.

Крім згаданих вище вітамінів, є ще інші групи, які ми не описуємо, хоч вони важливі для функцій крові, метаболізму білка, кишкового шляху, формування і дозрівання крові і т. д. Серед них вітамін „Е” важливий у процесах старіння клітин, статевих функціях, праці м'язів і т. д., хоч його повністю ще не вивчено. Поширений він у паростках пшеничного зерна, і олію з цього зерна часто приймають люди старшого віку з успіхом.

Мінерали і солі в людському організмі становлять окрему, дуже важливу ділянку, але лише кілька їх мають особливе значення при харчуванні, решта ж — лише при деяких хворобах, коли організм виходить з рівноваги. Тут коротко обговоримо ті, які мають пряме відношення до харчування.

Серед великої групи необхідних для людини мінералів найважливішими є: кальцій, калій, магній, фосфор і, передусім, залізо.

Залізо — це один з основних складників червоних тілець крові, який у сполуці з органічними речовинами творить т. зв. гемоглобін, що в свою чергу є носієм кисню по всіх закутинах нашого тіла. Менше заліза — менше гемоглобіну, отже менше

кисню в тканинах, і тоді майже всі процеси в організмі сповільнюються. В харчах поширене залізо передусім в червоному м'ясі, особливо у волонині, свинині і печінці. Крім того воно є в різних родах городини, особливо у шпінаті.

Кальцій і фосфор — основні складники наших костей, і будова та ріст кістяка залежать від їх достатньої кількості в нашій їжі. Часто недостача кальцію і в старшому віці може привести до зм'якшення костей. Крім цієї функції, кальцій виконує чимало інших в нашому організмі, зокрема регулює нормальний тон праці наших м'язів, його потребують нервова система, кровоносні судини і т. д. Обниження кількості кальцію спричиняє болючі корчі в м'язах, особливо ніг, на що доволі часто жаліються люди старшого віку.

Кальцій у певній кількості є в багатьох родах городини і м'яса, передусім у молоці, всіх родах сиру, йогурті, маслянці і т. д.

Подібну роль виконують калій і магній, але в питанні костей вони мають дещо менше значення. Вони, зокрема калій, незамінні у праці м'язів, особливо серця і судин. Постійна наявність достатньої кількості калію — це необхідність для доброї праці серця. При відсутності його серце сповільнює свою працю, а при низькому стані калію вона може навіть цілком зупинитись.

При низькому рівні цього складника всі м'язи та судини втрачають свою пруживість, людина стає „в'ялою”, її спроможність нормального руху й думання сильно підупадає.

Сильне обниження кількості калію буває рідко, і спостерігаємо його при вживанні деяких ліків проти високого тиснення крові або для посилення праці нирок. Тому лікарі наполягають, щоб їх пацієнти перевірялися частіше, якщо вони заживають медикаменти проти високого тиснення крові. Також кількість калію обнижується при сильних або хронічних розвільненнях з бігунками або при сильному блюванні.

Поширений калій у багатьох родах овочів, зокрема в цитрусових, його є також багато в м'ясі, м'ясних узварах та супах, бульйонах тощо. Багато його є в нашій українській калині, журавлині (клюкві), брусниці, малині і т. д., які часто вживалось в народній медицині або як складник харчування.

Ряд солей також відіграє чималу роль у правильному функціонуванні організму, але всі соляні сполуки тут описувати не будемо. Варто лише підкреслити, що всі ці сполуки нормалізують у тканинах, а зокрема в крові, баянс лугової і кислій реакції, що в свою чергу є основним баянсом електролітів нашого тіла.

Серед соляних сполук чи не найголовніша — це звичайна

кухонна сіль, яка постачає основні електроліти — натрій і хлориди, що виконують надзвичайно важливу роль в організмі. Сильний упадок одної або другої групи спричиняє важкий стан і навіть може вкоротити життя. Сіль постачається в організм через різні роди харчів, але додаток у формі кухонної соли — необхідний. В наші часи не доводиться говорити про недостачу соли, радше треба говорити про надмірне її споживання. А це особливо важливе значення має при деяких недугах серця або нирок. Загально треба вважати, що при нормальному харчуванні 2-4 грамів соли денно цілком вистачає, бо решту її одержує людина з харчів. Переїдання сіллю може порушити функціонування нирок, а також стати причиною надмірної ваги, зв'язуючи собою в організмі воду.

Говорячи про вітаміни, мінерали і солі, варто поставити таке питання: чи нормальній, здоровій людині потрібно вживати ці складники в додаткові до харчування? Відповідь: засадничо — ні. Лише в окремих випадках — при обмежених дістах, видужуванні після тяжких недуг, хворобах органів травлення, в старшому віці радиться приймати вітаміни в таблетках, як додаток до харчування. В нормальному житті цього непотрібно робити. Овочі, свіжа городина, ягоди або овочевий сік дадуть людині більше користи, як таблетка, в якій вітаміни здебільша синтетичні. Ми не заперечуємо потреби і штучних, синтетичних вітамінів, але лише в окремих випадках, коли треба організм навантажити додатковою кількістю вітамінів. Немовлятам та дітям приймання вітамінів — необхідне.

Також з мінералами: правильне харчування з довільною кількістю молока, м'яса і городини дає достатню кількість мінералів. Окремо приймати їх, як, наприклад, залізо, щоб „мати більше сили” — непотрібно. Залізо приписується при деяких хворобах крові або порушеній функції шлунка і кишок, коли організм недостатньо засвоює залізо. Нормально — добрий харч дасть достатню його кількість. Споживання мінеральної води — річ нешкідлива. Навпаки, вона часто приносить багато користи для органів травлення. Сподіватись, одначе, що мінеральні води допоможуть проти всіх недуг і болів — було б дуже нерозважно.

Коли ж при обмеженій дісті, за порадою лікаря, наприклад, для посилення апетиту, хтось вживає додаткові вітаміни або мінеральні води, тоді мусить він мати на увазі спекулянтів та несовісних продавців, які часто ошукують людей. Найчастіше — це продавці, що продають свої товари під дверима і ні за що не відповідають. Вітаміни треба купувати у реєстрованого аптекаря і такої фірми, яка має добру репутацію.

III. ОТРУЙНІ РЕЧОВИНИ

У цьому розділі подаємо кілька основних інформацій про отруйні речовини, з якими може зустрітися людина в щоденному житті, коли вона цього навіть не сподівається.

1. ОТРУЄННЯ ХАРЧАМИ

Деякі харчі в певних обставинах можуть викликати шлункове забурення і без фактичного отруєння. Сюди належить алергія до певних груп харчів, до речі, далеко частіша, як звичайно думають. Бо не обов'язково мусить бути висипка на тілі, свербіння чи екзема від харчів, до яких людина вразлива, — може бути також цілий ряд забурень шлункового шляху. Добра обсервація такого роду забурень і докладна аналіза спожитих харчів, після яких людина має атаки „нестравности”, часто дадуть не лише відповідь, але й подиктують саме лікування: людина повинна перестати їсти такі харчі, замінити їх іншими, і випадків забурення не буде.

Окремо можна розглядати т. зв. „шлункову інфлюенцу”, яка приносить забурення внаслідок спожиття харчів, заражених вірусом. Такі приступи тривають коротко, дають розвільнення, часами блювання протягом 24 годин — і минають. Також через харчі можна дістати тиф або дизентерію, але це не звичайне отруєння, а хвороби, які переносяться харчами або водою.

Отруєння харчами — це фактичне отруєння токсичними речовинами якоїсь бактерії, що розмножилась у негігієнічно приготованих або погано схоронених харчах. Сюди передусім належить:

а) Отруєння стафілококами. Це отруєння постає внаслідок розмноження бактерій стафілокока в харчах, які найчастіше появляються в молочних продуктах (сир, сметана, морозиво), кремах і підливах, тортах, м'ясних салатах та рибі. Такий заражений харч іноді можна купити і в крамниці, якщо продавець не додержується приписів гігієни, але харч може заразитися цією бактерією також вдома при нечистих руках, брудних зливницях, погано пильованих холодильниках і т. д. Отруєння стафілококами часом трапляється при великих громадських обідах, пікніках і т. д., коли

їжу, а зокрема всякі салати, підливи, солодкі речі готується завчасу і зберігається погано.

Заразившись таким харчем, людина відчуває себе хворою приблизно за 2-3 години після їди. Зараження виявляється болем і корчами в животі, сильним блюванням, розвільненням, болем голови і гарячкою. Такий стан триває приблизно 10-12 годин, рідко понад добу. Іноді стан погіршується, переходить у постійне розвільнення, людина неспроможна пити будь-яку рідину, втрачає багато солей, організм її виснажується і може прийти шок. Лікування в шпиталі часто необхідне. Особи з різними хронічними недугами особливо повинні берегтись такого отруєння. Здорові люди, на щастя, скоро видужують.

Профілактика проти такого отруєння: особиста чистота, загальна гігієна кухні, холодильника і правильне зберігання харчів та їх залишків. Жадних залишків харчів не можна тримати в холодильнику більше як кілька днів, хібащо вони заморожені або в оригінальному упакованні.

Домашнє лікування в таких випадках: спокій, пиття рідини, але дуже малими кількостями, щоб хворий не повертав їх назад. Найкраще — це бульйони, содові води, відтягнене, а ще краще переварене молоко, легкі напари чаю. Не повертатися до нормальної їжі, аж поки шлунок і кишки повністю не стануть до нормальної функції.

б) Отруєння бацилею ботулізму. Трійлива речовина цієї бацили дещо подібна до бацили правця, бо паралізує м'язи і нервову систему. Смертність від цього отруєння дуже висока — до 70%, і лише ранньою і дуже інтенсивною лікарською допомогою можна врятувати людину.

Бацила ця анаеробічна, себто така, що може жити і розвиватись лише при відсутності кисню. Отже, вона розмножується в герметично замкнених посудинах, як це буває в консервованих харчах. В комерційному готуванні консерв ці бацили повністю виключені, бо консерви переходять особливу стерилізацію, але домашнє готування іноді грішить засадами консервації, і розмноження цієї бацили можливе. Воно буває при консервуванні овочів і городини вдома в бляшаних або скляних посудинах, коли харч не повністю або не достатньо переварений. Маринування або квашення сюди не входить.

Симптоми отруєння ботулізмом часами подібні до отруєння стафілококами, але сюди також швидко долучаються симптоми ураження м'язів і нервової системи: подвійне бачення, ціле тіло в'яне, людині важко робити будь-які рухи, важко ковтати і ди-

хати. Процес розвивається швидко, і, як сказано, лише енергійне і негайне лікування може врятувати хворого.

Профілактика проти цього отруєння: готування овочевих і яринових консервів згідно з усіма приписами консервації. Також при вживанні домашніх консервів переварювати їх ще раз перед їдою не менше як 30 хвилин в окропі, бо таке переварювання нищить трійливі речовини ботулізму, якщо вони там розмножились під час консервації.

2. ОТРУЄННЯ ХЕМІКАЛІЯМИ

Загальна порада: при найменшій підозрі на отруєння хемічною речовиною лікарська порада завжди необхідна, навіть телефоном, коли інакше неможливо. Кличучи лікаря або шпиталь, не говоріть, що „дитина чогось напилася”, а майте під рукою випиту нею речовину, щоб з місця подати всі потрібні інформації, які звичайно є на наліпці пляшки чи коробки даної речовини. Ідучи до шпиталю, візьміть із собою цю речовину, щоб її там дослідили. Коли можливо — допитайтесь в отруєного, скільки цієї речовини він спожив.

У випадку отруєння, коли з вашим лікарем сконтактуватись неможливо — дзвоніть до першої-ліпшої клініки або шпиталю. Ніколи не зволікайте з шуканням професійної допомоги.

Перша допомога: при кожному отруєнні основне — позбутись трійливої речовини. Згодом цю речовину можна знеутралізувати, але це вже лікарська справа. Тому, що здебільша отруєння бувають внаслідок випадково випитої речовини, треба негайно пробувати повернути цю речовину назад зі шлунка. Домашнім способом можна це робити, даючи отруєному рідину, що викликає блювання. Сюди належать такі домашні засоби: 1. півсклянки молока з одною-двома чайними ложками питної соди, а коли отруєний не повертає — повторити це за 10-15 хвилин; 2. півсклянки розчину мильного порошка, розводячи у воді приблизно дві чайні ложки звичайного порошка, що його вживають господині для прання. Це можна також повторити за 15 хвилин. Згодом лікар випомпе шлунок відповідною апаратурою, але вдома не рекомендується випомповувати самому, бо, якщо слизові оболонки рота і горла попарені, їх можна ще більше ушкодити.

У випадку отруєння через легені, коли людина надихається трійливої речовини — негайно дати хворому якнайбільше свіжого повітря, дати кисень, якщо його можна негайно одержати, тримати його в теплі і кликати амбулянс.

Серед найчастіших отруєнь, які зустрічаються в щоденному житті, треба вказати такі:

Пальний газ, яким ogrівається приміщення та вариться їжу в кухні. У більшості міст уживають природній, нетрійливий газ, а проте і він може позбавити людину життя, бо коли ним наповнюється приміщення, він замінює собою повітря і кисень, і людина може задушитись. В деяких містах, зокрема зимою, коли на газ найбільша потреба, додають до природнього газу індустриально продукований. Цей останній — дуже трійливий, і його не треба багато, щоб отруїтись. Довідайтесь у газовій компанії, який рід газу вживається у вашій хаті. Треба бути обережним з просяканням у приміщення всякого газу, але особливо треба остерігатись такого, що має додаток неприроднього газу.

Анілінові фарби. Це — фарби, які уживаються вдома для фарбування одягу та інших матеріалів. Перевірте напис на упаковці, чи ця фарба має в собі аніліну. Коли так — будьте обережні, бо ця речовина дуже трійлива. Найкраще її взагалі не вживати.

Ацетон. Це — речовина, яку господині часто вживають для усування плям, а також для розпускання ляку на нігтях. Ацетон майже завжди присутній у жіночій косметиці, але коли випадково його випити або й довший час вдихати, він може викликати важні симптоми отруєння. Жертвами його найчастіше стають діти.

Група фенолів. Сюди належать такі дезінфекційні матеріали, як карболова кислота, креозолі та ін., які вживаються для промивання туалет, зливниць тощо. В наліпках на пляшках завжди зазначається, чи має в собі фенол та чи інша речовина. З цими групами треба бути дуже обережними, бо вони часто дають фатальні попарення.

Кислоти. Концентровані кислоти, які б вони не були, небезпечні. Звичайно наліпки говорять, що це — кислота. Усі вони дають тяжкі попарення шлунка, часто з перфорацією.

Лугові розчини. Найчастіше зустрічаються в усяких речовинах для хатнього вжитку, для чищення стін і підлоги, зливниць, металу, посуду і т. д. Усі вони — в рідині чи в порошок — коли випадково їх спожити, тяжко ушкоджують слизові оболонки.

Метиловий алькоголь. Це т. зв. деревний алькоголь, який вживають для різних натирань, чищення і т. д. Він надзвичайно небезпечний і може спричинити смерть або втрату зору, якщо випити його навіть кілька унцій. Найменші дози викликають важні шлункові забурення.

Амоніак. Це чи не найчастіше використовувана для чищення, миття і т. д. міцна лугова речовина, яка може спричинити важкі ушкодження.

Стрихніна. Зерна та порошки для трусння мишей і щурів роблять з цією жажливою отрутою. Таке зерно, випадково спожите людиною чи домашньою твариною, доволі часто викликає смерть. Вживачи цю речовину, треба тримати її окремо від усіх інших домашніх речей.

Арсен. Дуже трійлива речовина, яку також часто вживають в різних препаратах для трусння щурів. Її використовують іноді для скроплювання рослин і дерев проти паразитів. Ніколи не вживайте в будь-яких препаратах арсен на городі, тримайте його окремо. Завжди мийте водою куплену на ринку городину, бо ви ніколи не можете бути певні, чи не скроплювали її хемікаліями, що мали в собі арсен. Звичайного миття водою цілком вистачає.

Бензина. Сюди належать усі роди бензини, нафти і споріднених продуктів. Усі вони трійливі. Бензина, що вживається для автомобільного мотора, ще трійливіша, бо має в собі оливу, яке само по собі є трійливою речовиною.

Оксис вуглецю або так званий чад — це продукт спалення, газ, який не має запаху і кольору. Про нього найчастіше чуємо, як про продукт автомобільного мотора, якщо система відпровадження спалених речовин десь просякає. Лише 2% цього газу в повітрі викликає у людини важкі забурення, а 10-12% приводить до смерті. Отруєння трапляються звичайно тоді, коли мотор авта працює в замкненому гаражі або коли авто стоїть довший час запарковане з працюючим мотором.

Фарби. Багато різних фарб мають у собі трійливі речовини, передусім трійливі розчини олива і арсену, а також домішки речовин, щоб фарби швидко сохли. Будьте обережні, малюючи хату або предмети в замкненому приміщенні. Читайте перестороги на наліпках про склад фарб.

Загальні принципи зберігання родини від отруєння:

1. Ніколи не тримайте харчів або медикаментів в одній шафі з домашніми хемікаліями.

2. Ніколи не тримайте ніяких хемікалій без наліпки з повною назвою і описом складу даної речовини.

3. Завжди прочитуйте уважно наліпки на хемікаліях перед тим, як їх уживаєте.

4. Ніколи не тримайте в кухні речовин, призначених для отруєння паразитів, комарів, мишей і т. д. Майте для цього місце поза житловою площею.

5. Майте наготові числа телефонів вашого лікаря, найближчого шпиталю, а в більших містах — також центру допомоги для отруєних. Вони при потребі дадуть негайну допомогу.

Варто пам'ятати, що в ЗСАмерики кожного року вмирає не менше як дві тисячі людей від випадкового отруєння.

3. ОТРУЄННЯ МЕДИКАМЕНТАМИ

Медикаменти, вжиті невідповідними людьми, не впору або не у відповідній кількості, можуть стати для людини грізною небезпекою і викликати отруєння.

Медикаменти, які найчастіше викликають отруєння:

Аспірина і препарати з аспіриною. Це речі, які часто спричиняють отруєння у дітей. Звичайно дитяча аспірина приправляється якоюсь солодкою речовиною, щоб її діти приймали з охотою, тож часами вони самі добираються до домашньої аптеки і споживають її у великій кількості. Отруєння аспіриною у дітей буває фатальним, якщо не дати негайної лікарської допомоги.

Нормальна доза аспірини для дітей — один американський „грейн” (60 міліграмів) на один рік життя дитини. Таблетка дитячої аспірини має в собі дещо більше як один грейн, а таблетка для дорослих — 5 грейнів. Отруєння приходить, коли дитина заживе в п'ять разів більше від дозволеної дози, наприклад, п'ятирічна дитина замість 5 грейнів прийме 25. У дорослих, для яких нормальною дозою є 10 грейнів (600 міліграмів), позначки отруєння можуть проявитись після ужиття 50 грейнів (10 таблеток), а справжнє отруєння — після 80 грейнів (16 таблеток).

Симптоми отруєння: загальна слабкість, болі голови, шум у вухах, млості і блювання, подвійне бачення, суха і гаряча шкіра, маячіння і, нарешті, втрата притомности. Спосіб лікування лише один: негайно викликати блювання і негайно відправити отруєного до шпиталю.

Ліки проти болів. Сюди входить велика група приписуваних лікарем медикаментів, які мають у собі наркотичні препарати або заспокійливі складники. Звичайно вважається, що потрібна доза такого ліку може викликати отруєння або небезпечне пригнічення цілої системи. Для дітей кожна доза медикаментів, приписуваних для дорослих проти болю, може бути фатальною. Найкраще — це завжди тримати ліки проти болю окремо з виразною наліпкою. Ніколи не давати їх дітям ані молоді. Без дозволу лікаря не приймати їх більше, як вказано на наліпці.

Ліки на сон. Це в більшості т. зв. барбітурні препарати, що відзначаються сильною дією, хоч є й інші такі ж сильні. Маємо тут на увазі, звичайно, такі ліки, що їх приписує лікар, бо вільно куплені в аптеці завжди слабші, хоч і їх не рекомендується вживати в кількості більшій, як зазначено на наліпці.

Для багатьох людей доза в три-чотири рази більша від приписаної може стати небезпечною. Отже, ніколи не слід уживати насонних засобів більше, як подано на наліпці. Ніколи не вагайтеся спитати лікаря, чи цей лік можна вночі повторити. Як правило, доза в шість разів більша вважається смертельною. Для дітей навіть одна доза дорослих фатальна.

Ліки для серця. Сюди входить чимало різних препаратів, але найсильніший з них — це група дигіталісу. Зажита у великій дозі або невідповідною людиною, вона може спричинити небезпечне отруєння, що викликає сильний розлад діяльності серця, кишок, може привести до шоку і серцевого удару. Ніколи не слід цього ліку уживати інакше, як доручає лікар.

Ліки проти тиснення крові. Також деякі препарати для обниження тиснення крові можуть бути трійливими, якщо спожити їх у більшій кількості або якщо приймають їх люди, яким ці препарати протипоказані.

Ліки проти нервовости. В більшості — це заспокійливі засоби, що мають сильну дію. Вжиті в дозі вищій від приписаної або в комбінації з іншими ліками вони можуть викликати поважне пригнічення організму. Для дітей можуть бути смертельними, якщо спожити їх у більшій кількості.

Антибіотики. Самі по собі антибіотики не трійливі, але у людей з алергією до окремих антибіотиків, зокрема пеніциліни, спожиття їх може викликати поважні комплікації, а то й смерть.

Ліки проти астми. Спожиті невідповідними людьми ці ліки можуть викликати сильні потрясення кровоносної системи.

Ліки для зовнішнього вжитку. Ці ліки іноді бувають справді трійливими, і, коли спожити їх внутрішньо, можуть викликати дуже прикрі реакції шлункового шляху.

Наркотики. Треба пам'ятати, що не існує безпечного наркотика, бо всі вони, навіть заживані малими дозами, по деякому часі витворюють злоякісний навик і, звичайно, такі люди можуть стати наркоманами. Усі без винятку наркотики в більших дозах є трійливими, і, коли їх уживають систематично, спричиняють ушкодження нервової системи, легень, шлунка і кишок, послаблюють цілий організм, а іноді також дають про себе знати і в наступному поколінні. Це те прокляття, що висить над головою

нерозважної молоді, яка хоче „втекти від реальності” і, споживаючи наркотики, нищить себе.

До проблеми ліків ми ще повернемось у розділі „Домашня аптека”, а тепер порядком остороги проти отруєння подамо такі поради:

1. Ніколи не тримайте ліків розкиданими по хаті, по одному-два в різних місцях. Майте для них спеціально призначене місце. Сильнодіючі ліки зберігайте в окремій коробці.

2. Ніколи не тримайте ліків у хаті, якщо не має на них виразного напису, для чого вони, хто їх приписав і для кого.

3. Кожний лік, приписаний лікарем, мусить мати ясно виписане ім'я члена родини-пацієнта.

4. Вільно куплені ліки також мусять мати виразно написану наліпку про те, яка це речовина і яка для неї дозволена доза.

5. Лік мусить мати напис про дозу і час його приймання. Коли цього нема — порадьтеся свого лікаря і зробіть собі ще й окрему наліпку із своїм написом, щоб завжди було ясно, як цей лік приймати.

6. Ніколи не заживайте ліку в темному кутку або вночі без освітлення.

7. Завжди подивіться на напис перед тим, як приймати лік.

8. Даючи дитині лік, ніколи не кажіть, що це цукерка.

IV. АЛЕРГІЯ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Алергія — це надмірна вразливість окремих людських тканин або й цілого організму до певних речовин при повторному контакті з такими речовинами.

Речовини, що викликають в людини алергічні реакції, звано алергенами або антигенами, і вони мають ту властивість, що при контакті з людиною витворюють у неї т. зв. протитільця, які є прямою реакцією організму на нестерпні речовини. Фактично, ці антитільця постають в організмі, щоб боронити людину від алергічних продуктів, харчів, тварин, рослин, хемікалій, органічних речовин. І справді, частина тих антитілець плаває в організмі вільно в крові, даючи захист від надміру алергенів, але частина прикріплюється до клітин окремих органів. Ці останні, замість допомагати людині, завдають їй чимало лиха занадто драматичною реакцією, якщо людина зустрічається з алергічною речовиною. При такому контакті ці антитільця виявляють наче „протест”, але такий сильний, що викликає розлад частин або й цілого організму. В той час людські клітини виробляють т. зв. гістамін, що є відповідальним за алергічну реакцію.

Вивчивши процеси алергії та продукцію гістаміну, модерна медицина ввела нові засоби лікування, вживаючи різнорідних антигістамінів, які послаблюють алергічні явища. Деякі види антигістамінів продаються без рецепти, і при легших алергіях дають достатню допомогу.

Народжується людина звичайно без вразливості на якісь сторонні речовини. Проте, буває, що дитина має від уродження вразливість до якогось окремого харчу, і це, звичайно, спадкова річ. Але в більшості — це переходовий стан. Засадничо людина не має алергії, аж поки не зустрінеється протягом років з якоюсь такою речовиною, яку організм починає не зносити.

Не в усіх людей витворюються алергічні процеси. Явище це зв'язане з прикметами білковини окремих тканин даної людини, які вона одержує з попередніх поколінь. При повторній зустрічі з деякими речовинами починається подразнення організму, яке

робиться все сильнішим. Зразу в легкій формі, але згодом цей спротив набирає щораз сильнішого характеру, і приходиться до повної нетерпимости людини до даної речовини. Тож запит, який часто чує лікар, мовляв, „мені ніколи риба не шкодила, я її споживав усе життя, чому вона тепер шкодить?“ — має виправдання. Бо ця вразливість до риби вироблялась протягом життя при зустрічах з цим харчем. Правда, не в кожній людині витворюється така вразливість, але це вже біологічні й фізіологічні властивості окремої людини.

Це саме буває з реакцією до якогось ліку, як, наприклад, пеніциліни: перша ін'єкція ніколи не дає реакції і, мабуть, друга й третя не дає. Але протягом кількох перших ін'єкцій у людини витворюється нетерпимість до пеніциліни, і якась наступна ін'єкція дасть реакцію. Таке саме з різними харчами, хемікаліями і т. д.

Людина може набути алергічної вразливості до різнорідних речовин: до харчів, до медикаментів, хемікалій, металів, рослин і т. д. В наступних розділах ми докладніше розглянемо алергічні явища, які трапляються у щоденному житті.

2. МЕДИКАМЕНТИ

До медикаментів, які найчастіше викликають алергічну реакцію, належать:

Пеніциліна. В країнах західного світу, де пеніциліна вживається вже довгим часом і у великій кількості, вираховано, що до 7% людей алергічні до неї або до медикаментів, зближених з нею. Коли людина вже має алергію — таблетки пеніциліни дають легшу реакцію, але ін'єкції можуть викликати важку, іноді й смертельну реакцію. Звичайна реакція, що появляється вперше — це висипка по цілому тілі, яка сильно свербить і зникає швидко за тиждень-два. Сильніша реакція — набряки на руках, ногах, на окремих частинах тіла, які дуже сверблять і без лікування зникають дуже повільно. Сильна реакція дає негайний шок, набряк гортані, упадок тиснення крові, непритомність, а часами й смерть, якщо нема негайної допомоги.

Коли хтось має алергію до пеніциліни, його першим обов'язком сказати про це своєму лікареві, а якщо він потрапляє до шпиталю — негайно про це повідомити медичний персонал. Найкраще, щоб такі люди завжди мали при собі картку, яка б ясно говорила, що вони алергічні до пеніциліни.

Сульфонаміди. Це також антибактерійний лік, який може викликати реакцію. Звичайно виявляється вона лише висипкою на тілі, яка зникає, як тільки припинити уживати цей лік. Це саме відноситься до різних антибіотиків.

Насонні засоби. Таблетки на сон, а зокрема споріднені з групою фенобарбіталу, можуть викликати реакцію при довшому вживанні. Тут також може бути висипка на шкірі, що свербить. Поважних реакцій не викликає.

Цілий ряд ліків для лікування нервів можуть викликати реакцію. Як до ліків на сон, так і тут не багато людей має до них алергію. Поважних реакцій вони також не викликають.

3. КОСМЕТИКА

Численні косметичні препарати можуть викликати алергічні реакції на шкірі. Сюди належать різного роду креми, пудри, парфуми, мило, порошки, деодоранти, ляки для нігтів, мазі для натирання і інші продукти, що їх вживають жінки. Реакція проявляється у вигляді малої висипки, що свербить і пізніше може перейти у хронічне запалення шкіри подібне до екземи. Коли перестати вживати дану косметику, висипка зникає, а коли знову її вжити — повертається в ще гострішій формі. Отже, коли якийсь косметичний препарат викликає алергічну реакцію, його не слід уживати.

4. ХЕМІКАЛІЇ

До цієї групи, яка може викликати не лише реакцію на шкірі, але й загальну реакцію цілого організму, належить чимало різного роду речовин.

Найчастіше реакцію викликають фарби, терпентина, хемікалії для чищення, для оббризування рослин, гумові і плястикові вироби, речовини для миття килимів, хутра, чищення одержі, срібна й золота біжутерія і т. д. Інакше кажучи, алергія до хемікалій доволі поширена, хоч і не велике число людей її має.

Реакція на хемікалії, як сказано вище, може бути різна: при безпосередньому контакті вони викликають висипки, запалення шкіри, т. зв. дерматити, а коли вдихаються — атаки подібні до астми, запалення слизових оболонок носа й горла, що при повторному вживанні можуть перейти в хронічний стан.

Профілактика: при встановленні вразливості до якоїсь хемікалії — не вживати її, хібащо мати добрі рукавиці, вживати маску

на роті при випарах її, уникати контакту з нею. Це особливо важливе при зустрічі з індустрійними продуктами, які іноді роблять працю неможливою.

5. ТВАРИНИ

Далеко частіше, як це ми звикли думати, люди є алергічними до домашніх тварин або їх продуктів. До цієї групи передусім належать коти, собаки, коні, вівці й домашня птиця.

Коти, собаки і коні мають алергічний вплив на людину передусім своєю шерстю та виділинами шкіри. Часто їх шерсть може викликати при дотикові висипку на шкірі, навіть екзему. В рідших випадках вдихання пилу з шерsti тварин може дати алергічні симптоми в носі і горлі; тоді слизова оболонка виділяє надмір слизу, людина чхас, очі її сверблять і т. д. Іноді це може привести також до бронхіальної астми.

Вівці рідко бувають причиною алергічних реакцій, бо люди, за винятком вівчарів, не мають з ними прямого контакту, але овечевий продукт — дуже часте джерело алергії. Сюди належать вовняні вироби: светери, панчохи, рукавиці тощо. Доволі багато людей мають клопоти від вовни, хоч про причину їх рідко коли самі знають, жаліючись на „невідомого” походження висипки на шкірі. В цих випадках завжди треба з'ясувати, чи висипки виникають якраз тоді, коли людина має прямий контакт з вовняними виробами.

З домашніх птиць треба відмітити гусей, пир'я яких вживається на подушки. Це — часте джерело алергічних проявів у носі, горлі і легенях, що можуть викликати реакцію подібну до тої, яку дають коти і собаки; вони можуть стати також причиною астми.

6. АЛЕРГІЯ ДО ХАРЧІВ

Люди, які мають надмірну чутливість до певного роду харчів, дуже добре знають з власної практики, які неприємні наслідки бувають від їх споживання. Але часто буває, що вразливість на певні харчі спочатку не така сильна, і чимало людей зараховують деякі симптоми алергії до нестравности, високої кислотности, порушеної функції жовчевого міхурця, нервів і т. д.

Типове алергічне явище, що виникає внаслідок споживання харчів, до яких людина надто вразлива — шкірна висипка із значним свербінням, яка майже як правило появляється раптом

і поширюється по всьому тілі. При цьому в деяких місцях шкіра набрякає і пухне. Буває це передусім на руках і на ногах, стопи яких вкриваються підшкірними „гудзами”, і людині тоді важко ходити. При дальшому споживанні таких харчів сльозяться очі, запухають носові проходи, виявляються навіть симптоми астми. У рідких випадках реакція організму на такі харчі буває такою сильною, що людина вмліває.

При легшій формі алергії появляється лише короткотривале свербіння, а іноді і його не буває. В таких випадках виступають симптоми дихальних шляхів, коли людина раптом „закатарюється”, а одночасно з тим забураються шлункові функції, що виявляється у розвільненні, в спазмах кишкового тракту, в надмірній ферментації у кишках, внаслідок чого витворюється велика кількість газів і живіт здувається. Майже завжди в таких випадках людину після їди нудить, вона стає кволою, апетит спадає, хоч блювання буває рідко.

Теоретично майже кожний харч може викликати хворобливу реакцію у людини, яка не має належної відпорности супроти алергії, але фактично лише певні групи харчів спричиняють клопіт пацієнтам і лікарям.

До харчів, які найчастіше викликають алергічні реакції, належать: 1. молоко і молочні продукти, зокрема різні гатунки сиру; 2. усякого роду риба; 3. раки, омари, черепахи, устриці; 4. пшениця і вироби з пшеничної муки; 5. яйця; 6. горіхи; 7. шоколад; 8. свинина та вироби з неї; 9. пташине м'ясо; 10. суніці, полуниці та малина; 11. південні овочі, а зокрема помаранчі, мандарини та банани; 12. помідори, кавуни, редька та кукурудза.

Крім названих дванадцяти груп, можуть бути й інші харчові продукти, що викликають негативну реакцію, але вони зустрічаються рідше. Варто мати на увазі, що не конечно ці харчі в чистій формі, а навіть їх домішка до інших страв (печиво, салата, борщ, навар і т. д.) може викликати негативну реакцію.

В окремих випадках, щоб виявити, до чого дана особа має надмірну чутливість, вводять в організм мінімальну кількість екстракту даного харчу, щоб викликати реакцію. Одначе, звичайно лікарі спеціальною дієтою визначають, до чого саме пацієнт вразливий: приписують т. зв. дієти виключення, себто виключають кожних два-три тижні якусь групу або кілька груп харчів, і обсервують результат. Комбінації таких дієт викривають шкідливі для даної людини харчі, і вона повністю їх уникає.

7. СІННА ГАРЯЧКА

Сінна гарячка, яку в англomовному світі зовуть „гей фівер”, є фактично, ніякою гарячкою, бо температура при ній не піднімається. Зовуть її так тому, що вона дає деякі симптоми, що нагадують застуду. А сінною її зовуть тому, що вона з'являється звичайно пізнім літом.

Недуга ця викликає типову алергічну реакцію слизових оболонок очей, рота, носа, горла і бронхів. Цю реакцію спричиняє пилок (спори) різних трав, іноді дерев, потрапляючи в ніс і горло людини.

Сінна гарячка рідше з'являється весною. Її період, як сказано, пізнє літо і осінь аж до морозів. Хворіють на неї люди різного віку, також діти. Симптоми виявляються в тому, що починають свербіти очі і ніс, а згодом слизова оболонка носа починає продукувати багато слизу, що тече з носа без перерви. Подразнення щораз більшає, людина починає чхати, її носові і горляні оболонки набрякають, носові проходи часто повністю забиваються опухлою оболонкою і надміром слизу. Їй стає важко дихати, зокрема вночі.

У дітей такий стан часами переходить сам по собі, в дорослих розвивається щораз сильніше. Іноді він може стати початком бронхіальної астми, як у дітей, так і в дорослих. Сама ж сінна гарячка повністю зникає з морозами, коли рослини перестають продукувати пилок.

Лікування цієї недуги доволі успішне. Є вже чимало ліків, які припиняють усі симптоми, а крім цього можна проти неї імунізуватись шляхом ін'єкцій, що виробляють природню відповідність. Легкі прояви сінної гарячки можна усунути вживанням медикаментів з антигістамінами, які продаються в аптеках без рецепти.

Особливо дається ознаки сінна гарячка людям, які мають ще іншу алергію, і тим, що проживають у великих містах із занечищеним повітрям та високою вологістю повітря. Стан подразнення дихальних органів у них може бути далеко вищим, а крім цього протягнутись поза сезон сінної гарячки. Такі випадки, як правило, вимагають постійної лікарської опіки, щоб забезпечити хворого від розвитку бронхіальної астми.

Часто сінна гарячка базується на спорах дуже специфічної рослини, що росте в даному районі країни, і не диво, що чимало людей позбуваються цієї неприємної недуги, переїхавши в інший район, де цієї рослини нема. Для того, щоб в'яснити докладно

вразливість, спеціалісти алергічних недуг переводять відповідні дослідження на пацієнтові і тим встановлюють причини і самої сінної гарячки, і побічних алергій, що в час сезону погіршують стан

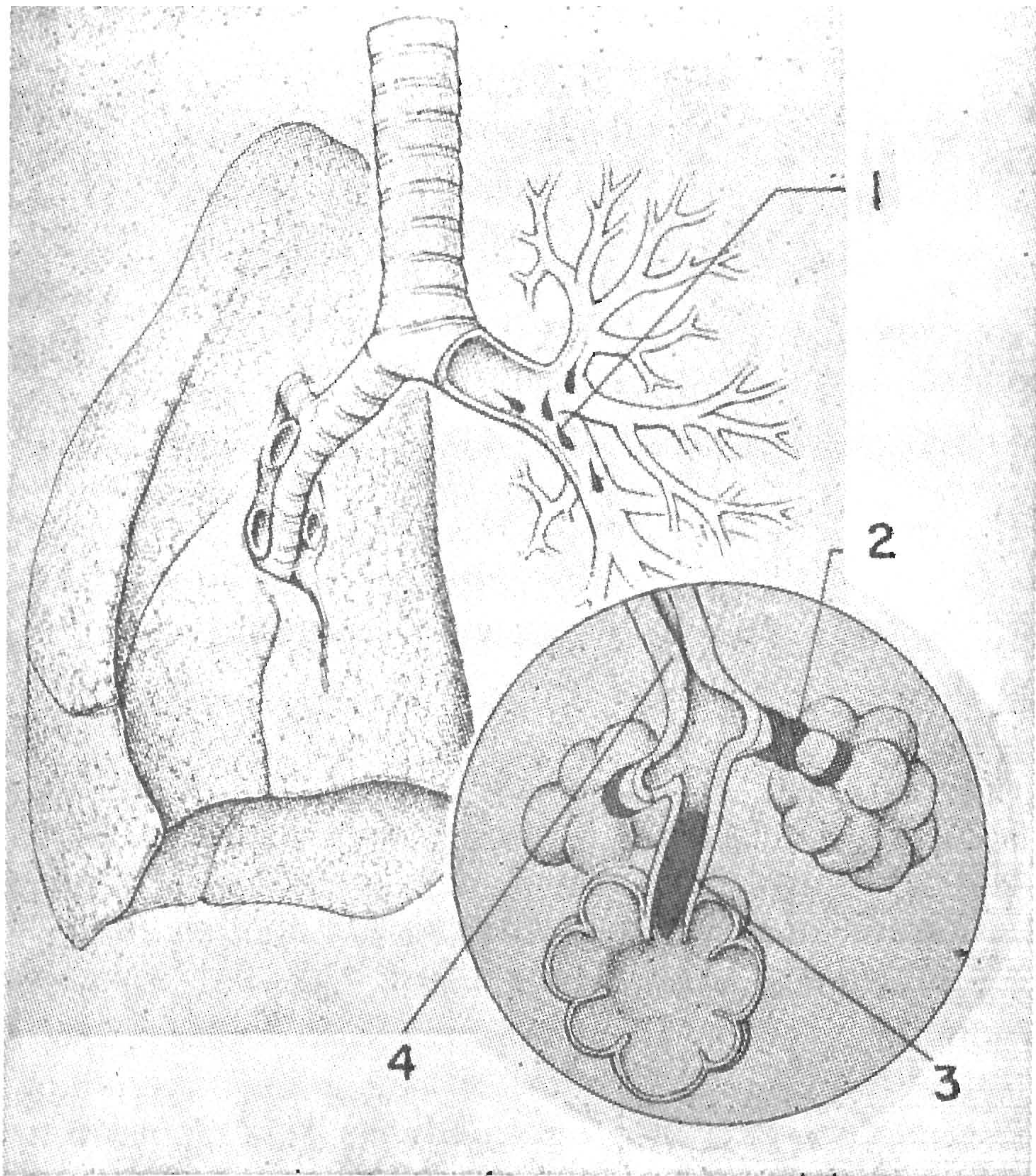
8. БРОНХІЯЛЬНА АСТМА

Часто різного роду недомагання дихальних шляхів, як хронічні бронхіти, деякі ускладнення в легенях, що постають у зв'язку з хворобами серця, роздуття легень, або т. зв. емфізему, і багато інших проявів, включно з частими застудами, люди плутають із астмою. Така помилка особливо прикра у відношенні до дитини, в якій уявна „астма” може з часом мати негативний вплив на психіку, бо з даєних часів зацепилась опінія, ніби це дуже важка недуга, що скорочує життя.

Бронхіальна астма — це найбільше поширений її вид. Дефініцію бронхіальної астми коротко можна подати так: це — стан легень, який проявляється повторними атаками задухи, що утруднює видихування повітря, супроводжуване типовим присвистом, як наслідок раптового звуження бронхів.

Повітря входить у тканину легень і виходить з неї через великі, менші й маленькі проводи, які звано брѳнхами. У бронхах завжди міститься якась кількість слизу, який звичайно відкашлюємо. У випадку застуди, як це буває при бронхітах, такого слизу звичайно назбирається багато, і тому хворий посилено кашляє, бо його легені стараються позбутися надміру флегми, щоб дихати і тим самим доводити кисень до тканини. У випадку атаки астми бронхи раптово звужуються і починають виділяти надмірну кількість дуже густої флегми, якої важко позбутись кашлем. В результаті забиті бронхи не допускають до тканини потрібної кількості повітря, а те повітря, яке туди дістається, не може вільно виходити. Хворий намагається силою м'язів видушувати повітря з легень, і воно, проходячи крізь густу флегму, видає типовий свист. Атака може тривати короткий або довший час, залежно від причини, і хворого іноді нападає страх, що ось-ось він задушиться.

В основі астма — це алергічна хвороба, отже наслідок надмірної вразливості до якоїсь речовини, харчу, ліку, хемікалії і т. д. У переважаючій більшості — це вразливість до якоїсь розпорошеної речовини, яку людина вдихає і яка викликає бронхіальні спазми. Сюди передусім входять пилинки-спори квітів, зілля та дерев деяких порід, різні косметичні речовини, домаш-



Симптоми і причини бронхіальної астми: 1. Подразнена слизова оболонка продукує надмір флегми; 2. М'язи бронхів скорочуються, звужуючи дихальні шляхи; 3. Утворення згустків флегми в найменших бронхіолах, що замикають доступ кисню до легеневої тканини; 4. Набрякла оболонка бронхів також звужує прохід повітря.

ній або дорожній порох, відпадки з одяжі (вовна, нейлон), що літають маленькими частинками в повітрі, пір'я з подушки або шерсть коня, пса чи іншої тварини. Рідше буває якийсь рід харчу, як, наприклад, яйця, помаранчі, суниці, рибні потрави, помідори, м'ясо птиць і свиней, молоко і молочні вироби, горіхи, шоколад.

Отже, при наявності астми, хворий має перейти відповідні досліді, щоб докладно виявити всі ті речовини чи харчі, до яких він вразливий. Звичайно таких речовин буває більше, як одна.

У молодих людей необхідно передусім в'яснити причину астматичних атак, бо часто їх можна відучити від уживання пев-

них речовин або відповідними ін'єкціями витворити у них відпорність супроти цих речовин. Старшим особам, крім лікування, можна допомогти порадами, щоб вони зрозуміли суть своєї хвороби і усунули із щоденного життя такі причини, що безпосередньо або посередньо викликають атаки астми. Іноді навіть зміна праці, оточення, клімату або запобігання проти застуд чи нервового напруження повністю допомагають, незалежно від того, чи людина має природний нахил до астми.

V. ПРО ПІСТРЯК

Недуга пістряка-рака така ж стара, як і людство. Хоч модерна медицина чимало внесла в її пізнання, все ж багато основних речей ще не розв'язано. Бо питання пістряка доходить часто до таємниць біологічного життя в його найменшому зародку, найпримітивнішій клітині, а іноді і її окремих частин.

Пістряк, що його багато народів називають раком, не має нічого спільного з справжнім раком, який водиться в річках та озерах. Назва ця постала, мабуть, із того, що пістрякова пухлина роз'їдає тканини людського тіла немов примітивна тварина, а крім цього іноді розростається в якомусь органі відногами, інфільтруючи малими чи більшими шляхами своє довкілля.

Пістряк — це дуже широке поняття, і означає воно ніщо інше, як злоякісний новотвір на якійсь частині тіла, але назва сама по собі не говорить про те, якого роду цей пістряк, який його оригінальний початок, який ступінь злоякісності і т. д. Бо тут треба взяти до уваги, що медицина розрізняє вже декілька сотень різнорідних пістряків, які навіть не завжди один на одного схожі.

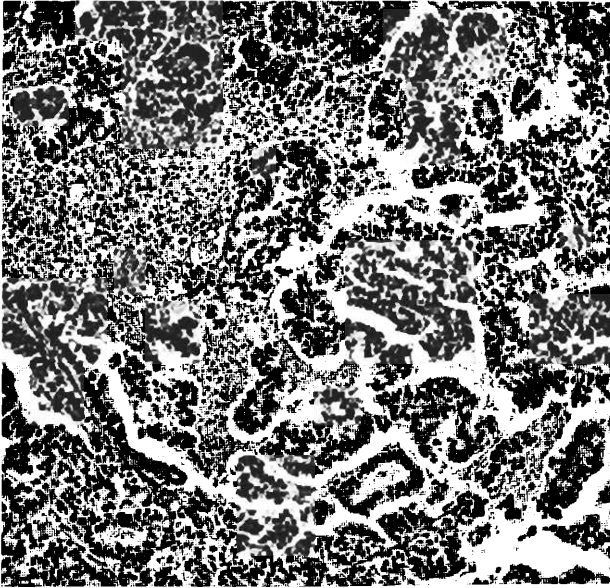
Пістряк — це в більшості випадків новотвір у формі пухлини чи наросту. Кажемо в більшості, бо, наприклад, пістряк крові, т. зв. лейкомія, рідко творить якісь пухлини.

Відрізняється пістряк, однак, від інших опухів на людському тілі тим, що він — злоякісний, нищить довкілля, проїдаючись своєю тканиною в сусідні органи, а також висилає своїх „емісарів" у віддалені частини тіла, що творять там нові опухи.

Треба згадати, що бувають опухи й нешкідливі. Найпростішим прикладом є відомі всім бородавки на шкірі, численні нарости-папіломи, молі і т. д. Вони мають границю росту, не розростаються до меж нищення довкілля. Бувають також нешкідливі нарости і на інших органах, які нічого не мають спільного з пістряком.

Усі новотвори або пухлини байдуже, чи вони доброякісні, чи пістрякові, мають свій початок у якійсь тканині, виростають з тих самих клітин і залишаються такими весь час. Наприклад, бородавка, що починається з нашкірка, має в своїй будові лише шкірні клітини; товщак, що починається з клітин товщу під шкірою, виростає виключно товщевими клітинами; міом, який починається

в деяких м'язах, розростається виключно м'язевими клітинами. І пістряк має такі ж властивості: він не з'являється десь іззовні, не переноситься з якоїсь речовини, а просто зароджується з певних клітин якогось органу і розростається виключно тими самими клітинами. Інакше кажучи, пістряк — це хворобливий роз-



Мікроскопічна знімка пістряка. Клітини з темними ядрами — це злоякісні клітини, і з їх будови, як також з будови цілої тканини патолог визначає ступінь злоякісності, рід пістряка та інші властивості, що допомагає хірургові застосувати той чи інший метод операції та пізнішого лікування.

ріст тканини якогось органу, яка, втративши границі нормального росту, безконечно помножує свої клітини.

Для ясності візьмемо приклад. Пістряк шлунка завжди бере свій початок з клітин слизової оболонки шлунка. Починається малим, мікроскопічним помноженням клітин у якомусь місці, яке з часом може витворити форму відкритої ранки, наросту і т. д., але множення клітин триває, аж поки не виросте справжня пухлина. Вона майже завжди тверда, густа в своїй структурі, але коли взяти її кусник під мікроскоп — це ніщо інше, як та сама слизова оболонка шлунка, має ту саму будову залоз слизівки, форму клітин та ін. Тут є лише одна основна різниця: нормальні клітини слизівки стабільні в своїй структурі, а клі-

тини пістряка виявляють „дикі” розмноження, хаос в рості, не-непорядок в розміщенні. Медична патологія називає це явище невизрілим ростом, і всі клітини пістряка характеризуються незрілістю структури, швидким розмноженням та агресивністю росту.

Крім цього, як згадано вище, пістряк висилає свої клітини в інші частини тіла: одна чи більше клітин відривається від основної пухлини, іде шляхом кровообігу чи лімфатичної системи в інше місце, аж поки „застрягне” десь у вузькому місці. Там вона починає помножувати свої клітини і стає новою пухлиною, яка фактично є лише повторенням матірньої пухлини. Увесь цей процес називається метастазами.

Людське здоров'я або й життя нищить пістряк двома методами: 1. Механічним методом, коли він проростає якийсь орган і паралізує його нормальну функцію, наприклад, позбавляє шлунок можливості споживати їжу; також може прорости в інший важливий орган і знищити його, може зупинити обіг крові в частинах тіла, загальмувати жовчеву або інші протоки, замкнути кишку і т. д. 2. Фізіологічним методом, коли пістряк виснажує увесь організм, забираючи для свого росту найбільш поживні речовини з крові, нищачи білок організму, сповільнюючи обмін речовин та енергії, витворюючи трійливі відпадки і т. д.

З досвіду відомо, що нема майже ні одної частини людського організму, на якій не міг би витворитись пістряк. Очевидно, деякі роди пістряка зустрічаються рідко, деякі доволі часто, одні з них більше злоякісні, а інші поширюються повільно. В деяких тканинах та органах пістряк витворюється частіше, як в інших.

Варто відмітити, що не скрізь, беручи до уваги географічні терени, ті самі пістряки ведуть перед серед злоякісних опухів: дані виказують, що коли один рід пістряка домінує в якійсь частині світу, то в іншій він стоїть на дальшому місці. Щоб дати якесь уявлення про місця поставання пістряків та їх частоту, можна навести такі загальні дані з території Північної Америки:

Найчастіше пістряк постає тут на шкірі, хоч більшість його видів є легкої форми. Далі йде пістряк грубої та прямої кишок, ще далі — пістряк шлунка, матки, гортані, простати, сечового міхура, легень, крові, щитовидної залози, жовчевого міхура, мозку і нервової системи, костей і суглобів, нирок, надниркових залоз, лімфатичної і кровоносної системи.

Чому якраз у цих місцях найчастіше постає пістряк? Цього сучасна наука ще не з'ясувала. На цю тему, як і на тему постання пістряка взагалі, існують різні теорії.

Одна з старіших теорій — це теорія подразнення, яка виходила із założення, що місця, наражені на постійне подразнення, мають нахил продукувати пістряка. Одна з новіших теорій — це вірусова теорія, згідно з якою викликають різні роди пістряка дуже примітивні і малі віруси різних видів.

Поміж цими двома теоріями існує чимало інших, які радше одна одну доповнюють, а не виключають. Деякі дослідники вважають, що остаточною причиною постання пістряка є сума різних факторів, а серед них, правдоподібно, і вірус. На це вказують факти імунологічних явищ при деяких видах пістряка, коли він зникає спонтанно або коли на нього не хворіють деякі люди.

Ось кілька прикладів, які викликають питання „чому?”

Чимало хірургів знають, що іноді, коли вони вирізують основний опух на кишці, метастази, себто малі розмноження опуху, зникають. Це не правило, але доволі часте явище. Чому?

Один дослідник натрапив на цікавого пістряка лімфатичної залози, який атакував дітей, але тільки в певній зоні центральної Африки, в місцях не нижчих, як 5 тисяч стіп над поземом моря, де температура ніколи не сходить нижче за 60 ступенів Фаренгайта. Чи справді цього пістряка викликає місцевий вірус і чи переноситься він комарами?

Експериментально вже переносять пістряка крові з одної тварини на іншу, і цим потверджуються здогади, що якийсь дрібний, ще не знаний організм поширює цю недугу.

Пістряк грубої кишки — це в ЗСА пістряк число один, але він дуже рідкий у країнах Центральної та Південної Америки, в Індії та Японії. Пістряк рота та гортані дуже поширений в Індії та Індонезії, але рідкий в Англії та Північній Америці. Пістряк грудей дуже поширений в Німеччині, Англії та ЗСА, але рідкий в Японії та Східній Європі, зокрема в Україні. Ця недуга часто атакує шлунок людей в Японії, Східній Європі, але рідко у В'єтнамі. Пістряк печінки дуже рідкий в Європі та Америці, але надзвичайно частий у деяких місцевостях Центральної Африки.

Чимало дослідників вже тепер схиляються до того, що пістряк — це недуга, яка заноситься в людський організм іззовні і розвивається при відсутності імунізаційної відпорности. Сюди враховують і такі причини, як курення тютюну, вдихання чи споживання різних хемікалій з харчами, водою або й випадково. Але все ж вважають, що навіть при подразненні цими речовинами можна людину зберегти від пістряка засобом імунізації, себто витворенням у неї відпорности проти недуги. Чимало ен-

тузіястів - дослідників вірять, що це вдасться досягнути в найближчих 10-15 роках.

Винайдення засобів охорони проти пістрякової недуги було б справді спасінням мільйонів людей.

Медицина ще не знає методу, який давав би можливість лікареві виявляти у людини нахил до пістряка-рака. Але над цим працюють, і сподіваються, що такий метод незабаром знайдуть. Це, очевидно, буде величезним успіхом медицини, бо вслід за цим прийде витворення відповідних сироваток, якими можна буде зацеплювати людину проти виникнення рака.

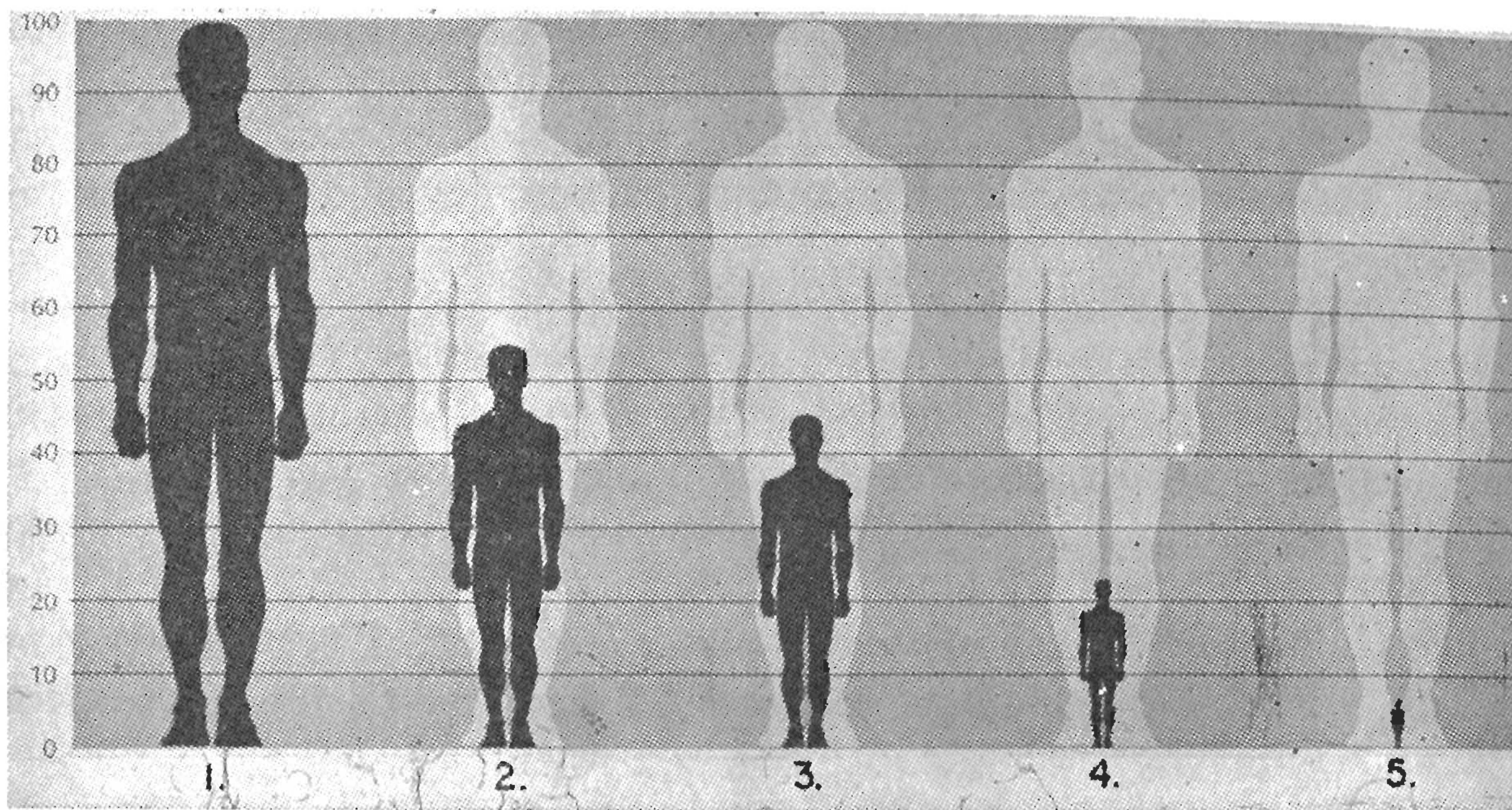
А все ж, які є сьогодні засоби боротьби з пістряком? Відповідь на це можна поділити на дві частини: 1. боротьба з уже існуючим пістряком і 2. профілактика, або дуже раннє виявлення пістряка.

Боротьба з існуючим пістряком — це, фактично, лікування, і лежить воно в руках кваліфікованого лікаря, часами цілого ряду фахівців. Хотілося б знайти якнайміцніші слова перестороги для кожної людини, що із раком, якого б він не був роду чи ступеня, не вільно жартувати і ніколи, абсолютно ніколи не віддавати його лікування в знахурські руки, а також у руки лікаря, який не має достатнього вишколу в цій ділянці.

Це нічого спільного не має з підриванням авторитету доброго лікаря, я дуже далекий від цього, але так воно вже є, що навіть першорядні кваліфікації в одній ділянці медицини не завжди дають достатню кваліфікацію в іншій. Добрий лікар завжди розпізнає проблему і, зваживши свої кваліфікації, пошле пацієнта до такого фахівця, який краще кваліфікований лікувати даний рід рака. І пацієнт мусить пам'ятати, що коли лікар відсилає його до іншого лікаря, тоді не треба бути впертим, мовляв, „я, пане докторе, лише вам вірю”, а таки йти туди, куди його скеровується. Добрий лікар ніколи не вагається перевести цілий ряд консультацій з колегами-фахівцями інших ділянок медицини, а добрий пацієнт з довір'ям вислухає поради свого лікаря, не припускаючи можливості, що „на ньому експериментують”.

Активне лікування рака — це передусім видалення його шляхом операції: хворий орган чи його частину вирізують, а довкілля вичищують. Іноді буває така ситуація, коли вирізати цілий орган чи його частину неможливо, іноді неможливо зробити повного вичищення т. зв. метастаз, себто відростків рака, і тоді стосують інші лікувальні засоби.

Сюди насамперед належить радіація, що має різні форми: наświetлювання рентгенівськими променями, наświetлювання радіоактивним кобальтом, впровадження до певних органів радію на



Якщо взяти 100 людей (ч. 1), у яких виявлено пістряк легень у повному розвитку, то з них лише кількість, показана під ч. 2, надається до будь-якого лікування, кількість під ч. 3. можна оперувати, кількість під ч. 4 виживає до п'яти років, а кількість під ч. 5 повністю виліковується.

якийсь час, впровадження радіоактивного йоду і т. д. Методи ці дуже складні і майже завжди вимагають стаціонарного лікування і добрих фахівців.

Крім методів радіації, існують десятки хемічних сполук, якими лікують рака.

Хоч і яким важливим є активне лікування пістряка, ще важливішим є його профілактика, або дуже раннє виявлення. Тут, крім лікаря, велику роль грає сам пацієнт, який мусить знати, що найкраще забезпечення проти рака — часта перевірка здоров'я, а зокрема звертання уваги на деякі ненормальні прояви. Треба пам'ятати, що майже всі види рака можна повністю вилікувати, якщо виявити їх у ранній стадії.

Рак не виростає протягом одного дня, а, розвиваючись, завжди якось дає про себе знати. На що ж потрібно звертати особливу увагу? Основні поради можна зібрати в такі пункти:

1. Перевіряти всякого роду нарости чи згрубіння на шкірі або під шкірою.

2. Перевіряти всякі ранки, де б вони не були, якщо вони не гояться протягом двох-трьох тижнів.

3. Кожна жінка мусить перевіряти свої груди сама кожного місяця, і, завваживши будь-які згрубіння чи нарости, негайно звертатися до лікаря.

4. Негайно реагувати на згрубіння залоз на шиї, у пахвинах рук і ніг та на гортані, де міститься щитовидна залоза.

5. Перевіряти всякі нарости чи ранки на устах, в роті і на язиці. Негайно реагувати на кашель та хрипоту, якщо вони виявляються без застуди.

6. Негайно звернутися до лікаря, якщо появляються ненормальні виділення крові, байдуже в якому місці. Пам'ятати, що майже всі ракоподібні опухи витворюються з малих ранок, які виділяють із себе кров. Перевіряти прояви крові в сечі.

7. Особливо жінки мусять звертати увагу на ненормальні або нерегулярні виділення крові. Раз на рік перевіряти матку. Ця проста й дешева перевірка виправдала вже себе на десятках тисяч жінок, урятованих від певної загибелі. У віці 25-35 років рак шийки матки — це убивник число один.

8. Ніколи не складати вини за кривавлення вихідної кишки на т. зв. гемороїди, не лікувати їх знахурським способом або різними „свічками”, реклямованими в пресі чи радіо, пам'ятаючи, що рак грубої кишки — один із найчастіших видів рака.

9. Перевіряти всякі ненормальності в травленні їжі, реагувати на відсутність апетиту, втрату ваги, особливо, коли людина нормально харчується. Особам, які мають нахил до анемії, часто перевіряти свою кров.

10. Звертати увагу на нерегулярності шлункових виділень, особливо, коли затвердіння чергуються з розвільненням або бігункою.

Ось цих „10 заповідей” мусить людина постійно притримуватись у збереженні від пістряка.

VI. ІНФЕКЦІЙНІ ХВОРОБИ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

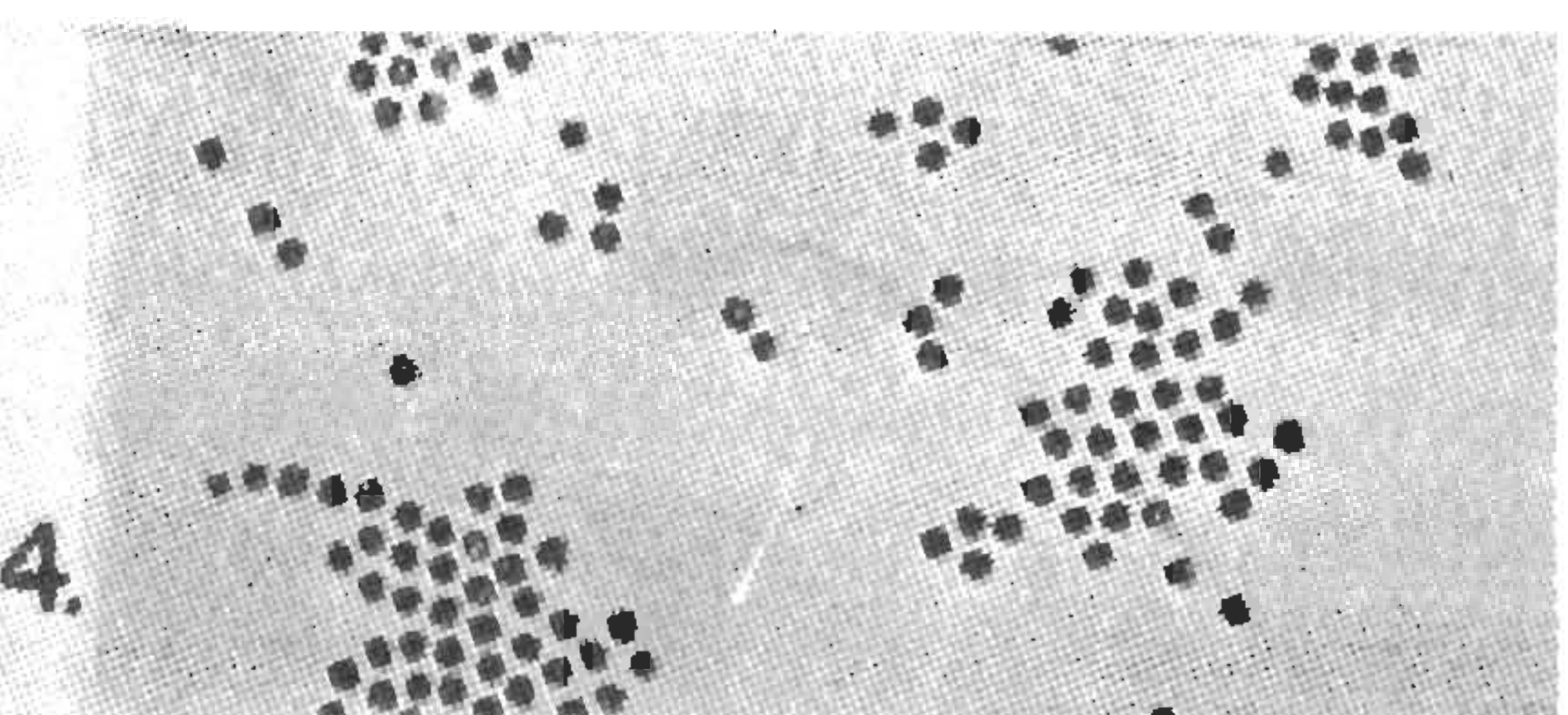
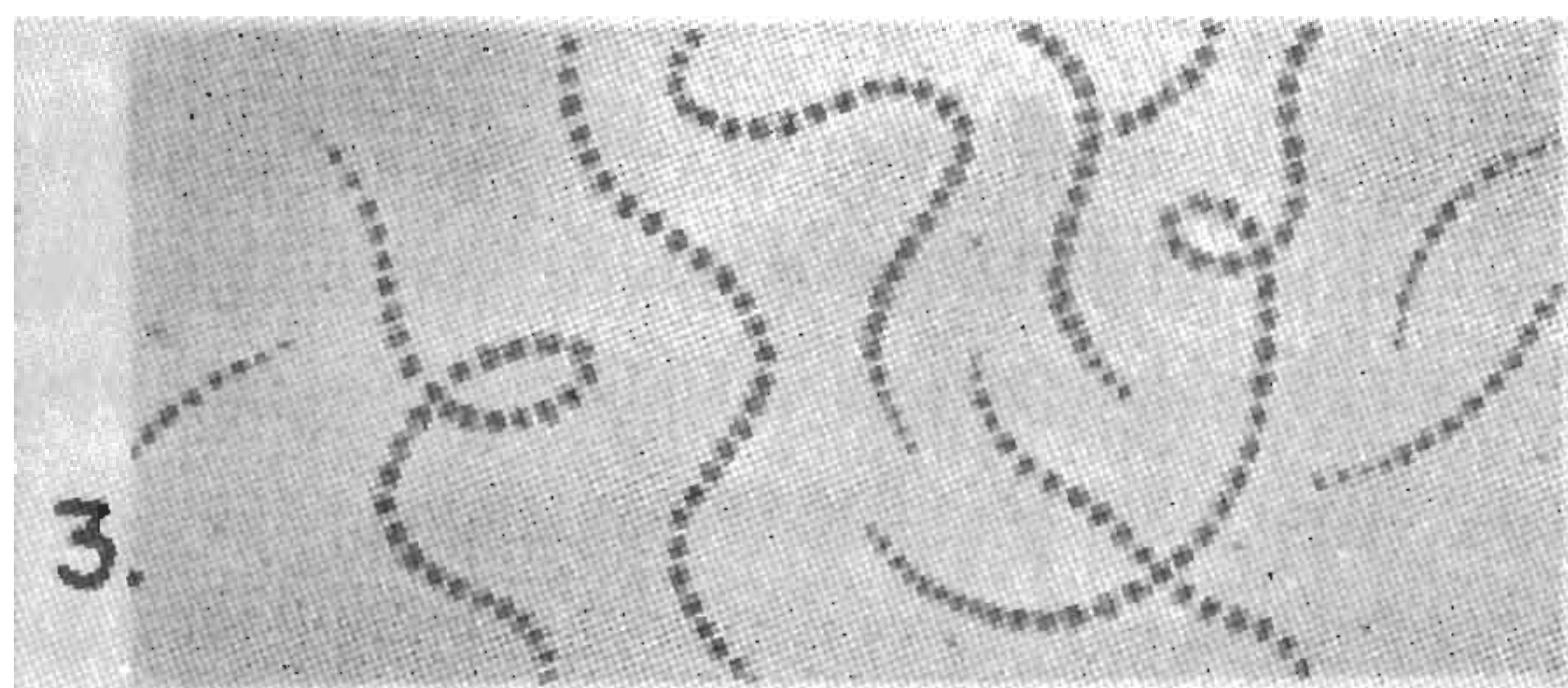
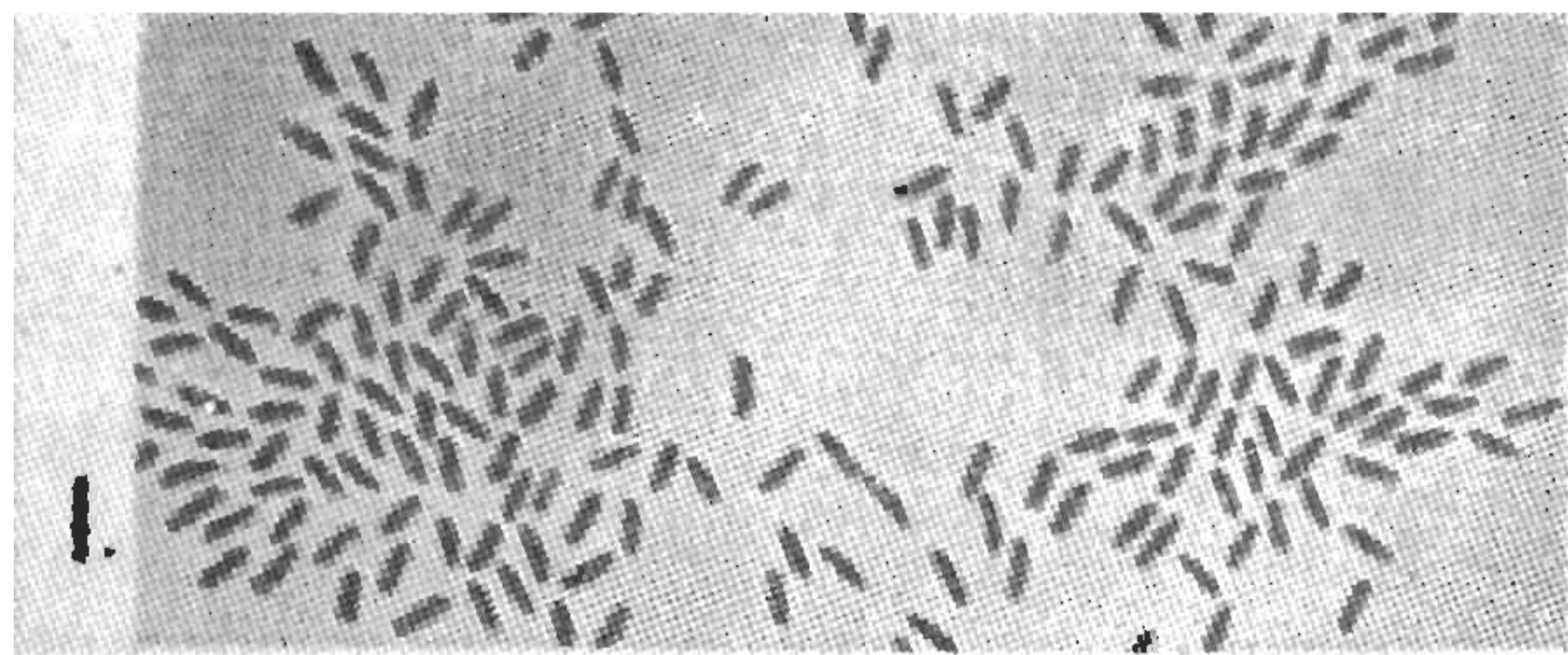
До інфекційних хвороб зараховуємо такі недуги, які викликаються сторонніми, чужими людині мікроорганізмами. Ці, невидимі для людського ока, організми, попавши в людину, можуть викликати хворобу або цілого тіла, або лише його частини. Все це залежить від роду бактерії і від того, в яких обставинах і куди вона попаде в людський організм. Наприклад, гнійні бактерії, т. зв. стафілококи, потрапивши в шкірні залози, викличуть абсцес, чиряк або льокальну інфекцію шкіри, але коли ці самі бактерії дістануться глибше, до кровоносних судин, вони викличуть інфекцію цілої системи, т. зв. зараження крові, яке може привести до загального сепсису, а з тим і до смерти людини.

Світ мікроорганізмів — дуже великий. Багато з них є примітивними рослинами або тваринами, хоч чимало з них і не визначені, деякі стоять біологічно на границі рослини і тварини, а деякі, як, наприклад, окремі роди вірусів, навіть стоять на границі органічної і неорганічної речовини.

З практичних міркувань можна вираховувати такі групи мікроорганізмів, які стають причиною інфекційних недуг:

- а) бактерії, що найчастіше викликають гнійні процеси;
- б) бацилі, що звичайно сильніше вражають людську тканину (напр., бацилі туберкульози, дифтерії, правця і т. д.);
- в) віруси, що є найпримітивнішими мікроорганізмами, яких через звичайний мікроскоп навіть не видно; серед них деякі мають величину молекули, можуть проходити крізь найгустіші фільтри і проживати поза органічною речовиною;
- г) грибки, що звичайно атакують людську шкіру, рідше органи;
- г) протозоа — примітивні, одноклітинні тварини (напр., амеби, що викликають дизентерію, плазмодії, що викликають малярію, і т. д.).

Деякі мікроорганізми можуть викликати хворобу в людини лише один раз, бо, переживівши нею, вона набирає імунітету —



Зразки деяких інфекційних мікроорганізмів: 1. Бацилі у формі палички; 2. Паристі коки; 3. Стрептококи у ланцюжкових формаціях; 4. Стафілококи у групових формаціях. Усі види вирощені на спеціальних культурах, і бактеріолог розпізнає по них вид мікроба, а тим самим рід інфекції чи недуги.

відпорности до такої недуги. Імунітет можна витворити штучно з поміччю відповідної вакцини.

Імунізація вакцинами — це велике добродійство для людства, бо довгий ряд недуг, часто смертельних, таким способом контролюється, поборюється епідемії, а деякі недуги навіть повністю викорінюється. До імунізацій відносяться щеплення проти чорної віспи, дифтерії, коклюшу, поліомієліту, кору, різних форм інфлюенци, а також в контролі захворювань правцем, тифом, холерою і т. д.

Вакцини — це ніщо інше, як відповідно спрепаровані матеріали із самих бактерій чи вірусів, які викликають недуги. Ці мікроорганізми вирощують на відповідних культурах, роблять з них екстракти і впорскують людині. Одержавши такий екстракт, людський організм негайно реагує, витворюючи відпорність проти такої бактерії чи віруса. Коли ж у нормальному житті така імунізована людина зустрічається з даною бактерією, вона не хворіє, бо має вже супроти неї відпорність.

Засадничо є дві форми імунізації: активна і пасивна. При активній вакцина — це живі, але дуже послаблені бактерії чи віруси, які, будши введеними людині, викликають мініятюрне захворювання даною недугою, а вслід за цим вироблення природнього імунітету. При пасивній — впорскуюється лише екстракт

неживих мікроорганізмів, які стимулюють організм до витворення антигенів проти даної недуги. Але вони не дають імунітету, їх часто треба повторювати, щоб затримати відпорність.

Черговим добродійством для людства стали хемотерапія та лікування антибіотиками. До тридцятих років нашого століття медицина не знала такої речовини, яка б, дана людині, могла забити бактерію, не пошкодивши одночасно самому хворому. Перше „вікно” в цій ділянці було відчинене в сорокових роках нашого століття, коли винайдено сульфонаміди, а згодом перший антибіотик — пеніциліну. З того часу ця ділянка в медицині сильно поширилась, і тепер лікарський світ має сотні засобів у поборованні мікроорганізмів, десятки груп різних родів хемічних речовин та антибіотиків для поборовання інфекційних недуг.

Діяння антибіотиків відбувається одним із двох шляхів: деякі групи антибіотиків уведено людині нищать бактерії безпосередньо (напр., пеніциліна), а деякі не вбивають бактерій, а лише припиняють їх ріст і розмноження. Тому ж, що життя бактерії коротке, вона без можливості розмноження гине, не залишаючи після себе „нащадків”, і тим самим процес інфекції припиняється. Згадуємо про це тому, що часто лікарі, приписуючи антибіотик, попереджають пацієнта, щоб він заживав його певний період часу, а не переставав, як тільки йому стане краще. Справа в тому, що симптоми можуть зникнути ще перед тим, як усі залишки бактерій вигинуть, а передчасне припинення антибіотиків може повернути інфекцію. Треба дати можливість антибіотикові довести свою роботу до кінця, а тому необхідно заживати його так довго, як це вкаже лікар.

На жаль, антибіотиків проти вірусів на сьогодні ще нема. Боротьба з вірусами ще й далі залишається в межах щеплення і витворення імунітету. Тому, що ряд вірусових недуг є дуже небезпечними для здоров'я, а то й життя, лікарський світ так часто наголошує потребу щеплення проти них, бо це, покищо, єдиний рятунок для людини.

Більшість інфекційних недуг — заразні, себто такі, що переносяться з людини на людину, а деякі з них навіть витворюють епідемії. Одначе, є й такі інфекційні хвороби, що попадають в людину з довколишньої природи, а інші людина навіть сама носить на собі, і потрібно відповідної нагоди, щоб бактерія розвинулась в інфекційну недугу.

Класичними прикладами різнорідних видів інфекцій можуть бути такі хвороби: а) туберкульоза, поліомієліт і інфлюєнца — це заразні інфекційні недуги, що переходять з людини на людину

різними способами персонального контакту; б) малярія або плямистий тиф — також заразні недуги, але вони не можуть перейти безпосередньо з одної людини на іншу, бо тут потрібен засіб переносу, і таким у випадку малярії є комар, а у випадку тифу воша, які, після вкушення хворої людини, мусять вкусити іншу людину, щоб перенести недугу; в) правець — це заразна недуга, але її одна людина не може набути від іншої, бо для захворіння нею треба мати на тілі ранку, а заразку хвороби одержати з природи, найчастіше із землі, яка забруднить рану; бути в контакті з хворим на правець можна цілком безпечно, хібащо самому врізатись і дістати гній з рани хворого у свою рану; г) деякі роди запалення легень можна одержати від хворої людини, але деякі роди людина дістає зовсім незалежно, застудившись і одержавши заразку з природи; д) абсцеси — це заразні процеси, але людина завжди має на своїй шкірі гнійні бактерії, і треба дряпини або шкірного пошкодження, щоб бактерія увійшла глибше і там витворила абсцес.

Таких прикладів можна навести багато, але й з наведених вище видно, що слово „інфекційний” не завжди означає „заразний”, а саме зараження має дуже широке поняття. Це важливе в процесі розуміння суті інфекційних хвороб, бо часто від цього залежить зберігання себе від них.

У наступних підрозділах подається в короткій формі основні відомості про ряд інфекційних недуг, які часто зустрічаються у щоденному житті. Для кращої орієнтації подаємо назви недуг також англійською мовою, бо більшість читачів цієї книжки живуть в англомовному світі.

2. ДИТЯЧІ НЕДУГИ

Сюди зараховуємо кілька недуг, які в основному появляються в дитячому віці, хоч можуть вони атакувати також людей в юнацькому або й старшому віці. Варто мати на увазі, що недуги ці здебільша проходять легше у дітей, але чим дитина або юнак старші, тим, як правило, вони проходять важче.

В. КІР (MEASLES)

Це гостра, заразна недуга, яка викликається вірусом, що переноситься з дитини на дитину. До приблизно одного року життя діти цією хворобою не хворіють, бо до того часу ще мають імунітет, одержаний від крові матері. Діти до 10-го року життя зносять

цю недугу відносно легко, але старші — важче. Коли людина на кір не хворіла у дитячому віці, а заразилась нею в старшому віці, — ця недуга іноді може бути смертельною.

Хвороба характеризується високою гарячкою і висипкою по цілому тілі. Звичайно висипка починається на обличчі, поширюється на ший, груди і плечі, а згодом на всі інші частини тіла. Висипка дрібна, але густа, творить шорстку шкіру, дещо свербить, має червоно-малинове забарвлення. Звичайно протягом тижня дитина видужує. Особливого лікування не треба, крім звичайного догляду: багато овочевих соків, висококальорійна їжа, аспірина проти гарячки, спокій під час високої температури.

Комплікації з кору бувають, якщо дитина або не доглянена, як слід, або коли під час недуги вона застудиться. Найчастіше такі комплікації виникають у вухах, горлі й легенях: у дитини розвивається гнійне запалення вуха, мигдаликів, сильний кашель, а то й запалення легень. Тож у випадку сильного болю горла, вуха або спазматичного і болючого кашлю — необхідно шукати лікарської допомоги. Варто пам'ятати, що великий відсоток недомагань вуха, включно із втратою слуху, є наслідком скомплікованого кору в дитячому віці.

Кір в Америці — на дорозі винищення, бо вже кілька років уживають вакцину, яка лише одною ін'єкцією дає імунітет на ціле життя. Кожна дитина повинна защепитись проти кору.

Б. ВІТРЯНА ВІСПА (СНІСКЕНРОХ)

Це виразно вірусова недуга, яка переноситься не обов'язково персональним контактом, але також може „мандрувати” по дітях самим повітрям. Викликає невисоку гарячку і висипку у вигляді малих міхурців, проходить без ускладнень, міхурці засихають протягом 5-7 днів. Іноді окремі міхурці можуть заразитись бактерією і дати гнійний процес, але він звичайно поверхневий. Все ж варто їм запобігти, зокрема на обличчі, щоб не залишились після них рубці.

Звичайної чистоти тіла, аспірини проти болю і сверблячки, аж поки міхурці не засохнуть — повністю вистачає. Проти свербіння, яке дитина часто не зносить, чухаючись навіть у сні, можна вживати будь-який препарат для натирання шкіри (див. розділ „Домашня аптека”).

В. КОКЛЮШ (WHOOPING COUGH)

Це дуже заразна недуга, яка викликається бацилами окремого роду і переноситься персональним контактом, звичайно через краплини слини, посуд тощо. Іноді ця недуга може вибухнути епідемією. Найбільш вразливі до неї немовлята та малі діти до 5-ти років життя, які і переносять її важко, і мають найбільше ускладнень.

Недуга характеризується сильним і спазматичним кашлем, що приходить атаками, іноді такими сильними, що дитина майже душиться.

Триває недуга щонайменше 4 тижні, і це дуже виснажує дитину; часто дає ускладнення, а іноді й ушкодження легень на ціле життя у формі нахилу до емфіземи, хронічних бронхітів тощо.

Під час недуги лікарська опіка — необхідна, щоб забезпечити хворого від небажаних наслідків. Лікування недуги — важке, бо ці бацили важко знищити антибіотиками. Особливу увагу треба звертати на немовлят, які стають смертельними жертвами цієї недуги.

Раз дитина перебула хворобу — вона вже має до неї імунітет на ціле життя. Але, з огляду охорони доброго здоров'я, це дуже коштовний набуток. Тепер вже є дуже добрі вакцини проти коклюшу, які повністю забезпечують дитину від захворювання. Імунізацію мусять проходити всі діти.

Г. ДИФТЕРІЯ (DIPHTHERIA)

Дуже поважна, часами смертельна недуга, що переноситься персональним контактом з людини на людину і викликається спеціальним родом бацил.

Розвивається недуга в горлі та носових проходах, витворюючи специфічний гнійний процес на слизових оболонках. Іноді самий лише гнійний процес, при якому розпухають гланди та оболонки і замикається дихальний шлях, може бути причиною смерті. В основному ж ця недуга грізна тим, що бацили витворюють трійливу речовину, т. зв. токсину, яка робить дитину дуже важко хворою, приводить до ускладнень, а часто й до смерті.

Недуга характеризується сильним болем горла, неспроможністю дихати через ніс, розвитком гнійної і грубої оболонки в горлі, що майже замикає горло, високою гарячкою з утратою приємності.

Дія трійливої речовини бациль приводить до ушкодження серця, ураження нирок та нервової системи. Кожне з цих ускладнень або всі разом і є причиною важкого стану пацієнта, причиною смерті у важких випадках. Коли ж пацієнт виживає — ушкодження серцевого м'яза на ціле життя, ушкодження нирок і окремих нервів центральної нервової системи — часті наслідки. Ураження окремих нервів може привести навіть до їх паралічу.

При цій недюзі необхідною є енергійна і рішуча лікарська допомога. Тепер є чимало речовин, що допомагають зберегти життя хворого, зокрема т. зв. антитоксина, яка, введена в організм, до якоїсь міри нейтралізує трійливі продукти бациль.

Профілактика проти дифтерії нескладна. Є проти неї добрі вакцини, і, якщо людина їх прийме вчасно — вона повністю гарантована проти цієї важкої недуги.

Якщо людина в дитячому чи юнацькому віці хворіла на дифтерію, про це завжди треба повідомляти лікаря, бо така інформація допоможе йому в діагнозі інших недуг, які розвинулись пізніше, як наслідок дифтерії.

Г. ШКАРЛЯТИНА (SCARLET FEVER)

Це надзвичайно заразлива й гостра хвороба, що передається з людини на людину або безпосереднім контактом, або через спільноживані речі. Викликається вона т. зв. гемолітичними стрептококами. До цієї групи бактерій, що викликають шкарлятину, належить щонайменше 40 різних видів. Часто ця хвороба появляється епідемією.

Тому, що шкарлятину може викликати будь-яка бактерія з цієї великої групи, вид недуги та її перебіг не завжди однакові, але всі види дають подібні симптоми: високу гарячку, сильні болі горла і голови із помітним опуханням гланд, блювання, неспроможність споживати їжу, сильно обложений язик, запухла шия, гній на гландах; вже на другий день після захворіння появляється багряного кольору висипка на шиї, грудях, плечах, іноді на руках та ногах. Висипка з плямами багряного кольору така відмінна від усяких інших, що її легко відрізнити від, наприклад, висипки при корі чи звичайної висипки внаслідок піднесеної температури. Крім цього також багряним кольором характеризується обличчя хворого, хоч висипку на ньому важко помітити. За кілька днів на місці висипки творяться наче оболонки, які злущуються зі шкіри.

Хвороба важка і може дати далекойдучі наслідки: запалення вуха, ураження серця, нирок, печінки та інших органів. Якщо її не лікувати як слід, може залишити погані наслідки на ціле життя.

Профілактика проти шкарлятини — відповідні сироватки лише в окремих випадках. Лікування цієї колись страшної недуги тепер доволі легке: бактерії, які викликають шкарлятину, успішно знищуються пеніциліною або іншими антибіотиками. Часто процес хвороби можна зупинити і не дати їй розвинути у повну картину. Звичайно, лікування потрібне не лише гострих симптомів, але часто лікар перевіряє ще й стан пацієнта, а також робить відповідні культури з дихальних шляхів, щоб бути абсолютно певним, що недуга повністю поборена.

Варто також відмітити, що іноді шкарлятину важко відрізнити від звичайного гнійного запалення гланд чи горла. Це може зробити лише лікар з поміччю культури бактерії, що викликала недугу. Крім цього „звичайне” запалення горла часто викликається цією самою групою бактерій, і хоч не розвивається у справжню картину шкарлятини, то все ж стоїть дуже близько до неї і може дати такі ж погані наслідки, як шкарлятина. Тож ніякого запалення горла з гарячкою не слід ігнорувати.

3. РЕВМАТИЧНА ГАРЯЧКА (RHEUMATIC FEVER)

Незалежно від того, що всі похідні, які витворюють ревматичну гарячку, ще не повністю вивчені, загальновідомо, що ця дуже поважна недуга має прямий зв'язок із інфекцією т. зв. бета гемолітичного стрептокока, отже, заразною групою бактерій.

Захворювання від інфекції цієї бактерії не викликає, однак, тільки місцевого процесу, як це буває при, наприклад, запаленні гланд від інших бактерій, а викликає зразу ж хворобу цілого людського організму. Це гостра, запальна недуга без гнійного процесу, але з усіма симптомами інфекційної дії. Вона може бути різною в своїй силі і наслідках, може часто повертатись і завжди дає ускладнення на цілу систему, зокрема поважно ушкоджує серце.

Наскільки важливо берегтись від ревматичної гарячки або тих недуг, які її провокують, показує факт, що 98% усіх серцевих захворювань молодих людей до 20-го року життя в Америці — це захворювання ревматичного характеру. Хвороби серця від ревматичної гарячки вбивають більше молоді, як усі інфекційні хвороби, взяті разом із запаленням легень.

Основною причиною ревматичної гарячки є запалення горла від інфекції стрептококів. Звичайно таку атаку попереджує за тиждень-два перед тим запалення горла, глянц або нагноєння в такій або іншій формі, навіть у легкій, яку лікувалось, як „звичайне запалення”. У більшості випадків такий пацієнт ще має симптоми інфекції, його дещо болить горло, хоч і видається, що „застуда” вже проходить.

Не в кожній людині чи дитині розвинеться ревматична гарячка, якщо вона мала раз або кілька разів запалення горла. Але статистика виказує, що при повторному запаленні горла з стрептококами 7-8% дітей матимуть раніше чи пізніше ревматичну гарячку. Тут входить у процес неоднакова вразливість окремих людей до токсичного матеріалу, який витворюється стрептококами. Дорослі люди також не гарантовані від цієї недуги і часто, перехворівши непомітно її в дитячому віці, можуть знову набутися кожного часу і також із сильними симптомами та наслідками.

Отже, після „звичайного запалення” горла, яке ніби проходить, пацієнт дістає раптом високу гарячку, що іноді сягає до 103-104 ступенів за Фаренгайтом (39-40 ст. Цельсія). Його сильно болить голова, пульс підноситься до 120-140 ударів на хвилину, в окремих суглобах починає боліти, і вони стають червоними та запухають. Найчастіше бувають уражені стопи, коліна, суглоби рук і лікті. Часом запальний стан суглоба проходить, але негайно появляється в іншому суглобі. Приблизно у половини хворих спостерігається т. зв. хорея, себто несвідомі, безцільні ритмічні рухи рук та ніг.

Обслідування пацієнта виявляє, як правило, міокардит, себто запалення серцевого м'яза, а також шуми в серці, що означає ушкодження серцевих клапанів (клапанів). Часами приходить до запалення серцевої оболонки, т. зв. перикардиту, іноді до аритмії праці серця. Уражені суглоби звичайно запухлі, болючі і їх рух майже неможливий. Пульс і гарячка високі. Лябораторні досліді включно з електрокардіограмою потверджують діагнозу.

Іноді вистачить лише одної атаки, щоб сильно ушкодити серце. Часами, одначе, атака проходить за 4-6 тижнів без особливих наслідків або ж їх неможливо зразу відкрити. Все ж за деякий час людина може знову одержати інфекцію горла, і атака ревматичної гарячки повториться. Тим разом вона буде сильнішою, а за другим або третім разом таки напевно уразить серце.

Тож при всякому запаленні горла, яке супроводиться високою гарячкою, болями та набрякненням суглобів, високим пульсом,

загальною квалістю та значним занепадом сил, — необхідно шукати лікарської допомоги, щоб виключити можливість стрептокової інфекції, що може дати початки ревматичної гарячки або самий процес цієї гарячки. Ігнорувати „звичайного запалення” горла ніколи не слід.

Лікування ревматичної гарячки нескладне. Вживається в основному пеніциліни або інших антибіотиків, протизапальних ліків, а часами навіть кортизону для втихомирення процесу. Але раз діагнозу ревматичної гарячки поставлено, хворого, як правило, лікар тримає на певній дозі пеніциліни або подібного ліку довгими роками для профілактики проти нової інфекції стрептококами, яка може повторити атаку ревматичної гарячки. Дітей звичайно тримають на дозах антибіотиків щонайменше до 21-го року життя, іноді довше, навіть до середнього або старшого віку.

Профілактичні ліки можна одержати за мінімальні кошти через організації для поборювання ревматичних недуг, які одержують субсидії від держави. Основна ціль продовженого лікування та профілактичних заходів — зберегти якнайширші круги громадянства від поважних недуг серця, що є наслідком ревматичної гарячки.

4. СЕПТИЧНІ ІНФЕКЦІЇ (SEPSIS)

До цієї групи належить велика кількість різного роду інфекцій, які можуть розвиватись по різних частинах тіла. В загальному — септичні інфекції це такі, що мають злоякісний перебіг або щонайменше нахил до злоякісного розвитку.

Септичну інфекцію можуть викликати різні бактерії або бактерії, але в більшості випадків це інфекція групою стафілококів або стрептококів, отже, — гнійних бактерій. Розвиток септичної інфекції може мати різну силу. Незалежно, однак, від ступеня інфекції, всі гнійні процеси вважаються небезпечними з трьох причин: поперше — всякий бактерійний процес витворює токсичні, себто трійливі матеріяли, які уражають цілий організм; подруге — гнійний процес може поширитися на важливі органи і залишити після себе велике знищення м'язів, судин, нервів, суглобів і т. д.; потретє — процес може перенестися в кров і спричинити її зараження із дуже небезпечною картиною загального сепсису та т. зв. бактеремії, себто розмноження бактерій по цілому тілі.

Типовою інфекцією нижчого ступеня може бути будь-який абсцес, забруднена рана, чиряк і т. д. Як правило, такий процес супроводиться запаленням цілої околиці тіла, зачервонінням, бо-

лем, піднесеною температурою ураженої частини тіла або й гарячкою взагалі й опухом. Всі ці симптоми — реакція людського організму на інвазію злоякісних бактерій: організм мобілізує свої природні сили для боротьби з інфекцією. Коли процес льокалізується, тоді інфекція відмежується від решти тіла, процес іде певний час лише в одному місці і врешті припиняється.

Але часто такий септичний процес поширюється. Тоді зачервоніння робиться більшим, запухає ціла частина тіла, і за короткий час на ураженій частині видно довгі червоні пруги, що розходяться від місця інфекції. Це — ознака поширення інфекції лімфатичними шляхами, яка сягає глибших тканин тіла. Згодом вона доходить до лімфатичних залоз, і вони набрякають та починають боліти також. Це явище, що є останнім ступенем перед зараженням крові, звано лимфаденітом. Багато лікарів вважають навіть цю стадію вже зараженням крові, бо фактично такий стан вимагає майже тих самих методів лікування, як і зараження.

Фактичне зараження крові починається з хвилиною, коли бактерії пробиваються із зараженої тканини або лімфатичної системи в кровеносну систему. Тут вони надзвичайно швидко розмножуються і починають атакувати вже цілий організм. При цьому часто уже не тільки уражається людина трійливими продуктами бактерій, але й творяться окремі вогнища інфекції по різних частинах тіла внаслідок затримання багатьох бактерій в окремих органах і швидкого їх там розмноження. У той час в людини відбувається вже справжній септичний процес, що набирає злоякісного характеру: починається висока гарячка — до 104 ступенів Фаренгайта (40 ступенів Цельсія) і вище, сильний дріж, велика кволість, що виводить майже всі нормальні функції із дії. Людина справді небезпечно хвора. Без негайної і рішучої допомоги, включно з величезною кількістю добірних антибіотиків — вона гине.

Щоб вияснити на прикладі всі три стадії септичної інфекції, можна навести таку картину: 1. Забруднена рана або чиряк на долішній частині ноги дасть протягом одного-двох днів значне зачервоніння, набряк, біль і піднесену температуру на цьому місці шкіри. Гній може, але не мусить показатись. Вистачить, що вже є значне запалення, а це означає, безсумнівно, інфекцію, хоч решта ноги й почувається ніби гаразд. Це — місцева інфекція. 2. Протягом навіть кількох годин, а часами кількох днів, залежно від роду бактерії і від природної відпорності людини, набряк в цій частині ноги стає більшим, зачервоніння поширюється майже на половину ноги, а від запального місця починають про-

тягаться червоні пруги, іноді ніби червоні нитки або стрічки, що йдуть по шкірі вгору ноги. Під коліном, а згодом також у пахвині починає боліти. Коли торкнутись місця поза коліном або в пахвині — там відчувається побільшені вузли, які при дотикові болять. Це вже уражені лімфатичні залози, що означає поширення інфекції на цілу ногу. В той час температура починає підноситись, ціла нога болить, людина стає кволою. Ця стадія — це поширений лімфаденіт на базі інфекції, що є останнім ступенем до зараження крові. 3. Протягом наступних годин або днів ціла нога сильно запухає, температура йде високо вгору, людина почуває себе дуже погано, маючи всі симптоми затруєння. Це вже зараження крові, яке атакує цілий організм.

Лікування завжди мусить відбуватись під наглядом лікаря, а у випадку зараження крові — у лікарні. При будь-якій інфекції невідомо, чи не перейде вона в другу або й третю стадію, а тому із всякими, навіть малими зачервоніннями та запаленнями необхідно звертатись до лікаря. Це особливо важливо при забруднених ранах, врізах, розтовченнях шкіри і т. д. Треба пам'ятати, що іноді місцеві запалення або інфекції можуть перейти у другу і третю стадію протягом лише кількох годин, і нерідко буває, що зараження крові настає вже протягом 24 годин.

При пораненні, що викликає запалення, якщо під дану хвилину лікаря нема, до часу одержання його допомоги треба робити таке: 1. Коли рана відкрита — як слід промити її протічною водою, а коли є під рукою міцне дезінфекційне мило — вжити його для очищення рани. 2. Тримати уражену частину тіла в спокої. 3. Прикладати гарячий компрес на уражену частину так, щоб він закривав усю частину ноги, руку і т. д. Мокрі компреси — найкращі. Руки або ноги можна мочити в гарячій воді кожних дві години протягом не менше як 30 хвилин. Вживати звичайної, чистої води в чистій посудині, але вважати, щоб температура води не була надто високою, бо уражена частина з інфекцією може легко обпаритись, легше, як із здоровою шкірою. 4. Шукати лікарської допомоги.

5. ІНФЕКЦІЙНИЙ ГЕПАТИТ (INFECTIOUS HEPATITIS)

Цю дуже небезпечну й затяжну недугу називають також іноді інфекційною жовтяницею, бо при захворюванні нею шкіра людини набирає кольору жовтого воску. Це наслідок ушкодження печінки, яка не встані переробляти продукти відпадків крові у жовч і виділяти її у кишковий тракт.

Хворобу цю викликає вірус, вона дуже заразлива і переноситься з людини на людину персональним контактом, хоч може також переноситися з харчами, водою, предметами спільного вжитку. Вірус гепатиту може перенестись і через переливання крові, коли людині вливають кров іншої людини, що хворіла і не повністю виздоровіла від жовтяниці. Але це рідкі випадки.

В основному цей вірус переноситься прямим контактом, а крім цього він має властивість появлятися епідеміями кожних шість-сім років. Це грізна недуга, яка дає доволі високу смертність. Статистика виказує таку смертність від гепатиту: діти, хворі на нього — 2%, особи 20 до 55 років — 0.5%, від 55 до 65 — 15%, а понад 65 років — 20% і більше.

Інфекційна жовтяниця атакує печінку, порушуючи її нормальні функції, і внаслідок цього організм хворого пересичується різними відпадками обміну речовин, з яких звичайно печінка творить жовч. У людини, хворої на цю недугу, травлення забурюється, і вона часто неспроможна споживати нормальні харчі. В зв'язку з недостатнім відпливом жовчі з печінки в шлунково-кишковий канал фізіологічні виділини набирають кольору білої глини. Організм старається виділити жовчеві продукти через нирки, і тому в такого хворого сеча стає щораз темнішою.

Хвороба починається гарячкою, відчуттям сильної втоми, повним браком апетиту, нудотою, болями голови і часто тупими болями в околиці печінки. Гострий стан триває 7-15 днів, а видужання може тягнутись тижнями, зокрема, коли немає відповідної лікарської опіки. Зanedбання цієї хвороби часто приводить до поважного пошкодження печінки на все життя. У старших людей, зокрема таких, що мають інші недуги, це часто стає причиною смерті.

З огляду на велику заразливість інфекційної жовтяниці, хворого, як правило, ізолюється від оточення, а коли він перебуває на домашньому лікуванні, — всіх членів родини защеплюється проти цієї недуги. Тому, що хвороба має довгий період розвитку — пересічно один місяць, — проти неї можна уберегтися відповідним щепленням, яке рекомендується перейти всім, що мали безпосередній контакт з хворим.

6. ІНФЛЮЕНЦА (INFLUENZA)

Інфлюенца — це заразна недуга, яка переноситься від людини до людини, зокрема при застуді. Викликає її вірус, який поширюється епідемічно щокілька років.

Фактично на віруса медицина ще не знає ліку, і його неможливо нищити так, як бактерії, різнорідними антибіотиками. Але не це є найважливішою проблемою, бо власне сам вірус інфлюенци рідко коли приводить до смерти. Справа в тому, що при зараженні інфлюенцею часто приходять інвазії організму різними бактеріями, і щойно тоді постає загроза для здоров'я і життя, зокрема для людей з хворобами серця, легень, з підвищеним тиском крові, з анемією і т. д. Не так вірус, як спричинені ним комплікації, привели до смерти 10 мільйонів людей у 1918 році.

Як правило, хвороба починається швидко після зараження, бо час розвитку інфекції триває лише два-три дні. Людина відчуває болі в усіх м'язах, костях, починає чхати, кашляти, в неї появляється гарячка, що доходить до 104 ступенів Фаренгайта (40 ст. Ц.), сильні болі голови, запаморочення і раптовий занепад сил. Запухають очі, сильно „капає з носа”, важко дихати носовими проходами, хрипне голос.

Якщо немає ускладнення та бактерійної інфекції, такий стан минає за два-три дні, хоч і залишає загальну кволість протягом тижня або й більше. При ускладненні — часто розвивається бронхіт, запалення легень, інфекція сечових проходів, гнійне запалення глянд, вуха, горлянки. Ці комплікації свого часу, як ще не було антибіотиків, приводили до дуже прикрих наслідків.

Основні поради можна зібрати в такі точки:

1. Остерігатися застуди, бо вона може стати причиною ослаблення організму і тим сприяти зараженню інфлюенцею.

2. Протягом епідемії вживати харчів, що мають високу кількість вітамінів, зокрема вітаміну „С”. Сюди передусім входять цитрусові овочі, помідори, овочеві соки тощо.

3. Людям із слабим здоров'ям і старшим особам негайно зацелитись проти цієї недуги.

4. Людям, що мають нахил до інфекцій або хвороб дихальних шляхів, вживати протягом зими додаткових вітамінів „В” і „С” у таблетках. Вони, правдоподібно, посилюють відпорність проти зараження.

5. Ізолювати хворого від решти членів родини в окремій кімнаті з окремим посудом, пам'ятаючи, що „флю” переноситься від людини до людини прямим контактом, через кашель, чхання тощо.

6. При перших симптомах застуди або „флю” кластися до ліжка і вживати денно до трьох літрів рідини, найкраще овочевих соків. Приймати аспірину. Є дані, що вітамін „С” помагає також. Його заживати в чистій формі не менше як 500 міліграмів денно,

при великому рості і вазі хворого — по 1 000 міліграмів. Цей вітамін продається без рецепти.

7. Проти кашлю вживати якогонебудь сиропу, коли ж кашель болючий — звернутись до лікаря.

8. Якщо хворий відчуває дріж і його температура підноситься понад 101 Фаренгейта — шукати лікарської допомоги. Довід показав, що висока температура, яка триває більше як 24 години — приносить ускладнення. Антибіотики застосовується тепер значно ширше, як колись.

9. Кров'яне забарвлення в харкотинні може бути ознакою запалення легень.

10. Після недуги, яка дуже ослаблює хворого, висококальорійне харчування з великою кількістю білка і вітамінів допомагає привернути йому сили. Варто заживати вітаміни, щоб посилити апетит. При реконвалесценції брати мішанку вітамінів, а не лише вітамін „С”, хоч цього останнього варто заживати до 300 міліграмів денно. Купуючи вітаміни без рецепти, перевіряти напис на пляшці.

Ніколи не слід відкладати лікування, бо це майже завжди приводить до неприсмних наслідків. Справа не тільки в тому, що можна набути якесь запалення, але навіть самий поворот до нормального стану та працездатности часто затягається на довгі тижні. Людина тоді, як правило, жаліється на сильну втому, брак енергії, часте потіння при напруженні, запаморочення, брак апетиту, часті болі голови і т. д. Все це — дарунок віруса інфлюенци.

Зводячи проблему „флю” до одного речення, можна сказати: інфлюенца — це заразна вірусова недуга, яка вимагає кількох днів спокою, аспіринових препаратів, заживання у великій кількості рідини та кальорій з вітамінами. Але коли вона не проходить за три дні або коли симптоми, зокрема гарячки та подразнення дихальних шляхів, не минають — необхідно шукати лікарської допомоги, щоб зберегти себе від неприсмних або й грізних ускладнень.

7. ІНФЕКЦІЙНА МОНОНУКЛЕОЗА (INFECTIOUS MONONUCLEOSIS)

Інфекційна мононуклеоза — це заразна недуга, що появляється зимою, а ширшого розмаху набирає ранньою весною. Найбільше атакує вона дітей і молодь, хоч заразитись нею може також і людина середнього віку. Викликає хворобу, правдоподібно, вірус. Популярно цю хворобу звуть „гляндовою гарячкою”, а

фактична назва „мононуклеоза” походить від того, що при цій хворобі білі клітини крові мають по одному великому ядру.

Хвороба починається симптомами, подібними до симптомів інфлюєнці: болить горло, прокидається нежить, гарячка, болять кості, появляється кашель. Далі болі в горлі підсилюються, гланди побільшуються і залози навкруги шиї пухнуть. Їх іноді можна відчути, як грубі вузли зразу ж під щелепами і на задній частині шиї. У дітей іноді виступає плямиста висипка на грудях і плечах, яка за кілька днів зникає. Іноді залози розпухають в околиці легень, і тоді стає важко дихати, а коли вони розпухають біля печінки — травлення забурюється і навіть може повитись легка жовтяниця. Опухлі залози біля кишок викликають сильні болі живота, часами подібні до болів при запаленні сліпої кишки.

Такий стан триває приблизно тиждень, після чого гарячка дещо спадає і переходить у підгарячковий стан (до 100 ступенів Фаренгейта). Людина тоді стає кволою, симптоми застуди продовжуються, але вони вже легкі. Основне при цьому — зник апетиту, втрата ваги і завороти голови.

У більшості хворих такий стан проходить повністю за 2-3 тижні, але в деяких молодих людей він може тривати 2-3 місяці. В той час виснаження і підгарячкового стану легко можна набратись інших інфекційних недуг.

Діагнозу може поставити лише лікар, зробивши кілька аналіз крові.

Специфічного лікування цієї недуги нема, її треба просто перенести, але лікарський нагляд необхідний, щоб запобігти комплікаціям, які іноді бувають поважні. Часами, при слабих організмах, лікарі навіть вдаються до профілактичних антибіотиків, щоб запобігти бактерійній інвазії.

8. ТУБЕРКУЛЬОЗА (TUBERCULOSIS)

Туберкульоза — недуга, широко обговорювана протягом кількох століть, а зокрема після того, як знайдено її бацилю і останніми десятиліттями організовано боротьбу проти неї по цілому світі. Щоб докладно описати цю хворобу, треба чи не окремої книжки. У цій розвідці пригадаємо кілька деталей, бо іноді деякі факти забуваються або ж по-різному інтерпретуються.

Туберкульоза — це заразна недуга, яка може проходити в гострій або хронічній формі, іноді зупиняючи свій розвиток на довгі роки, але при сприятливій нагоді знову відновлюючись. Викликає цю хворобу бациля, що має форму палички, а тому, що

відкрив її німецький лікар Кох, її популярно звуть „кохівською паличкою”.

Бациля туберкульозу переноситься безпосереднім контактом, через речі спільного вжитку, а також посередньо — краплинами слини під час кашлю, через харчі. Найчастіша її форма — це туберкульоза легень, але інфекція може розвинутиись також у кишках, нирках, костях, суглобах, нервовій системі та шкірі. Легенева туберкульоза, як правило, постає через вдихання заразного повітря, в якому хворий кашляючи залишає зарозки. Шкірна туберкульоза виникає через прямиий контакт із інфекційним матеріалом, а кишкова — через споживання заражених харчів. Між іншим, ця форма туберкульозу часто буває у дітей. Інфекція в костях, нирках і сечовому міхурі, нервовій системі чи інших органах розвивається, як правило, внаслідок перенесення туди бациль з іншого місця тіла кров'яною системою: бациля попадає у кровеносну судину, мандрує нею по тілі і, нарешті, залишається в нирці, кістці чи іншому органі. Там вона розмножується, поширюючи захворювання на дану частину тіла.

Бацилі туберкульозу швидко гинуть при соняшному світлі, але можуть дуже довго жити в темному місці. Вони легко витримують замороження, а в умовах сухости живуть надзвичайно довго. Так звана пастеризація — нагрівання до 60 ступенів Цельзія — нищить їх протягом 30 хвилин, а при температурі кипіння води вони гинуть за 2 хвилини. Тому в цивілізованих країнах пастеризація молока так широко застосовується, бо, не змінюючи складу молока, вона вбиває туберкульозні бацилі, які трапляються також у корів і попадають у їх молоко.

Туберкульоза легень, як сказано вище, це найбільш поширена форма. В основному має вона дві стадії:

А. Первісна туберкульоза. Потрапивши в легень через вдихання зараженого повітря, бацилі затримуються десь у віддаленому місці легені, найчастіше у долішній або в горішній її частині, майже завжди поблизу плеври. Там бацилі розмножуються, і незабаром починається льокальне запалення, внаслідок якого в малій частині легені розвивається гангрена, і вона перегниває. З цього місця бацилі поширюються на лімфатичні залози грудей, внаслідок чого ці залози набрякають, а згодом також переходять у стан інфекційного запалення.

Цей процес найчастіше відбувається у дітей, при чому хворіють вони не однаково. Деякі діти переходять цю недугу важко, гарячкують кілька тижнів, втрачають вагу й апетит, стають кволими. А у деяких це переходить доволі легко, і часами виглядає

як звичайна застуда, інфлюенца тощо. Вони також мають піднесену температуру, кашель, дещо обнижений апетит, але в загальному за два-три тижні повністю вертаються до нормального стану. Форма первісної туберкульози залежить від природної відпорності організму.

Протягом двох-трьох тижнів процес у легенях сповільнюється, запалення у віддаленому місці вигасає, на місці знищеної тканини починає формуватися рубець. Це саме відбувається у лімфатичних залозах поміж легенями. За кілька наступних тижнів запальні ядра повністю вигасають і починається завапнювання, яке завершується протягом кількох місяців.

Ось ці завапнення на легенях, які видно на рентгенівській знімці, і є залишками процесу первісної туберкульози.

Буває, однак, що до повного завапнення не доходить, хоч процес і припинився. Тоді на цьому місці є рубцева, фіброзна тканина, і її на ретгені видно як „пляму” або „затемнення”. Воно найчастіше на верхах легень. Звичайно вважається, що повне завапнення краща форма закінчення процесу, бо фіброзне зарубцювання без вапна має більшу можливість реактивувати процес. Тому й „плями” на легенях, як знак колись відбутої первісної туберкульози, частіше перевіряється рентгеном, щоб виключити поворот активного процесу.

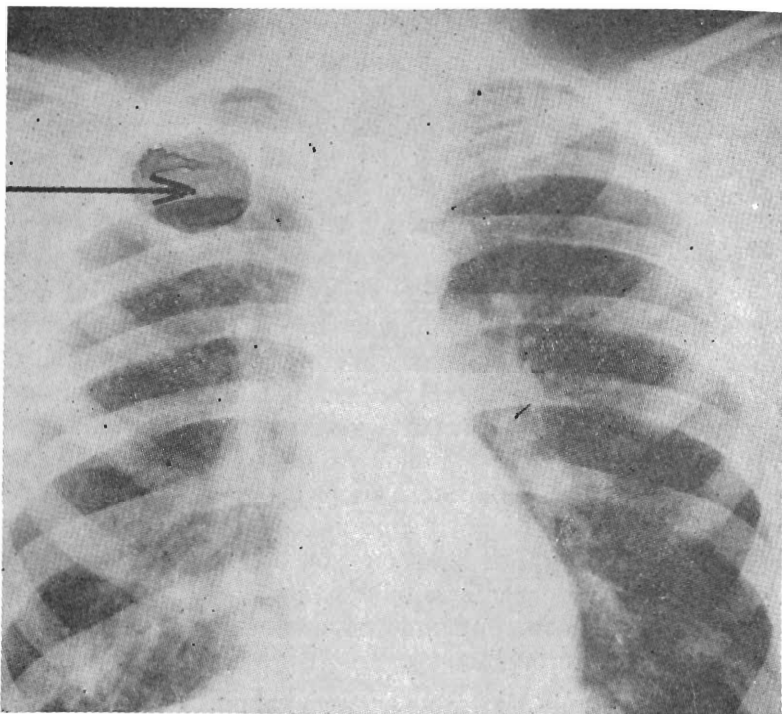
Первісна туберкульоза може повністю припинитись і ніколи не повернутись, навіть при погіршеному стані здоров'я. Вона, однак, може вигаснути лише до певного ступеня, бути неактивною, але при несприятливих обставинах — як погане харчування, надмірне курення тютюну, часті застуди, запалення легень і т. д. — може відновитись.

Якщо з якихось причин процес відновлюється або якщо людина набереться свіжої інфекції, перехворівши вже на первісну туберкульозу, тоді картина хвороби набирає іншого перебігу і, як правило, далеко серйозніша.

Б. Прогресивна хронічна туберкульоза. Це вже друга стадія хвороби, що, як сказано, може бути відновленням первісної туберкульози або наслідком нової інфекції. При цій стадії хвороба вже не вигасає, як попередня, — вона поширюється і стає хронічною, що виснажує, а то й нищить організм.

Процес туберкульози в цій стадії широко описується в популярно-медичній літературі, і над ним годі спинятись. Можна сказати лише, що типовий він глибокими змінами в легенях, поширенням своєї нищівної дії на цілі легені, а згодом і на цілий організм. При тому частини легень перебувають у стані затяж-

ного й посиленого запалення, тканина в певних частинах легень повністю нищиться і на їх місці постають т. зв. каверни. Інфекція через кровоносні судини може перенестися на нирки, кісті, навіть на нервову систему, витворюючи туберкульозний менінгіт і т. д.



Рентгенівська знімка легень, хворих на туберкульозу. На лівій легені видно розсіяну в кількох місцях інфекцію; стрілка показує каверну, де частина легені вже вигнила.

Внаслідок щораз меншого постачання кисню у кров хворими легеньми, поширення інфекційного процесу і діяння трійливих речовин, хворий швидко підупадає на силах. Характерні тут: постійно підвищена температура, а то й висока гарячка, загальна кволість, втрата ваги й апетиту, анемія, потіння ночами, кашель, що виснажує хворого, загальний занепад сил.

Лікування туберкульозу мусить бути в руках лікаря, а ще краще, при наявності активного процесу, відбуватись у спеціальній санаторії, де є відповідно вишколений персонал. Лікування сьогодні далеко легше, як було колись, завдяки цілому ряду ліків, які дуже успішно нищать туберкульозні бацили. Цих ліків

щораз більше і, не виключене, недалекоий той час, коли цю інфекцію можна буде контролювати повністю. Щоправда, при вживанні певних ліків, туберкульозні бацили витворюють до них відпорність, але постійний прогрес в нових винаходах дає добрі надії на остаточне поборення цієї недуги.

Варто також згадати, що після первісної туберкульозної людський організм, як і після всяких інших інфекцій, виробляє певний імунітет до цієї недуги. В цьому можна пересвідчитись, впорскнувши у шкіру малу кількість туберкулічного екстракту. Коли людина будь-коли мала або в даний момент має туберкульозну інфекцію, вона відразу зареагує на ін'єкцію: місце, де зроблено впорскнення, почервоніє, а це означає, що організм має вже вироблені антигени проти туберкульозної бацили.

На цій основі в підозрілих випадках переводиться відому пробу Манто. Негативна реакція цієї проби говорить про те, що дана людина не має вироблених антиген проти цієї бацили, отже ніколи не мала туберкульозної інфекції. Позитивна реакція говорить, що людина має антигени, значить — „зустрічалась” із цією хворобою. Впорскнутий туберкулічний екстракт дає реакцію протягом 48-72 годин, якщо вона мала б бути позитивною. Сила реакції не обов'язково свідчить про те, що людина має більший або менший імунітет проти хвороби, хоч є здогади, що чим сильніша реакція, тим більша відпорність організму проти повторної інфекції. Це не відноситься лише до активного процесу, бо тоді реакція завжди дуже сильна.

Позитивна реакція Манто не завжди свідчить про те, чи ця інфекція є активною, чи не активною. Лише додаткові досліді можуть вияснити це питання.

Досліді виявили, що не всі люди однаково вразливі до інфекції цією хворобою. Є дані припускати, що деякі люди мають уроджену відпорність, в той час, коли інші — дуже вразливі на неї. Такі дані також дають натяк, що окремі раси або народи можуть мати більшу або меншу відпорність, чим і пояснюється більшу або меншу кількість захворювань у різних кінцях світу.

9. ДИЗЕНТЕРІЯ (DYSENTERY)

Дизентерія — це гостра інфекція кишок, яка викликає гостре розвільнення, бігунку з кров'ю, гноєм і слизом. Хвороба ця спричиняє також болі живота, корчі кишок та гарячку.

Треба відрізнити справжню дизентерію від звичайної бігунки. Хоч ця остання — це також інфекційна хвороба, вірусова або бактерійна, вона далеко не така поважна, як дизентерія.

До групи дизентерії можна віднести кілька недуг, які між собою споріднені, хоч деякі з них і мають цілком інше походження. В загальному дизентерії, що зустрічаються найчастіше, можна поділити на дві групи: бацильні дизентерії і амебну дизентерію. Ця остання зустрічається доволі рідко, за винятком тропічних околиць. Найчастіша форма дизентерії — це бацильна дизентерія, яка викликається одним із кількох видів специфічної бацили.

Інфекція кишок приходить через заражений харч, воду або через контакт із зараженими предметами загального вжитку. Бациля, діставшись у кишки, розмножується в їх слизових оболонках і викликає сильне запалення з творенням ранок, які кривавлять. Відбувається процес подібний до всякого загального і гнійного процесу. Внаслідок такого процесу кишки дуже подразнюються і хворий майже безперервно віддає кишкові виділини, які мають в собі кров і гній. Під впливом творених бацилями трійливих речовин постає токсичний стан: висока гарячка, блювання, болі голови, загальне виснаження, втрата ваги і сил, дегідратія організму, що втрачає надмір рідини в розвільнених виділинах.

Симптоми появляються за 1-2 дні після спожиття зараженого харчу або води. У дітей ця хвороба проходить дуже важко, і коли їх не лікувати — вони гинуть за 10-12 днів. У старших вона проходить легше, а в деяких випадках сама вигасає за 6-8 днів, хоч іноді може тягнутись 3-6 тижнів. Проте, у старших бувають іноді і смертні випадки, зокрема при наявності недуг серця, печінки, нирок і т. д. Крім цього ця недуга може залишити по собі ще й ускладнення у формі хронічного запалення вуха, серцевого м'яза, легень, нирок, може навіть викликати менінгіт, себто запалення оболонок мозку.

Лікування доволі нескладне, якщо діагноза поставлена своєчасно, бо тепер є чимало антибіотиків, які нищать бацили. Необхідно лише слідкувати за першими симптомами і шукати лікарської допомоги при першій появі болючого розвільнення, яке дає кров'яні та гнійні виділини, а рівночасно появляється біль живота та гарячка з дрозем.

Хворого на дизентерію необхідно ізолювати від родини, він мусить мати свої предмети вжитку, посуд і т. д., а його білизну та постіль треба виварити з мильним милом. У випадку появи дизентерії в сусідстві, при подорожах по теренах, де буває дизентерія, — треба вважати на всяку їжу і не пити сирі води. Кожний харч у таких

околицях треба добре мити, а ще краще — переварювати, а воду пити тільки переварену. В іншому випадку — пити лише соки та содові води із консервів або фабрично закритих пляшок.

Особливо обережним треба бути при виїзді до південних, наприклад, південноамериканських країн. Деякі лікарі навіть приписують подорожуючим по цих країнах таблетки спеціальних сульфонамідів, які часто можуть забезпечити людину від дизентерії в епідемічних околицях.

До подібної профілактики варто вдаватися і при появі амебної дизентерії, яку викликає амеба з родини протозоа, а переноситься вона так само, як бацилі. Ця хвороба ще складніша і дає ще поважніші ускладнення, хоч її симптоми часто подібні до бацильної дизентерії.

Говорячи про дизентерії, варто згадати взагалі про інфекційні бігунки, які часто трапляються у щоденному житті. Вони в більшості нескладні і проходять при звичайному домашньому лікуванні, а особливо відповідній дієті. Ряд медикаментів, що продаються без рецепти, зупиняють таку бігунку. Дієта ж при цьому необхідна, а в ній основне: багато рідини, але малими порціями — чверть до півсклянки на раз. При звичайній бігунці добре діють — білий сир, відтягнене молоко у вареній формі, бульйони, рідкі супи, навари, сухий білий хліб або солоні бісквіти, легкий чай. Необхідно уникати м'яса, товщів, сирі городини й овочів, аж поки кишкові виділини повернуться до нормального стану.

10. МАЛЯРІЯ (MALARIA)

Хвороба ця може бути гострою або хронічною, а часами й рецидивною. Характеризується вона високою гарячкою з сильним дрижем, що буває в різних періодах, залежно від роду малярії, яких є аж чотири.

Усі роди малярії викликаються спорідненими паразитами типу плазмодії, а переносяться через укушення комара. Процес перенесення заразків дуже складний. Комар жіночої статі кусає людину хвору на малярію, і з кров'ю хворого споживає заразки. Вони йдуть у кишковий тракт комара, а згодом, відбувши ряд змін у своєму розвитку, переходять у його слинні залози. Там вони перебувають, аж поки комар знову кусає здорову людину, і при укушенні випускає в її кров заразки.

Заразки входять у червонокрівці людини, там загниджуються та розмножуються, і червонокрівці тріскають. Ось тоді й починається гарячка. Процес повторюється щокілька днів, залеж-

но від роду малярії. Деякі роди самі вигасають за 10-30 днів, але деякі можуть тривати місяцями, виснажуючи людський організм і іноді приводячи до ускладнень.

Імунізації проти малярії нема, але є профілактичні медикаменти, яких можна вживати, перебуваючи в таких околицях, де малярія відома. Лікування цієї недуги не дуже складне, але затяжне і доволі докучливе. Найчастіше зустрічається малярія в тропічних районах, хоч її також часто можна зустріти і в таких країнах, як Корея, країни Середземного моря тощо. Свого часу була поширена в Україні, і за браком медикаментів її важко було контролювати.

11. ПРАВЕЦЬ (TETANUS)

Правець — жажлива недуга, яку викликає бацила, що звичайно походить із бруду, землі тощо. Цікавою характеристикою цієї бацили є те, що вона — анаеробна, себто може розвиватись лише без наявності кисню.

Як правило, інфекція попадає в людину через забруднену рану, в більшості випадків із землею, пилюкою тощо. У відкритій рані бацили не живуть, але коли рана вкривається струпом і доступ кисню припиняється, тоді вони починають розмножуватись. Найчастіше це буває при пораненні гострим об'єктом, наприклад, цвяхом, кінцем ножа, склом і т. д., який робить глибоку рану, заносючи інфекцію глибше під шкіру. Це саме буває, коли людина зажене собі під шкіру скалку дерева, брудний кусень дроту і т. д. Трапляється це також на війні від уламків гранат, бомб тощо.

Розмножившись, бацили починають негайно виділяти сильну токсичну речовину, яка спричиняє льокальний параліч. Далі процес переноситься на цілу нервову систему, викликаючи сильні корчі м'язів, а згодом і параліч м'язів обличчя, горла, грудей. Без успішної допомоги хворий гине від паралічу дихальних м'язів, що є рівнозначним із задушенням, а також від загального затруєння. Незалежно від великого поступу медицини, смертність від правця дуже висока. Це особливо відноситься до дітей і молоді.

Активного лікування, фактично, проти правця нема, бо ще невідомий антибіотик, який міг би нищити його бацилу. Лікування в основному відбувається шляхом впорскування високих доз антитоксичного матеріалу, що неутралізує трійливі продукти бацили, а також з поміччю хірургічних розрізів, ампутацій, лікування загальної інфекції і т. д.

Найкращий засіб проти правця — активна імунізація. Відповідними дозами сироватки, повторюваними щоп'ять років, можна забезпечити людину від цієї жажливої інфекції. Цією сироваткою зацпелюють вояків усіх армій світу. В українській історії маємо трагічні моменти, коли внаслідок відсутности вакцини проти правця велика кількість вояків вигинула від цієї інфекції.

Треба пам'ятати, що при пораненні шкіри цвяхом, скалкою, склом, дротом і т. д. надворі, в полі, в садку, на озері, у лісі в кожній рані може розвинутих інфекція правця. Отже, при всякому пораненні необхідно вжити таких заходів: 1. промити добре рану від усякого бруду гарячою водою з міцним милом; 2. мочити поранену частину тіла в гарячій воді протягом кількох годин не менше як 30 хвилин на раз; 3. накласти на рану антисептик; 4. звернутись до лікаря, щоб одержати вакцину проти правця.

12. ПОЛІОМІЕЛІТ (POLIOMYELITIS)

Хворобу цю популярно звать дитячим паралічем, а в американському світі — „поліо”. Це гостро заразлива недуга, яку викликає вірус, що може жити в замороженому стані багато місяців, а при температурі мінус 20 до 70 ступенів Цельзія живе довгими роками. Цей вірус витримує антисептичні заходи, яких уживають при митті одежі, хати тощо, а також засоби, що нормально вбивають кожну бактерію. Одначе, він гине при вищій температурі, і звичайна пастеризація (60 ступенів Цельзія) його легко нищить.

Є три роди вірусів, які викликають поліоміеліт, і тому, коли людина перехворіє поліоміеліт одного типу і витворить супроти нього відпорність, вона не забезпечена проти іншого роду поліоміеліту.

Поліоміеліт в більшості приходить епідемічно, при чому поширюється у різних частинах світу при різних нагодах. Найчастіше він появляється влітку і триває звичайно до ранньої осени. Інфекцію цим вірусом одержує дуже багато людей під час епідемії і поза нею, але клінічні симптоми поліоміеліту розвиваються лише в якійсь частині заражених. Встановити відпорність до хвороби перед появою симптомів неможливо, хібащо людина вже мала цю хворобу або була імунізована проти неї.

Переноситься вірус поліоміеліту через безпосередній контакт, а також через сміття і бруд, через харч, воду. Встановлено, що цього віруса може переносити муха, сідаючи на харчі або предмети щоденного вжитку. Саме зараження приходить через слизову оболонку рота і горла.

Основні симптоми поліомієліту — раптова висока гарячка, сильні болі голови, спазматичний корч шиї, загальна кваліть і ослаблення до такого ступеня, що хворий не всилі рухатись, а згодом — ураження окремих частин нервової системи. Таке ураження — це основні наслідки поліомієліту, які залишають параліч окремих частин тіла на ціле життя. Найчастіше уражаються нерви, що керують рухом ніг, іноді долішньої частини хребта, рідше рук. Усе залежить від того, в якому місці вірус заатакує спинний мозок, звідки виходять нерви руху. Часами вірус сягає спинного мозку аж у шиї, і тоді паралізується ціле тіло, включно із м'язами дихання. В таких випадках люди дуже рідко залишаються при житті.

Коли ж людина виживає поліомієліт — вона залишається калікою на все життя, не будучи спроможною вживати одну або обидві ноги, рухатись без сторонньої помочі. Такі люди звичайно прив'язані до крісла назавжди. Правда, модерні способи лікування із деякими хірургічними заходами часто дають полегшу. Десятки тисяч окалічених дітей та дорослих по багатьох країнах світу — це жертви віруса поліомієліту.

На щастя людства, завдяки дослідям медичних центрів в Америці, знайдено вакцину проти цієї жажливої недуги. Її раніше давали у формі ін'єкцій, але останніми роками дається у формі вакцини до пиття. Ця вакцина викликає постійну імунізацію проти поліомієліту всіх трьох родів, і кожний, хто її заживає, має повне забезпечення проти недуги.

По багатьох країнах, а зокрема в Америці, таку імунізацію переводиться дуже посилено. Наслідки вже є: щораз менше захворювань, а разом з тим щораз менше жертв цієї недуги. Передбачають, що за 10-15 років ця хвороба буде повністю зліквідована у країнах, де застосовують широку імунізацію. Зайво наголошувати, що кожна дитина, кожна молода людина повинні прийняти цю вакцину з двох причин: охоронити себе і не стати носієм хвороби для інших.

Треба ще згадати, що діти найбільше вразливі до цього віруса, хоч не гарантовані від нього і старші особи.

Дуже часто недуга починається так, як звичайна застуда влітку: біль горла, дріж, малий кашель, висока гарячка. Основний критерій — це сильні болі голови і негнучкість шиї. Діагнозу може поставити лише лікар з поміччю спеціальних аналіз. Лікувати цю недугу, як звичайну застуду, можуть лише ті особи, які прийняли повну дозу вакцини проти поліомієліту довший час перед тим.

13. ГРИБКОВІ ІНФЕКЦІЇ (FUNGUS INFECTIONS)

Велика кількість недуг, які викликаються різнорідними грибами — це також інфекційні недуги, і багато із них — заразливі. Світ мікроскопічних грибків — величезний і, щоб його хоч приблизно охопити, потрібно окремої праці.

Загально треба прийняти, що грибкові інфекції здебільша не такі поважні, як вірусові чи бактерійні. Правда, лікування грибкових інфекцій таке ж важке, як і бактерійних, а іноді навіть важче. Взагалі — грибкові інфекції затяжні, процес їх розвитку довгий, часто повільний. Специфічних антибіотиків проти грибків нема, хоч останніми роками винайдено чимало засобів поборювати грибки шляхом сповільнення їх розвитку. Винайдено також ряд нових препаратів, що нищать грибки льокально. Імунізаційних засобів проти грибкових інфекцій нема.

Грибки можуть атакувати окремі частини організму або й увесь організм. Сюди входять групи таких грибків, як актиномікоза, гістоплазмоза, блястомікоза, широка група монілії і т.д. 12 родів грибків є поважнішими у своїй дії, і декотрі з них можуть викликати тяжкі, навіть смертельні недуги. В більшості ж випадків грибкові інфекції атакують лише шкіру, нігті, вуха, рот, жіночі статеві органи.

Серед грибків, які звертають на себе особливу увагу сучасної медицини, є т. зв. гістоплазмоза, далеко більше поширена серед людей, як здавалось раніше. Інфекція цими грибами може бути небезпечною для життя, бо вони попадають у легені і роблять там великі спустошення, як це буває при туберкульозі. Іноді важко встановити, чи процес у легенях постав з інфекції гістоплазмози, чи туберкульози. Дослідчі центри ЗСА подають, що в Америці є до 30 мільйонів людей заражених гістоплазмозою. На щастя, людський організм сам бореться з цими грибами, хоч у 2% людей, заражених ними, витворюються поважні недуги легень.

Заносяться ці грибки в легені із землі з курявою, яку людина вдихає. Вони звичайно завжди є в якійсь кількості в ґрунті, але в певних умовах сильно розмножуються і видають із себе спори, які разом із порохом літають у повітрі. Сприяють розмноженню грибків птахи своїми відпадками, і тому вони особливо поширені на птахофармах, у сільському господарстві, а також у місцях, де перебувають дикі птахи у великій кількості. Навіть голуби та ластівки допомагають ростові цих грибків. Кишкові виділини птахів — це необхідність для їх розмноження. Тому чистота, промивання забруднених птахами місць, забезпечення себе від вди-

хання порошу в занечищених околицях — це основна профілактика проти гістоплазми.

Недуга проявляє себе такими симптомами, як інфлюєнца або застуда, і виявити її можна лише відповідними аналізами. Вона може бути гострою або хронічною і характеризується сильним кашлем, виділюванням великої кількості харкотиння з легень, болями в грудях, а в гострих випадках — високою температурою. Задавнена і нелікована вона може спричинити велике знищення в організмі, а особливо в легенях. Поширена вона в країнах з поміркованим кліматом.

Серед інших грибкових інфекцій — найчастіші такі, що атакують людину льокально. До таких належать запалення зовнішнього каналу вуха, інфекції нігтів на руках та ногах, інфекції шкіри, що проявляються окремими ядрами. Найбільш дошкульні це інфекції вуха, які постають внаслідок недодержування приписів гігієни, від плавання у нечистій воді басейнів і т. д. Такі інфекції часто можуть пошкодити апарат слуху. Наявність грибків улітку на ногах між пальцями спричиняє дуже сильне свербіння і часто дає ранки, що довго не гояться. Часто також грибки розмножуються в інших частинах тіла, які особливо пітніють, наприклад, у пахвинах. Це приводить іноді до запалення шкіри.

При грибкових інфекціях льокального характеру найкраща профілактика — це персональна гігієна, обмивання водою з міцним милом після кожного контакту з можливо зараженим грибом місцем. Взагалі варто обмиватися протічною водою після кожного купання в озері, басейні і т. д. Коли починає свербіти шкіра на ногах чи пахвинах — гаряча вода і міцне мило часто допомагають. Не рекомендується лікувати самому вуха, якщо вони мають грибкову інфекцію і при цьому дають гнійні виділини. Цим повинен зайнятися лікар. Проти інфекції шкіри та нігтів є тепер чимало медикаментів, які продаються вільно в аптеках.

14. ТАБЛИЦЯ ІМУНІЗАЦІЇ

Як сказано на вступі цього розділу, чимало недуг можна поборювати з поміччю імунізації, даючи людині відповідну сироватку чи вакцину. Нижче подається таблиця основних імунізацій, які доступні кожному у випадку потреби.

Проти інших недуг, які обговорено в цьому розділі, як ревматична гарячка, інфекційна моноклеоза, малярія і т. д., активних імунізацій нема.

Хвороба	Потреба імунізації	1-ша імунізація	Посилювач
Кір	Кожна дитина після одного року життя	Одна ін'єкція	Не треба
Коклюш	Кожна дитина після трьох місяців життя	Три ін'єкції	Кожних 4 роки
Дифтерія	" " "	" "	"
Правець	" " "	" "	"
	а також кожна людина при всякому пораненні	" "	Кожних 6 років
Інфекційний гепатит (жовтяниця)	При всякому контакті із хворим або епідемії	Одна ін'єкція діє лише 6 тижнів	
Інфлюенца	При епідеміях або частих застудах	Дві ін'єкції	Кожного року
Поліомієліт	Кожна дитина після шести місяців життя	Двічі сироватка до пиття	Не треба
Віспа	" " "	Одна ін'єкція	5 років
Тиф	При епідемії або контакті з хворим	Три ін'єкції	Кожного року
Паратиф	" "	" "	"
Холера	" "	" "	"

VII. ХВОРОБИ КРОВИ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Кров — ця червона рідина, що є носієм життя — необхідна складова частина людського організму, яку часто недоцінюється, хоч її недомагання можуть мати великий вплив на цілий організм.

Кров виконує багато різних функцій, які безпосередньо або й посередньо впливають на всі органи, тканини, метаболізм, ріст і розвиток, функції умового чи фізичного характеру. Власне, кров є свого роду органом, який має для людського тіла життєдайне значення. Коли припинити доплив крові до якої-будь частини тіла, вона перестане функціонувати і відіме. Клясичним прикладом може бути тромбоза судини, коли вона замикається згустком крові. Серцевий м'яз, частина мозку або інша частина тіла не одержують тоді крові і перестають працювати, що у висліді приносить часто непоправні наслідки.

Кров є носієм кисню, без якого життя неможливе, вона є охоронцем проти інфекційних недуг, носієм поживи, мінералів і солей, вітамінів і гормонів, регулятором рідини в тканинах, а також носієм відпадків метаболізму, які виводяться з тканин легень, печінки і нирок.

Основні складники крові — це кров'яна плазма, що складається із білкових речовин, органічних та неорганічних сполук і води, а також — це різнорідність кров'яних клітин, які мають свої функції. Червоний колір надають крові її червоні клітини, т. зв. червонокривці.

Загальна кількість крові в людському тілі різна, але нормально вона вагається між 4 і 6 літрами, залежно від величини тіла. Звичайно вважається, що кров становить 7-9% загальної ваги тіла.

Кров'яні клітини, що поділяються на різні групи й види, можна для загальної інформації представити так:

Червонокривці (еритроцити) —	4 — 5	млн. на 1 куб. міліметр крові				
Білокривці (левкоцити) —	5 — 10	тис.	"	"	"	"
а з них неутрофілів	60 — 70%					
ліфмоцитів	25 — 33%					
інших	4 — 10%					
Тромбоцити (кров'яні платівки) —	200 — 400	тис.	"	"	"	"

Інші головні складники крові:

Гемоглобін —	12.5 — 15	гр. на 100 куб. сант. крові		
Білок —	6 — 7.5	"	"	"
Цукор —	80 — 110	млгр.	"	"
Кальцій —	9 — 11	"	"	"
Холестерол —	150 — 250	"	"	"
Білірубін —	0.5 — 1.2	"	"	"
Сечова кислота —	3 — 5	"	"	"
Азотні відпадки —	8 — 20	"	"	"

Це, очевидно, лише основні складники крові, які частіше згадується у розмові поміж лікарем і пацієнтом, але вони далеко не вичерпують всіх складників, що їх виявляється різними аналізами. Всіх складників, гормонів, ферментів та хворобливих речовин, що містяться в крові здорової та хворої людини і виявляються модерними аналізами, начисляється на яких півтори сотні. „Мілігрампроцент” — це фактично й означає кількість якогось складника на 100 сантиметрів крові, як це подано в нашій таблиці.

Кожний складник крові має своє велике значення. Подані в таблиці кількості — це нормальні межі деяких складників, і їх відхилення має певне, часто конкретне значення в діагнозі хвороб. Ось наведемо кілька прикладів:

Червонокривці є носіями гемоглобіну, який в свою чергу є носієм кисню. Це гемоглобін, який є органічною сполукою заліза і білкових речовин, будучи складовою частиною червоних клітин крові, набирає у себе свіжий кисень в легенях і розносить його по всіх тканинах тіла. Цей же самий гемоглобін набирає у тканинах двоокис вуглецю і відводить його до легень, які його видають з організму. Коли кількість червонокривців менша як 4 мільйони на один міліметр крові, кількість гемоглобіну обнижується, і такий стан називаємо анемією. Тут часто важливі кількість червонокривців і кількість гемоглобіну, бо буває так, що число червонокривців нормальне, а гемоглобіну не вистачає через брак заліза. На аналізі даних про червонокривці і кількість заліза ставиться діагнозу про вид анемії, вирішується метод її лікування.

Білокрівці часто називають „поліцією” людського організму, яка захищає його від усяких інфекцій. Коли в організм потрапляють будь-які бактерії, білі клітини відразу їх атакують і, так би мовити, „з'їдають”, поглинаючи хворобливі зарозки. Тому при всякій інфекції ці клітини сильно розмножуються, щоб успішніше боротися з інфекцією. Отже, наявність інфекції в організмі часто можна встановити розмноженням білокрівців, хоч ще невідомо, де саме і якого роду та інфекція. Це часто встановлюється пізніше, але розмноження білих клітин алярмує, що інфекція в процесі.

Тромбоцити або кров'яні платівки відіграють велику роль в зціплюванні крові, власне — при нормальному зціплюванні вони необхідні. При хворобливих кровотечах в якомунебудь місці встановлюється число тромбоцитів. Коли воно низьке — це одна хвороба, а коли нормальне — встановлюють причину кривавлення і дають допомогу.

Інші складники крові мають не менше значення. Так, наприклад, обнижена кількість білка в крові іноді свідчить про поважну недугу нирок, про виснаження внаслідок довгої інфекції, про пістряк і т. д.. Висока кількість цукру в крові свідчить про діабет, а рівень його підвищення — про серйозність діабету. Підвищена кількість холестеролу дає можливість аналізувати стан судин при їх захворюваннях, при високому тисненні крові, при недугах серця і т. д. Підвищена кількість кальцію часто буває причиною каміння в нирках. Високий вміст білірубину, що є матеріалом, із якого печінка продукує жовч, говорить про те, що або печінка хвора і не встані продукувати жовч, або ж жовч у протоках затримується. Дальші аналізи можуть виявити рід хвороби печінки.

Велика кількість сечової кислоти в крові часто спричиняє подагру, себто форму болючого артриту. Надмірна кількість азотних відпадків, які нормально виділяються з сечею, в свою чергу говорить про хворобу нирок, часто про високе тиснення крові і т. д.

Наведені приклади далеко не вичерпують усіх аналітичних заходів, що їх лікар переводить кожного дня десятками. Але й ці приклади показують, наскільки кожний, навіть найменший складник крові важливий для діагностичних аналіз. Отже, кров є не лише „носієм життя”, але й дзеркалом, у якому часто можна побачити нормальні або хворобливі процеси, що відбуваються в людині.

Витворюється кров постійно, поповнюючи загублену або зужиту. Червонокрівці виробляються в кістковому мозку, якого

найбільше в пласких і кубічних костях — у хребцях, ребрах, мисці, лопатках, коротких костях рук і ніг. Червонокривці звичайно не живуть довше, як 120 днів, тож кожного дня 1/120 частину крові мусять випродувувати кісті, що дає 50 тисяч нових клітин на кожний кубічний міліметр крові кожного дня, а це становить біля 250 мільярдів клітин денно. Білокривці продукуються в лімфатичній системі — лімфатичних вузлах, селезінці і печінці.

Отже, кров з огляду на її функції та прикмети можна вважати окремим органом тіла: вона має своєрідну тканину і своє призначення у житті організму. Як окремий орган, вона також має свої окремі недуги.

2. АНЕМІЇ

Під словом анемія розуміємо такий стан, коли в кров'яній рідині пропливає менше червонокривців або коли вони мають недостатню кількість гемоглобіну із залізом. Часто цього стану сама людина не може розпізнати, але він дає типові симптоми: загальну кволість, швидку втомлюваність при виконуванні праці, запаморочення, обнижений апетит, задуху при напруженні, послаблену концентрацію в думанні і т. д.

Дуже простими аналізами крові, перевіряючи кількість гемоглобіну та червонокривців, можна встановити, чи пацієнт має анемію. Іноді, щоб встановити причину анемії і її характер, треба переводити складніші лабораторні аналізи. Часто самою обсервацією людини можна виявити позначки анемії: блідість шкіри на обличчі, а зокрема на вухах, попід нігтями та на слизових оболонках рота й очей.

Анемії поділяються на різні групи та роди, залежно від їх причини.

А. АНЕМІЇ ВНАСЛІДОК УТРАТИ КРОВИ

Сюди, очевидно, належить такий стан, коли людина втратила певну кількість крові, а організм ще не встиг її поновити. Втратити кров можна при нещасних випадках, пораненні, під час операції і т. д. Але може бути й так, що людина втрачає кров непомітно для себе самої, кривавлячи із кишок або шлунка при виразках, якщо це кривавлення не масивне. Також жінки можуть втрачати багато крові при жіночих недугах.

Втрата крові часто поповнюється самим організмом, якщо людина має нормальне й здорове харчування, а кривавлення не

повторюється. В гірших випадках втрату треба поповнити штучним переливанням крові.

При втраті крові кількість червонокривців і гемоглобіну обнижується пропорційно. Коли втрата раптова і кількість червонокривців менша як 3 мільйони на кубічний міліметр, а гемоглобіну менше як 8-9 грамів, тоді лікар, беручи під увагу загальний стан пацієнта, може зробити переливання крові. В іншому випадку вибирається консервативне лікування дієтою багатою на білки та вітаміни, а крім цього приписується залізо та вітаміни, щоб стимулювати продукцію нових червонокривців та засвоєння ними заліза.

У випадку хронічної і повільної втрати крові досліджується передусім причини такої втрати. Найчастішими причинами бувають: жіночі недомагання, виразки шлунка, виразки грубої кишки, запалення тонкої кишки, поліпи прямої і грубої кишки, гемороїди, пістряк шлунка або кишки; зрідка буває також втрата крові із нирок.

В. АНЕМІЇ ВНАСЛІДОК НИЩЕННЯ КРОВИ

До цієї групи належать анемії, при яких кількість червонокривців і гемоглобіну постійно спадає внаслідок діяння витворюваних бактеріями токсичних речовин, затруєння медикаментами або хемікаліями, а також коли клітини підпадають під процес т. зв. гемолізи, себто розпускаються і гинуть. Деякі такого роду анемії передаються спадково.

Кожна така анемія вимагає, безперечно, уважної лабораторної аналізи, докладного обслідування, вияву всіх причин. Лікуванням самих лише симптомів анемії цієї недуги визбутися неможливо.

В. АНЕМІЇ ВНАСЛІДОК ПОГАНОВОГО ЗАСВОЮВАННЯ РЕЧОВИН

До цієї групи належить кілька анемій, які частіше зустрічаються у щоденному житті і постають при порушенні якоїсь функції у формуванні крові, в творенні клітин або у продукції гемоглобіну та засвоюванні організмом заліза.

1. ЗЛОЯКІСНА АНЕМІЯ

Цю анемію свого часу також називали згубною, первинною, перніціозною. Знали про цю анемію лише те, що при ній кількість червонокривців на кубічний міліметр може впасти нижче як один

мільйон, а кількість гемоглобіну обнизитись непропорційно до кількості червонокривців. У шлунку хворого звичайно виявляється недостача або й відсутність соляної кислоти. Ця анемія забирала колись з цього світу велике число жертв.

Щойно новішими часами, як відкрито вітамін В-12 і вияснено його велике значення, стало більше відомо про злаякісну анемію. Вияснилось, що вітамін В-12, який є необхідний для формування червонокривців і звичайно дістається в організм через харчі, не може переходити у кров при відсутності в шлунку соляної кислоти і певного, додаткового в ній фактору. Поповнити цей фактор у шлунку, щоб вітамін абсорбувався у кров — неможливо, але поповнити недостачу вітаміну В-12 можна. Тож лікують тепер цю, колись дуже загрозову, анемію дуже легко, вводячи в організм вітамін В-12 раз на місяць ін'єкцією. Цього повністю вистачає, щоб повернути кров до нормального стану.

Важливим, очевидно, є поставити правильну діагнозу, і тому лікарі в неясних випадках мусять робити ряд складних аналіз.

При злаякісній анемії симптоми звичайно такі самі, як при всякій іншій анемії, але в додатку можуть мати місце дегенеративні прояви нервової системи, як порушена координація при ході, запаморочення, терпшення рук або ніг до майже повного знечулення, втрата орієнтації вночі і т. д.

АНЕМІЯ ВНАСЛІДОК НЕДОСТАЧІ ЗАЛІЗА

При анемії внаслідок недостачі заліза йдеться не про погане формування червонокривців, бо вони у цьому перешкоди не мають, але про те, що вони не мають достатнього постачання заліза. Звичайно в таких випадках кількість червоних клітин також дещо зредукована — між трьома і чотирма мільйонами на кубічний міліметр. Одначе, обниження числа клітин непропорційне до недостачі заліза. Залізо, яке виявляється в кількості гемоглобіну, зредуковане далеко більше, і кількість гемоглобіну спадає навіть до 6-7 грамів.

Причиною недостачі заліза можуть бути різні фактори, але найчастіше — це неправильне харчування. У дітей ця недостача буває тоді, коли вони задовго відживляються самим лише молоком, у дорослих, коли вони з якоїсь причини виключають зі своєї дієти м'ясо та городину. Іноді хронічні розвільнення шлунка можуть спричинити таку недостачу, бо тоді харчі не затримуються у кишковому шляху на час, достатній для того, щоб організм міг вичерпати з них залізо. Вагітні жінки відчувають природню

потребу у вищій кількості заліза в харчах, і часто хворіють на анемію, якщо в їх харчах бракує заліза. Також забурення в травленні, низька кількість шлункових кислот, кишкові паразити можуть стати причиною недостатнього засвоєння заліза організмом.

Ясно, що хронічна втрата крові через кривавлення також може привести до цієї анемії, бо, хоч організм і продукує червонокривці, пропорція поміж втратою гемоглобіну через кривавлення і постачанням заліза з харчів може бути захитаною.

Симптоми цієї анемії такі ж, як і всяких інших, але лікування її легше, бо воно в основному базується на зрівноваженій дієті, багатій на червоне м'ясо, городину, овочі, і додатку приписаного заліза. Діагноза в більшості випадків легка і часто встановлюється з поміччю дуже простої аналізи крові.

Г. ЗАГАЛЬНІ ЗАВВАГИ

Згадуючи кілька груп анемії, ми свідомо поминули довгий ряд іноді дуже складних анемії, які можуть бути предметом лише окремої консультації з лікарем у випадку потреби. Згадані вище групи дають загальне уявлення про анемії та їх походження.

Варто, одначе, відмітити, що різного роду анемії мають нахил повертатись. Тож післявилікування анемії треба перевіряти свою кров бодай раз на рік, а ще краще — частіше. Злоякісну анемію, яку лікується вітаміном В-12,вилікувати повністю неможливо, і її контролювати треба ціле життя.

Звичайно вважається, що коли в крові кількість гемоглобіну спадає нижче від 12.5 грама, людина вже має легку анемію, а коли кількість його спадає нижче за 11 грамів, то такий стан є вже фактичною анемією. Якщо гемоглобіну менше як 8 грамів — це вже грізний стан, а якщо нижче за 6 грамів — життя людини у великій небезпеці. Колись кількість гемоглобіну визначали у відсотках, як, наприклад, 70, 80, 90%, але при тому було багато непорозумінь у зв'язку з дискусією в медичному світі, що саме є стовідсотковою кров'ю. Одні вважали, що стовідсотковою є така кров, яка має в собі 14.5 грама гемоглобіну, інші — 15.5 і т. д. Тож, щоб уникнути непорозумінь, вже давно вирішено кількість гемоглобіну подавати абсолютними числами — фактичною кількістю, а вже лікар сам робить висновок, чи людина має анемію. Звичайно нормальні границі гемоглобіну вагаються поміж 12.5 і 15 грамами.

Кількість гемоглобіну в кожній людині не постійна, вона змінюється залежно від віку, стану здоров'я, праці, відпочинку, харчування, ваги тіла і т. д. Але згадані вгорі границі — це така кількість, при якій лікування не потрібне.

Проти анемії лікар звичайно приписує ліки, які в основному складаються із заліза, суміші вітамінів, а часами також речовин, які стимулюють продукцію червонокривців. Усе залежить від роду анемії та від загального стану пацієнта.

Крім медикаментів — важлива дієта. Вона мусить бути багатою на м'ясо, зокрема червоне, а також на різного роду городину, овочі, ягоди та зерно. М'ясо, зокрема, необхідне тому, що має в собі білок та залізо, а інші згадані продукти з огляду на наявність у них вітамінів і заліза (див. розділ про вітаміни і мінерали).

Різні рекламовані продукти, що ніби мають високу кількість вітамінів та заліза і тому лікують „втомлену кров” — назагал корисні, але спирати на них лікування справжньої анемії — річ дуже ризикозна. Їх можна вживати, як поповнення недостатнього харчування, але це — жадні ліки, які треба постійно вживати, заспокоюючи себе тим, що вони поповнять недостачу червонокривців і гемоглобіну. Справа в тому, що треба знати, яка саме анемія витворилась в людини, дослідити її суть і причини, а щойно тоді вживати відповідних ліків.

Необхідно також згадати, що анемії часто можуть бути причиною інших недомагань або провокувати хвороби інших органів. І так, у дітей — це часта причина легкої умової втомлюваності і поганих успіхів у навчанні, причина частих інфекцій та застуд із-за слабкої природної відпорності, іноді сповільненого фізичного розвитку. У старших анемії послаблюють працездатність, енергію, але також можуть привести до обниження відпорності проти різних інфекцій, нервового переобтяження, а навіть прискіпити процес захворювання серця, органів травлення, суглобів і т. д.

3. ЛЕВКЕМІЯ

Терміном левкемії означається хворбливий і злоякісний процес, внаслідок якого лімфатичні вузли або кістковий мозок виробляють надмірну кількість білокривців, що дуже швидко розмножуються, маючи характер злоякісних клітин: вони можуть інфільтрувати кожний орган, кожну тканину організму, виснажуючи їх, а то й приводити до великого знищення. Інакше кажучи,

ненормальні білі клітини крові діють так, як клітини рака-пістряка, і тому левкемію часто звать також пістряком крові.

Причину левкемії повністю не в'яснено, як не в'яснено й причину пістряка, але про деякі роди левкемії є чимало інформацій, які дають відповідь на причини її виникнення. До відомих факторів, що викликають левкемію, належать: генетичні, себто спадкові фактори; радіація деякими радіоактивними ізотопами, як, наприклад, атомової і водневої бомби, а також надмірне наświetлення рентгеном; дія деяких хемікалій. Останнім часом доказано, що деякі форми левкемії можуть переноситись вірусом.

Є щонайменше десять груп левкемії, отже їх класифікація складна і важка для пояснення популярним методом, але в основному групи ці базуються на білокрівцях, які хворобливо розмножуються. Як в'яснено раніше, людський організм має різного роду білокрівці, тож залежно від захворювання якоїсь системи, розмножується певний рід білокрівців, і звідси постає якась форма левкемії, часто дуже відмінна від інших форм. Найчастіші її форми мають своєю причиною хворобливе розмноження неутрофілів, моноцитів та лімфоцитів. Перші й другі продукуються кістковим мозком, печінкою і селезінкою, а треті — лімфатичними вузлами.

Майже всі форми левкемії — це хронічні недуги, хоч також трапляється акутна, гостра форма, яка постає внаслідок дуже швидкого розмноження примітивних білих клітин. Ця остання форма звичайно дуже швидко прогресує і часто приводить до смерті протягом кількох тижнів або не більше як кількох місяців. Хронічні типи левкемії можуть тривати роками.

Основні симптоми левкемії звичайно такі: загальна втома, втрата сил, втрата ваги, помітне обниження апетиту, блідість шкіри і слизових оболонок, часто малі крововиливи в шкірі і під шкірою, посилена тенденція до кривавлення, а в затяжних випадках — кровотечі. При деяких формах левкемії відчувається тупий біль у правій або лівій стороні верхньої частини живота, що означає хворобливе побільшення печінки. При лімфоцитних левкеміях — побільшені лімфатичні залози та вузли по цілому тілі, а зокрема їх можна відчутти у пахвинах рук, на шиї, у пахвинах ніг, іноді навколо ліктів. Залози ці, як правило, не болять.

Обслід пацієнта виявляє побільшення селезінки і печінки, а при лімфоцитних випадках — багатьох лімфатичних вузлів. Звичайно такий пацієнт має анемію з обниженою кількістю червонокривців та гемоглобіну. Опад крові підвищений, тенденція кривавлення — продовжена. Якщо нормально людина має від 5 до 10 тисяч білокривців на один кубічний міліметр, то при левкемії

це число побільшується від 25 до 500 тисяч. Дослідження цих клітин виявляє, які саме з них розмножуються, і з цього робиться висновок щодо роду левкемії. Остаточну діагнозу ставиться після дослідження проби кісткового мозку, якого витягається кілька кубічних сантиметрів з грудного містка або кісток миски. Іноді для діагнозу потрібно вирізати кусень лімфатичного вузла на мікроскопічний дослід.

Лікування майже всіх видів хронічної левкемії під теперішній час у більшості випадків успішне. Для цього вживають рентгену, радіоактивних ізотопів, хемічних речовин, кортизону і т. д. Іноді доводиться також застосовувати періодичне переливання крові та засоби стимуляції у творенні червонокривців, бо при всіх формах левкемії злаякісні білокривці інфільтрують кістковий мозок, обнижуючи продукцію червоних клітин і приводячи тим до анемічного стану. В загальному можна сказати, що коли левкемію виявлено доволі рано, а до того її постійно контролюється, то пацієнти мають вигляд на довгі роки нормального життя.

Спорідненою з левкеміями, а все ж цілком окремою недугою є т. зв. лімфогранульоматоза, яку в Америці також звуть хворобою Гаджкіна. Вона дуже подібна до лімфоцитної левкемії, хоч і належить до групи злаякісних опухів лімфатичної системи. Її перебіг подібний до перебігу левкемії, і лікування також часто ідентичне. Найчастіше вона появляється у віці від 20 до 40 років, хоч може виникнути кожночасно. Понад 20% пацієнтів, при відповідному лікуванні, виживають від 5 до 20 років і довше.

4. ВАЖЛИВІ СИМПТОМИ

Наступні симптоми можуть свідчити про те, що в людини розвивається якась хвороба крові:

— Загальна втома, зокрема при всякому напруженні, фізичній праці, посиленому рухові. М'язи, суглоби та окремі органи швидко втомлюються при недостатці кисню та основних харчів, носієм яких є кров. При обниженій кількості червонокривців або заліза у формі гемогльобіну кров не може постачати достатньої кількості кисню, а також відводити із тканин продукти спалення.

— Болі голови. часто з заворотами, супроводять всяку анемію. Засоби проти болю голови звичайно не допомагають. Болі підсилюються при всякому напруженні. Пояснюється це тим, що мозок не одержує з крові достатньої кількості кисню.

— Шуми в голові, короткі запаморочення, швидка втомлюваність очей при напруженні, шуми в ушах, втрата орієнтації та

обмежена спроможність в думанні, — все це може бути сигналами нижчої якості крові.

— Втрата ваги та апетиту пояснюється тим, що метаболізм людини обнижений внаслідок недостачі кисню, а з тим обниженої функціональності органів травлення.

— Крововиливи під шкірою, що засипають маленькими ядрами поверхню, посилене кривавлення при всякому зраненні, сліди крові в сечі або шлункових виділинах можуть бути сигналом гемofilії, левкемії і т. д.

— Розпухлі вузли на шиї, під руками, у пахвинах і т. д. можуть бути ознакою поважної недуги крові.

— Надто помітна блідість шкіри та слизових оболонок майже завжди говорить про низьку якість крові. Найбільше виступає ця блідість на обличчі, на вухах, під нігтями та на слизових оболонках — в роті і на очах, коли відвернути повіку. Блідість часто супроводиться перебоями серця.

Очевидно, що всі згадані симптоми не обов'язково мусять свідчити про існування лише і виключно хвороби крові. Всяка анемія чи поганий стан крові можуть бути наслідком якоїсь іншої поважної недуги. В такому випадку треба негайно шукати допомоги лікаря, щоб в'яснити стан. Ані анемії, що постає внаслідок хвороби крові, ані анемії, що постає на базі розвитку іншої хвороби, ігнорувати не слід, як і не слід самому собі ставити діагнозу та визначати спосіб лікування.

VIII. ХВОРОБИ СЕРЦЯ І СУДИН

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Людське серце — це орган завбільшки в п'ястук, який служить своєрідною помпою, що переливає під тисненням кров від легень у цілу систему організму і назад — із цілого тіла в легені. Таким способом наша кров одержує щораз новий кисень і позбувається двоокису вуглецю.

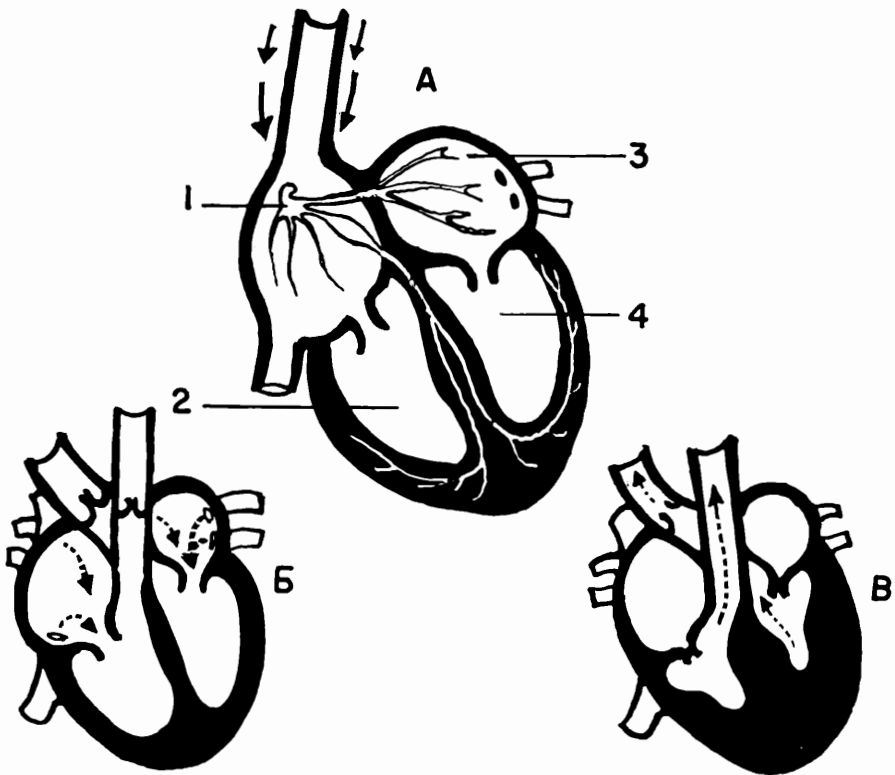
Серце одночасно помпує кров двома системами: одна система проводить кров у всі органи й тканини організму, а потім забирає її назад, друга система проводить кров у легені і назад з них у серце. Перша система зветься великим кровообігом, друга — малим. Насичена киснем кров виходить із серця, розбігається великими й малими судинами, т. зв. артеріями, по цілому тілі, залишаючи кисень у найменших закутинах органів і тканин, а потім, насичена двоокисом вуглецю, вертається назад т. зв. венами до серця. Тут вона знову відходить у легені, де віддає двоокис вуглецю, який ми видихаємо, набирає кисень і вертається назад у серце. Такий процес увесь час продовжується завдяки ритмічному биттю серця.

Б'ється серце пересічно 72 рази на хвилину, що дає понад 100 тисяч ударів на добу, коло 40 мільйонів ударів на рік. За кожним ударом серце переливає 60-70 кубічних сантиметрів крові, що дає пересічно 5 літрів крові на хвилину, коло 300 літрів на годину і 8 200 літрів на добу. Єдиний відпочинок, що триває менше, як соту частину секунди, має серце в часі поміж ударами.

Праця серця — це неймовірна сила та напруга, і уявити її можна на прикладі людини, яка підносила б тягар 10 фунтів на висоту одного метра двічі кожної хвилини протягом цілого свого життя.

Лежить серце посередині грудей, зразу під грудною кісткою, а не з лівої сторони, як дехто думає. Це лише кінець серця обернутий в ліву сторону, і биття його ми відчуваємо зразу в околиці молочної залози. Величина його, як сказано, дорівнює середнього розміру п'ястуківі, а стіни зложені з багатьох шарів спіральних та обручевих м'язів, т. зв. міокарду.

Серце має чотири комори: дві зверху, які звано передсердям, і дві сильніші, знизу, які фактично виконують помпування і які звано шлуночками. Між цими коморами зверху вниз, а також із шлуночків у систему судин знаходяться своєрідні заслінки (клапани), що пропускають кров лише в одну сторону. Щоб мати енергію для такої великої праці, серце одержує найкраще насичену киснем кров, яка проходить до серцевих м'язів т. зв. вінцевою або коронарною артерією. Ця артерія із багатими відгалуженнями лежить на поверхні самого м'яза. Ритмічні удари серця, які фак-



Схематичний показ праці серця: А. Загальна схема серця: 1. нервовий центр та його розгалуження в горішній і долішній частині серця, які вивторюють імпульси подразнення, переводять їх серцевим м'язам і тим спонукують серце стискатись і розширятись; 2. правий шлуночок серця; 3. ліве передсердя; 4. лівий шлуночок. Б. Серце у стані діастолі, коли воно розширяється і кров з вен вливається у шлуночки. В. Серце у стані систолі, коли серцеві м'язи стискаються і шлуночки скорочуються, виганяючи кров в артерійну систему.

тично є його скороченнями та розпруженнями, постають від двох нервових вузлів. Один з тих вузлів міститься у передсерді і сам, мов електричний генератор, продукує електричні імпульси, що в свою чергу подразнюють м'яз до скорочення. Цей імпульс передається на вузол долішньої частини серця, і тоді скорочуються серцеві шлуночки.

Розглянувши будову і дію серця-помпи, можна прийти до висновку, що найосновнішими його частинами є самий м'яз, вентиля-клапани, нервові фібри, які проводять електричні імпульси, та вінцева артерія, що забезпечує серце поживою. Довгий ряд серцевих недуг і базується власне на цих частинах серця, коли одна із них перестає задовільно працювати або є пошкодженою.

Кровоносні судини, що йдуть від серця і до серця, як сказано, зуться артеріями і венами. Вони, починаючи від великої аорти і кінчаючи найменшими капілярними судинами, творять широко розгалужену кровоносну систему, що розносить кров до всіх закутин організму. В артеріях кров пропливає зі швидкістю 40 миль на годину під тисненням від 80 до 120 міліметрів ртуті, що дорівнює приблизно тисненню 1/6 атмосфери. Щоб забезпечити всі закутини тіла кров'ю, людський організм має приблизно 70 тисяч миль судин, коли б їх скласти всіх разом в один ряд.

Артерії, які працюють під більшим тисненням, мають грубші й тугіші стінки, що складаються із кількох шарів, а також м'язи, що звужують та поширюють промір артерії. Стінки артерій мають, крім того, нервові фібри, що стимулюють їх розширення. Внутрішня стінка артерії слизька і дуже вразлива. Але вона стає шорсткою і накопичує т. зв. атероми або товщеві згубіння у випадку захворювання атеросклерозом. В такому випадку промір артерії вужчає і постачання крові у відповідні частини тіла зменшується.

Вени або жили — це система, якою кров вертається до серця. Кров пропливає ними під меншим тисненням, стінки їх тонші і не такі пруживі, як артерій. Вени мають у собі вентиля, які пропускають кров лише в одну сторону. При захворюванні вен, як це буває при жиляках, стінки, а з ними й вентиля, надмірно роздуваються, і тоді кров застоюється й частинно вертається через пошкоджені вентиля назад у долішні частини системи.

Клясифікація хвороб серця та судин доволі складна і широка. Тут, виходячи із практичних міркувань, розглянемо лише основні недуги і, незалежно від клясифікації, звернемо увагу на грізніші або частіші в нашому житті.

2. ВРОДЖЕНІ ВАДИ СЕРЦЯ

Серце і головні серцеві судини розвиваються в людському ембріоні (зародку) з примітивної рурки-судини, і тому в часі, що проходить до повного оформлення серця, можливі хворобливі відхилення. Дитина тоді народжується із ненормальним серцем.

Вроджені вади серця в більшості випадків можна розпізнати зразу ж після народження, але деякі дають про себе знати аж у пізнішому віці, коли діяльність його захитується. Серцеві вади дають широкий образ симптоматології, і різного роду ненормальностей можна нарахувати більше як десяток груп. Основні дефекти у розвитку серця приводять до ненормального переміщення головних серцевих судин, деформації його вентилів (клапанів), зайвих отворів поміж лівою і правою стороною серця, а часами комбінації кількох ненормальностей. Клясифікація цих ненормальностей належить до фахових книжок.

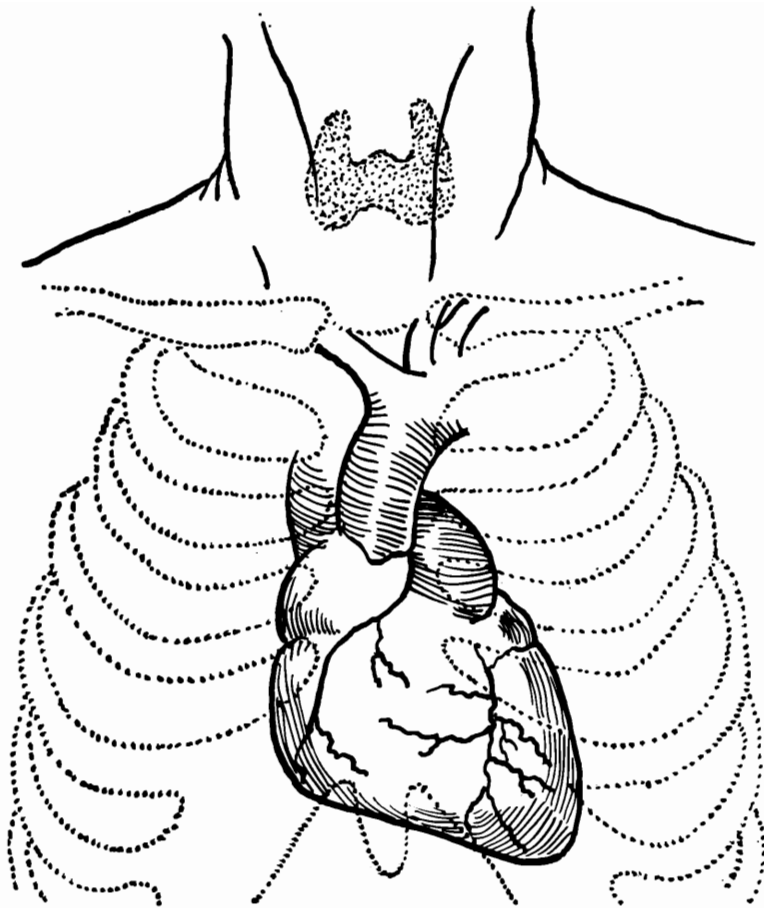
У минулому цілий ряд ненормальностей серця призводив звичайно людину до загибелі. В модерних часах цю справу часто розв'язують хірурги доволі успішно, складними операціями виправляючи вади. Зокрема в останньому десятилітті серцева хірургія набрала особливого розвитку, коли почали робити т. зв. операцію відкритого серця. Полягає ця операція в тому, що в часі її перебігу хірурги можуть спинити працю серця, переключивши кровообіг на штучні легені та помпувальну машину, повністю відкрити серце і направити в ньому всякі дефекти, а після того пустити серце знову в нормальну працю. Це справжній тріумф модерної медицини, біології та техніки.

3. АНГІНА ПЕКТОРИС (СТЕНОКАРДІЯ)

У перекладі на розговірну мову — це біль у серці, ширше сказавши — біль у грудях, що постає внаслідок порушення праці вінцевих артерій.

Щоб зрозуміти суть цього болю, треба пригадати, що серцевий м'яз живиться свіжою кров'ю, яка постачається вінцевими або коронарними артеріями. Отже, коли м'яз не одержує потрібної кількості кисню — він болить.

Є дві основні причини, чому м'яз не одержує достатньої кількості кисню: тоді, як вінцева артерія раптово звужується і не пропускає достатньої кількості крові до м'яза, або тоді, коли м'яз потребує більшої кількості кисню, а склеротична артерія не може її подавати у випадку потреби.



Анатомічне положення серця в грудній клітці. Ця схема в-яснює місце і поширення болю при серцевих ударах (інфарк-тах) та захворюванні серцевих судин (стенокардії або ангіні пекторіс). Цей біль відчувається завжди посередині грудей, зразу під грудною кісткою. (Див. розділ про недуги серця).

Отже, фактично звуження вінцевої артерії навіть на короткий час, а також неспроможність її розширяться в періодах напру-ження — це і є той стан, що викликає біль у серці. Перший ви-падок приходить звичайно при глибокому переживанні, вибухах темпераменту, психічному виснаженні. Другий випадок говорить про склеротичні зміни в серці. Електрокардіограма при обох випадках здебільша нормальна, хібащо стан давній і на м'язі витворились маленькі рубці, або людина вже мала одну чи більше

серцевих атак і частини вінцевої артерії сильно ушкоджені. Тож часто не досліді спеціальною апаратурою чи аналізами, а докладна історія хвороби та повний опис симптомів вкажуть лікареві на суть недуги.

Хоч кардіограма і може бути нормальною, вона часто показує зміни, коли роблять її в часі напруження, спеціальних вправ тощо. Але чи показує вона зміни, чи Ні — біль у серці, зокрема такий, що повторюється кілька разів тижнево, повинен завести людину до лікаря. Такі ж болі, що повторюються кілька разів на день, pojawiaються вночі або без особливого напруження, мусять бути часто досліджувані.

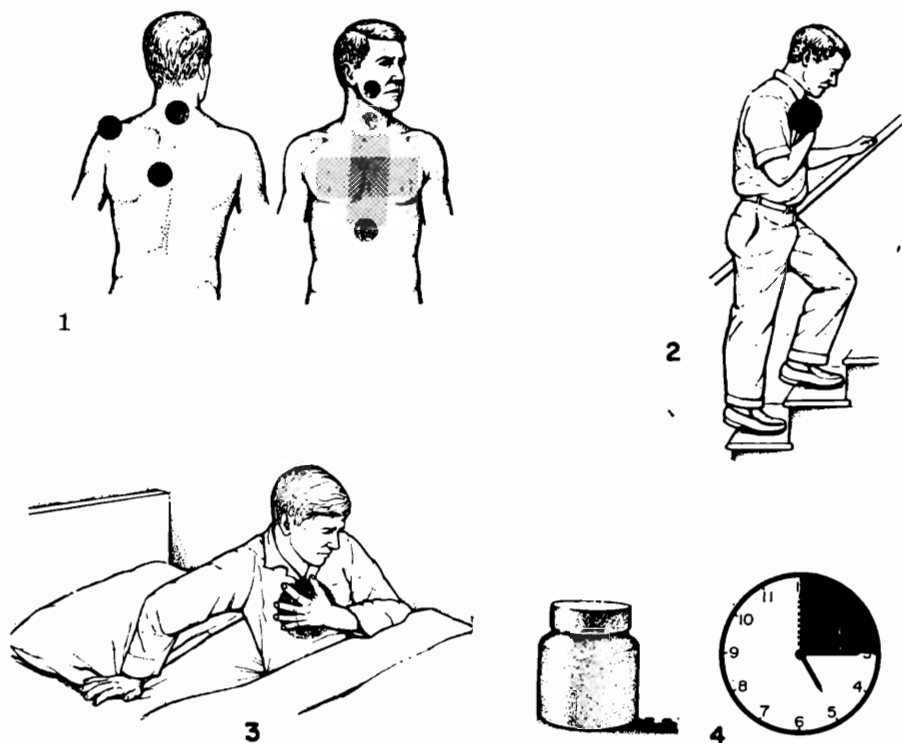
Біль при ангіні пекторіс майже завжди починається посередині грудей, якраз під грудною кісткою, рідше по лівій стороні. Він може перенестися на ліву сторону, згодом у ліву руку аж до долоні, може розійтись аж під ліву лопатку, але все ж до певної міри відчувається посередині грудей. У той самий час людина звичайно відчуває задуху, їй важко дихати і видається, ніби не вистачає свіжого повітря. Інакше кажучи, біль цей дуже подібний до болю під час атаки серця, він лише короткотривалий і не такий дошкульний. Коли людина заспокоїться, відпочине і матиме достатньо свіжого повітря, біль проходить, і вона почуває себе ніби нормально.

Проти цього болю є різні ліки, які, поширюючи вінцеві артерії, дають кращий доступ кисню до м'яза. Серед найбільше уживаних ліків треба згадати т. зв. нітрогліцерину, що її заживають в разі потреби у формі таблеток, кладучи під язик. Цей лік дуже швидко абсорбується, через кров дістається до серця і негайно розширяє артерію. Звичайно хворий відчуває полегшу за 3-5 хвилин. Нітрогліцерина — це таки фактичний лік для серцевої артерії, і заспокоює вона біль тому, що справді привертає нормальну функцію судини. Деякі люди не заживають приписаної їм нітрогліцерини, бо, мовляв, не люблять ліків проти болю. Це невірно. Вони мусять її вживати, бо цим фактично лікують артерію і забезпечують себе часто проти тромбози, а з тим і проти удару серця.

Буває, що хворий довший час заживає нітрогліцерину, але раптом цей лік перестає помагати. Тоді треба перевірити, коли цей лік куплено, бо в не щільно закритій пляшці з доступом повітря, на сонці чи в ясній пляшці на світлі він втрачає свою силу. Лік цей дуже дешевий і його треба часто поновлювати. Коли ж він справді не помагає, тоді лікар припише інший, подібний своєю дією.

Особи з хронічною ангіною вдихають також під час болів чистий кисень. Це їм часто допомагає більше, як деякі ліки. Кисень можна набувати по всіх аптеках, він дешевий, продається у збірниках, які після зужиття викидається, і його варто мати на увазі всім хворим на ангіну пекторіс.

Особи з цією недугою повинні уникати нервових струсів, напруження, важких вправ і фізичного виснаження, тримати вагу



Симптоми при недозі вінцевої артерії, т. зв. ангіні пекторіс або стенокардії: 1. Біль, що походить від серця, завжди відчувається посередині грудей, як це позначено сіткою, але може також появлятися у тих місцях тіла, що позначені кругами; 2. Біль у грудях особливо дається взнаки, коли хворий напружується, іде вгору сходами, фізично працює; 3. В окремих випадках біль у грудях може також появлятися вночі; 4. Як правило, біль при недозі вінцевої артерії вщухає, коли хворий відпружується, відпочиває протягом яких 15 хвилин. Цей біль також зникає після заживання нітрогліцерини. Якщо за 15 хвилин після зажиття нітрогліцерини або після припинення всякої фізичної активності біль не припиняється — це може означати інфаркт або т. зв. удар серця. В такому випадку негайна лікарська допомога необхідна.

тіла в нормальних межах і систематично відвідувати лікаря. Ангіна пекторіс часто обертається в удар серця, зокрема в людей у віці до 55 року життя. Хоч старші її зносять легше, все ж і їм вона приносить часто прикрі наслідки.

4. СЕРЦЕВИЙ УДАР (ІНФАРКТ)

Вислів „серцевий удар” — популярний. Правильна назва цієї хвороби — інфаркт міокарда; називають її також коронарною або вінцевою тромбозою. Тому, що всі ці назви часто вживаються лікарями та пацієнтами, подамо коротке їх вияснення.

При серцевому ударі вінцева або т. зв. коронарна артерія раптово замикається згустком крові. Від місця замкнення дальша частина серцевого м'яза не одержує крові, отже, постачання кисню до цієї частини припиняється. Явище це в медицині називається інфарктом. Самий серцевий м'яз у медичній термінології зветься міокардом, а всяке замикання судини згустком крові — тромбозою. Тож, склавши всі ці поняття в систему, можна сказати, що удар серця — це тромбоза вінцевої судини, яка відрізує частину міокарда, себто серцевого м'яза, від постачання свіжої крові і тим приводить до інфаркту. Інакше кажучи — серцевий удар, вінцева тромбоза та інфаркт міокарда — це те саме поняття і в практиці означає ту саму хворобу.

Коли тромбоза вінцевої судини виникає при самому її початку, тоді постає масивний інфаркт, що окупує майже цілу сторону серця, і в такому випадку людина, як правило, гине. Коли ж згусток крові замикає лише одне із відгалужень вінцевої артерії, тоді інфаркт менший, займає лише якусь частину серцевого м'яза. Він може бути на передній стінці серця, задній, бічний і т. д. Він також може бути малим, на 1-2 сантиметри в промірі, а також може досягати величини цілої стінки серця. Все залежить від того, в якому місці згусток замкнув артерію. Від розміру враженої території серцевого м'яза залежить сила удару і тяжкість недуги.

Уражений інфарктом м'яз раптово набрякає, сильно болить і, фактично, перестає працювати. Це переноситься на діяльність цілого серця, воно стає кволим і часто втрачає спроможність помпувати кров. Тоді звичайно приходить шок: тиснення крові спадає, пульс стає кволим і швидким і т. д. При тому часто приходить до великих розладів у праці серця, сильної аритмії, набряку легень та інших ускладнень, які можуть привести до смерті. При видужуванні уражений м'яз помалу зарубцьовується волокнистою

тканиною, і серце повертається до нормального стану, хоч у більшості випадків в ньому залишається якась кволість. Перша стадія видужання триває не менше як три тижні, а повне зарубцювання — від двох до чотирьох місяців.

Тромбоза вінцевої артерії рідко коли приходить без попередження. Вона звичайно дає про себе знати симптомами ангіни пекторіс, болями в грудях, зокрема при фізичному або нервовому напруженні, фізичній праці, бігові, ходженні по сходах, підношенні тягарів і т. д. Ці болі після відпочинку зникають, і тому часто їх ігнорують. Людина з нахилом до тромбози звичайно має надмір ваги, високе тиснення крові або в родині хтось у неї мав серцеві хвороби. Часто такі болі появляються у завзятих курців тютюну, бо нікотина має великий вплив на вінцеві артерії.

Процес своєрідної вінцевої недуги може продовжуватись місяцями, а то й роками. Людина тоді відчуває або фактичний біль або тиснення в грудях. Це може відбуватись посередині грудей, а також давати відчуття, наче груди стискає щось міцним обручем і не дає вільно дихати. Біль може переноситись і в ліву частину грудей, у ліву руку, в спину, як при ангіні пекторіс. Часами біль буває не дуже помітним, але людина відчуває задуху при всякому швидкому русі.

Процес самої тромбози, себто вже серцевого удару, починається майже завжди раптово. Лише іноді він дає попередження гострішими болями протягом кількох годин або днів, які тривають уже не по кілька хвилин, а по півгодини і більше. Нарешті, приходить до самої тромбози.

При серцевому ударі з тромбозою людина відчуває сильний, майже незносний біль посередині грудей, їй стає важко дихати, вона стає дуже неспокійною; іноді біль відчувається також у долішній частині грудей і починається блювання. Вся шкіра хворого стає блідо-сіруватою і вкривається холодним потом. Пульс підноситься до швидкої ритміки, але його часто важко відчутти, бо він кволий. Тиснення крові, як правило, сильно спадає.

Варто з притиском відмітити, що ніяких болів у грудях не слід ігнорувати, особливо, коли вони виникають раптово і не припиняються при відпочинку. Гострі болі завжди підозрілі на серцевий удар, і негайна лікарська допомога — необхідна. Тоді треба покласти хворого у вигідне ліжко, дати йому свіже повітря, а коли можна — кисень для дихання, тримати його в теплі і негайно викликати лікаря або шпиталь. Треба пам'ятати, що більшість людей, які вмирають від серцевого удару, не одержують своєчасної допомоги.

Лікується серцеві удари, звичайно, тільки в лікарні. В теперішніх часах майже всі лікарні мають окремі відділи для лікування цих недуг, т. зв. коронарні відділи. Вони обладнані наймодернішою апаратурою для підтримування і контролі праці серця, модерними медикаментами, що зберігають ритміку і працю серця у критичному періоді. Також персонал таких відділів спеціально вишколений. Серії електрокардіограм, спеціальні лябораторні аналізи та досліди не лише встановлюють діагнозу, але й забезпечують прогрес у видужуванні пацієнта. Разом із ліками вживається тут, як правило, т. зв. антикоагулянтів, які допомагають розпустити у вінцевій артерії зціплену кров і тим повернути бодай частину м'яза до нормального функціонування. Лікування у шпиталі триває не менше як три тижні.

Повне видужання триває 2-3 місяці або й довше, залежно від загального стану пацієнта, сили серцевої атаки, різних ускладнень під час хвороби і т. д. Проблема ця індивідуальна, і лише кваліфікований лікар може встановити, коли наступило повне видужання і коли пацієнт може вернутися до нормальних занять.

Лікування часто продовжується й по видужанні після серцевої атаки. При тому, залежно від індивідуальної потреби, застосовується препарати для розширення вінцевих артерій, а зокрема антикоагулянти, що зберігають артерії від нової тромбози. Це лікування проводиться місяцями, а то й роками. Тривалість активного лікування може визначити лише лікар після докладної обсервації пацієнта протягом довшого часу. Чимало пацієнтів мусять лікуватись усе своє життя.

Під час лікування після серцевого удару звертається також велику увагу на вагу тіла пацієнта, тиснення крові, загальний стан кровоносних судин, стан крові, працю легень та нирок, працю пацієнта, контролюється зціплення його крові і т. д. Якщо пацієнт має інші недуги, які можуть впливати на серце, тоді особливу увагу звертається на ці недуги. Сюди належать діабет, хронічні недомагання легень, погане функціонування щитовидної залози тощо. Важливим є також контролювати вміст холестеролу в крові відповідною дією (див. розділ про атеросклерозу).

На кінець можна сказати, що серцеві удари не приходять без причини: вони завжди мають своє коріння в минулому. Тут дамо основні інформації про те, кому особливо треба берегтись від серцевих ударів: людям, які мають історію серцевих недуг в родині; які мають підвищене тиснення крові; діабет; надмірну вагу; які мали колинебудь болі в грудях або якісь зміни на електрокардіограмі; які мають підвищений вміст холестеролу в крові;

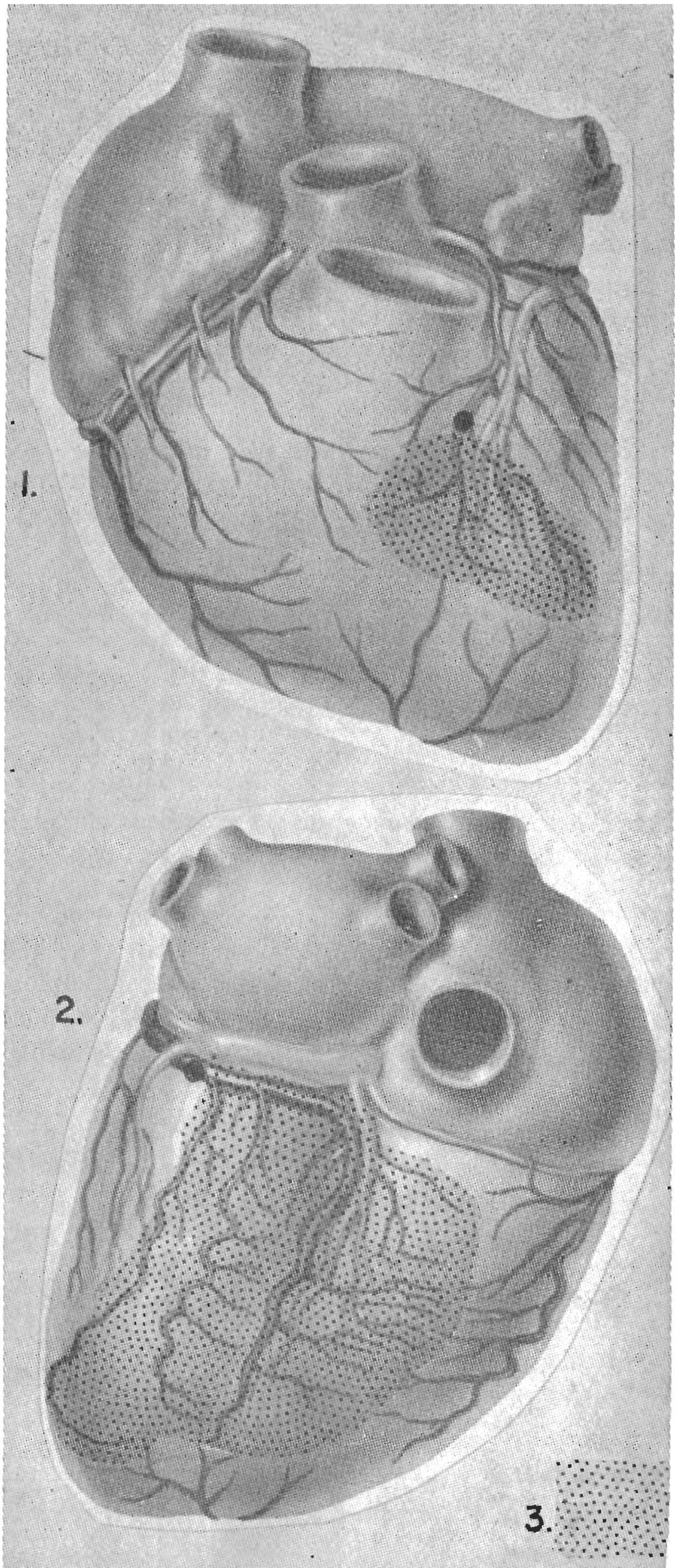
які мають клопоти з нирками або подагру; які надмірно палять цигарки; які виконують сидячу працю і замало рухаються; усі ті, що мали або мають ангіну пекторіс, і всі ті, що мають нахил до хвилювання, пригнічення, подразнення і т. д. Всі такі люди мусять слідувати за своїм серцем особливо уважно і при всяких ненормальностях перевіряти свій стан у лікаря.

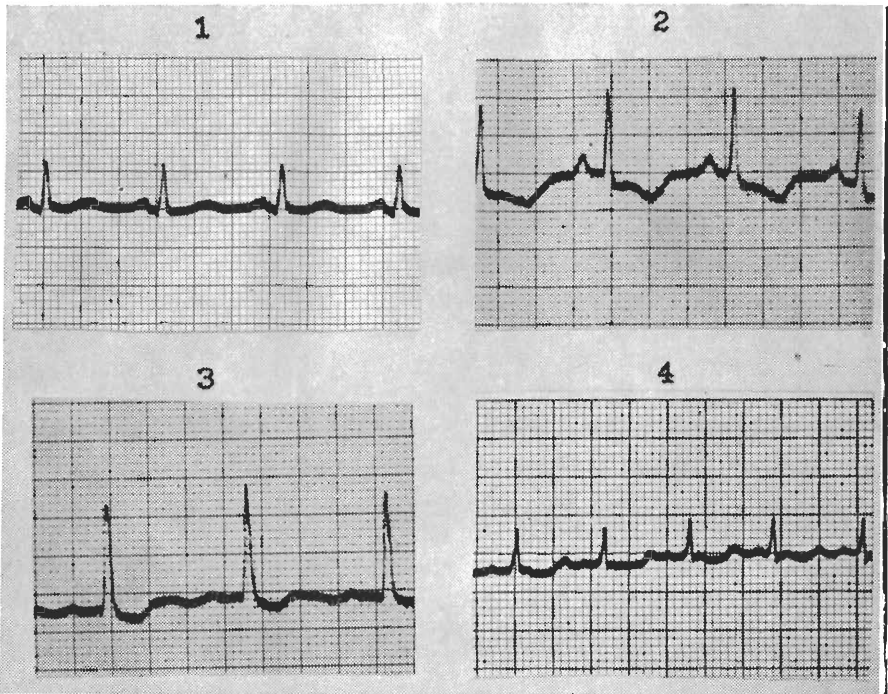
Говорячи про заходи проти інфаркту міокарда, треба ще згадати, що появитися може він і без попередньої ангіни пекторіс, але все ж у якійсь мірі ця недуга дає про себе знати. Справа в тому, що інфаркт виникає в уже кволій вінцевій артерії, і вона дає про себе знати такими симптомами: задуха при всякому посиленому фізичному русі, „брак повітря”, коли людина йде сходами; погане почування з „тиском під грудьми” після їдженя; швидкий пульс після їди, що виявляється сильними ударами в грудях; часті перебої в битті серця, а особливо після їди або фізичного руху; надто швидке виснаженя при фізичній праці, яке викликає загальну млявість та „голод на свіже повітря”; тиснення в грудях і в горлі при хвилюванні і т. д. В той самий час така людина почуває себе добре після фізичного відпочинку, нервового відпруженя і коли її харчування регульоване. Говоримо часто про харчування тому, що люди рідко усвідомлюють собі ролю споживання харчів і працю серця, яку ці харчі викликають. Треба знати, що добрий обід пожвавлює працю серця так, як біг на відстані кількох міських кварталів. Очевидно, що коли вінцева артерія серця вже квола, то вона після такого навантаженя виявляє себе кволістю серцевої діяльності.

Важливим фактором при викликанні ударів серця може бути також раптовий спад тиснення крові. Таке, наприклад, може статися після високого нервового або фізичного напруженя, коли протилежні рефлекси обнижують тиснення; таке може статися при захворюванні з високою гарячкою, а особливо при шлункових розвільненнях; тиснення також раптово спадає при значній втраті крові, соняшних ударах, отруєннях і т. д. Тож усі люди з будь-якими познаками кволости вінцевої артерії повинні особливо берегтися, щоб запобігти ударові серця. Усім групам людей, згаданим у цьому розділі, треба часто перевіряти стан свого здоров'я у лікаря і достосовувати своє життя до вимог, що їх диктує цей стан.

Особливу важливість має нервове напруженя, яке помалу, але певно „роз'їдає” серце. Це передусім стосується людей, які, перебуваючи під постійним напруженням, не використовують мо-

Схема інфаркту серцевого м'яза - міокарда при т. зв. серцевому ударі: 1. Згусток крові замкнув мале відгалуження вінцевої артерії на передній стінці серця, внаслідок чого лише мала частина серцевого м'яза не одержує крові. Це — легкий інфаркт, який успішно лікується; 2. Згусток крові замкнув велике відгалуження вінцевої артерії на задній стінці серця, внаслідок чого кров не доходить до великої частини серцевого м'яза. Це — важкий інфаркт, який лікується важко і часто залишає значну кволість серця; 3. Місце означення інфаркту.





Електрокардіограма серця — важливе дослідження для виявлення серцевої недуги. Звичайно кожна електрокардіограма має 12 відтинків, які записується в різних кінцях тіла, виявляючи працю і ритміку серця. На знімці — лише по одному відтинкові чотирьох різних електрокардіограм, які з місця звертають увагу лікаря: 1. нормальна; 2. гострий інфаркт (удар) серця; 3. склеротичне захворювання вінцевої артерії (ангіна пекторіс) пов'язане з гіпертонією; 4. розлад ритміки серця. Порівняння 12-ох відтинків дає підставу для встановлення докладної діагнози.

жливостей для розпруження. Тут справджується староримська приказка про краплину, яка довбас камінь.

Уникання ситуацій і проблем, які викликають глибоке хвилювання, зміна „психологічного клімату”, — це необхідність для нервового розпруження і нормальної праці серця. Часті прогулянки, перебування на свіжому повітрі, гігієна хатнього і робочого приміщення — це також необхідність, щоб серцевий м'яз мав у достатній мірі кисень. Пильнування ваги, щоб вона не була за великою, здорові харчі із свіжих продуктів, овочі, ягоди та городина — все це сприяє нормальній праці серця.

Людям, які вже мають кволу вінцеву артерію, рекомендується: ніколи не напружуватись фізично після їди; уникати інфек-

ційних недуг, як інфлюенца, шлунково-кишкових розладів, сильних застуд, соняшних ударів, отруєння і т. д.; вони мусять залишити тютюн у всяких формах; не працювати надворі в погану погоду, а зокрема берегтися фізичного напруження (швидке ходження, відгортання снігу і т. д.); контролювати з поміччю лікаря тиснення крові, а коли треба й інші недуги, як діабет, недуги легень, нирок і т. д.; тримати свою вагу в нормальних межах; використовувати дозвілля і свіже повітря; берегтись хвилювань; не вживати надміру алкоголю і перевіряти стан свого здоров'я не менше як раз на рік, включно з аналізою крові, сечі й електрокардіограмою.

Власне кажучи, згадані в розділі поради стосуються всіх людей, а особливо після 40-го року життя.

5. СЕРЦЕВИЙ ЗАСТІЙ І НАБРЯК (НАБУТІ ВАДИ СЕРЦЯ)

Якщо при серцевому ударі серце відмовляється працювати внаслідок недостачі крові в якійсь частині міокарда, то причина цього — гостре захворювання вінцевої судини. При серцевому застої, однак, вінцева артерія відіграє важливу роллю лише в окремих випадках.

Фактично серцевий набряк у гострій формі є своєрідним серцевим ударом, але з іншим підложжям. Такий стан називають також серцевою неспроможністю або серцевим застоєм, що розвивається протягом довшого часу.

Слово „набряк” говорить само за себе: серце, як помпувальна машина, перепомпує кров слабо, і вона скупчується в окремих органах, які внаслідок цього набрякають. При цьому найчастіше і найшвидше набрякають легені, згодом печінка, а потім ноги та вміст очеревини.

Причини такої кволости серця можуть бути різні: хворобливий стан серцевих клапанів, зокрема ж його лівої сторони, гостре або хронічне запалення міокарда та артеріосклеротичні зміни вінцевої артерії, які роблять міокард кволим. Серцеві клапани виходять з ладу найчастіше внаслідок ревматичної гарячки, що її мав хворий навіть у далекому минулому, іноді внаслідок великого і тривалого напруження серця, високого тиснення крові, бактерійної інфекції внутрішньої оболонки серця, т. зв. бактерійного ендокардиту і т. д. Міокард може бути пошкодженим також ревматичною гарячкою та різними запальними процесами, хоч він не обов'язково дасть про себе знати зразу ж. Іноді процес триває

довгими роками, і щойно як серце „втомиться”, його праця розладжується, і постає застій.

Артеріосклеротичні зміни у вінцевій артерії постають внаслідок тих же причин, як і всякі інші атеросклерози або як при ангіні пекторіс. Справа тут лише в тому, що судина не замикається, а стає грубшою і промір її вужчає, отже крові до м'яза доходить менше. Міокард у свою чергу стає кволішим і — постає застій. Причину серцевого набряку може вияснити лише досвідчений лікар, застосовуючи рентген серця та легень, електрокардіограму, докладно обслідуючи загальний стан пацієнта, аналізуючи історію його хвороби, бо такі вади серця мають різне підложжя.

Симптоми недуги звичайно виявляють себе так: при повільному і хронічному набрякові людина відчуває задуху, зокрема їй важко дихати при швидкій ході, ходженні по сходах або при напруженні. Колір шкіри на обличчі стає блідим із фіолетовим забарвленням, що означає недостачу кисню в крові. Під вечір набрякають ноги, хоч зранку вони вертаються до нормального стану. Вночі така людина майже завжди мусить кілька разів вставати, щоб віддати сечу, бо в часі спокою серце працює дещо краще, перепомповує кров через нирки енергійніше, і тому сеча виділяється в більшій кількості.

Гострий набряк може постати раптово, без попередження, хоч в більшості випадків дає про себе знати описаними вгорі симптомами. При гострому випадку задуха стає дуже надокучливою і в стані спокою, людині взагалі важко дихати. Їй також дуже тяжко дихати в лежачій позі, і вона звичайно вночі мусить сидіти, бо переобтяжені рідиною легені так дещо краще працюють. Ноги сильно опухають, відчувається також часто ніби переповнення шлунка. Пульс стає високим і нерегулярним, шкіра синювата, болів немає, але в грудях відчувається наче тягар і тиснення. В гостріших випадках хворий іноді впадає в паніку, стає дуже неспокійним і подразливим.

Обслідування виявляє звичайно побільшення серця, електрокардіограма — фібриляцію серця, себто швидке і нерегулярне биття, рентген — набряк легень, а часами й вільну рідину в грудях. Печінка часто побільшена, ноги опухлі, функціонування нирок порушене.

Лікують такий стан ліками, що посилють працю серця, в основному препаратами дигіталісу, екстрактом із листя червоного наперсника, який росте в багатьох частинах світу, зокрема в Україні. Цей екстракт додає сили серцевому м'язові, а крім того має властивості нормувати працю серця та його ритміку. Крім цього

вживають модерних препаратів для посиленого відведення сечі, щоб зменшити набряки. Особи, хворі на такі недуги, звичайно мусять заживати дигіталіс протягом всього свого життя. Це — чудовий лік, але він також має побічні впливи, і заживати його без контролю лікаря дуже небезпечно. Діста таких пацієнтів повинна

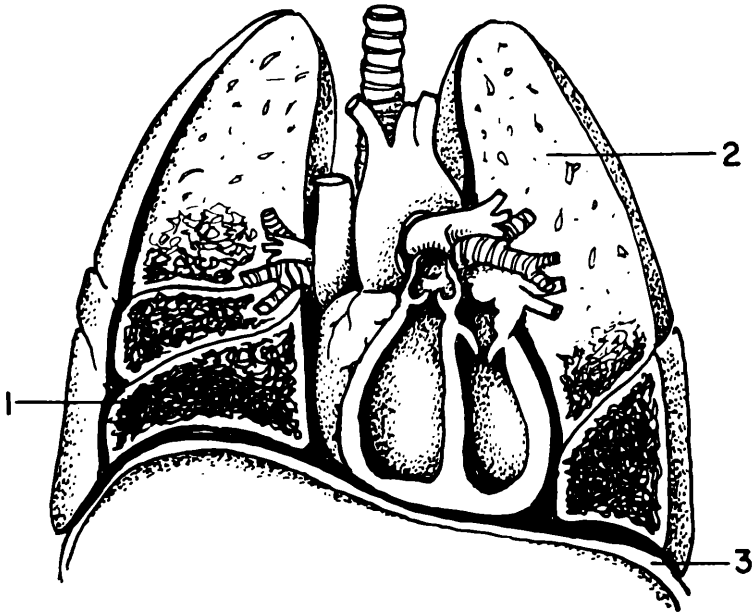


Схема набряку легень при серцевій недузі. Перекрій серця показує побільшення його, зокрема серцевих шлуночків: 1. Помітний набряк частини легень, яка повністю перестає працювати, не маючи достатнього доступу повітря; 2. Вершки легень набрякають, коли неспроможність серця працювати зростає, а до того часу вони ще працюють; 3. Діафрагма при такому стані посилено працює, допомагаючи людині у диханні.

мати в собі дуже мало соли. Сіль зв'язує рідину в тілі і цим сприяє набрякам, а тому радиться вживати штучну сіль, яку можна придбати в харчових крамницях і аптеках.

Лікування набряків вимагає терпеливості, але воно успішне. Лише після кількох днів лікування людина може повернутись до нормальної діяльності, хоч контролю її серця та вживання ліків мусять тривати роками.

Варто згадати також про т. зв. шуми в серці. Вони — наслідок ушкодження серцевих клапанів. Найчастіше ушкоджені бу-

вають вентиля між лівим передсердям і шлуночком та між шлуночком і аортою. Ушкодження буває внаслідок ревматичної гарячки або інших запальних процесів, хоч іноді походження їх невідоме. Вони часті при серцевих застоях. Механіка самого шуму така: кров, проходячи через вентиль, протікає частинно назад, коли він замикається, і внаслідок цього постає типовий шум.

Особам із серцевим набряком лікарі рекомендують такий самий режим, як особам з недугою вінцевої судини, ангіною пекторіс чи після інфаркту (див. попередній розділ).

Під час лікування, як це згадано, лікарі найчастіше приписують різні форми дигіталісу та препарати для посиленого відведення сечі. Дигіталіс скріплює працю серця, а препарати для сечовиділення зменшують в організмі кількість води, а тим самим і набряки. Препарати ці дуже важливі й цінні, але вони криють в собі небезпеку, якщо вживаються безконтрольно. Справа в тому, що дигіталіс, зажитий у невідповідній дозі, може надто сповільнити працю серця, може викликати шлунково-кишкові розлади, а в деяких випадках і привести до комплікацій. Часами працю серця змінюється, отже треба зміцнювати і дозу препарату, а зробити це може лише лікар. Препарати для сечовиділення можуть при певних обставинах спричинитись до затрати важливого для організму калію, який „вимивається” з посиленим виділюванням сечі. Тому часто лікарі приписують додаткові дози калію, регулюють дієту, змінюють ліки і т. д. Ця справа дуже важлива, бо надто велика затрата калію в організмі може мати дуже негативний вплив на серце і цілий організм.

Усі пацієнти, які переходять лікування набряків і заживають такі медикаменти, мусять пам'ятати, що: 1. ніколи не вільно їм самим регулювати цих ліків і 2. треба переходити перевірку в лікаря так часто, як він радить.

Особливо обережні при лікуванні серцевих набряків та інших серцевих розладів повинні бути люди, які мають високе тиснення крові, ушкоджену печінку або ушкоджені нирки. У таких людей часто раптово побільшується набряк, постає задуха, запаморочення, раптова кволість і т. д. У таких випадках вони мусять негайно звертатись до лікаря. Цим людям рекомендується постійно тримати вдома кисень і вживати його в таких випадках, аж поки не наспіє лікарська допомога. Це саме відноситься до осіб, що мають, крім набряків, хронічні перебої серця і нерегулярну його ритміку.

Крім лікування різними медикаментами, сучасна медицина лікує різні ненормальності серця хірургічними засобами. Сюди

передусім належать операції вентилів серця, які внаслідок ревматичної гарячки або інших процесів нещільно замикаються. При сильно розширених вентилях вставляють нові, штучні або зшивають кволі. При звуженні вентилів, що буває найчастіше, їх розширюють. Цей останній метод вже широко застосовується, і його легко переносять навіть критично хворі люди.

Операції відкритого серця, які почалися кілька років тому, розвиваються дуже швидко. Вони щойно в стадії широкого досліджу, але, очевидно, перед ними лежить велике майбутнє.

6. ГІПЕРТОНІЯ

Гіпертонія, в перекладі на розмовну мову високий тиск крові, — це ненормальний стан кровоносної системи, який постає внаслідок захворювання артерійних судин, зокрема малих артерій на периферіях людського тіла або в окремих його органах. Артерії ці або недостатньо пружині, або хворобливо звужуються, і в результаті їх промір стає меншим, а тому кров протікає в них під більшим тиском.

На початку треба в'яснити поняття високого тиснення. Часто люди говорять про тиснення „200”, „100” або подають якесь інше число, часами говорять про, наприклад, „180 на 100”, або кажуть, що лікар десь там записав „200/110” або якесь інше подвійне число. Що це значить?

Тиск людської крові міряється так само, як і всякої іншої рідини. Мірою тиснення є стовпець ртуті або відповідна пружина в апараті, яка достосована до міри тиснення ртуті. Коли людині накладається гумовий рукав на руку і надувається його помпою, тиснення повітря дорівнює тисненню крові в ручній артерії. Стівпець ртуті вказує певне число, і це число є виміром тиснення крові.

Тиск крові в артеріях не є постійним, він коливається і графічно творить криву, яка йде то вгору, то вниз. Це коливання таке часте, як часто б'ється серце, бо коли кров вливається у серце, тиснення дещо спадає, а коли серце витискає кров у судини тиснення підноситься. Звемо його в медичній термінології систолічним і діастолічним тисненням. Звідси і записи тиснення мають звичайно подвійне число, наприклад, 140/90, 180/120 чи якісь інші числа, що означає найвище і найнижче тиснення, під яким протікає кров по артерії.

Як нормальне тиснення крові людини визначено умовно 120/80 міліметрів стівпця ртуті, що дорівнює приблизно тисненню 1/6 частини атмосфери. Називаємо його умовним, бо межі нормаль-

ного тиснення є більшими і залежать вони від росту, ваги та віку людини, а також від її праці, стану здоров'я та інших причин.

Загально кажучи, тиснення крові в людини до 50-го року життя виявляється в таких межах: максимальне — між 110 і 140 мм.ртуті, мінімальне — між 60 і 90 мм. Після цього віку дозволяється максимальному дещо підвестись, але при умові, що мінімальне не підноситься вище за 90 мм. Іноді чуємо, що тиснення крові в людини має бути 100 плюс її вік, наприклад, 70-літня людина повинна мати тиснення 170. Таке визначення має в собі дещо правди, але воно далеке від нормального. Йдеться тут не про те, яким є максимальне число, а якими є обидва числа, бо вони разом визначають нормальний чи хворобливий стан.

Причини хворобливого піднесення тиснення крові не зовсім відомі в кожному випадку. Знаємо, що тут грає певну роль спадковість, коли в родині панує гіпертонія з одного покоління в друге. Відомо, що висока вага тіла спричиняє піднесення тиску, також спричиняють діабет, хвороби серця, нирок, пухлини надниркових залоз. Стверджено, що у примітивних народів дуже рідко трапляється гіпертонія. Але перенесіть примітивну людину в оточення вищої цивілізації, і в неї може появитися гіпертонія. З цього висновок: темп, напруження, складність життя і вищі потреби людини можуть бути причиною гіпертонії.

Гіпертонія сама по собі, коли вона не є прогресуючою і не доходить до меж злості, не завжди дає ускладнення. Статистичні дані вказують, що приблизно 50% людей з протяжною гіпертонією захворюють на серце і гинуть від серцевих недуг, до 20% дістають атаки серця, така ж кількість гине від ударів мозку, решта гине на сечове затруєння, т. зв. уремію, та ускладнене захворювання судин.

Одне з найчастіших захворювань, що його спричиняє високе тиснення крові — це хвороба малих і найменших артерій нирок, що в свою чергу погіршує фільтрування крові та виділювання сечі. Внаслідок того в організмі накопичуються рідина, трійливі речовини та відпадки згоряння харчів, і це стає причиною іноді раптового й злостісного підвищення тиску крові.

Інші причини зв'язані вже із самим захворюванням артерій, більших і менших, промір яких звужується внаслідок т. зв. атеросклеротичних згубин на стінках судин. Тут основну роль відіграє затовщення організму, іноді діабет, невідповідна дієта, брак достатнього фізичного руху, від юнацького віку починаючи.

Третя група причин суто нервового порядку. Внаслідок постійного піднесення тиску крові на нервовій базі, стінки артерій

також грубіють, стають склеротичними, хоч у дечому вони відмінні від справжньої атеросклерози. Все ж, у кінцевому висліді, такі зміни дають ті самі симптоми.

Якою б, однак, причиною не було хворобливе тиснення крові симптоми гіпертонії майже завжди однакові, хоч треба відмітити, що іноді вони не проявляються довгими роками, незалежно від того, що гіпертонія вже існує.

Основні симптоми гіпертонії — це часте або постійне нервово подразнення без особливої причини, нахил до швидкого фізичного й психічного вичерпання, запаморочення, болі голови, часом швидке биття серця або перебої, які іноді дошкульно відчуває людина, поганий сон, часте віддавання сечі вночі і загальна кволість.

При обслідуваннях такого пацієнта лікар часто знаходить ненормальні складники в його сечі, зміни в сітківці ока, побільшення серця, зокрема лівої його сторони, більшу вагу тіла, надмірну кількість товщу, т. зв. холестеролу в крові; електрокардіограма вказує на посилену працю лівої сторони серця; крім того — непропорційний розподіл кровопостачання до всіх периферій тіла, побільшення нирок або ж атрофію одної з нирок.

Найчастіше людина з гіпертонією, не знаючи, що вона її має, жаліється на біль голови, запаморочення аж до втрати почуття рівноваги, послаблення пам'яті і кволість. Деяких симптомів, які виявляє лікар, пацієнт навіть не помічає, хоч вони є основним критерієм, щоб встановити, як далеко гіпертонія зайшла. Болі голови, втрату почуття рівноваги і т. д. можна легко контролювати, але це ще далеко не означає, що гіпертонія вже під контролею.

Як ми відмітили раніше, у людей з високим тисненням часто не виявляється інших симптомів, але це не означає, що це тиснення можна ігнорувати; воно іноді підноситься до високих меж і може спровокувати удар серця або мозку. Тому, якщо систолічне максимальне тиснення перейшло межу 140 для людей у віці до 50 років або 100 плюс роки у вищому віці, а зокрема якщо діастолічне, себто мінімальне, тиснення перейшло 90 в людини будь-якого віку — перевірка і відповідні заходи необхідні. Коли ж мінімальне тиснення переходить 110 — це вже справжній розвиток гіпертонії, і цього нехтувати ніяк не можна. Мінімальне тиснення разом з іншими ненормальними проявами в серці, мозку і сечі — це основні докази поважності стану.

На щастя, є вже чимало ліків та заходів, з поміттю яких можна контролювати гіпертонію, врятовуючи людину. Сюди входять ряд рослинних препаратів, синтетичних ліків, операційні

заходи, як, наприклад, видалення деяких нервових вузлів, атрофічної, хворої нирки, а навіть перещеплення нирки.

Загально беручи, люди з нахилом до гіпертонії або ті, що її вже мають, надвишку ваги мусять усунути, і часами лише це зліквідує високе тиснення крові. Тваринний товщ затримується в певних формах у крові, і тому люди з підвищеним тисненням повинні перейти на споживання рослинного товщу (маргарина, олія). Надвишка товщу в крові приводить не тільки до затовщення цілого організму, але й до відкладання товщу в артеріях. Сіль, зокрема при порушеному функціонуванні нирок, відкладається в тканинах тіла, а разом з нею зв'язується вода, побільшуючи об'єм крові, яка протікає тоді в артеріях під більшим тисненням. Тому дієта з малою кількістю соли завжди допомагає зменшити об'єм крові, а з тим і тиснення.

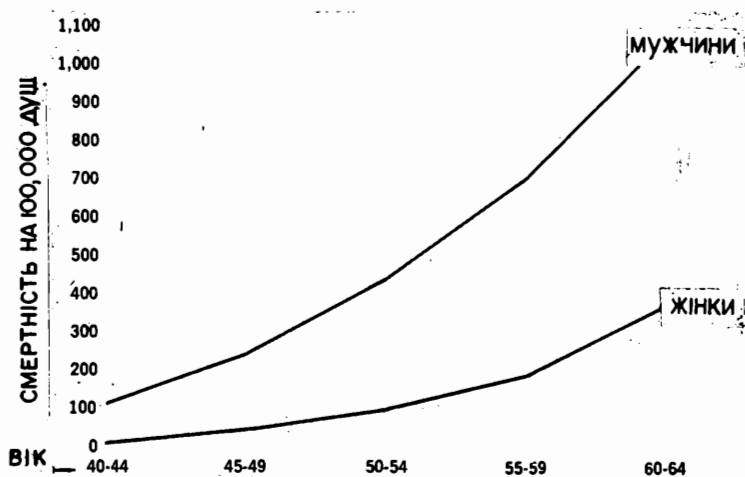
7. АРТЕРІО- Й АТЕРОСКЛЕРОЗА

Якщо артеріосклероза це наслідок процесу старіння, який характеризується згрубінням та звалненням стінок судин і є, так би мовити, нормальною річчю для кожної людини, то інше захворювання артерій, атеросклероза, — це, без сумніву, хвороба, що виникає внаслідок порушення обміну речовин в організмі або невідповідної дієти.

Атеросклероза — це льокальне захворювання, яке атакує лише певні частини артерій, при чому — найчастіше дуже важливих. Стінки такої артерії також грубшають, але внаслідок накопичення товщів, т. зв. ліпідів, і в деяких місцях або замикають прохід для протікання крові, або роз'їдають стінку судини, tworячи небезпечні рани. Дуже часто таке захворювання атакує судини серця, мозку, головну артерію — аорту та її відгалуження. Хоч ця хвороба і не проявляється в дуже молодому віці, її початки можна завважити вже після 25 року життя. В пізнішому віці, зокрема після 50-го року, зміни в артеріях дуже помітні і часто викликають поважні недуги серця, мозку, гангрену ніг тощо.

Як сказано вище, атеросклероза, нагромаджуючи товщеві матеріали, може по-різному шкодити людині. Таке товщеве згрубіння може замкнути серцеву артерію і спричинити атаку серця. Таке ж може статись і з мозком, коли приходить до тромбози мозку з паралічем. Подібне буває і з головними артеріями долішніх кінцівок, і, коли вони замикаються — приходить тромбоза, що іноді вимагає ампутації ноги.

Таке ж нагромадження товщу часами роз'їдає стінку судини. Тоді вона тріскає і спричиняє вилив крові у мозок, нирки чи інші органи, або творить собою дуже кволе місце в стінці, яке згодом під тиском крові розширяється і викликає т. зв. аневризми, себто ненормальні роздуття якоїсь частини артерії. Раніше чи пізніше таке роздуття тріскає, і, коли воно, наприклад, в грудях, животі



Діаграма смертності від артеріосклеротичних захворювань в Америці останніми десятиліттями. Діаграма ця включає склеротичні недуги серця і мозку, а в загальному показує, що артеріосклеротичні недуги сьогодні — це причина смерті число один. (Див. розділ про артеріосклерозу).

чи мозку — приходить такий великий вилив крові, що людину рідко-коли вдається врятувати.

Таке нагромадження товщу в артерії — це наслідок загального обміну речовин, зокрема спалювання товщів. Воно часто буває у людей з діабетом, хронічними хворобами нирок, ненормальним функціонуванням щитовидної залози і в людей з надмірною вагою тіла. Особи з цими недомоганнями повинні час від часу перевіряти кількість товщу в крові.

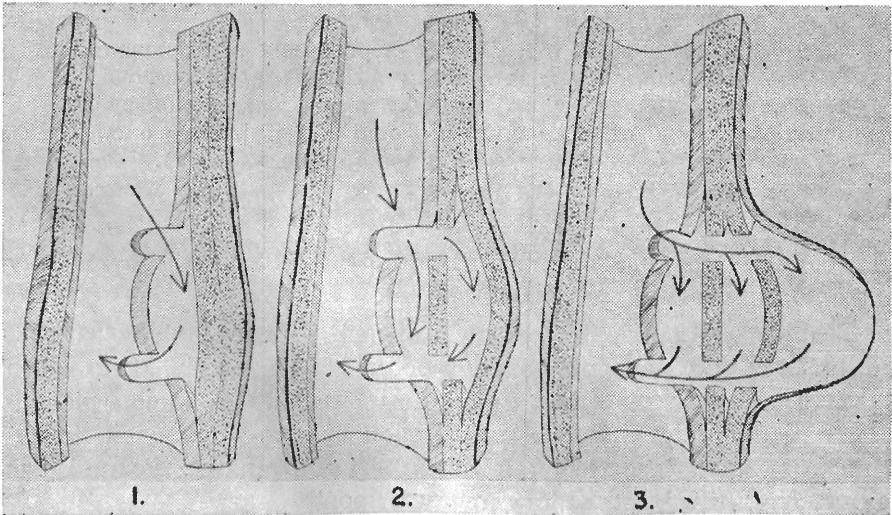
Звичайно, коли починається процес атеросклерози, розпізнати його важко. Щойно, як появляються симптоми хвороби серця, мозку і т. д. Але його можна дослідити пробою крові, яку аналізується на вміст холестеролу, себто товщу, що весь час кружляє в крові. Ця аналіза легка та дешева і її лікарі часто рекомендують,

зокрема, коли людина має надмірну вагу, високе тиснення крові або якісь позначки серцевої недуги.

Коли виявиться ненормальний вміст холестеролу, тоді звичайно досліджується, чи не існує якихось причин органічного захворювання, і якщо воно є — його регулюється. Таке, наприклад, буває при діабеті. Коли ж ніякої причини нема, тоді необхідно в дієті обмежити товщ до мінімальної кількості. Харчі, що мають у собі холестерол, зрізується в залежності від висоти холестеролу в крові. Часами він буває такий високий, що з дієти всякі товщі виключаються.

Відомо, що хворобливе нагромадження холестеролу, а з тим і розвиток атеросклерози буває спадковим. Тому, коли людина навіть з невисоким вмістом холестеролу має в родинній історії серцеві недуги, високе тиснення крові, мозкові удари або тромбози судин, коли вона має нахил до надмірної ваги і замало рухається в щоденному житті, то повинна особливо зважати на свою дієту. При цьому основним є уникати в дієті таких харчів, які мають у собі велику кількість холестеролу.

Найвищу кількість холестеролу має тваринний товщ: товсте м'ясо, сало, смалець, масло, густе молоко, сметана, високотовщеві



Процес утворення аневризми в артерії: 1. на стінці судини осідає товщ у формі атероми, яка тріскає, і тоді кров проходить поза нею, розщеплюючи стінку артерії; 2. цей самий процес проходить у глибші стінки судини; 3. усі стінки артерії розщеплені за винятком зовнішньої оболонки, яка роздувається, утворюючи аневризму, що може кожнотчасно тріснути.

сири, а також всякі харчі, роблені з додатками тваринного товщу. До цієї групи входить також яєчний жовток. Іноді людина, яка ніби уникає таких харчів, все ж споживає чимало інших речей, які містять у собі згадані вгорі товщі. Взяти, наприклад, морозиво, торти, різні печива, тісточка, всякі смажені речі.

Здоровішими товщами, які забезпечують людину від нагромадження холестеролу в крові, є олія, маргарина та інші рослинні товщі. Їх повинні вживати люди, що тримають себе на протихолестерольній дієті. При тому завжди треба вибирати олії з високим відсотком т. зв. ненасичених товщів. Таких є чимало в продажу, і кожна ненасичена олія є доброю, хоч загально вважається, що кукурудзяна, бавовникова та соєва найкращі. До речі, олія, всупереч твердженням непоінформованих людей, нічого в крові не розпускає і не лікує вже наявну атеросклерозу, вона лише помітно сповільнює розвиток атеросклерозу або ж зберігає людину від цієї недуги.

Тримаючи відповідну дієту, особи з нахилом до захворювань артерій повинні більше рухатися і вправлятися, зокрема особи, які ведуть сидячий спосіб життя.

8. БЮРГЕРОВА ХВОРОБА

Це — недуга периферійних судин, найчастіше ніг, рідше рук, яка іноді приводить до гангрени кінцівок.

Нищення судин при цій недугі відбувається повільно, захоплюючи артерії, і навіть спричиняє хворобливі зміни периферійних нервів. Наслідком такого процесу кінцеві частини ніг чи рук одержують щораз менше свіжої крові, тканини переходять в атрофічний стан і починають відмирати. Це часто доводить до гангрени пальців ніг, іноді стопи, а то й цілої ноги до коліна. Коли такої хвороби не контролюється — приходять ампутації.

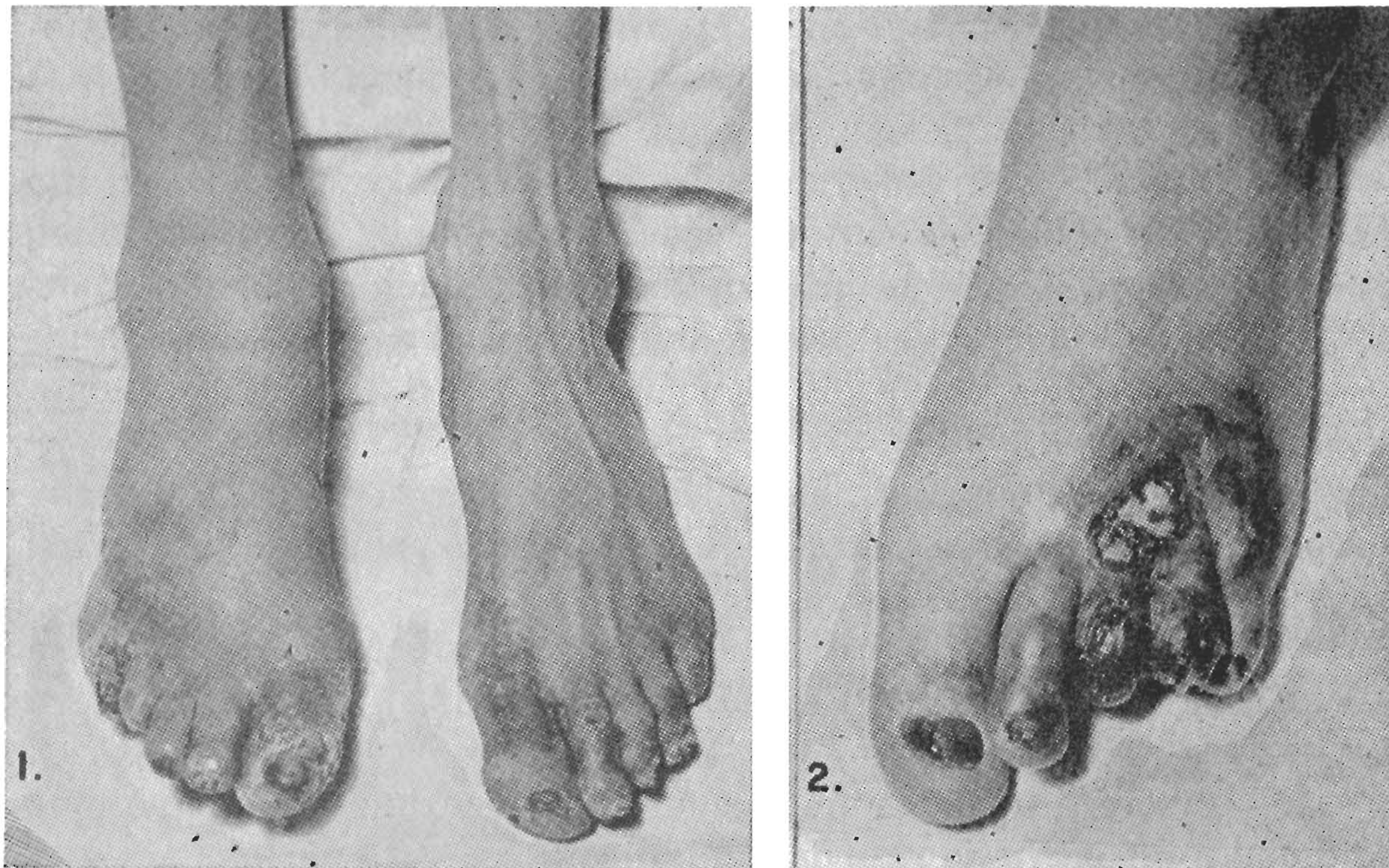
Докладна причина Бюргерової недуги невідома, хоч медицина знає чимало супровідних факторів, які спричиняються до її розвитку. І так, передусім відомо, що курення у всяких формах, а особливо цигарок, має рішальний вплив на розвиток недуги. Часто припинення курення зупиняє хворобу повністю. Відомо, що перебування в приміщенні з дуже низькою або дуже високою температурою протягом довгого часу може розвинути цю хворобу.

Типовий випадок Бюргерової хвороби виглядає так:

Пацієнт жаліється на холод в ногах, іноді на терплення стіп, часами на те, що ноги „печуть”. Незабаром він починає відчувати кволість ноги чи руки і закріплює занепад сили в цій кінцівці.

Під час ходи нога швидко втомлюється і починає боліти. Доходить до того, що, пройшовши віддаль одного-двох кварталів, людина відчуває такий біль, що мусить зупинитись, відпочити і щойно тоді продовжувати ходу.

Біль в основному виникає в литці, згодом у стопі та пальцях. У випадку руки — починається в долішньому рам'ї, переходить



Зразки захворювань на стопах судинного походження, коли сильно розвинена склероза артерій порушує нормальний доплив крові у кінцівки. 1. Прогресивна артеріосклероза з початками відмирання тканини на пальцях стопи; 2. Раптове замкнення одної з артерій ноги з утворенням гангрени частини стопи.

на кисть та пальці. В часі болю шкіра на нозі чи руці блідне і має нижчу від нормальної температуру. Під час відпочинку і стояння шкіра на пальцях ніг стає червонуватою, але коли ногу піднести вище від рівня серця — вона блідне. Часто в такої людини виникає тромбофлебіт, себто створюються в жилах кров'яні згустки, нога запухає, температура підноситься. Часто шкіра і нігті висихають, прибираючи хворобливий вигляд. В дальшому на шкірі творяться міхурці, які не гояться і згодом переходять у рану, що має поганий запах. Початок гангрени готовий.

Подібні випадки гангрени зустрічається й при занедбаному діабеті та при артеріосклеротичних змінах у старших людей, при чому часами важко встановити докладну діагнозу. Тепер застосо-

вують різного роду досліді, рентген, аналізи і т. д., з поміччю яких встановлюють, чи йдеться про хворобу Бюргера, чи про інші склеротичні зміни включно з тромбозою важливої артерії.

Лікування, на щастя, буває в більшості успішним, якщо, очевидно, сам пацієнт хоче собі допомогти, а не надіється, що лікарі мусять все за нього зробити. Передусім — курці повинні негайно припинити курення тютюну у всяких формах. При холодній погоді тримати ноги в теплі, постійно дбати за їх чистоту, вистерігаючись грибкових інфекцій, перевіряти дію ліків, уживаних для лікування інших недуг, і берегтися навіть малих дряпин.

Суто склеротичні зміни в артеріях ніг, зокрема стегнової артерії, мають часто перебіг подібний до недуги Бюргера. Часто симптоми — тотожні. Але це інша група недуг артерій, яку сьогодні лікують з великим успіхом хірургічним способом.

Артеріосклеротичні захворювання дають ускладнення частіше, а також випадки гангрени ніг зустрічаються в більшій кількості.

9. ЖИЛЯКИ

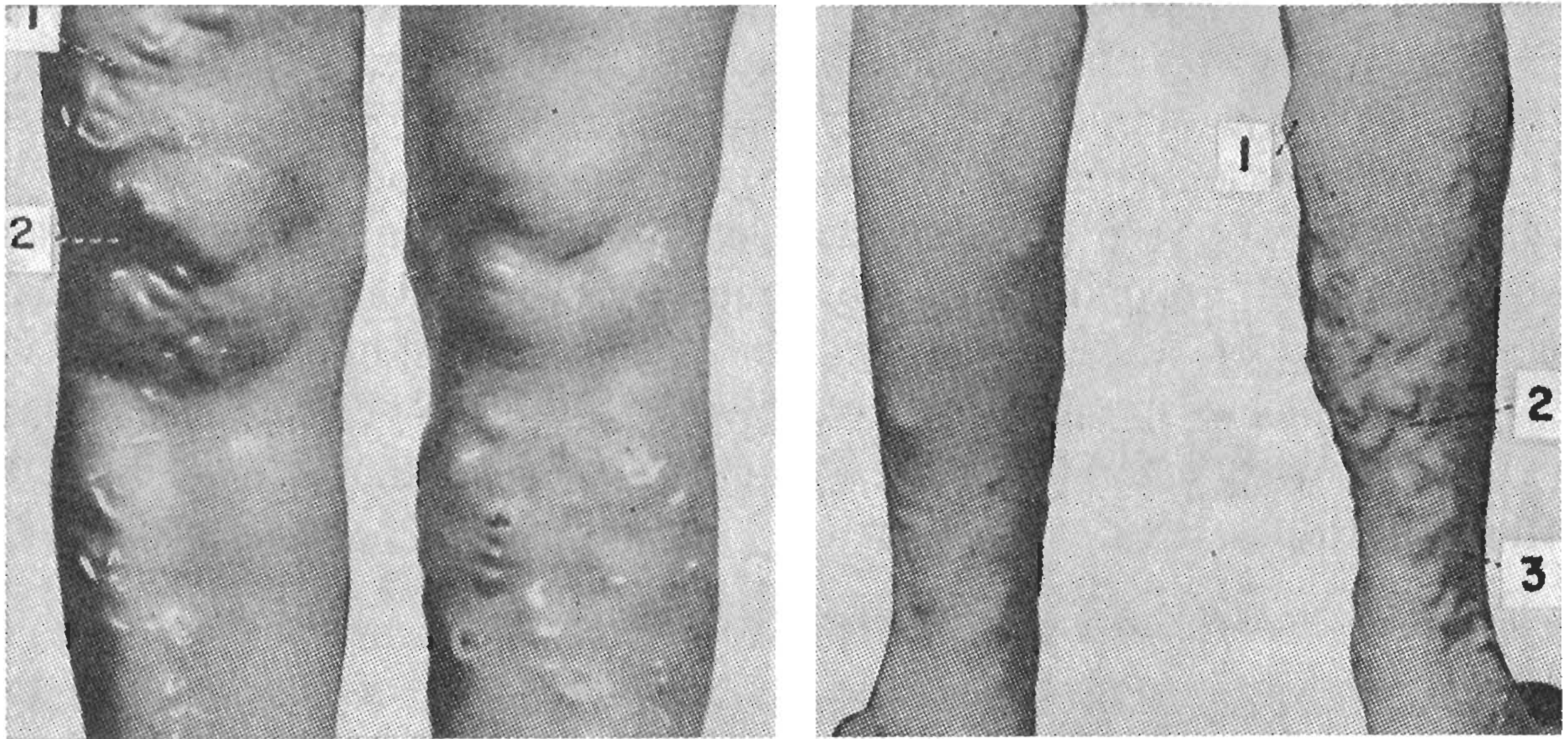
Жиляки, або розширені вени — це часте недомагання, яке звичайно атакує ноги, хоч може проявлятися також у долішній частині живота. По своїй суті — це надто видовжені, іноді покручені вузлами, поширені кровеносні судини, що мають відводити зужиту кров з ніг у загальну венозну систему. Здебільша такі хворобливі зміни виявляються зразу під шкірою, себто належать до поверхневої венозної системи.

Нормально у людини постачання крові й її поворот з кожної тканини чи органу бальянсуються, кровообіг „промиває” кожну частину тіла, даючи потрібну кількість крові, а з нею й кисню та поживи. Але при жиляках бальянс захитується: постачання крові нормальне, а відплив її сповільнений. Кволі вени не встані відводити всю зужиту кров, вона в таких жилах нагромаджується, вони пухнуть, набрякають, а вслід за цим набрякає зужитою кров'ю і вся тканина ніг. Внаслідок цього згодом також і постачання крові зменшується, бо перевантажена кровеносна система не встані приймати свіжої крові. Результат — поганий обіг свіжої крові в ногах, а з тим і недостача кисню та потрібної поживи.

Звичайно на жиляки більше нарікають жінки, але мають їх і чоловіки. Вважають, що спадковість грає основну роль в утворенні жиляків, хоч значний вплив мають і всякі побічні фактори: важка праця у стоячій позиції без відповідного руху, вагітність,

надмірна вага тіла, недостатнє відживлення або брак нормальних фізичних вправ у дитячому та юнацькому віці.

Першими симптомами жиляків може бути навіть не обов'язково наявність вузлів. Їх іноді, як у людей з надмірною вагою, не видно. Звичайно починається з того, що ноги швидко втомлюються, навіть болять у долішніх частинах, а стопи набрякають. Вузли



Зразки жиляків на ногах: вигляд спереду із жиляками великої підшкірної вени та її відгалужень і вигляд ззаду з жиляками великої і малої підшкірної вен та їх відгалужень.

набряклих жил появляються згодом, і видно їх здебільша на долішніх частинах ноги (литка) та стопі. Внаслідок недостатнього обміну крові ноги недоживлюються, набрякають щораз більше, зокрема під вечір, згодом шкіра на них починає свербіти, і витворюється хронічне подразнення, що часами приводить до певних форм екземи. Часто шкіра набирає темного або бронзового кольору і при найменшому її ушкодженні утворюються ранки, які дуже помалу гояться. Самі жиляки, як правило, побільшуються, починають боліти, і внаслідок удару чи ушкодження може витворитися запальний стан, т. зв. тромбофлебіт, іноді небезпечний.

Справа в тому, що в запаленому жиляку постає згусток крові, і в тому місці відбувається запальний процес, часто з інфекцією. Він може загоїтись і залишити після себе на довший час болючий підшкірний рубець, але буває й таке, що кусник такого згустка крові відривається, мандрує і доходить навіть до легені. Коли таке стається — людське життя в небезпеці. Відсоток смертності від згустка крові в легенях навіть при сучасній медицині високий.

На жиляки треба звертати увагу в самих початках не тільки з косметичної точки зору, бо для молодих жінок це має важливе значення, але передусім з точки зору комплікацій: 1. хронічний застій крові в ногах, що приводить до болючих набряків; 2. хронічне запалення шкіри долішніх частин ніг і стіп; 3. виразки, які довго гояться, і часами треба навіть робити перещеплення шкіри



Глибокі виразки на шкірі, як наслідок хронічних жиляків. Вони погано гояться і часто вимагають операції з перещепленням шкіри.

та „латати” пошкоджену ногу; 4. гострі запалення жиляків, які часто можуть привести до небезпечного мандрування згустка крові в легені; 5. погіршення артритичних змін в ногах у старшому віці внаслідок недостатнього обміну крові.

Лікування жиляків різне, але воно тим успішніше, чим раніше його починають. Часто локалізовані жиляки лікують відповідними ін'єкціями, іноді оперують нескладним способом, щоб запобігти їх розвитку.

Жиляки у старших віком людей рідко вимагають оперування, — воно потрібне тільки тоді, коли жиляки спричиняють особливі клопоти. Але, щоб запобігти ускладненням, рекомендується постійно носити міцні еластичні панчохи. Такі панчохи сприяють кращому обігові крові.

10. АНТИКОАГУЛЯНТИ

Процес т. зв. коагуляції крові — це українською мовою ніщо інше, як процес зціплення крові. Відбувається він з участю різного роду факторів, серед них, наприклад, важливих продуктів печінки, кальцію, вітаміну „К”, окремих складників кров'яної плазми і т. д. Спиняємося на коагуляції крові тому, що ряд захворювань серця і судин власне й постає на цій основі, і їх лікування часто залежить від спроможності крові „розріджуватись”.

Зціплення крові — це природна безпека проти великої кровотечі при всяких пораненнях. Але цей процес іноді буває зовсім небажаним. До таких небажаних проявів належить зарахувати передусім різні тромбози, себто замкнення судин згустками крові, наприклад тромбоз вінцевої артерії, що приводить до серцевого удару, також тромбози судин, що приводять до удару мозку, тромбофлебиту при жиляках і т. д. Тож зціплення, що витворює тромбозу, треба негайно й рішуче усувати, інакше людина може загинути.

Модерна медицина знайшла засоби обнижувати здатність крові зціплюватись. Це — хемічні речовини, найчастіше т. зв. дикумароль та кумадин, які, будучи введеними в організм, „розріджують” кров і продовжують час зціплювання. Вони також мають властивість розпускати згустки крові. Фактично при цьому кров не стає рідшою і не втрачає нічого із свого складу, лише процес зціплювання триває в два або й три рази довше.

Лікування серцевих і мозкових ударів відбувається не лише під час гострої недуги, іноді триває воно місяцями й роками, щоб забезпечити пацієнта проти нових ударів. Тоді пацієнт, заживаючи відповідну дозу цього ліку, мусить перевіряти свою кров в лабораторії кожних два-чотири тижні. Після такої перевірки лікар подає вказівки, як далі приймати лік. Перевірка така необхідна, бо іноді буває, що цей лік починає діяти сильніше, і тоді зціплення крові надто довго триває, що у свою чергу може спричинитись до кровотечі. Такі кровотечі іноді спонтанно появляються з кишкового тракту, сечових органів, а особливо небезпечні зони при всякому, навіть найменшому пораненні.

Приписуючи антикоагулянт, лікарі радять пацієнтам, щоб вони назву цього ліку і дозу його заживання записали собі на окремій картці. При всяких нещасливих випадках пацієнт може негайно подати ці інформації медичному персоналові, і тоді негайно застосовується відповідні ліки, щоб запобігти поважній кровотечі.

Лікування після серцевого чи мозкового удару цим медикаментом для продовження зціплення крові не завжди однакове і не завжди протягається такий самий час. Усе залежить від загального стану пацієнта та від недуги, яку він перебув. Буває так, що пацієнтові приписується ці ліки лише на шість-вісім тижнів, іноді на кілька місяців чи рік, але часами це продовжується довгими роками. Таке ж лікування часами переводиться при тромбофлебитах, а зокрема тоді, коли згустки крові від жиляків уже були в легенях. Уживається цього ліку іноді при таких серцевих недугах, які витворюють згустки крові в самому серці і висилають їх у віддалені частини тіла або в мозок, що в медицині зветься емболізмом.

Отже, лік цей дуже важливий і корисний, але він також може бути небезпечним, і тому його ніколи пацієнт не повинен сам регулювати.

11. ВАЖЛИВІ СИМПТОМИ

Беручи до уваги велику кількість різних недуг серця і судин, важко визначити всі їх симптоми, але в основному треба згадати такі:

— Хронічний біль у грудях, посередині грудної клітки, який розходить ся по всій передній частині грудей, може йти в ліву руку аж до долоні, викликає почуття задухи, що появляється при напруженні чи схвилюванні, але зникає після відпочинку — може означати ангіну пекторіс, а з тим початок захворювання вінцевої артерії серця.

— Гострий біль посередині грудей, який появляється без попередження, робить людину дуже неспокійною і кволою, викликає холодний піт, раптово утруднює дихання („брак повітря“) і не проходить протягом кількох хвилин відпочинку, може вказувати на тромбозу вінцевої артерії серця, що практично означає серцевий удар.

— Тиснення у грудях під час швидкої ходи або фізичної праці з болями або без них також може означати недугу вінцевої артерії.

— Тиснення у грудях із задухою під час швидкої ходи або

напруження може вказувати на кваліть серцевого м'яза або серцевих вентилів (клапанів).

— Задуха під час ходи, підпужлі ноги під вечір, зачате віддавання сечі вночі, погане відчуття в лежачій позиції може означати хронічний серцевий набряк із застоєм праці.

— Раптове тиснення в грудях без болів, але з відчуттям недостачі повітря, набряклі ноги, неспроможність дихати в лежачій позиції і в зв'язку з цим помітний неспокій — можуть вказувати на гостру неспроможність серця на базі раптового застою.

— Високий і нерегулярний пульс може означати хронічну або гостру фібриляцію серця, що раніше чи пізніше приведе до серцевого набряку. Швидкість пульсу може бути від 80 до навіть 140 ударів на хвилину, але ритм повністю загублений.

— Нерегулярний, але без підвищення пульс може означати т. зв. серцевий бльок, коли розладнуються електричні подразнення в передсерді, що в свою чергу може означати хронічне захворювання серцевого м'яза з ушкодженням нервових вузлів.

— Шуми в серці завжди означають ушкодження одного або кількох вентилів серця. Поважніше ушкодження викликає симптоми серцевого набряку в різні періоди життя людини. Треба знати, що бувають і такі шуми в серці, зокрема у дітей, які особливого значення не мають. Їх звуть функціональними шумами, і вони не вимагають лікування.

— Болі голови і запоморочення, які тривають постійно або появляються при напруженні, можуть сигналізувати високе тиснення крові. Вони можуть дещо ущужати при відпочинку, але не проходять після заживання звичайних домашніх засобів.

— Шум і відчуття тиснення в голові, шум у вухах, тиснення в грудях при рівночасному тисненні в голові можуть вказувати також на високий тиск крові.

— Тиснення крові, що переходить число 90 діастолічного (мінімального) тиснення і 140 систолічного (максимального), треба вважати за піднесене. Коли ж діастолічне переходить межу 110 — це треба вважати справжньою гіпертонією, яка вимагає посиленого лікування та контролі.

— Надмір ваги тіла завжди підсуває думку, що кількість холестеролу в крові може бути піднесена, що в свою чергу може привести до атеросклерози кров'яних судин, а з тим до захворювань серця, мозку, нирок та головних артерій. Нормальні межі холестеролу — 150 до 250 міліграмів на 100 куб. сантиметрів крові.

— Біль у ногах під час ходи, який спричиняє кульгання і кволість з болем у литці, вказує на хворобу артерій в ногах, Бюргерову недугу або іншу внаслідок сильної склерози судин.

— Надмірне терпіння ніг під час ходи або праці, а також під час продовженого сидіння, що дає одночасно відчуття холоду в ногах — також може означати захворювання артерій в ногах.

— Гострий біль у нозі із зачервонінням та набряком вказує на тромбофлебіт вени, зокрема при наявності жиляків. Боліти може ціла нога або лише її частина в опухлому місці. Особливо небезпечними є тромбофлебіти на внутрішній стороні ноги, які швидко поширюються вгору до пахвини. Це означає, що згусток крові може вже мандрувати венозною системою вище і згодом може перейти в легені.

— Гострий і раптовий біль у нозі без наявності жиляків і при цьому збліднення долішньої частини ноги можуть означати глибокий тромбофлебіт, але також вказувати на емболізм, що означає згусток крові, присланий серцем у ногу при деяких серцевих недугах. Емболізм не менше поважний, а часто далеко поважніший від тромбофлебіту, і може привести до втрати ноги.

Усі названі симптоми повинні завести кожну людину негайно до лікаря, особливо якщо ця людина є в процесі лікування такої чи іншої недуги.

IX. ХВОРОБИ ОРГАНІВ ДИХАННЯ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Органи дихання являють собою довгий шлях, яким проходить повітря іззовні аж до найменших клітин легень, де воно засвоюється кров'ю (деталі засвоєння див. розділ про кров).

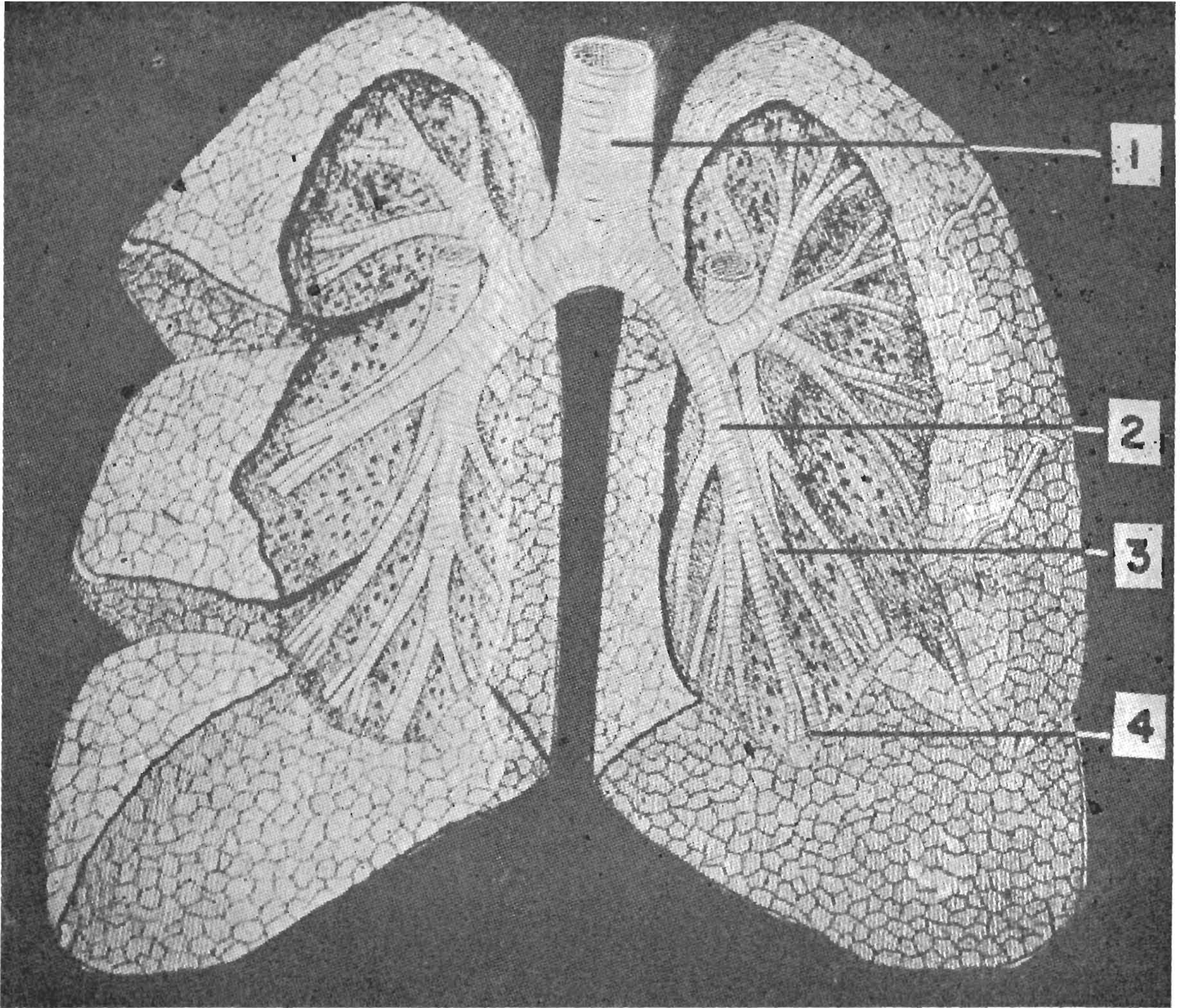
Процес дихання має постачати людському організмові кисень і відводити з нього двоокис вуглецю. Без відживлювання людський організм може існувати протягом тижнів, без води — протягом днів, але він не може вижити більше як кілька хвилин без кисню. Найпершими без кисню відмирають клітини мозку, а недостача кисню протягом 4-5 хвилин залишає в ньому непоправні ушкодження; без кисню втрачають свою пруживість та можливість скорочуватись м'язи, без нього серце перестає працювати.

Нормально людина дихає 18-20 разів на хвилину, а при напруженні і при підвищеній температурі це число відповідно збільшується. При нормальному диханні людина має у своєму тілі біля двох літрів кисню, і цього вистачає не більше, як на чотири хвилини, якщо доплив повітря припиняється. Інакше кажучи, людина нормально зуживає біля півлітра кисню на хвилину, що дає 720 літрів на добу. Під час праці, швидкої ходи, при підвищеній температурі ця кількість сильно підноситься.

Для втримування нормального життя та метаболізму всі без винятку органи і тканини тіла мусять мати постійний доплив кисню в достатній кількості. Коли, наприклад, внаслідок ненормального функціонування дихальних органів, кількість кисню в організмі спадає, в ньому, а передусім у вразливіших його органах відбуваються хворобливі зміни.

Органи дихання складаються з таких частин:

Ніс, який служить своєрідним рівноважником температури і вогкості повітря. Всередині він вкритий слизовою оболонкою, яка звогчує втягуване повітря, а також огріває його при низькій температурі. Ця оболонка також фільтрує повітря від пилу, диму, бактерій. Заглибини в носі служать резонаторами голосу. Це найкраще можна відчутти при сильній застуді, коли набряклий



Схематична картина легень: 1. трахея; 2. головні бронхи; 3. малі бронхи; 4. бронхіолі, найменші відгалуження бронхів, що безпосередньо сполучаються з дихальними тканинами легень.

всередині ніс змінює тембр голосу. Слизова оболонка носа має в собі закінчення нервових фібр, що служать нам для нюху.

Синуси або т. зв. бічні порожнини, яких є вісім, по чотири на кожній стороні, також вкриті слизовими оболонками, що є продовженням оболони носа. Синуси допомагають регулювати тиснення повітря в носі під час дихання і служать як резонатори голосу.

Гортань, яку іноді звать голосовою коробкою, містить у собі т. зв. голосові струни, правильніше кажучи — голосові оболони, що при видиханні повітря видають голос. Гортань є також місцем, звідки повітря переходить у легені і де механізм м'язів та оболон не дає пережованим жарчам попадати в легені, а скеровує їх у стравохід. Вище гортані, по обох боках горла лежать мигдалики.

Трахея — основна повітряна труба, що веде до легень. Вона поділяється на ліву і праву галузі, що переходять у менші про-

ходи, т. зв. бронхи. Завдання усіх цих повітряних проходів — уводити повітря та відводити з легень зужиті газові матеріяли. Вони також вкриті оболонками, які продукують слиз, що звогчує вдихуване повітря.

Легені — фактично, головний орган, де кисень засвоюється в кров. До легеневої тканини повітря доходить крізь бронхи, які щораз меншають, аж поки промір їх не доходить мікроскопічного розміру. Це — бронхіолі, що закінчуються малими мішечками легеневої тканини, крізь яку протікає кров і де зустрічається свіже повітря із червонокривцями. Тут червонокривці віддають двоокис вуглецю і забирають із собою кисень. Легені в перекрої виглядають як звичайна губка, насичена повітрям. Вони вкриті тонкою оболонкою і лежать у грудній клітці, яка зсередини також вкрита оболонкою. Обидві оболони вогкі, внаслідок чого редукується тертя легень із грудною кліткою, а між ними існує малий порожній простір із негативним атмосферним тисненням. Оболони ці звано плеврою.

Кожний із органів дихання може захворіти, зазнати інфекції, мати опухи і т. д. Недуг дихальних органів багато, але розглянемо ми лише ті, які зустрічаються частіше.

2. ЗВИЧАЙНА ЗАСТУДА

Звичайна застуда постає внаслідок сильного прохолодження тіла, а зокрема ніг, коли вони промокнуть при холодній погоді, протягів при розігрітому тілі, пиття холодних напоїв при потінні і т. д. Викликають недугу, правдоподібно, різного роду віруси.

Симптоми застуди проявляються по цілому тілі, але найбільше помітні вони на дихальних шляхах. Починається все болями суглобів та м'язів, невеличкою гарячкою, згодом побільшуються виділини з носа, появляються біль горла, легкий кашель. Температура підвищується до 101 ступеня Фаренгейта (38 ст. Ц.), але звичайно за 48 годин спадає, і за 2-3 дні людина стає працездатною.

Звичайна застуда без комплікацій в більшості випадків не вимагає лікарського втручання. Спокій в ліжку 24 години, уживання рідини у великій кількості, зокрема овочевих соків, молока та бульйонів — повністю вистачає, коли ще приймається аспірину або аспіринові препарати по одній-дві таблетки щочотири години. Проти кашлю допомагають відповідні препарати та сиропи, що продаються в аптеках без рецепти. Підкреслимо, що уживання

рідини у великій кількості необхідне, бо при підвищеній температурі тіло втрачає багато води через потіння та посилене дихання, і цю недостачу треба покривати, щоб зберегти його від дегідратції, яка може сильно ослабити хворого.

При застуді слизові оболони носа, а також синуси, гортань та горішні провідники повітря запухають, починають виділювати надмір слизу, стають дразливими. Якщо занедбати такий стан, застуда може перейти в гострий бронхіт, гнійне запалення гляндр, абсцеси у синусах, навіть у запалення легень. Першими ознаками ускладнення застуди є сильніший та болючіший кашель, біль горла і піднесення температури, яка не спадає протягом 24-48 годин. У таких випадках треба вживати антибіотики, що їх може приписати лише лікар.

Лікуючи скомпліковану застуду приписаними медикаментами, необхідно дотримуватися основних правил: спокій в ліжку, поки температура піднесена, аспірина або інші препарати проти гарячки та болів і уживання рідини, як згадано вище. Овочеві соки найкращі, бо вони дають певну кількість калорій, а крім цього постачають вітаміни. Зокрема дуже корисний при лікуванні застуди вітамін „С”, бо він добре впливає на загальний стан застудженого організму та на слизові оболони дихальних шляхів, коли вони у стані запалення. Його можна приймати в таблетках по 300-600 міліграмів денно. Назагал лікувальні заходи подібні до тих, що їх описано в розділі про інфлюенцу.

3. ЗАПАЛЕННЯ МИГДАЛИКІВ

Глянди або мигдалики — це два органи, що лежать у задній частині горла при корені язика і являють собою вузли лімфатичної тканини. Функції їх не повністю вивчені, але стверджено, що вони охороняють горло від інвазії бактерій, поглинаючи їх при вдиханні.

Глянди добре видно по обох боках горла у дітей та осіб в молодому віці, але в людей середнього віку вони зменшуються вже до такої міри, що їх часто важко помітити. Інша пара мигдаликів, т. зв. аденоїди, які лежать при задній частині носа, зникають уже в дітей старшого віку.

Найчастіші недуги гляндр — це гострі та хронічні запалення, які часто приводять до ускладнень. Запалення трапляються переважно в дитячому та молодому віці.

Звичайно запалення гляндр виникає внаслідок зараження їх різного роду гнійними бактеріями (див. розділ про інфекційні хвороби). Процес іноді затримується в самих гляндах, а часами перекидається на ціле горло, бронхи та цілий організм. Найпозажніша форма інфекції постає внаслідок інвазії стрептококів, що може викликати ревматичну гарячку (див. розділ про цю хворобу), а вслід за цим хворобу серця, нирок і т. д.

Починається запалення від звичайної застуди, пиття холодних напоїв при потінні, загальної втрати відпорности до інфекцій при анемічному стані, але деякі бактерії, як, наприклад, стрептококи, можуть бути перенесені від дитини до дитини.

Протягом першого дня після інфекції появляються гарячка і біль горла, апетит затрачується. За наступних 24 години температура підноситься до 103-104 Фаренгайта (39-40 ст. Ц.) і вище, починаються дріжжі, болі по цілому тілі, горло сильно болить, а в дітей часто появляються блювання. Мигдалики сильно запухають, вкриваються гнійним ексудатом, а лімфатичні вузли по обох боках шиї також запухають. Часто процес переходить на середнє вухо, гортань, бронхи, і тоді починається хрипка, кашель, біль у вусі. Коли притиснути язик ложкою, то по обох боках горла можна бачити великі, зачервонілі гляндрі, що мають на собі гнійні ядра у вигляді жовтого або білого ексудату.

При гострому запаленні мигдаликів звичайно рекомендується хворому, як і при застуді або інфлюенці: ліжко, аспірина, рідина у великій кількості і т. д., але при цій хворобі лікарська опіка — необхідна. Гострого запалення ні слід ігнорувати, бо воно може стати джерелом ревматичної гарячки, а також хронічного запалення гляндр, гнійного запалення вуха, хронічного бронхіту, абсцесу горла.

Лікують цю інфекцію модерними антибіотиками, часто пеніциліною. Час лікування триває звичайно кілька днів. Іноді лікар може зарядити культуру бактерій з горла, щоб вияснити наявність стрептококової інфекції. В такому разі лікування може тривати 10 і більше днів.

Хронічне запалення також вимагає лікарської опіки, хоч часто воно не виявляється в гострій формі. Звичайно мигдалики тоді запухлі, на шиї лімфатичні вузли побільшені, дитина втрачає апетит, часто кашляє та застуджується, вага її спадає. Гарячка появляється лише час від часу, але вона не висока. Такий стан часто приводить до гострого рецидиву гнійного запалення. Хронічне запалення вимагає посиленого лікування, іноді хірургічного видалення мигдаликів.

4. ЗАПАЛЕННЯ ГОРТАНІ

Запалення гортані, яке також називають лярингітом, — це наслідок інфекції голосової коробки, яка часто дає симптоми, подібні до симптомів при звичайній застуді. Тут лише хрипка та кашель мають перевагу, і горло при ковтанні або при обмацуванні шиї болить дещо менше.

Запалення гортані майже як правило буває від застуди, може бути вірусового або бактерійного характеру. Температура підноситься не високо, болів по тілі менше, але сильно докучає хрипка. Комплікації при цій недусі рідкі, хоч у дітей, а особливо немовлят, вона може навіть привести до раптової смерті. Механізм тут такий: голосові оболони та ціла гортань так сильно напухають, що прохід у ній майже повністю замикається, що й приводить до дуже небезпечного стану.

Лікування триває звичайно кілька днів і подібне, як при застуді або запаленні горла. Хворому рекомендується якнайменше говорити і уникати холодних напоїв. Полоскання горла звичайно дещо помагає. Для цього можна вживати відповідний препарат з аптеки або теплу воду з сіллю, беручи приблизно чайну ложечку соли на склянку води. Коли гарячка тримається і хрипка супроводиться кашлем — треба шукати лікарської допомоги.

У дітей, особливо немовлят, коли появляється хрипка з кашлем і гарячкою — лікування домашніми засобами не рекомендується, необхідно кликати лікаря, бо запалення може перейти у т. зв. круп, себто замкнення гортані набряком.

5. БРОНХІТ

Бронхіт — це запалення шляхів допливу повітря до легень. Основий його симптом — кашель. Ступінь напруги кашлю часто й є мірилом серйозности бронхіту. Як і всяка недуга, бронхіт може бути гострим або хронічним.

При гострому бронхіті звичайно мається діло з бактерією або вірусом, який дістається до бронхів і там осідає на їх стінках, витворюючи запальний процес, набряк та посилюючи виділювання слизу-харкотини. Бронхи, що в здоровому стані виділяють малу кількість харкотини, при запаленні продукують їх багато, часто дуже густих. Це якраз той слиз, який може замикати малі бронхи і тим викликати ще сильніші спонуки до кашлю: легені, стараючись видалити надмір флегми з бронхів, „видувають” її. Очевидно, коли бронхи сильно запалені, вони під час кашлю болять

і не так сильно розширюються, щоб викинути надмір флегми. А це проволікає процес видужування. При гострому бронхіті харкотини мають звичайно жовтаве, гнійне забарвлення, бо вони пересичені бактеріями та гнійними клітинами.

Як і при застуді, бронхіт починається раптово, часто з гарячкою і кашлем, який викликає біль у грудях, особливо в передній їх частині. Нелікований бронхіт може привести до запалення легень, хронічного хворобливого стану в бронхах, абсцесів і т. д.

Домашнє лікування таке саме, як і при застуді, але, як правило, лікарська допомога антибіотиками потрібна, хібащо стан не важкий. В додатку до загальних заходів треба вживати сиропи, бо вони не лише заспокоюють кашель, але також розводнюють флегму і тим допомагають викашлювати її з меншим напруженням. Вогкість повітря, зокрема зимою у перегрітих хатах, багато допомагає, і її можна підносити апаратом для випаровування води або для розпорощування холодної води. Звичайно вважається, що при лікуванні бронхіту розпорощувач холодної

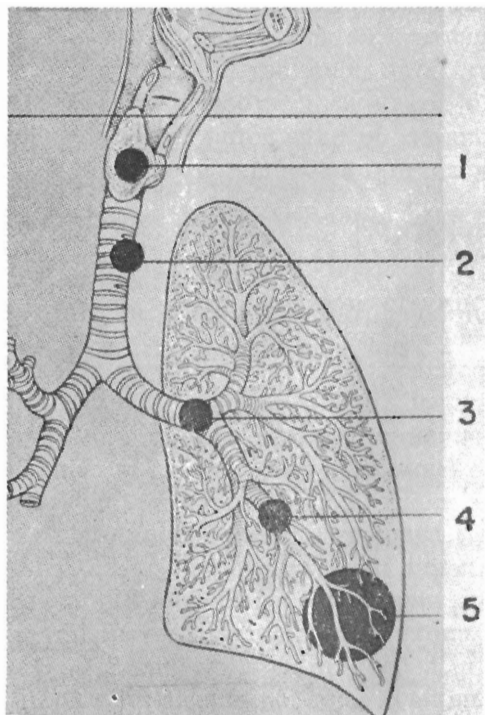


Схема різних можливостей при наявності хронічного кашлю або утрудненого дихання: 1. Пухлина щитовидної залози, що натискає на горішню частину трахеї; 2. Хронічний бронхіт; 3. Пістряк легень; 4. Бронхіальна астма; 5. Емфізема.

води кращий, як пара, бо мікроскопічні частинки води, попадаючи в легені, розчиняють слиз, який забиває бронхіальні проходи, і його тоді легше викашляти.

Лікування гарячим чаєм з ягодами, гарячим молоком із медом або товщем завжди допомагає, викликаючи у хворого потіння, посилюючи у ньому кровообіг, а також підносячи вогкість у бронхах. Очевидно, такий спосіб не нищить бактерій, і, коли гарячка та болючий кашель тримаються більше як 48 годин, треба звернутися до лікаря, щоб запобігти комплікаціям, включно з запаленням легень.

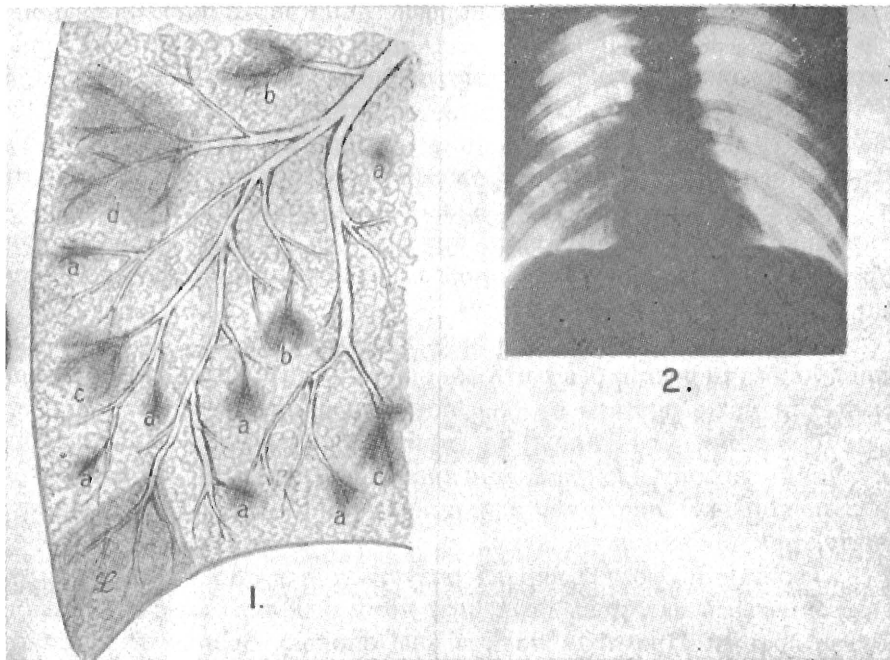
Хронічний бронхіт — це вже інша картина. Це — хронічний кашель без інфекції, без раптової застуди чи подразнення бактеріями. Він може постати на базі повторюваних і нелікованих гострих бронхітів, але також на іншій базі: внаслідок посиленого курення тютюну, зокрема цигарок, перебування в приміщенні з занечищеним повітрям, вдихання хемікалій або індустріального пилу, при бронхіальній астмі.

Хронічний бронхіт характеризується тим, що хворий кашляє потрохи весь час, день і ніч, при чому особливо важкий кашель буває зранку. Протягом ночі, в часі спокою, бронхи назбирають надмірну кількість флегми, і вранці хворому тяжко її викашляти, бо вона густа, тягуча і міцно тримається стінок бронхів. Тож хворий посилено кашляє іноді годину-дві, аж поки не позбудеться надміру флегми.

Хронічний бронхіт часто може привести до поважної недуги легень — емфіземи (див. розділ про емфізему). Лікування її затяжне і ніколи не буде успішним, якщо не усунути причини: курення тютюну, занечищеного повітря, повторюваних інфекцій і т. д.

6. ЗАПАЛЕННЯ ЛЕГЕНЬ

Це здебільша наслідок бактерійної інфекції, рідше вірусової, яка захоплює вже глибші простори легень, викликаючи процес у самих дихальних мішечках легеневої тканини. Внаслідок інфекції, яка може захопити лише кусень легені або значну її частину, іноді навіть по обох боках, дихальні мішечки наповнюються важкою рідиною, кров'ю та гнійними продуктами, і в цій частині легень усякі функції дихання припиняються. Таке запалення легень постає або самостійно, або внаслідок недопильованої застуди. Деякі форми запалення можуть переноситись з людини на людину.



1. Схема вірусового запалення легень, при якому окремі малі бронхи і тканина біля них набрякають, замикаючи доступ повітря до тих частин.
2. Рентгенівська знімка легень, що виявляє таке запалення правої легені, як це подано на схемі ч. 1.

Починається процес звичайно високою гарячкою, болючим кашлем, дрожем, болями цілого тіла, особливо болями в запаленій частині грудей. Дихання утруднюється, відчуються болі при вдихуванні повітря. Протягом дня або двох починає відходити з кашлем флегма, що має в собі кров'яні „нитки” або кров'яне забарвлення. Температура підноситься до 103-104 ступенів Фаренгейта (39-40 Ц.), людина помітно ослаблюється, виглядає недугою. Апетит затрачується, а в дітей починається блювання.

Викликати запалення легень можуть різного роду бактерії або бацилі. На щастя, кожна бактерія може бути тепер знищена антибіотиками, і тому запалення легень не така тяжка недуга, як була колись. Вона звичайно триває 5-10 днів, рідко вимагає лікування в шпиталі, хіба у випадках ускладнення в дітей, в осіб старшого віку або при наявності у хворого іншої недуги.

При перших же ознаках запалення легень ігнорувати його ніяк не можна, і треба негайно шукати лікарської допомоги. За-

давнене запалення може не тільки вимагати довгого лікування, але й привести до ряду ускладнень, включно з абсцесом у легенях.

Опіка хворим вдома приблизно покривається з опікою при застуді або інфлюенці; іноді лікар може дати окремі поради.

7. ЕМФІЗЕМА

Хвороба ця може бути місцевою, уражаючи лише якусь частину легень, але може також захопити весь простір легень. Вона може появитись у гострій формі, але в більшості випадків — це хронічна недуга. Суть її в тому, що, внаслідок великої напруги легень, дихальні мішечки легеневої тканини сильно роздуваються, створюючи міхурці, і тканина легень втрачає свою звичайну еластичність. Наслідком цього легені весь час переповнені зужитим повітрям, роздуті міхурці неспроможні набирати в себе свіже повітря, і постає недостача кисню. Якщо нормально кров насичена киснем на 96-98%, то при емфіземі це насичення спадає до 80% і навіть 65%, що, звичайно, витворює „голод” на кисень. У той же час двоокис вуглецю в крові підноситься поза межі нормального, і тому шкіра та слизові оболонки хворого на емфізему часто мають синювате забарвлення.

Причини емфіземи — астма, хронічний бронхіт, ушкодження легень трійливими газами, індустрійними випарами, вдиханням диму і т. д. У курців цигарок, які хронічно кашляють, доволі часто витворюється емфізема легень.

Задуха, утруднене дихання, зокрема при напруженні, хронічний кашель з густою, клейкою і жовтавою флегмою у відсутності застуди — основні симптоми емфіземи. При розвиненій емфіземі дихання в такій мірі утруднюється, що людині важко ходити й взагалі виконувати нормальні життєві функції, і вона мусить часто сідати та відпочивати, щоб „видихатись”. При диханні, зокрема ж при видиханні повітря, в грудях чути свисти. Власне акт видихання повітря продовжується, бо важко роздутими легеньями витиснути з легень зужите повітря. Отож, не позбувшись усього зужитого повітря, хворий не може набрати в легені достатню кількість повітря.

Хронічна емфізема може привести до ряду ускладнень в легенях, обнизити якість крові, а з тим і постачання кисню до всіх органів тіла, спричинити деякі захворювання серця, а також сприяти серцевим ударам, серцевим вадам і т. д. Емфізема, як чравило, сприяє усяким інфекціям легень включно з їх запаленнями, що мають нахил повторюватись.

Профілактика емфіземи — позбутися хронічного бронхіту, хронічного кашлю, уникати на праці випарів, газів і т. д., а для курців — негайно залишити курення цигарок. Лікування вже розвиненої емфіземи затяжне і вимагає терпеливості від лікаря й пацієнта. Раз емфізема вже розвинулась — її позбутись неможливо, але можна запобігти ускладненням.

8. БРОНХІЯЛЬНА АСТМА

Хоч і ця недуга відбивається своїми симптомами на легенях, зараховують її до алергічних, і деталі її описано в розділі про алергічні недуги.

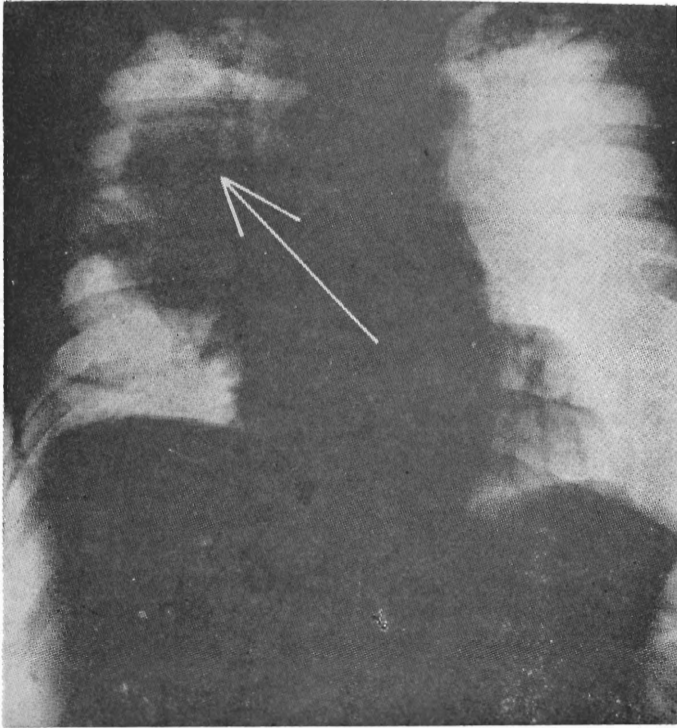
9. ПІСТРЯК ЛЕГЕНЬ

Рак легень виступає в кількох формах, і всі вони однаково небезпечні. На жаль, часто буває так, що до часу аж рак у легенях розвинеться, він не дає про себе знати, а коли вже виявляються симптоми, то лікувати його запізно. В сьогоdnішніх часах рак легень — це убивник число один серед інших пістряків. Він особливо поширився із збільшенням курення цигарок, занечищення повітря індустрийними відпадками та випарами, хоч можуть існувати й інші, невідомі причини, включно з спадковими нахилами.

Звичайно майже всі пацієнти із пістряком легень мають у своїй історії хронічний кашель з великою продукцією флегми. Майже всі мають нахил до задухи, а у половини з них при кашлі появлялась у флегмі мала кількість крові. Біль у якійсь частині грудей буває лише у приблизно половини людей з цим раком, але характерною для всіх є втрата ваги.

Звичайними оглядинами неможливо встановити діагнози, для цього необхідно робити рентген легень. Проте, іноді і це не дає повної картини хвороби. Тоді роблять т. зв. бронхоскопію, себто обслідування з поміччю спеціального апарата, який вводиться в легені.

Лікування майже завжди операційне, рідко радіацією рентгеном або радіоактивним кобальтом, часами комбінацією одного й другого. Деякі роди пістряка добре реагують на радіацію, але деякі зовсім не реагують, і тоді операційний спосіб — єдиний рятунок для людини, якщо пістряк ще не великий і уражену ним частину легені можна повністю вирізати. Це, на жаль, буває доволі рідко, бо звичайно по лікарську допомогу звертаються вже із симптомами розповсюдженого пістряка.



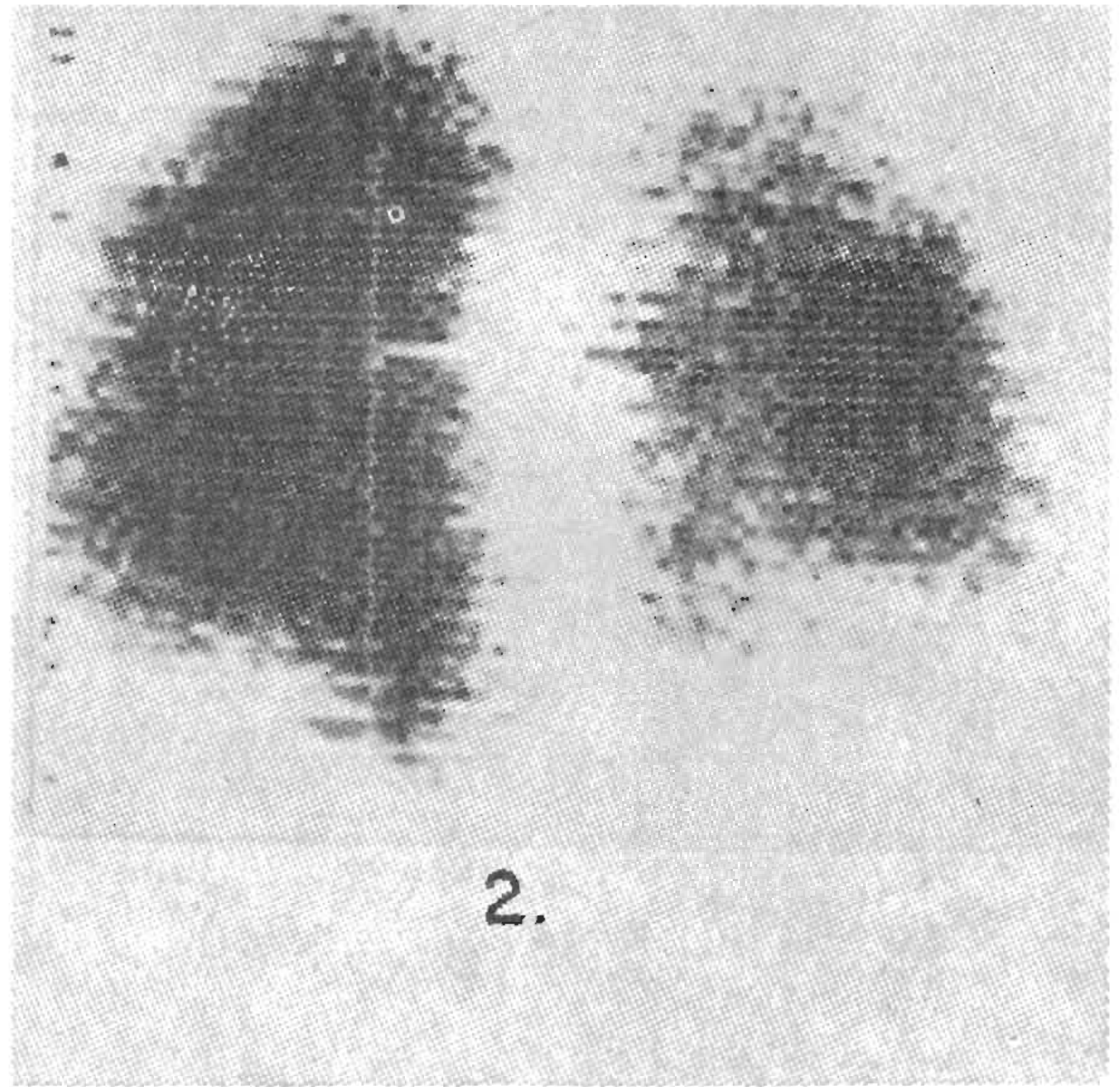
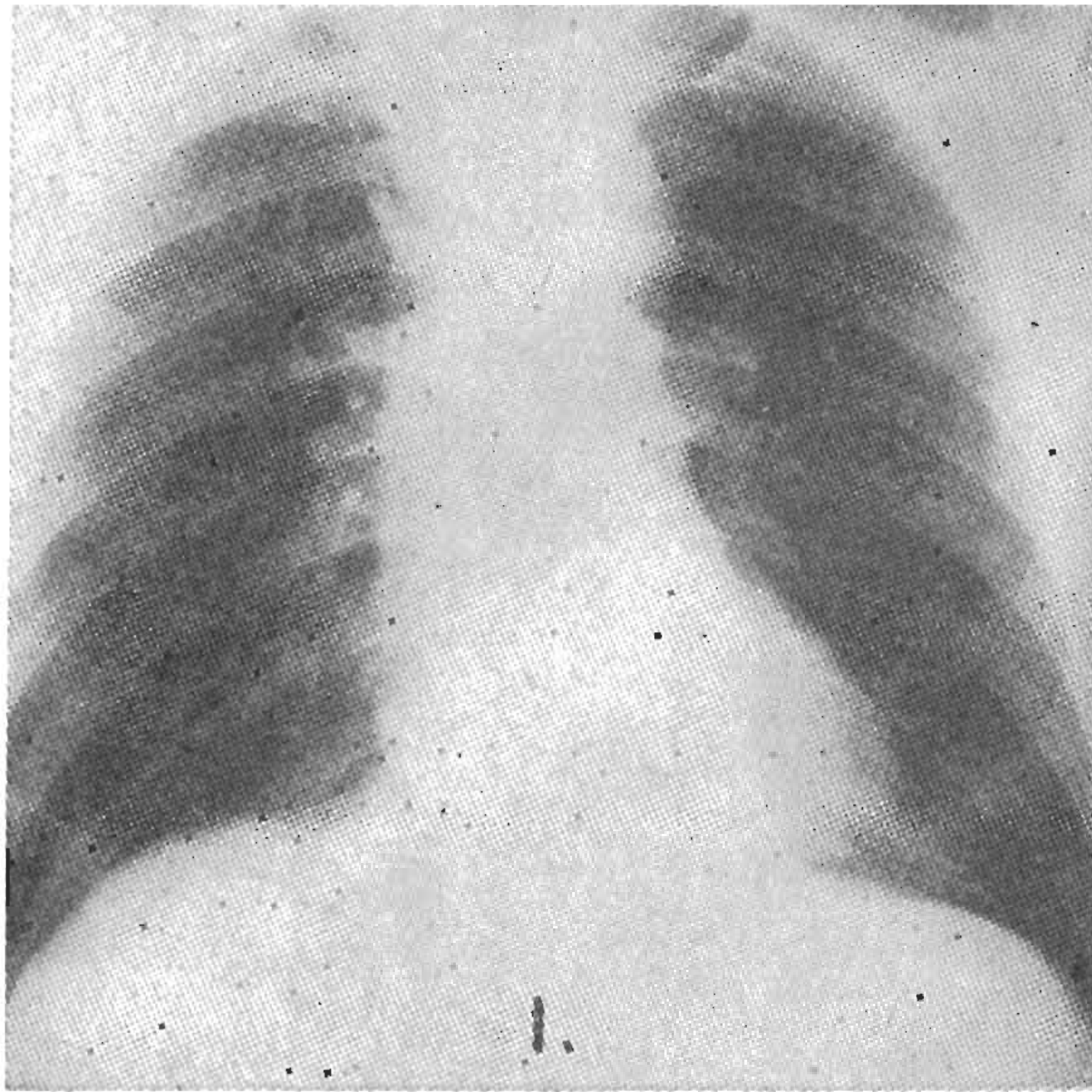
Рентгенівська знімка легень з пістряком правої легені. Стрілка показує пістрякове затемнення. Цей пістряк — за давнини. Часта перевірка легень рентгеном може викрити недугу раніше, даючи можливість успішного лікування.

Профілактики проти цього особливої нема, головне уникати диму та випарів, не курити тютюну і якнайбільше заживати свіжого повітря. Щоб хворобу не за давнини, необхідно робити рентген легень кожного року, зокрема ж тим особам, які курять або дихають занечищеним повітрям. Рання діагноза — це часто єдиний рятунок (див. схему в розділі про пістряка).

10. ВАЖЛИВІ СИМПТОМИ

Серед симптомів хвороб дихальних органів, які повинні звернути на себе увагу, треба вичислити такі:

— Болючий кашель з підвищеною температурою або, коли він продовжується й після обниження температури, може означати



Нові методи діагностики допомагають у виявленні недуг: 1. Рентгенівська знімка легень з наглими болями у лівій частині не розкриває причини болю; знімка нормальна; 2. радіоактивне дослідження тих самих легень виявляє, що частина лівої легені вже не діє — це означає замкнення одної з легневих артерій згустком крові, що примандрував з іншої частини тіла, найчастіше з жилаків на ногах; явище це називається емболізмом легені.

запалення бронхів і трахеї — гострий бронхіт. Виділення флегми спочатку мале, згодом більше.

— Хронічний кашель без застуди майже завжди означає хронічний бронхіт. Виділення флегми незначне.

— Хронічний кашель із гострими атаками зранку завжди означає хронічний бронхіт внаслідок курення цигарок, вдихання занечищеного повітря і т. д.

— Болі горла з гнійними процесами на гляндах, що супроводяться гарячкою, — познака стрептокової інфекції, яка може пошкодити організм включно з витворенням ревматичної гарячки.

— Хрипка з гарячкою — познака гострого запалення гортані, що може перейти у скомплікований лярингіт. Хрипка без гарячки може означати хронічний лярингіт, але також інші процеси на голосових оболонках, включно з туберкульозом оболонок, алергічних вузлів, новоутворами, які також можуть бути раковидними.

— Гострий, болючий кашель з виділенням забарвленої кров'ю флегми може означати початок запалення легень. Звичайно такий кашель супроводиться гарячкою.

— Хронічний кашель, іноді з виділенням флегми із кров'яним забарвленням може означати пістряка легень, туберкульозу або іншу поважну недугу легень.

— Задуха з кашлем без гарячки, зокрема важкий віддих при напруженні можуть означати емфізему.

— Болі в частині грудей, які підсилюються при глибокому віддихові або кашлі, можуть означати запалення легень або запалення плеври, т. зв. плеврит, зокрема, коли вони супроводяться гарячкою. Болі без гарячки не виключають плевриту.

— Кашель, що появляється у дітей, а особливо немовлят спазгострий інфекційний процес у легенях.

— Кашель без гарячки з виділенням великої кількості гнійної, жовтої флегми означає хронічний інфекційний процес в легенях.

— Кашель, що появляється у дітей, а особливо немовлят спазматичними нападами, утруднюючи дихання, майже завжди означає гостре запалення гортані і трахеї, т. зв. круп. Такий стан вимагає негайної консультації з лікарем, бо він може довести до поважних комплікацій. Круп — один із найчастіших убивників дітей і немовлят.

Х. ХВОРОБИ ОРГАНІВ ТРАВЛЕННЯ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Людський організм часто називають складною хемічною лабораторією, яка перетворює речовини з одного виду в інший, за своєю необхідні харчі і шляхом метаболічного процесу перетворює поживний матеріал в енергію. Цей складний процес відбувається з участю гормонів, ферментів, вітамінів і кисню, але його основний початок — це спроможність травлення.

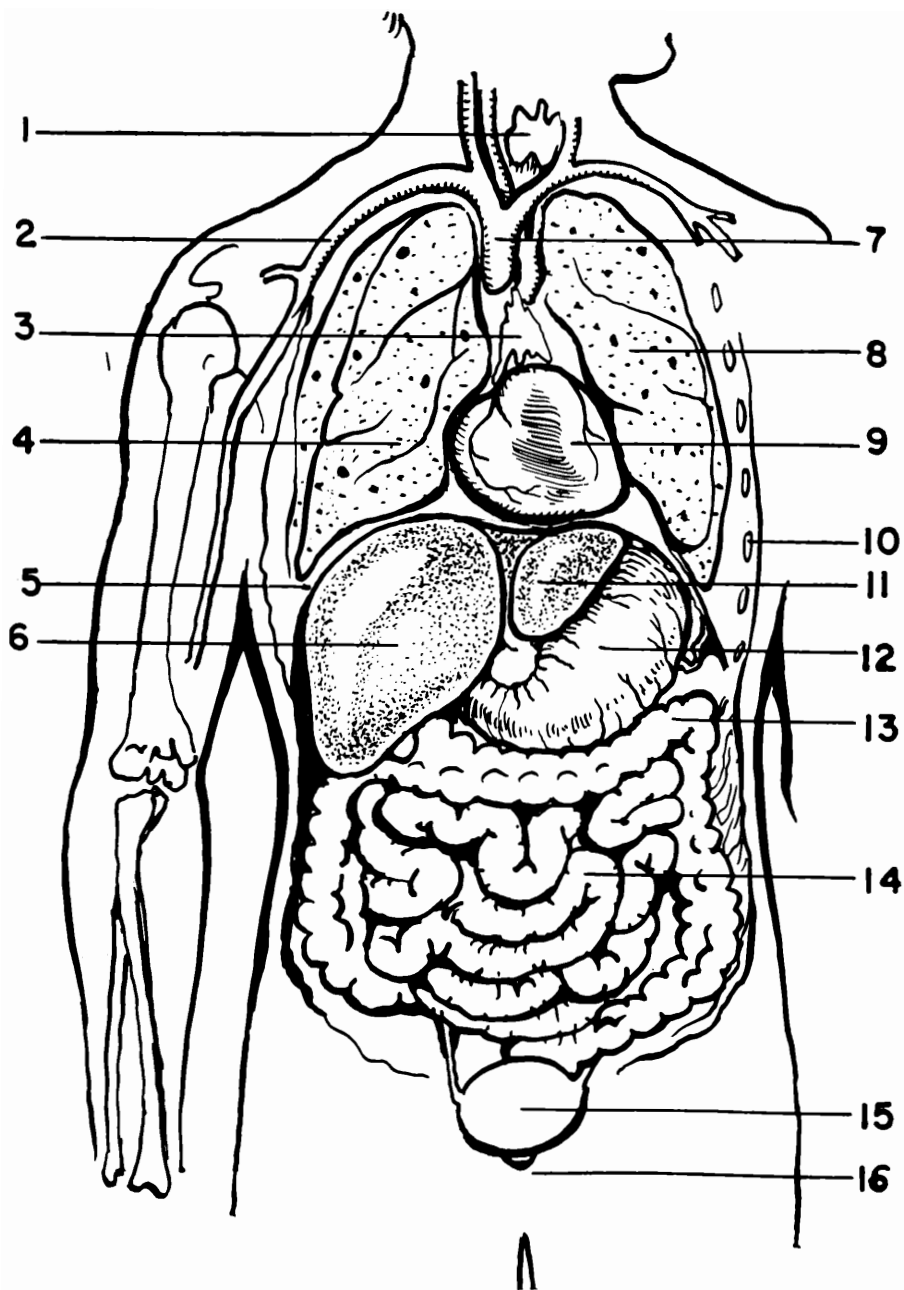
Процес травлення відбувається в роті, шлунку і тонкій кишці, при чому печінка й підшлункова залоза відіграють велику допоміжну роль. Груба та пряма кишка служать лише як резервуар для відпадків перетравлених речовин і механізм, що ті відпадки видаляє.

Рот і зуби — перша „машина” в лабораторії травлення: вони січуть, кришать та перемелюють поживу на дрібні кусники, перемішують їх із слиною, підготовляючи для легшого ковтання та травлення.

Уже сама слина виконує важливі функції, маючи в собі ферменти, які розкладають крохмаль на дрібніші групи цукрів, отже починає фактичне травлення. Крім цього слина чистить зуби, охороняє їх від інфекції, звогчує пережовувані харчі. Продукується вона трьома парами слинних залоз по обох боках рота.

Пережовані харчі йдуть стравоходом до шлунка. Рух харчів у стравоході здійснюється завдяки т. зв. перистальтиці — хробакоподібному, хвилястому рухові стравохода. Цією самою перистальтикою харчі пересуваються в шлунку та кишках. Рух цей відбувається автоматично з поміччю т. зв. автономної або вегетативної нервової системи, яка діє поза людською свідомістю.

Шлунок — це вже більший орган, вистелений грубою слизовою оболоню. Його слизова оболоня має кругло 35 мільйонів дрібненьких залоз, які продукують соляну кислоту та ряд ферментів, що розкладають харчі на дрібніші речовини, щоб їх потім організм міг прийняти в кров. І так, наприклад, соляна кислота важлива при травленні білка, фермент ренін — при готуванні молочних продуктів для травлення, фермент ліпаза — розкладає



Загальна топографічна анатомія грудей і черева: 1. Щитовидна залоза; 2. Підключична артерія; 3. Вилочкова залоза; 4. Права легеня; 5. Діафрагма; 6. Права частина печінки; 7. Дуга аорти; 8. Ліва легеня; 9. Серце; 10. Перекрої ребер; 11. Ліва частина печінки; 12. Шлунок; 13. Ободова частина грубої кишки; 14. Тонка кишка; 15. Сечовий міхур; 16. Відхід прямої кишки.

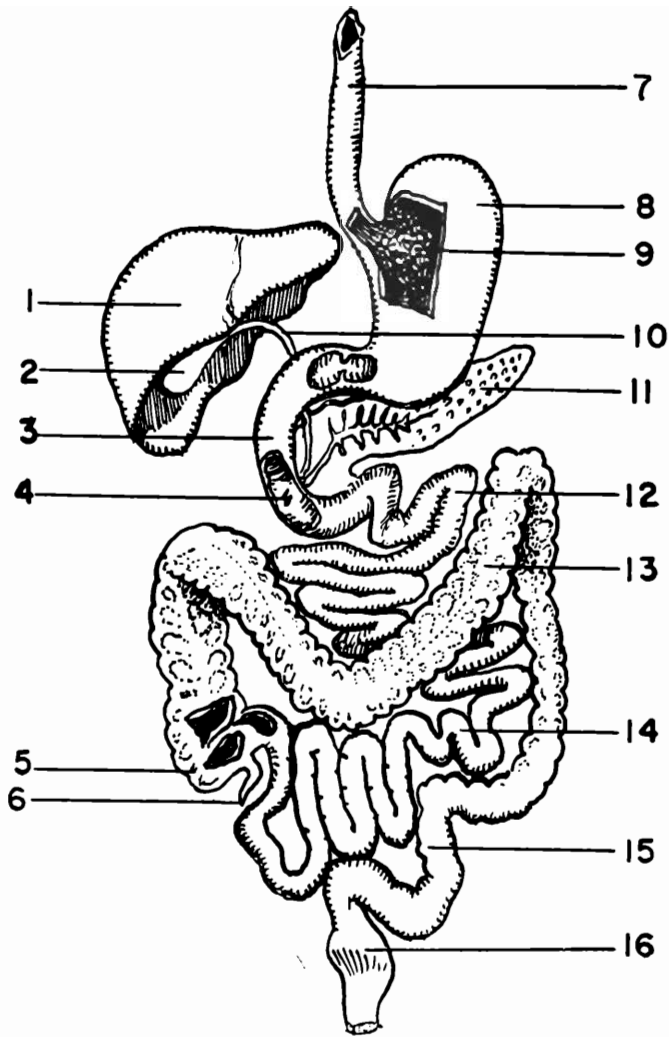


Схема органів травлення за винятком рота. 1. Печінка; 2. Жовчевий міхур; 3. Дванадцятипала кишка; 4. Спільний отвір проток жовчі і соків підшлункової залози, що вливаються у дванадцятипалу кишку; 5. Сліпа кишка; 6. Апендикс — хробаковидний виросток сліпої кишки; 7. Стравохід; 8. Шлунок; 9. Слизова оболонка шлунка; 10. Жовчева протока; 11. Підшлункова залоза; 12. Порожня кишка — горішня частина тонкої кишки; 13. Ободова кишка — більша частина грубої кишки; 14. Клубова кишка — долішня частина тонкої кишки; 15. Сигмоподібна кишка — ліва частина грубої кишки; 16. Пряма кишка.

деякі товщі, фермент пепсин — важливий при травленні білків та молока і т. д. Час травлення у шлунку — від трьох до п'яти годин. Найшвидше травляться вуглеводани і найдовше товщі.

Шлунок пересилає харчі в тонку кишку, довжина якої становить приблизно 20 стіп (6 до 7 метрів). Першою і дуже важливою частиною тонкої кишки є кусень у формі підкови, який лежить навколо голови підшлункової залози і який звемо дванадцятипалою кишкою. Тут до харчів додається ряд нових ферментів для травлення, і сюди також проходять своїми окремими протоками рідини з підшлункової залози і жовч із печінки. Тут відбувається дальший дуже важливий процес травлення: ферменти із підшлункової залози розкладають білковини на амінокислоти, великі молекули цукру — на простіші форми цукрів, товщі — на товщеві кислоти і т. д. Тут також жовч допомагає у переробленні товщів в емульсію і регулює кислотність усієї маси травлених харчів.

У тонкій кишці, куди переходить перетравлена їжа, вона засвоюється: слизова оболонка цієї кишки абсорбує потрібні для організму речовини із приготованого травленням харчу. Залози цієї оболони вибирають усі потрібні складники, передають їх у лімфатичну систему, і згодом це все переходить у кров. Кров у свою чергу розносить харчі по всіх органах та тканинах, а їх надмір, який не спалюється в енергію, відкладає у товщі.

Нарешті, відпадки харчів переходять у грубу (товсту) кишку, яка має 5-6 стіп довжини. У цій кишці відпадки накопичуються, переходять ферментацію, віддають в організм надмір води і згодом у згущеній формі дістаються у пряму кишку, з якої виходять назвні під час акту виділення шлунково-кишкових відпадків. Тонка і груба кишки сполучаються по правому боці долішньої частини живота, витворюючи невелику заглибину грубої кишки, яку звемо сліпою кишкою, що має на собі хробаковидний на 5-8 сантиметрів довжини виросток — апендикс. Цей виросток в доісторичні часи був, правдоподібно, частиною великої сліпої кишки і служив резервуаром для недотравлених речовин. З часом, коли людина, крім рослин, почала споживати також м'ясо, цей резервуар став непотрібним і протягом мільйонів років здегенерувався на малий, непотрібний рудимент. Згадуємо це для того, щоб було яснішим, що при оперативному видаленні цього виростка сліпої кишки людині не стається ніякої шкоди.

Починаючи від рота, крізь стравохід, шлунок, печінку, підшлункову залозу аж до прямої кишки можуть відбуватись хворобливі процеси травлення, можуть хворіти окремі органи травлення й ціла система. Серед цих хворобливих виявів згадаємо основні.

2. ПУХЛИНИ (НОВОТВОРИ)

Пухлини або опухи, себто новотвори — доброякісні або злоякісні — часто появляються на органах травлення, починаючи від рота і кінчаючи на прямій та вихідній кишці.

У роті часто відбуваються запальні процеси, які викликають малі ранки-виразки та міхуроподібні пухлини. Більшість із них — доброякісні, хоч і можуть бути дуже надокучливими. Звичайно доброякісна ранка загоюється протягом кількох днів, коли вживати відповідного полоскання, навіть коли промивати рот водою із сіллю, беручи одну ложечку соли на склянку теплої води. На яснах такі ранки часто зв'язані з дентистичною проблематикою, хоч можуть бути й наслідком інфекції. Вони майже ніколи не переходять у рак. На слизовій оболоні рота та на язиці також бувають ранки внаслідок інфекції чи подразнення, які мають нахил ставати раковидними, якщо не гояться протягом тижня-двох. Також на устах ранки та виразки, які не гояться протягом двох-трьох тижнів, необхідно перевірити в лікаря.

У стравоході рідко-коли витворюються опухи, але вони майже завжди раковидні. Основні симптоми новотвору у стравоході — трудність у ковтанні, біль у грудях та повертання харчів зразу ж після їх споживання.

Пістряк шлунка був свого часу дуже частим захворюванням, але останніми двома десятиліттями в багатьох країнах, включно з Америкою, він сильно спадає в числі. Причини цього явища ще не відомі, але припускають, що сприяють цьому краща гігієна харчів, особливо зернових культур, та менше споживання вуджених харчів. Пістряк шлунка може постати сам по собі або із шлункової виразки, яка не гоїться протягом 5-6 тижнів. Статистика виказує, що близько 10% негосних виразок переходять у пістряк. Основні симптоми — болі в шлунку, нестравність, нудота, повний брак апетиту, особлива нехоть до м'яса, а в іншому, як при виразці (див. розділ про шлункові виразки).

У тонкій кишці, включно з дванадцятипалою кишкою раковидні пухлини витворюються дуже рідко. На жаль, попередження, за малими винятками при специфічних новотворах, вони майже ніколи не дають, аж поки не приходить до обструкції кишок із гострим захворюванням. Єдиним показником іноді може бути наявність крові у шлункових виділинах та зв'язана з цим прогресивна анемія.

Найчастіше з усіх органів травлення вражає пістряк грубу кишку. На щастя, його лікування дуже успішне, якщо, очевидно,

недугу викрито в самих початках. Основні симптоми раковидних процесів у грубій кишці — кров у шлункових виділинах, нерегулярність у виділюваннях, яка характеризується тим, що сильні затвердіння чергуються із розвільненням без уживання розвільнюючих засобів. Поява крові у шлункових виділинах або чорні, мов смола, виділини — певні ознаки пістряка кишки, якщо не виявлено інших причин кривавлення (див. розділ про шлункові кровотечі).

Пістряк печінки — рідка недуга, але пістряк жовчевого міхурця — часта при наявності жовчевих камінців. Статистичні дані говорять, що при наявності жовчевого каміння рак міхурця доходить до 5%. Симптоми — див. розділ про жовчеве каміння.

Пістряк підшлункової залози буває частіше, як звичайно думають. Хірургічне видалення його дуже важке, а то й неможливе, а радіація також не дає бажаних наслідків. Втрата апетиту, болі після споживання їжі особливо з білками й товщами, які без причини розходяться від середини верхньої частини живота в ліву сторону, прогресивна анемія, втрата ваги, а в заавансованих випадках жовтяниця — це основні симптоми раковидного захворювання підшлункової залози.

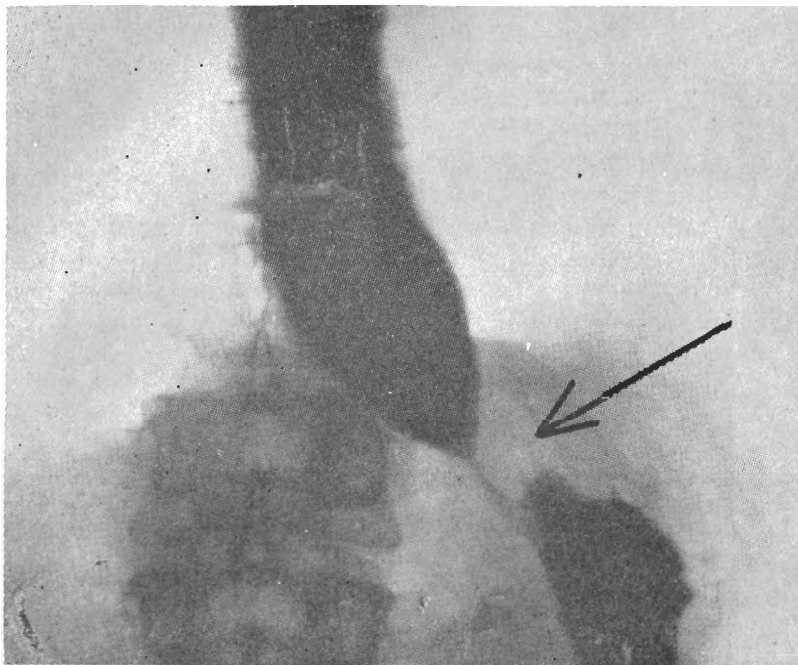
3. ХВОРОБИ СТРАВОХОДУ

До недуг стравоходу належать передусім: запальний процес внаслідок переходу до нього шлункових кислот, подразнення хемічними речовинами або попаренням, формування на його стінці заглибин аж до капшучків та хворобливе, спазматичне звуження кінця стравоходу, яке в свою чергу приводить до надмірного роздуття його верхньої частини; це явище називаємо ахалазією стравоходу.

Функція стравоходу — лише переводити харчі у шлунок. Сам шлунок лежить у животі, а стравохід — у грудях, і розділює їх діафрагма. Іноді отвір у діафрагмі стає завеликий, кусень шлунка проривається в груди, і шлункові соки легко переходять у стравохід. Це сильно подразнює стравохід, бо слизова оболонка його не зносить кислот, і тоді витворюється запальний стан. Також запалення постає внаслідок попарення гарячою стравою, хемічними речовинами і т. д. В такому випадку хворий відчуває болі при ковтанні, особливо при споживанні гострих приправ, в грудях його пече, а в роті відчувається кисло-гіркий смак. Особливо гострий біль та печія відчувається при нагинанні після їди, навіть при відпочинку в ліжку зразу після спожиття харчів. Справа в

тому, що при тих позиціях шлункові кислоти легше переходять у стравохід. Хворим не радиться нагинатися або лягати після їди.

Лікувати цю недугу рекомендується дієтою, що виключає всякі гострі, кислі і печені страви а також каву, міцний чай, смажені на товщі харчі, вуджену або мариновану рибу, гострі



Рентгенівська знімка хворобливо звуженої долішньої частини стравоходу. Стрілка показує звуження. Страховід над цим місцем сильно розширений.

сири, надмір сирої городини. Молоко у великій кількості та легкі страви звичайно приносять полегшу. Іноді лікарі, щоб загамувати подразнення стравоходу, приписують ліки, які неутралізують надмір шлункових кислот.

Формування заглибин на стінці стравохода дає подібні симптоми, як і запальний стан, з тим, що тут хворий часто повертає спожиті харчі. Йому здається, що він душиться після їди. Лікування або консервативне, як при запаленні, або хірургічне — видалення хворого місця.

Ахалазія стравоходу — складніша справа. Тут ідеться про спазматичне звуження кінця стравоходу, зразу ж при сполученні його зі шлунком. Не пропускаючи як слід їжі у шлунок, це звуження затримує значну кількість харчів у стравоході, внаслідок чого верхня його частина поширюється. Під час приступів посиленних спазмів нижньої частини стравоходу хворий відчуває значні болі у верхній частині живота, особливо в грудях, повертає їжу, відчуває задуху і тиснення в околиці серця.

Причини такого стану не повністю вияснені, але нема сумніву, що недуга ця базується на затраті рівноваги автономної нервової системи, що регулює перистальтику органів травлення. Загальна нервовість також має вплив на розвиток недуги. Лікування важке і затяжне. Крім дієти, яка подібна до тієї, що рекомендується при запаленні стравоходу, лікарі приписують ліки проти спазмів. Іноді звуження досягає такого ступеня, що потрібно стравохід розширяти з поміччю спеціальних зондів. У рідких випадках переводять операцію, але, на жаль, ці заходи не завжди дають добрі наслідки.

4. ПРОРИВ У ДІЯФРАГМІ

У місці, де стравохід та великі судини проходять із грудей в живіт, отвір іноді розширяється внаслідок напруги або вродженої кволости діяфрагматичного м'яза. Тоді частина шлунка підноситься вище діяфрагми, нормальна перистальтика та випорожнювання у дванадцятипалу кишку порушуються і в цій частині шлунка та в долішній частині стравоходу витворюється запальний стан. Самий прорив у діяфрагмі звано діяфрагматичною гернією.

Симптоми цього дуже подібні до симптомів при запаленні стравоходу та шлунка: біль у верхній частині живота, нестравність, підхід кислот аж до рота, здуття шлунка, тиснення під грудьми після їди. Симптоми особливо гострі, коли людина з повним шлунком нагинається або лягає відпочивати. Часто із цього постає запальний стан стравоходу, як це згадано вище. Лікування таке саме, як при недугі стравоходу або запаленні шлунка. Іноді такий прорив оперують.

5. ГАСТРИТ

Це — запалення слизової оболонки шлунка, яке звуть також „катаром шлунка”. Полягає ця недуга в тому, що слизова оболонка набрякає, червоніє, запалюється і внаслідок цього її зало-

зи продукують надмірну кількість соляної кислоти та інших ферментів, а це в свою чергу ще більше подразнює оболону, і весь шлунок переходить у запальний стан.

Гастрит може бути гострим або хронічним. При гострому запаленні людина відчуває раптовий біль у верхній частині живота, іноді блює, відчуває гіркий і дуже неприємний посмак у роті.

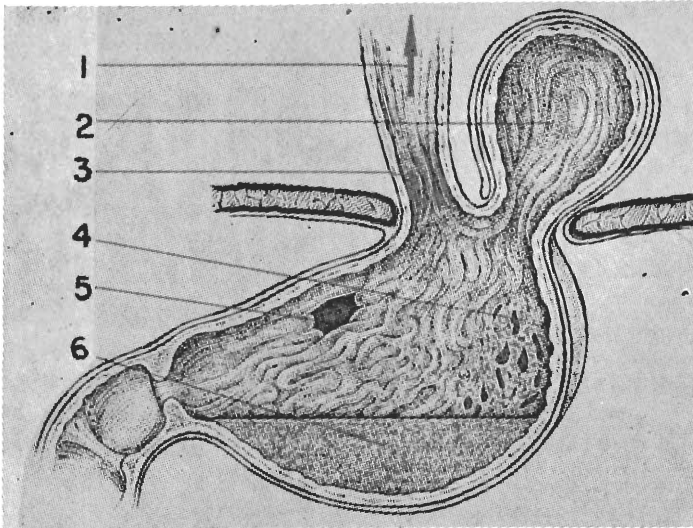


Схема можливостей при хронічних болях шлунка та нестравності: 1. Корчі стравоходу; 2. Прорив частини шлунка крізь діафрагму в грудну клітку; 3. Запалення стравоходу; 4. Гастрит — запалення шлункової оболонки; 5. Виразка шлунка або дванадцятипалої кишки; 6. Надмірна продукція шлункових соків і кислот.

Майже кожна нормальна порція викликає біль і неприємне почуття із здуванням живота, посиленою ферментацією і втратою апетиту. При хронічному стані симптоми такі ж самі, але слабші і не постійні.

Причина гастриту — це в більшості випадків подразнення шлунка надміром важких харчів, гострих приправ, алкоголем, переобтяження його великою кількістю кислої їжі або навіть надміром товщів та смажених потрав. Іноді велике нервово напруження може викликати цей стан, стимулюючи продукцію шлункових кислот. Нервово напруження має особливе значення при хронічних станах.

Лікування: не обтяжувати шлунок важкостворними речовинами, а давати йому легкі харчі, передусім молоко, страви, приготовані на молоці в рідкій формі, легкі кашки, бульйони, не затовщені супи, черствий хліб, бісквіти і т. д.. Коли притримуватися суворої дієти — гострий стан пройде протягом кількох днів. Треба також мати на увазі, що при такому стані краще їсти частіше, але помалу. Тому лікарі радять пацієнтам їсти 5 або 6 разів на день замість звичайних трьох.

Хронічний гастрит вимагає терпеливого лікування дієтою, а іноді й медикаментами, які неутралізують надмір кислот. Гостра дієта для працюючих людей була б важкою, а тому вони мають додержуватися шлункової дієти, споживаючи нормальну їжу, яка не подразнює шлунка. Подразнюють шлункову оболону такі харчі: приправи, кислі та пересолені харчі, мариновані та вуджені продукти, смажені на товщі потрави, перетовщене м'ясо, особливо свинина, гострі сири, сирі овочі та городина, кава, міцний чай, алкоголь у всіх видах, солодкі напої, чорний хліб, кукурудза, свіжі печива.

Тримаючись дієти, м'ясо споживати можна, але в вареному або печеному вигляді без товщу, і уникати свинини та баранини. Городину, за винятком помідор, можна споживати, але виключно у вареному вигляді. Це саме стосується до овочів. Важливі тут молоко та сметана, бо вони, як лугові потрави, неутралізують надмір кислот. Всі ці заходи потрібні, щоб не давати шлунковій оболоні особливої праці, не подразнювати її та допомогти емульсії харчів обнизити кислотність шлунка,

Іноді лікарі приписують ліки, які обнижують продукцію кислот, а часом — крім дієти — радять вживати простіших проти-кислотних ліків, які неутралізують наявну кислотність. Ці останні продаються без рецепти.

Лікування гострого або хронічного гастриту дуже важливе, бо якраз ця недуга часто приводить до виразки шлунка або дванадцятипалої кишки.

6. ВИРАЗКА ШЛУНКА І ДВАНДЦЯТИПАЛОЇ КИШКИ

Виразка шлунка, а ще частіше дванадцятипалої кишки — це часте захворювання, зокрема в сучасній добі з її прискореним темпом життя, нерегулярним харчуванням та відпочинком. Хоч ми не маємо докладних даних, як було з цією хворобою у старих часах, бо тоді не знали ще рентгенівських пересвітлень, все ж

можемо з певністю сказати, що ці виразки ростуть разом із ростом цивілізації.

Причини постання виразки докладно не в'яяснено. Колись пояснювали їх виключно невідповідною дієтою, але новішими часами виявилось, що харчі, хоч і мають відношення до розвитку хвороби, все ж не є основним фактором. Наприклад, у людей по німецьких концентраційних таборах, як виказували офіційні дані, рідко зустрічався „улькус", хоч харчування було там якнайгірше. Незаперечним фактом лишається, одначе, те, що висока кислотність шлунка, зокрема підвищений вміст соляної кислоти, завжди супроводить виразку.

Аналіза продукції кислоти в надмірній кількості приводить до різних висновків, але майже завжди потверджує факт, що люди з високими емоціями, нахилом до хвилювання мають завжди вищий вміст кислоти. Це, зокрема, стосується людей, які свої переживання „ховають у собі", а не виладовають їх вибухами темпераменту, а також у тих, що мають т. зв. психологічний конфлікт, коли „внутрішні дебати" персональності відбуваються постійно і довго.

Надмір кислоти приводить до запалення слизової оболонки шлунка або дванадцятипалої кишки. і, коли такий стан триває довший час, постає на цій делікатній оболонці маленька ранка-виразка. Треба сказати, що зрідка бувають також випадки виразки шлунка при дуже низькій кислотності або й при відсутності кислоти, але механізм їх постання інший. До речі, люди з такими виразками мають особливий нахил до витворення шлункового раку.

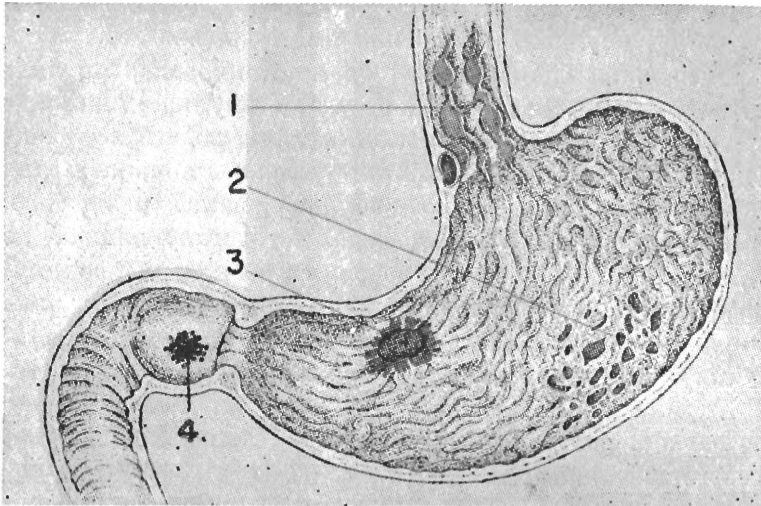
Отже більшість виразок виникають внаслідок високої кислотності в шлунку. Тому не дивно, що при їх лікуванні лікарі звертають особливу увагу на дієту, якої пацієнти мусять додержуватися навіть післявилікування виразки, щоб забезпечити себе проти її повороту.

Звичайно така дієта виключає всякі гострі, солоні та кислі речі, гострі приправи, як хрін, перець і т. д., надмір сирого городина та овочів, важкостравні роди м'яса, як свинина, а також надмір смаженини. Всі ці харчі або самі по собі підносять і так високу кислотність шлунка (кислі овочі, оцет, приправи, мариновані та консервовані речі), або через важкостравність побуджують шлунок до надмірного продукування кислот (смажене м'ясо, товщ, важка городина).

Звичайно пацієнтові рекомендується пити багато молока та споживати більше страв, виготовлених на молоці. Це легко в'яс-

нити, бо молоко — це не тільки легка страва, але також воно має лугову реакцію і нейтралізує кислоти в шлунку.

При діагнозі виразки лікар приписує відповідні ліки, які діляться в основному на дві групи: ліки, що своєю дією обнижують кислотність, і ліки, що нейтралізують надвишку кислот. Такі ліки приписують також з додатком певних складників проти хвилю-



Причини шлункового кривавлення. 1. Жилляки стравоходу; 2. Гостре запалення слизової оболонки шлунка; 3. Виразка шлунка, яка також може бути початком розвитку пістряка шлунка. 4. Виразка дванадцятипалої кишки.

вання, безсоння, пригнічення і т. д. Але який би лік не був приписаний, він призначений на боротьбу з надміром кислот, а тому, що дієта також має вплив на їх продукцію, дуже важливо, щоб пацієнт таки дотримувався приписаного харчування. Інакше, коли пацієнт дієти не тримається, він фактично нехтує приписаними ліками.

Навіть післявилікування виразки, як сказано, треба триматися певного режиму, а також заживати ліків, куплених без рецепти, для нейтралізації кислот. Таких ліків є чимало в аптеках, і кожний лікар має свої вподобання щодо них.

Чи виразки небезпечні? Безперечно, так. До 10% виразок шлунка, якщо вони не гояться протягом 6-8 тижнів, можуть мати початки шлункового раку.

Виразки дванадцятипалої кишки дають три основні комплікації, хоч майже ніколи не приводять до раку: 1. виразка може розростись до такої міри, що приведе до замкнення кишки, т. зв. обструкції; 2. виразка може тріснути, провівши стінку кишки, і створити наглий перитоніт, себто гнійне запалення очеревини; тоді операція необхідна протягом кількох годин, щоб урятувати людину; 3. виразка може проісти кровоносну судину і спричинити раптову кровотечу, при якій також часто потрібна важка операція або затяжне лікування з переливанням крові.

Процес кривавлення доволі простий: виразка, що являє собою суцільну ранку на слизовій оболонці шлунка чи кишки, часто поширюється вшир і вглиб оболонки. Коли вона захоплює собою кровоносну судину, то ця остання тріскає, і починається кровотеча. Вона може бути малою і великою, залежно від того, якої величини судина, залежно від загального стану пацієнта та, зокрема, від того, яке він має тиснення крові. При кволотому стані здоров'я, гіршій якості крові та високому її тисненні, звичайно, кровотеча буває більша.

В шлунку, майже завжди, виразка захоплює лише малі судини, і кривавлення звичайно буває не нагле, а в кишці вона майже завжди роз'їдає більшу судину, і кривавлення буває наглим, часто масивним.

Загальна і постійна втома, а зокрема чорно-смоляні шлункові виділини — основні критерії, на які повинен звертати увагу кожний, хто має або мав виразку шлунка чи дванадцятипалої кишки. При появі такого кольору шлункових виділин треба негайно вдатися до лікаря.

Варто пам'ятати, що кров, яка має в собі залізо, після травлення в кишковому шляху окиснюється і дає чорний колір. Це так само, коли людина приймає залізо для лікування анемії — її виділини також чорні, хоч нічого спільного не мають з кривавленням.

Масивне кривавлення починається раптом, і кров зі шлунка виходить у згустках, а виділини стають частими і, попри чорний колір, мають виразно криваве забарвлення. Справа в тому, що людський шлунок не терпить власної крові, вона подразнює кишковий шлях, і тому при масивних кровотечах швидко виділяється з кишкового тракту. Людина тоді часто вмліває, її серце починає працювати дуже швидко, шкіра стає сіруватою, нігті синіють, тиснення крові раптово спадає, часто приходить шок. Лікарська допомога з негайним переливанням крові — необхідна, інакше хворий може скривавитися до смерті.

Як згадано вище, особи, які будь-коли мали або мають виразки шлунка чи дванадцятипалої кишки, повинні особливо зважати на всякого роду прояви кривавлення. Переважна більшість тих кровотеч — це кровотечі з виразки, і вони часто можуть довести до дуже неприємних ускладнень. Незалежно від того, які кровотечі не були б — повільні чи наглі — вони, як правило, шкодять здоров'ю і часто вимагають скомплікованих операцій, що іноді, з незалежних від хірурга причин, залишають хворого інвалідом на все життя. Хоч операції шлунка не є тепер такою важкою проблемою, як це було колись, все ж таки вони складні.

З практики знаємо, що іноді пацієнти легковажать повільне та невелике кривавлення, мовляв, якое воно само загоїться, а втрачену кров легко можна придбати. Такий підхід не тільки помилковий, але й дуже небезпечний. Справа в тому, що причиною кривавлення може бути не виразка, а рак шлунка, який постав на базі виразки і, як правило, дає дуже повільне й хронічне кривавлення. Тож і повільне, і раптове кривавлення однаково небезпечні.

7. ШЛУНКОВО-КИШКОВІ РОЗЛАДИ

Гострі розлади в функціях травлення — річ доволі часта. В медицині їх звать гастро-ентеритами, а характеризуються вони такими симптомами: блювання, болі цілого живота з корчами, розвільнення, яке доходить до того, що хворий має по 5-10 і більше виділень денно; іноді підвищена температура.

Залежно від причин такого роду розлади можна поділити на такі групи:

а) затруєння харчами, зараженими стафілококами (див. розділ про затруєння),

б) затруєння хемікаліями, трійливими грибами, рослинами і т. д.

в) вірусове зараження шлунка і кишок, що викликає симптоми, подібні до затруєння стафілококами,

г) запалення внаслідок подразнення гострими харчами.

Температура звичайно підвищується лише при затруєнні бактеріями або при вірусових зараженнях, в інших випадках вона може піднятися тільки при зтяжному розладі, коли людина внаслідок блювання або розвільнення втрачає надто багато рідини, стає дегідрованою. Запалення внаслідок отруєння хемікаліями або невідповідними харчами підвищеної температури не дає. Варто відмітити, що гострі запалення часті в присутності вірусової

застуди, запалення горла, інфлюенци. Тоді, як правило, температура висока.

Як сказано вище — болі, розвільнення, блювання — це основні симптоми, які характеризують початок процесу. Вони можуть тривати кілька годин або й кілька днів, і звичайно самі проходять. Лише у випадку затруєння отруйними речовинами, іноді при вірусовій застуді потрібно лікарської допомоги. В іншому — спокій, дуже легка дієта та медикаменти проти розвільнення, які можна набути в кожній аптеці.

При гострих забуреннях лікарі рекомендують уживання рідини у великій кількості, але з огляду на можливість блювання — малими дозами, чверть склянки або й менше на раз, уникаючи концентрованих овочевих соків, які подразнюють шлунок. При нудоті часто помагають содові води кімнатної температури, уживані малими ковтками. При розвільненні добре діє відтягнене молоко, найкраще переварене, кімнатної температури. Рекомендуються також бульйони, навари, дуже рідкі супи, а крім того звичайний білий сир, грінки з білого хліба, бісквіти, дуже легкий чай. Іноді також допомагають стиглі банани, легкі рижові або вівсяні кашки на відтягнутому молоці. Солодкі харчі звичайно шкодять при лікуванні розвільнення.

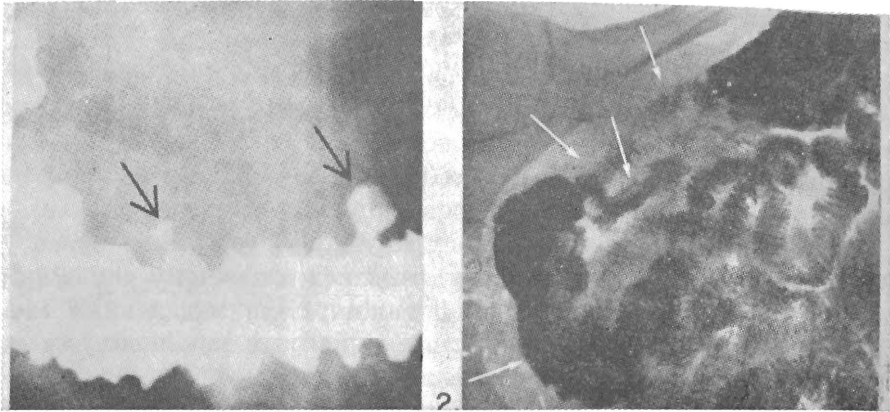
Коли згадані вище симптоми зникнуть, не слід зразу ж вертатись до нормальної їжі: робити це треба поступово. Найдовше уникати треба кислих, перчених та смажених потрав, а також важкостворних сортів м'яса, особливо смажених.

8. ХРОНІЧНІ ЕНТЕРИТИ

Це — затяжне запалення тонкої кишки, яке характеризується хронічним розвільненням, занепадом сил, анемією, втратою ваги. Стан цей в більшості випадків скомплікований і вимагає лікарської опіки. Лікування звичайно буває довгим, і часами вимагає хірургічного втручання, щоб видалити кусень тонкої кишки, якщо це типове регіональне запалення.

Взагалі кожне розвільнення, яке триває більше як один-два тижні, має контролювати лікар, щоб запобігти поважній недужості тонкої або грубої кишки.

Хронічне запалення тонкої кишки починається з того, що людина відчуває в долішній частині живота корчі, зокрема через деякий час після їди. Ці корчі спочатку характеризуються лише тупим болем. Згодом вони стають щораз докучливішими і повторюються майже після кожної їди, даючи болісне випорожню-



Діагнозу розладу кишкових функцій часто можна встановити рентгєнівськими знімками: 1. очевидна наявність дивертикульози грубої кишки; 2. наявність хронічного запалення тонкої кишки.

вання, при чому кишкові виділини стають щораз більше розвільненими.

Процес цей може розвиватись протягом кількох тижнів або й довше і нарешті доходить до такого пункту, коли пацієнт має постійні корчі й болі в долішній частині живота, часами лише з одної сторони, частіше з правої. Хворий випорожнюється 15-20 разів на добу, при чому випорожнювання попереджають сильні корчі в долішній частині живота. Вже у початковій стадії недуги у виділинах появляється кров, але вона завжди присутня вже при повному розвитку хвороби. Виділини водяно-рідкі і, крім крові, мають у собі слиз.

Кривавлення тонкої кишки приводить до прогресивної анемії, а сильні розлади в травленні та розвільнення не дають хворому засвоювати спожиті харчі, і він втрачає вагу, енергію, стає мало-відпорним на всякі інфекції. Дієтичне лікування приносить деяку полегшу, але недугивилікувати не може.

Лікування запалення тонкої кишки, як згадано раніше, му- сить бути лише в руках досвідченого лікаря, а часто й хірурга, бо в деяких випадках запальний сегмент кишки треба оперувати.

Причини такого запалення не завжди відомі, хоч є здогади, що цей процес має дещо спільного з алергічним захворюванням, а також пов'язаний з нервовим напруженням. Ця недуга, майже

як правило, зустрічається лише у молодих людей, рідше в середньому віці і майже ніколи в старшому.

При кожному розвільненні, що триває більше як тиждень або два, треба звернутись до лікаря, щоб виключити ентерит.

9. АПЕНДИЦИТ

Це — запалення виростка сліпої кишки, яке часто буває у дітей, молодих людей, хоч може трапитися в кожному віці. Важливість лікування, яке звичайно закінчується видаленням цієї частинки сліпої кишки, в тому, що кишка ця в запальному стані може викликати абсцес, прорив з гноєм, перитоніт, себто запалення очеревини, та інші камплікації. В давніші часи це була смертельна недуга, але тепер, з розвитком техніки операцій та при наявності антибіотиків, ця хвороба рідко-коли кінчиться смертю. Все ж негайне лікування — необхідне.

Починається недуга звичайно болями в середній частині живота, які протягом кількох годин пересуваються в правий бік.

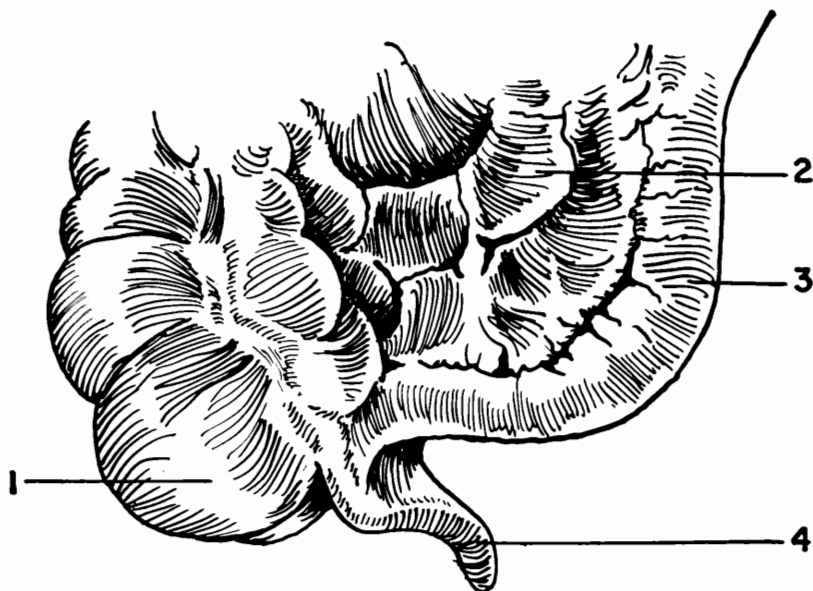


Схема поєднання тонкої і грубої кишок у правій долівній частині черева: 1. Сліпа кишка, що є початком грубої кишки; 2. Брижі тонкої кишки, на яких вона тримається; 3. Тонка кишка — кінець клубової частини; 4. Апендикс або хробаковидний виросток сліпої кишки, який у запальному стані дає картину апендициту.

Іноді болі починаються зразу ж у правому боці, підсилюються і протягом дня або менше стають незносними. Живіт здувається, при чому інколи приходить незначне розвільнення. За якийсь час хворого починає нудити, і він блює. Температура підноситься, але не високо. Ще за кілька годин живіт болить в усій долішній частині, особливо в правій стороні.

Звичайно при такому стані треба негайно звернутись до лікаря. Оглядини, як правило, виявляють дефінітивний процес у правому боці долішньої частини живота, при чому вміст білокрівців сильно підноситься вгору і в крові з'являється помітна кількість гнійних клітин. В такому випадку операція необхідна.

Звичайно після операції дитина ходить уже на другий-третій день, а дорослі на третій-четвертий, якщо не було прориву кишки. При прориві післяопераційне лікування триває довше, іноді кілька тижнів. Тому вже перші симптоми апендициту лікар повинен перевірити, щоб недуга не задалвилася і не прийшло до прориву.

У дівчат, жінок і старших людей іноді для встановлення діагнозу болів у долішній частині живота потрібно докладнішого обсліду, бо ці симптоми апендициту можуть симулювати інші недуги, як запалення грубої кишки, процес у яєчнику і т. д. Це вже справа досвідченого хірурга чи гінеколога, які спеціальними обслідами, рентгеном тощо можуть встановити діагнозу і визначити спосіб лікування.

10. „НЕСТРАВНІСТЬ”

Беремо це поняття у знаки наведення, бо фактично це не хвороба, а симптом, хоч і складається він з цілого комплексу ознак шлунково-кишкового розладу. Нестравність характеризується: здуттям шлунка і кишок внаслідок надмірної продукції газів, нудотою після кожної їди, спазмами або болем у горішній частині живота, печією в околиці шлунка та відчуттям його переповнення.

Причиною цього можуть бути різні шлункові розлади на базі органічного захворювання або інфекції (див. розділ про гастрит), але звичайна нестравність — це наслідок переїдання, зокрема уживання важкостравних гатунків м'яса, товсту, солодоців і т. д., а також недостатнього пережовування їжі, при чому людина разом із їжею ковтає повітря. Найчастіше буває це в стані нервового напруження, емоційного забурення, хвилювання. Споживання алькоголю також може спричинити цей стан. У деяких людей навіть

споживання в надмірній кількості содових напоїв і пива, що має в собі штучну домішку двоокису вуглецю, може витворити нестравність. Атаки нестравности, що можуть довести до поважних розладів, переживають люди з алергією до певних харчів.

Лікують нестравність звичайно відповідною дієтою, яка при гострих приступах така сама, як і при гастритах. У хронічних випадках — нормалізація харчування, повільне їдження та ковтання, виключення із дієти шкідливих харчів. Тут важко визначити специфічну дієту для всіх, бо особистий досвід щодо різного роду харчів — найкращий провідник у харчуванні.

Для устійнення дієти лікарі рекомендують пацієнтам записувати харчі, а зокрема ті, які викликають нестравність. Тоді вони легко запримітять, які саме харчі зі своєї дієти треба виключити.

При нестравності, що постає на нервовому ґрунті, помагають ліки для заспокоєння нервової системи.

11. ЗАПАЛЕННЯ ГРУБОЇ (ТОВСТОЇ) КИШКИ

Група цих недуг зветься в медицині коліт і означає запальний процес, що розвивається на слизовій оболонці грубої кишки, хоч може захопити й цілу стінку кишки. Причини такого запалення можуть бути різні, зокрема інфекції та подразнення трійливими чи хемічними речовинами. Тоді вони вимагають специфічного лікування проти даної інфекції або виключення хемікалій, що подразнюють кишку. Одначе, найчастішою формою коліту є т. зв. виразковий коліт, який в Америці звать улькусним колітом.

Усі коліти дають приблизно однакові симптоми: сильні корчі та болі в долішній частині живота, особливо надокучливі перед та в часі випорожнення, і сильне розвільнення: 10-20 спазматичних виділень денно. У водянистих виділинах, що мають у собі багато газів, згодом появляються слиз і кров або слиз із гноєм, а при задавнених випадках коліту виділини мають кров'яно-гнійний характер. Внаслідок утрати крові та порушення функцій травлення і засвоювання організмом потрібної поживи постає анемія. Коли такий стан продовжується, можуть розвинутися недуги печінки, серця, селезінки, суглобів, шкіри і навіть пістряка грубої кишки. Статистика виказує, що до 10% пацієнтів із колітом, що триває більше як десять років, мають пістряк кишки. Загальне виснаження організму, упадок сил і ваги, грізне обниження вмісту білків в організмі, втрата вітамінів — це додаткові комплікації, що нищать здоров'я хворого.

Діагнозу виразкового коліту встановлює лікар на основі цілого ряду дослідів та пересвітлень рентгеном, а також з поміччю проктоскопії, себто прямим обслідом кишки, іноді навіть біопсією слизової оболони, яку досліджується під мікроскопом.

Лікування звичайно затяжне і вимагає терпеливості. Сюди входять різні медикаменти та дієта, що не подразнює кишки і не дає багато випадків. Ця дієта подібна до шлункової дієти з тим, що не включає великої кількості молочних продуктів. Останнім часом також лікують запалення грубої кишки препаратами кортизону, бо є дані, що ця недуга має алергічні підстави. При лікуванні часто вживається заспокійливих препаратів, бо нерве напруження — одна з причин недуги або принаймні похідний симптом, що супроводить її.

Недуга післявилікування має тенденції повторюватись, і коли в перших приступах вона частіше займає лише певний відтінок кишки, то в наступних може охопити цілу кишку.

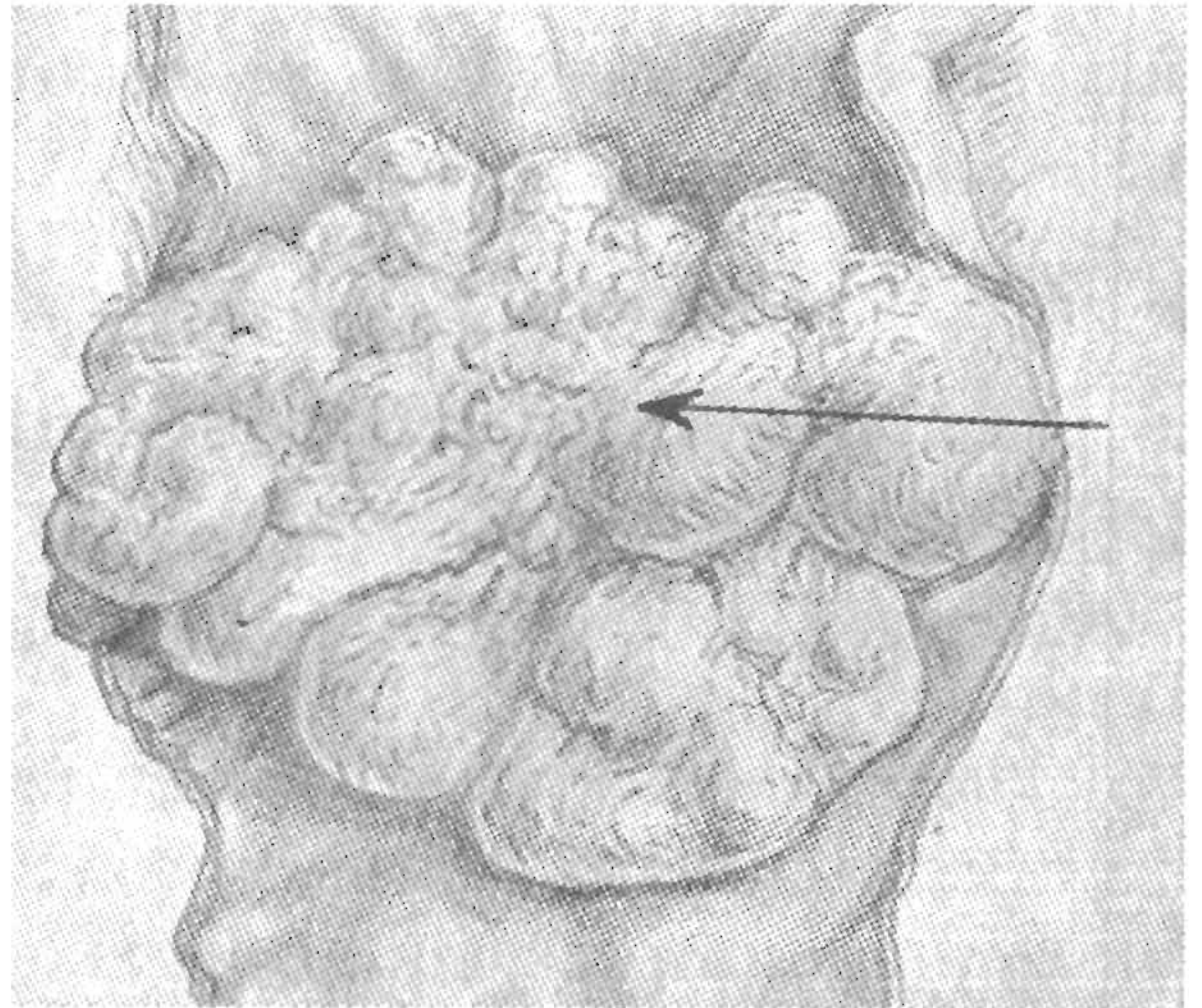
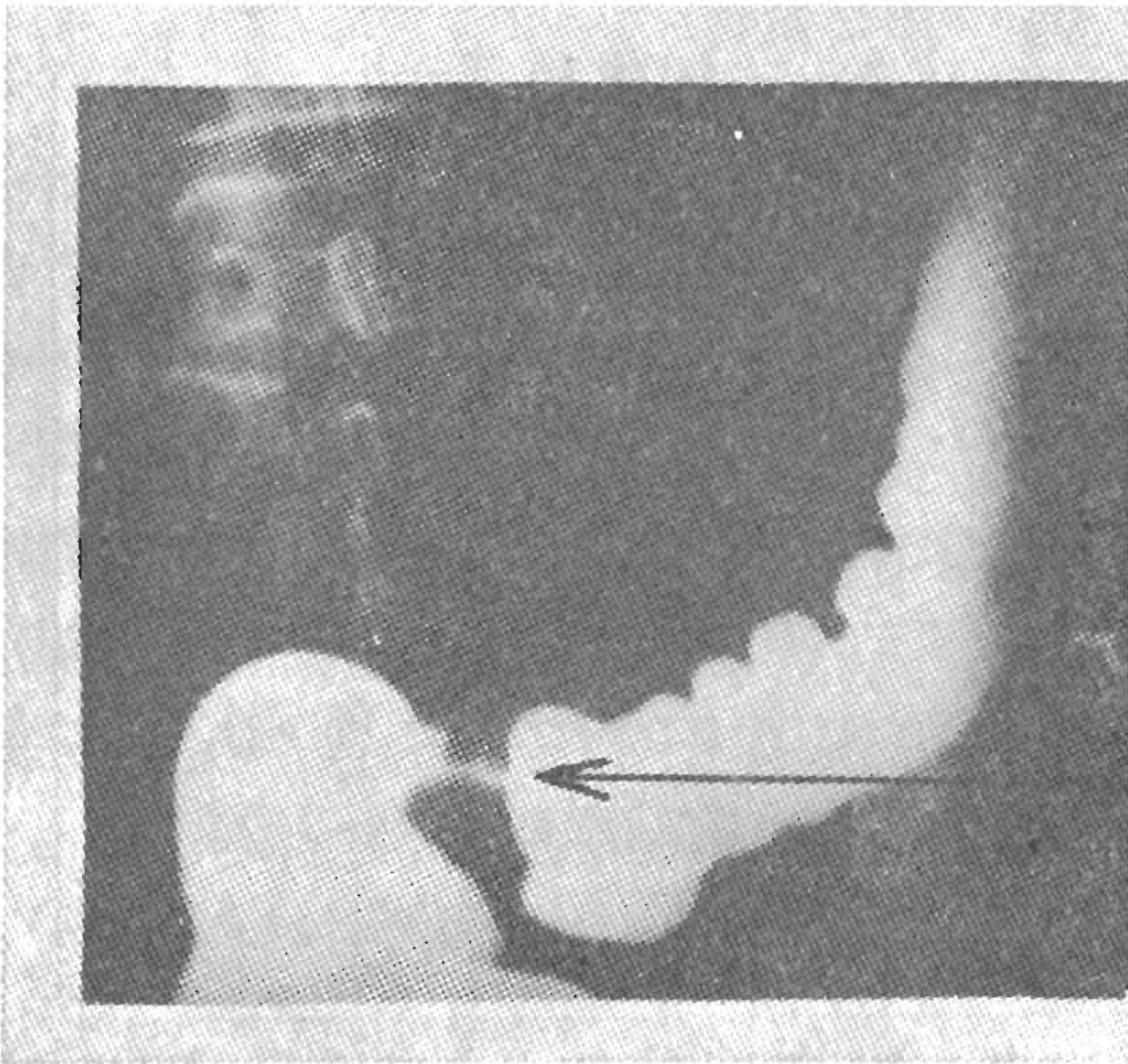
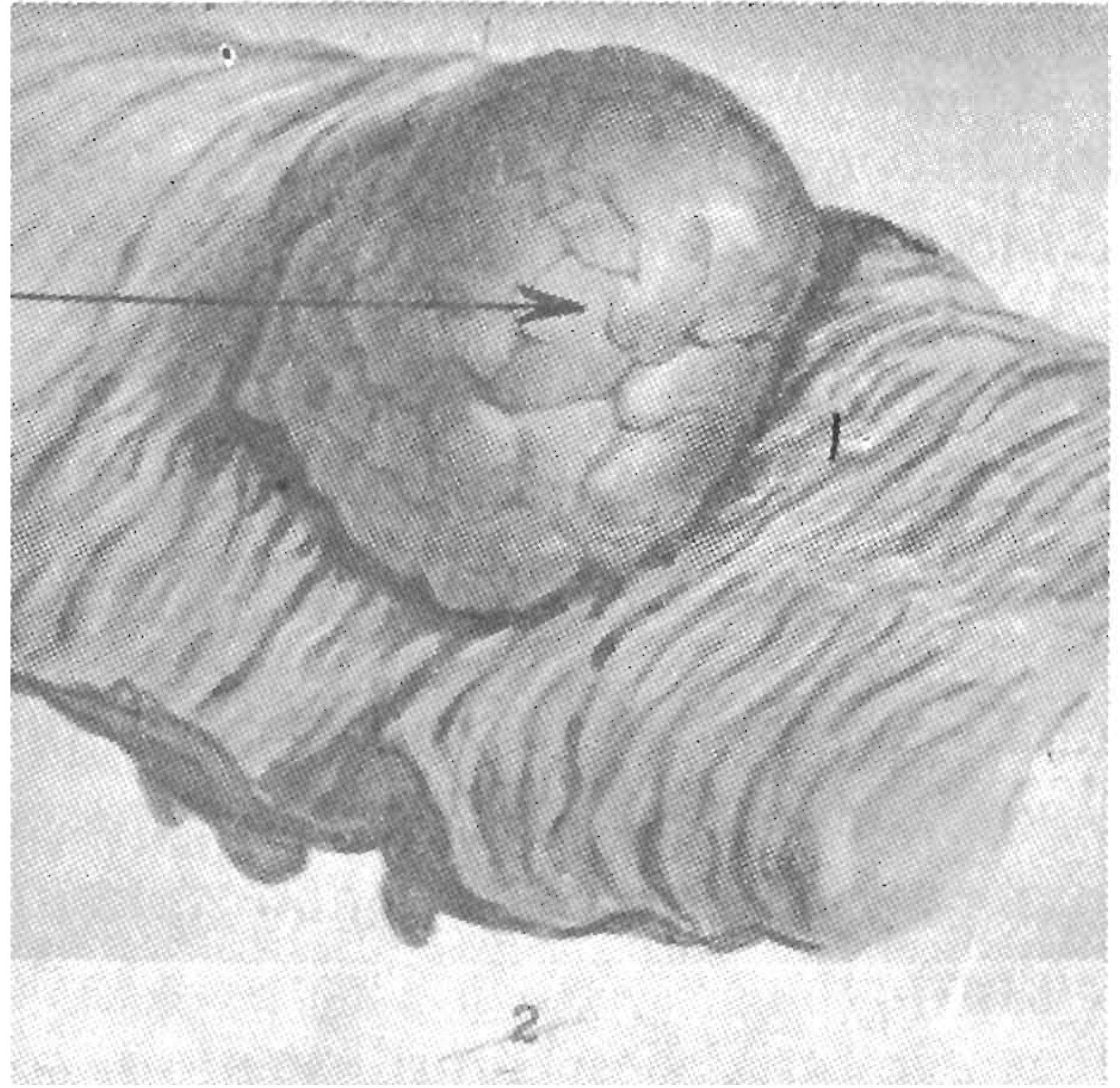
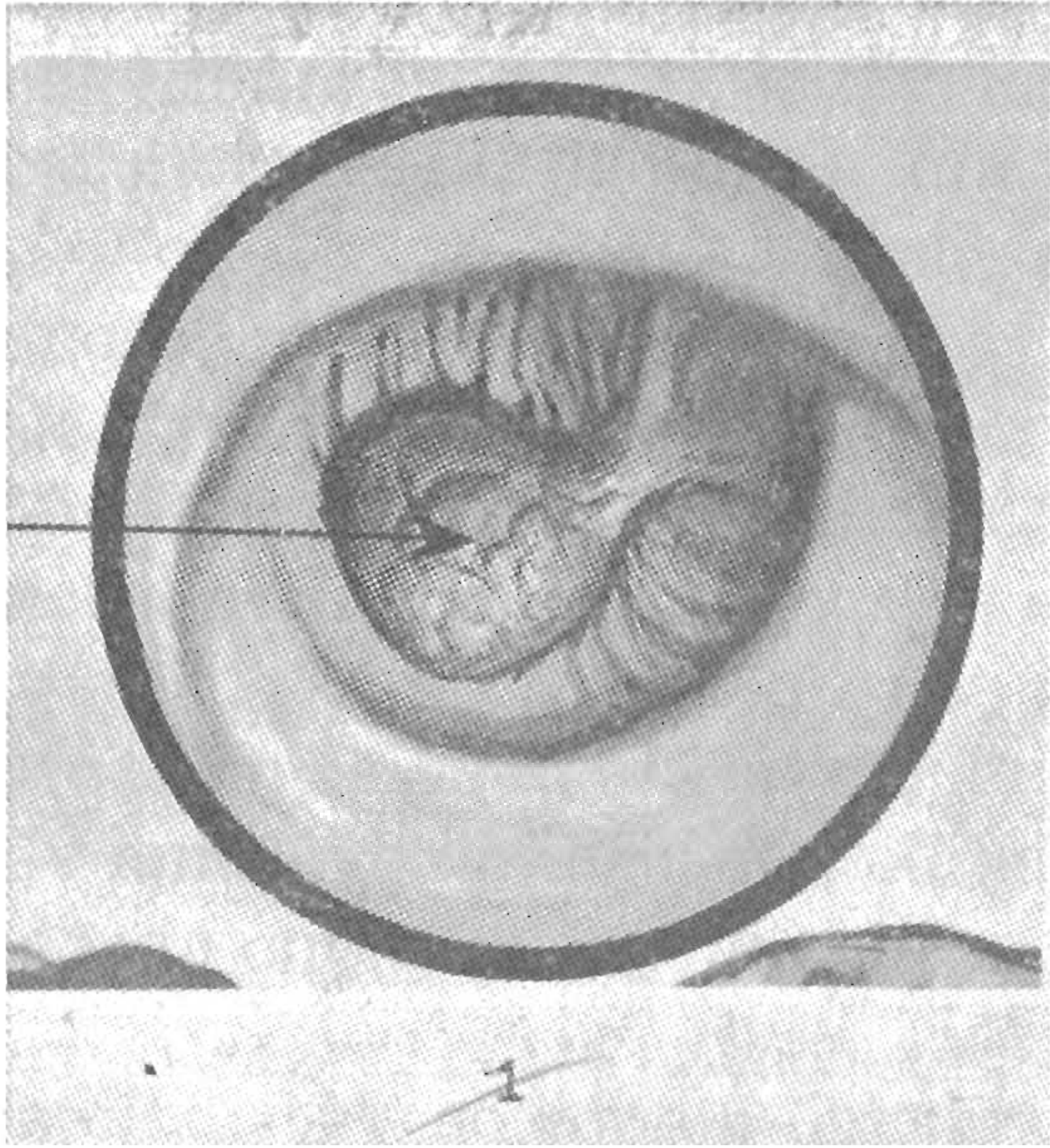
12. КРОВ ІЗ ПРЯМОЇ КИШКИ

Кров, яка появляється в шлункових виділинах — це, безперечно, важливий симптом, часто зв'язаний з дуже поважним станом хворого. Звертати всю увагу на т. зв. гемороїди — це значить бавитися з вогнем. Щоправда, часто кров появляється тоді, коли тріскає судина самого виходу кишки, але це не завжди так.

Згадавши гемороїди, треба зазначити, що вони є нічим іншим, як звичайними жиликами виходу кишки, і постають з різних причин: напруження при нерегулярних випорожнюваннях, частих пологів у жінок, сидячої праці. Ці жилики набрякають щораз більше, іноді болять, печуть, сверблять, а часами, тріснувши внаслідок напруги або запалення, кривавлять. Їх лікують по-різному: відповідною дієтою, регулюванням випорожнювань медикаментами, а то й операцією. Вони, хоч і неприємні, все ж не грізні.

Отже, поява крові у виділинах не мусить означати лише гемороїдів. Вона може бути при запаленні грубої кишки, що вимагає затяжного лікування, а також від пухлин у кишці. Ці пухлини можуть бути небажаними поліпами, але також можуть бути початком пістряка грубої або прямої кишки. Про те, що саме має людина, коли в неї у виділинах появляється кров, не знає ані вона сама, ані лікар, аж поки не буде зроблено відповідних пересвітлень та обслідів.

Часто при таких обслідах виявляють поліпи кишки, тобто малі, вузлуваті нарости, які, як правило, треба видаляти опера-

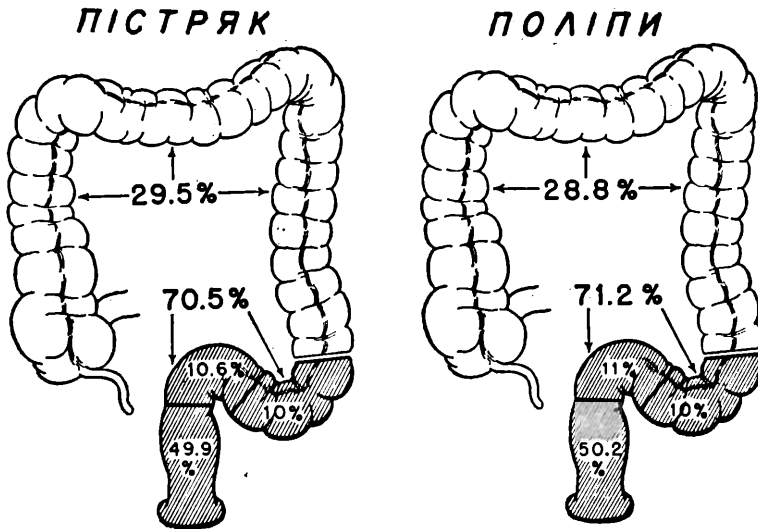


Поліпи і пістряк грубої кишки: 1. Малий поліп, як його видно через проктоскопічний апарат. Правдоподібно — не злоякісний, а якщо й має пістрякового характеру зміни, то такий поліп можна видалити, забезпечивши повне вилікування; 2. Задавнений поліп, який може мати глибокі пістрякові зміни; його можна видалити лише із куснем кишки з високою імовірністю повного вилікування; 3. Задавнений поліп, що виріс у пістряк, майже повністю замкнувши кишку, дає типову знімку на рентгені; 4. Пістряк грубої кишки після видалення.

дійним способом. Справа в тому, що переважна більшість цих поліпів раніше чи пізніше переходить у рак. Усунувши такого поліпа, його передають для докладного обсліду патологом, щоб виявити, чи вже нема початків пістряка. Коли такий є, тоді — залежно від ступеня розросту — або вирізується кусень кишки, або видаляється частину оболонки кишки, після чого кожних три-шість місяців перевіряється це місце, щоб бути певним, що нема рецидиву.

Залежно від положення поліпа в кишці — чи він при самому виході, чи далеко вище, при початку грубої кишки, хірург переводить операцію, маючи на увазі, що в деяких місцях поліпи частіше переходять у пістряка, як в інших.

Треба пам'ятати, що пістряк грубої і прямої кишки — це в Америці пістряк число один. Відрадным явищем є лише те, що



Схема, яка вяснює відношення між поліпами грубої кишки і пістряком. Якщо взяти певну кількість людей з поліпами в різних місцях кишки, то виявиться, що майже така сама кількість пістряків утворюється в тих самих місцях. Це — один з доказів, що поліпи і пістрякова недуга мають близьке споріднення. Своєчасне усунення поліпів може зберегти людину від пістряка.

він відносно не такий грізний, як інші, якщо, очевидно, його видаляється в ранній стадії.

Кривавлення прямої кишки дещо різниться від кривавлення шлунка. В першому випадку рідко-коли кров забарвлюється на чорний колір, бо вона не має часу стравитися в кишці. Вона може мати темні згустки, може бути змішаною зі слизом, може появлятися одного дня, а зникати наступного, може бути в малій і великій кількості. Але яка б і в якій кількості вона не була, який би колір не мала — таки треба звернутись до лікаря. Коли лікар поставить діагносту, що це гемороїди — тим краще для пацієнта.

Тоді їх слід лікувати, але без перевірки завжди є можливість, що це поліпи кишки, а то й початки пістряка. Раннє лікування — часто зберігає людське життя.

13. ДИВЕРТИКУЛЬОЗА

Дивертикульоза виникає найчастіше на грубій кишці, зокрема на її лівій, долішній стороні, хоч може постати і на тонкій кишці, в шлунку, харчовому проводі. Назва дивертикульози походить від латинського слова „diverticulum”, що означає заглибину, мішечок, капшучок. У віці понад 40 років дивертикульозу можна виявити у 15% людей, а у віці понад 55 — майже 30%.

Дивертикульоза розвивається так: на стінках грубої кишки, в місцях, де вона слабша або надто розтягнена, при малих судинах витворюються малі ніби пропуклини, з яких згодом формуються мішечки-капшучки з вузькою шийкою. Їх звичайно буває більше, як один, часто навіть десятки. Своїми розмірами вони не перевищують одного сантиметра, але часами роздуваються до 2-3 сантиметрів.

Дивертикульоза звичайно не дає ніяких симптомів, і мішечки виявляють тоді, коли людина переходить рентгенівське дослідження грубої кишки при загальному огляді. Лікарі часто навіть не кажуть про це пацієнтові, щоб він не уроював собі неіснуючих недуг. Однак, при нерегулярних випорожнюваннях капшучки можуть викликати легкі спазми, і тоді пацієнтові пропонується регулювати свої шлункові виділювання, споживаючи овочеві та городні страви. Як правило, при затвердженні не слід уживати гострих розвільнюючих засобів: мінеральної олії або т. зв. магнезійного молока повністю вистачить.

Бувають, однак, ускладнення, коли виділини, пересуваючись грубою кишкою, потрапляють у капшучок і там залежуються, витворюючи ніби камінчик. Це вже може викликати болі та спазми кишки. Коли ж разом з виділинами попадає в капшучок інфекційна бактерія — починається гнійний процес, який може довести до абсцесу. Тоді людина відчуває досить сильні болі, а весь процес може набрати картини, подібної до апендициту. В цьому випадку рекомендується негайно звернутися до лікаря.

Коли на грубій кишці витворюються незапальні капшучки, тоді, як уже згадано, такий стан називаємо дивертикульозою, коли ж капшучки запалені або заражені бактеріями — тоді цей стан зовемо дивертикулітом, який вимагає постійного лікування та періодичної перевірки.

Сам пацієнт може помітити запалення грубої кишки тоді, коли в нього починається нерегулярність виділень: розвільнення чергуються із затвердінням, у виділинах появляється слиз, часами навіть кров. Звичайно хворий нарікає на болі в лівій долішній стороні живота, бо там здебільша творяться капшучки, і часто відчуває потребу випорожнитись, хоч випорожнення, не зважаючи на напругу, не приходять. Спазми живота стають особливо докучливими після споживання гострих речей, надміру смажених страв, приправ з перцем, хроном, муштардою і т. д.

14. ОБСТРУКЦІЯ КИШОК

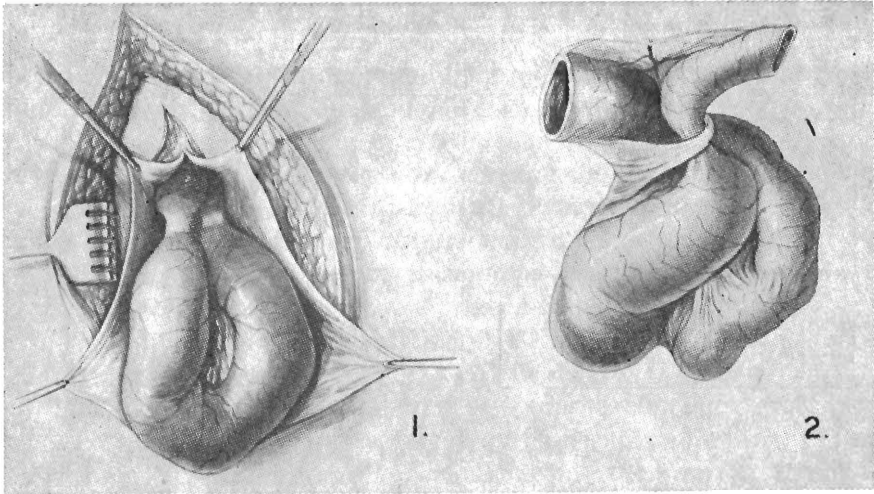
Обструкція або замкнення кишкового проходу — явище не рідке і дуже поважне, яке, не доглянене впору, приводить до високого відсотка смертності.

У щоденній мові часто цьому явищу дають не завжди правильну назву закрут або заворот кишок. Обструкція — це замкнення взагалі, викликане будь-якою причиною, а заворот кишок — це один із видів обструкції. Засадничо йдеться про те, що прохід кишки у якомусь місці раптом закривається, перетравлені харчі не поступають вперед і кишка вище від місця замкнення сильно роздувається. Внаслідок цього постають дуже сильні болі цілого живота і хворий блює. Згодом — картина отруєння токсичними речовинами і виснаження надмірною втратою рідини в організмі.

Замкнутися може тонка або груба кишка. І так, наприклад, пухлина всередині кишки може розростися до такої величини, що замкне прохід. Також сторонній матеріал — кусень неперетравленого харчу, кістка, випадково проковтнений уламок металу — може замкнути прохід. Причинами замкнення кишки ззовні можуть бути також пухлини на різних органах черева, що натискають на кишку, зростки всередині черева, пропуклини тощо.

Сюди також належить закрут або заворот кишок, коли кишка, бувши притисненою зростком очеревини, роздувається і перекручується навколо цього зростка, замикаючи свій прохід в одному або й кількох місцях. Іноді, як це буває при надто видовженій частині грубої кишки, вона може перекрутитись навколо своєї осі, закручуючи також брижі, а з ними й кровосні судини, що може привести до гангрені кишки.

Найчастіші причини обструкції кишок — це гернії або пропуклини, пухлини в грубій кишці і зростки між тонкими кишками. Зростки ці постають у череві внаслідок інфекцій, а частіше внаслідок попередніх операцій. Вони часто проростають між очере-



Причини замкнення кишок: 1. Шматок тонкої кишки попав у пропуклину, яка здушила кишку, загрожуючи гангrenoю. На знімку відкритий мішечок пропуклини під час операції; 2. Закрут кишок навколо зростка в череві.

виною і окремими сегментами кишок, між тонкою і грубою кишкою.

Якого б роду обструкція не була, вона завжди характеризується наглим болем у будь-якій частині живота, що швидко поширюється на весь живіт; болі ці постійні з приступами щокілька хвилин посилених болючих корчів; нудота швидко переходить у блювання; відсутність сечовиділення; відсутність виділення газів виходом прямої кишки; сильне і швидке здуття живота газами і загальна кволість; іноді підвищена температура.

Усяка обструкція кишкового проходу може спричинити дуже поважний стан, а грізна вона зокрема ще й тим, що може привести до гангрені, якщо кишка не буде звільнена протягом 6-8 годин. Тому при всякому підозрінні на заворот або інший вид замкнення кишок необхідна негайна лікарська допомога. Домашнього лікування для такого стану — нема.

15. КИШКОВІ ЗАТВЕРДІННЯ

Нерегулярне, важке і надто сповільнене віддавання затверділих шлункових чи кишкових виділин може мати різні причини, які поділяються на дві основні групи: органічне захворювання

грубої кишки та функціональні розлади в травленні і виділюванні.

До органічних захворювань належать: вроджений надто вузький прохід прямої кишки, надміру видовжена груба кишка, дивертикульоза кишки, новотвори включно з пістряком, параліч кишки при деяких недугах системи і т. д. Функціональні захворювання, які найчастіше стають причиною хронічних затвердінь, також мають широку класифікацію, але в основному базуються на т. зв. атонії грубої кишки, коли ця кишка, втративши нормальний тон перистальтики, сповільнює випорожнювання та задавнює виділини. Внаслідок цього виділини стають надто твердими і посуваються в кишці важко, іноді із значними болями.

До згаданих двох причин затвердіння можна долучити ще третю, яка не має нічого спільного із захворюванням кишки, а базується на травленні і дієті, хоч і виявляється подібно, як при захворюванні кишки, рідким і важким виділюванням кишкових відпадків. Звичайно це тоді, коли людина споживає занадто багато легкостравних харчів, які дають мало відпадків. Сюди належать молочні продукти, солодоці, солодкі печива, рідкі супи та бульйони, білий пшеничний хліб, бісквіти та ін.

Справа в тому, що груба кишка стимулюється до виділювання лише тоді, коли у ній назбирується доволі відпадків, а при надто легкій дієті вони можуть накопичуватися днями. За той час попередні відпадки у кишці внаслідок абсорбування втрачають воду і тверднуть. Лише добре збалансована дієта дає достатню кількість вогких відпадків, що стимулюють кишку до випорожнення. Така дієта повинна мати потрібну кількість овочів, городини та потрав із різного роду зернових культур. Рослинні відпадки дають не лише достатню кількість залишків для нормального завантаження кишки, але також своїми фібрами затримують у собі воду, що робить виділини вогкими й легшими для віддавання.

Лікування органічних захворювань, діагнозу яких встановлюється рядом дослідів та рентгеном, вимагає хірурга або проктолога, що займається виключно хворобами грубої кишки. Функціональні захворювання часто вимагають лікарського втручання, хоч, добре розуміючи проблему, може допомогти собі з успіхом сам хворий.

„Лінівисть” або ж порушена перистальтика грубої кишки може мати кілька або одну із кількох причин: втрата пруживости кишки у старшому віці, зокрема при нерегулярному і важкому харчуванні в попередніх роках; в інвалідів або людей, які фізично не вправляються, а особливо в людей, які не споживають в достатній кількості рослинних потрав, внаслідок чого пряма

кишка постійно переповнюється, сповільнюючи працю цілої грубої кишки. Така втрата вразливості в прямій кишці постає внаслідок ігнорації регулярних виділювань в давніших роках, іноді ще в дитячому віці, коли неправильним харчуванням або невласливим вихованням дітей порушується нормальне функціонування грубої кишки. Порушення нормальної перистальтики та виділень буває також внаслідок надто частого вживання розвільнюючих та стимулюючих засобів. Коли вживається їх не впору і не вміру, а також коли занадто часто використовується клізми, природня вразливість кишки затрачується, і вона призвичаюється лише до штучних стимулів.

У людей молодого та середнього віку нормальне функціонування кишки може бути порушене також внаслідок іншої недуги, яка сама по собі спричиняє сильне затвердіння відпадків, але постає із т. зв. спазматичної кишки. Процес тут такий: внаслідок невідповідної дієти, сильного нервового напруження, алергії до деяких харчів і т. д., долішня частина грубої кишки періодично зазнає сильних спазмів, які затримують відпадки в середній і початковій частинах кишки. Прояви ці звичайно супроводяться болями в долішній частині живота, нагромадженням газів, здуттям і, очевидно, затримками у випорожненні кишки. Пізніше кишка взагалі може втратити свою еластичність.

При спазматичних затвердіннях, що дають здуття і болі, лікар часто звертає свою увагу передусім на стан нервової системи хворого. При наявності ж атонії, коли кишка не функціонує як слід, рідше потрібні рецепти, а частіше нові навички в їдженні, фізичні вправи, уникання стимулянтів для кишки та „вишкіл” прямої кишки для нормальних випорожнень.

Прогулянки і фізичні вправи, зокрема, коли людина засиджується, а для молодших спорт — це необхідність для регуляції травлення та виділювань. Наполегливістю та систематичністю за деякий час можна добитися того, що кишка звикне до регулярності при задоволенні природньої потреби.

У випадку сильно затверділих відпадків, коли випорожнення стає важким і болючим — можна вживати звичайної мінеральної олії, від одної до трьох столових ложок денно. Можна також час від часу вживати легких розвільнюючих засобів, як, наприклад, магнезійного молока, але ні в якому разі не вдаватися до стимулюючих та сильно діючих засобів. А коли вже цих засобів треба, хай їх припише лікар.

Дієта, як уже згадано, дуже важлива при регулюванні кишкових виділень. Вона повинна бути багатою на овочі (яблука,

сливи, помаранчі, груші, виноград і т. д., на ягоди, які треба їсти необбираними, на городину (капуста, редька, огірки, салата, помідори, буряки, шпінат, кукурудза, морква і т. д.). При цьому треба уникати різних потрав із крохмалем (картопля, потраги з муки, білий пшеничний хліб і т. д.), як також виключити солодощі і надмір молочних продуктів. Наполегливість у „вишколі” грубої кишки, а також навантаження її працею шляхом споживання здорових харчів — це основні заходи проти кишкових затвердінь.

16. ХВОРОБИ ПЕЧІНКИ

Печінка — великий і дуже важливий орган, що лежить угорі по правій стороні порожнини живота, зразу ж під діафрагмою, і має дуже багаті сполучення з кровоносною системою, а жовчевою протокою — із дванадцятипалою кишкою.

Печінка продукує необхідну для травлення товщів жовч у кількості 15-20 кубічних сантиметрів на годину, пересічно півлітра на добу. Крім цього виконує вона цілий ряд функцій в обміні засвоєних речовин — вуглеводанів, білків, товщів, ліпідів. Печінка також бере участь у формуванні речовин для зціплення крові, неутралізує токсичні речовини, продукує гепарин, що запобігає хворобливому зціпленню крові, неутралізує сечову кислоту і т. д. Інакше кажучи, печінка — це лябораторія для обміну речовин — метаболізму, без якого людський організм не може обійтись.

Недуги печінки однаково важливі, бо можуть вивести цей орган із нормальної дії і тим пошкодити цілому організмові, а то й привести його до загибелі.

Одна з основних недуг печінки — це гострі або хронічні процеси в її тканині. Сюди треба зарахувати інфекційні процеси, затруєння речовинами, які нищать її клітини, та розлади кровоносної системи, які мають зв'язок із печінкою.

Серед інфекційних процесів чи не найчастіший інфекційний гепатит, який викликається вірусом. Ця недуга (див. розділ про інфекційний гепатит) може дуже сильно пошкодити печінку, і навіть після видужання людини може залишити в печінці позначки кволости, зокрема, коли занедбується лікування. В такому випадку виявляються хронічні недостачі функціональності печінки взагалі, а зокрема обнижується продукція жовчі, що відбивається потім на травленні. Така людина, як правило, має хронічні розлади в травленні, особливо товщів. Сильно пошкоджені клітини печінки рідко-коли приходять до нормального стану, на-

віть при посиленому лікуванні. Лікування гострих процесів успішне лише тоді, коли вони ще не встигли знищити значну кількість клітин.

Інший важливий процес, що нищить клітини печінки — це діяння отруйних речовин, а серед них передусім алкоголю, на який печінка дуже вразлива. В алкогольіків звичайно хвороба печінки розвивається протягом кількох років, іноді скоріше, залежно від кількості споживаного алкоголю і загального харчування. Клітини печінки тоді нищаться, а їх місце заростає фіброзною тканиною; печінка стає великою, важкою, дуже твердою і функції її значно обмежуються. Хворобу цю звать у медицині цирозом печінки, і, коли вона за давна — людині важко знайти рятунок. Лише при незадавленій недозі можна відповідною дієтою, медикаментами, а передусім повною абстиненцією від алкоголю врятувати життя хворого.

Деякі інші, хоч і подібні ушкодження може принести печінці хронічне захворювання серця з набряком. Справа тут, очевидно, в застоюванні крові в системі печінки, і лікується при цьому не печінку, а серце.

Усі хвороби печінки, гострі або хронічні, характеризуються тим, що вона втрачає спроможність переробляти та виділяти в кишку достатню кількість жовчі, і внаслідок цього витворюється жовтяниця; шкіра хворого набирає жовтого забарвлення, сеча стає дуже темною, а кишкові виділини ясного кольору, майже білого. Пояснюється це тим, що кишки не одержують жовчі, а переобтяжений жовчю організм старається її видалити нирками, і сеча забарвлюється надміром жовчевих продуктів. Хворий не може перетравлювати ніяких товщів, навіть потрав, приготованих на товщах. Також не може перетравлювати яєць, багатьох сортів м'яса, а деякі гостріші речі, як помідори, цибуля тощо, можуть викликати сильні забурення в травленні. Хворі на печінку мають звичайно хронічні затвердіння виділин.

За захворювання жовчевих проток майже завжди зв'язане з жовчевими камінцями. Тут також буває ряд ускладнень, але про них мова в наступному розділі.

17. ЖОВЧЕВЕ КАМІННЯ

Статистика виявляє, що від 10 до 35% людей, залежно від місця замешкання і звички до певних харчів, носять у собі жовчеві камінці. Високий відсоток людей із такими камінцями є, на-

приклад, у Німеччині, скандинавських країнах, північних степах ЗСА, східній Канаді.

Одна з теорій про походження цих камінців говорить, що мешканці країн, де споживають велику кількість товщів, мають високий відсоток захворювань жовчевого міхура. Зокрема це стосується споживання молочних продуктів і яєць. Важко сказати, наскільки ця теорія правильна, бо є здогади, що тут грає ролю також спадковий фактор серед певних народів. Але цікавим фактом є те, що серед малорозвинених народів ці камінці не такі часті.

Статистичні дані, базовані на рентгенівських оглядинах та посмертних розтинах, говорять, що не в усіх людей, які мають жовчеві камінці, виявляються будь-які їх симптоми. Приблизно лише у третини таких людей виявляються вони раніше чи пізніше. З тих, однак, людей, які вже мали будь-які симптоми жовчевих камінців — майже 90 відсотків дістають ускладнення, якщо не позбудуться хвороби операційним заходом.

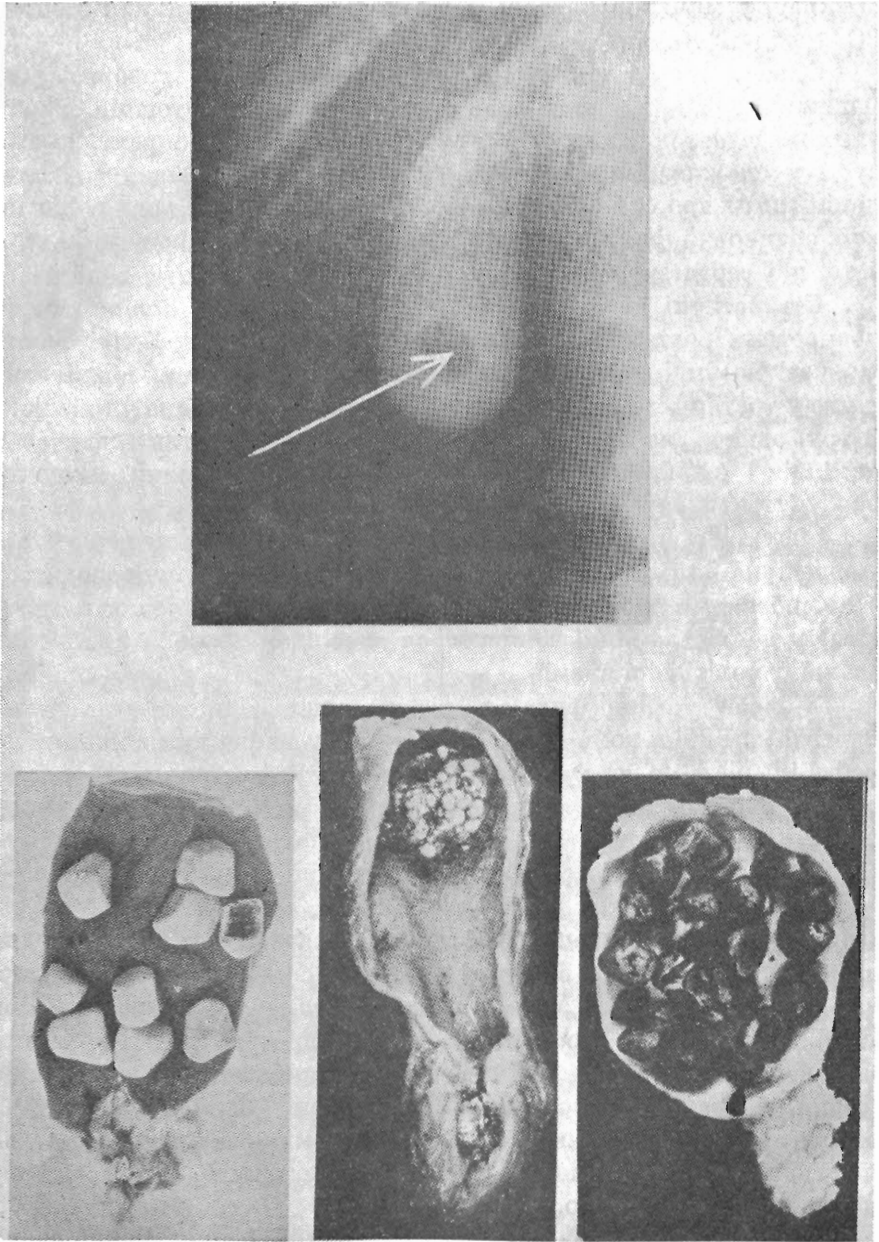
Медицина не знає докладно, як саме і чому витворюються жовчеві камінці, але відомо, що камінці завжди супроводяться захворюванням жовчевого міхурця. Виняток становлять лише діти: у деяких камінці з'являються внаслідок хвороби крові, так званої гемолітичної анемії.

Жовчеві камінці бувають різних родів. Одні мають вигляд справді камінців, коли в них є подостатку вапна та вапняних солей. Більшість це доволі м'які та крихкі витвори, що мають у своїй основі товщеві відпадки. Їх легко можна роздушити поміж пальцями.

Жовчеві камінці бувають різної форми і різної величини — від макового зернятка до курячого яйця. Буває, що вони виповнюють жовчевий мішечок в кількості десятків, але буває й один камінець. Їх форма, кількість і хемічний склад практично не мають значення. Більше значення має їх величина, бо малі камінці іноді „стараються” пройти жовчевими протоками з жовчевого міхура в тонку кишку, куди нормально проходить жовч, допомагаючи у травленні товщів. І так, часом такий камінець застрягає по дорозі, замикає прохід для нормального відходу жовчі, яка збирається в печінці, а згодом переходить в кров, і людина дістає т. зв. жовтяницю.

Очевидно, цей процес не такий простий. Його особливо відчуває хвора людина, бо коли такий камінець „іде на прохід” із жовчевого міхура — це зв'язане з нестерпними болями, і хворий, майже як правило, мусить відбути подорож амбулянсом до лікарні.

Взагалі люди з жовчевими камінцями, які вже виявляють



Зразки захворювання жовчевими камінцями: вгорі рентгенівська знімка, на якій видно більший камінець. Внизу — три різні жовчеві міхури з камінцями, видалені операцією.

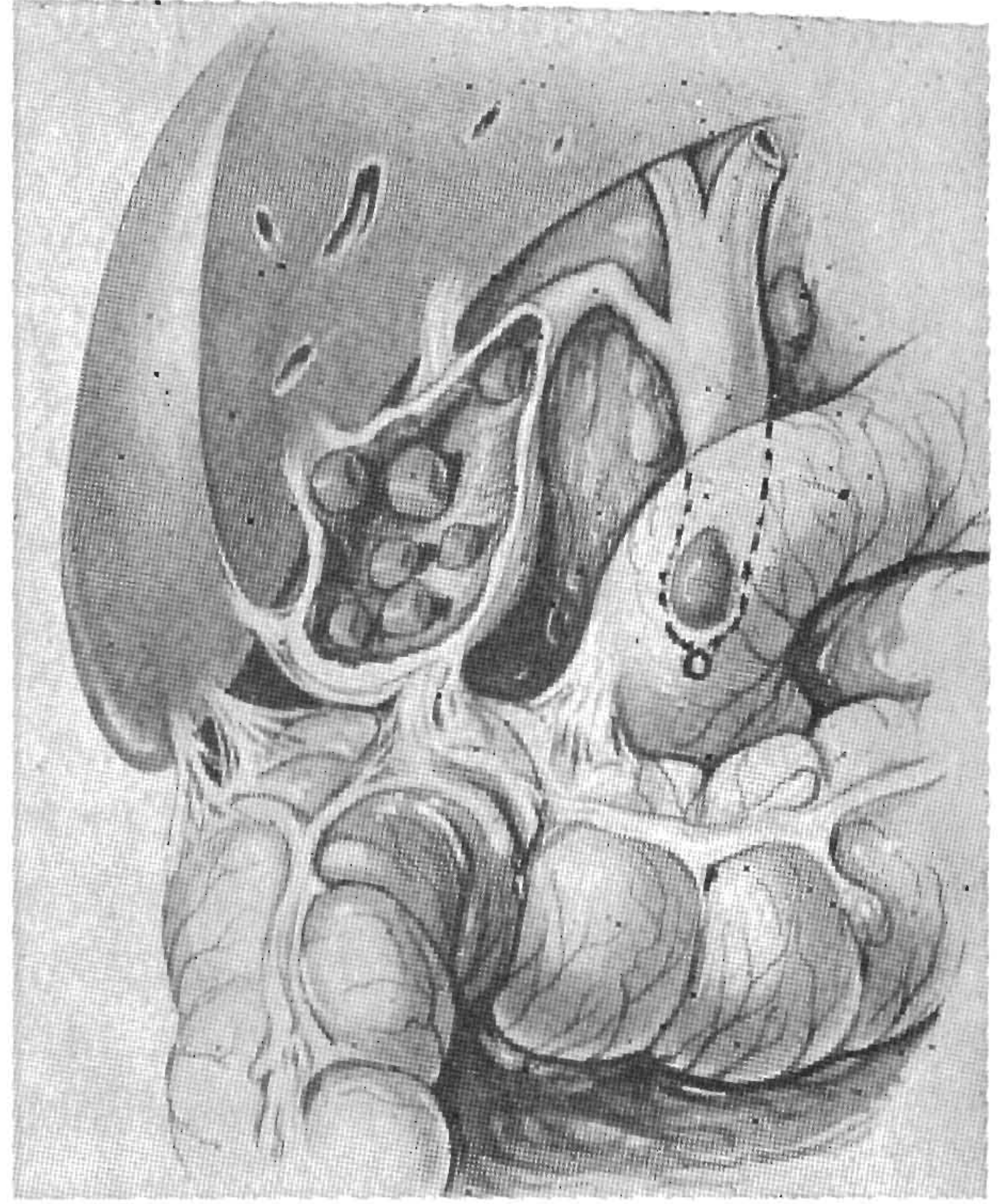
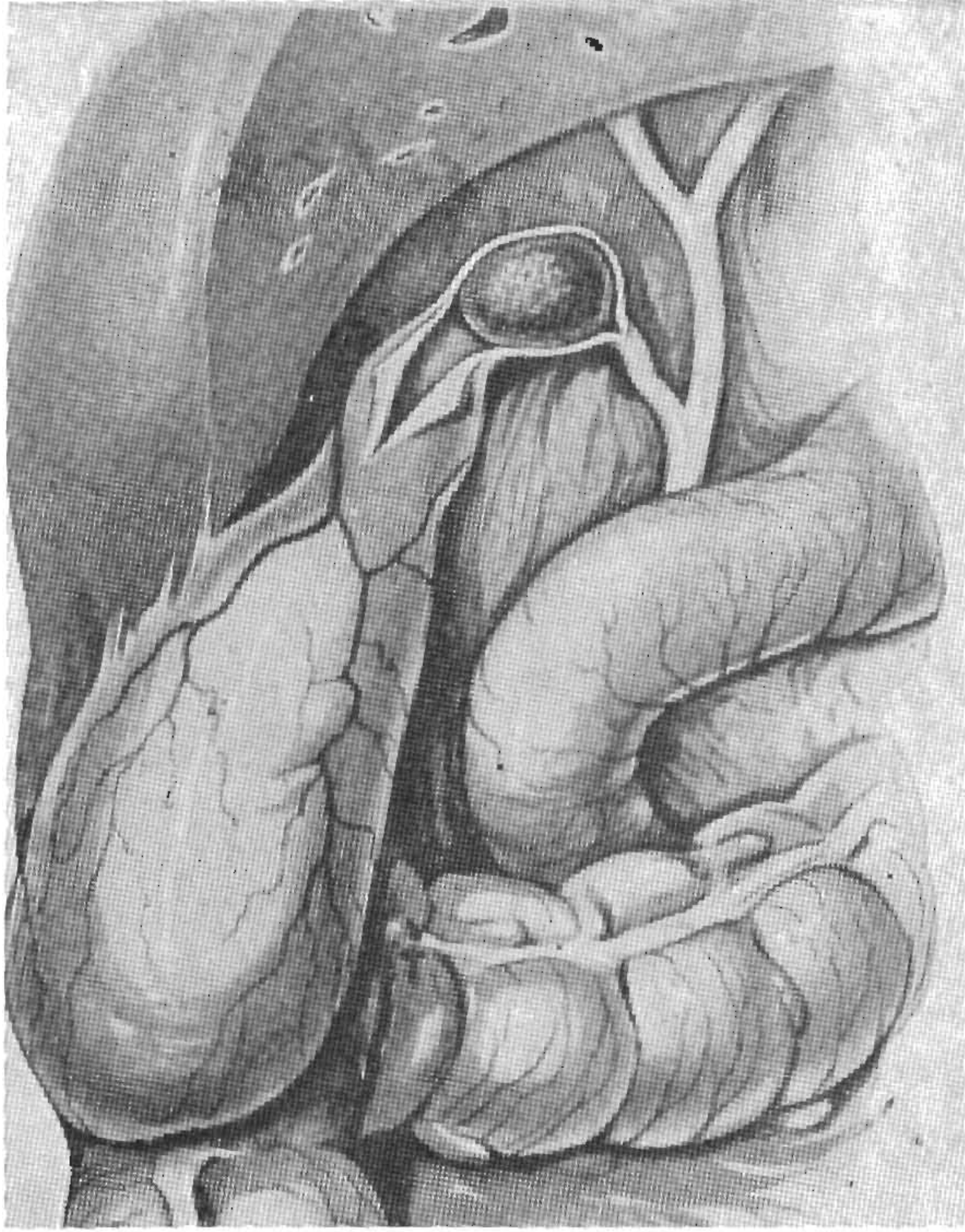


Схема деяких ускладнень, спричинюваних жовчевими камінцями: 1. Більший камінець застряг у жовчевому проході з міхура до жовчевої протоки, викликавши водянку міхура, часто з абсцесом; 2. Менший камінець перейшов крізь прохід міхура, але застряг у головній жовчевій протоці, припинивши вливання жовчі у кишку і тим спричинивши жовтяницю.

певні симптоми, не відзначаються добрим здоров'ям. Навіть менші симптоми дають постійну нестравність, зокрема харчів із товщами, міцними молочними продуктами, товстим м'ясом, їжею, зготовленою на товщах, наприклад, майже всі смажені речі, далі — їжа з міцними приправами, перцем, хроном і т. д. Не зносить така людина також сирі цибулі, помідорів, огірків, а особливо яєчних жовтків. Взагалі вся система травлення при цьому захитана. Жовч при захворюванні міхура з камінцями слабо протікає або, протікаючи, побуждує до функції міхур, який у свою чергу спричиняє біль.

Час від часу у людей з жовчевими камінцями буває нудота з блюванням, сильний біль у верхній частині живота, що розходиться на праву сторону в околицю всієї печінки. Цей біль часто „стріляє” в спину попід праву лопатку. Тоді хворий має піднесену температуру, його живіт стає твердим і болючим, майже всяку їжу чи питво він вертає. Болі, як правило — нестерпні.

Такий випадок — це наслідок гострого запалення міхура, яке спричинили камінці. Іноді витворюється в міхурці абсцес,

який часом тріскає. Операція ще перед тим, поки створиться абсцес, стає необхідною, хоч вона й не легка при гострому випадку.

Якщо хворий мав випадки жовчевих камінців і лікар радив перейти операцію, найкраще перейти її тоді, коли хворий почуває себе добре. Така операція при сучасному стані медицини не важка, і її переносять хворі відносно легко. Далеко важче перейти її тоді, коли буває запалення міхура або коли камінець, „мандруючи”, застрягне в жовчовому проході. Ряд ускладнень утруднюють справу, виздоровлення триває довше, можуть бути ускладнення з печінкою, серцем і т. д., залежно від стану пацієнта.

Отже, при жовчевих камінцях, крім болю і поганого травлення, бувають такі ускладнення: гостре запалення міхура з інфекцією печінки і цілого живота, жовтяниця внаслідок замкнення жовчевих проходів, погіршення загального стану здоров'я внаслідок недоживлення і обмеженої дієти.

Є ще одна загроза: рак жовчового міхура. Ця недуга, згідно зі статистичними даними, вражає в Америці до 2% загального числа людей, які мають жовчеві камінці. Німецькі джерела подають до 5 відсотків. Проти раку жовчового міхурця на сьогоднішній день немає ніякого засобу.

18. ХВОРОБИ ПІДШЛУНКОВОЇ ЗАЛОЗИ

Підшлункова залоза, по-латинськи панкреас, — це серповидна залоза, яка лежить зразу ж під шлунком і має подвійне призначення: виконувати працю зовнішньої і внутрішньої секреції. Протокою зовнішньої секреції вона постачає органам травлення необхідні соки для травлення, а внутрішнім виділенням постачає в кров інсуліну, необхідну для „спалювання” цукру в організмі. При порушеному функціонуванні цієї внутрішньої секреції у людини розвивається діабет (див. розділ про діабет).

Важливу роль виконує підшлункова залоза в травленні харчів, продукуючи і відливаючи в дванадцятипалу кишку соки, які мають у собі ферменти, необхідні для розщеплення окремих груп харчів. Ферменти ці розщеплюють білок на простіші амінокислоти, товщі — на гліцерину та товщеві кислоти, а вуглеводани — на виноградний цукор, т. зв. глюкозу. З цього ясно, що коли продукція соків захитана, тоді й цілий процес травлення, а з тим і засвоювання спожитих харчів розладнуються.

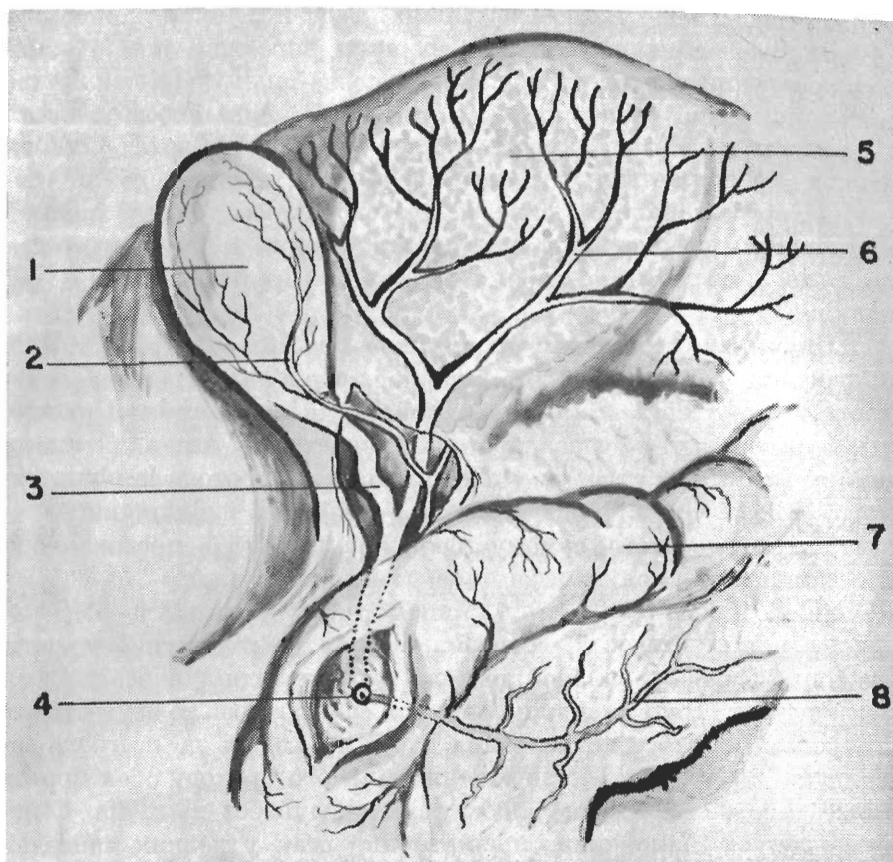


Схема топографії жовчевих проток і протоки підшлункової залози, яка вияснює взаємну залежність недуг жовчевого міхура і підшлункової залози, що подразнюють одне одного при деяких захворюваннях: 1. Жовчевий міхур; 2. Артерія міхура; 3. Міхурова протока, що вливається у загальну протоку; 4. Спільний вихід у кишку; 5. і 6. Жовчеві протоки печінки; 7. Дванадцятипала кишка; 8. Протока підшлункової залози, що зустрічається з жовчевою у спільному проході.

Одним із дуже поважних, іноді навіть смертельних захворювань підшлункової залози є її гостре запалення. Ця недуга появляється нагло, гостро, з усіма ознаками важкої недуги, болями у верхній частині живота, що переходять межі всякого терпіння, блюванням та розладом цілого організму. Лікування мусить проводитися виключно в лікарні, іноді навіть довгий час.

Правильну діагнозу гострого запалення підшлункової залози може поставити лише лікар з поміччю лабораторних аналіз, щоб

вирізнити цю недугу з-посеред інших: недуги печінки, жовчевого міхура, очеревини, перфорації (прориву) виразки і т. д. Процес виздоровлення проходить повільно, а повне вилікування можливе лише при тісній співпраці пацієнта та зміні його способу життя і харчування. Коли пацієнт уперто тримається своїх старих звичок, не старається усунути хворобливих проявів, що викликають гостре запалення залози, тоді скоріше чи пізніше запальний процес повернеться в ще гострішій формі і зможе привести до т. зв. кривавого запалення залози, смертельного у 80% випадків.

Причинами запалення підшлункової залози можуть бути різні фактори, але у майже 75% випадків воно з'являється внаслідок хвороби жовчевого міхурця із жовчевими камінцями. Пояснюється це тим, що жовчева протока вливається у дванадцятипалу кишку тим самим отвором у цій кишці, що й протока із підшлункової залози. Отже, обидві протоки — жовчева і підшлункова — зустрічаються в тому самому місці, і коли одна з проток хвора або замкнена, наприклад, камінцем, то це позначається на всьому механізмі вливання соків у кишку, а тим самим хворобливий процес поширюється із жовчевих органів на підшлункову залозу. Справа в тому, одначе, що коли протока підшлункової залози замикається і соки її накопичуються в самій залозі, то вони стають джерелом великого подразнення, що й приводить до гострого запалення. Замкнення або звуження спільного проходу обох проток може також статися внаслідок інших недуг без камінців. Сюди включається, наприклад, спазматичний стан у деяких частинах органів травлення, що в свою чергу приводить до хронічного звуження протоки.

Інші причини — це деякі інфекції, зокрема, жовчевих проток, які й переносяться на підшлункову залозу. Є здогади, що алергія до деяких харчів може привести до гострої атаки. Одна з частих причин гострого запалення — надуживання алкоголем.

Лікування часто пов'язане з операцією жовчевого міхурця, іноді із зміною дієти, виключенням — і то абсолютним! — алкоголю, операційним розширенням протоки і т. д. Лише правильне і повністю переведене лікування може забезпечити людину від поворотного запалення.

Неповне вилікування гострого запалення або гострі атаки, що повторюються протягом якогось часу, можуть спричинити стан хронічної кволости залози, а з тим і всі супровідні симптоми поганого травлення. Основні ознаки хронічного недомагання підшлункової залози: глухі болі у верхній частині живота, які часто про-

менюють крізь живіт у спину, нудота після важких потрав, здуття шлунка з неприємним „відбиванням” газів, здуття кишок, нерегулярність виділень, при чому відпадки мають вигляд гнилі і іноді можуть мати в собі залишки нестравлених харчів.

У більшості випадків хронічне запалення залози виводить з ладу травлення усіх видів харчів, але іноді може спричинити кволість її у травленні лише якоїсь групи їх. І так, наприклад, кволість залози у травленні товщів завжди викликає болі в шлунку, кволість у травленні білків — нестравність із корчами, а кволість у травленні вуглеводанів — здуття кишок з надмірним виділюванням газів. У таких випадках, коли залоза особливо зле травить певні види харчів, лікар може з поміччю відповідних аналіз виявити недостачу якогось ферменту залози, і тоді лікування облегшується, бо, крім дієтичних заходів, він може застосувати окремі медикаменти, щоб ці види харчів перетравлювалися краще.

В основному лікування хронічного запалення підшлункової залози базується на дієті, і лише в окремих випадках допомагають ліки. Дієта дуже подібна до шлункової дієти (див. розділ про дієти), яка сприяє органам травлення у розщеплюванні і засвоєнні харчів. Крім цього така дієта не провокує продукції шлункових кислот, які подразнюють залозу. Часто індивідуальний досвід щодо вразливості на деякі види харчів буває дуже помічним показником, щоб ці харчі виключити з дієти.

19. Д І Є Т И

Тут у стислій формі подається основи двох дієт, які найчастіше застосовується при лікуванні шлунка і печінки. Шлункова дієта застосовується при лікуванні запалення стравоходу, підшлункової залози, при гастриті, виразці (улькусі) шлунка та дванадцятипалої кишки, гострих розладах шлунково-кишкового тракту тощо. Печінкова дієта — при різних недугах печінки, а також при захворюванні жовчевих проток та при наявності жовчевого каміння.

А. ШЛУНКОВА ДІЄТА

Не рекомендується споживати: Консервовані, пересолені та приправлені м'ясо і рибу; устриці, морські раки, вуджену рибу; овочі та городину в сирому стані; буряків, огірків, капусти у різній формі, кукурудзи, перцю, цибулі та гороху; хліба із повного зерна пшениці або жита; пшеничної каші; усяких сосів до м'яса та потрав; алкоголю у будь-якому вигляді; содових напоїв; со-

лодкого печива, солодошів, конфітур, тортів; густої та перетовщеної супи; концентрованих овочевих соків; усяких-сортів свинини та виробів із цього м'яса; хрону, муштарди, помідорових сосів та інших гострих присмак; каву та міцний чай.

Можна споживати: Каші з вівса, ячменю та рижу; молоко та молочні продукти за винятком гострих сирів; білий хліб, найкраще трохи причерствілий; бісквіти, булочки та інші печива в непересоленій формі і без приправ; яйця, найкраще варені; овочі — варені або консервовані без гострих приправ; в малій кількості добре дозрілі банани та груші; не міцні або розведені овочеві соки; білий сир; варене або печене м'ясо — птицю, рибу, молоду баранину, телятину; картоплю, найкраще варену або печену; рідкі супи без приправ; варену городину; десерти — морозиво, желатину, пудинги, запечені солодкі каші та легкі на товщі і цукор печива; каву з відтягнутою кофеїною та дуже легкий чай.

В. ПЕЧІНКОВА ДІЄТА

Не рекомендується споживати: Смажених та товчених потрав; яєчого жовтка; сирієї городини, за винятком малих і легких салат без гострих приправ; концентрованих супів; алкоголю й содових напоїв; масла, олії, смальцю, маргарини більше як $\frac{1}{2}$ — 1 чайної ложечки до хліба або до варення; надто холодної або надто гарячої потрави; ніяких приправ та гострих присмак; консервованої риби і м'яса; ніяких підлив до салат та потрав; городини в сирій або вареній формі — спаржі, кукурудзи, огірків, перцю, редьки, капусти, цибулі, часнику та помідор; м'яса з товщем, а особливо свинини.

Можна споживати: Варені овочі та розведені овочеві соки; сухі або варені каші без товщу або повного молока; яєчний білок; не міцну каву або чай; відтягнене молоко; рідкі супи на городині; варену городину — моркву, стручкову квасолю, горох, буряки, шпінат, картоплю, петрушку; білий хліб, спечений раніше як один день перед споживанням; м'ясо без товщу у вареній або печеній формі, найкраще пташине м'ясо, телятину та молоду баранину, звільнивши її від товщу; варену або печену рибу; салату без товщевої підливи; десерти — варені овочі та желатину без приправи чи сметани.

Загальний принцип готування потрав при недугах печінки і при жовчевих камінцях — уникати всяких товщів і смажених потрав, а печені не перепікати до затвердіння або припалення.

20. ВАЖЛИВІ СИМПТОМИ

— Труднощі у ковтанні або повертання їжі зразу ж після ковтання можуть означати органічну або нервову хворобу стравоходу.

— Біль при ковтанні або печія в горішній частині живота після нагинання можуть означати запалення стравоходу або прорив шлунка через діяфрагму.

— Біль і розлад після їди часто означають гастрит у гострій формі.

— Біль на порожній шлунок, який втихомирюється після легкої порцави, а особливо після молока або легких супів, часто означає хронічний гастрит або запалення дванадцятипалої кишки. Виразка шлунка не виключена.

— Біль і печія в шлунку після гострих порцав, алкоголю, кави, смажених порцав та кислих овочів або важкої городини можуть також означати хронічне запалення шлунка, високу кислотність шлунка, запалення дванадцятипалої кишки, а також виразку шлунка або дванадцятипалої кишки.

— Корчі і біль у верхній частині живота незалежно від спожитих порцав можуть означати високу кислотність шлунка, розлад шлунка та кишок на нервовій базі або одне й друге разом.

— Чорні або забарвлені кров'ю виділини можуть означати кривавлення з виразки шлунка або дванадцятипалої кишки.

— Блювання з сильним розвільненням майже завжди означає гостре забурення шлунка і кишок на базі інфекції, отруєння або поважнішої нестравности деяких харчів.

— Дошкульні і наглі болі в долішній правій стороні живота можуть означати гострий апендицит.

— Розвільнення з появою крові і слизу у виділинах часто означає запалення грубої кишки, т. зв. коліт.

— Сліди крові у виділинах можуть означати поліпи грубої кишки, пістряк, запальні процеси. Кров, яка показується в кінці акту випорожнення або після нього, може означати гемороїди, але й поліпи або пістряк прямої кишки не виключені.

— Болі в долішній частині живота із затвердінням виділин або корчами при випорожненні можуть означати дивертикуліт з інфекцією або без неї.

— Затвердіння виділин, яке чергується з розвільненням без видимої причини або уживання медикаментів, може означати дивертикульозу, але й пістряк кишки не виключений.

— Гострі болі в правій стороні верхньої частини живота можуть означати забурення в печінці, зокрема при одночасному порушенні травлення. Найчастіше — це запалення жовчевого міхурця або наявність жовчевого каміння.

— Болі в околиці печінки з блюванням і повною затратою апетиту часто означають атаку жовчевого каміння .

— Гострі або тупі болі в околиці печінки з пожовтінням шкіри, темною сечею та надто ясними кишковими виділинами завжди означають хворобу печінки або наявність жовчевого каміння із замкненням жовчевих проток. При підвищеній температурі і раптовому загальному занедужанні інфекційний гепатит не виключений.

Повільна жовтяниця без особливо гострого захворювання може означати хронічну недугу печінки, цирозу печінки, пістряк жовчевого міхурця, пістряк підшлункової залози, неповне замкнення жовчевих проток камінцем і т. д. Лише фаховими і докладними обслідами можна поставити діагнозу.

— Раптовий, гострий і нестерпний біль у горішній частині живота може означати атаку жовчевого каміння, гостре запалення підшлункової залози, тріснення виразки дванадцятипалої кишки або споріднені запальні процеси, які вимагають негайної лікарської допомоги.

XI. ХВОРОБИ СЕЧОВИХ ОРГАНІВ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

При засвоєнні харчів, продукуванні енергії, „спалюванні” харчових продуктів, — при всьому широкому метаболізмі та інших фізіологічних процесах витворюються речовини, що їх людський організм мусить якось видалювати. Видалюються вони через печінку, шлунково-кишковий тракт, легені, шкіру, але головне завдання у видалюванні метаболічних відпадків належить сечовим органам. Через сечу видалюються високотрійливі відпадки, які, коли б вони затримувалися в організмі, могли б спричинити затруднення. Крім того сечові органи регулюють вміст води в організмі.

Сечові органи складаються з двох нирок, які лежать у горішній частині живота, сечових проводів, якими сеча йде від нирок до міхура, самого міхура, що служить резервуаром сечі, та зовнішнього сечівника. Хоч основну працю виконують нирки, недуги можуть траплятися в кожному з сечових органів, забурюючи всю сечову систему.

Відпадки обміну речовин збирає по цілому тілі кров, яка широкою мережею судин проходить в обидвох нирках через т. зв. нефрони — мікроскопічні фільтрувальні апарати, що відбирають з крові трійливі речовини відпадків та надмір води і відводять їх каналцями до більших проток, які з'єднуються в одну сечову протоку нирки по одній стороні. Це саме відбувається по другій стороні, і сеча збігає до міхура, який випорожнюється внаслідок внутрішнього подразнення волокон у міхурі.

Продукція сечі — від 750 до 1 500 кубічних сантиметрів на добу, залежно від харчування людини, споживання нею рідини, втрати води шкірою та легенями, а також від ваги та росту людини. В окремих випадках продукція сечі може доходити до 3-4 літрів денно. Із сечею видалюється надмір води з організму, відпадки метаболізму, зокрема трійливі сполуки, сечова кислота та їх азотні сполуки, надмір мінералів та солей і ряд інших складників. Концентрація сечі звичайно вагається між 1 014 і 1 025 пи-

томої ваги, хоч нирки здібні розріджувати сечу до 1 003 або концентрувати її понад 1 030 питомої ваги.

Залежно від здібности нирок концентрувати або розріджувати сечу, від можливости виділювати трійливі речовини, встановлюється хворобу нирок. З поміччю тих же аналіз можна встановити діагнозу цілого ряду інших недуг, які постають внаслідок захворювання нирок, як гіпертонії, складних недуг серця, а також шлунково-кишкових розладів, печінки і т. д.

Відмова нирок працювати приводить до т. зв. уремії, себто сечового отруєння, яке, якщо його неможливо вилікувати, приводить до неминучої смерти. Ненормальне функціонування нирок дуже часто буває причиною гіпертонії, а з тим і похідних недуг мозку й серця. Звичайно такий стан базується на сильному арте-

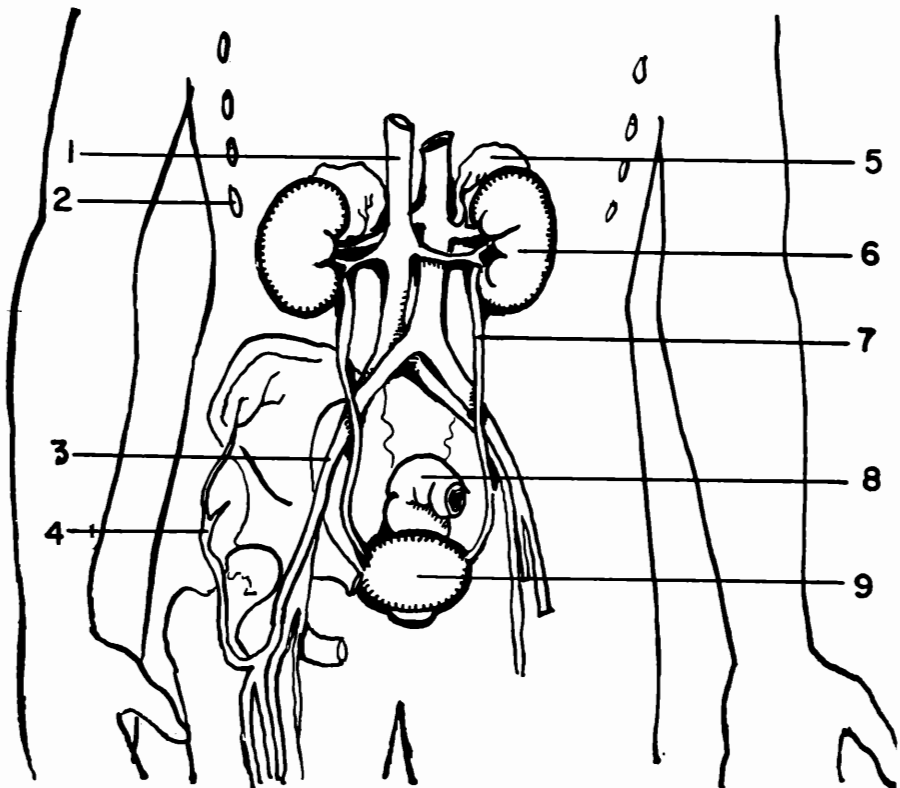


Схема сечових органів: 1. Аорта і долішня частина порожнистої вени; 2. Перекрої ребер; 3. Спільна клубова артерія; 4. Відгалуження її в череві; 5. Надниркова залоза; 6. Нирка; 7. Сечова протока; 8. Перекрій прямої кишки; 9. Сечовий міхур.

ріосклеротичному захворюванні судин нирок. Іноді нирки виконують більшу працю, як їм призначено, рятуючи людину від ускладнень. Сюди, наприклад, належить діабет, коли нирки виділяють надмір цукру, що нагромаджується в організмі і що може привести людину до смерті.

Увесь складний апарат творення сечі, від мікроскопічних фільтрів у нирках, сечових проток аж до міхура, може мати ряд самостійних або пов'язаних між собою недуг, які займають широке місце в урології та ділянці внутрішніх недуг. В цьому розділі торкнемося лише основних недомогань, які трапляються частіше.

2. ПІСТРЯК НИРКИ

Пухлини, які постають у нирках, в більшості випадків приймають форму пістряка. Раннє виявлення такого пістряка може гарантувати повне вилікування засобами хірургії, але запущений пістряк нирки починає давати швидкі метастази, від яких годі врятуватись.

Основний симптом пістряка нирки — поява крові у сечі. Іноді хворий сам бачить кров'яне забарвлення сечі при її віддаванні, однак, частіше на початках кривавлення буває малим і його важко зазримити. Наявність крові у сечі завжди може виявити лікар звичайною її перевіркою. Це дає сигнал дослідити причину появи крові, і ранній пістряк може бути виявлений рентгенівським пересвітленням.

Запущений пістряк нирки кривавить постійно, внаслідок чого хворий стає анемічним, кволим. При розрості пістряка починаються болі в околиці ураженої нирки. Треба мати на увазі, що ранній пістряк нирки майже ніколи не дає болів, а сигналізує про себе лише появою крові.

При появі крові в сечі хворий мусить негайно шукати лікарської допомоги.

3. ІНФЕКЦІЯ НИРОК

Інфекція може дістатися до нирок знизу, від зараженого бактеріями сечового міхура, або через кров, коли бактерії „застрягають” у фільтрі нирки. В одному і другому випадках приходить до гострого запалення нирки, і симптоми та результати однакові. Гострий стан може перейти у хронічний, якщо його не вилікувати.

Бактерії, діставшись у тканину нирки, починають швидко розмножуватись, захоплюючи цілу нирку або створюючи там абсцес. Звичайно за кілька днів або й протягом доби виявляються різні симптоми.

Як правило, температура підноситься до 103° Фаренгейта і вище, людина відчуває сильний дріж і кволість, втрачає апетит, починає блювати. Живіт на висоті поперека тупо болить, а хребет на тій же висоті болить гостро і надокучливо. Аспірина дещо „збиває” температуру, але незабаром вона знову підноситься, попереджена дрожем. Звичайно болить також голова, ціле тіло, і хворому важко повертатись. Віддавання сечі може бути нормальним, але звичайно сеча темна, каламутна і може мати неприємний запах.

Обслідування сечі виявляє велику кількість гнійних клітин, перемішаних із кров'яними клітинами, та клітин із тканин нирок. Тиснення крові звичайно підвищене.

Лікування колись було дуже затяжним і важким, але в сучасній добі антибіотиків — це справа в більшості випадків не складна. Часто лабораторними культурами виявляється також рід бактерій і вживається відповідного антибіотика, аж поки сеча не стає знову вільною від бактерій.

Самим хворим лікувати себе не рекомендується, бо такого роду запалення може перейти у хронічний стан. Ліжко, спокій, рідина у великій кількості, аспірина — це єдині засоби, які повинен вжити хворий, чекаючи на лікарську допомогу.

В. ХРОНІЧНЕ ЗАПАЛЕННЯ НИРОК

Таке запалення може тривати місяцями, а то й роками. У дорослих воно може мати свій початок ще з дитячого віку. Ця недуга дає не сильні симптоми, хоч час від часу приводить до гострих випадків, коли атаки повторюються.

Звичайно при хронічному запаленні, без гострих випадків, температура нормальна або злегка підвищена вечорами. Болі в попереку тупі і зосереджуються біля нирок. Болі голови, загальна втома та виснаження, часами анемічний стан, болі при віддаванні сечі, наявність у ній гнійних клітин — це основні прояви хронічного запалення. В крові доволі часто виявляється підвищений вміст азотних відпадків, що говорить про порушене функціонування нирок та стан уремії. Тиснення крові — високе.

Лікування мусить бути лише в руках лікаря, інакше може прийти до поважного ускладнення включно до прогресивної уремії, гіпертонії, пошкодження кровоносної системи і т. д.

Звичайно при лікуванні гострого або хронічного запалення лікарі рекомендують пацієнтам діету, яка значно обмежує кількість соли, виключає гострі приправи, алкоголь, кислі та мариновані продукти. Але самої дієти недостатньо, бо лікування такого стану далеко складніше і вимагає фахового нагляду.

4. ЗАПАЛЕННЯ СЕЧОВОГО МІХУРА

У випадку запалення сечового міхура також ідеться про інфекцію, яка заражує міхурову слизову оболону. Таке запалення може бути гострим або хронічним, при чому при гострому запаленні симптоми раптовніші, сильніші і часто дуже прикрі.

Основний симптом запалення сечового міхура — часте і болюче віддавання сечі. Звичайно хворий віддає щоразу лише малу кількість сечі, відчуваючи при тому печію і болі з дуже неприсмними спазмами міхура. При гострому запаленні віддавання сечі повторюється дуже часто, — кожних 10-15 хвилин. Температура рідко-коли підвищується, і тоді не високо, хібащо інфекція поширюється вгору до нирок. Долішня частина живота звичайно тупо болить.

Оглядини пацієнта виявляють вразливість живота у нижній частині. Сеча має велику кількість гнійних клітин. При гострому запаленні іноді буває у сечі кров зі слизової оболони міхура.

Лікування таке саме, як при запаленні нирок — відповідними антибіотиками, які треба добирати на основі дослідження бактерій, що викликали інфекцію.

Дієта така сама, як при хворобах нирок. Часто радиться пацієнтам приймати гарячі сидячі купелі або прикладати гарячі компреси на нижню частину живота, які при одночасному лікуванні добре допомагають. Це особливо стосується жінок.

В окремих випадках пацієнта піддається урологічним оглядинам, себто обслідуванню середини міхура з поміччю спеціального інструмента — систоскопа. Також застосовується промивання міхура спеціальними медикаментами, щоб вигоїти слизову оболону. В більшості випадків стосується це жінок, зокрема при хронічних запаленнях.

5. ПАПІЛОМИ СЕЧОВОГО МІХУРА

На слизовій оболоні сечового міхура часом з'являються опухи, найчастіше т. зв. папіломи, що є фактично хворобливими виростками самої оболони. Вони звичайно мають вигляд бородавки, але небезпечні тим, що часто прибирають раковидної форми. Задавнений пістряк важко видалити хірургічним способом, а рентгенівські промені та інші роди радіації на нього впливають дуже мало.

Причини появи папілом у сечовому міхурі невідомі, хоч є підстави думати, що деякі з них постають внаслідок контакту з певними індустрійними продуктами, як, наприклад, анілінові фарби.

Симптоми виникнення та росту папілом характеристичні: безболісна поява в сечі крові раз або двічі на місяць, а звичайно щокілька днів, часами навіть кілька разів протягом дня. Болів при віддаванні сечі немає, але іноді вони можуть відчуватись, коли поверхня папіломи заразиться бактеріями.

Як завжди при появі крові в сечі, особливо при безболісній появі, необхідна перевірка сечових органів, включно з рентгенівським дослідом та оглядинами міхура з поміччю систоскопа. В початковій стадії уролог звичайно знаходить малий папілом, завбільшки одного сантиметра. Такий папілом видалюється електричним інструментом через систоскопічний апарат зразу ж при оглядинах, при чому береться малу пробу для мікроскопічного дослідю.

Початкові папіломи звичайно мають раковидні зміни першого або другого ступеня. Їх, як згадано вище, видалюється. Згодом потрібна перевірка щокілька місяців або кожного року протягом кількох років, бо папіломи з раковидними змінами мають нахил повертатись. При частих перевірках вони не страшні, бо їх можна повністю видалити, забезпечивши стовідсоткове вилікування.

6. ПРОРИВ СЕЧОВОГО МІХУРА

Прорив, краще сказавши — обсунення міхура нижче від нормальної його позиції часте явище у жінок понад 60 років. Причина цього явища — надто велике розтягнення міхура і скріплюючої його тканини під час породу. В молодому віці ця тканина добре втримує міхур, але з роками, коли всі тканини втрачають еластичність, сполучні оболони, які підтримують міхур, слабшають, і міхур дещо обсувається. Разом із тим розширяється зовніш-

ній сечівник, який втрачає дещо сили в контролі затримування сечі.

Симптоми обсунення міхура у жінок доволі виразні: безболісне, але надто часте віддавання сечі, при чому також і вночі хворі мусять вставати частіше. Пояснюється це тим, що при обсуненні міхур ніколи повністю не випорожнюється, внаслідок чого він швидко переповнюється новою сечею, і знов виникає потреба його випорожнити. Віддавання сечі, отже, дуже часте, але не пов'язане з болями, хібащо одночасно постає запалення міхура.

Ще один частий і доволі неприємний симптом при обсуненні міхура з одночасним ушкодженням сечівника — це мимовільне віддавання сечі. В такій ситуації хвора погано контролює наповнений міхур, який часами пропускає кілька краплин сечі. Це, зокрема, трапляється, коли хвора напружується, кашляє, чхає, навіть сміється.

Дослідження сечі в таких випадках не виявляє нічого особливого, але огляд виказує обсунення міхура та розтягнення сечового каналу. Лікування дуже успішне засобом операції: хірург, частіше гінеколог знизу, а іноді розрізом через живіт підтягає міхур на місце і закріплює його.

7. НИРКОВЕ КАМІННЯ

Ниркові камінці можна знайти в самих нирках, сечових протоках та міхурі, і симптоми їх наявності залежать від того, де вони в даний час перебувають.

Ниркові камінці складаються з різних сполук кальцію, сечової кислоти та інших сечових продуктів. Причина їх виникнення не завжди ясна, але припускають, що утворюються вони внаслідок одного або комбінації кількох явищ. Сюди належать: застоювання сечі в нирці, яка не має нормального протоку, повторювані інфекції сечових проток та нирок, висока концентрація сечі внаслідок недостатнього заживання рідини, надмірне споживання кальцію в харчач, а також вітаміну „Д”, хвороба парацитовидних залоз, побільшена продукція фосфору в сечі та ін. Часто причини утворення камінців важко устійнити, хоч недомагання, що їх вони викликають, очевидні. Ними бувають: надто лугова або надто кисла реакція сечі внаслідок незбалансованої дієти, інфекція, недостатнє споживання рідини та хвороба парацитовидних залоз, що нормує метаболізм кальцію. Правильну діагнозу можна поставити лише на основі докладних аналіз.

Камінці можуть бути різної форми та величини, починаючи від зернини піску аж до курячого яйця. Вони часто сидять у самій нирці, не спричиняючи болі, часто камінці меншої величини залишають нирку і мандрують протокою до міхура. Тоді вони викликають нестерпні болі. Це, зокрема, буває тоді, як камінець застрягне в протоці.

Коли камінець ще в нирці, він може викликати тупі болі в попереку по тій стороні, в якій лежить хвора нирка. Часто при тому появляється в сечі кров, і тоді хворий відчуває болі в попереку і у верхній частині живота. Коли камінець з протоки старається пройти в міхур, болі дуже великі і супроводяться також болями в попереку, в даній стороні живота, в якій проходить камінець, блюванням, запамороченням, іноді підвищенням температури та появою в сечі крові. В міхурі камінець рідко-коли викликає гострі болі, хібащо тоді, як старається пройти сечівником.

Хронічні камінці в нирці можуть її доволі сильно ушкодити, привести до обструкції проливання сечі, а з тим до повного затримання продукції сечі в цій нирці і всіх зв'язаних з цим комплікацій. В міхурі вони часто ушкоджують слизову оболону і дають ряд симптомів, подібних до сильнішого запалення.

Лікування виключно хірургічне, хібащо камінці самі вийдуть, а це можливе тільки при малому їх розмірі. З нирки камінець виймається розрізом через живіт і бік, а з сечових проток його можна видалити шляхом систоскопії, з поміччю інструмента. Медикаментів, що „розпускають” камінці, медицина ще не знає, хоч деякі знахури на цьому спекулюють.

Профілактичними засобами часто можна запобігти творенню нових камінців. Це можливе після докладного обслідування вийнятого камінця або такого камінця, що сам вийшов сечовим каналом. Їх хемічний склад вказує на недостачі дісти, яку в пацієнта регулюється, виключаючи або додаючи певні potravи. Іноді відповідними медикаментами регулюють хемічну реакцію сечі, щоб вона не була надто луговою, запобігаючи в такий спосіб творенню камінців із сполук кальцію та фосфору. Також дієтою можна контролювати кислотність сечі. Пацієнтам радиться заживати щодня не менше як 6 склянок рідини, зокрема звичайної води, бо вона має сечогінні властивості і розводнює сечу. Особливо багато рідини рекомендується заживати в літню пору, коли людина з потом втрачає воду, внаслідок чого сеча стає надто сконцентрованою. Також вказане часте контролювання сечі, щоб запобігти інфекціям. Приписаної дісти треба додержуватися довгі роки.

8. ХВОРОБИ ПРОСТАТИ (ПЕРЕДМІХУРОВОЇ ЗАЛОЗИ)

Простата — це чоловіча залоза, що лежить біля самої шийки сечового міхура, і тому її звать передміхуровою залозою. Вона має величину горіха, роздвоєна надвоє, і своїми половинками охоплює сечовий прохід якраз у тому місці, де міхур сполучається із

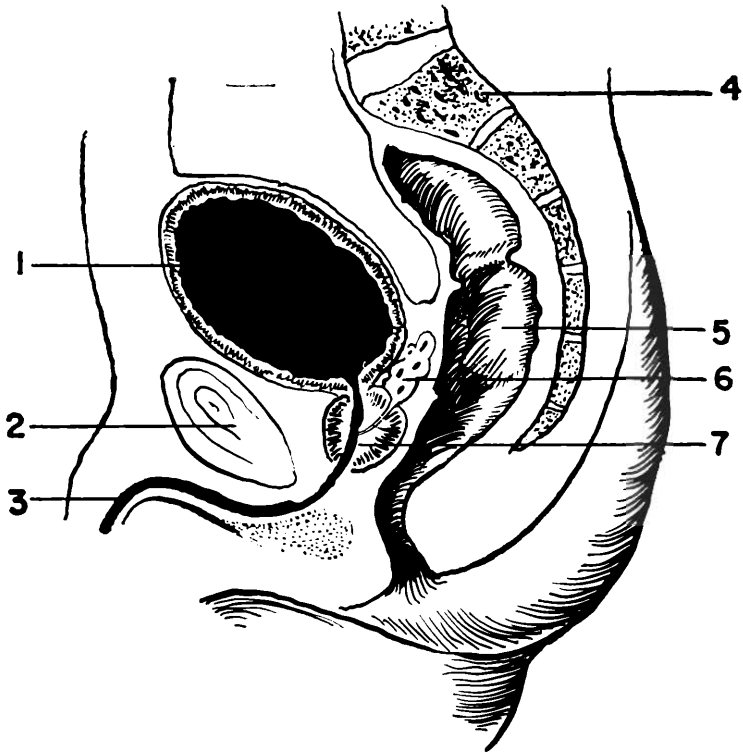


Схема долішньої частини сечового апарату чоловіків: 1. Сечовий міхур; 2. Перекрій мискової кістки; 3. Сечівник; 4. Крижова кістка; 5. Пряма кишка; 6. Сім'яний міхурець; 7. Передміхурова залоза — простата — в нормальному стані.

зовнішнім сечівником. Отже, ця залоза лежить в такому місці, де м'язи міхура контролюють протікання сечі, і, незалежно від того, що за своєю класифікацією належить до статевих органів, її можна розглядати також в рамках сечових органів.

Передміхурова залоза, яка має своє значення в статевому житті людини, часто може спричиняти клопоти специфічного ха-

рактеру як у молодшому, так і в старшому її віці. Наприклад, запалення цієї залози дає симптоми подібні до запалення сечового міхура, але ще сильніші: біль під час віддавання сечі, поява крові в сечі з болями, трудність у пропусканні сечі, біль у прямій кишці і т. д. Такий стан звичайно постає внаслідок інфекції, що попадає в залозу, і може трапитись кожночасно. Лікування відповідними антибіотиками, якщо ведеться його енергійно, приводить до повного зникнення інфекційних бактерій.

Однак, основні недуги простати, які дають надокучливі симптоми та ускладнення — це побільшення її, що має постійний характер. Важливі вони тим, що безпосередньо впливають на функціонування сечового міхура, а згодом і всього сечового апарату.

А. ХРОНІЧНЕ ЗАПАЛЕННЯ ПРОСТАТИ

Цей стан постає внаслідок невилікуваного або за давнього гострого запалення, яке в початках могло не давати гострих симптомів. Деякі роди бактерій, не підсилюючи активно гнійного процесу, продовжують нищівну роботу.

Болі при хронічному запаленні простати не такі сильні, як при гострому, і відчувається їх лише час від часу при пропусканні сечі. Саме ж віддавання сечі утруднюється і стає повільнішим. Іноді трапляються рецидиви гострішого запалення, які спричиняють тупі болі в околиці долішньої частини хребта, долішньої частини живота і в пахвах. При тому може злегка підвищитись температура, а в сечі появляються гнійні клітини.

Хронічне запалення виявляє лікар, обслідуючи хворого через пряму кишку: простата виразно побільшена і болюча. В рідині, взятій з простати, виявляються гнійні клітини.

Лікування затяжне, але необхідне, інакше запалення може перейти в хронічну фіброзу залози з глибоким порушенням її функції. У пізньому віці внаслідок скомплікованого побільшення простати прохід сечі з міхура може заблюкуватись.

Б. ГІПЕРТРОФІЯ ПРОСТАТИ

40% мужчин у віці понад 60 років мають побільшені простати. Приблизно у половини з них постають ускладнення, які вимагають лікування або видалення залози хірургічним способом. Причини хворобливого побільшення цієї залози не завжди відомі, хоч хронічне запалення її в молодшому віці та фіброза є однією із причин.

При звичайному побільшенні простати відчуваються болі лише під час віддавання сечі, і до того ж проходить вона з трудом, малим струмком, повільно. Вранці хворий іноді мусить „надуватись” перед актом віддавання сечі, і лише по кількох хвилинах вона починає проходити.

Внаслідок поганого проходу сечі міхур переповнюється, розтягається, втрачає свою еластичність, в ньому завжди залишається дещо сечі після віддавання, а тому часто витворюється хронічний запальний стан. Такий стан у свою чергу спонукує до віддавання сечі, в якій іноді появляється кров. Звичайно хворий мусить вночі кілька разів вставати. В долішній частині живота відчувається постійне переповнення. Обслід залози виявляє значне її побільшення.

Гіпертрофія простати може привести до ряду ускладнень: хронічного запалення сечового міхура, витворення у міхурі камінців, ушкодження сечових проток та порушення функції нирок включно з сечовим затрусенням — уремією.

Операція, якою в більшості випадків закінчується цей неприємний процес, в наші часи нескладна: її звичайно проводять урологи знизу, виймаючи серез сечівник частину залози, що бльокує сечовий прохід. Видужання триває лише кілька днів.

В. ПІСТРЯК ПРОСТАТИ

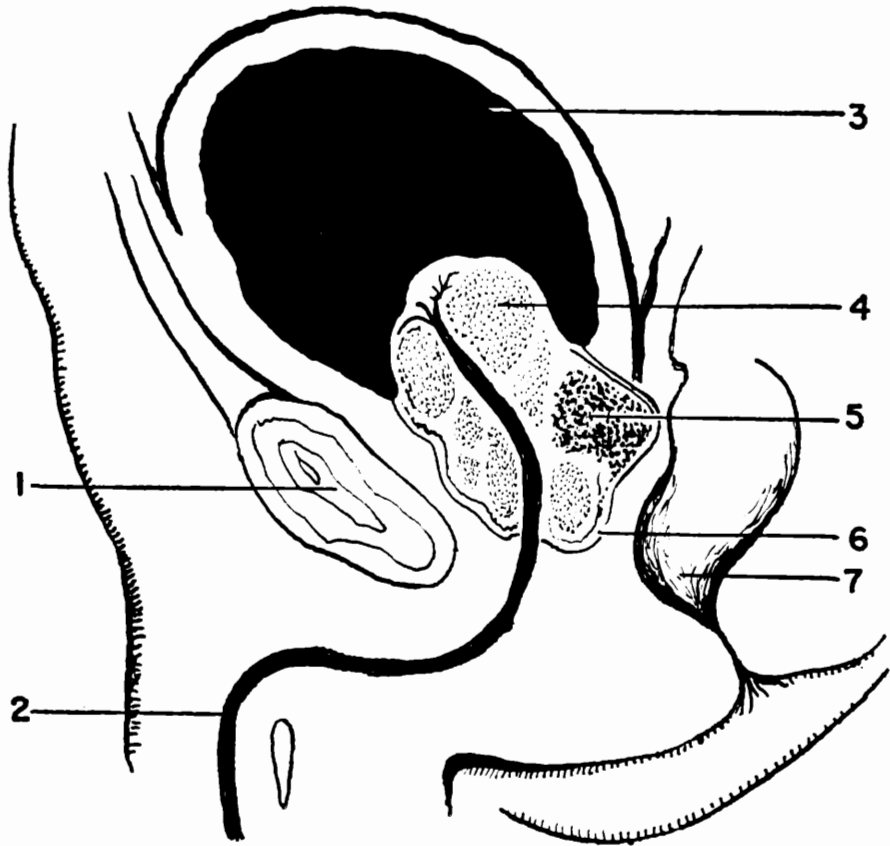
Пістряк цієї залози трапляється далеко частіше, як це звичайно думають. Статистичні дані говорять, що до 14% мужчин після 60-го року життя мають пістряк простати, хоч не в усіх розростається він поза оболонку залози.

У ранній стадії пістряк простати не дає ніяких симптомів. Щойно тоді, як простата побільшується, виявляються симптоми майже тотожні із симптомами при гіпертрофії простати. У прогресивній стадії, крім того, виступають ознаки анемії, і хворий втрачає вагу.

Часто у ранній стадії, ще коли навіть простата не надто побільшена, досвідчений лікар може констатувати пістряка, виявивши в залозі твердий вузол. В такому випадку він звичайно рекомендує вдатися до уролога, який вирізує малу пробу наросту для дослідження. При такому методі пістряк може бути цілковито видалений, а хворий стовідсотково вилікуваний.

Буває й таке, що людина проходить операцію видалення побільшеної залози, але в її тканині уролог виявляє пістряк. Звичайно такого роду пістряк росте і поширюється дуже поволі.

Заражену пістряком простату звичайно видаляється, а хворому приписується медикаменти, що включають жіночі гормони. Справа в тому, що чоловічі гормони мають властивість стимулювати ріст пістряка простати, а жіночі гормони навпаки — стримують його ріст, а крім того сповільнюють продукцію чоловічих гормонів. Іноді, щоб затримати продукцію чоловічих гормонів, пацієнт має ще перейти додаткову операцію статевих органів — видалення сім'яних залоз.



Захворювання передміхурової залози (простати). 1. Перекрій лобкової кістки миски; 2. Сечівник; 3. Сечовий міхур; 4. Передміхурова залоза, сильно побільшена, з розростом у сечовий міхур. Ситуація ця виявляє труднощі сечовиділення при побільшеній залозі; 5. Ранній пістряк у залозі, який ще не проріс крізь оболонку залози. Такий стан лікар може розпізнати, а своєчасна операція може забезпечити повне вилікування; 6. Оболонка залози; 7. Пряма кишка.

Лікування пістряка простати тим успішніше, чим скоріше він буде виявлений. В за давній стадії пістряк розростається, даючи метастази в кості хребта, ребра, стегна та лімфатичні вузли живота. В початковій стадії пістряка цієї залози, коли він ще не розрісся і не дав метастаз, лікування дуже успішне, зокрема у людей старшого віку.

9. ВАЖЛИВІ СИМПТОМИ

— Раптова поява в сечі крові, особливо без болю під час сечовиділення, може означати пістряк нирки або папіломи сечового міхура, які також переходять у пістряк сечового міхура.

— Тупі болі в попереку і животі, підвищена температура та часте віддавання сечі з слідами гною та крові можуть означати гостре запалення нирок або сечових проток.

— Часте і болісне віддавання сечі, що може також мати сліди гною та крові, але без болів у попереку та підвищеної температури може означати гостре запалення сечового міхура.

— Часте віддавання сечі в жінок, але без болю та підвищеної температури, при ослабленій контролі цього процесу (краплини сечі „губляться” при кашлеві, чханні, підношенні тягарів і т.д.), може означати обсунення сечового міхура.

— Часте віддавання сечі в мужчин, також без болю або проявів запалення, вказує на побільшення простати, зокрема, коли пропускання сечі сповільнюється. Побільшення може бути наслідком гіпертрофії простати, але пістряк ніколи не виключений.

— Тупі болі в околиці нирки та поперека з появою крові в сечі можуть означати камінець у нирці.

— Нестерпні болі в околиці нирки та боку живота, що супроводяться появою крові в сечі, блюванням та частим бажанням віддавати сечу, можуть означати нирковий камінець, який проходить сечовою протокою з нирки до міхура.

— Біль при віддаванні сечі, що розходить на долішню частину живота, долішню частину хребта і пряму кишку, з слідами крові в сечі або без них, може означати гостре запалення простати.

— Такі ж симптоми, але не гострі, а тупі і не постійні, можуть означати хронічне запалення простати.

— Віддавання сечі малим струмком у мужчин, з болями або без них, зокрема неможливість віддати сечу протягом кількох хвилин, звичайно означає гіпертрофію простати, але не виключає пістряка. Раптове замкнення сечового проходу вказує на гострий процес, що супроводить сильне побільшення простати.

XII. ХВОРОБИ ВНУТРІШНЬОЇ СЕКРЕЦІЇ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Залози внутрішнього виділення (секреції) — це ряд залоз, які продукують гормони. Звемо їх залозами внутрішнього виділення тому, що їх продукти — гормони йдуть безпосередньо в кров і нею розносяться до всіх закутків організму, не виділяючись назовні.

Ці гормони регулюють численні функції організму, зокрема прямий або посередній метаболізм, баланс солей та мінералів в організмі, ріст та розвиток людини, її статеве дозрівання, баланс води в тілі, еластичність суглобів та шкіри, до значної міри тиснення крові, алергічну вразливість і т. д. Деякі з цих гормонів мають повністю незалежну дію, а деякі узалежнюють свою продукцію від дії інших гормонів. Ділянка ця в медицині широка і доволі скомплікована.

Основні залози, що продукують гормони, такі: гіпофіза, яка міститься під долішнім мозком і контролює ріст тіла, баланс води, а також має безпосередній вплив на продукцію гормонів іншими залозами; надниркові залози, які продукують гормони, що контролюють тиснення крові, працю судин, м'язів та суглобів, а також відомий кортизон, що має також безпосередній вплив на інші залози; щитовидна залоза, яка контролює метаболізм та перетворення харчів в енергію; підшлункова залоза, яка продукує інсулін, необхідний для метаболізму цукрів; статеві, жіночі та чоловічі залози і загруднинна залоза, що контролює ріст людини до 16 року життя.

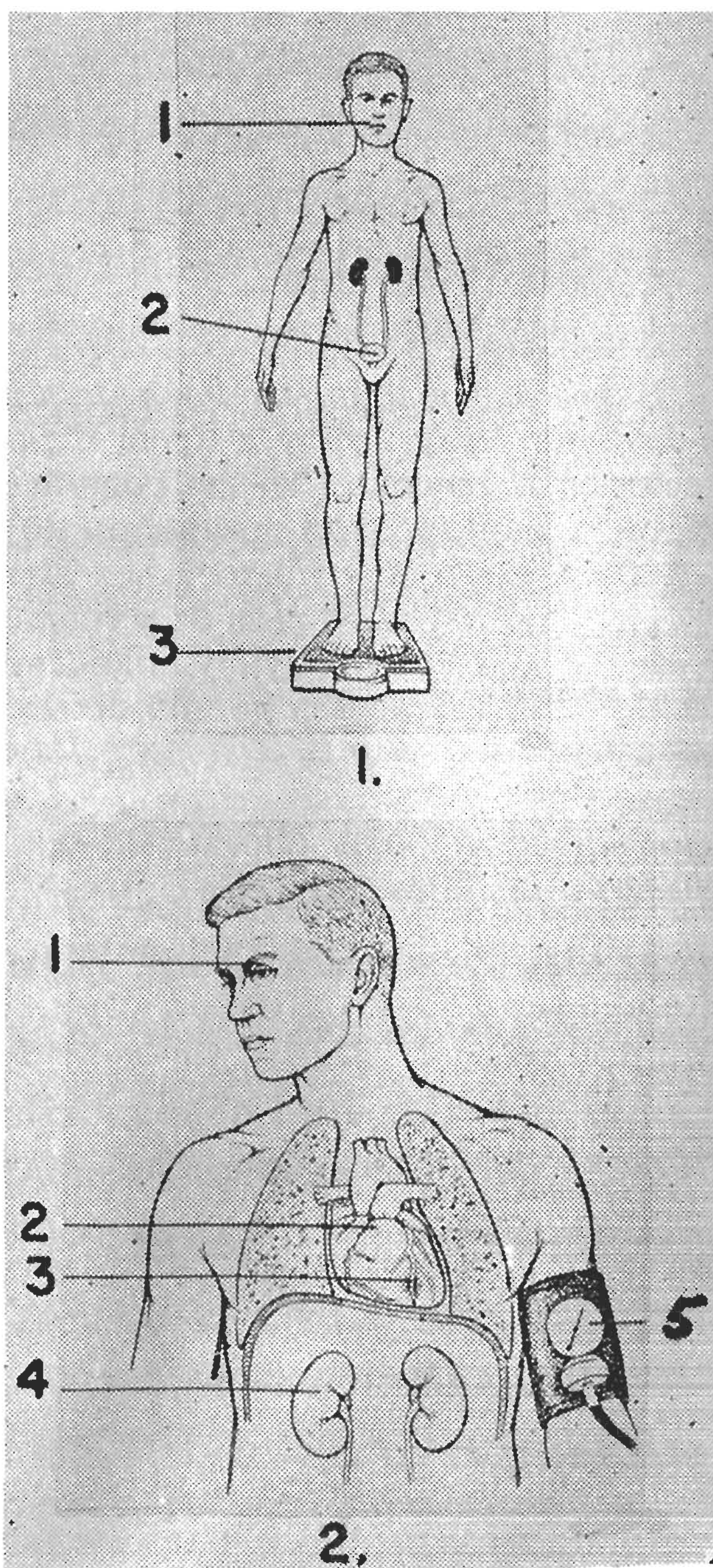
У цьому розділі подаємо лише кілька найчастіших розладів у праці залоз внутрішньої секреції, розуміння яких необхідне для кожної людини. Інші, хоч і важливі, належать до професійної оцінки.

2. ДІЯБЕТ

Діабет або популярно звана цукрова недуга чи цукриця — це хвороба, що виявляється в першу чергу у пересиченні цукром організму, який неспроможний переробляти його на інші речовини.

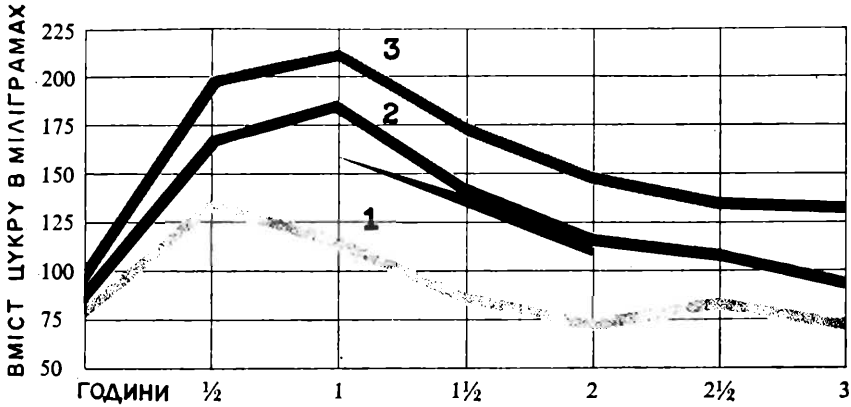
Причини виникнення цукриці ще докладно не з'ясовані, але сюди напевно входять такі, як надмірне споживання вуглеводанів, особливо цукрових виробів, спадковість, надмірна вага тіла, запалення підшлункової залози та ін. Мабуть, не одна причина, а комбінація кількох приводить до її розвитку.

Хвороба ця може виникнути в різних періодах життя, але в більшості випадків з'являється вона між 50-им та 60-им роками і атакує в однаковій мірі жінок та чоловіків, передусім таких, що мають надмірну вагу. В цьому віці хвороба розвивається звичайно помалу, іноді роками, але у дітей і юнаків вона приходить швидко, майже раптово. В молодому віці дуже неприємна, а то й доволі грізна.



Симптоми і комплікації діабету:
 I. основні симптоми — 1. спрага з надмірним уживанням води; 2. сильно підвищене сечовиділення; 3. втрата ваги; II. ушкодження здоров'я внаслідок діабету: 1. затрата зору аж до сліпоти; 2. недуги серцевого м'яза; 3. недуги вінцевої артерії; 4. недуги нирок; 5. високе тиснення крові з недугами артерій.

Сама суть цукриці полягає в квалості підшлункової залози, яка нормально постачає організмові потрібну кількість інсуліну. Інсулін переходить безпосередньо в кров і там допомагає у перероблюванні вуглеводанів, які з його поміччю або „згоряють”, себто окислюються і перетворюються в енергію, або відкладаються у формі товщів чи т. зв. глікогену для пізнішого вжитку. Незалеж-



Діаграма дослідів захворювання діабетом. Випадок ч. 1: у нормальної людини вміст цукру в крові після спожиття 100 грамів цукру підноситься не високо і за дві години повертається до нормального. Випадок ч. 2: у людини з нахилом до діабету вміст цукру після спожиття 100 грамів цукру підноситься вище і повертається до нормального за три години. Випадок ч. 3: у людини з діабетом вміст цукру після спожиття 100 грамів цукру підноситься до високого позему і не повертається до нормального навіть за три години.

но від кількості спожитих харчів, підшлункова залоза завжди продукує таку кількість інсуліну, який тримає цукор у крові в постійному балансі. Очевидно, певний відсоток цукру в крові необхідний для багатьох функцій, але коли, внаслідок квалості підшлункової залози, не вистачає інсуліну — тоді кров перевантажується цукром, і з'являються хворобливі симптоми. Тоді організм намагається видалити надвишку цукру через нирки (цукрове сечовиділення), але цього звичайно на довший час не вистачає, організм щораз більше пересичується цукром, і діабет процвітає.

Цукриця починається здебільша з того, що людина відчуває спрагу, їй постійно хочеться пити, і іноді вона випиває за день декілька літрів води, щоб загасити печію і сухість в роті та горлі. Згодом, незалежно від нормального споживання харчів, вага тіла

спадає іноді так швидко, що хворий втрачає 10-20 фунтів місячно. Витворюється загальне отяжіння тіла, загальна кволість, втома, шкіра починає свербіти, голова крутиться. Особливо жаліються на свербіння жінки. Внаслідок випивання великої кількості рідини, виділювання сечі побільшується, і хворий мусить віддавати її також кілька разів уночі.

Симптоми ці доволі легко зрозуміти. Велика кількість цукру в крові приводить до того, що організм старається його позбутися, виділяючи через сечу. Внаслідок надмірної втрати води в організмі слизові оболонки, зокрема рота й горла, пересихають, і людина відчуває спрагу. Надмірне пиття води, в свою чергу, приводить до підсилення праці нирок. Цукор виділяється тоді з крові, і організм не має можливості його засвоювати. Інакше кажучи, велика кількість вуглеводанів з харчів не приносить тоді користі, вони просто „промиваються” з організму водою. І виходить так, що ніби людина й їсть нормально, але втрачає вагу, бо не має спроможности використовувати всього цукру, крохмалю і т. д.

Цукрова недуга може розвинутися так сильно, що людина втрачає не тільки енергію та вагу, але й свідомість. При цьому може постати грізне затруєння організму побічними процесами, що супроводять діабет. Колись, при відсутності належного лікування, таким людям рятунку не було.

Великим успіхом у медицині було ізолювання інсуліну, а вслід за тим устійнення, що фактично такий самий інсулін, як його має людина, мають і тварини. Так винайдено препарат для лікування діабету. Тепер його добувають із підшлункових залоз битої худоби, проводять через потрібні процеси, устійнюють концентрацію і продають для вжитку. Хвора людина проходить через лікарські досліди, які визначають потрібну дозу інсуліну для поновлення недостатчі, і хворий впорскує собі потрібну кількість, маючи, очевидно, відповідний інструктаж щодо його вживання, дієти і т. д.

Сьогодні вже багато хворих на цукрицю заживають медикамент в таблетках. Це фактично не є інсулін, а препарат, який посилює працю підшлункової залози та регулює працю інсуліну, що є в організмі.

Варто також відмітити, що чим раніше виявлено в людини діабет, тим легше його лікувати. Необхідно знати, що діабет без контролю — це часто причина склерози судин, серцевих ударів, захворювань печінки та нирок, мозкових крововиливів, високого тиснення крові і т. д.

3. НЕДУГИ ЩИТОВИДНОЇ ЗАЛОЗИ

Щитовидна залоза міститься спереду на шиї, на долішній ділянці гортані, поділяючись на дві частини, що з них кожна має вигляд щита. Це невелика залоза, яку можна намацати пальцями під шкірою.

Щитовидна залоза в основному продукує гормон, т. зв. тироксин, який містить у собі понад 60% йоду і стимулює в людському організмі обмін речовин, ріст та диференціацію тканин. Тож, коли бракує в поживі йоду, продукція гормону в значній мірі обнижується, і постають поважні ускладнення. Серед населення, яке живе в горах і мало споживає харчів, що містять у собі йод, часто траплялися захворювання цієї залози. Тепер цю проблему вирішується просто: до звичайної кухонної соли додається на спеціальних фабриках дещо йоду, цього необхідного складника для продукції гормону щитовидної залози.

Продукований щитовидною залозою гормон необхідний для доброго здоров'я, і повна відсутність його приводить навіть до повільної смерті. Цей гормон має вплив на працю серця і на розвиток цілого тіла від дитинства, на тонацію м'язів, нервові тканини, функції інших залоз внутрішнього виділення (секреції), статевий розвиток і т. д.

Надпродукція гормону спричиняє хворобу, яку в Європі називають Базедовою, а в Америці — хворобою Гравеса. Назви ці походять від прізвищ лікарів, які перші описали цю недугу. Часто в медицині її звуть також тиреотоксикозом, що означає затруєння тироксином.

Ряд симптомів, які супроводять надпродукцію гормону, також допомагають лікареві у встановленні діагнозу. Клясичні симптоми хвороби завжди включають: високу нервовість, тремтіння рук, неспокій, загальну кволість, велику вразливість до тепла, потіння без особливої причини, втрату ваги при доброму або й надмірному апетиті, швидкий пульс, перебої серця, іноді болі живота, забування жіночих функцій, зачате віддавання сечі, шлункові розвільнення і „побільшення” очей, які виходять із очних ямок наверх. Хворий на Базедову недугу жаліється на апатію, але одночасно з тим має нахил до посиленої активності, неспокійний і хоче весь час „щось робити”.

Легкі випадки хвороби можуть тривати місяцями, а то й роками. В той час людина просто „не чується добре”, втрачає дещо на вазі, стає непосидючою, у жінок порушуються жіночі функції,

виявляється вразливість до тепла і до ліків, навіть звичайної аспірини, м'язи слабшають, розвивається нервовість.

Важчі випадки швидко прогресують: протягом місяця хворий може втратити 20 і більше фунтів ваги, очі його швидко побільшуються, руки сильно дрижать і весь час мокрі від поту, пульс прискорений і може доходити до 140 і більше ударів на хвилину. Серце швидко втомлюється, виникають перебої, нарешті розвиваються серцеві хвороби. Значно частіше недуга цієї залози зв'язана з надмірно малою продукцією тироксину. Чим менша його продукція, тим гостріші прояви недуги.

Ця недуга може атакувати людину в кожному віці, починаючи від немовляти. Кретинізм дітей, як наслідок недорозвинення залози — це була колись невиліковна недуга, що залишала людину ненормальною на все життя. Тепер, якщо своєчасно розпізнати цю недугу, її можна повністю контролювати, даючи хворому відповідні дози гормону із залоз битої худоби або синтетичні препарати, що заступають природній гормон.

У дітей недостача гормону проявляється дуже типово: дитина, навіть уже від третього місяця життя, починає набирати типово-ненормального вигляду, її рот постійно відкритий і виділяє надмірну кількість слини, язик висувається назовні і грубшає, обличчя набрякає. Таке може статися і в пізнішому віці. Тоді симптоми такі самі, але шкіра набрякає не лише на обличчі, а й на руках та ногах, хоч і залишається зверху сухою. Дитина виглядає апатично, дуже швидко набирає вагу, хоч загальний ріст її тіла затримується. Температура тіла завжди обнижена, інтелігенція низька, мале зацікавлення оточенням, грами тощо. Мова і думки загальмовані.

Коли хвороба проявляється в юнацькому віці, проблеми затримування росту вже немає, але симптоми її подібні: швидке набирання ваги, легка втомлюваність, набрякання шкіри, зокрема обличчя, нижча від нормальної температура тіла, випадання волосся, погіршений слух, загальна апатія, ненормальний статевий і духовий розвиток, повільні рухи та мова.

У дорослому віці такий стан виявляється частіше у жінок, звичайно у віці 35-40 років, а ще частіше 45-50 років, коли жінка переходить т. зв. зміну віку — клімактеричний період. Симптоми недуги однакові у жінок і чоловіків: легка втомлюваність, набирання ваги, апатія, постійна сонливість, брак зацікавлення й енергії, обниження або й повна абстиненція в статевому житті, низький пульс, низька температура, набрякання обличчя та ніг.

Іноді хворі пояснюють лікареві свою недугу перепрацьованням, „нервами”, тим, що, мовляв, „у мене це родинне”, кліматом, умовами праці і т. д. При цьому здебільша звертають увагу на те, що зовсім мало їдять, а все ж вага йде вгору, волосся випадає жмутами, нігті ломляться, не можуть „зігнати сон з очей”, рідко і мало віддають сечу, підпухають очі.

Лікування гормоном залози діє дуже повільно, іноді треба чекати кілька тижнів або й місяців, поки хворий почне відчувати його наслідки. Часом потрібно перевірити хворого ще й ще раз, щоб устійнити відповідну дозу гормону. В кожному разі, коли стан здоров'я не кращає, аж ніяк не треба махнути на все рукою і відмовитись від дальших дослідів, бо кожна людина по своєму реагує на лікування. Крім цього не кожний організм асимілює гормон однаково.

4. КЛІМАКТЕРИЧНІ НЕДОМАГАННЯ

Клімактеричний період, який також називають в Америці „менопаузою”, а популярно „зміною віку” — це недомагання в жінок, яке виникає внаслідок недостатньої кількості жіночого гормону, що його продукують яєчники.

Цей гормон відіграє велику роллю не лише в процесі вагітності та розмноження взагалі, але він має вплив на цілий організм та психіку жінки. І коли в жінки вже навіть зникає потреба вагітності та побільшення родини, то гормон цей все ще не втрачає свого значення для нормального функціонування організму. Лише в зовсім старому віці жінка може без нього обійтись.

Клімактеричний період звичайно починається між 45 і 50-им роком життя, рідко раніше. В цьому періоді приходять деякі розлади фізіологічних місячних процесів, які виявляються в нервовому напруженні, часто з раптовим нервовим подразненням, плачем, іноді з пригніченням, яке може тривати днями й тижнями; жінка, найчастіше вечорами, відчуває, як гарячий піт обливає її тіло, особливо обличчя, як разом з тим починають дрижати і терпнути пальці. При цьому у багатьох жінок пульс прискорюється до 120 і більше ударів на хвилину і в околиці серця відчуються болі; можуть появитись запаморочення з болями голови або без них; іноді наявне надто часте віддавання сечі, хоч сеча звичайно нормальна.

Очевидно, не в усіх жінок і не всі симптоми приходять зразу. Вони можуть проявлятись по одному або групами, одні сильніше, інші слабше, але в такій чи іншій формі має їх кожна жінка в

періоді „зміни віку”. Легше переносять ці симптоми жінки із міцнішою нервовою системою, які втішаються спокійним родинним життям і мають заняття, що дає їм приємність. Найтяжче переносять їх жінки з нестабільною вдачею, невротики, гіпохондрики, а також ті, що мали в минулому важкі недуги.

Клімактеричний період триває від кількох місяців до кількох років, і лікарі вважають, що кожна жінка переходить через цей період подібно, як переходила її мати, якщо, очевидно, має подібні життєві умовини та здоров'я. Це вказує на генетичне, себто спадкове пов'язання цього періоду.

Лікарська опіка жінкою, що переходить „зміну віку”, звичайно полягає в приписуванні легких заспокійливих препаратів, а часто також гормонів, від яких пацієнтка мусить відзвичаїтися в майбутньому, бо продовжене їх уживання може викликати ускладнення. Допомагає загальний спокій і стабілізування родинних та соціальних відносин.

Після періоду описаних угорі симптомів у жінок появляються болі в спині, які не мають ревматичного початку. Деякі жінки при цьому втрачають із своїх костей та суглобів кальцій, і вони стають наче б „рідшими”, себто більше пористими. Ці явища т. зв. остеопорози спричиняють болі. Лікування тут, сперте на рентгені, часто переводиться також гормонами.

У післяклімактеричному періоді жінки мають нахил до швидкого набирання ваги, у деяких розвиваються артритичні болі і т. д., але більшість цих симптомів зв'язана з їхньою загальною активністю, нервовим напруженням або пригніченням.

Треба згадати, що чоловіки також мають клімактеричний період, який починається після 50-го року життя і також пов'язаний з обниженою продукцією мужеських гормонів. Симптоми подібні до жіночих, але виступають вони в далеко легшій формі. Лікування звичайно не потрібне, хібащо людина має клопоти з нервовою системою.

ХІІІ. ХВОРОБИ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Нервова система, яка керує свідомою й несвідомою діяльністю людини, — це найскладніша система в біологічному житті. Хтось навіть обчислив, що треба було б збудувати компютер завбільшки з хмародер, щоб він дорівняв бодай в якійсь частині спроможностям людського мозку. І це не враховуючи творчої думки, ідей, емоцій, духових спроможностей мозку, який працює своїми 12-ма мільярдами клітин.

Нервова система складається з трьох основних частин, які хоч мають між собою сполучення, виконують окремі групи завдань: 1. центральна система, що складається з головного та спинного мозку, 2. периферійна система, що складається з 12-ох пар черепномозкових та 31-ої пари спинних нервів, які в свою чергу мають незчисленну кількість відгалужень, та 3. автономної або вегетативної системи, що складається із симпатичної та парасимпатичної нервових систем.

Центральна система, що є керівним органом усіх нервових дій, має 12 пар мозкових нервів, які керують органами чуття, серцем та іншими внутрішніми органами і деякими функціями обличчя, рота та горла. Крім духових спроможностей, у мозку централізуються всі чуття, рухи, стимули, праця серця, дихальних органів, органів живота і т. д., залишаючи деякі функції автономним системам.

Периферійна система служить провідником різних стимулів з периферії тіла до спинного мозку і провідником команди, яка йде через спинний мозок з головного мозку. Сюди належить передусім рух м'язів, суглобів та інших частин тіла, а також відчуття болю, тепла, холоду і т. д. Інакше кажучи, периферійна система виконує працю або з „наказу” згори, або будучи подразненою оточенням. Відпровадження стимулів до центру та виконання наказів із центру по дорозі перехрещуються, бо права сторона тіла контролюється лівою частиною головного мозку і навпаки, ліва — правою половиною мозку. Отже, при ураженні якоїсь половини мозку завжди паралізується протилежна частина тіла.

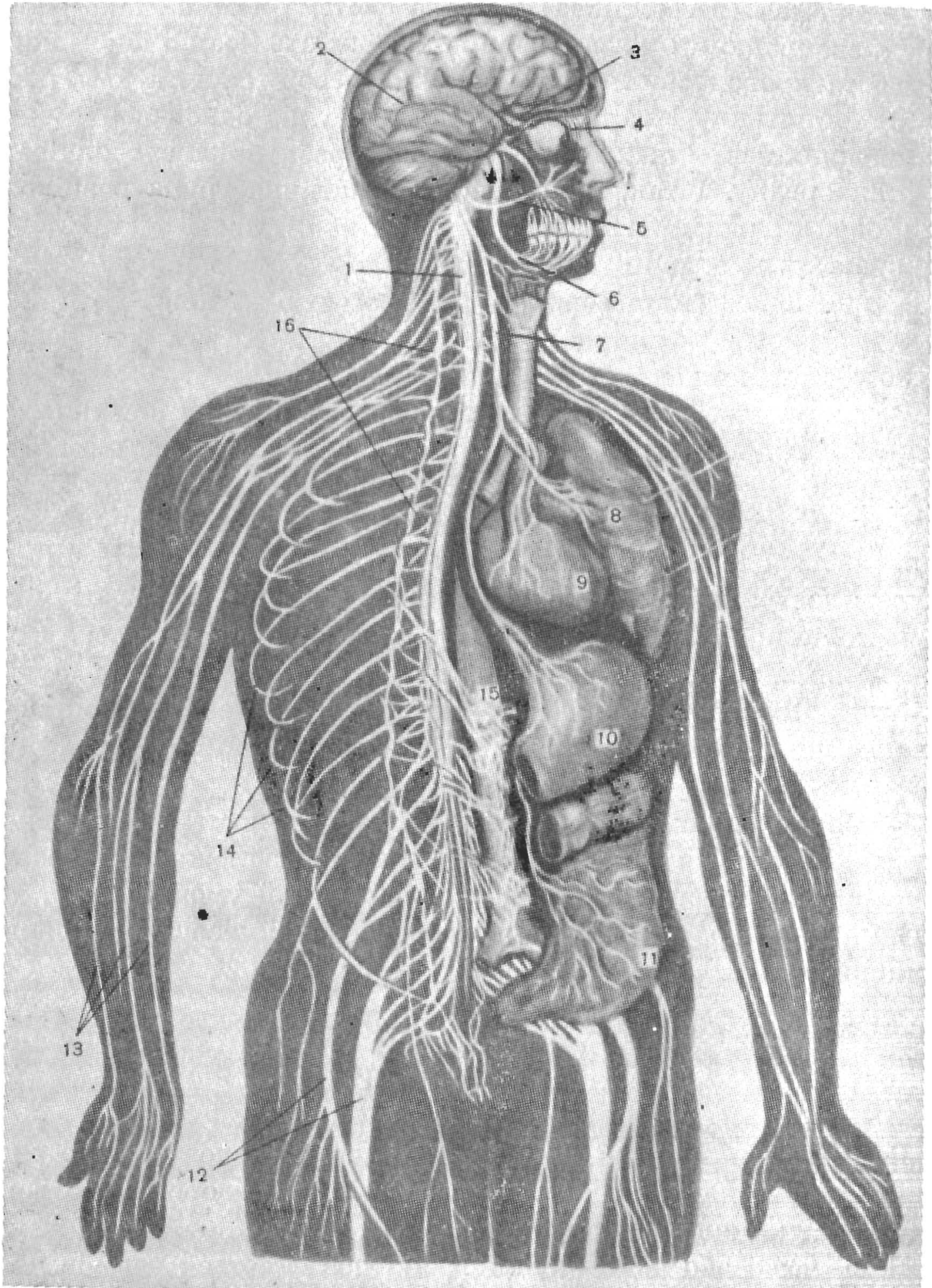


Схема нервової системи: 1. спинний мозок; 2. головний мозок; 3. зоровий нерв; 4. нюховий нерв; 5. лицевий нерв; 6. трійчастий нерв; 7. блукаючий нерв; 8. легені; 9. серце; 10. шлунок; 11. тонка кишка; 12. спинномозкові нерви долішньої кінцівки; 13. нерви горішньої кінцівки; 14. міжреберні та шкірні нерви; 15. сонячне сплетення в череві; 16. нервові вузли симпатичної системи.

Автономна (вегетативна) нервова система автоматично керує всіма т. зв. гладкими м'язами, які контролюють працю внутрішніх органів та кровоносних судин. Маючи у своїй системі дві групи нервів, симпатичну і парасимпатичну, вона діє одночасно у двох протилежних напрямках і, залежно від потреби, балянсує хід праці або стан органу. І так, наприклад, симпатична група розширяє зіниці ока, а парасимпатична їх звужує; симпатична система звужує кровоносні судини, а парасимпатична їх розширяє; симпатична прискорює биття серця, а парасимпатична може його сповільнити; перша розширяє бронхи, а друга їх звужує; перша прискорює рух кишок, а друга сповільнює і т. д.

В такий спосіб, маючи групу нервів для прискорення або сповільнення праці тих чи інших органів, автономна система може кожночасно регулювати хід праці так, як цього вимагає організм. Система ця працює автономно, але має посередній або безпосередній зв'язок із центральною системою, і часто може бути під впливом центральних розрядів. Важливе це тому, щоб зрозуміти, що часто цілий ряд функцій серця, легень, кишок і т. д. може бути під впливом центральної системи, а значить і її напруження, „духового стану” мозку в певний час, пригнічення, емоційних розладів, що в свою чергу можуть витворити цілий ряд симптомів в органах.

В усіх частинах нервової системи можуть поставати розлади, недуги, відбуватися процеси, самостійні або залежні від хвороб інших органів та систем. Сюди включаються й умові недуги, які згадуємо коротко, бо вони належать до спеціалізованої ділянки медицини.

2. БОЛІ ГОЛОВИ

Болі голови або шиї, які передаються на голову, — це одне з найчастіших нарікань людей різного віку і здоров'я, бо вони можуть мати численні причини.

Болі, легкі або й надокучливі, які появляються час від часу і зникають після заживання легких засобів, не дають поважної підстави припускати органічну недугу. Звичайно причиною їх буває легка застуда носа, синусів або вуха, напруження зору, подразнення одного з нервів шиї або обличчя внаслідок неправильної позиції під час сну, розладу в травленні, фізичної або психічної втоми і т. д. Звичайно йдеться тут про звуження або розширення кровоносних судин мозку і черепа.

Ні одна із згаданих причин не є поважною, хоч болі й можуть бути сильними. Звичайно лікарі рекомендують спокій на кілька годин або днів, приймання аспірини або аспіринових препаратів, а коли треба — регуляцію шлунково-кишкового тракту. При болях, які також охоплюють шию, рекомендують гарячі компреси на шию, бо звичайно йдеться тут про запалення м'яза або невралгію, яка передається на череп і скальп. Іноді, коли болі постійні, треба міцнішого ліку.

Бувають, одначе, болі голови, які не припиняються після звичайних заходів, а стають постійними або ж надто частими. В таких випадках необхідна лікарська допомога, бо такі болі можуть постати внаслідок ушкодження голови, пухлин у мозку, високого тиснення крові, анемії, прогресивної інфекції, артеріосклерози мозку, хвороби очей, невралгії одного із центральних нервів, мігрені (див. окремий розділ), психічних розладів і т. д.

При гострих і раптових болях голови із штивністю шиї та підвищеною температурою у молодих людей не виключений менингіт або запалення оболонки мозку. В старших людей вони можуть бути ознакою недалекого мозкового удару, хоч в цьому випадку температура не підвищується.

3. М І Г Р Е Н Я

Мігрень — це розлад в кровоносних судинах голови, характеристичний сильними болями і часто сполучений з розладом зору та шлунку. Механіка цього процесу докладно невідома, але знаємо, що при кожній атаці такого болю надмірно розширюються розгалуження одної з головних артерій, при чому, мабуть, перед таким розширенням ця ж артерія надмірно звужується. При звуженні приходить „стадія попередження”, а коли вже судина розширюється — сама атака болю.

Майже як правило, в стадії попередження хворий відчуває один або кілька симптомів: пригнічення, надто високу дразливість, брак апетиту, внутрішній неспокій; при цьому терпнуть якісь частини тіла, хворому важко вимовляти деякі слова, у нього в очах появляються плями. Рідко ці всі симптоми появляються разом.

Ця стадія, яка по-латині зветься „аврою”, може тривати кілька хвилин, іноді й довший час. Згодом починається сама атака: біль голови, майже як правило з одної сторони, який забирає в свої кліщі її половину. Біль звичайно дуже сильний і іноді розходиться по всій голові й верхньою частиною черепа. В більшості випадків така особа з болями живота або без нього відчуває ну-

доту, що часто закінчується блюванням. Вона дуже вразлива на світло, і найкраще почуває себе в темній кімнаті. Голова при найменшому доторку болить, особливо з одної сторони. Така атака може тривати годинами, а то й днями. Згодом біль минається, і до наступної атаки людина почуває себе нормально. У різних людей ці болі виявляються по-різному: в одних кілька разів на тиждень, в інших один-два рази на рік. Чим частіші болі, тим коротший час вони тривають і не є такими інтенсивними.

Докладна причина мігрені, як сказано вище, невідома, але знаємо, що тут грає роллю спадковий чинник. Вона може бути також спровокована різними факторами, як алергія, себто надмірна вразливість на якийсь харч, косметики, хемікалії, навіть квіти, тварини і т. д., розладом функції залоз внутрішнього виділення, емоційним подразненням, нервовою втомою, надмірним напруженням очей, поганою вентиляцією повітря і т. д.

Атака мігрені, як правило, ніяких ускладнень фізичного порядку не спричиняє, проходить без ускладнень. Важливішою тут є психічна сторона: хворий, очікуючи чергової атаки, нервується, виявляє неспокій, надмірну підозрілість і обережність.

Лікування різноманітне: одних потрібно дослідити відносно алергії і виключити з їх оточення ті фактори, на які вони вразливі, іншим необхідно змінити спосіб життя чи заняття, ще інші потребують порад від неврологів. Мігренья — це більше „індивідуальна недуга”, як будь-яка інша.

Найкраще лікування мігрені, очевидно, профілактика. Тепер є чимало різних ліків, які запобігають атакам болю, якщо їх в пору заживати. Звичайно, коли людина відчуває наближення такої атаки, вона бере кілька таблеток чи капсульок відповідних ліків, і до болю не доходить. Це такі ліки, що контролюють забурення в судинах, і їх може приписати кожний лікар. Вони, очевидно, допоможуть, якщо мається діло зі справжньою мігренею, а не іншого роду болем голови. Багатьом людям помагають простіші, профілактичні засоби: деяким — вдихання 100-відсоткового кисню протягом короткого часу, аж поки стадія попередження не пройде, деяким — таблетки кальцію, заживані кожну годину-дві. Самий біль, очевидно, треба гамувати вже приписаними ліками.

4. ЗАПАМОРОЧЕННЯ

Запаморочення, яке в щоденному житті люди називають також „заворотом голови” або „головокруженням”, — це неприємне відчуття, коли людині видається, що усе довкілля обертається

навколо неї. Відчуття це пов'язане з втратою рівноваги, і людині видається, начебто вона хилиться набік. Вона справді втрачає спроможність іти рівно. Іноді також у лежачій позиції видається, наче кімната крутиться. Внаслідок такого відчуття людина, затративши рівновагу, може впасти. Воно може викликати нудоту та блювання, загальну слабкість, біль голови, млості, потемніння в очах, притуплення слуху.

Запаморочення може бути викликане різними причинами: недугою очей, отруєнням, інфекційним процесом, особливо в усі, анемією, недугами серця та судин, гіпертонією, т. зв. хворобою Мен'єра, розладом органу рівноваги при постійному русі в літаку, потягу, авті та багатьма іншими причинами. В загальному можна сказати, що запаморочення — це симптом, зв'язаний з недугами кровоносної системи судин, зокрема мозку, або органу рівноваги, який міститься у середньому вусі і основною частиною якого є т. зв. лябіронт.

Розглянемо причини запаморочення, беручи до уваги важливіші недуги, що його викликають:

1. До цієї групи входять недуги, зв'язані з порушенням координації м'язів обертання очей, їх фокусування, та г'лявкома. Правильну діагнозу може поставити лише фахівець недуг очей.

2. Запаморочення можуть викликати деякі токсичні матеріали, передусім алкоголь, окис вуглецю (чад), нікотина, наркотичні препарати, аспірина у високих дозах, оливо, бензина, стрихніна, кофеїна, фосфор, анілінові сполуки, бензол, трійливі гриби, випари різних фарб і т. д. Симптоми звичайно раптові і гострі.

3. Діабет (цукриця), уремія, токсикози при вагітності, подагра при гострих випадках, токсикози щитовидної залози. Симптоми звичайно хронічні.

4. Всяка поважніша інфекція будь-якої системи, зокрема мозку, який особливо вразливий на токсичні матеріали.

5. Всякі роди анемії, що обнижують вміст гемоглобіни нижче від 10-11 грамів. Дія тут на мозок через недостатність кисню в крові. Перевірка крові при хронічних або невияснених запамороченнях — необхідна.

6. Всяка інфекція, яка поширюється на середнє вухо, може викликати запаморочення, бо, як згадано, в цій частині вуха міститься т. зв. лябіронт, що регулює рівновагу. Інфекція може бути лише у вусі або сполучена з інфекцією г'лянд, гортані і т. д.

7. Сторонній матеріал у вусі, але найчастіше звичайна сірка (віск), яка, накопичуючись у великій кількості, натискає на перетинку вуха і тим порушує функціонування лябірнту.

8. Хвороба Меньера — специфічна недуга органу рівноваги, яка характеризується посиленням запамороченням, нудотами та блюванням, часто болями голови і великим шумом у вусі. Звичайно вона проявляється окремими, іноді частими випадками. Лікування мусить переводити фахівець вушних захворювань.

9. Деякі недуги серця, особливо такі, що витворюють аритмію, можуть дати симптоми запаморочення, особливо при захитаній ритміці серця.

10. Гіпертонія, тобто високе тиснення крові, буває дуже часто причиною запаморочення, яке припиняється, коли тиснення вертається до нормального рівня.

11. Артеріосклероза мозку, тобто склеротичні зміни в мозку, є нормальним наслідком старіння, який часом посилюється в деяких його центрах, пов'язаних з органом рівноваги, рухом кінцівок, очей, деякими центральними нервами тощо. Недостатність крові внаслідок склеротичних змін в артеріях, а з тим і кисню та поживи для мозкових клітин може викликати хронічне запаморочення, яке виявляє себе особливо при посиленому русі, праці і т. д.

12. Недомагання лябіринту вуха — органу рівноваги, що регулює наші рухи та позицію тіла у відношенні до оточення. Як при різних інфекційних процесах, хворобі Менєра і т. д., функціонування цього органу може бути порушене. І так, відома т. зв. недуга руху, коли людина не може зносити їзди в автомобілі, потягу і т. д., яка подібна до морської недуги.

Крім причин запаморочення, які постають внаслідок різних недуг, можна додати ще такі причини, як опухи мозку, епілепсію („петіт маль”), мігрень, струс мозку, пошкодження черепа та мозку і т. д. Але це причини очевидні і не надто часті.

Коли людина не має жадної із згаданих вище недуг, а проте іноді відчуває запаморочення, то найчастішою причиною цього є вірусове подразнення органу рівноваги через застуду порожнин носа, іноді самого вуха, накопичення сірки у вусі, недостатне чи нерегулярне харчування, брак вітамінів, недобре повітря в помешканні або на праці, недосипання, надуживання ліками і т. д. Стабілізація життя і праці — основні заходи проти такого роду запаморочення. У легших випадках недомагання лябіринту вуха, наприклад, коли людина не зносить їзди потягом чи кораблем, часто помагає „Драмамін”, який продається в аптеках без рецепти.

Запаморочення часто може бути передвісником поважнішої недуги. Тому, коли випадки запаморочення сильніші і постають без виясненої причини, зокрема ж, коли пов'язуються з іншими симптомами, — перевірка у лікаря необхідна.

5. Е П І Л Е П С І Я

Фактично епілепсія — це періодичний розлад мозкової функції, який в основному стосується моторових нервів, себто тих нервів, що керують нашими рухами. Звичайно припадок епілепсії приходить несподівано і триває короткий час, не залишаючи по собі ніяких слідів. Вийняток становлять лише такі випадки, які приводять до якогось фізичного ушкодження.

Дослідження багатьох тисяч епілептиків виявили, що в їхньому мозку нема ніяких суттєвих змін, він під кожним оглядом нормальний. Зміни можна помітити лише перед або під час припадку, і то виявляються вони не внаслідок якоїсь недуги, а внаслідок порушення фізіологічної функції на короткий час. Електричні розряди в мозку, які звичайно умірковано підносяться і обнижуються, стають буйними, відхиляються від нормальної кривої електричних потенціалів і приводять до цілого ряду несвідомих рухів, забурюючи цілу систему нервових шляхів.

Розрізняють чотири форми епілептичних припадків: великий удар, який в медицині звать „гренд маль”, малий удар — „петіт маль”, психомоторні судороги та епілептоподібна атака. Лише з поміччю докладної історії хвороби пацієнта, його безпосередньої обсервації та фахового обслідування можна встановити, чи припадок є справді епілепсією.

Великий удар приходить, як правило, несподівано, часом уві сні. Тоді людина втрачає свідомість і у неї починаються судороги ніг, рук і обличчя, які згодом переходять на м'язи цілого тіла.

В такому випадку треба негайно звільнити шию хворого від одержі, щоб дати йому більший доступ повітря, покласти під голову подушку або щось інше м'яке, а в рот, поміж зуби вставити який-небудь дерев'яний або гумовий об'єкт, який би не дозволив йому прикусити язика і тримав рот відкритим. Після того, як судороги припиняються — а тривають вони звичайно дуже короткий час — хворий засипає. Тоді потрібно накрити його чимось теплим і перенести на ліжку або якесь інше вигідне місце.

При малому випадку свідомість лише захмарюється на кілька секунд, ніколи не більше, як на тридцять. Судорог не буває. Звичайно після припадку хворий не пам'ятає, що з ним сталось. Такі випадки часто бувають у дітей.

Психомоторні судороги дуже легкі. Хворий втрачає контакт з оточенням на 1-2 хвилини і робить безцільні рухи. Свідомість також захмарюється, але хворий не падає і продовжує або рухатись без цілі, або говорити без сенсу. Припадок минає без наслідків.

До сотанньої групи належать епілептоподібні випадки, які характеризуються психічним забуренням без втрати свідомости. Хворий злоститься без причини, нарікає на болі живота, голови і т. д. Сюди входить чимало симптомів, які не виглядають на епілепсію, але уважне дослідження приводить іноді до діагнози цієї недуги.

Фахівці обчислюють, що приблизно піввідсотка людського населення має таку або іншу форму епілепсії. Вона трапляється у кожній расі, в кожному віці. Цю хворобу медицина трактує, як одну із звичайних хвороб нервової системи. Лікування її дуже успішне, якщо пацієнт слідує приписам і перебуває під контролею лікаря.

6. СОНЯШНИЙ УДАР

Соняшний удар — це наглий і сильний розлад центру регуляції температури, який міститься у мозку. Він балансує нашу температуру протягом всього життя і є вразливим на чимало факторів, зокрема на інфекцію, коли температура підноситься. Тривале наświetлювання сонцем, особливо при високій вологості повітря і бракові продуву, може призвести до забурення цього центру, яке характеризується гарячою і сухою шкірою, відсутністю потіння, болями і заворотами голови, нудотою і навіть конвульсіями. Число ударів серця збільшується до 160 на хвилину, температура підноситься до 105-106 ступенів Фаренгайта. Часами приходять шок, при якому смертність сягає до 20% жертв. Щоб рятувати таку людину, часом треба героїчних зусиль, але, безперечно, завжди потрібно швидкої лікарської допомоги. Тож з проявами соняшного удару не слід жартувати. Люди понад 40 років, а зокрема ті, що мають органічні хвороби, як вади серця, високий тиск крові, недуги легень, люди після довгих недуг чи операцій — особливо повинні уникати тривалого соняшного наświetлювання при високій температурі і вологості.

Депо подібним, але все ж відмінним є температурний, або тепловий удар. Йдеться тут не про безпосереднє діяння сонця, а про високу температуру, зокрема при високій вологості. Тут заводить уже не центр регуляції температури, а периферійні судини, які відмовляються працювати і пристосовувати себе до обставин. Людина при тепловому ударі рідко-коли має піввищеву температуру, її пульс лише дещо прискорений, а шкіра звичайно має сірватий колір і волога; вона сильно пітніє, і тиснення її крові спадає. В усьому іншому як при соняшному ударі: болі голови, запаморочення, корчі м'язів, двоєння в очах.

Найкраще забезпечення проти такого стану — регулярне і в достатній кількості заживання соли в харчах, а при сильному потінні під час праці під високою температурою — приймання таблеток соли. Очевидно, треба також мати одягу, яка дозволяє випаровувати потові.

При легших випадках теплового удару люди часто лікують самі себе спокоєм, заживанням великої кількості течива — бульйону, супу, молока, овочевих соків, а передусім солоних речей.

7. УДАР МОЗКУ

Мозковий удар завжди вважалось надзвичайно важкою, а то й смертельною недугою. Тепер цей удар залишається таким же небезпечним. Не зважаючи на високий рівень медицини, ця хвороба забирає багато людей з цього світу і належить до тих, що формують статистичні табелі смерти.

Удар мозку, який називають також апоплексією, а в англomовному світі „строком” — це пошкодження мозку внаслідок наглого припинення функції якоїсь із мозкових судин. Є три роди такого удару: кровотеча зі судини в мозок, тромбоза судини згустком крові і замкнення судини іншим матеріалом, що походить з відлеглої від мозку частини тіла.

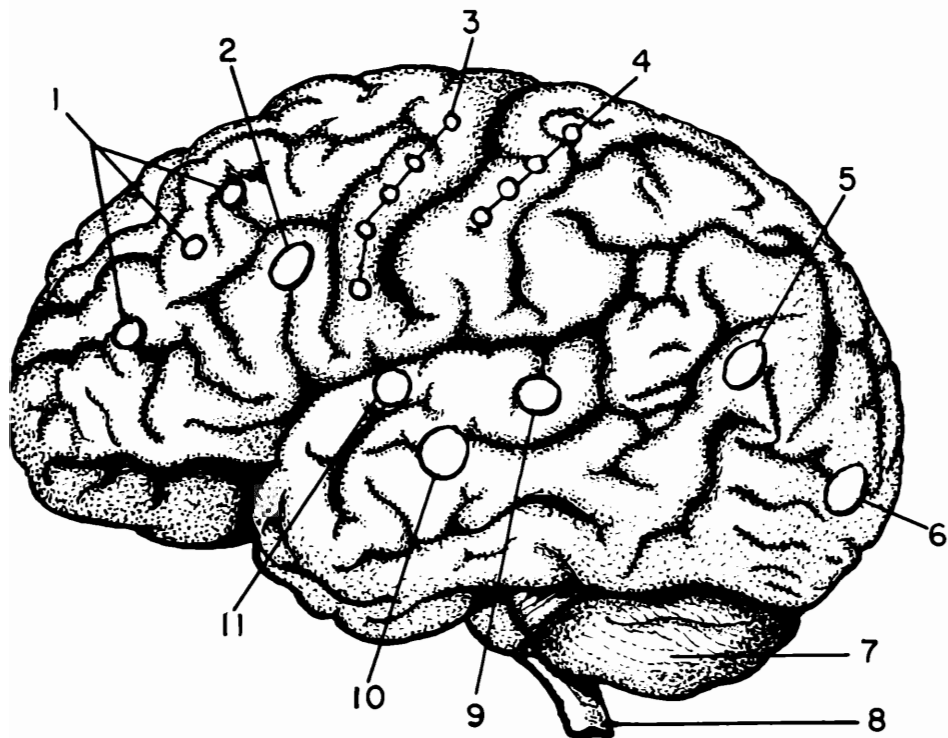
Кровотеча постає внаслідок тріснення судини мозку. Найчастішою причиною такого тріснення є склероза судини і високий тиск крові. Судина стає кволою, її стіни крихкими, і при постійному піднесенні тиску крові вона не видержує і тріскає. Тоді кров заливає частину мозку, і, крім того, приплив свіжої крові артерійною системою до цієї його частини припиняється. Внаслідок цього вона перестає працювати. Коли це сталося з великою судиною або коли в даній частині мозку містяться життєвоважливі центри, людина гине. Коли процес легший і людина виживає, залишаються постійні ушкодження: параліч руки, ноги, цілої сторони тіла, параліч мови і т. д.

Тромбоза судини мозку виникає внаслідок згустка крові, що, зформувавшись у певному місці судини, замикає її і тим припиняє доплив крові до частини мозку. Наслідки такі самі, як і при кровотечі, лише з тим, що при тромбозах смертність буває дещо нижча. Тромбози судин спричиняють більшість ударів. Вони також бувають наслідком склеротичних змін в артеріях.

Судину може замкнути й інший матеріал, як товщ, повітря і згустки крові, що дісталися з іншої частини тіла. Товщ може примандрувати із зламаної при нещасливому випадку кістки, по-

вітря — коли людина нагло переходить із атмосфери з високим тиском в атмосферу з нормальним тиском, а згусток — від хворого серця.

Удар, як правило, приходить нагло. Тоді людина втрачає притомність і, очевидно, не може сказати, „як воно почалося“, а коли вже виздоровлює не може пригадати початку удару. Численні клінічні історії вказують, що удар часто попереджають сильні болі голови, запаморочення, блювання. Однак, трапля-



При хворобах мозку або при т. зв. мозкових ударах — крововиливах у мозок — часто уражаються головні центри, у висліді чого буває параліч або порушення функцій окремих частин тіла. Схема представляє головні центри в корі лівої півкулі мозку: 1. Центри інтелігенції й індивідуальності; 2. Центри мови; 3. Центри руху, зокрема кінцівок; на лівій півкулі — правій частини тіла, а на правій півкулі — навпаки; 4. Центри шкірного чуття; 5. Центр зорового аналізатора мови; 6. Центр зору; 7. Мозочок — центр координації рухів і рівноваги; 8. Подовгастий мозок — місце, де з'єднається головний і спинний мозок, також місце перехрестя нервових волокон, що йдуть із спинного мозку в головний мозок; 9. Зоровий центр мови; 10. Центр нюху; 11. Центр слуху.

ється він і без таких попереджень уже перед самим процесом формування тромбози чи кровотечі. Все ж, коли слідкувати за здоров'ям такої людини, то протягом місяців, а то й років можна виявити „перших ластівок”.

Людина, схильна до удару, майже як правило має підвищений або високий тиск крові. При тому тиск крові нерівномірний. Людина часто має болі голови, які не можна вгамувати домашніми засобами, але їх можна відносно швидко позбутися звичайним спокоєм, відпруженням, припиненням важкої праці. Людина часто має триваліші запаморочення, які можуть бути прикрими, а то й дивними — людина йде по вулиці, їй здається, що вулиця хитається. При поспіху або тяжкій праці відчувається неприємне тиснення в голові, особливо зверху черепа. Буває, що протягом одного-двох днів відчувається кволість у руці або нозі, і хворий думає, що це — „ревматизм”. Шум у вухах, нудоти, часом блювання, нестравлення шлунка, піднесена дразливість, погана координація рухів пальців, рук чи труднощі в мові — це ті перші сигнали, які не мусять, але можуть бути ознаками склерози мозку.

Такі й подібні симптоми, хронічно піднесений тиск крові, а також наявність мозкових ударів у попередніх поколіннях повинні приводити до лікаря частіше. Ряд причин, що звичайно викликають удар, сучасна медицина може стримати або усунути. У деяких випадках склерозу судин, що формується до ступеня замикання судини, легко розпізнає на рентгенівських знімках невролог, а вправний неврохірург або хірург може таке склеротичне накопичення усунути. У деяких випадках усувають навіть частину судини, пошкодженої склерозом, а на її місце вставляють протезу, себто штучну частинку судини. Результати такої операції подивугідні, і їх переводять на головних артеріях шиї, які постачають мозкові кров, т. зв. сонних артеріях.

При ударах, як і при багатьох інших недугах, найкраще лікування — це запобігання, профілактика. Чимало ударів, а з ними й їх тяжких наслідків можна оминати, своєчасно звертаючи пильну увагу на ненормальні прояви.

8. НЕВРАЛГІЯ

Це — подразнення або запалення одного або цілої групи периферійних нервів, яке спричиняє біль та порушує функціонування цих нервів. Джерело недуги може лежати в корені нерва, де

він виходить із хребтового мозку, або ж процес може відбуватися на самій периферії.

Причини, які викликають невралгію, можуть бути такі:

А. Токсичні речовини, якими затрується людина нагло або хронічно, можуть викликати гострий або хронічний біль нервових доріг. Сюди належать затруєння металами, алкоголем, окисом вуглецю, матеріялами для чищення, бензиною, деякими ліками і насонними препаратами.

Б. Інфекція, яка має безпосередній вплив на нервовий шлях даного нерва в якійсь частині тіла. Це зокрема буває при інфекціях зубів, вуха, горла, шкіри у вигляді фурункульози, при туберкульозі тощо. Одно із частих і дуже болючих явищ при інфекційному запаленні нерва — це т. зв. герпес, який постає на базі вірусового запалення, атакуючи цілий нерв від хребта, через цілу половину тіла, даючи при тому міхуркову висипку.

В. Хвороба судин, коли вони не постачають достатньої кількості крові до даного району або прориваються і заливають кров'ю шлях нерва.

Г. Механічні пошкодження нерва внаслідок удару або при хворобі кісток чи суглобів, коли вони своїм згрубінням натискають на нерв. Надмірне напруження м'язів під час важкої праці також може викликати невралгію. Часто вона постає внаслідок невласливої позиції тіла, ніг або рук протягом довшого часу. В деяких випадках нерв може бути натиснений матерією, що проривається із суглобів, диском, що вистає між хребцями долішньої частини хребта, викликаючи невралгію сідничного нерва.

Г. Метаболічні забурення, які можуть постати внаслідок недостачі вітаміну з групи „В”, алкоголізму, шлункових або хронічних хвороб. Діябет, подагра та злаякісна анемія можуть стати причиною прикрого і болючого процесу невралгії, який захоплює більшу кількість нервів.

Д. Ревматичні захворювання м'язів, сухожилля або суглобів. При хронічному стані цих хвороб і невралгія стає хронічною, але при гострих ревматичних запаленнях м'язів або сухожилля гостра невралгія доволі часта.

Яка б причина невралгії не була, вона може виникнути в кожній частині тіла. Власне, не лише біль є її симптомом, бо він іноді появляється згодом. Невралгія також характеризується затротою чуття в околиці ураженого нерва, печією та коленням, і, щойно притискаючи нерв, можна відчути біль. Згодом до затерпіння прилучається біль, який дає про себе знати більше вночі, як удень. Частина тіла, м'язи або суглоб, які обслуговуються

подразненим невралгією нервом, звичайно втрачають силу і пруживість.

Деякі види невралгії можуть симулювати інші недуги. Так, наприклад, при невралгії нерва лівої сторони грудної клітки може бути підозра на хворобу серця. При т. зв. трігемінальній невралгії трійчастого нерва, що дає дуже неприємний і хронічний біль, може бути підозра на хворобу зубів, синусів, вуха тощо. Невралгія нерва шиї може симулювати мігрень, високе тиснення крові тощо.

Одним із частих і дуже неприємних видів невралгії є невралгія сідничного нерва. Ця недуга має в своїй основі такі ж причини, як і всі інші види невралгії, але вона має свої окремі причини, зв'язані з хворобою долішньої частини хребта (див. відповідний розділ). Характеризується вона болем, колінням та затерпненням, що починається в крижах і простягається крізь цілу ногу аж до стопи.

Лікування невралгії полягає в усуненні причини її постання: інфекції, токсичних матеріалів, діабету, анемії, браку вітамінів, ревматичних явищ і т. д. Проте, основною вимогою при лікуванні невралгії є спокій ураженої частини тіла. При гострих випадках допомагають болегамівні препарати, зокрема різні аспіринові препарати. Часто приписують лікарі і сильніші ліки.

При лікуванні хронічної невралгії рекомендується діятермію, гарячі купелі, масаж для побудження кровообігу, гарячі компреси в сухій, а ще краще у вогкій формі, вигрівання району ураження електричними лампами. В багатьох випадках допомагає посилена дієта з високою кількістю вітамінів „С” і „В”. В окремих випадках добре приймати додаткові вітаміни „В”, зокрема вітамін „В-1”.

При лікуванні невралгії сідничного нерва, в додатку до згаданих заходів, рекомендується спати на твердому матраці, бо на м'якому тіло викривлюється і при певних позиціях тіла натягається хворий нерв. При деяких видах невралгії вживають ін'єкцій вітаміну „В-12”.

Окремі види невралгії, як, наприклад, невралгія трійчастого нерва, вимагають лікування спеціалістом-неврологом.

9. ПСИХО-ФІЗІОЛОГІЧНІ РОЗЛАДИ

Цей ряд хворобливих розладів називають у медицині психосоматичними, а в щоденному житті — „слабими нервами”, часом уточнюючи: „нервовий шлунок”, „нервові болі шиї”, „нервове свербіння” і т. д.

Фактично, в окресленні „нервовий шлунок” є значна частка правди, бо є такі забурення шлунка, що постають на нервовій базі. Бувають болі живота, грудей, м'язів, окремих периферійних нервів, голови, сечового міхура, які справді не базуються на органічному захворюванні, а пов'язані з хвилюванням, напруженням, пригніченням або й невідомим емоційним розладом. У таких випадках, самозрозуміло, йдеться про якісь специфічні симптоми, які не мають „справжньої”, себто органічної причини, а виникають внаслідок затрати нервової, психічної рівноваги. З цього висновок, що в людському організмі бувають такі розлади, які мають пов'язання поміж психічним захитанням і фізіологічними процесами. Звідси й назва їх психо-фізіологічні. Розлади ці в окремих випадках можуть бути настільки сильними й надокучливими, що виходять поза рямки лікування загальним лікарем і опиняються в руках психіатра.

Щоб в'яснити пов'язання цих розладів, треба пригадати, що нервова система складається з трьох основних частин: центральної, периферійної і вегетативної. Усі вони мають своє призначення, а вегетативна часто автоматично регулює ряд фізіологічних процесів, як працю серця, легень, шлунка, кишок, сечових проток, міхура, судин. Все ж, не зважаючи на автономність цієї системи, вона тісно пов'язана з іншими, і в багатьох відношеннях залежить від центральної системи, якою є мозок, осередок духових процесів, психічних переживань. І нічого дивного, що коли цей осередок раптом захитується, він безпосередньо впливає на автономну систему, яка в свою чергу викликає фізіологічні забурення.

В'яснюючи це явище, можна навести такий феномен: людина раптом чогось злякалась, і майже в тій самій секунді у неї розширяються зіниці, блідне шкіра, виступає холодний піт, а іноді можуть бути навіть корчі шлунка. Фактично всі ці прояви — це праця забуреної вегетативної системи, бо зіниці, судини шкіри, потові залози шкіри, рух шлунка в нормальних обставинах регулюються автономною нервовою системою. Лише в цьому випадку наглому переляку ця система пілпала під вплив психічного потрясення і вийшла з ладу, втративши контролю над окремими органами. Інший приклад — це коли людина сердиться або свариться. В таких випадках, як відомо, тиснення крові підвищується. Тут також, внаслідок психічного захитання, автономна система, яка контролює звуження і розширення артерій, вийшла з ладу, і судини сильно звузились, внаслідок чого тиснення крові підвищилось.

А тепер, залишивши набоці гострі психічні переживання, розглянемо менші, лагідніші. Деякі з них, хоч здаються незначними, можуть давати прикрі наслідки. Взяти б, наприклад, стан хронічного пригнічення в результаті родинної трагедії, постійного подразнення на праці або хвилювання, зв'язаного з громадськими чи сусідськими неполадками. В таких випадках центральна нервова система зазнає весь час більшого або меншого коливання і подразнює підлеглі собі нервові системи, а передусім автономну.

Отже, всі ці болі, корчі, потіння, втома, забурення у травленні — це найчастіше не вигадані симптоми, а такі справжні, які постають внаслідок психічних процесів, що передаються на вегетативну нервову систему. До того всього треба ще додати, що часто психічні хвилювання постають без наявної причини, глибоко у підсвідомості людини, де вона не має ніякої контролю. Одначе, це вже належить до ділянки психіатрії.

Психо-фізіологічні розлади можуть прибирати різних форм, але в основному виявляють себе у таких групах недомагань:

А. Недуги кістяка і м'язів, що можуть дати т. зв. психічний ревматизм з болями в костях та суглобах; спазми та тремтіння м'язів; корчі м'язів шиї, які в свою чергу провокують болі голови; хронічні недомагання хребта, особливо в попереку та крижах.

Б. Хронічні або гострі недомагання шкіри з різними видами дерматоз, свербіння, висипок, екзем та надмірного потіння.

В. Недомагання серця та судин, які спричиняють тахікардію, себто надто швидке биття серця, симптоматичну ангіну пекторіс, болі в околицях серця. Сюди також належить високе тиснення крові, спазми окремих судин, мігрень, почуття холоду в ногах або руках, раптові зміни кольору шкіри.

Г. Недомагання дихальних органів, що можуть проявитись у спазмах бронхів і навіть, коли для цього існують підстави, викликати атаку бронхіальної астми; у спазмах гортані, в гиканні, хронічному кашлеві, який появляється при особливому подразненні; в надто глибокому й швидкому віддихові, який може привести до запаморочення; в почутті „душення” і т. д.

Г. Недомагання органів травлення, що можуть викликати високу продукцію шлункових кислот, розлад у травленні, болі шлунка, корчі кишок, запалення шлункової оболони — гастрит, запалення грубої кишки включно з виразковим колітом, спазматичні розвільнення, хронічні затвердіння, втрату апетиту і навіть виразку шлунка.

Д. Недомагання сечових органів, що проявляють себе в надто частому віддаванні сечі, спазмах долішньої частини живота, свербінні і т. д.

Е. Недомагання статевих органів, що найчастіше проявляються в місячних розладах у жінок, в статевій неспроможності або хворобливому подразненні.

Є. Недомагання самої нервової системи, яке найчастіше проявляється надто великою втомою без особливого перепрацювання або напруження. Втома може проявитись як лише єдиний симптом, але часто має похідні симптоми шлунка або м'язів і, майже завжди, супроводиться наріканнями на різні болі або корчі, коли їх фактично нема. Деякі недомогання цієї групи впадають у категорію неврастенії.

Лікування психо-фізіологічних розладів зтяжне, а часто й важке. Лікарі часто мусять приписувати медикаменти не лише для заспокоєння нервового стану, але й для лікування уже витвореної недуги (напр., високої кислотности шлунка, виразки, розвільнення чи затвердіння, підвищеного тиснення крові тощо). При цьому часто застосовують препарати сильнішої дії для збалансування психічних переживань. Іноді допомагає розмова з лікарем, перевірка стану для виключення органічної недуги, виявлення ситуації, а передусім винесення на світло денне фактичної причини таких симптомів. Розуміння пацієнтом впливу нервової системи на ряд процесів, зокрема на творення таких симптомів — дуже важливе. Часто саме усвідомлення пацієнтом причин може припинити неприємні недомогання.

10. ДЕЩО ПРО ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ

Психічні розлади і психічні недуги — предмет студій психології і психіатрії. Зокрема ця остання ділянка медицини, що значно поширилася в наших часах, не лише вивчає ненормальні психічні явища, але також їх лікує. Вона надто широка й спеціалізована, тому в цьому розділі подаємо лише кілька основних інформацій про психічні розлади, про які чуємо у щоденному житті.

Класифікація психічних розладів складна і відмінна в різних країнах світу, залежно від методики їх аналізу. Все ж, беручи до уваги загальноприйняті принципи поділу цих недуг, можна згуртувати їх у певні групи.

Центром розумової діяльності і всіх психічних процесів є, як відомо, головний мозок. Хоч він і послуговується периферійною та автономною нервовими системами, а також рядом продуктів

залоз внутрішньої секреції, всі складні процеси перероблення психічних явищ концентруються у мозкові. Ці процеси — величезна і впорядкована суміш електричних розрядів, хемічних реакцій, фізіологічних акцій, споживання енергії та необхідних мозковим клітинам речовин і т. д. Ряд процесів модерній науці ще невідомі, ряд із них щойно в стадії вивчення. Багатьом із тих складних процесів дано умовні назви без визначення причиновості або виявлення докладного джерела, де і як твориться певне почуття, комплекс дії, переживання, реакція.

До таких умовних визначень належить в західній психології поняття „его”, „суперего” та „ід”. Пояснюючи ці поняття, можна, наприклад, говорити про сторінки людської психіки, які, будучи тісно між собою зв'язані, поділяються на три групи: вольові процеси, якими зумовлюється діяльність тієї чи іншої людини і які становлять для неї певний стандарт дії, визначаючи її персональність; інтелектуальні процеси, що синтезують пізнавальну діяльність людини і роблять висновки; та емоційні процеси, що зумовлюють ставлення людини до оточення, її імпульси, нахили, поведінку.

Кожна з цих трьох сторінок психіки може бути в стані розладу, іноді лише одна з них, а часами всі разом. На цій базі розвиваються психічні захворювання.

Модерна психіатрія поділяє психічні розлади на такі групи:

А. ОРГАНІЧНІ СИНДРОМИ МОЗКУ

До цієї групи належать психічні розлади, які, постаючи внаслідок органічного захворювання мозку або зовнішніх причин, порушують його функціональність. Ці недуги характеризуються такими симптомами: затротою пам'яті і орієнтації, обниженням спроможності оцінювати факти і події, послабленням спроможності логічно думати та затротою правильних емоційних реакцій на події і оточення.

До таких мозкових синдромів належать:

1. Запалення мозку або його оболонок внаслідок інфекційних недуг.
2. Подразнення мозку внаслідок загальної інфекції організму та високої гарячки або наявності трійливих продуктів мікроорганізмів. До таких належать: черевний і висипний тиф, ревматична гарячка, важке запалення легень, нирок, сифіліс і т. д.

3. Отруєння медикаментами або хемікаліями. До таких належать також різні наркотики, задурманюючі ліки, маріхуана, насонні препарати, сильні стимулянти.

4. Алькоголізм.

5. Травматичні ушкодження мозку, струс або контузія мозку тощо.

6. Пухлини в мозку, зокрема, коли розростаються вони на основні центри мозку.

7. Важкі форми артеріосклерози мозкових судин, зокрема у старшому віці з наявною сенильністю.

8. Вроджена недоумкуватість, що характеризується недостатнім розвитком мозку.

Кожний із згаданих станів може викликати психічні розлади тимчасового або постійного характеру.

В. ПСИХІЧНІ СИНДРОМИ МОЗКУ

У попередньому розділі визначено такі синдроми, які позначаються змінами у мозковій тканині або порушенням функціональності мозку при наявності трійливих речовин. Причини таких розладів відомі або можуть бути розкриті при дослідженні.

Психічні синдроми — це психічні розлади, коли в мозкових клітинах, тканині чи судинах нема сторонніх факторів, що стимулюють ці розлади. Вони постають виключно на психічній базі без наявної фізичної причини в мозку або організмі. Йдеться тут про анатомічно нормальний мозок, функціональність якого може бути нормальною в багатьох діях, але який має розлади психічного характеру.

До цих психічних розладів належать такі групи недуг:

ПСИХОЗИ

Ці недуги характеризуються повним розладом персональності, розладом думання, затратою контакту з оточенням, неспроможністю відрізнити реальне від нереального і втратою всякої логіки.

Важливіші недуги в цій групі такі:

1. Шизофренія. Термін цей означає „розщеплення психіки”, яке популярно звать божевіллям. Ця недуга характеризується повним зниклом контакту з оточенням: хворий живе „сам у собі”, в своєму власному світі фактів і подій, при повному розладі емоцій,

з галюцинаціями слуховими, зоровими та нюховими. Йому ввижаються картини, які в реальності не існують, він чує голоси і т. п. Недуга також позначається маяченням, ілюзіями, розладом мови, логіки і часто фізичних рухів.

До цієї недуги належать різні форми — проста з галюцинаціями та маяченням, кататонічна з постійним ступором або надто поживленою діяльністю, і гебефренічна форма з прийманням химерних поз, мовною нерозбірливістю, безглуздими жартами. До цієї групи також належить параноїдна форма шизофренії, яка характеризується передусім нав'язливими ідеями, манією переслідування або величності, бурхливою фантазією. Такі хворі вважають себе великими винахідниками, князями або ж жорстоко переслідуваними, катованими і т. д., при чому ніякі аргументи, що все це виплід їхньої фантазії, їх не переконують. Крім згаданих симптомів, хворі мають також інші, типові для шизофренії галюцинації, ілюзії, маячення.

2. Параноїдна психоза. Недуга ця характеризується манією переслідування або — рідше — манією величності, але без галюцинацій. Звичайно інтелігенція такої людини добре затримана і вона, тримаючи контакт з оточенням, може вести нормальне життя. Часами при цій недугі інтелектуально розвинені особи раціоналізують своє поступовання, обороняючи свої „ідеї фікс”.

3. Маніякально-депресивна психоза. Цей рід психози характеризується тим, що у недужого періоди маніякальних і депресивних приступів чергуються. Між приступами можуть бути періоди повного прояснення, і тоді хворий живе нормальним життям. Періоди прояснення можуть тривати від кількох днів до багатьох місяців.

Під час маніякального приступу у хворого сильно підноситься настрій, він бажає посиленої діяльності, укладає різні проєкти, веде безконечні дискусії. Фантазія його сильно збуджена, доходючи до меж неймовірності, навіть маячення. Нерідко він перецінює свої можливості і вважає, що знає все і здібний до всього. Не маючи ніяких медичних кваліфікацій, він пропонує свої методи лікування, не будучи юристом, дає правничі поради, „творить” нові державні устрої, пляни перебудови міст і т. п. Він говірливий, енергійний, хоч увага його розсіяна, а мова нелогічна.

Період депресивного стану характеризується помітним пригніченням, і все довіклля, події та людей сприймає хворий у дуже темних кольорах. Діяльність його раптово спадає, фізичні рухи стають повільними, мова тихою і сумною, думка концентрується на негативних явищах, іноді з нахилом до самообвинувачення.

Ціла картина цієї недуги — як зрештою і кожної психози — може мати різний ступінь, починаючи від легких форм і кінчаючи на важких, які лікують у спеціальних закладах.

Загальною прикметою всякої психози є те, що недужі не усвідомлюють собі, що вони психічно хворі.

НЕВРОЗИ

Це, порівнюючи з психозами, слабші психічні розлади, які характеризуються порушенням функціональності психічних процесів і в яких конкретні симптоми становлять основну картину недуги. Пов'язані ці розлади з гострими або хронічними психічними переживаннями, які часто беруть свій початок ще з дитинства.

Неврози не приводять до втрати контакту зі світом, не витворюють галюцинацій або маячення і не відривають людини від реальності. Виявляються вони помітною зміною поведінки, темпераменту й основних процесів збудження та гальмування в характері. Людина, хвора на будь-яку форму неврози, не затрачує свого „я”, свідомо своїх труднощів і відчуває, що „з нею щось не в порядку”, але не встані сама собі допомогти.

До основних форм невроз належать:

1. Реактивна тривога. Недугу цю називають також реактивною неврозою або станом тривоги. Характеризується вона постійним психічним напруженням, неспокоєм, очікуванням чогось невідомого і злого, відчуттям страху, що іноді може доходити до паніки. Такий стан може викликати фізичні симптоми — втому, посилене потіння, тремтіння пальців, перебої серця. Часто такі люди уявляють собі різні недуги поважного характеру, і тоді стан тривоги поглиблюється.

2. Гістерія. Цей розлад називають також реактивною гістерією, бо часто стан тривоги або інші розлади психіки приводять до гістеричного стану, виявляючи себе суто фізичними симптомами. Гістерія характеризується рядом фізичних симптомів та розладом емоцій, при чому фізичні симптоми — очевидні і звичайно важкі. Психічні симптоми виявляють себе втратою духової рівноваги з випадками емоційних вибухів, ненормального сміху, помітного пригнічення, удавання якоїсь недуги перед близькими, свідомим говоренням неправди. До фізичних симптомів належать судорожні болі, корчі кінцівок, втрата чуття дотику, навіть параліч окремих частин тіла.

До поважних форм реактивної гістерії належать нагла втрата зору, слуху, пам'яті або унерухомлення кінцівки без органічної недуги чи ушкодження. При стабілізації психіки ці симптоми зникають. Сюди належить також сновиддя або т. зв. люнатизм, коли людина ходить у сні, виконуючи різні рухи або уявні завдання.

В загальному гістерія — це стан психічного розладу на емоційній базі, хоч він може супроводитися й рядом фізичних симптомів, зв'язаних з органами чуття. При цих розладах хворий підсвідомо старається повернути до себе увагу оточення.

3. Реактивна фобія. Це — розлад, що характеризується паталогічним страхом перед якоюсь недугою, людиною, твариною, навіть об'єктом або простором. Наприклад, людина з реактивною фобією боїться перебувати на відкритих місцях у полі, в літаку або в замкненій кімнаті, боїться громовиці, темряви. Очевидно, цей страх породжується не звичайною обережністю, це панічний страх, який у підсвідомості символізує якісь явища і тим самим сигналізує глибші психічні розлади.

4. Реактивна депресія. Цей стан прикметний великим пригніченням, песимізмом, хвилюючими депресивними переживаннями. Хворий зосереджується виключно сам у собі і в своїх переживаннях. Він залюбки говорить про свою „трагічну долю”, має нахил до самообвинувачення, перебільшує факти. Цей стан викликається звичайно постійною тривогою або психічною травмою, зв'язаною з якоюсь сумною або нещасливою подією. Цей рід неврози важливий особливо тим, що у випадках глибшої депресії, зокрема пов'язаної із станом тривоги, хворий має нахил до самогубства, а тому швидко лікарська допомога — необхідна, іноді навіть проти волі хворого. Такий стан викликає також наркоманія та зловживання ліками.

5. Психастенія. Недугу цю можна розглядати як окрему або ж пов'язувати її з деякими іншими неврозами, як, наприклад, з неврозою нав'язливих станів. У більшості випадків вона виступає з іншими типами невроз. Психастенія — недуга дуже поширена в модерних суспільствах і захоплює людей різного суспільного рівня, але здебільша хворіють на неї інтелектуально розвинені особи. Головний її симптом неспокій і підозріливість хворого, яка іноді переходить у реактивну тривогу з помітним нахилом до сумнівів супроти оточення, подій, власних учинків. Хворий неспроможний швидко приймати рішення, а прийнявши їх сумнівається, чи зробив правильно.

Інший важливий вияв цієї недуги — це настирливі ідеї, що їх хворий відчуває невгамоване бажання або внутрішній примус

зреалізувати Цей вияв називаємо нав'язливим станом. Хворий свідомий того, що його задум поганий, але не має внутрішньої сили стримати себе від його виконання. І так створюється психічний конфлікт: нав'язливий стан спонукує виконувати якийсь часом і ненормальний вчинок, і це породжує сумніви, тривогу та підозріння. Не виконати — значить посилити тривогу, а виконати перешкоджають сумніви. Комбінації симптомів тривоги, підозріння, настирливих ідей, задумів, внутрішнього гону до реалізації ідей і в той самий час сумнівів можуть бути дуже різноманітні. Ця невроза глибоко виснажує нервову систему.

Психастенію не треба змішувати з неврастенією. Ця остання входить у ділянку фізіологічних розладів на психічній базі, і її основними симптомами є фізична втома без того, щоб людина справді фізично вичерпувалась, а також ряд симптомів шлунка і кишок, болів м'язів, голови, спини без органічного захворювання, імпотенція і т. д. Психастенія — це виключно психічні процеси, які рідко мають симптоми фізичного характеру.

РОЗЛАД ПЕРСОНАЛЬНОСТИ

В цю ділянку, яку також можна назвати групою недуг розладу характеру, входить довгий ряд розладів, які самі по собі не є сукупністю різних синдромів, що характеризують означену психічну недугу, а радше обмеженою кількістю симптомів. Вони визначають ненормальні зміни в характері людини, яка може жити, думати й працювати нормально, виявляючи гострі відхилення лише в певних умовах або під впливом сторонніх стимулянтів — людей, подій тощо.

Основні групи розладів персональності такі:

1. Емоційно нестабільний характер: людина дуже бурхливо реагує при найменшому психічному напруженні, вона постійно перебуває в конфлікті з іншими, що базується на емоційних відхилах, починаючи від надмірної тривоги до слабо контрольованого почуття ворожості до інших без особливих причин.

2. Пасивно-агресивний характер: має три групи — пасивно-залежний з помітною пасивністю, нерішучістю та бажанням чийсь опіки над собою; пасивно-агресивний з виявленням агресивності до оточення у пасивній формі через помітну впертість, недіяльність або обструктивізм до діяльності інших, заперечування і т. п.; агресивний тип, що характеризується одвертою агресивністю до оточення, злобою, подразненням, деструктивною поведінкою, бажанням домінації тощо.

3. Антисоціяльний тип: тип, який завжди перебуває в якихось клопотах із суспільними звичаями, законами тощо. Він не має нахаги навчитись на власних помилках, пристосуватись до нормального життя. Звичайно — емоційно нестабільний, з слабо розвиненим здоровим глуздом, часто злочинний.

4. Дисоціяльний тип: тип, що ігнорує громадські або суспільні коди, хоч і не вдається до злочинности, як антисоціяльний тип. Він визнає лише власний спосіб життя, думання і дії, який найчастіше є наслідком виховання або постійного перебування в певному середовищі.

5. Сексуально відхилений тип: сюди входять гомосексуалісти, педофіли, статеві садисти та інші.

6. Тип навиків: до цієї групи входять люди з такими характеристиками, які мають нахил до витворювання різних навиків — алькоголізму, наркоманії, зловживання ліками, вживання маріхуани, ЛСД і т. п.

ПСИХО-ФІЗІОЛОГІЧНІ РОЗЛАДИ

Цю велику групу розладів обговорили ми в попередньому розділі під такою самою назвою, маючи на увазі особливість симптомів та їх часту зустріч у щоденному житті.

**
*

Причини психічних розладів, класифікація їх симптомів, діагноза окремих недуг і, нарешті, лікування — завжди складні, бо і надзвичайно складна людська психіка. Лікування психічних розладів завжди мусить бути в руках лікаря-психіатра, бо лише він може застосувати відповідне лікування.

XIV. ДЕЯКІ ХВОРОБИ ОРГАНІВ ЧУТТЯ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Людський організм має п'ять органів чуття: смаку, нюху, дотику, зору і слуху. З поміттю цих органів, що координують свої дії як у свідомій, так і у несвідомій формі, людина має широкі можливості контактуватися із зовнішнім світом. Ці спроможності контакту набирають ще й особливого значення, стаючи об'єктом інтелектуальних, логічних, розумових, аналітичних процесів, а також базою для багатьох фізіологічних функцій.

Усі органи чуття тісно пов'язані з центральною нервовою системою, а часами є частиною цієї системи. Сприймання зовнішніх подразнень, переведення їх у головний мозок та витворювання реакційних імпульсів або дій — це все відбувається з поміттю окремого роду нервових клітин, нервових шляхів та нервових центрів. Тож не дивно, що чимало недуг органів чуття також тісно пов'язані з головною нервовою системою, часами є частиною недуги мозку або окремих нервів, а часами лише симптоматичним наслідком недуги центральної нервової системи.

Раптові або повільні, але постійні зміни, наприклад, у чутті нюху або смаку — це майже завжди недуга, що має свій осередок в мозку. Затерпнення пальців, рук, ніг чи іншої частини тіла до затрати чуття дотику — це недуга нервової системи, периферійної або центральної. Тут у більшості випадків це лише симптом недуги, що міститься деінде, а не в самому органі.

Затрата чуття дотику завжди виступає при невралгії, недугах спинного або головного мозку. Коли нема очевидних проявів, що це може бути лише невралгія якогось периферійного нерва, тоді необхідний докладний обслід лікарем, а то й неврологом.

Чуття смаку може затрачуватися при певних недугах язика, але коли нема очевидного на це доказу, треба припускати, що ядро недуги в мозку. Це відноситься не лише до затрати смаку, але також до інших проявів, як, наприклад, печення язика, терплення з одного або двох боків. Причинитись до такого стану може ряд недуг, в тому числі й крові, недоліків у харчуванні, інфекції, але дуже часто буває, що такі симптоми є сигналом недуги мозку.

При затраті почуття нюху важливу роль може відігравати гостра або хронічна інфекція носа та синусів, алергічне подразнення, як це буває при сінній гарячці, вірусове запалення при застуді або інфлюенці, сильне зігнення середньої стінки носа в одну сторону, яке заблюковує половину носа. Але коли очевидних причин нема, тоді й тут треба підозрівати хвороби мозку. Коротко кажучи, якщо нема очевидних причин для затрати будь-якого чуття, то причина майже завжди в нервовій системі або в самому мозку, і тоді треба шукати допомоги спеціаліста.

Недуги органів зору і слуху — очей та вух — також у своїх симптомах можуть бути пов'язані з недугами мозку, але вони мають також довгий ряд своїх власних недуг, іноді надокучливих і поважних у своїх наслідках. За винятком простіших інфекцій та ушкоджень, лікування недуг очей і вух належать до спеціалістів, і тому ми торкаємося лише частіших недомогань або симптомів, які повинні звернути на себе увагу.

2. ХВОРОБИ ОКА

Серед хвороб очей доволі часті інфекційні хвороби, які можуть розвинутиись або на повіках між віями, або на слизовій оболоні внутрішньої сторони повіки. Назовні ці інфекції творять малі гнійні міхурці, які набрякають, болять і можуть поширюватись. Лікарі лікують такий стан різними краплями або втираннями з антибіотиками, іноді розрізують міхурці, але завжди рекомендують пацієнтові робити гарячі оклади на уражене око і тримати його в особливій чистоті. Промивання ока також іноді допомагає. При легких інфекціях без особливого набряку та зачервоніння вживають для промивання борної кислоти в дистильованій або перевареній воді, роблячи приблизно 2 до 3% розчин цієї кислоти. Практично це — чайна ложечка кристалів кислоти на склянку теплої води.

Інфекції слизової оболонки — складніші, і лікувати їх треба лише з поміччю лікаря. Вони часто можуть поширитися на слізний апарат, рогівку, а то й на ціле око. Звичайно при такому стані повіки дещо припухають, око стає червоним і з нього випливає жовтавий гній. Око болить, іноді свербить, стає дуже вразливим на світло. У початковій стадії гарячі компреси і промивання можуть допомогти, але лікарська допомога, як сказано, необхідна. Препарати, що продаються в аптеках без рецепти, при інфекційних процесах ока не годяться.

При малих подразненнях внаслідок запорошення ока, подразнення димом і т. д. можна з успіхом вживати різних крапель, що продаються по аптеках, бо вони промивають очі і мають у собі дещо із заспокоюючих засобів для слизової оболонки.

В око можуть потрапляти сторонні речі — піщинки, кусники металу, дерева. Зі слизової оболонки ока вони звичайно виходять із слюзою. Такі сторонні об'єкти можна усувати дуже легким розчином борної кислоти (чверть чайної ложечки на склянку води), промиваючи око. Можна також промивати готовим розчином або краплями, купленими в аптеці, клаптиком м'якого паперу або чистого полотна. Коли ж такий об'єкт сидить на рогівці ока, тоді усунути його мусить лікар, інакше на рогівці може створитися ранка, що потім перейде у рубець, який ушкодить зір.

Фізичні ушкодження, діабет, високий тиск крові, хвороби мозку, катаракта, глявкома можуть бути причиною значної втрати зору, а то й сліпоти. Їх лікувати мусить лише спеціаліст, часто з участю лікарів інших спеціальностей. Запальні процеси оптичного нерва також викликають прогресивну втрату зору. Колись вони приводили до сліпоти, але тепер їх лікують з успіхом.

Катаракти, які трапляються часто в людей старшого віку, це хвороби очних кришталіків, які заростають непрозорим матеріалом і не пропускають променів світла для нормального бачення. Операційне видалення хворої сочки та добре достосовані окуляри повністю повертають зір.

Глявкоми — це дуже небезпечні хвороби очей, які мають свою причину в надто високому тисненні рідини в очах. Тиснення цієї рідини спричиняє сильний біль, що супроводиться болями голови, нудотою, а то й блюванням. Сила зору затрачується, бо тиснення пошкоджує оптичний нерв. Якщо глявкому не лікувати, вона приводить до повної сліпоти. Більшість глявком лікують або оперують тепер з добрим успіхом.

Недуга ця може бути хронічною і прогресивною, а також може постати раптово. Біль ока із ослабленням зору, болями голови, нудотою та появою кольорових плям навколо джерел світла завжди викликає підозру на розвиток глявкоми. Швидка лікарська консультація — необхідна.

Зайво згадувати, що при всяких фізичних ушкодженнях ока внаслідок удару, попарення хемікаліями, ураження промінням сонця і т. д. треба звертатись до лікаря.

Раптова втрата зору без болю, яка трапляється у людей з високим тисненням крові або недугами серця, найчастіше буває в результаті наглої зміни в очних судинах. Це може бути тріснення

судини, тромбоза склеротичної артерії, згусток крові, що примандрував з іншої околиці. В таких випадках рання допомога може зоерегти зір. Зокрема, згусток крові в артерії можливо розпустити антикоагулянтами.

3. ХВОРОБИ ВУХА

Затрата слуху, хронічна або раптова, може статися внаслідок інфекції, ушкодження слухового апарату середнього вуха, ушкодження слухового нерва або при ушкодженні деяких мозкових центрів. Інфекції не зразу погіршують слух, хіба при гострих процесах в середньому вусі або коли інфекція триває довгий час.

Інфекції зовнішнього каналу вуха дуже часті. Вони можуть бути бактерійні або грибкові і характеризуються тим, що з вуха витікає гнійна рідина. Цей процес не завжди викликає біль, він відчувається лише тоді, коли перетинка або т. зв. слухова оболонка заражена інфекцією. Зрештою, при задавненому процесі в самому каналі інфекція переходить на оболону, а то й середнє вухо. В такому випадку перетинка перестає реагувати на звукові хвилі і навіть може тріснути, залишаючи перфорацію-дірку, а з тим і обниження слуху. Інфекції зовнішнього каналу постають найчастіше під час плавання, внаслідок недодержування приписів гігієни вуха або при наявності в ньому надмірної кількості сірки.

Запалення середнього вуха починається майже завжди з інфекції носа, синусів та горла. Бактерії попадають через внутрішній канал в околицю слухового апарату та оболони, спричиняють гнійний процес і ушкоджують слух. Звичайно цей процес гострий, викликає у вусі, поза вухом і в цілій околиці голози сильний біль, іноді спричиняє прорив оболони і дає гнійні впливи, перемішані з кров'ю. Температура звичайно підвищена. В більшості випадків присутні також застуда або болі горла.

Як в одному випадку, так і в другому, при запаленні зовнішнього чи середнього вуха не рекомендується лікувати недуги самому. Це надто ризиковна річ, яка може загрожувати затратою слуху. Протягом кількох годин чи дня, поки не наспіє допомога від лікаря, можна робити гарячі оклади, брати аспірину і, якщо є під рукою, уживати краплі проти болю у вусі. Ці краплі можна набувати в аптеці без рецепти (див. розділ про домашню аптечку), але вони помагають лише на короткий час.

Повільна й безболісна затрата слуху може статися внаслідок старої інфекції, що ушкодила слуховий апарат, а також внаслідок склеротичних змін у внутрішньому вусі. Ушкодження слухового

апарату чи оболони інфекціями направляють хірургічним способом, іноді навіть перещеплюючи нову оболону. Цими операціями багатьом людям повернено слух.

Глухота на нервовому ґрунті — справа складніша, але не завжди безнадійна, коли нерв не дуже ушкоджений. Але хронічні зміни у середньому вусі той стан ускладнюють.

Інфекційні процеси в зовнішньому вусі, гострі або хронічні запалення середнього вуха, хронічні запалення носа та синусів, що мають вплив на слух, — це ті причини, яким людина з лікарською допомогою може своєчасно зарадити, забезпечуючи цим собі добрий слух на майбутнє.

Ніколи не рекомендується при запальних процесах прочищувати собі вуха. Це може, якщо потрібно, зробити лікар. Єдиним способом прочищувати вуха, який людина може стосувати при їх здоровому стані — це промивання теплою водою. Однак, деякі люди мають вузькі зовнішні канали, і сірку важко вимити. В таких випадках можна вживати гумові порскавки з м'якими кінцями. При повній обструкції зовнішнього вуха це мусить робити лікар.

Треба згадати, що при подразненні вуха, його обструкції, інфекції і т. д. іноді порушується орган рівноваги, що міститься у внутрішньому вусі. При тому людина, ходячи, сидючи чи лежачи, може відчувати запаморочення. Часами подразнення вуха навіть не цілком очевидне, наприклад, при затканні сіркою, при замкненні проходів повітря до середнього вуха, при сильній нежиті, сінній гарячці, застуді синусів і т. п. Іноді навіть невеличка перешкода в середньому вусі може вивести орган рівноваги з нормальної дії і спричиняти запаморочення. Якщо такий стан не проходить протягом короткого часу, треба звернутись до лікаря. У деяких людей запаморочення буває наслідком високого тиснення крові.

XV. ХВОРОБИ КІСТЯКА, М'ЯЗІВ І СПОРІДНЕНИХ ТКАНИН

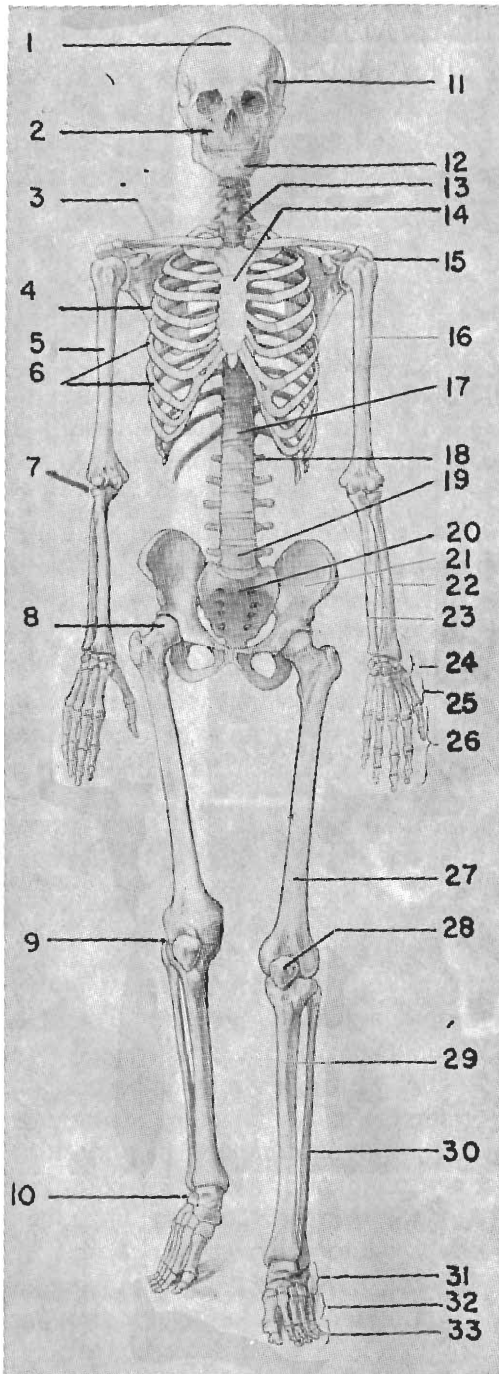
1. РЕВМАТИЧНІ ХВОРОБИ

Слово „ревматизм” грецького походження і означає біль та щитивність у системі м'язів, сполучних тканин і кістяка. Вони можуть бути льокальними або захоплювати більше частин тіла, залежно від роду ревматичної хвороби. Вони також можуть бути хронічними або гострими.

Сліди ревматичних захворювань знайдено на кістках навіть перших тварин, які жили 100 мільйонів років тому, а також на кістках печерної людини з-перед 500 тисяч років. Багато мумій з 8-го тисячоріччя перед Христом мають сліди артритів. У Греції, Римі і Персії лікували ці хвороби ще в часах Гіпократата, який, до речі, 2 400 років тому високо оцінював деякі ліки, уживані і тепер, хоч і в іншій формі. Тут маємо на думці препарати саліцилової кислоти, які в старі часи виробляли з рослин, а нині продукують синтетично у різних формах, включно з аспіриною.

Ревматичних недуг нараховується до 60, клясифікують їх у різних кінцях світу по-різному, але важливою є не так докладна клясифікація, як розуміння суті цих недуг та їх споріднення.

Беручи до уваги клясифікацію Американського Ревматичного Об'єднання, яка базується на причинах постання цих недуг та їх основних проявах, можна вчислити такі ревматичні та споріднені з ними захворювання: поліартрит, який характеризується одночасним захворюванням більшої кількості суглобів; остеоартрит, який є дегенеративним захворюванням суглобів; ревматична гарячка; несуглобові ревматизми, які охоплюють велику кількість захворювань м'язів, сухожилля, сполучної тканини, бурс, в'язань суглобів; ревматизми, сполучені з типовою інфекцією туберкульозними бактеріями, стафілококами, пневмококами, венеричними недугами, вірусами; травматичні артрити внаслідок фізичного ушкодження суглобів; метаболічні ревматизми при діабеті, подагрі, гемофілії, послабленій або посиленій активності щитовидної залози; алергічні артрити, що появляються при гострих



Кістяк людини: 1. Чолова або лобова кістка; 2. Горішня щелепа; 3. Ключиця; 4. Лопатка; 5. Плечова кістка; 6. Ребра; 7. Ліктьовий суглоб; 8. Головка стегнової кістки у кульшовому суглобі; 9. Колінний суглоб; 10. Кісточка із суглобом стопи; 11. Тім'яна кістка. 12. Долішня щелепа; 13. Сім шийних хребців; 14. Груднина або грудна кістка; 15. Плечовий суглоб; 16. Плечова кістка; 17. Дванадцять грудних хребців; 18. П'ять поперекових хребців; 19. Останній поперековий хребець; 20. Крижова кістка, що є з'єднанням п'яти крижових хребців; 21. Клубова кістка, частина безіменної кістки; 22. Променева кістка; 23. Ліктьова кістка; 24. Зап'ясток, що з'єднує кисть із передпліччям; 25. П'ясток з п'яти кісток кисти; 26. Фаланги або кістки пальців; 27. Стегнова кістка; 28. Наколінок або колінна чашечка; 29. Великогомількова кістка; 30. Малогомількова кістка; 31. Передплесно; 32. Плесно; 33. Фаланги пальців.

алергічних реакціях на медикаменти і деякі сироватки; спадкові артрити та ін.

Виходячи із практичного розуміння ревматичних недуг, їх можна поділити на такі три групи: 1. запальні процеси суглобів, 2. дегенеративні процеси суглобів, 3. несуглобові захворювання сполучних тканин. До окремої категорії можна віднести захворювання з ревматичними характеристиками, як алергічні, травматичні, метаболічні, гормонів, бо хоч вони й викликають ревматичні болі та інші прояви, все ж залишаються обмеженими і типовими лише при певних обставинах.

Згадані вгорі три групи ревматичних захворювань є тими основними, на які нездужає коло 11 мільйонів людей в Америці. Всі ці три групи — це цілком самостійні недуги кістяка, м'язів та сполучних тканин. Причини їх постання не завжди відомі, також діагноза не завжди легка, і лікарі, щоб її встановити, часто мусять робити складні аналізи, пересвітлення рентгеном і т. д.

Часто поняття ревматизм і артрит мішають, і тут варто внести на основі вище сказаного ясність: ревматизм — це захворювання кістяка та м'язів без вужчого визначення роду недуги, артрит — це ревматичне захворювання суглобів також без визначення його роду, сили і причини. Щоб встановити діагнозу, лікар має вяснити повну картину клітин крові, визначити опад червонокривців, перевести аналізу сечі і сечової кислоти, часто — зробити рентген, дослідити пробу рідини із суглоба і т. д.

А. РЕВМАТИЧНИЙ АРТРИТ

Найчастіший рід артриту — це ревматичний артрит. Він є й найповажніший, бо в кінцевому результаті може привести людину до окалічення. Як правило — він захоплює одночасно кілька суглобів, але розвиток недуги в різних суглобах відбувається неоднаково. Найчастіше цей рід артриту захоплює суглоби пальців, рук, колін та стіп. Рідше появляється він у хребті, стегнах і ліктях. Майже як правило, де б не починався, захоплює суглоби пальців рук, які набрякають, стають червоними, болять, а згодом штивнішають. За деякий час пальці стають такими штивними, що людині важко скласти п'ястука. Інші суглоби проходять через такі самі процеси, але на них ці явища не такі виразні.

Ревматичний артрит характеризується такими симптомами: запалення суглобів з очевидним набряком, часто із почервонінням, втрата сили м'язів в уражених частинах тіла, особлива штивність суглобів зранку. Часто хворі мають при тому наявну анемію, бо

кількість червоних клітин і гемоглобіну в їх крові обнижується. Рентген дає типову картину змін суглобів, особливо пальців та хребта. Уражені суглоби згрубілі, їх рух обмежений, при гострому поновленні процесу — вони червоні й гарячі, а після атаки залишаються щитивними й болючими.

На ревматичний артрит жінки хворіють у два або три рази частіше, як чоловіки, і здебільша атакує він людей середнього віку, 30 до 50 років. Правда, може продовжуватись і в пізнішому віці, але звичайно рідко виявляється після 50-го року життя, при чому тоді початків його треба шукати в попередніх роках.

Звичайно вважається, що ревматичний артрит викликає не одна, а кілька причин: інфекції в організмі, зокрема стафілококові та стрептококові; алергічні нахили; метаболічні, гормональні та психологічні впливи; захворювання периферійних кровоносних судин; захворювання нервової системи; кліматичні умовини. Серед метаболічних впливів найбільше значення має порушена функція щитовидної залози, а серед гормональних впливів — гормони надниркових та статевих залоз.

Ревматичний артрит, як сказано вище, часто робить з людини інваліда, деформуючи і уштивнюючи окремі суглоби, ослаблюючи м'язи і т. д. На щастя, цей артрит зустрічається не так часто, як звичайно думають. Тож перед тим, як поставити діагнозу ревматичного артриту, лікарі докладно досліджують пацієнта.

Б. ДЕГЕНЕРАТИВНИЙ АРТРИТ

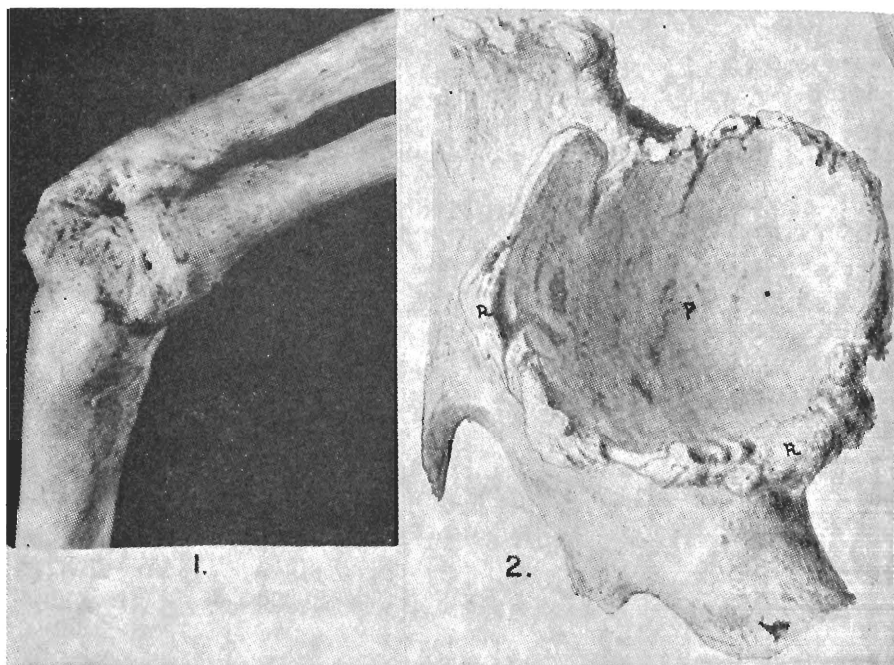
Цей рід артриту часто називають гіпертрофічним артритом або остеоартритом. Зasadничо окреслюють його як дегенеративний, бо при ньому суглоби деформуються внаслідок накопичення сухого хряща, вапна, костяних наростів і т. д.

Причина цього роду артриту також не завжди відома, але й тут відіграють важливу роль ті самі фактори, що при ревматичному артриті, а крім того — спадкові фактори. Зокрема важливі тут фізичні ушкодження суглобів протягом життя та надмірна вага. Відомо, що цей рід артриту найчастіше трапляється в суглобах, які або найбільше працюють, або на які спадає основна вага тіла, отже, в пальцях, зап'ятках, ліктях і плечах або в стегнах, колінах, стопах і долішній частині хребта.

Дегенеративний артрит виявляється здебільшого у жінок зокрема в долішній частині хребта, в стегнах і колінах. Його частіше можна зустріти у людей віком понад 50 років, а особливо після 65-го року. Звичайно починається він повільним процесом

на одному або кількох суглобах, рідко дає набряки, майже ніколи уражені суглоби не набирають в себе рідини, не червоніють і не стають гарячими, як при ревматичному артриті.

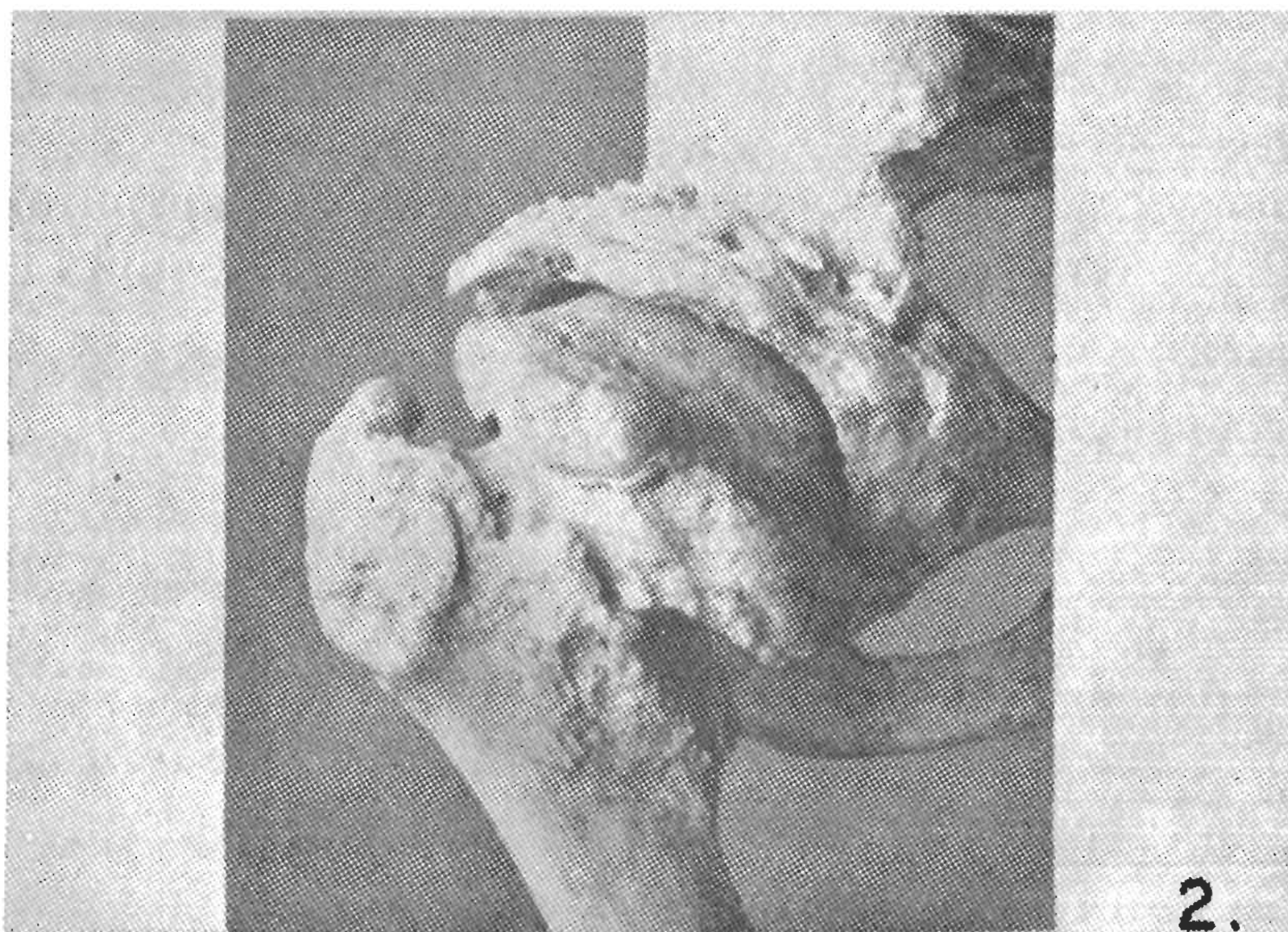
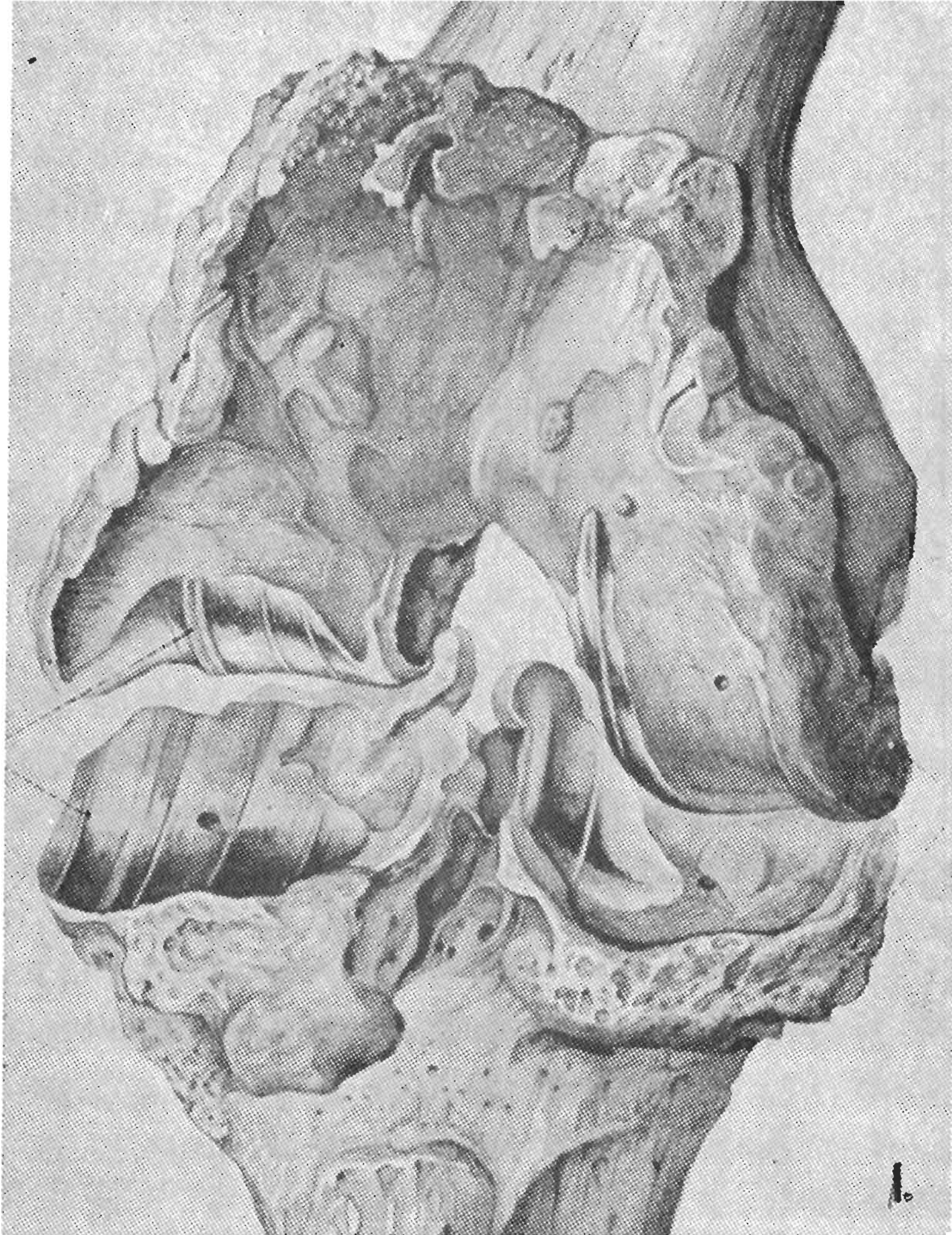
Процес починається меншим болем, який, проте, з часом стає надокучливим. Суглоб грубішає і штви́ншає. Звичайно болі стають різкішими після праці, довгого стояння чи ходи, посиленого



Взірці суглобів, тяжко ушкоджених дегенеративним артритом: 1. суглоб ліктя; 2. частина кульшового суглоба в безіменній кістці.

руху або вправ. Тут цікава різниця між ревматичним і дегенеративним артритом: при ревматичному болі стають дещо легшими після рухання суглобами, а при дегенеративному — навпаки.

Лабораторні аналізи при дегенеративному артриті показують звичайно нормальну кров, нормальний або злегка підвищений опад червонокривців, а рентген розкриває zdeформовані внутрішні площі суглобів із знищенням м'якого хряща, накопиченням вапняних наростів та костяних додатків. Суглоби звичайно грубші від нормальних і мають обмежену можливість руху, а в стані спокою не болять і не витворюють спазмів або болів м'язів, як при ревматичному артриті.



Взірці суглобів, знищених артритом: 1. суглоб коліна; 2. кульшовий суглоб стегна.

Дегенеративний артрит — це затяжна, хронічна недуга, яка, на щастя, майже ніколи не спричиняє повного заштиніння суглобів, що приводять до каліцтва. Часто, дійшовши певного ступня, вона сама припиняється, не прогресуючи далі.

В. ПОДАГРА

Зовсім іншою формою артритів є подагра, що має деякі симптоми подібні до ревматичного, а також дегенеративного артритів. Ця форма хвороби суглобів в більшості випадків відзначається гострим характером, але може перейти також у хронічний стан. Причина цієї хвороби — цілком відмінна, як в усяких інших артритів: вона базується на порушеному обміні деяких родів харчів і ненормальному виділюванні сечової кислоти з крові.

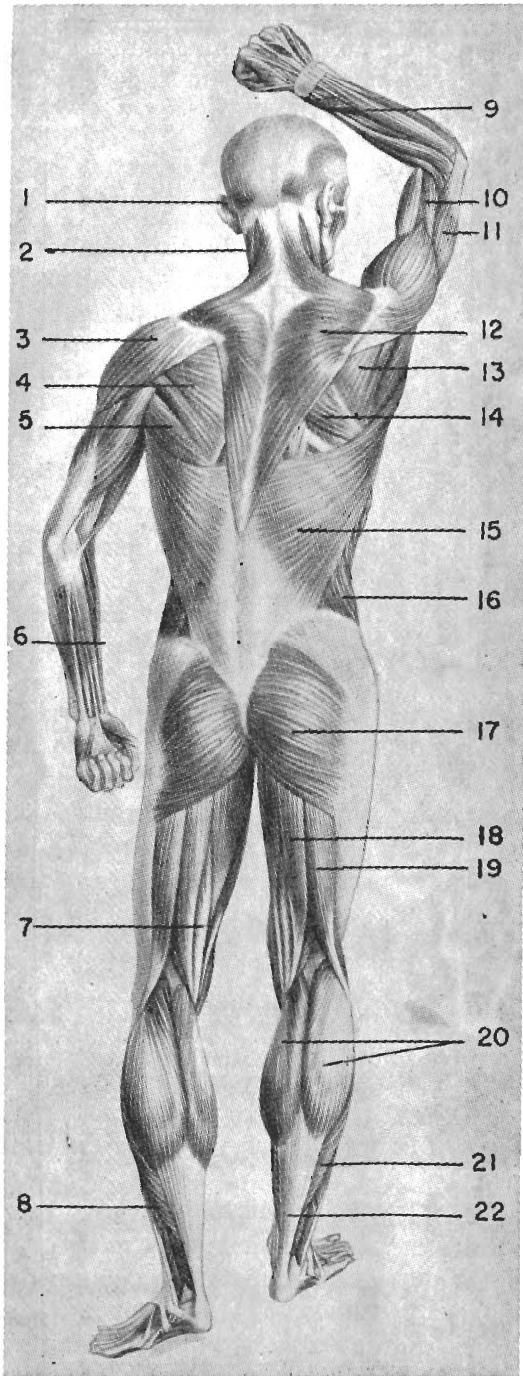
На подагру хворіють люди середнього віку, при чому чоловіки у двадцять разів частіше, як жінки. Найчастіше атакує вона суглоби пальців ніг, стопи і коліна. Атаки звичайно спричиняють набрякнення та почервоніння суглоба і дуже сильний біль. Коли вони повторюються часто без лікування — витворюється хронічний стан ушкодження суглоба, подібний до того, що його витворюють деякі артрити.

Обслідування звичайно виявляє сильне запалення суглоба, рентген дає типову картину, а проба крові показує значно підвищений вміст сечової кислоти. Діагноза гострої атаки доволі легка, хоч її децю важче поставити при хронічному стані. Люди з гострими атаками подагри часто признаються лікареві в надживанні всякими гострими приправами, червоним м'ясом і надмірному споживанні алкоголю.

Г. ЗАПАЛЕННЯ М'ЯЗІВ І СПОЛУЧНИХ ТКАНИН

Ревматичні захворювання захоплюють не лише суглоби, а також м'язи, сполучну тканину, сухожилля, бурси, нерви і т. д. Ревматичні хвороби не суглобових тканин часто бувають не менше тяжкими, як деякі артрити.

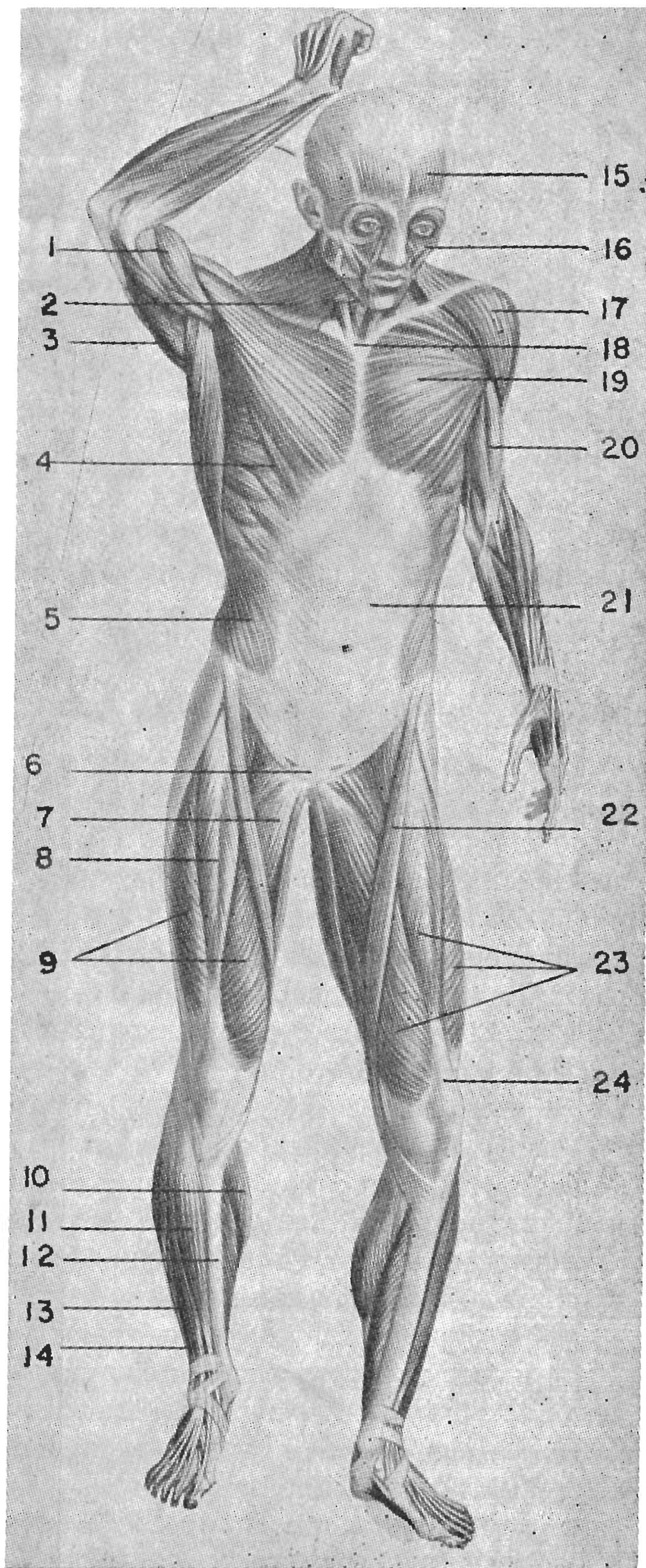
До найчастіших такого роду недуг належать: міозити, себто запалення групи м'язів; бурсити — запалення присуглобових мішечків; фіброзити — запалення сполучних тканин, які скріплюють суглоби або запалення сухожилля м'язів. Усі вони виступають раптово і вражають лише якусь частину тіла або окрему тканину. Спричинюваний ними гострий біль з часом затрачує свою силу,



М'язи людини ззаду: 1. Потилічний м'яз; 2. Грудивно-ключично-сосковий м'яз; 3. Дельтовидний м'яз; 4. Підлопатковий м'яз; 5. Великий круглий м'яз; 6. Група згиначів пальців; 7. Напівперетинчастий м'яз; 8. Камбаловидний м'яз; 9. Група розгиначів пальців; 10. Двоголовий м'яз плеча; 11. Триголовий м'яз плеча; 12. Трапецієвидний м'яз; 13. Підлопатковий м'яз; 14. Ромбовидний м'яз; 15. Найширший м'яз спини; 16. Зовнішній косий м'яз живота; 17. Великий сідничний м'яз; 18. Напівсухожилковий м'яз; 19. Двоголовий м'яз стегна; 20. Литковий м'яз; 21. Камбаловидний м'яз; 22. Ахіллів сухожилок.

М'язи людини спереду:

1. Двоголовий м'яз плеча;
2. Плятизма або підшкірний м'яз шиї;
3. Триголовий м'яз плеча;
4. Міжреберні м'язи;
5. Зовнішній косий м'яз живота;
6. Зовнішні перстені пахових каналів;
7. Довгий привідний м'яз стегна;
- 8 і 9. Чотириголовий м'яз стегна;
10. Литковий м'яз;
11. Передній великогомілковий м'яз;
12. Великогомілкова кістка;
13. Малогомілкові м'язи;
14. Довгий розгинач пальців;
15. Чоловий або лобовий м'яз;
16. Коловий м'яз ока;
17. Дельтовидний м'яз;
18. З'єднання грудинно-ключично - соскового м'яза;
19. Великий грудний м'яз;
20. Двоголовий м'яз плеча;
21. Біла лінія живота;
22. Кравецький м'яз;
23. Чотириголовий м'яз стегна;
24. Сухожилок прямого м'яза стегна.



якщо процес переходить у хронічний стан. Все ж штивність м'язів або поблизьких суглобів часто спричиняє клопоти.

Запалення м'язів і сполучних тканин у більшості випадків буває результатом фізичного ушкодження, надмірного натягнення, інфекції, затруєння, застудження холодним, вогким вітром, провівом. Звичайно тоді болить ціла група м'язів або сухожилків, хоч, фактично, уражений лише один м'яз, і при докладному обслідуванні можна виявити запалене ядро, яке променює біль. Такі процеси часті на м'язах шиї, хребта, грудей, рамен та ніг між стегном і коліном. Вони часто супроводяться запаленням нерва, що дає картину невралгії, і тоді біль звичайно гостріший. Як правило, біль ущухає, коли людина не ворухить ураженою частиною тіла. Цей біль часто симулює інші хвороби: при ураженні м'язів грудей людині може видаватись, що в неї хворе серце, при болі шиї — що в неї мозковий удар і т. д. Гострий стан, як сказано вище, може перейти у хронічний, і тоді група м'язів або сухожилків залишається штивнішою і втрачає свою природню силу.

Г. БУРСИТИ

Бурсити — це запалення окремих мішечків, що знаходяться біля суглобів або поміж м'язами. Бурсит — по латині „bursitis” — походить від слова „бурса”, що означає мішечок, кашшук. Ці мішечки є майже біля всіх суглобів, часто сполучаються з ними малими каналами, іноді лежать самостійно поміж більшими м'язами. Вони продукують малу кількість слизької рідини, яка облегує рухи м'яза або суглоба, неутралізуючи тертя костей або м'язів. Найбільші розміром бурси знаходяться біля суглобів плечей, ліктів, колін, стегон і стопи.

При повторюваному ушкодженні або надмірному напруженні, при застуді, інфекції або ревматичній гарячці бурси раптово побільшуються, набрякають, червоніють, запалюються і дуже надокучливо болять. Найчастіше такі гострі атаки, які даються взнаки багатьом людям, бувають при бурситі плечей. Рідше проявляється це в ліктях та колінах.

При бурситі плеча атаки бувають такі сильні, що людина не всилі навіть поворухнути рукою так вона болить від плеча аж до ліктя, особливо ж вночі. При дотиканні верхньої частини руки та плеча відчувається льокальне підвищення температури шкіри, плече набрякле, іноді почервоніле. При повільнішому захворюванні плече і рука також болять, але звичайно вночі, дещо зранку, а коли людина розрухається — біль ніби вщухає. Такий процес

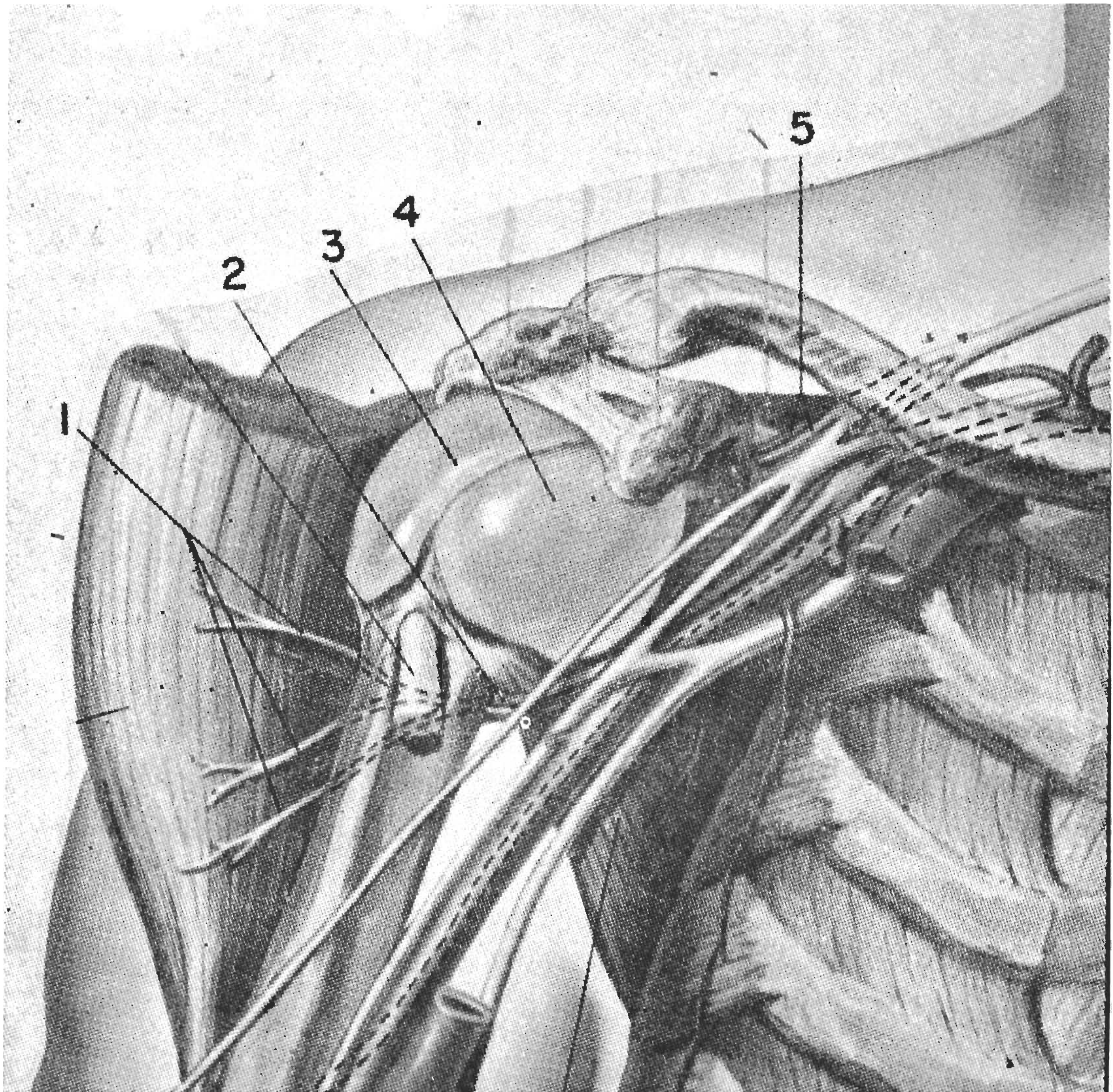
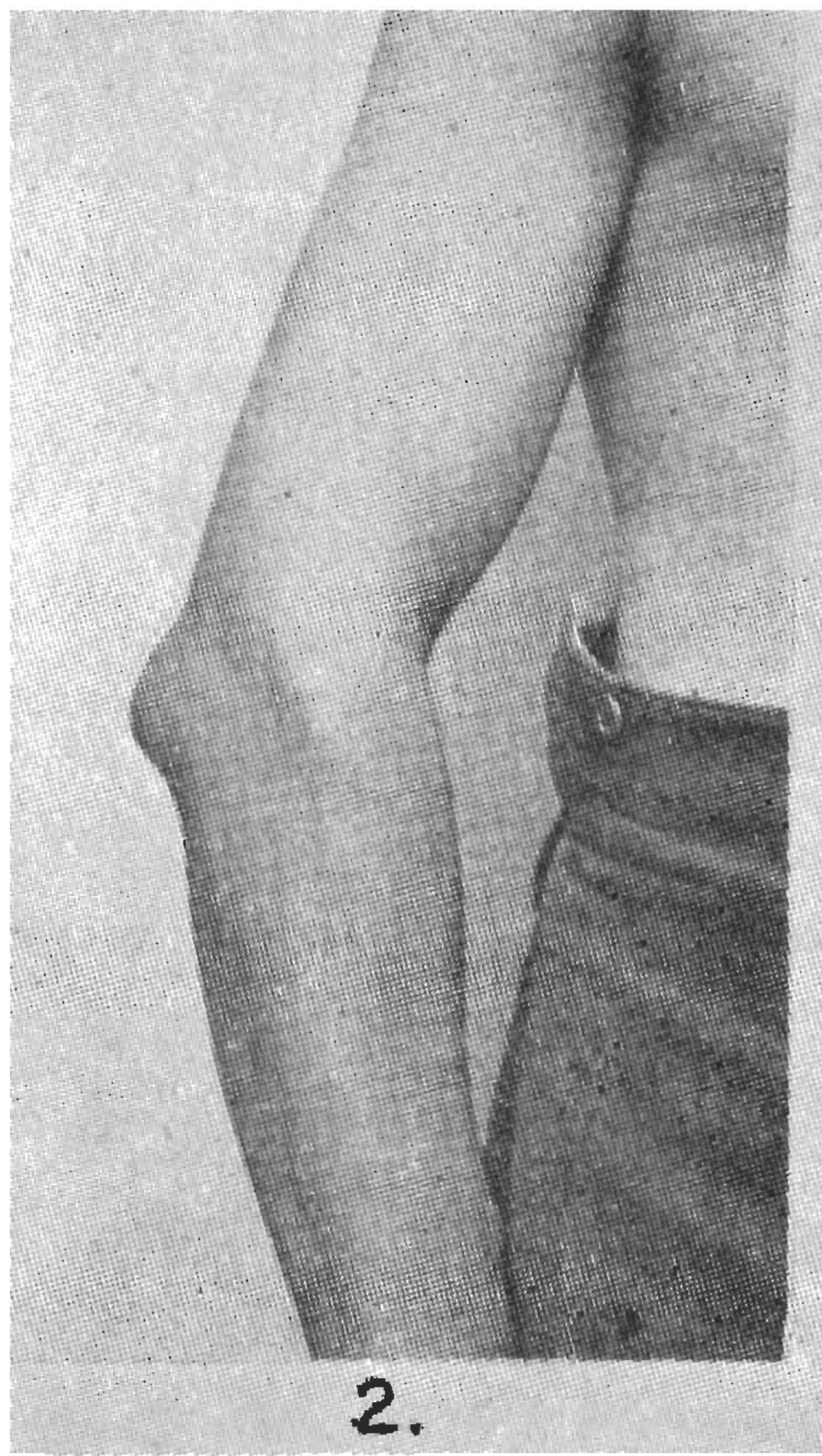
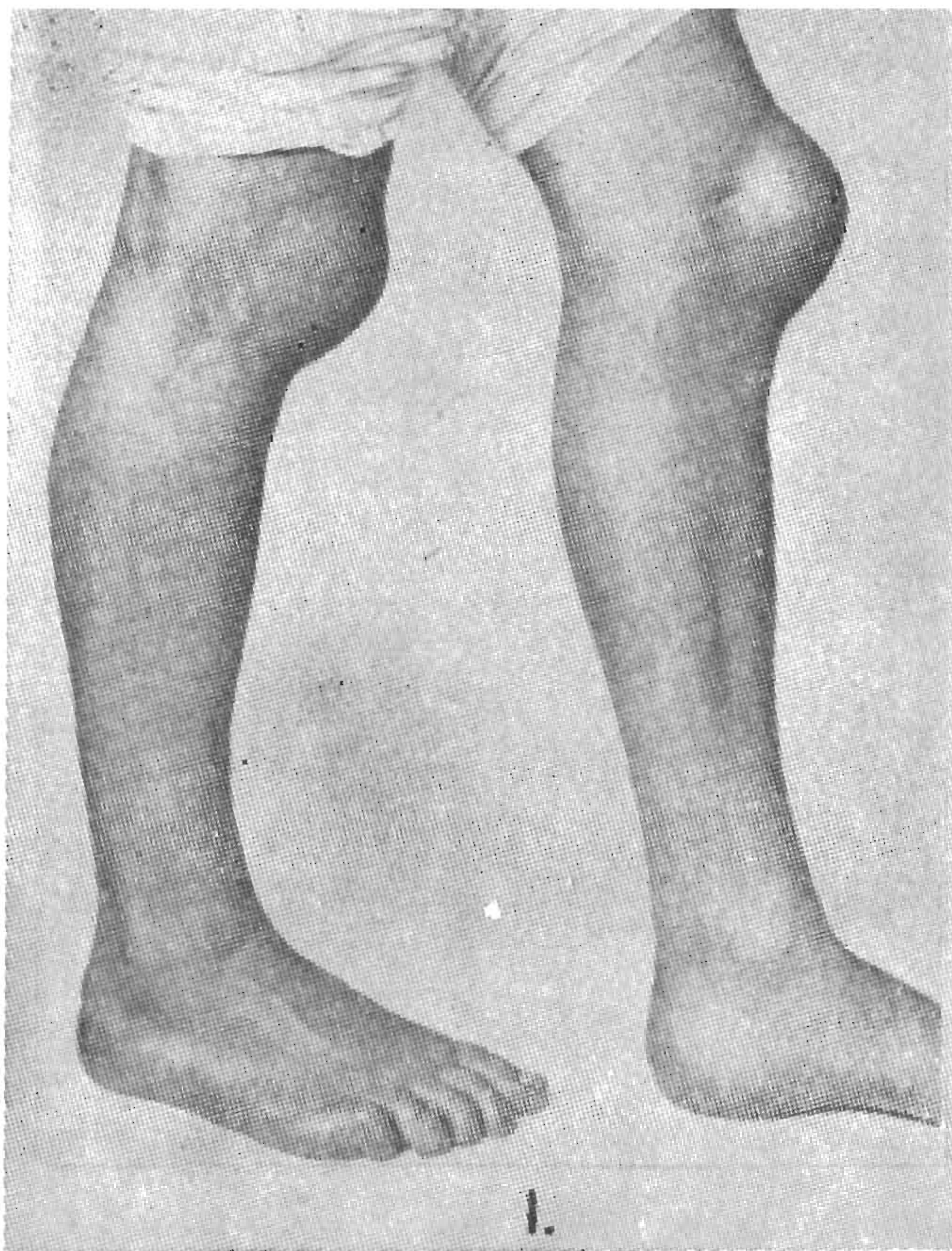


Схема плеча із суглобовими мішечками, т. зв. бурсами, яка вияснює причини болю при бурситах не лише в самому суглобі плеча, але й в цілій околиці. 1, 2 і 5 — відгалуження плечового сплетення нервів, що пробігають попри суглобові мішечки; 3 і 4 — суглобові мішечки (бурси) плеча, які в запальному стані подразнюють нервові відгалуження, спричиняючи біль плеча та горішньої кінцівки.

продовжується іноді місяцями і часто переходить в гостре запалення. Гострі запалення в свою чергу переходять у хронічний стан з болями і втратою сили в руці; іноді доводять вони до штивності в суглобі плеча. Такий стан може привести до того, що людині важко і без болю неможливо піднести руку на висоту голови, щоб поголитись або зачесатись, неможливо закласти руку поза спину, щоб одягнутись, не кажучи вже про якусь працю. Процес в більшості випадків поширюється лише на одну руку, але нерідко переноситься на обидві.



Водянка суглобів: 1. Водянка колін ревматичного походження; 2. Водянка ліктьового відростка внаслідок фізичного ушкодження — удару, хронічного тертя тощо.

При бурситному захворюванні коліна — гострому або хронічному — ціле коліно болить, особливо під час ходи, і помітно набрякає надміром запальної рідини. Такий стан популярно звать „водою в коліні”. Коліно важко зігнути, суглоб болить, хоч в стані спокою біль ущухає. Вночі особливих болів нема. Процес може тривати тижнями, залишаючи за собою хронічний біль під час руху та ходи, але гострий стан може повернутись після удару, напруження, звихнення. Якщо ушкодження провокує такий запальний стан, то його іноді важко відрізнити від тріснення хряща в коліні, яке вимагає цілком іншого лікування, як бурсит. Тут лише досвідчений лікар, часто спеціаліст, може встановити діагнозу.

Подібний стан, як при бурситі коліна, витворюється і на ліктях. Процес такий самий: набрякнення, біль, обмежений рух суглоба. Часто на зовнішній частині ліктя виростає наповнений рідиною міхур завбільшки в куряче яйце. Болі відчуваються у згині ліктя. Тут також процес може перейти у хронічний стан, спричиняючи обмеженість у вживанні руки.

Д. ЛІКУВАННЯ РЕВМАТИЧНИХ НЕДУГ

Лікування ревматичних недуг — доволі різноманітне, часто з індивідуальним підходом, але його можна зібрати у певні групи заходів.

Кожний лікар, що займається бодай в якійсь мірі лікуванням ревматичних недуг, знає, що пацієнт мусить знати правду про свій стан. Дуже часто хворі очікують негайного вилікування, і, коли воно продовжується, стають нетерпеливими і нарікають на медицину. На цьому користають шарлатани, реклямуючи свої „чудодійні ліки”.

Лікування майже всіх ревматичних недуг — затяжне і вимагає співпраці пацієнта з лікарем. Лише деякі гострі форми можуть бути сконтрольовані протягом короткого часу, решта ж недуг цього роду вимагає тривалого лікування, і для цього кожний пацієнт мусить себе приготувати. Основні заходи у лікуванні звичайно такі:

1. Систематичний фізичний спокій, щоб дати можливість ураженим суглобам відпочити. Теорії, що вимагають постійного руху суглобів, щоб вони „не заштиніли”, в практиці не оправдуються. Рух суглобів потрібний, але також потрібний для них спокій, який треба плянувати залежно від роду артрити.

2. Психічний відпочинок — також необхідний. Статистичні дані підтверджують, що артрити часто мають зв'язок зі станом нервової системи, і чим більше людина нервово розпружена, тим кращий вислід лікування.

3. При гострих запаленнях суглобів, бурс або сухожилків іноді необхідно покласти відповідний бандаж або т. зв. шину, щоб тримати їх у спокої. Лише вправний лікар може визначити доцільність такого заходу.

4. Фізична терапія — це один із дуже поширених методів лікування всяких артритів. Ціль її надати ушкодженим суглобам якнайбільше еластичности, затримати силу м'язів, повернути хворій нозі чи руці можливість нормальних рухів, зменшити запальний процес у суглобах через стимулювання кровообігу.

До фізичної терапії належить лікування ультрасонічними хвилями, глибокою діатермією, короткими та довгими хвилями, масажами, пасивними вправами, компресами з гарячої парафіни, контрастивними ваннами (гаряча і холодна вода на зміну), огрівальними компресами, вировими ваннами (швидкий вировий рух води), ваннами, насиченими міхурцями повітря. Призначення такого або іншого способу лікування залежить від того, чи потрібно

довести тепло, хвилі чи дрижання води глибше в організм хворого, наприклад, при артритах, чи лише поверховно — як при запаленні м'язів та сухожилля.

Такого роду заходи проводиться у відповідних відділах лікарень, у фізіотерапевтичних кабінетах, але хворі можуть також їх самі переводити вдома, маючи відповідні апарати і інструкції. Наприклад, апарати для вирової ванни і ванни з насиченою повітрям водою з успіхом використовує багато людей. Іноді хворий мусить перейти короткий курс у фізіотерапевтичному закладі, щоб знати, як і коли вживати компреси, апаратуру і т. д. Усі ці заходи, кожний по-своєму, стимулюють кровообіг в м'язах та суглобах, „розм'якшуючи” їх, надаючи їм елястичности, більшої сили та гамуючи болі.

5. Мінеральні купелі — старі, як людство. Лікарі європейської школи вважають, що лікувальною силою відзначаються мінеральні води, які в додатку до різних солей та мінералів мають мінімальну, нешкідливу кількість радіоактивних ізотопів. Свої висновки засновують вони на багатій статистиці. Лікарі американської школи ставляться до мінеральних купелів більше скептично, хоч не заперечують їх вартости в лікуванні. Вони лише вважають, що такі купелі мають більше психологічне значення: приймаючи їх у сприятливих кліматичних умовах, хворий звичайно позбувається щоденних клопотів, відпружується, відпочиває і стан його недуги кращає. До речі, кліматичні умовини мають незаперечний вплив на ревматизми та артрити: чим сушіше повітря і чим менші коливання температури, тим кращі результати лікування.

6. Добре і правильне харчування, зокрема при деяких формах артритів — необхідне. Воно повинно бути багатим на вітаміни та білок. У деяких випадках, як при подагрі, дієта — основний ключ успіху.

7. Хірургічні та ортопедичні заходи також бувають необхідні, щоб направити суглоб, якщо він надто знищений чи уражений. Це, очевидно, належить до спеціалізованої ділянки медицини.

8. Лікування медикаментами застосовується дуже широко. До основної групи ліків належать препарати саліцилової кислоти, а серед них і звичайна аспірина. Ці препарати лікарі часто приписують, як „перший вогонь” у боротьбі з артритами. Нарікання пацієнтів, що, мовляв, лікар приписав „лише аспірин”, — цілком неоправдані.

Про успішне лікування артритів саліциловою кислотою люди знали вже віддавна. Одначе, довго не було відомим, як саме са-

ліцилові препарати діють. Щойно останнім часом повністю докато, що аспірина та інші саліцилові сполуки мають незаперечний вплив на запальні процеси: вони підсилюють виділювання з організму сечової кислоти, яка є шкідливою при артритах; зменшують запалення суглобів та м'язів; підносять протиревматичну відпорність організму і діють, як засіб для заспокоєння болю. Дослідами також виказано, що при вживанні цих препаратів у пацієнтів з хронічними артритами підвищується в крові кількість природного кортизону, який є дуже важливим гормоном взагалі, а при лікуванні артритів зокрема.

Вміст саліцилової кислоти в крові людини, яка має артрит, і в людини, яка його не має — різний при однаковому заживанні цих препаратів: організм людини з артритом звичайно має менше цієї кислоти, а звідси висновок, що вона потребує її більше. Тож нарікати на „звичайну аспірину” не доводиться. Правда, є люди, які аспірини не можуть зносити, маючи до неї алергію, і тоді їм приписують інші ліки. Доза аспірини для лікування артриту — від 3 до 4 грамів, що означає від 6 до 8 таблеток денно, залежно від стану здоров'я людини.

Для лікування артритів вживається й інших препаратів, які також зменшують запалення та заспокоюють біль. Деякі з них — специфічні для лікування найгіршого роду артриту — ревматичного. В окремих випадках лікарі приписують кортизоніві препарати. Це — чудовий лік, але він має свої недоліки, зокрема при тривалому лікуванні.

Лікування кортизоном доволі поширене при гострих запаленнях поодиноких суглобів, а також при запаленні сухожилля або при болючих бурситах. Часто одна або кілька невеликих ін'єкцій, вміло введених, припиняють процес повністю.

При слабких процесах ревматизму, болях у м'язах, суглобах, спині, бурсах лікарі радять хворим лікуватися домашніми способами: гарячими компресами, гарячими ваннами та аспіриною. Вогні компреси вважається кращими від сухих, бо вони проводять тепло глибше в організм. В додатку до цих домашніх способів іноді, як при дегенеративних артритах, лікарі приписують високі дози вітаміну „Д”.

Треба мати на увазі і соняшні купелі, які багато допомагають дією ультрафіолетового проміння. Морські купелі на гарячому сонці також вважаються корисними при артритах.

Люди, хворі на артрит, мусять особливо пильнувати дієти. Вітаміни „С” і „Д” можна знайти в свіжій городині, овочах, ягодах та молочних продуктах, які, до речі, постачають також вално,

потрібне при деяких хворобах костей у людей старшого віку. Звичайно вважається, що надмір соли, гострі та кислі приправи шкодять артритам. Це особливо важливе при подагрі, коли людина мусить рішуче уникати гострих приправ, алкоголю, маринованої та вудженої риби, печінки та екстрактів з червоного м'яса, гострих сирів і т. д.

2. НЕДУГИ ДОЛІШНЬОЇ ЧАСТИНИ ХРЕБТА

Недуги долішньої частини хребта дуже часті. Хоч вони й подібні до інших недуг кістяка, з огляду на їх часті вияви й іноді високий ступінь надокучливости, розглянемо їх окремо.

Болі в основному постають у попереку та в крижах, що є продовженням долішньої частини хребта. Вони можуть бути місцевими, себто зосереджуватись лише в якомусь пункті, але можуть також поширюватись поза межі хребта в одній або й двох ногах. В останньому випадку — це вже впливи недуги на сідничний нерв, що дає симптоми відомого ішіясу. Характер болів і межі їх поширення залежать від роду недуги.

Залежно від причин занедужання долішньої частини хребта поділяються на такі групи:

А. Специфічні або дефінітивні хвороби хребта або хребців. Сюди входять гострі або хронічні бактерійні запалення в хребті, які можуть розвинутих місцево, а також прийти з інших частин тіла. Сюди також належать ревматичні захворювання суглобів хребта, в тому числі ревматичний артрит і дегенеративний артрит, які ушкоджують цю частину хребта так само, як і інші суглоби кістяка (див. розділ про ревматичні хвороби). Докладний обслід з рентгеном — необхідний для діагнози.

До цієї самої групи можна віднести т. зв. остеопорозу. Це — стан, який характеризується надмірною пористістю кісток хребта, що стають наче „ріпшими” м'якшими. Витворюється він у клімактеричному періоді внаслідок обниження продукції статевих гормонів (див. розділ про клімактеричні недуги). Втрачаючи кальцій і розм'якшуючись, кістки хребта можуть при навіть легкому напруженні деформуватись. І так, наприклад, хребці поперека можуть тріснути під вагою тіла або від напруги і обсунутись, натискаючи на зв'язки, нерви, судини. Звичайно рентген допоможе поставити правильну діагнозу.

Болі при цих недугах постійні, надокучливі, часто дуже сильні при напруженні, стоянні або ході і іноді роблять з людини інваліда. Дегенеративні процеси при остеопорозі звичайно дають про себе

знати після того, як людина „розходиться” і починає виконувати свої щоденні обов'язки.

Болі при цих недугах звичайно відчуваються лише в попереку та крижах і рідко поширюються на ноги, хібащо ушкоджений хребець або дегенерований суглоб між хребцями натискає на корінь спинного нерва.

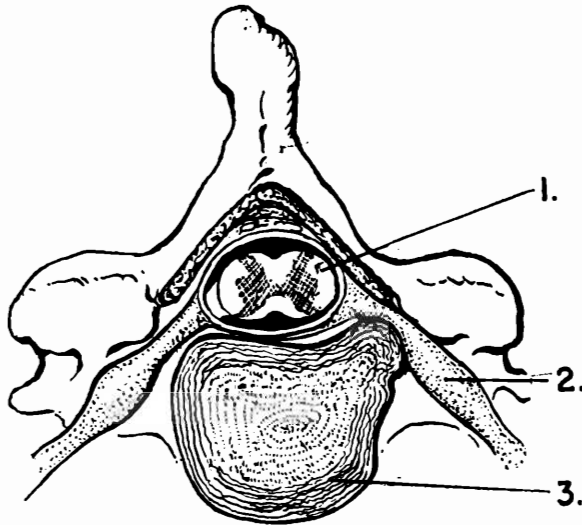


Схема ушкодження хребта, при якому міжхребцевий хрящ (т. зв. диск) тріскає і виходить поза межі хребця, натискаючи на один із нервів спинного мозку. 1. Спинний мозок, з якого виходять периферійні нерви; 2. Нерв, придушений хрящем, який тріснув. Частина хряща, який тріснув, вискочила поза межі хребця і притиснула нерв.

Б. Розтягнення або звихнення хребта. Це вже ушкодження хребтових зв'язок та оболонок хребтових суглобів внаслідок наглого згинання хребта, скручення його при раптовому оберненні тіла, підношення важких тягарів. Таке ушкодження можливе навіть при рвучкому вставанні з ліжка або випростуванні хребта.

Идеться тут про нагле натягнення зв'язів, що скріплюють хребет, а часами про вискочення бічних суглобів хребця, які, хоч і вертаються назад у своє нормальне положення, залишають після себе доволі сильний спазм зв'язів та м'язів хребта. Найчастіше трапляється це біля суглоба, що в'яже поперек з крижами.

Таке ушкодження викликає доволі гострий біль. В більшості випадків людина відчуває його зразу ж після ушкодження, але іноді він може проявитись за кілька годин. Хворому важко випростати хребет і дуже боляче підводитись із сидячої або лежачої позиції. Нагнутись і підняти якийсь предмет — неможливо.

Болі звичайно відчуваються лише в самому хребті і не розходяться в ноги. Рентген виявляє спазматичне вихилення хребта внаслідок корчів м'язів.

В. Ушкодження хребтового диска. Це вже поважніше ушкодження, яке полягає в тому, що один із дисків поміж хребцями долішньої частини хребта виходить із нормального положення і натискає на нерв. Диски — це м'які, хрящовидні вкладки поміж хребцями, які зуть драглистим ядром хребців. Вони амортизують тертя між хребцями і зберігають їх від того, щоб вони не вдарились один об одного під час ходи, при напруженні, скаканні і т. д.

Вихід диска із нормальної позиції трапляється часто з таких самих причин, що й розтягнення хребта, але в більшості випадків це наслідок падіння або сильного напруження.

Симптоми такі ж, як і при розтягнутому хребті, але тут характерним є біль, що поширюється у ногу, проходячи крізь її задню частину аж до самої п'яти. Іноді терпне частина ноги. Це дає картину ішіясу або ушкодження сідничного нерва, притисненого диском при самому його корені. Поширення болу або затерпнення залежить від того, наскільки диск вискочив із свого місця, а також від того, між якими хребцями він вискочив.

Вправний лікар звичайно відразу розпізнає цю недугу, але лікування має провадити спеціаліст-ортопед. Якщо діагнозу встановити важко, тоді роблять спеціальний рентген: впорскують в хребет відповідну рідину, яка дає на знімці тінь, і тоді можна розпізнати, чи справді диск лежить поза суглобом.

Г. Вроджена або структуральна кволість хребта. При цій недусі долішньої частини хребта йдеться про хронічні болі, дуже подібні, але не такі гострі, як при розтягненні хребта. Основну ролю грає тут або надто велика рухливість поміж попереком і крижами, або кволі зв'язки між хребцями, які мусять тримати цілий хребет у міцній колоні. Іноді можуть бути вроджені дефекти долішньої частини хребта, які видно на рентгені.

Такий стан витворює хронічні нелюдяності: людині важко зігнути або випростатись, важко підвестися з крісла або ліжка, вона не може довго стояти. Часто відчуваються болі навіть в лежачій позиції вночі, і тоді важко повернутися з боку на бік. Болі стають особливо докучливими після якоїсь „провокації”, як

напруження, важка праця, постійна хатня робота. Деякі жінки з такою будовою хребта відчувають у ньому болі після породу.

Варто відмітити, що такого роду болі бувають частіше у жінок, як у мужчин, зокрема у тих жінок, які в молодому віці надто мало вправлялись, мало використовували спорт і не розвинули достатньої сили в хребті.

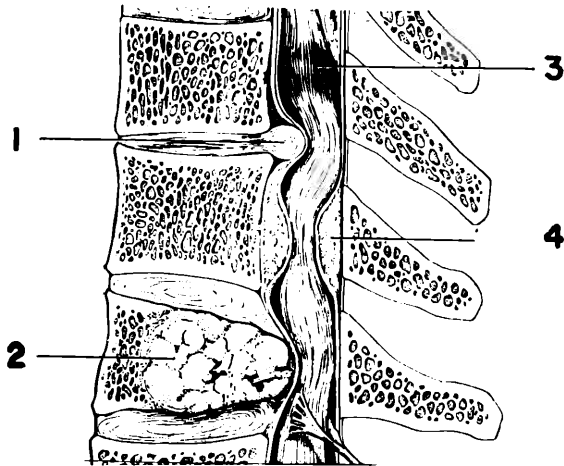


Схема різних можливостей при хронічних і важких болях хребта: 1. Хрящ, який тріснув, натискає на спинний мозок або нерв; 2. Метастаза злоякісного опуху, що, осівши в хребці, знищив його; 3. Недуга самого спинного мозку; 4. Пухлина в оболонці спинного мозку.

Г. Болі в хребті, що залежать від інших функцій організму. Сюди належать гострі або хронічні болі, що постають у жінок внаслідок відхилення матки від нормального положення, внаслідок порушення місячних функцій, інфекції в прямій кишці, хвороби простати, новоутвору на матці чи в яєчниках, розпухання лімфатичних вузлів, інфекції сечових органів тощо. Лише докладні лікарські оглядини можуть виявити дійсну причину цих недомогань.

Говорячи про недуги долішньої частини хребта, треба згадати т. зв. ішіяс, або запалення сідничного нерва. Загально треба зазначити, що недуги тих двох нервів, які йдуть з хребта в обидві ноги, часті, хоч, на думку багатьох лікарів, люди їх дещо перецінюють. Часто звичайні ревматичні болі в долішній частині

спини, інфекційні процеси в прямій кишці, простаті або жіночих статевих органах приписуються ішіясові. Це невірно. Біль при запаленні або подразненні сідничного нерва — специфічний. Він починається в околиці крижів і поширюється задньою частиною ноги до коліна або аж до п'яти. Він може відхилитися в сторону ноги, частіше на зовнішню частину, і майже завжди спричиняє затерпнення деяких околиць ноги.

Причини подразнення сідничного нерва — різні: невралгія (див. розділ про невралгію), ушкодження хребта артритом, дегенеративними процесами, остеопорозом, розтягнення хребта або ушкоджений диск. Лікування залежить від причини подразнення.

Лікувати ушкоджений або недужий хребет, зокрема ушкоджений диск, злами хребта, вроджені ненормальності, мусить спеціаліст-ортопед. Розтягнення хребта, болі внаслідок великої напруги при важкій праці, структуральну кваліть долішньої частини хребта лікується простішими методами.

При всякого роду недугах хребта застосовується певні принципи лікування, яких повинен дотримуватись кожний пацієнт поруч із приписаними ліками.

Основні засоби проти болів такі: 1. Гарячі компреси на долішню частину хребта, найкраще вогкі, які треба прикладати по кілька разів денно на 30-60 хвилин, даючи після цього хребтові відпочити від енергійних рухів, важкої праці тощо. 2. При гостриших болях відпочивати в ліжку рекомендується так часто, як це можливо, щоб дати хребтовим м'язам та зв'язкам вигоїтись. Коли можливо — припинити на кілька днів працю і дати хребтові повний відпочинок. Неповне вилікування хребта може дати рецидив недуги і позбавити людину працездатности. 3. Вживати виключно твердих матраців. Коли матрац не твердий, підкласти під нього дошки, щоб не вгинався. Звичайно 5-6 дощок між матрацом і пружинами ліжка або між матрацом і пружиновою коробкою цілком вистачить. Твердість матраца необхідна, бо лише тоді — хоч часами люди й жаліються, що „їх боки болять” — хребет, не згинаючись при лежанні, скоріше прийде до нормального стану. 4. Заживати аспіринові препарати, а при сильніших болях приписані лікарем медикаменти, як проти болю, так і для розпруження м'язів.

Для людей з нахилом до болів хребта або з вродженою його квалістю є ще кілька порад: 1. Не згинатися рвучко в попереку, а коли це треба зробити, то одночасно згинати стегна та коліна. 2. Не підносити наперед себе тягара, згинаючись у попереку. Присівши, треба взяти тягар у руки і, тримаючи його близько

тіла, напруженням хребта, ніг і рук підносити рівночасно із випростуванням тіла. 3. Не сідати в м'яке крісло, фотель, на софу. Найздоровішим є звичайне тверде крісло із високою спинкою, в яке треба сідати так, щоб хребет і стегна творили кут у 90 ступенів. При цьому рекомендується схрестити ноги. 4. Ніколи не робити тілом крутих поворотів, особливо при швидкій ході або несенні тягара. 5. Жінки повинні носити взуття на середньої висоти закаблуках і уникати довгого ходження босоніж або в м'яких сандалах. 6. Усім особам з кволим хребтом рекомендується вправляти його щоденними вправами у стоячій, сидячій і лежачій позиціях.

3. УШКОДЖЕННЯ КІСТОК І СУГЛОБІВ

Злами кісток та звихнення суглобів трапляються в усіх частинах тіла і в кожному віці.

Злами кісток, які б і в якому б місці вони не були, мусять завжди лікувати фахівці. Отже, при всякому підозрінні на злам рекомендується шукати лікарської допомоги. Кістка, що погано зрослася, або запізнене її лікування може протягом усього життя давати про себе знати болями чи порушенням функціонуванням даної частини тіла.

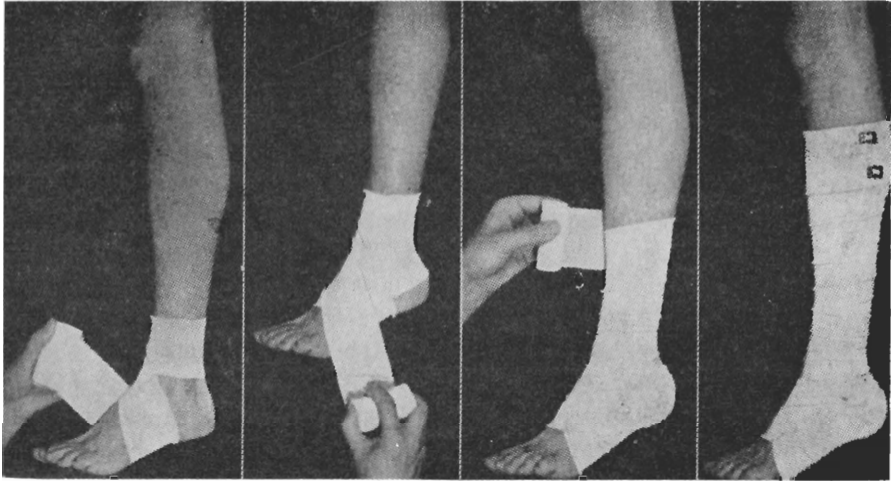
При очевидних зламах ніколи не слід самому ставити діагнози, а найкраще перевезти хворого до лікарні. Злами рук або ніг найкраще закріпити тимчасово шинами, щоб при перевезенні хворого не спричинити ще більшого ушкодження. На шини можна вжити кусник дошки, дві-три палиці і т. д. Найкраще злам закріпити з двох або трьох сторін провізоричними шинами та бандажем.

Зламани ребра, що, як правило, викликають великий біль у грудях, особливо при кашлеві, глибокому вдиханні, чханні чи різких рухах, треба закріпити бандажем, накладаючи його навкруги грудей. Для цього можна вжити також довгий рушник, кусень простині або якогонебудь м'якого матеріалу. Згодом, залежно від характеру зламу та кількості зламаних ребер, лікар накладе відповідні бандажі, пояс тощо. Закріплення грудей ще перед лікарськими оглядинами необхідне тому, що іноді зламаний кінець ребра може прохромити легеню. Крім цього таке закріплення вгамовує біль.

Звихнення найчастіше трапляються в суглобах пальців, зап'ястків, у кістках стопи та колін. Характеризуються вони сильним набряком суглоба, болем, синім забарвленням шкіри та неможливістю рухати звихненим суглобом. При звихненні часто

тріскає якась судина, яка дає крововилив під шкіру, а крім цього розриваються зв'язки або оболони суглоба. Нерідко ушкоджується також хрящ суглоба, особливо в коліні.

Звихнення також вимагають лікарських оглядин і рентгену, щоб виключити можливість малого зламу або поважнішого ушкодження самого суглоба. Часто такі ушкодження навіть лікується



Накладання еластичного биндажу на ногу при жиляках, ушкодженні кісточки, суглоба тощо.

наче злами, бо розрив зв'язки, наприклад, може спричинити значну кволість даного суглоба, а то й болі на дуже довгий час. В таких випадках лікарі накладають гіпс на ногу чи руку.

Перша допомога при звихненні руки чи ноги — дати потерпілому абсолютний спокій в лежачій позиції, покласти звихнену руку чи ногу на подушці і прикладати до ушкодженої частини холодні компреси через рушник, щоб не надто її охолодити. Це допомагає проти болю і запобігає утворенню надто великого набряку. Такі компреси робити протягом першої доби. Згодом, як набряк устabilізується, перейти на гарячі компреси, найкраще вогкі, і продовжувати їх аж поки набряк не зникне. При вставанні необхідно накладати еластичний биндаж, особливо на нозі.

Коли лікарський огляд не ствердить зламу або поважнішого ушкодження, рекомендується застосовувати гарячі компреси та еластичний биндаж доти, аж поки болі зовсім не припиняться, набряк повністю не зникне. Лише це означає, що ушкодження

загоїлось, інакше може витворитися хронічний стан, який надоку-
чатиме довгими місяцями.

Особливо небезпечним є ушкодження коліна, зокрема, коли в суглобі є не лише набряк, а й вільна рідина, яку звать „водою в коліні”. В такому випадку необхідна допомога лікаря, а часами й ортопеда, щоб запобігти поважним ускладненням в суглобі.

4. Г Е Р Н І І

Латинське слово „гернія” — це ніщо інше, як прорив, який називаємо ми пропуклиною, рідше грижею, але слово це в медичній номенклатурі різних народів не змінюється, і його залишають із латинським звучанням, додаючи лише до слова „гернії” місце, де вона появилася.

Гернія — це звичайно прорив крізь якийсь отвір живота, який формує собою різної величини мішечок із зовнішньої сторони, зразу ж під шкірою. Такий мішечок, що власне і є гернією, має в собі, як правило, або внутрішній товщ або кусень кишки. З часом, зокрема при напруженні, хронічному кашлеві, важкій праці з підійманням тягарів, він побільшується, набираючи щораз більше матеріялу, і іноді досягає навіть розмірів людської голови.

Найчастіше пропуклини витворюються в долішній частині живота, в пахвинах, рідше у жінок і частіше в чоловіків. Прорив постає в місці, де м'язи живота, змінюючи напрямок, творять слабку стіну, крізь яку пропускають в'язку судин та нервів. В цьому місці, внаслідок надмірного напруження, очеревина проривається. Коли це стається раптово — людина відчуває у пахвині гострий біль. Коли прорив малий і поширюється місяцями — людина відчуває слабкий біль, що загострюється під час праці і майже зникає, коли вона лежить у ліжку. Згодом, в одному й другому випадку, закримчується в пахвині „опух” або „якийсь нарід”, який болить при натисканні і зникає в лежачій позиції.

Як згадано, пропуклини бувають найчастіше в пахвинах і їх є кілька родів, беручи до уваги анатомію живота. Але всі вони болять, ніколи самі не загоюються і кожна з них може привести до комплікацій.

Пропуклини бувають також в інших частинах живота — у верхній частині посередині, в пупцевій околиці, зокрема у жінок, а також на якомунебудь рубцеві після операції, коли внаслідок поганого загоєння або інфекції стінка живота тримається лише сполучною тканиною, а не міцним рубцем усіх рядів стінки. Тут відбувається такий самий процес: очеревина проривається крізь

тканину, крізь м'язи і творить під шкірою мішечок, який з часом побільшується. Вони також можуть боліти або поболовати, але коли вже появились — самі не зникають.

Прорив може статися крізь малий або більший отвір, і власне чим він менший, а мішечок гернії більший — тим пропуклина грізніша. Часто буває, що крізь малий отвір прориву в мішечок гернії попадає кусень тонкої або грубшої кишки. Отвір прориву — це ніби перстень, що звужується при напруженні і може цей кусень кишки замкнути в мішечку. Наслідок — раптова обструкція кишки. Стан стає грізним, і операція мусить бути зроблена негайно, не пізніше як за кілька годин після появи симптомів. Коли з яких-небудь причин операції своєчасно не зроблено — на кусневі замкненої кишки виникає гангрена, і тоді резекція необхідна, а операція дуже ускладнюється. Часто після таких операцій із резекцією кишки з гангреною інфекція може поширитися на цілий живіт.

До цього всього треба додати ще й те, що не кожний пацієнт має здорове серце і нормальне тиснення крові, щоб витримати складну операцію або її ускладнення. І так із звавалося б. невинної, малої пропуклини можуть постати тяжкі ускладнення. Тому не диво, що лікарі настоюють на операціях різного роду герній якраз тоді, коли людина почуває себе гаразд. Тоді і сама операція нескладна, і виздоровлення та гоєння простіші.

Варто згадати ще й те, що малі пропуклини звичайно легко оперувати. При великих пропуклинах реставрувати нормальну анатомію частини живота тяжче, і при цьому треба вживати „латок” із чужого матеріялу, щоб зашити отвір.

XVI. ХВОРОБИ ШКІРИ І ЗОВНІШНІХ ЗАЛОЗ

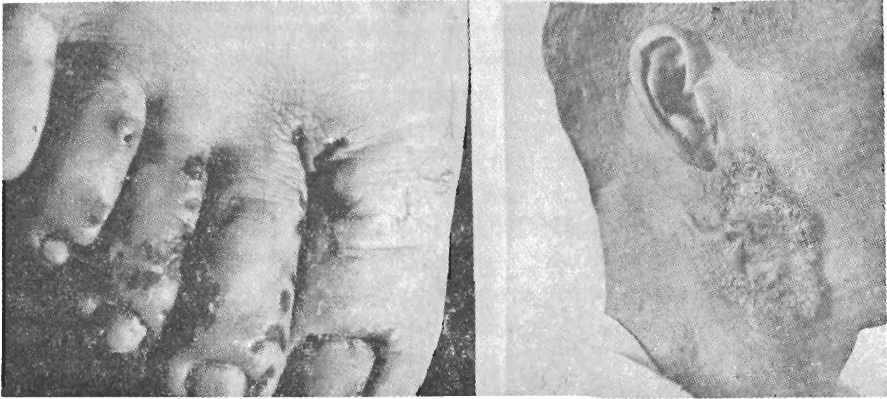
1. ШКІРНІ ВИСИПКИ ТА ЕКЗЕМИ

Висипки на шкірі не завжди означають недугу самої шкіри, а можуть бути одним із симптомів якоїсь іншої недуги. Так, наприклад, буває при корі, шкарлатині, деяких вірусових інфекціях. Таке може статися також при алергічній реакції на якийсь харч, медикамент, ін'єкцію або при вдиханні алергічних речовин. Висипка тоді — це лише симптом, який зникає, коли виліковується недуга.

Одначе, можуть бути висипки, які постають від недуги або реакції самої шкіри на певні явища, в основному на базі інфекційної, алергічної або нервової. Такі висипки майже завжди є льокальними, себто вкривають лише якусь частину тіла. Висипки ж, які постають від інших недуг організму або загальних реакцій в тілі, майже завжди вкривають більші простори шкіри, а то й ціле тіло (див. розділ про алергію).

Інфекційні висипки — це наслідок звичайної, а часами й складної інфекції напшкірка, потових або товщевих залоз, іноді корінців волосся. Викликає її бактерія, яка в сприятливих обставинах швидко розмножується. Наповнені гнійним матеріалом міхурці, які при тому творяться на шкірі, згодом тріскають, залишаючи після себе малі ранки, що беруться струпиками. Процес переноситься з місця на місце і може викликати глибокі пропеси в шкірі. Більшість таких інфекцій — заразні. Часто їх мають діти, хоч і дорослі від них не гарантовані. Звичайно такі висипки сверблять, а згодом печуть і болять. Появляючись біля вуха, носа і т. п., вони можуть перенестись на ці органи, пошкодити їх, викликати набряк лімфатичних вузлів.

Такі інфекційні пропеси успішно лікують антибіотиками, хоч при задавнених інфекціях іноді лікування затагується. Особи з такими процесами мають нахил до репиливів, а тому мусять пам'ятати, що найкраща профілактика проти них — чистота шкіри. Зокрема рекомендується вживати м'якого мила, яке має в собі антисептик, і митися не у ванні, а в проточній воді протягом ба-



1. Типова інфекція пальців ноги грибом уже в запущеному стані з формуванням ранок та міхурців на шкірі. Явище часте влітку при нехтуванні гігієни ніг. 2. Наріст на шиї, що почався звичайним лишаям і протягом кількох місяців розрісся. Прібка тканини не виявила пістряка шкіри, але показала поважну грибкову інфекцію звану блястомікозою.

гатьох днів після контролі інфекції. Такого мила варто вживати для змивання бруду і поту.

Окремою групою інфекційних висипок є такі висипки, які постають внаслідок грибкових інфекцій. Маючи вигляд лишая, вони звичайно розміщуються на шкірі окремими ядрами завбільшки від одного до кількох сантиметрів. Деякі з цих інфекцій також заразливі. Сверблять вони більше, і хворі часто їх роздряпують, викликаючи тим реакцію навколо місця інфекції, що згодом може перейти в хронічне запалення шкіри. Лікувати грибкові інфекції мусить лише лікар.

Алергічні реакції на шкірі, що дають висипки, а то й екземи — дуже часті в теперішніх часах, коли в щоденному житті широко вживають різних хемічних речовин. Звичайно шкіра реагує на контакт із речовиною, яку дана людина не зносить, і на шкірі появляються малі, величиною від одного до кількох міліметрів, набряки, які дуже сверблять. Така висипка може бути малою, але може поширитись також на цілу шию, обличчя, руку, ногу. Внаслідок посиленого чухання і роздряпування нашіррка може постати хронічний дерматит.

Найчастіше льокальні реакції викликають такі речовини: різного роду косметика, мазі для натирання, мила, деякі метали (золото, срібло), фарби для волосся та обличчя, нейльонові та вовняні матеріали, хемікалії, якими чиститься одежа, або по-

рошки, якими переться білизна, гумові або плястикові додатки до одягу. З речей хатнього вжитку часто спричиняють висипки різні порошки та рідини для чищення, деодоранти, різні фарби, пр'я, що вживається в подушках, пасти для натирання меблів і підлоги. Також спричиняють висипки домашні тварини, рослини та дерева.

Найкращий спосіб усунути такі прояви — це виключити речовини, які подразнюють шкіру, або уникати їх у щоденному житті. Найвні висипки, якщо вони не сильні, зникнуть протягом кількох днів. Їх також можна натирати різними заспокійливими мастями (див. розділ про домашню аптеку). При сильніших висипках, що появляються внаслідок контакту з алергічним матеріалом, треба звертатись до лікаря. Тепер завдяки препаратам кортизону лікування триває іноді не більше як кілька днів.

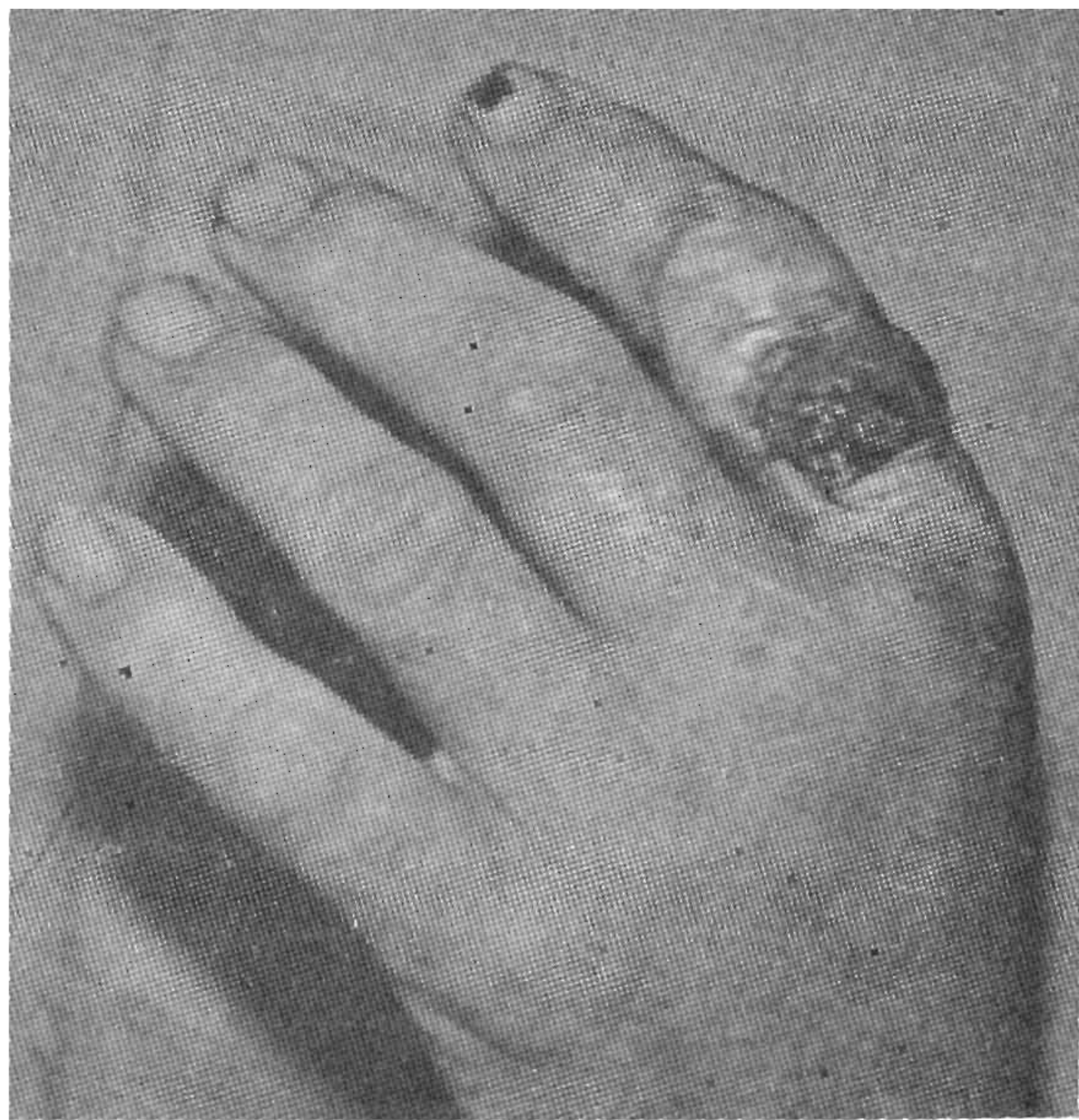
Звичайно при контакті з речовиною, до якої людина має алергію, треба негайно всякі сліди тієї речовини змити водою з легким милом. Це особливо стосується різних хемікалій, косметики та рослин, як, наприклад, трійливої кропивки, якої є багато в Америці.

Нервові висипки або т. зв. невродерматити — це також подеколи алергічні явища, які близькі до загальної алергії (алергія до харчів, сінна гарячка, астма і т. д.), але в цьому випадку нервове напруження, нервова нестабільність, глибокі емоції спричиняють значні висипки при будь-якій провокації збоку алергічної речовини. Звичайно висипки займають тоді простір лише на якійсь частині тіла. Вони постійно, а особливо вночі, сверблять, і їх ще більше подразнюється чуханням. Внаслідок цього витворюється на цій частині шкіри хронічний стан. Лікувати такі дерматити треба лише з поміччю лікаря.

2. НОВОТВОРИ НА ШКІРІ

Шкіра, немов охоронний плащ нашого організму, тримає всі м'язи, кісті, судини, органи наче в мішку. Крім цього вона виконує чимало інших функцій, як потіння, охорона від змін зовнішньої температури, регулювання температури тіла і т. д. Вона постійно наражена на хемічні, фізичні, термічні та інші подразнення, і нічого дивного, що під впливом цих подразень на ній постають новотвори або пухлини.

Один із таких новотворів — це звичайна бородавка. Появляється вона здебільша на руках, ніколи не болить, не спричиняє



1. Бородавкоподібний нарост на шкірі. Такого роду нарости вважається вродженими, хоч вони можуть появлятися і в юнацькому чи середньому віці. В старшому віці, зокрема при постійному подразнюванні, — часто місце формування пістряка шкіри. 2. Нелікована рана, що почалася з дряпини, яка не гоїлась довгий час. Ірбіка виявила пістряк. У за давненому стані — лікування складне з втратою пальця і частини кисти.

ніякого клопоту. Та коли у дитини чи юнака такі бородавки виступають у великому числі, тоді вже справа дуже неприємна.

Бородавка — це новотвір, вирощуваний вірусом. Вона може переноситися з людини на людину, хоч деякі особи мають проти неї природній імунітет. У багатьох випадках вони буквально засипають руки. Ще гірше, коли бородавка появляється на підошві ноги, бо тоді під час ходіння вона втискається в шкіру і сильно дошкуляє. Вирізування чи випалювання бородавок не завжди дає успішні результати: вони знов повертаються. Іноді усувають їх наświetлюванням рентгенівськими променями. Бородавка ніколи не переходить у пістряк.

Інший новотвір — це т. зв. молі або родимки, які дуже подібні до бородавок, але мають темніше забарвлення. Вони не заразливі, їх людина має від народження, хоч і появляються вони здебільша в середньому чи й старшому віці. Більшість з них не переходить у пістряк, але коли молі часто подразнювати на обличчі чи шиї бритвою, тертям сорочки і т. д., вони можуть перейти в пістряк.

Особливо на обличчі родимки щоденно подразнюються вітром, сонцем, тертям рушника, зміною температури тощо. Крім цього людина має нахил шкрябати їх нігтями.

Найкраще молі залишити в спокої, не вдаючись до домашніх способів. Але коли вони дошкуляють, їх легко можна позбутися з поміччю хірурга. Коли ж на них з будь-якої причини починають витворюватись ранки, коли вони кривавлять, формують струпик — їх негайно треба дослідити.

Якщо молі і споріднені з ними новотвори набирають темного, а далі й чорного кольору, то вони дуже небезпечні, бо швидко, навіть без подразнень, переходять у пістряк. Часами вони переходять у т. зв. меланому — найгіршу форму рака, що воює швидко і певно. Тому ніколи не буде зайвим запитати свого лікаря при загальній перевірці про якість наростів-молів, якщо вони є десь на тілі.

Подібними до молів є т. зв. кератози. Це також малі нарости на шкірі, але вони плоскі, виглядають як звичайне згрубіння шкіри і мають темносірий або бронзовий колір. Появляються кератози не раніше як на 55-60-му році життя, здебільша на обличчі, шиї, плечах і руках. Ці поверхневі, не міцно причеплені до шкіри згрубіння постають внаслідок старіння шкіри, зокрема, коли якась її частина була особливо подразнювана протягом життя. Кератози часто переходять у пістряк, зокрема при подразнюванні або посиленому наświetлюванні сонцем. Більші, грубіші й темніші кератози лікарі звичайно радять вирізати або видалити з поміччю електричної голки.

Цілковитим відмінним новотвором є грибокподібні нарости, які звуть папіломами. Вони звичайно ростуть на шиї, у пахвинах рук і на долішній частині живота. Бувають малі, але іноді виростають до розміру горіха й більше. Вони характеристичні тим, що мають ніби вузьку шийку, а згодом розростаються у новотвір, який легко рухається на вузькій базі. Як правило, в пістряк не переходять, хібащо постійно наражені на подразнення аж до витворення ранки.

Взагалі, який би новотвір не був, якщо він має будь-яку ранку, формує струпики, кривавить, швидко побільшується або раптово прибирає щораз темнішого кольору — його треба негайно дослідити.

Новотвори під шкірою трапляються майже так само часто, як і на поверхні шкіри, але вони далеко не такі грізні, хоч часто викликають у людей острах, коли їх раптом хтось „відкриє”. Майже всі підшкірні новотвори ростуть дуже повільно і іноді роками залишаються непоміченими. Вийняток творять товщеві міхури-кісти, які побільшуються в швидкому темпі.

Товщеві міхурі беруть свій початок всередині шкіри, коли вихід товщевої залози на поверхню замикається. Нормально товщ виділяється на поверхню шкіри, тим самим роолячи її еластичною, зоерігаючи її від тріскання та надмірної сухости. Коли ж отвір такої залози замикається, товщ у ній накопичується і згодом розпихає її, творячи міхур, що іноді досягає величини горіха або й більшої.

Найчастіше такі міхурі виникають на потилиці, під шкірою голови, поза вухами, на плечах, на грудях. Вони виділяють із себе сірувату речовину з досить неприємним запахом, рідко болять, хібащо в них дістанеться інфекція і витвориться гнояк. Гнійні нариви від тих міхурів можуть бути дуже болючими, зокрема, коли витворюються на шії або поза вухами. Вони можуть прориватися у глибші тканини і пошкоджувати нерви та судини, а також можуть спричиняти „зараження крові”, себто прорив інфекції у кров'яний обіг.

Лікарі звичайно радять такі міхурці, навіть малі, усувати хірургічним способом, тим більше, що, коли нема інфекції, ця операція забирає не більше як 10-15 хвилин, а коли заїде інфекція лікування іноді може тривати тижнями. В товщевих міхурах з інфекцією чи без неї ніколи не витворюється пістряк.

Іншим частим підшкірним новотвором є нарости, які постають з товщевої тканини. Вони бувають різної величини — як горошина, навіть долоня й більше. Ці новотвори здебільша пласкі, до шкіри не приростають, і їх можна намацати пальцями. Як правило, вони не болять, хібащо виникають на шляху більшої судини, нерва або зв'язки м'яза. Найчастіше наростають на плечах, грудях та животі, рідше на руках та ногах, і звать їх ліпомами.

Ліпоми рідко переходять у злоякісні пухлини, і лікарі їх часто ігнорують, хібащо новотвір швидко росте і твердне або лежить на шляху судини, нерва чи на зв'язці м'яза. На відміну від товщевих міхурів, ліпоми ніколи не зазнають інфекції, і їх оперувати можна кожночасно. Операція легка, хоч може вимагати кількох розрізів і особливої уваги, якщо новотвір лежить біля важливої судини або близько нервів.

У деяких частинах людського тіла, зокрема на шії, у пахвинах рук та пахвинах у долішній частині живота, можуть творитися пухлини, які пригадують вгорі описані міхурі або товщеві новотвори. Не маючи нічого спільного з товщовиками, це можуть бути розпухлі лімфатичні залози, які ворожать поважну недугу всього організму, включно з пістряком крові. Тож не слід встановлювати собі самому діагнози або думати, що йдеться про таку саму пух-

лину, як її мав знайомий чи сусід, якому ту пухлину вирізали, але „нічого не знайшли”. В таких випадках треба негайно звернутись до лікаря.

3. ПОПАРЕННЯ ШКІРИ

Серед різних ушкоджень шкіри — попарення найчастіше. Воно може бути наслідком дії високої температури, електричного струму, хемічних та радіоактивних речовин.

При попаренні клітини шкіри знищуються на самій поверхні або глибше і аж через цілу глибину її. Залежить це від ступеня попарення. Знищені клітини можуть реставруватись лише на поверхні шкіри, а при глибокому попаренні шкіра заростає рубцями сполучної тканини, що спотворюють її зовнішній вигляд і можуть обмежити функціональність, наприклад, руки, ноги, шиї.

Розрізняють три ступені попарення:

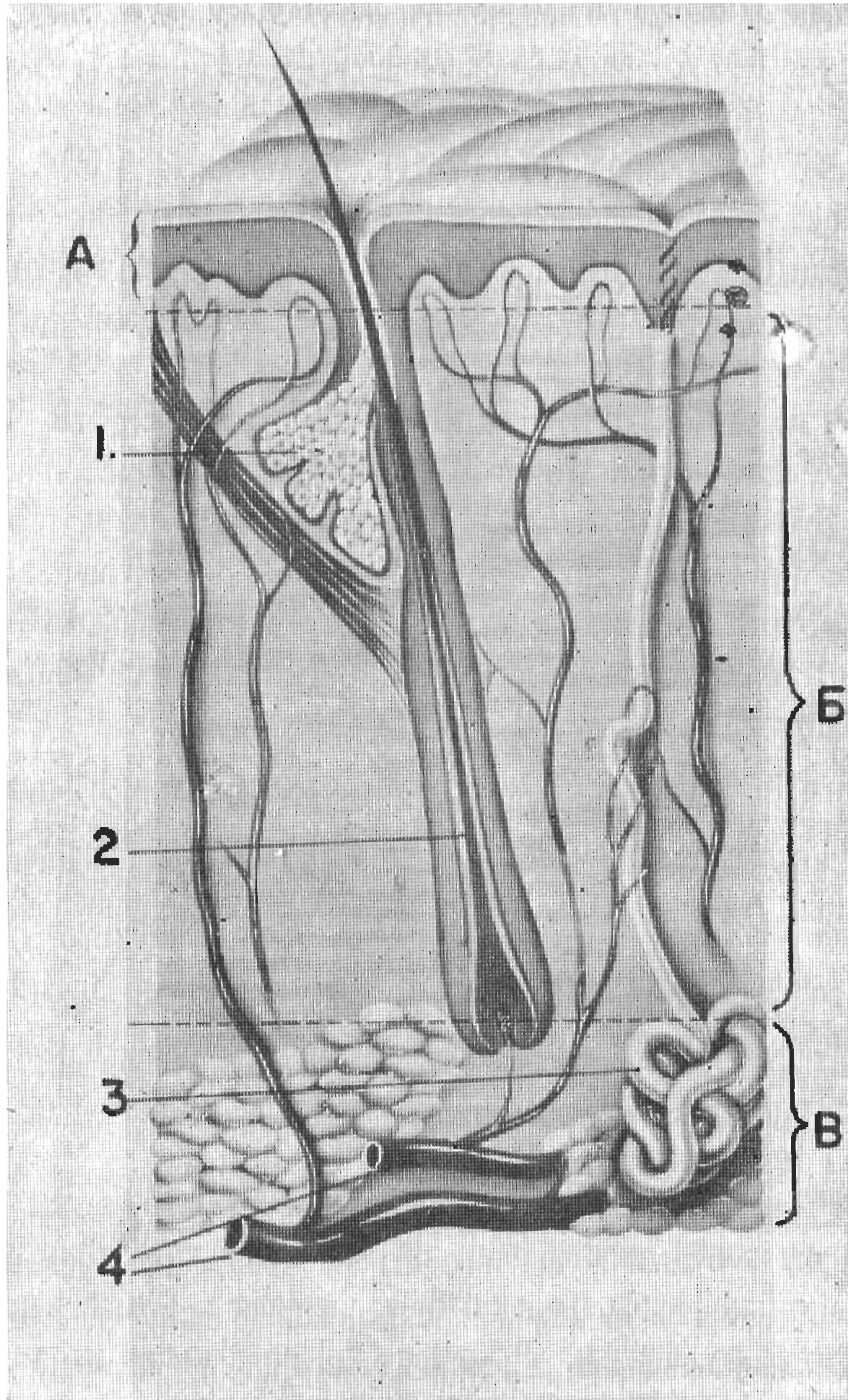
А. Перший ступінь — шкіра у попареному місці та довкіллі червоніє, набрякає, болить і пече, але міхурців нема.

Б. Другий ступінь — шкіра червоніє, набрякає і на місці попарення набираються міхурці, переповнені „водою”, себто рідиною тканини. При цьому ступені ушкоджується не лише нашірок, т. зв. епідерміс, а й глибші верстви шкіри, але база її не ушкоджена. Звичайно міхурці по якомусь часі тріскаються і наростає новий нашірок.

В. Третій ступінь — нашірок повністю знищений, долішні верстви шкіри також знищені через цілу глибину шкіри. Міхурців нема, бо нема нашірка, що їх творить. Таке знищення шкіри заростає лише рубцями. Гоєння довге, часто з ускладненнями, спричинюваними інфекціями.

Найчастіше при третьому ступені попарення переміщується з другим ступенем, і тоді важко відрізнити ці два ступені, зокрема, коли міхурці зразу ж тріскаються, залишаючи на поверхні шкіри спалену або зварену желатиновидну масу.

Якщо попарення першого ступеня доволі болюче, то при другому й третьому ступенях справа не лише в болі, а й в затраті організмом рідини, яка виділюється з попарених місць. Затрата ця буває такою швидкою і великою, що потерпілий може дістати повний шок і загинути. Загально приймається, що коли попарення перевищує 15% поверхні тіла у дорослих і 10% у дітей, то вони можуть потрапити у шок. При попаренні 30% поверхні тіла пацієнти вважаються поважно загроженими, а при вище як 50% — критично хворими. Маючи на увазі швидку затрату рідини, усі па-



Попарення шкіри різних ступенів: А. попарення першого ступеня — лише нашкірка; Б. попарення другого ступеня — глибших прошарків, що мають уже в собі 1. товщеві залози і 2. волосяні мішечки; В. третій ступінь попарення — глибоких тканин шкіри, які мають 3. потові залози і 4. кровоносні судини та відгалуження нервів.

цієнти, що мають більше як 15% попареної поверхні тіла, мусять перебувати під наглядом лікаря.

Відсоток попарення обраховується за відомим „правилом 9”: одна рука включно з плечем має 9% поверхні тіла, нога із стегном — 18%, груди із животом або плечі із сидінням — 18% і т. д.

Пацієнти, що мають більше як 30% попареної поверхні тіла, мусять лікуватися в лікарні, поповнюючи затрату рідини і кров'яної плазми різними розчинами, навіть свіжою кров'ю і плазмою.

При попареннях першого ступеня на попарене місце треба прикладати холодну воду, включно з компресами із льоду, щоб запобігти великим набрякам та вгамувати біль. При попаренні хемічними речовинами — вода особливо важлива, щоб змити залишки хемікалій, які можуть привести до другого або й третього ступеня, якщо залишаться на шкірі довший час. При попаренні кислотами змивати шкіру розчином води із питною содою, а при попаренні луговими хемікаліями — розчином води й оцту, щоб неутралізувати ці хемікалії. Це саме робити при попаренні другого ступеня, але дуже обережно, щоб не роздерти міхурців. При попаренні третього ступеня, навіть малому розміром, промивання можна зроби́ти як першу допомогу, але при тому негайно треба звернутись до лікаря, який не тільки приступить до лікування попарення, але й вживе заходів проти інфекцій, дуже частих при глибоких uszkodженнях шкіри.

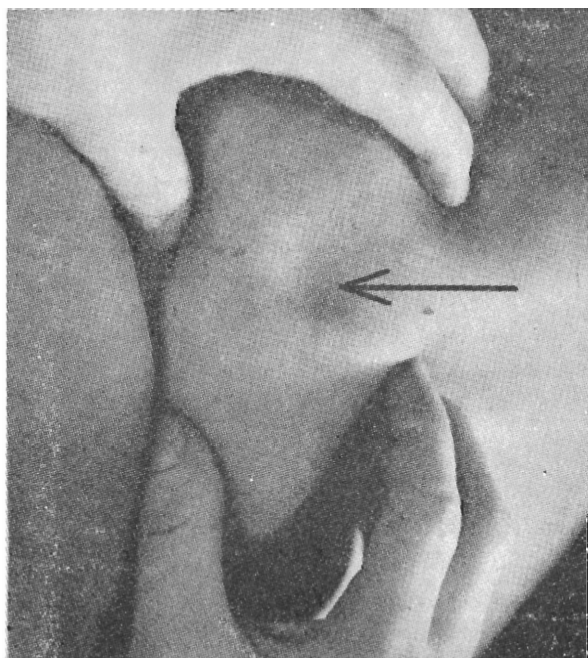
При попаренні першого або другого ступеня треба промити попарене місце і забандажувати його, густо помастивши перед тим звичайною вазеліною або іншим нейтральним товщем. Речовини, що продаються по аптеках проти попарення, гамують біль і мають у собі товщі, що лікують uszkodжені місця. Товщева мазь із вітамінами „А” і „Д”, яку можна дістати в кожній аптеці, уважається також доброю для лікування попарень. Попарення першого ступеня звичайно швидко гоїться. Другого тягнеться довше, бо щойно після затрати міхурців та регенерації нашкірка гоєння можна вважати закінченим. Міхурців рекомендується не роздирати і не розрізувати, бо вони служать природньою охороною шкіри від інфекції. Коли треба — їх розріже лікар, уживаючи відповідних антисептичних речовин. Попарення третього ступеня, як сказано, мусить лікувати лікар, і воно часто вимагає перещеплення шкіри з іншого місця, щоб забезпечити попарену частину від грубих рубців. Попарення усіх ступенів, спричинене радіоактивними речовинами або рентгенівськими променями, вимагає лікування лише фахівцями.

4. ПІСТРЯК МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ

Молочні залози — це підшкірні залози зовнішнього виділення, фізіологічна дія яких зв'язана із жіночими гормонами і активується під час вагітності та в породовому періоді. Як і інші

залози, вони мають свої недуги. Новотвори — опухи, що постають у молочних залозах, поділяються на кілька груп, що з них найбільш загрозливим для життя є пістряк, який трапляється частіше, як це звичайно думають.

Пістряк молочної залози, згідно із статистичними даними, це недуга, яка після пістряка матки найчастіше буває серед жінок



Пухлина в молочної залозі у вигляді наросту, який уже встиг прирости до шкіри. Пальці рук показують величину пухлини, а стрілка — центр її, що приріс до шкіри. Пухлина — напевно пістрякова, що росла довший час. Такий занедбаний стан вимагає радикальної операції, а згодом лікування, без гарантії повного вилікування.

білої раси. З усіх видів пістряка, на які вмирають жінки, пістряк молочної залози забирає 10% жертв, що, наприклад, в Америці становить річно понад 55 тисяч. Із кожних 100 тисяч жінок, які вмирають з різних причин, понад тисяча вмирає на пістряка молочної залози. На кожних 120 випадків пістряка цієї залози у жінок лише один випадок припадає на мужчин. Цікаво, що жінки жовтої раси рідко хворіють на пістряк молочної залози, а найчас-

тіше трапляється він у країнах з малим відсотком одружень і народжень. Також захворюваність на цей вид пістряка зростає серед жінок, які не годують своїх дітей грудьми.

Пістряк молочної залози доволі рідкий у жінок перед 30-им роком життя, становить 5-10% випадків у віці 35-40 років, 20% у віці 45 років, 32-55% у віці 50 до 60 років. Загально прийма-

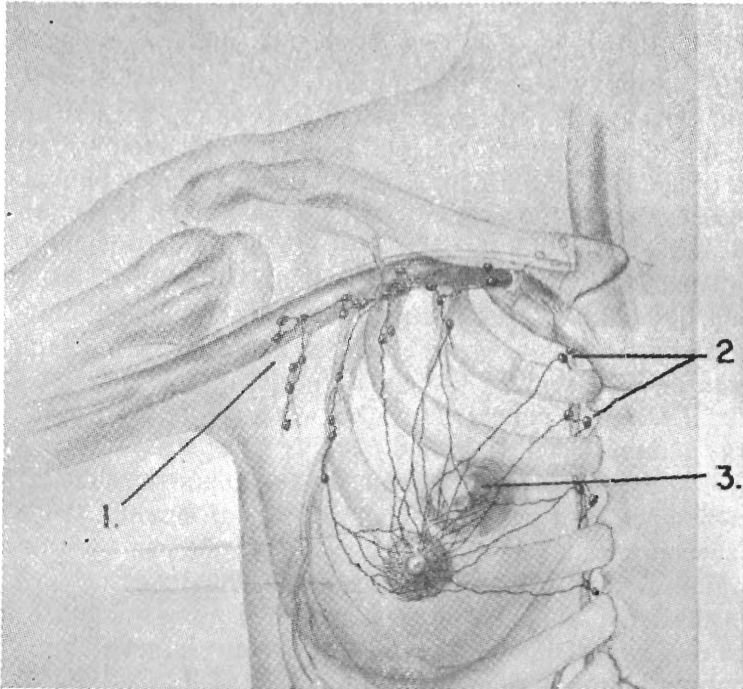


Схема поширення пістряка молочної залози лімфатичними протоками, що виявляє необхідність радикальної операції при пістряках цієї залози. 1 і 2 — лімфатичні вузли в околиці ключиці і грудної клітки. 3. Пістряк залози, з якого йдуть метастази.

ється, що чим пацієнтка старіша, тим пістряк росте повільніше, і тоді прогноза краща. Пістряк цей має нахил дуже швидко розростатись і давати метастази на близьке довкілля, а також в легені, кістці, живіт.

Починається цей пістряк „звичайним” наростом у залозі, який можна помітити як згрубіння, як „грудочку” в певному місці грудини. Такі опухи можуть бути цілком невинними кістами, новотворами без злоякісних змін, але можуть також бути початком

пістряка. Розпізнати їх звичайними оглядинами в ранній стадії неможливо. Для цього необхідно брати пробу із такого наросту, і, коли виявляється пістряк, тоді хірургічне видалення цілої залози, часто з довколишніми тканинами — це єдиний рятунок для недужої. Після операції застосовується також наświetлення рентгенівськими променями, бо пістряк молочної залози дуже вразливий на ці промені.

Найкраще лікувати цей пістряк, очевидно, в ранній стадії, коли він ще не дав метастаз. Тому кожна жінка, починаючи від 30-го року життя, повинна перевіряти свої груди кожного місяця; найкраще зразу після місячних функцій, коли залози менше набрякли. При кожній підозрі, що в грудині є якийсь нарост-„грудочка”, при ствердінні частини залози, при ненормальних виділинах із залози рекомендується негайно вдатися до лікаря і, якщо треба, перейти малу операцію, щоб визначити рід такого наросту.

Ряд новотворів у молочної залозі, які в початках не мають злоякісного характеру, можуть такий характер набутти, якщо довгий час залишаються в грудині. Тому часто мала операція для видалення опуху потрібна не лише для того, щоб поставити правильну діагнозу, але також для забезпечення, щоб з нього не утворився по якомусь часі пістряк.

Перевірка грудей бодай раз на місяць кожною жінкою, перевірка їх лікарем при кожних оглядинах — це єдиний і надійний спосіб зберегти себе від пістряка молочної залози.

Останніми роками поширюється і вдосконалюється метод виявлення пістряка молочної залози навіть у дуже ранній стадії з поміччю рентгену. Відповідні знімки молочних залоз можуть дати вправному рентгенологу потрібні інформації, щоб розпізнати пістряк.

XVIII. ДОМАШНЯ АПТЕЧКА

Лікування недуг проводиться сотнями різних складних апаратів та інструментів і тисячами медикаментів. Основну частину медикаментів можна набувати лише на рецепти, що їх видає лікар, знаючи стан здоров'я свого пацієнта, бо чимало їх мають дуже сильну дію і, лікуючи в одному випадку, можуть шкодити в іншому. Сюди належать навіть різні „чудодійні ліки” модерних часів, які, коли їх невміло або безконтрольно застосовувати, можуть принести велику шкоду. З притиском підкреслюємо, що вживати приписувані лікарем медикаменти треба тільки за даними ним інструкціями.

Проте, є чимало різних препаратів, які відпускається в аптеках без рецепт. Уживається їх для контролі тимчасових симптомів, легких недомогань, для першої помочі, а то й лікування деяких розладів. Вживати їх — ніякий гріх, навпаки — це допомога собі і лікареві, щоб не завантажувати його зайвими проблемами. Деякі з цих препаратів також можуть, коли їх неправильно вживати, викликати небажані дії.

Домашня аптечка виглядає не однакою в кожній хаті, бо зміст її залежить від потреб людини або подины, наявності дітей і т. д. Тут беремо до уваги лише основні засоби домашнього лікування. При тому треба підкреслити, що в домашній аптечці не вільно тримати ліків, приписаних лікарем, разом із купленими без рецепти. Назви деяких ліків подаємо також англійською мовою.

Домашня аптечка комплектується із медикаментів, які продаються по аптеках вільно:

— **Термометр.** Його необхідно мати в кожній хаті, бо знання температури при багатьох недугах дуже важливе. Не утруднюйте лікареві встановлення діагнозу, заявляючи, що не знаєте, яку маєте температуру. Нормальна температура за Фаренгайтом — це 98.6 ступеня, а за Цельзієм — 36.6. Деякі люди мають від цієї температури незначні відхилення.

— **Гумовий міхур.** Цей прилад використовується для гарячих окладів або для холодних компресів. Холодні компреси найкраще робити, виповнивши міхур водою і січеним льодом. Гарячі

або холодні компреси найкраще прикладати через рушник, щоб не надто подразнювати шкіру.

— **Електрична подушка.** Цей уживаний при гарячих окладах або компресах ogrівач добрий тим, що контролює температуру ogrівання і займає більший простір. Набувайте електричну подушку лише добре ізольовану. Тоді її можна вживати також для вогких компресів, спершу прикладаючи до тіла мокрий рушник, а потім восковий папір або плястичну охорону. Мокрі компреси завжди кращі від сухих.

— **Алькоголь для натирання (Rubbing Alcohol).** Це звичайно 70% алькоголь, який можна вживати лише зовнішньо — для промивання неглибоких поранень, як антисептик, для натирання при ревматичних болях, для розпруження м'язів. Розмішаний з холодною водою у відношенні 1:4 вживається для натирання дітей, щоб зменшити гарячку. Для дорослих можна вживати алькоголь вищої концентрації.

— **Бандаж із марлі на випадок поранення.**

— **Плястичні бандажики (Band-aid).** Більшість фірм виробляє їх стерильними, і вони дуже добрі при малих пораненнях, розрізах шкіри і т. д. Деякі навіть мають у собі антисептик, що дезинфікує рану.

— **Еластичний бандаж (Elastic bandage).** Такий бандаж варто мати різних розмірів — для використання при ушкодженні суглобів, розтягненні сухожилля, звихненні. Тісно накладений на ушкоджене місце він забезпечить проти сильного набряку і гамуватиме біль, зокрема при звихненні кісточок у стопі.

— **Антисептики.** Їх є багато у продажу, і котрийсь із них треба мати для дезинфекції поранених місць. Серед частіше вживаних — Mercurochrome, Merthiolate і Betadine. Усі вони добрі для дезинфекції поверхневих ран. У глибокі рани їх вливати не рекомендується, хібащо робити дезинфекцію навколо ран.

— **Дезинфекційне мило.** Є багато сортів такого мила і майже всі вони мають у собі т. зв. Hexachlorophene, який добре очищає шкіру від бактерій, грибків і т. д. При гнійних висипках і фурункулозі таке мило забезпечує проти повороту інфекції або перенесення її на інші місця тіла. Таке мило рекомендується вживати при надмірному потінні з неприємним запахом. Воно потіння не припинить, але до якоїсь міри забезпечить від запаху, якщо його постійно вживати. Один із кращих сортів антисептичного мила — „PhisoHex”.

— **Натирання для шкіри.** Для натирання подразненої шкіри є чимало різних рідин, але найчастіше рекомендується Calamine

або Caladryl lotion. Їх можна з успіхом вживати при свербінні, висипках незначного характеру, після укушення комарами, при висипці, спричиненій отруйною кропивкою, при легких попареннях, поверхневих роздряпинах, алергічних подразненнях.

— **Вазеліна та подібні препарати.** Сюди, крім звичайної вазеліни, варто включити мазь з вітамінами — Vitamin A and D ointment, також у формі крему. Звичайну вазеліну вживається при всяких попареннях, а вітамину мазь, яка гоїть краще, також при глибоких роздряпинах і поверхневих ранках. На рани або роздряпини, які мають інфекцію, таких препаратів накладати не рекомендується. Тут потрібна речовина з антибіотиками.

— **Кукурудзяний крохмаль.** Це добра природня речовина проти сильних висипок та свербіння цілого тіла. Купіль в цьому крохмалі заспокоює свербіння. Брати один фунт на ванну води, вимочуючи тіло протягом 30-40 хвилин.

— **Сода для пиття.** Один фунт такої соди на ванну води також дасть велике заспокоєння при свербінні або висипках. Крім цього можна її вживати, щоб викликати блювання при випадковому спожитті трійливої речовини. Ложечка соди на склянку теплого молока майже завжди викличе блювання. Вживати її при високій кислотності шлунка не слід. Є кращі й безпечніші засоби.

— **Полоскання рота і горла.** Сюди входить довгий ряд різних комерційних полоскань з певною дозою антисептику. Вони допомагають при запальних процесах у роті або горлі. Заступити їх можна, розчинивши ложечку соли і ложечку соди в склянці теплої води. При інфекціях вживати кожних дві-три години по склянці цього розчину.

— **Ліки проти шлункових кислот.** Їх є чимало у вільнім продажі, і лікарі часто рекомендують їх при шлункових розладах, що супроводяться високою кислотністю. Найширше вживані — це Gelusil, Maalox, Amphojel, Mylanta, Aludrox, Kolantyl. Всі згадані препарати нейтралізують надмір кислот у шлунку, а деякі, як, наприклад, Kolantyl, обнижують продукцію кислот. Ці ліки допомагають при корчах шлунка, печенні, нестравності внаслідок переїдання або надмірного вживання гострих і кислих потрав, алкоголю і т. д. Звичайна доза таких ліків — дві таблетки кожних 3-4 години або 2 чайні ложечки, якщо ліки вживається в рідині. Чимало із згаданих препаратів лікарі приписують при лікуванні шлункової виразки.

Відомі препарати Alka-Seltzer або Bromo-Seltzer можна вживати при нестравності або шлункових здуттях після важких пот-

рав, але для постійного поборювання високої кислотности в шлунку вони не рекомендуються.

— Ліки проти кишкових розвільнень. При звичайних розвільненнях допоможе дієта (див. розділ про шлунково-кишкові розлади), але, коли треба, можна вживати й допоміжного ліку. Рекомендується один із таких препаратів, як Kaopectate, Donnagel, Pertobismol. Пересічна доза — одна столова ложка кожних дві-три години, аж поки розвільнення припиняться. Перед уживанням треба прочитати інструкцію, подану на препараті. Кишкові розлади у немовлят і малих дітей вимагають консультації лікаря. Без його поради їм не слід давати ніяких медикаментів.

— Лік проти кишкових затвердінь. Коли кишкові виділини регулярні, але надто сухі або тверді, можна вживати звичайної мінеральної олії — Mineral Oil, яка зм'якшує виділини. Звичайно одної або двох столових ложок цієї олії вистачить. Коли ж виділини нерегулярні і затримуються по кілька днів, такі препарати, як Milk of Magnesia, уживані в кількості одної до трьох ложок денно, допоможуть, якщо в той самий час регулюється також дієта (див. розділ про кишкові затвердіння). В окремих випадках, коли виділини тверді й нерегулярні, добре допомагають деякі рослинні препарати, як, наприклад, Metamucil, уживаний в кількості одної чайної ложечки на склянку води. Порошок цього препарату зв'язує собою воду в грубій кишці і тим самим робить виділини більше емульсійними. Є також ряд інших рослинних препаратів, як Agopal, що мають у собі екстракти з рослин, та мінеральну олію. Часто рекомендуються препарати з рослин, що регулюють кишкові виділини, підвищуючи кислотність у грубій кишці, бо при затвердінні вміст грубої кишки майже завжди має сильно лугову реакцію. До таких препаратів належить екстракт ячменю, який продається в порошок або таблетках під назвою Maltsupex. Цей препарат особливо добре помагає людям старшого віку. Також добрий препарат рослинного походження Senakot. Доза приймання всяких препаратів проти затвердінь звичайно подається на пляшечках. Усі вони продаються без рецепти.

Один із способів допомоги при кишкових затвердіннях спорадичного характеру — це користування гліцериновими свічками (Glycerine suppositories), які не регулюють затвердіння, але стимулюють пряму кишку до випорожнення. Не подразнюючи прямої кишки, вони діють лагідно, і тому їх рекомендується як для старших віком людей, так і для дітей. Однак, вживати їх постійно не слід, бо пряма кишка стає тоді „лінивою”.

— **Аспірина** (Aspirin). Це широко вживаний препарат, який допомагає при ревматичних та артритичних недугах, при болях голови, гарячці, болях при пораненні і т. д. Загально кажучи, аспірина — це засіб поборювати гарячку і болі. Продається вона у різних формах, хоч фактично між ними нема суттєвої різниці. Рекламування тієї чи іншої форми не має під собою ніякої підстави. Доза аспірини — одна-дві таблетки кожних чотири години для дорослих. Для дітей звичайно один „грейн” на один рік їхнього віку, отже, один „грейн” для дитини одного року, два „грейни” — двох років і т. д. Дитячі таблетки звичайно мають $1\frac{1}{4}$ „грейна” аспірини, а таблетки для дорослих п’ять „грейнів”. Один „грейн” — це приблизно 60 міліграмів ваги. Вживання аспірини порушувалось кілька разів у цій книжці. Люди, які мають високу кислотність або виразку шлунка, можуть мати корчі в шлунку або печію. Таким людям краще приймати Bufferin, Ascriptin та їм подібні комбінації аспірини. Ці препарати — це та сама аспірина з додатком лугової або протикислотної речовини. Аспірин, коли запивати її молоком, а не водою, менше докучає в шлунку.

— **Аспіринові препарати**. Їх є дуже багато на ринку, і всі вони мають за основу аспірину, інші препарати саліцилової кислоти або додаткові речовини проти болю, катару тощо. До найбільш популярних належать Empirin, Anacin, Echedrin і т. д. Їх дітям не рекомендується давати. Доза їх для дорослих — та сама, як аспірини. Деякі комбінації аспірини включають речовини проти застуди, зокрема проти катару носа, синусів. До таких належить з успіхом уживаний Coricidin, доза якого така сама. Для дітей до 12 років є окремі таблетки. Немовлятам їх не рекомендується.

— **Сироп проти кашлю**. Цих препаратів є багато у вільнім продажу, і їх можна з успіхом вживати. Сюди належать такі найбільше поширені як: Romilar, Cheracol, Cheracol D, 2/G, Robitusin, Triaminic Expectorant, Benylin Expectorant. Очевидно, коли кашель триває більше, як кілька днів або ж супроводиться гарячкою, лікарська поміч необхідна.

Проти звичайної застуди з нежитом можна вживати Sinutab, Triaminic, Triaminicol, Coricidin.

— **Вітаміни**. При нормальному й здоровому харчуванні, фактично, цих препаратів не потрібно. Але коли людині приписано дієту, яка виключає свіжу городину та овочі, коли вона видужує з якоїсь хвороби, ослаблена операцією чи анемією, рекомендується вживати синтетичних вітамінів, які мають у собі „А”, групу „В”, „С” і „D”. Звичайно всі вітаміни, які продаються по аптеках — добрі, і якість їх залежить від кількості окремих вітамінів в таб-

леті та від ціни препарату. Гізнi ж вітаміни, що продаються агентами „з-під поли“, мають далеко гіршу якість, незалежно від реклами, бо з їх продажу шарлатани роблять собі „бизнес“. Найкраще купувати в аптеках вітаміни, продуковані відомими фірмами. Доза уживання вітамінів подається на пляшці і залежить від їх кількості в одній таблетці.

Старші віком люди часто вживають мішанки вітамінів, і в цьому нема нічого злого, бо такі люди їдять менше, як молоді, і тому одержують з харчів меншу кількість вітамінів. Заживати великі дози вітамінів старшим людям не рекомендується, хібащо вони перейшли сильну недугу або мусять притримуватись дієти. Іноді старшим віком людям рекомендується вітаміни „Е“, які продаються у формі таблеток або екстракту з паростків пшеничного зерна (Wheat Germ Oil). Дія цього вітаміну ще повністю не вивчена і доза його не встановлена. Є дані припускати, що при нормальному харчуванні людина одержує з потрав достатню кількість вітаміну „Е“. Вітамін цей має властивості підтримувати деякі тканини людського організму в кращому стані. Вживання цього вітаміну для „відмолоджування“ — неоправдане.

Окремий вітамін, що його варто мати в домашній аптечці — це вітамін „С“. Його можна приймати при застуді, нежиті, інфлюенці. Він не виліковує недуги, але допомагає в процесі лікування. Вживати його треба в кількості від 300 до 500 міліграмів денно і навіть більше при сильнішій застуді. Окрема таблетка важить 50 і 100 міліграмів. Відносно вживання його малими дітьми треба poradитись лікаря.

— **Краплі для вуха.** Для тимчасової допомоги проти болю вуха, ще поки наспіє лікарська допомога, з успіхом вживають крапель під назвою Auralgan. Рекомендується вживати 2-4 краплини у хворе вухо кожних дві-три години.

— **Краплі для очей.** При подразненні очей сонячним промінням, димом і т. д., а також при їх запорошенні з успіхом уживають кілька родів комерційних крапель, зокрема „Visine“.

— **Ліки проти нежиту.** Звичайний нежит, який проходить без ускладнень, можна лікувати рекламовими краплями, але біда в тому, що вони іноді подразнюють слизові оболонки носа. Кращими засобами виявились препарати в таблетках або рідині для внутрішнього вжитку. Сюди належать Sinutab, Triaminic, Coricidin і т. п. При сильнішому нежиті або набряках внаслідок сінної гарячки треба звертатись до лікаря.

— **Препарат проти запаморочення.** Звичайні запаморочення, які називають „круженням голови“ і які не постають внаслідок

високого тиснення крові, анемії, хвороби вуха і т. д., можна контролювати препаратом Dramamine. Цей лік особливо помічний при запамороченні на літаку, кораблі, при їзді автом та потягом. Він також допомагає проти нудоти і блювання, які бувають в деяких людей при швидкій їзді автом, літаком і т. д.

**

Назви деяких медикаментів, які вище згадано, не постійні. Вони змінюються щокілька років і продукуються щораз вищої якості. Також усі наведені вище ліки для домашнього вжитку вчислено лише як приклади. Тому було б добре кожному познайомитись із вподобаннями свого лікаря щодо окремих медикаментів. Це, поперше, допоможе пацієнтові бути в курсі появи нових препаратів на медичному ринку, а подруге — забезпечить кращу комунікацію з лікарем у випадку потреби доповнити домашнє лікування приписаними медикаментами.

Домашнє лікування — справа потрібна, але вона завжди повинна мати свої границі. У кожному випадку занедужання не пошкодить порадитись лікаря, чи варто лікуватись домашніми засобами. А вже така консультація стає необхідною, коли появляються гострі вияви недуги або коли якийнебудь симптом триває більше як кілька днів.

**УКРАЇНСЬКИЙ ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ ЦЕНТР
В АМЕРИЦІ**

Д-Р МИХАЙЛО ДАНИЛОК

**КОРОТКИЙ
АНГЛО-УКРАЇНСЬКИЙ
МЕДИЧНИЙ СЛОВНИК**

Редактор ВЯЧЕСЛАВ ДАВИДЕНКО

**В-ВО „СВОБОДА”
Джерзі Ситі — Нью-Йорк**

1970

ВСТУПНІ ЗАВВАГИ

Цей короткий словник задуманий як допоміжний матеріал для широкого вжитку при зустрічі з англійською медичною термінологією, і він, по суті, стає першим українським словником такого типу. На жаль, ані в Україні, ані на еміграції англо-українського медичного словника до цього часу не видано і тому зрозуміло, що його уклад натрапляв на різні перешкоди. Після періоду т. зв. українізації двадцятих років українська термінологія, а особливо з наукових і професійних ділянок, зазнала в Україні сильно-го русифікаційного утиску, а на еміграції наше словництво не мало змоги розвинути. Давніші латинсько-українські словники не можуть заповнити цієї прогалини.

Укладаючи цей словник, автор мав на увазі не лише переклад англійських термінів, але також вживання правильних українських відповідників і усунення провінціалізмів та впливів сусідніх мов. Одночасно подано в ньому ряд пояснень до окремих термінів.

Медична термінологія, яка вживається в американському світі, не має основних різниць з уживаною в британському світі. Головні різниці — це транскрипція окремих слів; американці вживають букви „с” у той час, як британці „к”, американці спростили латинське і британське „ae” на простіше „e” (напр., anaemia — anemia) тощо.

Взагалі ж англійська медична термінологія в ділянці назв хвороб і анатомії — це живцем узятя латинська термінологія, іноді дещо зангліїщена, але дуже часто в транскрипції тотожній з латинською, лише вимовляється по-англійськи. Для прикладу можна навести такі вислови, як сонна артерія — arteria carotis, яку в англійській термінології змінено на carotid artery, але стегнову кістку залишено незмінним латинським femur.

Англійська термінологія має свої новотвори, але пересічний американський лікар вживає звичайно латинські назви. Зламане стегно, наприклад, він може назвати fractured hip або також fractured head of the femur. В цьому словнику узглядено такі можливості, і в багатьох випадках повторено ту саму анатомічну назву або недугу в двох варіантах — суто англійському і латинському, який вживається частіше.

У перекладі деяких слів або назв узглядаються передусім їх медичне значення. Наприклад, слово *irrigation* в агрономії означає зрошування поля, а в медицині воно вживається в розумінні промивання рани чи якогось органу, і якраз це останнє його значення подається в словнику.

Укладаючи цей словник, автор використав чимало американських підручників анатомії, хірургії, внутрішніх недуг, патології і т.д., які вживаються по медичних факультетах, і списка їх не подається. Одночасно використано деякі українські підручники, як, наприклад, „Анатомія людини” М. М. Самуляк-Савицької, Київ 1966; „Хірургія” Д. Ф. Скрипниченка, Київ 1968; „Невропатологія і психіатрія” Г. Морозова і В. Ромасенка, Київ 1965; „Інфекційні хвороби” В. О. Мацієвського, Київ 1966, та інші.

З медичних словників використано: Д-р М. Галин: Російсько-український медичний словник, Київ 1920; Д-р М. Галин: Медичний латинсько-український словник, Прага 1926; О. Корчак-Чепурківський: Номенклатура хвороб, Київ 1927; Ф. Цепківський й О. Черняхівський: *Nomina anatomica usrainica*, видання Української Академії Наук, Київ 1925; І. Кириченко: Словник медичної термінології, Київ 1936; Г. Казьєр, В. Соколовський й ін.: Українсько-латинсько-російський медичний словник, Київ 1960; Г. Голоскевич: Правописний словник, Київ 1929, 9-те вид. Нью Йорк; *American Medical Ass'n: Current Medical Terminology*, 3rd ed. 1966; *Taber's Cyclopedic Medical Dictionary*, 3rd edition, 1960; *Dorland's Illustrated Medical Dictionary*, 24th edition, 1967; Н. Volkman: *Medizinische Terminologie*, 33. Auflage, 1947; М. Goertz u. D. Unsel: *Medizinisches Wörterbuch der deutschen und der englischen Sprache*, 1949.

Спроможності української мови в медичній термінології, як це видно навіть з цього короткого словника, — великі. Наша мова багата, створила чимало оригінальних термінів, а в ділянці анатомії, може, навіть більше, як багато інших мов. Часто, тримаючись описових засад латинських термінів, вона була спроможна створити власний термін, затримуючи це саме поняття, чого, наприклад, в англійській термінології немає. Прикладом можуть служити такі назви, як косий м'яз, прямий м'яз, підключична артерія, човноподібна кістка, плечове сплетення, вінцева артерія і т.д. Тому маємо надію, що ця перша спроба англо-українського медичного словника служитиме не тільки для загальної орієнтації в медичній термінології англомовного світу, але також даватиме кращі українські вислови для вжитку лікарям, учителям, мистцям, журналістам, письменникам.

Закінчуючи упорядкування цього словника, з вдячністю зга-
дую цінну допомогу членів управи Українського Термінологічного
Центру в Нью Йорку інж. М. Пежанського й інж. А. Вовка, які
своїми порадами та заохотою багато спричинились до укладу цієї
праці. Зокрема вдячний їм за цінні мікрофільми рідкісних укра-
їнських медичних словників з періоду двадцятих років, без яких
було б неможливо цю працю завершити. Моя дружня вдячність
голови УТЦ ред. В. Давиденкові, який, як завжди, віддав чимало
свого часу і знання, щоб і ця праця увінчалась успіхом.

Січень 1970.

Д-р М. Д а н и л ю к

А

ABDOMEN — черево, живіт.
ABDOMINAL — черевний.*
ABDUCT — відводити; відвідний рух кінцівки.
ABDUCTOR — відвідний м'яз.
ABNORMAL — ненормальний.
ABORTION — аборт, викидень, порон; припинення вагітності мимовільне або хірургічне — до 28-го тижня вагітності.
ABRASION — дряпина (на шкірі), зашкрябина.
ABCESS — абсцес, гнояк; процес інфекційного загноєння, що накопичує гній в тканині або органі.
ABSENTMINDEDNESS — розсіяність думки.
ABSORPTION — абсорбція, всмоктування; вбирання рідини тканиною.
ABUSE — зловживати, зловживання.
ACCIDENT — випадок, нещасливий випадок.
ACCIDENTAL — випадковий.
ACCOMMODATION — акомодация; пристосування ока до виразного бачення предметів з різної віддалі.
ACETONE — ацетон; хемічна речовина, розчинник і матеріал для чищення; часта причина отруєння.
ACETABULUM — кульшова заглибина; заглибина в мисці, що разом із головою стегна творить кульшовий суглоб.
ACETYLSALICYLIC ACID — ацетилсаліцилова кислота; хемічна назва аспірини.
ACHE — біль.
ACHILLES TENDON — Ахіллів сухожилок; сухожилок, що з'єднує литковий м'яз із п'ятковою кісткою.

ACHLORHYDRIA — відсутність соляної кислоти у шлункових соках.
ACHYLIA, GASTRIC — відсутність шлункових соків.
ACID — кислота.
ACIDITY — кислотність.
ACIDOSIS — підвищена кислотність крові і тканин тіла.
ACNE — вугор.
ACOUSTIC — акустичний, слуховий.
ACQUIRED — набутий.
ACROMION — акроміон; плечовий відросток лопатки.
ACTINOMYCOSIS — актиномікоза; зараження променистим грибокком.
ACTIVITY — активність.
ACUTE — гострий; в розумінні — гострий стан недуги, раптова поява симптомів недуги.
ADENITIS — аденіт; запалення лімфатичного вузла або залози.
ADENOIDS — аденоїди, носові мигдалики; залозоподібна тканина.
ADENOIDECTOMY — аденоїдектомія; видалення носових мигдаликів (аденоїдів).
ADENOMA — аденома; залозовий новотвір, пухлина.
ADENOPATHY — аденопатія; побільшення лімфатичних вузлів.
ADENOSARCOMA — аденосаркома; злоякісна пухлина залозової тканини.
ADHESION — зросток; зрощення окремих органів або їх частин.
ADIPOSIS — стовщення.
ADOLESCENCE — юність, юний вік.
ADRENAL GLAND — надниркова залоза; залоза внутрішньої секреції, що продукує ряд хемічних сполук, зокрема кортизон.
ADRENALIN — адреналіна; один з продуктів надниркової залози.

* Наголоси в поодиноких словах позначені курсивними буквами.

- ADULT — дорослий.
- A FEBRILE — безгарячковий стан, відсутність гарячки.
- AFTERBIRTH — див. PLACENTA.
- AGE — вік.
- AGGLUTINATION — аглютинація, зчплювання.
- AGGRAVATION — погіршення стану здоров'я.
- AGONY — агонія, конання, вмирання; нестерпний біль.
- AIR SICKNESS — повітряна хвороба; недомагання, що постає під час лету літаком і характеризується блюванням та запамороченням.
- ALBUMEN — альбумін; рід білка; типовий приклад — яєчний білок.
- ALBUMINURIA — білкове сечовиділення, наявність білка в сечі.
- ALCOHOL — алкоголь, спирт (деревний, винний).
- ALCOHOLISM — алкоголізм; навик до алкоголю; надмірне вживання алкогольних напоїв.
- ALKALI — луг; речовина або сполука з луговою (лужною) реакцією.
- ALLERGEN — алерген; речовина, що викликає в людини алергічну реакцію.
- ALLERGY — алергія; надмірна чутливість, вразливість до певних речей.
- ALOPECIA — лисина; випадання волосся.
- ALTITUDE — висота.
- ALUMINUM — алюміній; метал, солі або сполуки якого вживається при зовнішньому лікуванні.
- AMBULATORY — амбулаторний; хворий, який спроможний сам відвідувати клініку.
- AMEBA — амеба; одноклітинний організм, декотрі види якого можуть викликати важкі захворювання.
- AMEBIC DYSENTERY — амебна дизентерія; зараження специфічною амебою кишкового тракту.
- AMENORRHEA — аменорея, відсутність менструації.
- AMMONIA — амоніак; міцна лугова речовина, вживана для чищення; часте джерело отруєння.
- AMNESIA — амнезія; втрата пам'яті, непам'ятливість.
- AMNION — амніон; водяна оболонка плоду.
- AMPUTATION — ампутація; хірургічне видалення, напр., кінцівки.
- AMYOTROPHY — аміотрофія; заникання м'язів.
- ANAEROBE — анаероб; мікроорганізм, що може існувати лише у відсутності кисню.
- ANALGESIA — анальгезія; нечутливість до болю.
- ANALYSIS — аналіза, дослід, дослідження.
- ANAMNESIS — анамнеза; відомості про хворого, одержані лікарем від нього самого або його близьких.
- ANAPHYLAXIS — анафілаксія; надмірна алергічна реакція.
- ANASTOMOSIS — анастомоза, зшивання, сполучення (кишок, судин тощо).
- ANATOMY — анатомія; наука про будову, функції і розвиток тіла.
- ANEMIA — анемія, недокрів'я; недостача в організмі червонокривців або гемоглобіни, або обох разом.
- ANESTHESIA — анестезія, знечлювання; загальне, коли людина засинає, і місцеве — внаслідок введення знеболюючого розчину.
- ANEURYSM, AORTIC — аневризма аорти; місцеве розширення аорти.
- ANGINA — ангіна; гостре інфекційне запалення мигдаликів.
- ANGINA PECTORIS — ангіна

пекторіс, стенокардія; серцеві корчі з болями у грудях.
ANGIOMA — ангіома, судинний опух, судиняк.
ANGIONEUROTIC EDEMA — судинно-нервовий набряк; алергічна реакція, що характеризується набряком і свербінням.
ANHIDROSIS — відсутність потіння; помітно обнижене потіння.
ANIMAL — тварина, тваринний.
ANKLE — кісточка стопи; таранно-гомільковий суглоб, що з'єднує кістки стопи і гомілки.
ANKYLOSIS — анкілоза; нерухомість суглоба.
ANOREXIA — анорексія; відсутність апетиту.
ANTACID — протикислотний засіб; препарат, що неутралізує шлункову кислотність.
ANTHELMINTHIC — антгельмінтик, глистогінний засіб; препарат проти глистів.
ANTHRAX — сибірка; інфекційна недуга, що переноситься на людину з худоби та овець.
ANTHROPOLOGY — антропологія; наука про біологічну природу людини.
ANTIBACTERIAL — протибактерійний (засіб, ліки).
ANTIBIOTIC — антибіотик; препарат, що сприяє розвитку мікробів або нищить їх.
ANTIBODY — протитілець; речовини, що утворюються в організмі, як носії імунітету проти інфекції або алергії.
ANTIDOTE — антидот, протиотруйний засіб; речовина, що неутралізує отрую.
ANTIGEN — антиген; речовина, що стимулює творення протитілець.
ANTIPIRETTIC — антипіретик; засіб проти гарячки.
ANTISEPTIC — антисептик; засіб для нищення мікробів.
ANTITOXIC SERUM — антиток-

сична сироватка; засіб проти отруйних продуктів мікробів.
ANTITOXIN — антитоксина, протиотруя; препарат проти мікробної отруї.
ANURIA — анурія; неспроможність нирок виділяти сечу.
ANUS — анальний прохід; відхідний прохід прямої кишки.
ANXIETY — тривога, турбота, страх.
AORTA — аорта; головна артерія, що відводить із серця кров із свіжим киснем в систему інших артерій.
AORTIC ARCH — дуга аорти.
AORTITIS — аортит; запалення аорти.
APATHY — апатія, байдужість.
APEX — апекс, верхівка, напр., легені.
APHASIA — афазія, неспроможність говорити.
APHONIA — афонія, відсутність голосу.
APLASIA — аплязія, недорозвищення.
APNEA — відсутність дихання.
APONEUROSIS — сухожилльна оболонка.
APOPLEXY — апоплексія; крововилив у мозку.
APPENDICITIS — апендицит; запалення апендикса.
APPENDECTOMY — апендектомія; видалення апендикса.
APPENDIX — апендикс, хробакоподібний виросток сліпої кишки.
AQUEOUS — водяний (напр., розчин).
ARACHNOID MEMBRANE — павутинна оболонка мозку.
ARM — рука; горішня кінцівка від плеча до кисти.
ARRHYTHMIA — аритмія; розлад ритмики серця.
ARTERIAL — артерійний.
ARTERIOSCLEROSIS — артеріосклероза; звапнення артерій з погрубшанням їх стінок.

ARTERIOSCLEROSIS, CORONARY — склероза вінцевої артерії.
ARTERY — артерія; судина, що відводить кров із киснем від серця до тканин та органів.
— axillary — пахова.
— brachial — плечова.
— carotid, common — спільна сонна; шийні артерії, що постачають кров у мозок та голову.
— carotid, external — зовнішня сонна.
— carotid, internal — внутрішня сонна.
— central, retinal — центральна сітківки ока.
— cerebral — мозкова.
— colic — ободова; артерія ободової (грубої) кишки.
— coeliac — вінцева; основна артерія серця.
— femoral — стегнова; продовження клубової.
— gastric — шлункова.
— hepatic — печінкова.
— iliac — клубова; постачає кров деяким органам живота і долішній кінцівці.
— intercostal — міжреберна.
— mammary — молочної залози.
— mesenteric, inferior — брижова долішня.
— mesenteric superior — брижова горішня; постачає кров кишкам.
— popliteal — підколінна; постачає кров долішній частині ноги.
— pulmonary — легенева.
— radial — променева; продовження плечової.
— renal — ниркова.
— splenic — селезінкова.
— subclavian — підключична.
— tibial, posterior — великогомілкова задня; продовження підколінної.
— ulnar — ліктьова; продовження плечової.

— vertebral — хребетна.
— uterine — маткова.

ARTHRALGIA — артральгія, біль у суглобі.
ARTHRITIS — артрит, запалення суглоба.
ARTICULAR — суглобовий.
ARTIFICIAL RESPIRATION — штучне дихання.
ASCITES — асцит, черевна водянка.
ASCORBIC ACID — аскорбінова кислота; хемічна назва вітаміну „С”.
ASEPSIS — асептичний; вільний від мікроорганізмів.
ASHES — попіл.
ASPHYXIA — задушення; смерть внаслідок браку повітря.
ASPIRATION — вдихання.
ASSIMILATION — асиміляція, засвоєння.
ASTHENIC — астеничний, кволий, слабкий.
ASTHMA — астма, ядуха; приступи задухи внаслідок судорожного звужування бронхів.
ATAVISM — атавізм; вияв в організмі властивостей чи ознак, питоменних предкам.
ATAXIA — атаксія; розлад погодженості в руках різних м'язів.
ATELECTASIS — ателектаза; сплющення легень з втратою повітря.
ATHEROMA — атерома; підшкірний опух з товщевою масою; товщева дегенерація артерій.
ATHEROSCLEROSIS — атеросклероз; стверднення судин з товщевою дегенерацією стінок.
ATHLETE'S FOOT — грибоквона інфекція стопи.
ATONY — атонія; ослабленість нормальної пружності і еластичності.
ATRESIA — зарощення, брак природнього отвору.

ATRIAL FIBRILLATION — фібриляція передсердя; швидке і нерегулярне биття серця внаслідок розладу нервових імпульсів у передсерді.

ATRIUM, of the heart — передсердя; дві горішні частини серця, які вбирають кров із венозної системи.

ATROPHY — атрофія, заникання; зменшення органу і ослаблення його функцій внаслідок недостатці поживи або хвороби.

AURICULAR FIBRILLATION — див. Atrial fibrillation.

AUSCULTATION — вислуховання легень, серця.

AUTONOMIC NERVOUS SYSTEM — автономна або вегетативна нервова система.

AUTOPSY — автопсія, посмертний розтин тіла, посмертне дослідження, що має встановити причину смерті.

AVITAMINOSIS — авітаміноза; захворювання внаслідок недостатці вітамінів у їжі.

AXILLA — пахва.

В

BACILLUS — бацила; мікроорганізм у вигляді палички.

BACK — спина.

BACKBONE — хребет, хребетний стовп.

BACTERIA — бактерія; одноклітинний рослиноподібний організм, збудник інфекції.

BACTERIAL — бактерійний.

BACTERIOLOGY — бактеріологія; наука про мікроорганізми.

BALANCE — баянс, рівновага.

BALDHEADED — лисий.

BANDAGE — бандаж, бинт.

BARBITAL — барбіталь; насонний засіб.

BARIUM — барій; солі барію за-

стосовується в рентгенології для контрастування на знімках шлунково-кишкового тракту.

BASAL METABOLISM — базальний метаболізм; виявлення мінімальної кількості енергії людини під час спочинку.

BASEDOW'S DISEASE — Базедова хвороба, гіпертиреоза; хворобливо підвищене функціонування щитовидної залози.

BENIGN — доброякісний, сприятливий.

BENZEDRINE — бензедрина, одна із назв амфетаміни; стимулянт нервової системи.

BERIBERI — бері-бері; хвороба периферійних нервів внаслідок недостатці вітаміну „В-1”.

BILATERAL — двобічний.

BILE — жовч; продукт печінки, що, вливаючись у дванадцятипалу кишку, перетравлює товщі.

BILIARY TRACT — жовчева протока.

BILIRUBIN — білірубін; жовтий барвник жовчі.

BIOLOGICAL — біологічний.

BIOPSY — біопсія; вирізування часток тканини або органів для мікроскопічного дослідження.

BIRTH — народження, порід, пологи.

BIRTHMARK — родимка.

BISMUTH — бісмут; метал, сполуку якого вживається при лікуванні органів травлення.

BITE — кусати, укус.

BLACK DEATH (=PLAGUE) — чума; інфекційна пошесна недуга.

BLACKHEAD — вугор.

BLADDER — міхур.

BLADDER, URINARY — сечовий міхур.

BLASTOMYCOSIS — блястомікоза; заразна недуга, викликана специфічним грибок.

BLEEDING — кровотеча, кривавлення.

BLEPHARITIS — запалення повік.
BLIND — сліпий.
BLIND GUT (=CECUM) — сліпа кишка.
BLINDNESS — сліпота.
BLISTER — пухир, міхурець (на шкірі).
BLOOD — кров.
 — cell — клітина крові.
 — clot — згусток крові.
 — count — число кров'яних клітин.
 — examination — дослідження крові.
 — group — група крові.
 — platelets — тромбоцити, кров'яні платівки.
 — poisoning — зараження крові; наявність мікробів у крові.
 — pressure — тиснення, тиск крові.
 — sugar — кров'яний цукор; вміст цукру в крові.
 — transfusion — переливання крові, трансфузія крові.
 — vessel — кровоносна судина.
BLOODLESS — безкровний.
BLOODY — кривавий.
BOARD OF HEALTH — уряд охорони здоров'я.
BODY — тіло, тулуб.
BOIL — чиряк, гнояк; місцева інфекція шкіри з процесом гноєння.
BOIL, TO — кипіти, кип'ятити.
BONE — кістка, кість.
BONE MARROW — кістковий мозок.
BONES (in anatomical group) — кістки (в анатомічних групах):
 — of skull — кістки черепа:
 frontal — чолова, лобова кістка.
 mandible — долішня щелепа.
 maxilla — горішня щелепа.
 occipital — потилична кістка.
 parietal — тім'яна кістка.

temporal — вискова, скронева кістка.
 — of spinal column — кістки хребтового стовпа, хребта:
 vertebra — хребець.
 v. cervical — шийний хребець.
 coccyx — куприкові хребці.
 v. lumbar — поперековий хребець.
 sacrum — крижова кістка.
 v. thoracic — грудний хребець.
 — of thorax — кістки грудної клітки:
 sternum — груднина, грудна кістка.
 rib — ребро.
 — of shoulder — кістки плеча:
 clavicle — ключиця.
 humerus — плечова кістка.
 scapula (=shoulder blade) — лопатка.
 — of forearm — кістки передпліччя:
 radial — променева кістка.
 ulnar — ліктьова кістка.
 — of hand — кістки кисти, руки:
 carpal — зап'ясток; складається з 8-ми кісток.
 metacarpal — п'ясток; складається з 5-ти кісток.
 phalanx — фаланги; кістки пальців.
 — of pelvis — кістки миски:
 iliac — клубова кістка.
 ischiac — сіднична кістка.
 pubic — лобкова кістка.
 — of upper leg (=thigh) — кістки стегна:
 femur — стегнова кістка.
 — of lower leg — кістки гомілки, долішньої частини ноги:
 fibula — малогомілкова кістка.
 patella — наколінок, колінна чашечка.
 tibia — великогомілкова кістка.

BONES

- of foot — кістки стопи:
metatarsal — плесно; складається з 5-ти кісток.
phalanx — фаланги; кістки пальців стопи.
tarsal — передплесно; складається з 7-ми кісток.

BOOSTER, IMMUNIZATION — імунізаційний посилювач; ін'єкція, що посилює попередню імунізацію.

BOTANY — ботаніка; наука про рослини.

BOTULISM — ботулізм; отруєння токсичними продуктами специфічного мікроба, що розмножується у консервованих харчах.

BOWEL — кишка.

BRACE — скріпка, зміцнювальний пояс, підпора.

BRACHIAL PLEXUS — плечове сплетення нервів.

BRADYCARDIA — сповільнене биття серця.

BRAIN — мозок, головний мозок.

BRAINLESS — безглуздий.

BREAST — груди; молочна залоза.

BREATHING — дихання, віддих.

BREATHLESS — задиханий.

BROMISM — бромізм; отруєння бромом.

BRONCHUS — бронх; руркоподібні проводи повітря у легені.

BRONCHIAL — бронхіальний, що відноситься до бронхів.

BRONCHIAL ASTHMA — бронхіальна астма; алергічна недуга легень, що характеризується спазмами бронхів.

BRONCHIECTASIS — бронхієктаза; місце розширення бронха, звичайно наповнене гнійною флегмою.

BRONCHOSCOPY — бронхоскопія; обслідування бронхів через відповідний апарат.

BRONCHOPNEUMONIA — бронхопневмонія; запалення легень з ураженням дрібних бронхів.

BRUCELLOSIS (=UNDULANT FEVER) — бруцельоза; інфекційна недуга, що переноситься з домашніх тварин.

BRUISE — синець.

BURIAL — похорон, акт похорону.

BURN — опік, попечення, попарення.

BURN, CHEMICAL — попечення хемічною речовиною.

BURN, X-ray — попечення рентгєнівськими променями.

BURSA — bursa, суглобовий слизовий мішечок; мішечок із слизовою оболонкою, що продукує слиз для суглоба.

BURSTIS — бурсит, запалення бурси.

BUTTOCK — сідниця.

BUZZING IN THE EAR — дзижчання, гудіння у вусі.

C

CACHECTIC — кахектичний, виснажений, хирлявий.

CACHEXIA — кахексія, виснаженість, хирлявість.

CADAVER — труп.

CAFFEINE — кофеїна; алькалоїд кави, стимулянт (збуджувач) нервової системи.

CAISSON DISEASE — хвороба нуриців.

CALCIUM — кальцій; важливий складник кісток і важливий електроліт крові.

CALCULUS — камінець.

CALF — литка; м'язова частина гомілки.

CALLUS — мозоля.

CALORIE — калорія; одиниця виміру теплової енергії.

CANCER — пістряк, рак; злякїсна пухлина загального означення.

CANCEROUS TISSUE — пістрякова тканина.

CANNIBAL — канїбал, людоджер.

- CAPACITY — об'єм, місткість.
- CAPILLARY — капіляр; найменша кровоносна судина.
- CAPSULE — мішечок, оболонка, капшучок, капсуля.
- CARBOHYDRATE — вуглеводан, вуглевод.
- CARBON DIOXIDE — двоокис вуглецю; продукт ферментації.
- CARBON MONOXIDE — окис вуглецю, чад; отруйний газ.
- CARBUNCLE — карбункул, вогневик, вуглевик; великий шкірний гнояк.
- CARCINOMA (=CANCER) — пістряк, рак.
- CARDIAC — серцевий.
- dilatation — поширення серця.
 - disorder — розлад (праці) серця.
 - hypertrophy — гіпертрофія серця, побільшення серця.
 - insufficiency — застій, недостатність (праці) серця, кволість серця.
 - murmur — серцевий шум, шум у серці.
- CARDIOGRAM, ELECTRIC — електрокардіограма; крива лінія запису праці серця, одержана з допомогою електрокардіографа.
- CARDIOLOGIST — кардіолог; лікар серцевих недуг.
- CARDIOVASCULAR — серцево-судинний.
- disease — серцево-судинна недуга; недуга, що одночасно розвивається в серці і судинах, звичайно — склеротична.
- CARPUS — зап'ясток.
- CARTILAGE — хрящ.
- CAST — гіпсовий биндаж.
- CASTOR OIL — рицинова олія; засіб для прочищення кишок.
- CATARACT — катаракта; помутніння очного кришталика (сопки).
- CATARRH — запалення слизової оболонки.
- nasal — нежить; запалення слизової оболонки носа.
- CATCH COLD — застудитись.
- CATHETER — катетер; постачальна або відвідна рурка; рурка, якою відводиться сечу з міхура.
- CAUTERIZATION — припікання, випікання; видалювання наростів електричною іскрою, хемікалієм.
- CAVITY — порожнина, заглибина з малим проходом.
- CECUM — сліпа кишка; заглибина при з'єднанні тонкої і грубої кишок, звідки починається груба кишка.
- CELL — клітина; найменша частина органічної тканини.
- CELLULITIS — запалення тканини.
- CEPHALGIA — біль голови.
- CEPHALIC — черепний, головний.
- CEREALS — каша, зерновий продукт.
- CEREBELLUM — мозочок; частина головного мозку, яка відіграє важливу роль в координації рухів м'язів.
- CEREBRAL — мозковий.
- CEREBROSPINAL — спинно-мозковий.
- CEREBRUM (=BRAIN) — мозок, головний мозок.
- CERVICAL — шийний.
- CERVIX, UTERINE — шийка матки; вхідна частина матки.
- CESAREAN SECTION — кесарів розтин; порід через розтин живота і матки.
- CHARCOAL — деревний вугіль.
- CHEEKBONE — вилична кістка.
- CHEMICALS — хемічні речовини.
- CHEMISTRY — хемія; наука, що досліджує склад, внутрішню будову і перетворення речовин.
- CHEMOTHERAPY — хемотерапія; лікування хемічними сполуками.

CHEST (=THORAX) — грудна клітка, груди.
CHICKENPOX — вітряна віспа; інфекційна дитяча недуга.
CHOKING — душення, неспроможність дихати.
CHOLANGITIS — холангіт; запалення жовчевих проток.
CHOLECYSTECTOMY — холецистектомія; видалення жовчeveго міхура.
CHOLECYSTOTOMY — холецистотомія; розтин жовчeveго міхура.
CHOLELITHIASIS — наявність або формування жовчевих камінців.
CHOLERA — холера; інфекційна пошесна недуга кишкового тракту.
CHOREA — хорея; мимовільні рухи внаслідок ревматичної гарячки.
CHROMOSOME — хромосома; частина ядра клітини, носій спадковості; людська клітина має їх 24 пари.
CHRONIC — хронічний.
CIRCULATION — кровообіг, кровобіг.
CIRRHOSIS — цироза; хронічна недуга печінки, що характеризується ствердінням, збільшенням та сильним занепадом її функціональності.
CLAUDICATION — кульгавість, кульгання.
CLAVICLE — ключиця; кістка між плечем і грудниною.
CLIMACTERIC — клімактеричний, переходовий вік; вік, який у жінок позначається зникненням місячних функцій.
CLINICAL — клінічний.
— history — клінічна історія; опис перебігу хвороби.
CLOT (=THROMBUS) — згусток крові.
CLOTTING TIME — час зціплення крові.
COCAINE — кокаїна; препарат,

уживаний для місцевого знечулення.
COCCYDYNIA — біль у куприковій кістці.
COCCYX — куприкові хребці, куприкова кістка; останні долішні хребці.
COD LIVER OIL — риб'ячий товщ, транс.
CODEINE — кодеїна; продукт опіюму, вживається як знеболюючий засіб або проти кашлю.
COLD — застуда; запалення оболонок горішніх дихальних шляхів.
COLIC — кольки; спазматичні болі внутрішніх органів.
COLITIS — коліт; запалення грубої кишки.
COLLAPSE — коляпс, умління.
COLON — груба кишка; загальне означення грубої кишки, яка складається з ободової, сигмоподібної і прямої кишок.
SOMA — кома; втрата свідомості, непритомність.
COMMIT SUICIDE — вчиняти самогубство.
COMMON COLD — звичайна застуда, нежить.
COMPENSATION — компенсація; зрівноваження хворобливих розладів в організмі через пристосування до них окремих органів.
COMPLICATION — ускладнення, комплікація.
COMPRESSION — стискання, стиснення.
CONCAVE — угнутий.
CONCENTRATION — концентрація, зосередженість.
CONCEPTION — запліднення; з'єднання жіночої і чоловічої статевих клітин, з яких виростає плід.
CONCUSSION — струс, стрясення.
— of brain — струс мозку.
CONDITION — стан; стан здоров'я, недуги.

- CONGENITAL** — природжений; властивий з народження, напр., серцева вада.
CONGESTION — скучення; напр., крові, рідини, флегми.
CONJUNCTIVA — кон'юнктива; слизова оболонка ока.
CONJUNCTIVITIS — кон'юнктивіт; запалення очної оболонки.
CONSCIOUS — свідомий.
CONSCIOUSNESS — свідомість, притомність.
CONSTIPATION — кишкове затвердіння; затримання кишкових виділин.
CONSULTATION — консультація, порада.
CONTAGIOUS — заразливий.
CONTRACEPTIVE — протизапліднювальний засіб.
CONTRACTION — стягнення, скорочення (тканини або органу).
CONTUSION — контузія, струс, удар, потовчання.
CONVALESCENCE — видужання, видужування.
CONVEX — вигнутий, опуклий.
CONVULSIONS — конвульсії, судороги.
CORN — мозоля.
CORNEA — рогівка (ока).
CORONARY ARTERY — вінцева артерія; головний вінцеподібний круг артерій, які постачають кров серцевим м'язам.
CORONARY OCCLUSION — замкнення вінцевої артерії; звичайно склеротичним матеріалом.
CORONARY THROMBOSIS — тромбоза вінцевої артерії; замкнення цієї артерії згустком крові.
CORTEX — кора.
CORTEX CEREBRAL — кора мозку; поверхневий звої мозкової тканини.
COTTON — вата, бавовна.
COUGH — кашель.
CRAMPS — Крпчі, судороги.
CRANIAL — черепний.
CRANIOTOMY — краніотомія, трепанація; розтин черепа.
CRAZY — психічнохворий, божевільний.
CREMATION — кремація, спалення тіла.
CREPITATION — скрипіння, хрустіння; своєрідні звуки при вислухованні хворих органів.
CRETIN — кретин, недоумок; особа з помітною умовою недостатністю внаслідок захворювання щитовидної залози.
CRIPPLE — каліка.
CRISIS — криза; поворотний пункт недуги.
CRUST — струп, кірка.
CRUTCH — милиця.
CRYSTALLINE LENS — кришталік (сочка) ока.
CULTURE, BACTERIAL — культура бактерій; штучне вирощування мікробів.
CURE — вилікувати, виліковувати.
CURETTAGE — вичищування, вишкрябування.
CUT — розріз, розтин.
CUTANEOUS — шкірний.
 — disease — шкірна недуга.
 — test — шкірна проба, дослідження на шкірі.
CYANOSIS — ціаноза, синюха; сиюювате забарвлення шкіри внаслідок зменшення в крові кількості кисню.
CYST — кіста; міхурчастий новотвір, наповнений рідиною.
CYSTIC — міхурчастий, міхуровий.
CYSTITIS — запалення сечового міхура.
CYSTOCELE — обсунення сечового міхура.
CYSTOPYELITIS — цистопієліт, запалення сечового міхура і ниркової мисочки.
CYSTOSCOPY — цистоскопія; дослідження сечового міхура з допомогою відповідного інструмента (цистоскопа).

D

- DACREOCYSTITIS** — дакріоцистит; запалення слізного мішечка.
- DAMAGE** — ушкодження.
- DEAD** — мертвий.
- DEADLY** — смертельний.
- DEAF** — глухий.
- DEAF-MUTISM** — глухонімота.
- DEAFNESS** — глухота.
- DEATH** — смерть.
- DEATH RATE** — висота смертності; смертність на 1,000 осіб населення протягом певного часу.
- DECALCIFICATION** — зневапнення, втрата вапна (з кісток).
- DECAU** — гниття, розклад.
- DECOMPENSATION** — декомпенсація, розладнання компенсації, див. Compensation.
- DEFECATION** — дефекація, випорожнення кишок.
- DEFECT** — дефект, вада, недоча.
- DEFICIENCY** — недостатність, відсутність.
— iron — недостатність заліза.
- DEFORMITY** — деформація, спотворення, знівечення.
- DEGENERATION** — дегенерація, звиродіння.
- DEGREE** — ступінь.
- DEHYDRATION** — дегідратація, зневоднення, недостача води.
- DELIRIUM** — делірійом; маячення, часто сполучене з галюцинаціями.
— tremens — біла гарячка, алькогольне маячення.
- DELIVERY** — порід.
- DEMENTIA** — нестямність, безглуздя.
- DENTAL** — зубний.
- DENTURE** — комплект зубів, природніх або штучних.
- DERMATITIS** — дерматит; запалення або подразнення шкіри.
- DERMATOLOGY** — дерматологія; наука про шкірні недуги.
- DESSICATION** — висушення, висушування.
- DESTRUCTION** — деструкція, знищення.
- DEXTROSE** (=GLUCOSE) — глюкоза, виноградний цукор.
- DIABETES** — діабет, цукрова недуга, цукриця, цукрове сечовиснаження; характеризується недостатчею інсуліну і неспроможністю організму засвоювати цукор.
- DIAGNOSIS** — діагноза; визначення недуги.
- DIAPHRAGM** — діафрагма; плаский м'яз, що відокремлює порожнину грудей від черева.
- DIARRHEA** — пронос, розвільнення, бігушка.
- DIASTOLE** — діастоля; розпруження м'язів серця, що постає слідом за їх скорченням (систолею).
- DIATHERMY** — діатермія; лікування прогріванням тканин організму.
- DIE** — умирати, конати.
— of starvation — умирати з голоду.
- DIET** — дієта.
- DIFFUSE** — поширений, розсіяний.
- DIGESTION** — травлення, перетравлювання.
- DIGESTIVE SYSTEM** — органи травлення.
- DIGITALIS** — дигіталіс; препарат з червоного наперсника, стимулянт серцевої праці.
- DILATATION** — розширення, поширення.
- DILUTION** — розводнення, розчинення в рідині.
- DIPHTHERIA** — дифтерія; інфекційна недуга горла.
- DIPLOPIA** — диплопія, подвійне бачення.

- DISC (DISK)** — диск, прокладка між хребцями.
 — **intervertebral** — міжхребцевий хрящ.
- DISCHARGE** — виділення (рідини, гною).
- DISEASE** — хвороба, недуга, слабкість.
- DISEASED** — хворий, недужий.
- DISINFECTION** — дезинфекція; знезаражування, нищення заразних мікробів.
- DISLOCATION** — звихнення, звих.
- DISSECTION** — розрізування, відокремлення розрізом.
- DISTILLATION** — дистиляція; одержування хемічно чистої води з пари.
- DISTORTION** — спотворення, викривлення.
- DISTRESS** — переживання, страждання.
- DISTURBANCE** — тривога, неспокій.
- DIURESIS** — діуреза, сечовиділення.
- DIURETIC** — діуретик, сечогінний засіб; препарат, що посилює сечовиділення.
- DIVERTICULITIS** — дивертикуліт; запалення дивертикула.
- DIVERTICULUM** — дивертикул; капшучок з вузькою шийкою на кишці, стравоході чи сечовому міхурі.
- DIZZINESS** — запаморочення.
- DOPE** — наркотик, задурилюючий препарат.
- DORSAL** — спинний.
- DOSE** — доза; певна кількість ліків для одноразового заживання.
- DOUCHE** — промивання, вимивання.
- DRAINAGE** — дренаж; відведення рідини, гною чи крові.
- DREAM** — сон, мрія.
- DRESSING** — перев'язування, бандажування рани.
- DROPSY** — водянка; скупчення рідини в тканинах або органах.
- DROWNING** — утоплення.
- DROWSINESS** — сонливість.
- DRUGS** — ліки, медикаменти.
- DRUG ADDICTION** — шкідливий навик до ліків.
- DRUG RASH** — алергічна висипка, спричинена ліками.
- DRUGSTORE** — аптека.
- DRUNK** — п'яний.
- DRY** — сухий.
- DUCT** — вузька протока, рурчастий каналець.
- DULL** — тупий.
- DUODENAL ULCER** — виразка дванадцятипалої кишки; відкрита ранка на слизовій оболонці дванадцятипалої кишки.
- DUODENUM** — дванадцятипала кишка; початок тонкої кишки, що з'єднується зі шлунком.
- DURA** — тверда оболонка мозку.
- DUST** — курява, порошок, пил.
- DWARF** — карлик.
- DYSENTERY** — дизентерія, кривава бігунка; інфекційна недуга кишок, що позначається сильним розвільненням.
- DYSMENORRHEA** — дисменорея; розлад менструації з болями.
- DYSPEPSIA** — диспепсія, нестравність, розлад травлення.
- DYSPHAGIA** — дисфагія, розлад ковтання; неспроможність ковтати.
- DYSPHONIA** — дисфонія, розлад голосу; неспроможність виразно вимовляти слова.
- DYSPNEA** — задихування, розлад дихання.
- DYSTROPHIA** — дистрофія; прогресивне ослаблення м'язів.
- DYSURIA** — дисурія; затруднене сечовиділення.

Е

- EAR** — вухо.
- EARACHE** — біль вуха.
- EARDRUM** — барабанна перетинка (вуха), слухова оболонка.

- EARWAX** — вушна сірка, вушний віск.
- ECCHYMOSIS** — екхімоза, синець, синяк.
- EKG** (=EKG) — скорочена назва електрокардіограми.
- ECHINOCOCUS** — ехінокок, міхурчата глиста.
- ECTASIA** — ектазія; розширення, розтягнення кровносною судиною.
- ECTOPIC PREGNANCY** — поза-маткова вагітність.
- ECZEMA** — екзема; хронічне запалення шкіри алергічного походження.
- EDEMA** — набряк; скупчення рідини в тканині.
- EDEMA, PULMONARY** — набряк легень.
- EFFUSION IN CHEST** — водянка грудей; скупчення рідини в грудній клітці.
- ELASTIC** — еластичний, пружнистий, гнучкий.
- ELBOW** — лікоть.
- ELECTROCARDIOGRAM** — електрокардіограма; див. cardiogram.
- ELECTROCAUTERY** — електрокаутерія; випікання тканини електричним інструментом.
- ELECTROENCEPHALOGRAM** (EEG) — електроенцефалограма; крива лінія запису електричних коливань мозку.
- ELIMINATION** — елімінація, видалення, вилучення, виділення.
- EMBALM** — бальзамувати тіло.
- EMBOLISM** — емболізм; замикання кровносною або лімфатичною судиною згустком крові, повітрям, товщем.
- EMBRYO** — ембріон, плід у ранній стадії вагітності.
- EMBRYOLOGY** — ембріологія; наука про розвиток плоду.
- EMERGENCY** — критичне становище, крайня потреба.
- EMESIS** — блювання.
- EMOTION** — емоція, хвилювання, зворушення.
- EMPHYSEMA** — емфізема; хворобливе роздуття або розтягнення легень з утворенням міхурців.
- EMPYEMA** — емпієма; гнійний процес у легенях.
- ENCEPHALITIS** — енцефаліт; запалення головного мозку.
- ENCEPHALOMALACIA** — розм'якшення мозку.
- ENDEMIC** — ендемічний; пошесть, яка не поширюється на інші райони.
- ENDOCARDITIS** — ендокардит; запалення внутрішньої серцевої оболонки.
- ENDOCARDIUM** — ендокард; внутрішня оболонка серця.
- ENDOCRINE GLAND** — залоза внутрішньої секреції, внутрішнього виділення; залоза, що виділяє свої продукти безпосередньо у кров.
- ENDOCRINOLOGY** — ендокринологія; наука про залози внутрішньої секреції.
- ENDOMETRIUM** — ендометрій; внутрішня слизова оболонка матки.
- ENDOTOXIN** — ендотоксина; отруйна речовина, яка звільняється після розкладу бактерій.
- ENEMA** — клізма; промивання прямої кишки.
- ENTERIC** — кишковий.
- ENTERITIS** — ентерит; запалення тонких кишок.
- ENURESIS** — нетримання сечі.
- ENZYMES** — ензими, ферменти; каталізатори під час травлення.
- EOSINOPHILS** — еозинофіли; клітини з групи білокрівців, важливий показник при алергічних недугах.
- EPICARDIUM** — епікард; зовнішня оболонка серця.
- EPIDERMIS** — епідерміс, на шкіророк; горішній шар шкірних клітин.
- EPIGASTRIC** — надчеревний; ді-

лянка горішньої частини живота.
EPIGLOTTIS — надгортанник; хрящовий листок гортані.
EPILEPSY — епілепсія, падуча хвороба, падучка; недуга центральної нервової системи, що характеризується розладом свідомості і судорогами.
EPIPHYSIS — епіфіза; суглобовий кінець кістки; місце, в якому кістка росте.
EPISTAXIS — носова кровотеча.
EPITELIUM — епітелій; клітини горішніх шарів шкіри і слизових оболонок.
EQUILIBRIUM — рівновага.
ERGOT — ріжки; грибок у формі ріжка на колосках жита, вживається проти кровотеч матки та ін.
ERGOTISM — отруєння ріжками.
EROSION — ерозія, роз'їдання кістки; викривання виразками слизової оболонки.
ERUPTION — висипка на шкірі.
ERYSIPELAS — бешиха; інфекційна недуга шкіри, інфекція шкіри специфічними бактеріями.
ERYTHEMA — почервоніння.
ERYTHROCYTE — еритроцит, червонокрівець, червона клітина крові.
ESOPHAGUS — стравохід; провідник харчів від рота до шлунка.
ESTROGEN — естроген, гормон яєчника.
ETIOLOGY — етіологія, причина хвороби; історія постання і розвитку хвороб.
EUNUCH — євнух, скастрований чоловік.
EUPHORIA — еuforia, психічне піднесення, збудження.
EUSTACHIAN TUBE — Євстахіїв провід; руркоподібний провід, яким злучається порожнина середнього вуха з горлом.
EVAPORATION — випаровування.

EVISCERATION — евісцерація; вихід, випад нутроців.
EXAMINATION — оглядини, обслідування.
EXCISION — вирізування, витинання.
EXCREMENT — кал, виділини кишок.
EXCRETION — виділення.
EXERCISE — вправа.
EXHAUSTION — виснаження, перевтома.
EXOPHTHALMIA — екзофтальмія, вирлуватість очей; симптом Базедової хвороби.
EXPECTORATION — виділювання, викашлювання флегми (харкотини).
EXPIRATION — видих.
EXPLORATION — дослідження, оглядини внутрішніх органів.
EXTENSOR — розгинач; м'яз, що розгинає суглоби пальця.
EXTERNAL — зовнішній.
EXTRACT — екстракт, витяг.
EXTRASYSTOLE — екстрасистоля, позачергова систоля; позачергове скорчення серця.
EXTRAUTERINE — позаматковий.
EXTREMITIES — кінцівки тіла.
EXUDATE — ексудат, випіт; виділення вологи або рідини.
EYE — око.
EYEBALL — очне яблуко.
EYEBROW — брова.
EYELASH — вія.
EYELID — повіка.

F

FACE — обличчя, лице.
FACIAL NERVE — лицевий нерв.
FAILURE — неспроможність, обнижена функція, невдача.
— cardiac — застій, неспроможність (праці) серця.
FAINT — непритомніти, умлівати.

- FASCIA** — фасція, обгортка м'яза; волокниста оболонка м'яза.
- FAT** — товщ, жир; гладкий, затовщений.
- FATIGUE** — втома.
- FEBRILE** — гарячковий.
- FECEs** — відходи кишок, кал; кишкові виділини.
- FEE** — гонопар.
- FEMALE** — жінка, особа жіночої статі; жіночий.
- FEMORAL** — стегновий.
- FEMUR** — стегнова кістка.
- FERTILITY** — родючість, плідність.
- FETUS** — плід.
- FEVER** — гарячка; температура тіла вища від 36,6 ступня за Цельсієм або вища від 98,6 ступня за Фаренгайтом.
- FIBRILLATION** — див. Atrial fibrillation.
- FIBROMA** — фіброма, волокняк; доброякісна пухлина з волокнистої тканини.
- FIBROSITIS** — фіброзит, запалення фіброзної (волокнистої) тканини.
- FIBULA** — малогомілкова кістка; менша кістка долішньої частини ноги.
- FILM, X-Ray** — рентгенівський фільм.
- FINGER** — палець.
- FIRST AID** — перша допомога, негайна допомога.
- FISSURE** — щілина, тріщина в тканині або органі.
- FISTULA** — фістуля, дренажний прохід; протока назовні з абсцесу, органу; також при сполученні двох органів.
- FIT** — припадок, приступ судорогів.
- FLAT FEET** — плоскі стопи; плоскостопість.
- FLEA** — блоха.
- FLESH** — м'ясо, тіло.
- FLEXIBLE** — гнучкий.
- FLEXOR** — згинач; м'яз, що згинає суглоби пальця.
- FLU** — див. Influenza.
- FLUCTUATION** — флюктуація; коливання рідини.
- FLUID** — рідина, плин, течиво; рідинний.
- FLUOROSCOPY** — обслідування органів рентгенівським апаратом.
- FOCAL INFECTION** — центрова інфекція, початкова інфекція.
- FOLLICLE** — залозний міхурець.
- FOOD** — харч, пожива.
— allergy — алергія до харчів.
— poisoning — отруєння харчами.
- FOOT** — стопа.
- FOREARM** — передпліччя; частина руки від лікта до долоні.
- FOREHEAD** — чоло, лоб.
- FORESKIN** — крайня плоть, крайня шкірка статевого члена.
- FORGETFULNESS** — забудькуватість.
- FRACTURE** — злам, перелім кістки.
— comminuted — перелім з поторощенням.
— compound — перелім з ускладненням, відкритою ранкою.
- FREE HYDROCHLORIC ACID** — вільна соляна кислота (у шлунку).
- FRICITION** — тертя.
- FRIGIDITY** — відсутність статевого прагнення у жінок.
- FROSTBITE** — відмороження.
- FUMES** — випари, випари хемічних речовин.
- FUNGUS** — грибок; рослинний мікроорганізм.
- FURUNCLE** — фурункул, чиряк.
- FURUNCULOSIS** — фурункульоза; наявність багатьох чиряків.
- FUSION** — злиття, спосність, зціплення.

G

GALL (=BILE) — жовч; продукт печінки, що збирається в жовчевому міхурці, звідки виділяється в кишку під час травлення.

GALLBLADDER — жовчевий міхур.

GALLSTONE — жовчевий камінець.

GANGRENE — гангрена; змертвіння тканини.

GARGLE — полоскати (горло).

GASOLINE — бензина; паливний матеріал, уживаний для чищення; джерело отруєння.

GASTRECTOMY — гастректомія; видалення шлунка.

GASTRIC — шлунковий.

— acid — шлункова кислота.

— juice — шлунковий сік.

— lavage — промивання шлунка.

— ulcer — виразка шлунка.

GASTRITIS — гастрит; запалення слизової оболонки шлунка.

GASTROENTEROSTOMY — гастроентеростомія; зшивання шлунка з кишкою.

GASTROINTESTINAL — шлунково-кишковий.

GASTROSCOPY — гастроскопія; обслідування шлунка спеціальним апаратом (гастроскопом).

GAUZE — марля.

GELATINE — желатина.

GENERATION — покоління, генерація.

GENITALIA — статеві органи.

GENITOURINARY ORGANS — статево-сечові органи.

GERM — мікроб, мікроорганізм.

GERMAN MEASLES — триденний кір; вірусова недуга, яка може спричинити ненормальності у немовлят, коли на неї хворіють матері.

GESTATION — період росту плоду.

GINGIVITIS — запалення ясен.

GLAND — мигдаликовидна залоза; лімфатичний вузол.

GLAUCOMA — глякома; хвороба очей, яка постає внаслідок підвищеного тиснення рідини в очних яблуках.

GLIOMA — гліома; пухлина нервової тканини.

GLOBULIN — гльобулін; рід білка в кров'яній плазмі.

GLOSSITIS — гльосит; запалення язика.

GLUCOSE — глюкоза, виноградний цукор.

GLUCOSURIA — глюкосурія, цукрове сечовиділення; наявність цукру в сечі.

GOITER — воло; опухлоподібне збільшення щитовидної залози.

GONOCOCCUS — гонокок; збудник венеричної хвороби — гонореї.

GONORRHEA — гонорея; заразна недуга статевих органів.

GOUT — подагра; хвороба суглобів, що постає внаслідок підвищеного вмісту сечової кислоти в крові.

GRAFT — перещеплювання (тканин, органів).

GRAIN — англо-американська одиниця ваги = 0.065 грама.

GRAND MAL — великий приступ епілепсії.

GRANULATION — зернясте наростання тканини.

GRAVES' DISEASE (= BASEDOW'S DISEASE) — Базедова хвороба.

GREASE — тваринний товщ, жир.

GROIN — пахвинний район стегна.

GROWTH — ріст, наріст, новотвір.

GUM — ясна.

GUT — кишка.

GYNECOLOGIST — гінеколог; лікар жіночих недуг.

GYNECOLOGY — гінекологія; наука про жіночі недуги.

GYNECOMASTIA — гінекомастія; ненормально великі молочні залози.

Н

HABIT — навик, звичка.

HABITUAL — звичний.

HALLUCINATION — галюцинація; хворобливий психічний стан, при якому людина бачить образи і чує звуки, які не існують.

HAND — кисть, рука.

HASHISH — гашиш; задурманююча речовина, яка продукується з конопель.

HAY FEVER — сінна гарячка; алергічна недуга, що постає внаслідок надмірної вразливості до певного роду рослинних спор.

HEAD — голова.

— of femur — головка стегна.

— of humerus — головка плечової кістки.

HEADACHE — біль голови.

HEAL — лікувати, гоїти.

HEALING POWER — сила лікування.

HEALTH — здоров'я.

HEART — серце.

— beat — биття серця.

— block — блок серця; сповільнення биття серця аж до зупинення.

HEART DISEASE — хвороба (недуга) серця.

— arteriosclerotic — артеріосклеротична недуга серця.

— hypertensive — гіпертонічна недуга серця.

— rheumatic — ревматична недуга серця.

HEAT — тепло; спека.

— stroke — тепловий удар; ураження мозкових центрів надміром тепла.

HEEL — п'ята.

HEMANGIOMA — гемангіома; пухлина з кров'яних судин.

HEMARTHROSIS — гемартроза; крововилив у суглоб.

HEMATEMESIS — блювання кров'ю.

HEMATOMA — гематома; кров'яний вилив у тканину; скупчення крові.

HEMATURIA — гематурія; кров'яне сечовиділення; наявність крові у сечі.

HEMIPHLEGIA — геміфлегія; односторонній параліч тіла.

HEMOGLOBINE — гемоглобін; червоний барвник у червонокривцях, носій заліза у крові.

HEMOLYSIS — гемоліза; розпадання червонокривців із звільненням гемоглобіну.

HEMOPHILIA — гемофілія, кровоточивість; спадкова недуга, що постає внаслідок нездатності крові зціплюватись.

HEMOPTYSIS — гемоптіза; кашляння кров'ю.

HEMORRHAGE — кровотеча.

HEMORRHAGIC — кров'яний, кровоточивий.

HEMORRHOIDS (=PILES) — геморойди; жилакуваті розширення вен анального проходу.

HEMOSTASIS — гемостаза; припинення кровотечі.

HEMOTHORAX — гемоторакс; крововилив у грудну клітку.

HEPAR (=LIVER) — печінка.

HEPATIC — печінковий.

HEPATITIS — гепатит; запалення печінки; інфекційна хвороба печінки.

HERB — лікарська рослина, зілля.

HEREDITARY — спадковий.

HEREDITY — спадковість.

HERNIA — гернія, грижа, пропуклина; прорив очеревини під шкіру й утворення нею мішечка.

HERNIOTOMY — герніотомія; операція грижі.

HEROIN — героїна; наркотик, який продукується з опіуму.

HERPES — міхурчаста висипка.

- HIATUS** — гiятус; отвір у діафрагмі, яким проходять стравохід та великі кровоносні судини.
HICCUGH (=HICCUP) — гикавка.
HIGH BLOOD PRESSURE — високій кров'яний тиск.
HIP — клуб; місце злуки стегнової кістки із клубовою кісткою.
HIP BONE — безіменна або мискова кістка; складаючись із клубової, сідничної та лобкової кісток, вона творить половину миски.
HIP JOINT — кульшовий суглоб; суглоб, що з'єднує стегно і безіменну кістку.
HISTOLOGY — гістологія; наука про будову тканин тіла.
HISTOPLASMOSIS — гістоплазмоза; інфекція легень специфічним грибок.
HIVES — кропив'янка; шкірна свербляча висипка.
HOARSE — хрипкий, охриплий.
HODGKIN'S DISEASE — хвороба Годжкіна; пістрякове захворювання лімфатичних вузлів.
HOMICIDE — убивство.
HOMOLOGOUS — гомологічний; однаковий в основній структурі.
HORMONES — гормони; продукти залоз внутрішньої секреції, необхідні для нормального життя і розвитку.
HOSPITAL — лікарня, шпиталь.
HOSPITALIZATION — перебування в лікарні (шпиталі).
HUMAN — людський.
HUMANITY — людяність; людство.
HUMERUS — плечова кістка; кістка між плечовим суглобом і ліктем.
HUMIDITY — вологість, вогкість.
HUNGER — голод.
HYDRATION — гідратація; введення води, рідини у якусь тканину або організм.
HYDROCEPHALUS — гідроцефалія, водянка голови.
HYDROCHLORIC ACID — соляна кислота.
HYDROGEN — водень.
HYDRONEPHROSIS — гідронефроза, водянка нирок.
HYDROPHOBIA — гідрофобія, сказ, скаженина; інфекційна недуга мозку, що переноситься укусом тварини хворої на сказ.
HYDROMS (=DROPSY) — водянка; надмірне скупчення рідини в тканинах або порожнинах організму.
HYDROTHERAPY — гідротерапія; лікування водою.
HYDROTHORAX — гідроторакс, водянка грудної клітки.
HYGIENE — гігієна; наука про збереження здоров'я і запобігання недугам.
HYMEN — дівоча перетинка, оболонка.
HYOID BONE — підязикова кістка.
HYPERACIDITY — підвищена кислотність.
HYPERCHLORHYDRIA — підвищений вміст соляної кислоти (в шлунковому соку).
HYPEREMESIS — гіперемеза, надмірне блювання, невпинне блювання.
HYPEREMIA — гіперемія, кров'яний набряк, скупчення крові в тканині.
HYPERGLYCEMIA — гіпергліцемія, підвищений вміст цукру в крові.
HYPERHYDROSIS — гіпергідроза, посилене потіння.
HYPERKINETIC — неспокійний, надто рухливий.
HYPERNEPHROMA — гіпернефрома, пістряк нирки.
HYPERPLASIA — гіперплазія; надмірний ріст органу або тканини.

HYPERTENSION — гіпертонія, високий тиск крові.

HYPERTHYROIDISM — гіпертиреоз, підвищена діяльність щитовидної залози.

HYPERTROPHY — гіпертрофія; надмірне збільшення органу або частини тіла.

HYPERVENTILATION — надмірно глибоке дихання.

HYPNOSIS — гіпноза; штучно викликаний підсвідомий стан (транс), в якому людина легко піддається стороннім впливам.

HYPOACIDITY — обнижена кислотність.

HYPOCALCEMIA — обнижений вміст кальцію в крові.

HYPOCHLORHYDRIA — обнижений вміст соляної кислоти.

HYPOCHONDRIA — гіпохондрія; хворобливо-пригнічений стан, надмірна стурбованість щодо свого здоров'я.

HYPODERMIC — гіподермічний, підшкірний.

HYPOGLYCEMIA — гіпоглікемія; обнижений вміст цукру в крові.

HYPOPHYSIS — гіпофіза, долішний мозковий придаток; залоза внутрішньої секреції.

HYPOPLASIA — гіпоплазія; недорозвинення тканини або органу.

HYPOTENSION — гіпотонія; обнижений тиск крові.

HYPOTHYROIDISM — гіпотиреоз; обнижене функціонування щитовидної залози.

HYSTERECTOMY — гістеректомія; видалення матки.

HYSTERIA — гістерія; нервова недуга, при якій хворий підсвідомо симулює різні фізичні й психічні захворювання або симптоми.

I

ICTERUS (=JAUNDICE) — жовтяниця, жовтянка; підвищений вміст жовчі в крові і відкладення її в тканинах.

IDENTITY — ідентичність, тотожність.

IDIOSYCRASY — ідіосинкразія; підвищена чутливість до певних речовин.

IDIOT — ідіот; особа з природженим слабоумством, що залишається в житті на рівні трилітньої дитини.

ILEUM — клубова кишка; кінцева частина тонкої кишки, яка творить 3/5 її довжини.

ILEUS — кишкова непрохідність; повна нерухомість кишок внаслідок паралічу, завороту, обструкції і т.д.

ILL — хворий.

ILLNESS — хвороба, недуга.

IMMATURITY — незрілий.

IMMINENT — неминучий.

IMMORAL — неморальний.

IMMUNE — імунний, відпорний до певної інфекційної недуги.

IMMUNITY — імунітет, відпорність.

IMMUNIZATION — імунізація; процес витворення відпорности до даної інфекційної недуги через уведення вакцини.

IMPAIRMENT — ушкодження, погіршення.

IMPATIENT — нетерплячий, дразливий.

IMPETIGO — гнійна висипка на шкірі.

IMPLANTATION — прищеплювання, насаджування.

IMPOTENCE — імпотенція, нездатність до статевого акту у мужчин.

IMPROVEMENT — покращання, поліпшення.

INCARCERATION — інкарцерація,

защеплювання кишки, замкнення кишки в гернії.
INCIDENTAL — випадковий.
INCISION — розтин, розріз.
INCOHERENT — незв'язаний (у думці), непослідовний.
INCOMPLETE — неповний.
INCONTINENCE — нестриманість, мимовільне сечовиділення.
INCURABLE — невиліковний, не-вигоийний.
INDIGESTIBLE — нестравний.
INDIGESTION — розлад шлунка, погане травлення.
INDURATION — затвердіння, ствердіння (тканини).
INFANT — немовля.
INFARCTION — інфаркт; раптове припинення допливу крові до тканини внаслідок замкнення кровоносної судини.
— myocardial — інфаркт серцевого м'яза.
— pulmonary — інфаркт легені.
INFECTIOUS — інфекція; зараження мікроорганізмом.
INFECTIOUS — заразний, заразливий.
— mononucleosis — інфекційна мононуклеоза; заразна вірусова недуга.
INFERTILITY — неплідність, неродючість.
INFILTRATION — інфільтрація, просякання, проростання.
INFLAMMATION — запалення.
INFLUENZA (=FLU) — інфлюенца; заразна вірусова недуга.
INFUSION — вливання.
INGREDIENT — складник, складова частина.
INGUINAL — пахвинний; ділянка стегнової пахи і черева.
— canal — пахвинний канал; місце, де постає грижа.
— ring — пахвинний перстень.
INHALATION — вдихання; засвоєння пари, газів, розпорошених ліків вдиханням.
INHERITANCE — спадковість.

INHIBITORY — затримувальний, сповільнювальний.
INHUMAN — нелюдський, жорстокий.
INITIAL — початковий, первісний.
INJECTION — ін'єкція, впорскування.
INJURY — ушкодження, поранення.
INNER — внутрішній.
INNOMINATE BONE (=HIP BONE) — безіменна кістка; частина миски.
INOCULATION — інокуляція, щеплення, прищеплювання.
INOPERABLE TUMOR — пухлина, яку неможливо видалити.
INORGANIC — неорганічний.
INSANE — психічнохворий, божевільний.
INSANITY — божевілля.
INSECT — комаха.
INSOLUBLE — нерозчинний.
INSOMNIA — безсоння.
INSPIRATION — вдихання (повітря).
INSTABILITY — нестійкість, хиткість.
— of joint — нестійкість суглоба.
INSUFFICIENCY — недостатність, неспроможність, застій.
INSULIN — інсуліна; гормон підшлункової залози, необхідний для метаболізму цукру.
INTACT — незайманий, цілий.
INTELLECT — інтелект, розум.
INTELLIGENCE — розумові здібності, інтелігентність.
INTERARTICULAR — міжсуглобовий.
INTERMITTENT — переривчастий.
INTERNAL — внутрішній.
INTERNIST — інтерніст; фахівець внутрішніх недуг.
INTESTINAL — кишковий.
INTESTINE — кишка.
INTOLERANCE — нетерпимість.
INTOXICATION — сп'яніння, також — отруєння.

INTRAARTICULAR — внутрішньосуглобовий, у суглобі.
INTRACRANIAL — внутрішньочерепний, у черепі.
INTRAMUSCULAR — внутрішньом'язовий, у м'язі.
INTRAPERITONEAL — внутрішньочеревний, в очеревині.
INTRAUTERINE — внутрішньоматковий, у матці.
INTRAVENOUS — внутрішньовенозний, у вені.
INVOLUNTARY — мимовільний.
IODINE — йод; антисептик; також складник гормону щитовидної залози.
IRIS — райдужна оболонка (ока).
IRITIS — ирит; запалення райдужної оболонки ока.
IRON — залізо; необхідний складник гемоглобіну.
— deficiency — недостатність заліза.
IRREGULAR — нерегулярний, неправильний, безладний.
IRRIGATION — промивання, напр. рани, вуха, міхура.
IRRITABLE — подразнений.
IRRITATION — дразливість (психічна або фізична).
ISCHEMIA — безкровність тканини, недостатність крові в тканині.
ISCHIUM — сіднична кістка; частина безіменної кістки.
ISOLATION — ізоляція, відокремлення.
ISOTONIC — ізотонічний розчин; розчин, який має таке саме осмотичне тиснення, як кров.
ISTHMUS — місточок, перешийок.
ITCH — свербіння, сверблячка.
IVY, POISONING — ужалення шкіри отруйним „плющем”.

J

JAUNDICE (=ICTERUS) — жовтяниця, жовтянка.
JAW — щелепа.

JEJUNUM — порожня кишка; горішня частина тонкої кишки, що займає 2/5 її, починаючись від дванадцятипалої кишки.

JOINT — суглоб.

— ankle — кісточковий, гомілково-стоповий; з'єднує стопу і долішню частину ноги.
— carpo-metacarpal — зап'ястково-п'ястковий; суглоб кисти.
— elbow — ліктьовий; з'єднує плече і передпліччя.
— hip — кульшовий; з'єднує стегно з кісткою миски.
— intervertebral — міжхребцевий; з'єднує хребці.
— knee — колінний; з'єднує стегно з гомілкою.
— mandibular — долішньощелепний; з'єднує долішню щелепу з черепом.
— radio-carpal — променево-зап'ястковий; з'єднує променеву кістку з кистю руки.
— sacro-iliac — крижово-клубовий; з'єднує крижову кістку з безіменними кістками миски.
— shoulder — плечовий; з'єднує плечову кістку з плечем.
— sterno-clavicular — грудно-ключичний; з'єднує ключицю з грудною кісткою.
— wrist — зап'ястковий; суглоб між передпліччям і долонею.

JUICE — сік.

— gastric — шлунковий сік.

JUNCTION — з'єднання частин або тканин.

JUVENILE — юний, молодий; юнацький.

K

KALIUM — калій; важливий складник кісток і крові.

KELOID — кельоїд; розрослий рубець на шкірі, грубий шрам.

KERATITIS — кератит; запалення рогівки ока.

KERATOSIS — кератоза; зроговіле ствердіння або наріст на шкірі.
KERAUNOPHOBIA — хворобливий страх перед громовицею.
KICK — вдаряти, штовхати.
KIDNEY — нирка.
— infection — інфекція або запалення нирок.
KLEPTOMANIA — kleптоманія; імпульсивне крадення без мотиву і потреби.
KNEE — коліно.
KNEE CAP (=PATELLA) — наколінок, колінна чашечка.
KNOTTY — вузлуватий.
KNUCKLE — суглоб пальця.
KYPHOSIS — кіфоза; викривлення хребта назад, горб.

L

LABORATORY — лябораторія; місце медичних дослідів.
LABYRINTH — лябіронт; внутрішня частина вуха.
LABIRINTHITIS — лябіронтит; запалення лябіронту вуха.
LACRIMAL — слізний.
— duct — слізна протока; відповідні шляхи для сліз.
— gland — слізна залоза; залоза, що витворює слюзи.
LACTATION — годування грудьми; виділення молока молочними залозами.
LACTIC ACID — молочна кислота.
LACTOBACILLUS — ляктобацилі; молочнокислі бацилі.
LAME — кривий, кульгавий; спаралізований.
LAMINECTOMY — лямінектомія; операція хребта.
LAPAROTOMY — ляпаратомія; розтин черева.
LARGE INTESTINE — груба кишка; складається з ободової, сигмаподібної і прямої кишок.
LARYNGITIS — лярингіт; запалення гортані.
LARYNGOSCOPY — лярингоскопія; дослідження гортані спеціальним інструментом.
LARYNX — гортань; орган дихального шляху, де утворюється звук.
LATERAL — бічний, боковий; топографічне означення.
LAVAGE — промивання, вимивання.
LAVATORY — убиральня, умивальня, виходок.
LAXATIVE — проносне, засіб для розвільнення виділин кишок.
LEAD — оливо.
LEAN — худий, безтовщевий.
LEG — нога.
LENS — сочка; в оці — кришталік.
LEPROSY (=LEPRA) — проказа; інфекційна недуга, що характеризується гниттям тіла.
LEUKEMIA — левкемія; пістряк крові, що характеризується злоякісною формою левкоцитів.
LEUKOCYTE — левкоцит, білокрівець; біле кров'яне тільце.
LEUKOCYTOSIS — левкоцитоза; побільшення кількості білокрівців у крові.
LEUKOPENIA — левкопенія; обниження кількості білокрівців у крові.
LEUKOPLAKIA — левкоплякія; утворення білих плям на слизовій оболонці;
LICHEN — лишай.
LIFE — життя.
LIGAMENT — зв'язка; волокниста тканина, що зв'язує суглоби.
LIGATURE — лігатура; перев'язування судин; матеріал для перев'язування судин.
LIMB — кінцівка.
LIMP — кульгати, шкутильгати.
LINIMENT — лінімент, рідка масть; рідина для натирання.
LINSEED OIL — льняна олія.
LIP — губа.
LIPOMA — ліпома, товщак; но-

вотвір, що постає з товщевої тканини.
LIQUID — рідина, плин.
LITHOTOMY — літотомія; видалення камінця з нирки або міхура.
LIVER — печінка; орган травлення і метаболізму.
LIVER INJECTION — ін'єкція (впорскування) екстракту печінки.
LOBE — частина, сегмент (напр., легені, печінки).
LOBECTOMY — вирізання частини органу.
LORDOSIS — лордоза, скривлення хребта наперед.
LOTION — рідина для натирання.
LOWER JAW (=MANDIBLE) — долішня щелепа.
LOWER LEG — гомілка; частина ноги від коліна до стопи.
LUES (=SYPHILIS) — сифіліс; інфекційна венерична недуга.
LUMBAGO — люмбаго, крижолом; біль у попереку.
LUMBAL SPINE — попереk; долішня частина хребта, що складається з 5-ти хребців.
LUMP — нарiст, грудка; неозначений новотвір.
LUNACY — несамовитість, божевілля.
LUNG — легеня; орган дихання.
LUPUS — люпус, вовчанка, вовчий лишай; туберкульоза шкіри.
LUXATION — звихнення, звих суглоба.
LYMPH — лімфа; лугова рідина, що протікає системою лімфатичних судин.
LYMPHADENTIS — лімфаденіт; запалення лімфатичних вузлів.
LYMPHANGITIS — лімфангіт; запалення лімфатичних судин.
LYMPHATIC GLAND — лімфатичний вузол, лімфатична залоза.
— vessel — лімфатична судина.
LYMPHOCYTE — лімфоцит; вид білокрівця (левкоцита).

LYMPHOCYTHEMIA — побільшення кількості лімфоцитів у крові.

LYMPHOSARCOMA — лімфосаркома; пістряк лімфатичної тканини.

М

MACROCYTES — макроцити; червонокривці більші від нормальних еритроцитів.

MACULA — плямка, напр., на шкірі.

MADNESS — божевілля, несамовитість.

MAGNESIA — магнезій-оксид.
— milk of — розчин магнезiю; проносний засіб.

MALADY — недуга, хвороба.

MALARIA — малярія, болотна пропасниця; інфекційна недуга, що передається людині через укуси зараженого малярією комара.

MALE — чоловік, мужчина, особа чоловічої статі; чоловічий.

MALEOLUS — кісточка, колодочка; виросток гомілки при стопі.

MALIGNANT — злоякісний.

MALNUTRITION — недоїдання.

MAMMARY GLAND — молочна залоза (груди).

MANDIBLE — долішня щелепа.

MARROW — кістковий мозок; м'яка тканина в кістках; місце творення червонокривців і деяких видів білокривців.

MASCULINE — чоловічий, мужеський.

MASSAGE — масаж, натирання, розтирання.

MASTECTOMY — мастектомія; видалення молочної залози.

MASTICATION — жування.

MASTITIS — мастит; запалення молочної залози.

MASTOIDITIS — мастоїдит; запалення сосковидного виростка вискової кістки.

MATERNITY — материнство.
— hospital — родильний (пологовий) будинок, родильня.
MATURATION — дозрівання, визрівання.
MAXILLA — горішня щелепа.
MEAL — пожива; обід, вечеря.
MEASLES — кір; інфекційна вірусова недуга.
MEATUS — отвір, прохід.
MEDIASTINUM — середостіння; ділянка між легенями і серцем посередині грудної клітки.
MEDICATION — медикамент, ліки.
MEDICINE — медицина; наука про запобігання недугам, про самі недуги і методи та засоби їх розпізнавати і лікувати.
MEGALOMANY — мегаломанія, манія величності.
MELANCHOLY — меланхолія; сум, сумовитість.
MELANIN — меланін; чорний барвник у клітинах.
MELANOMA — меланома; один із найбільш злоякісних пістряків з типовим чорним забарвленням.
MELENA — чорний кал, чорні кишкові виділини; виділини з перетравленою кров'ю.
MEMORY — пам'ять.
MENIERE'S DISEASE — Мен'єрова хвороба; захворювання лабіринту вуха, що характеризується запамороченням, блюванням.
MENINGISM — менінгізм, несправжній менінгіт; недуга, симптоми якої подібні до симптомів при запаленні мозкових оболонок.
MENINGITIS — менінгіт; запалення мозкових оболонок.
MENINGOCOCCUS — менінгокок; специфічний мікроб, що викликає запалення мозкових оболонок.
MENISCUS — меніск; півмісячний міжсуглобовий хрящ.
MENOPAUSE — менопауза; при-

пинення менструацій, „зміна віку”.
MENORRHAGIA — менорагія; посилена менструація, надто кровоточива менструація.
MENSES (= **MENSTRUATION**) — менструація.
MENSTRUATION — менструація; регулярне кривавлення матки, пересічно кожних 28 днів; нормальна функція жінок, що досягли статевої зрілості.
MENTAL — психічний, розумовий, умовий.
— disease — психічна недуга.
— disorder — психічний розлад.
MERCURIAL OINTMENT — ртутна мазь.
MERCURY — ртуть, „живе срібло”.
MESENTERY — брижі тонкої кишки; товщений листок з обгорткою очеревини і судинами, на якому тримається тонка кишка.
MESOCOLON — брижі грубої кишки.
METABOLISM — метаболізм; обмін речовин в організмі з усіма трансформаціями енергії і матерії.
METASTASIS — метастаза; перенесення клітин пістряка кровоносним або лімфатичним шляхом в інше місце організму.
METEORISM — метеоризм; здуття черева.
METRRORRHAGIA — метрорагія, маткова кровотеча не зв'язана з менструацією.
MICROBE — мікроб, мікроорганізм; одноклітинний організм, який можна бачити лише в мікроскоп.
MICROORGANISM (= **MICROBE**) — мікроорганізм.
MICROSCOPE — мікроскоп; оптичний прилад для спостереження дрібних предметів.
MIDDLE FINGER — середній палець (руки).

MIDWIFE — акушерка.
MIGRENE — мігрень; специфічні болі голови судинного, алергічного або нервового характеру.
MISCARRIAGE (=ABORTION) — аборт, порон, скидень.
MITRAL INSUFFICIENCY — двостулкова (мітральна) неспроможність, недостатність.
MITRAL STENOSIS — двостулкова (мітральна) стеноза (звуження); зрощення серцевого вентиля.
MITRAL VALVE — двостулкова заслінка (клапан, вентиль) серця; вентильоподібний отвір у лівій частині серця.
MOISTURE — волога.
MOLE — родимка; бородавкоподібний нарост на шкірі.
MOLECULE — молекула; найменша частка, до якої матерія може бути поділена, не втрачаючи свого характеру; складається з атомів.
MONOCYTES — моноцити; рід білокрівців.
MONONUCLEOSIS — мононуклеоза; інфекційна недуга вірусового походження, що характеризується наявністю білокрівців з великим ядром.
MONOPHLEGIA — моноплегія; параліч однієї кінцівки.
MORBIDITY — захворюваність; термін медичної статистики.
— rate — число захворювань на означену кількість населення.
MORPHINE — морфіна; продукт опіюму, наркотик, вживається для гамування болю.
MORPHOLOGY — морфологія; наука про будову тканин і окремих органів.
MORTAL WOUND — смертельна рана.
MORTALITY — смертність; термін медичної статистики.
— rate — число смертних ви-

падків на означену кількість населення.
MOUTH — рот.
MUCOSA — слизова оболонка; оболонка, що вкриває внутрішні частини органів або шляхів і продукує слизові речовини.
MUCUS — слиз; густа рідина різного хемічного складу, що продукується слизовими оболонками.
MULTIPLE SCLEROSIS — множинна склероза; розсіяна, острівна склероза спинного і головного мозку.
MURMUR — шум (шелест) у серці.
MUSCLE — м'яз.
— abductor magnus — великий привідний.
— biceps brachii — двоголовий плеча.
— biceps femoris — двоголовий стегна.
— brachio-radialis — плечово-променевий.
— deltoid — дельтовидний; м'яз плеча.
— diaphragm — діафрагма; м'яз діафрагми, грудно-черевний м'яз.
— extensor digitorum — розгинач пальця.
— flexor digitorum — згинач пальця.
— gastrocnemius — литковий.
— gluteus maximus — великий сідничний.
— ileopsoas — клубово-поперекний.
— intercostal — міжреберний.
— latissimus dorsi — найширший спини.
— masseter — жувальний; м'яз обличчя.
— oblique — косий; м'яз живота.
— pectoralis (major, minor) — грудний (великий, малий).
— peroneus — малогомілковий.
— platysma — підшкірний шиї.

MUSCLE

- psoas — поперековий.
 - quadriceps — чотириголовий стегна.
 - rectus — прямий живота.
 - rectus femoris — прямий стегна.
 - sartorius — кравецький; м'яз стегна.
 - semitendinosus — напівсухожилковий.
 - serratus — зубчастий.
 - soleus — камбаловидний.
 - sternocleidomastoideus — грудинно-ключично-сосковий.
 - subscapularis — підлопатковий.
 - temporalis — висковий, скроневий.
 - teres (major, minor) — круглий (великий, малий).
 - tibial (anterior, posterior) — великогомілковий (передній, задній).
 - transversus — поперечний.
 - trapezius — трапецієвидний.
 - triceps brachii — триголовий плеча.
- MUSCULAR DYSTROPHY** — м'язова дистрофія; хронічна недуга зникання м'язів.
- MUSCULAR RHEUMATISM** — м'язовий ревматизм.
- MUTE** — німий.
- MYALGIA** — міяльгія; біль м'язів.
- MYASTHENIA** — міастенія, кволість м'язів.
- MYCOSIS** — зараження грибом, грибкова інфекція.
- MYDRIASIS** — мідріаза; розширення зіниць.
- MYELITIS** — мієліт; запалення спинного мозку.
- MYOCARDIAL INSUFFICIENCY** — міокардова недостатність; кволість серцевого м'яза.
- MYOCARDITIS** — міокардит; запалення серцевого м'яза.
- MYOCARDIUM** — міокард; серцевий м'яз.

- MYOMA** — міома, м'язова пухлина; доброякісний новотвір, що постає з м'язової тканини (найчастіше в матці).
- MYOPIA** — міопія, короткозорість.
- MYOSITIS** — міозит; запалення м'яза.
- MYRINGOTOMY** — міринготомія; розтин барабанної перетинки вуха.
- MYXEDEMA** — мікседема, слизовий набряк; загальний набряк тіла внаслідок недостатньої функції щитовидної залози.

N

- NAIL** — ніготь.
- NARCOLEPSY** — нарколепсія; хворобливий нахил до сну.
- NARCOTICS** — наркотики; препарати проти болю.
— addiction — хворобливий навик до наркотиків, наркоманія.
- NASAL** — носовий.
- NATRIUM** — натрій; важливий електроліт крові.
- NAUSEA** — нудота.
- NAVEL** — пуп, пупець.
- NAVICULAR BONE** — човноподібна кістка; одна з кісток кисти руки.
- NECK** — шия.
- NECROPSY** (=AUTOPSY) — аутопсія; розтин трупа для визначення причин смерті.
- NECROSIS** — некроза; змертвіння тканини.
- NEOPLASM** — неоплазма, новотвір; загальна назва для пухлин без визначення їх якості.
- NEPHRECTOMY** — нефректомія; видалення нирки.
- NEPHRITIS** — нефрит; запалення нирок.
- NEPHROLITHIASIS** — нефролітіаза; наявність ниркових камінців.

NEPHRON — нефрон; основний елемент нирок, що продукує сечу.

NEPHROPTOSIS — обсунення нирки.

NEPHROSCLEROSIS — склероза нирки.

NEPHROSIS — нефроза; хронічне захворювання нирки; дегенерація ниркової тканини.

NERVES — нерви; пучки нервових волокон, відкриті спільною оболонкою, які передають імпульси від головного і спинного мозку окремим органам і тканинам.

NERVE

— accessory — додатковий; одинадцятий черепномозковий нерв.

— acustic — слуховий; восьмий репномозковий нерв.

— brachial plexus — плечове сплетення.

— facial — лицевий; шостий черепномозковий нерв.

— femoral — стегновий.

— intercostal — міжреберний.

— median — серединний.

— olfactory — нюховий; перший черепномозковий нерв.

— optic — зоровий; другий черепномозковий нерв.

— peroneal — малогомілковий.

— phrenic — діафрагмальний.

— radial — променевий; один із нервів передпліччя.

— sciatic — сідничний; найдовший нерв тіла.

— tibial — великогомілковий.

— trigeminal — трійчастий; п'ятий черепномозковий нерв обличчя.

— ulnar — ліктьовий.

— vagus — блукаючий; десятий черепномозковий нерв мішаної функції.

NERVOUS — нервовий.

— disease — нервова недуга.

— system — нервова система;

складається з центральної, периферійної і вегетативної.

NERVOUSNESS — нервовість; подразнення або розлад центральної нервової системи.

NEURALGIA — невралгія; болі, що виникають у якомунебудь нерві або його відгалуженні.

NEURASTHENIA — неврастенія; нервове виснаження, розлад нервової системи.

NEURITIS — неврит; запалення периферійного нерва.

NEURODERMATITIS — невродерматит; запалення або подразнення шкіри нервового походження.

NEUROLOGY — неврологія; наука про нервову систему та її недуги.

NEUROMA — неврома; новотвір, що постає з нервової тканини.

NEURON — нейрон; нервова клітина, функціональна одиниця нерва.

NEUROSIS — невроза; психічний розлад меншого ступеня.

NEUROSURGERY — неврохірургія; хірургічне лікування нервової системи.

NEUTROPHILE — нейтрофіл; рід білокрівців, що творить переважну більшість лейкоцитів.

NEVUS — родимка, родима пляма; природжена темна плямка на шкірі.

NICOTIN — нікотина; отруйний складник тютюну, що зумовлює діяння тютюну на людину.

NICOTINAMIDE — нікотинамід; хемічна сполука з групи вітаміну В.

NIGHT BLINDNESS — нікталопія, куряча сліпота; нездатність бачити при ослабленому світлі (присмерком, уночі).

NIGHTMARE — кошмар, страхітливий сон; щось тяжке, неприємне, осоружне.

NITROGEN — азот.

NITROGLYCERIN — нітроглице-

рина; уживаний при ангіні пекторіс препарат, що розширяє вентральної артерії серця.
NOCTURIA — ноктурія; посилене сечовиділення вночі.
NODE — вузол тканини.
NODULAR — вузлуватий.
NORMAL SALINE — фізіологічний розчин; розчин соли, що його осмотичний тиск відповідає осмотичному тискові крові.
NORMOCYTE (= ERYTHROCYTE) — нормоцит; червонокривець нормальної величини.
NOSE — ніс.
NOSTALGIA — ностальгія; туга за батьківщиною, за домом.
NOSTRIL — ніздря.
NOURISHMENT — їжа, пожива, відживлення, харч.
NOVOCAINE — новокаїна; препарат для місцевого знечулювання.
NUCLEUS — ядро клітини; осередок матерії чи новотвору.
NUMBNESS — нечутливість, заціпеніння.
NURSE — медична сестра, медсестра.
NURSING HOME — піклувальний дім.
NUTRIMENT — поживна речовина.
NUTRITION — харчування, стан відживлення.
NYSTAGMUS — ністагм; мимовільні тремтячі рухи очей.



OBESE — гладкий, товстий, опасистий; особа з надмірною вагою.
OBESITY — опасистість, надмір ваги.
OBLITERATION — облітерація, зарощення, замкнення, напр. судини.
OBSESSION — настирлива ідея.

OBSTETRICIAN — лікар-акушер.
OBSTETRICS — акушерія, акушерство; ділянка медицини, присвячена лікарській допомозі при вагітності, пологах і в післяпологовому періоді.
OBSTRUCTION — обструкція, замкнення кишки або протоки.
OCCIPITAL — потиличний.
— bone — потилична кістка.
OCCLUSION — оклюзія; замкнення судини ізсередини.
OCCULT BLEEDING — прихована кровотеча.
OCCUPATIONAL DISEASE — професійна недуга; недуга, викликана умовами праці.
OCCUPATIONAL THERAPY — лікування певного роду заняттям.
OCULAR — очний.
ODOR — запах.
OIL — олія.
— castor — рицинова олія, рицина; проносний засіб.
OINTMENT — масть, мазь; речовина для зовнішнього лікування.
OLD AGE — старший вік; вік людини після 70-го року життя.
OLECRANON — ліктьовий виросток кістки.
OLIGURIA — олігурія; поменшене сечовиділення.
OMENTUM — сальник; складка очеревини з товщем, яка звисає від шлунка на кишки.
ONYCHIA — оніхія; гнійне запалення нігтя.
OPHORECTOMY — видалення яєчників.
OPHORITIS — ООФОРИТ; запалення яєчників.
OPACITY — непрозорість, помутніння кришталика (ока).
OPHTHALMIA — офтальмія, запалення ока.
OPHTHALMOLOGIST — офтальмолог; лікар-фахівець очних недуг.
OPHTHALMOLOGY — офтальмологія; наука про недуги очей.

- OPIATE** — опіят; препарат, приготований з опіюму.
- OPIUM** — опіюм; наркотик, виготовлений із соку незрілих маківок.
- OPTOMETRIST** — оптометрист; фахівець, що припасовує окуляри.
- ORAL** — ротовий, усний.
— medication — ліки для внутрішнього вжитку.
— surgeon — стоматолог; фахівець недуг порожнини рота і щелеп.
- ORBIT** — орбіта, очна ямка; порожнина, в якій міститься очне яблуко.
- ORCHIESTOMY** — орхіектомія; видалення сім'яних залоз.
- ORCHITIS** — орхіт; запалення сім'яних залоз, запалення ядер.
- ORGAN** — орган; частина організму, яка має певну будову і виконує певні функції.
- ORGANIC** — органічний.
- ORIFICE** — отвір, прохід.
- ORTHOPEDIC SURGEON** — ортопед; лікар-спеціаліст недуг кісток і суглобів.
- ORTHOPEDICS** — ортопедія; ділянка медицини, що займається недугами кісток і суглобів.
- ORTHOPNEA** — ортопноє; найвищий ступінь задухи.
- OS (=BONE)** — кістка.
- OSMOSIS** — осмоза; повільне просочування крізь тонку перетинку.
- OSSIFICATION** — осифікація, скостеніння.
- OSTEITIS** — остеїт; запалення кістки.
- OSTEOARTHRITIS** — остеоартрит; дегенеративні зміни у суглобі.
- OSTEOCHONDRITIS** — остеохондрит; запалення кістки з хрящем.
- OSTEOGENESIS** — остеогенеза; розвиток кістки.
- OSTEOMA** — остеома; новотвір з кісткової тканини.
- OSTEOMALACIA** — остеомаляція; зм'якшення кістки внаслідок утрати кальцію або недостачі вітаміну "D".
- OSTEOMYELITIS** — остеомиєліт; запалення кістки і кісткового мозку.
- OSTEOPOROSIS** — остеопороза; збільшена пористість кістки, внаслідок чого кістка м'якшає.
- OTALGIA** — отальгія; біль вуха.
- OTITIS EXTERNAL** — запалення зовнішнього вуха.
— internal — запалення внутрішнього вуха.
— media — запалення середнього вуха.
- OTOLARYNGOLOGY** — отолярингологія; ділянка медицини, яка займається недугами вуха, горла і носа.
- OTOMYCOSIS** — отомікоза; грибкова інфекція вуха.
- OTOSCLEROSIS** — отосклероза; склеротичний процес у вусі, що веде до глухоти.
- OTOSCOPE** — отоскоп; інструмент для дослідження вуха.
- OUNCE** — унція; одиниця ваги і міри: 31.1 грама і 29.6 куб. сантиметра.
- OUTPATIENT** — амбуляторний пацієнт; хворий, що сам відвідує клініку.
- OVARIAN HORMONE** — гормони яєчників; жіночі гормони, що продукуються яєчниками.
- OVARIAN TUMOR** — пухлина яєчника; новотвір в яєчнику.
- OVARY** — яєчник; дві залози внутрішньої секреції по боках матки, що продукують жіночі гормони й яйцеклітини.
- OVEREXERTION** — перевтома.
- OVULATION** — овуляція; вихід яйцеклітин (жіночих статевих клітин) з яєчника, що відбувається звичайно кожного місяця на 14-ий день після початку менструації.

OVUM — жіноча яйцеклітина, ста-
тева клітина.
OXYGEN — кисень.
OXYURIASIS — зараження гост-
риками (рід глистів).

Р

PAIN — біль.
PAINFUL — болючий, болісний.
PALATE — піднебіння.
PALE — блідий.
PALLIATIVE TREATMENT — па-
ліятивне лікування; лікування
лише для тимчасового полегшен-
ня.
PALMAR — долонний.
PALPABLE — відчуваний пальця-
ми, дотиком, намацувальний.
PALPATION — пальпація, обма-
цування; дослідження з допомо-
гою пальців.
PALPITATION — пальпітація;
приспінене і посилене биття сер-
ця.
PALSY — параліч.
PANCREAS — підшлункова зало-
за.
PANCREATITIS — панкреатит;
запалення підшлункової залози.
PANDEMIC — пандемія; пощесь,
яка охоплює людність цілої кра-
їни.
PAPILLEDEMA — папіледема; на-
бряк зорового нерва.
PAPILLOMA — папілома; боро-
давковидний нарост на шкірі; та-
кож — грибовидний новотвір на
оболонці міхура.
PARACENTESIS — парацентеза;
прокол, проколювання з метою
вивести рідину з черева.
PARALYSIS — параліч.
PARALYSIS AGITANS (=PAR-
KINSON'S DISEASE) — Паркін-
сонова хвороба, тремтячий пара-
ліч.
PARALYTIC — спаралізований,
паралітичний.

PARAMETRITIS — параметрит;
запалення навколо матки.
PARANEPHRITIS — паранефрит;
запалення навколо нирки.
PARANOIA — параноя; психічна
недуга з манією переслідування,
нав'язливими ідеями.
PARAPHEGIA — параплегія; па-
раліч долішньої частини тіла.
PARASYMPATHETIC SYSTEM —
парасимпатична система; части-
на вегетативної (автономної) си-
стеми.
PARATHYROID — паратиф; ін-
фекційна недуга подібна до че-
ревного тифу.
PARATHYROID GLAND — пара-
щитовидна залоза; залоза внут-
рішньої секреції, важлива у ме-
таболізмі кальцію.
PARESIS — пареза; частинний па-
раліч, неповний параліч.
PARIETAL — тім'яний.
PARKINSON'S DISEASE — Пар-
кінсонова хвороба, тремтячий па-
раліч.
PARONYCHIA — пароніхія; запалення навколо нігтя.
PAROTID GLAND — привушна за-
лоза; залоза, що виділяє слину.
PAROTITIS — запалення привуш-
ної залози.
PAS (=PARA-AMINOSALICYLIC
ACID) — пара-аміносалицилова
кислота; препарат проти тубер-
кульози.
PASTEURIZATION — пастериза-
ція; метод нищення мікробів
способом нагрівання до 60-70
ступенів Цельсія протягом 30
хвилин без нищення характеру
речовини.
PATELLA — наколінок, колінна
чашечка.
PATHOGENESIS — патогенеза;
походження і розвиток хвороби.
PATHOLOGIST — патолог; фахі-
вець патології.
PATHOLOGY — патологія; ділян-
ка медицини, що досліджує хво-

- робливі зміни в тканинах і функціях організму.
- PATIENT** — пацієнт; особа, що лікується у лікаря.
- PEDIATRICIAN** — педіатр; фахівець дитячих недуг.
- PEDIATRICS** — педіатрія; ділянка медицини, що займається дитячими недугами.
- PEDICULOSIS** — педикульоза; вошивість.
- PELLAGRA** — пелягра; хвороба (авітаміноза), спричинена недостатчею в організмі вітаміну з групи В.
- PELVIS** — миска; пояс кісток, який складається з безіменних кісток і крижів.
- PENICILLIN** — пеніцилін; антибіотик із плісневих грибків.
- PENIS** — пеніс, прутень, чоловічий статевий орган.
- PEP PILL** — стимулянт; речовина, що стимулює нервову систему.
- PEPSIN** — пепсина; основний складник шлункового соку, що відіграє роль у травленні білків.
- PERTIC** — травний, що травить, перетравлює.
— ulcer — виразка шлунка; виразка внаслідок подразнення слизової оболонки шлунковим соком.
- PERCEPTION** — сприймання, відчужання.
- PERCUSSION** — перкусія; метод дослідження тіла способом вистукування.
- PERFORATION** — перфорація; проривання, прорив, напр. кишки.
- PERICARDITIS** — перикардит; запалення перикарду (осердя).
- PERICARDIUM** — перикард осердя; оболонка, яка обгортає серце і вихід великих судин.
- PERINEUM** — промежина.
- PERIOSTEUM** — окістя; м'яка оболонка кістки.
- PERIOSTITIS** — періостит, запалення окістя.
- PERISTALSIS** — перистальтика; хробакоподібний, хвилястий рух кишок і шлунка, що пересуває харчі вперед.
- PERITONEUM** — очеревина; слизова оболонка, що вистелює зсередини порожнину черева та його органи.
- PERITONITIS** — перитоніт; запалення очеревини.
- PERNICIOUS** — згубний, злоякісний.
— anemia — злоякісна анемія, згубне недокрів'я.
- PERSONALITY** — особистість, індивідуальність.
- PERSPIRATION** — потіння, пітіння; піт, випіт.
- PERSPIRE** — потіти, пітніти.
- PERTUSSIS** (=WHOOPING COUGH) — коклюш, кашлюк; заразлива дитяча недуга, що характеризується спазматичним кашлем.
- PESTILENCE** (=PLAGUE) — чума; гострозаразлива пошесна недуга.
- PETECHIA** — крапчастий крововилив; вилив крові у шкірі у вигляді крапок.
- PETIT MAL** — малий приступ епілепсії.
- PETROLATUM** (=VASELINE) — вазеліна.
- PH** (=pH) — хемічний символ кислотности або лужности крові, сечі, розчину.
- PHALANX** — фаланги; кістки — частини пальців горішніх і долішніх кінцівок.
- PHARMACOLOGY** — фармакологія; наука про медикаменти і їх діяння на організм.
- PHARMACY** — аптека.
- PHARYNGITIS** — фарингіт, запалення горлянки.
- PHARYNX** — горлянка, горло.

- PHLEBITIS — флебіт, запалення вени.
- PHLEBOTOMY — флеботомія; розтин або проколання вени.
- PHLEGM (=SPUTUM) — флегма, харкотина.
- PHOBIA — фобія; стан хворобливого страху.
- PHYSICIAN — лікар.
- PHYSIOLOGY — фізіологія; наука про нормальні функції організму.
- PHYSIOTHERAPY — фізіотерапія, лікування фізичними методами (водою, світлом, теплом, електрикою, вправами).
- PIERCE — проколювати.
- PIGMENT — пігмент, барвник шкіри.
- PIMPLE — прищ.
- PINWORM — гострик, гострикова глиста.
- PITUITARY GLAND — гіпофіза, мозковий додаток; залоза внутрішньої секреції, що лежить біля основи головного мозку.
- PLACENTA — плацента, послідень, послід; орган зв'язку зародка з тілом матері під час вагітності; виходить з матки після породу (пологів).
- PLASMA — плазма; рідянна частина крові.
- PLASMODIUM — плазмодій; одноклітинні кров'яні паразити, збудники малярії.
- PLASTER — гіпс; гіпсовий бандаж при зламах кісток.
- PLATELET — тромбоцит; кров'яна платівка; кров'яні клітини, які беруть участь у зцілюванні крові.
- PLEURA — плевра; оболонка легень і внутрішньої поверхні грудної клітки.
- PLEURISY — плеврит, запалення плеври.
- PLEXUS — сплетення, напр. нервів, судин.
- PNEUMOCOCCUS — пневмокок; бактерія, що викликає запалення легень.
- PNEUMONIA — пневмонія, запалення легень.
- PNEUMONITIS — пневмоніт, вірусове запалення легень.
- PNEUMOTHORAX — пневмоторакс; скупчення повітря в порожнині плеври.
- PODAGRA (=GOUT) — подагра; запалення суглобів унаслідок підвищеного вмісту сечової кислоти в крові.
- POISON — отрута, отруйна речовина.
— ivy — отруйна кропивка, отруйний „плющ”; рослина, що викликає гостру алергічну реакцію на шкірі.
- POLIOMYELITIS — поліомієліт; вірусове запалення спинного мозку, що приводить до паралічу.
- POLLEN — спори; квітковий пилок.
- POLYARTHRITIS — поліартрит; множинне запалення суглобів.
- POLYCYTHEMIA — поліцитемія; надмірний вміст еритроцитів у крові.
- POLYNEURITIS — поліневрит; множинне запалення нервів.
- POLYP — поліп; бородавковидний нарост на слизовій оболонці.
- POLYPOSIS — поліпоза; наявність багатьох поліпів.
- POLYURIA — поліурія; посилене сечовиділювання.
- POSTERIOR — задній.
- POST-MORTEM EXAMINATION — посмертне дослідження тіла.
- POSTOPERATIVE — післяопераційний.
- POSTPARTUM — післяродильний стан або час.
- POTASSIUM — калій; хемічний елемент, важливий складник кісток і крові.
- POWDER — порошок.

- PRECAUTION** — обережність, осторогоа.
- PREGNANCY** — вагітність.
- PREMATURE** — передчасний, завчасний.
— birth — передчасні (завчасні) пологи; пологи між 7-им і кінцем 9-го місяця вагітності.
- PRENATAL** — перед народженням; що відбувається до народження.
— care — медичний догляд під час вагітності.
- PRESCRIPTION** — рецепта.
- PRESSURE** — тиск, тиснення.
- PRESERVATIVE** — запобіжний.
- PREVENTION** — відвернення, запобігання, профілактика.
- PRIMARY** — первісний, первинний, початковий.
- PROCAINE** — прокаїна; синтетична речовина для місцевого знеболювання.
- PROCESS** — виросток, виросток кістки; процес (недуги).
- PROCTITIS** — проктит; запалення прямої кишки.
- PROCTOSCOPY** — проктоскопія; дослідження прямої кишки з допомогою інструмента (проктоскопа).
- PROGNOSIS** — прогноза; заснована на певних даних передбачення перебігу і наслідків недуги.
- PROLAPSE** — випадання, обсунення.
- PROPHYLAXIS** — профілактика; заходи для запобігання недугам, для охорони здоров'я.
- PROSTATE** — простата, передміхурова залоза; чоловіча залоза, що міститься перед міхуром, зразу при виході сечівника.
- PROSTATECTOMY** — простатектомія; видалення передміхурової залози.
- PROTEINS** — білки, протеїни, білковини; органічні хемічні сполуки — основа всіх тваринних і рослинних організмів.
- PRURITUS** — свербіння, сверблячка.
- PSEUDOARTHRITIS** — псевдоартроза, фальшивий (несправжній) суглоб; місце, де не зрослася зламана кістка.
- PSORIASIS** — псоріаза; хронічна недуга шкіри.
- PSYCHIATRY** — психіатрія; ділянка медицини, що вивчає психічні хвороби.
- PSYCHOANALYSIS** — психоаналіза; метод аналізу психічного стану.
- PSYCHOLOGY** — психологія; наука про закономірності, розвиток і форми психічної діяльності.
- PSYCHONEUROSIS** — психоневроза; психічне захворювання важчого характеру.
- PSYCHOPATH** — психопат; психічно ненормальна особа, але з нормальними розумовими здібностями.
- PSYCHOSIS** — психоза; психічна недуга, що характеризується втратою зв'язку з реальністю і помітним розладом особистости.
- PSYCHOSOMATIC** — психосоматичний (розлад); психічний розлад з фізичними симптомами.
- PSYCHOTHERAPY** — психотерапія; лікування психічних недуг з допомогою психоаналізи, гіпнози, поради.
- PTOSIS** — обсунення, опущення.
- PTYALISM** — птіялізм; надмірне виділювання слини, слинення.
- PUBERTY** — статевая зрілість.
- PUERPERAL** — родильний, пологовий період.
— fever — родильна (пологова) гарячка.
- PULMONARY** — легеневий.
— disease — хвороба легень.
- PULSE** — пульс, живчик.

PUNCTURE — проколина; проколювати.

— wound — колота рана.

PUPIL — зіниця; отвір у райдужній оболонці ока.

PURGATIVE — проносний, очисний засіб; засіб для розвільнення.

PURIFICATION — очищення.

PURULENT — гнійний.

PUS — гній.

PUSTULE — пустуля, прищ, гнійний міхурець.

PYELITIS — пієліт; запалення ниркових мисочок.

PYELONEPHRITIS — пієлонефрит; запалення нирок і мисочок.

PYEMIA — піємія; зараження крові гнійними бактеріями.

PYLORIC STENOSIS — звуження воротаря (пілоруса) шлунка.

PYLOROSPASM — пілороспазм; спазм воротаря (пілоруса) шлунка.

PYLORUS — пілорус, воротар шлунка; м'язовий отвір долішнього проходу шлунка у дванадцятипалу кишку.

PYODERMATITIS — піодерматит; гнійне запалення шкіри.

PYORRHEA — піорея, гноетеча, виділювання гною.

PYURIA — піюрія; гнійне сечовиділювання.

Q

QUACKERY — знахурство, шарлатанство.

QUININE — хініна.

QUINSY — ангіна; гнійне запалення горла.

R

RABID — скажений, заражений сказом.

RABIES (=HYDROPHOBIA) — сказ; гостра інфекційна недуга мозку, що переноситься укусом тварини хворої на сказ.

RABIES VACCINE — вакцина проти сказу.

RACHITIS (=RICKETS) — рахіт; хворобливе зм'якшення кісток у дітей внаслідок недостатчі вітаміну "D".

RADIATION — радіація; променювання радіоактивного матеріалу.

RADICAL SURGERY — радикальна операція; основний метод операції при пістряках.

RADICULITIS — радикуліт, корінцевий неврит; запалення корінця нерва спинного мозку.

RADIOACTIVE — радіоактивний; елемент, що має радіоактивність, напр. уран, радій, торій і ін.

RADIOGRAM — рентгенівська знімка.

RADIOLOGIST (=ROENTGENOLOGIST) — радіолог, рентгенолог; лікар-фахівець рентгенології.

RADIOLOGY — радіологія, рентгенологія; наука про радіоактивне проміння, його застосування в діагностиці і лікуванні.

RADIOTHERAPY — радіотерапія; лікування радіоактивним промінням.

RAGWEED — „рег-від”; рослина з родини Ambrosia, спори якої є основним джерелом т. зв. січної гарячки („гей фівер”).

RASH — висипка.

RAY — промінь.

REBOUND — відбій, відскок; реакція.

RECIDIVE — рецидив, поворот; відновлення недуги.

- RECORD** — запис, реєстр, карто- тека; докладний запис перебігу хвороби.
RECOVERY — видуж(ув)ання, одуж(ув)ання.
 — room — післяопераційна кім- ната; місце стабілізації піс- ля операції.
RECREATION — розвага, відпочи- нок.
RECTOCELE — обсунення прямої кишки (у жінок).
RECTUM — пряма кишка; доліш- ня частина грубої кишки.
RECTUS — прямий м'яз.
RECURRENT — поворотний, пов- торний.
RED BLOOD CELL — червонокрі- вець, еритроцит.
REDUCTION — (1) виправлення зламаної кістки; (2) зменшення, напр. дози ліків.
REDUNDANCY — надмірна дов- жина кишки.
REFLEX — рефлекс, відрух; ав- томатичний відрух м'язів на по- дразнення; рух, що не підлягає свідомій контролі.
REFLUX — зворотний струмінь.
REFRACTION — рефракція, за- ломлення світла; допасовування окулярів.
REGENERATION — регенерація, відродження, відростання.
REGRESSION — регрес, зворотний рух або дія, повернення.
REINFECTION — повторна інфек- ція, відновлена інфекція.
RELAPSE — поворот недуги, ре- цидив.
RELAXATION — відпруження, відпочинок.
REMEDY — ліки, лікувальний за- сіб.
RENAL — нирковий.
RESEARCH — дослідження, нау- кове дослідження.
RESIDUAL — залишок, останок.
RESISTANT — відпорний, опірний.
RESPIRATION — дихання; акт вдиху і видиху повітря.
RESPIRATORY TRACT — дихаль- ний шлях, тракт.
REST — відпочинок, спокій.
RESTLESS — неспокійний, невга- мовний.
RESUSCITATION — оживляння, заходи, щоб повернути людину до свідомості, життя.
RETENTION — затримання; не- спроможність виділяти сечу з мі- хура.
RETINA — сітківка; внутрішня оболонка задньої частини ока, що сприймає світло й образи.
RETINITIS — ретиніт; запалення сітківки.
RETINOPATHY — ретинопатія, розлад сітківки; хворобливий стан сітківки при захворюванні судин, нирок, діабеті і т.д.
RHEUMATIC — ревматичний.
RHEUMATISM — ревматизм; за- гальне означення болів у сугло- бах, м'язах та споріднених тка- нинах.
RHINITIS — нежить; запалення слизової оболонки носа.
RHINOSCOPY — риноскопія; до- слідження порожнини носа інс- трументом (риноскопом).
RHYTHM — ритм; рівномірне чер- гування ударів серця.
RIB — ребро.
RIBOFLAVIN — рибофлявін, віта- мін "B-2".
RICKETS — див. RACHITIS.
RICKETTSIA — рикетсія; мікроор- ганізм менший від бактерії, збуд- ник багатьох недуг, зокрема ви- сипного тифу.
RIGIDITY — твердість, негнуч- кість.
RINGWORM — стригучий лишай; зараження специфічним гриб- ком, при якому на шкірі висту- пають типові перстені.
ROENTGENOLOGIST — рентгено- лог; фахівець рентгенології.

ROENTGENOLOGY — рентгенологія; наука про рентгенівське проміння та його застосування в діагностиці і лікуванні.

ROENTGEN RAYS — рентгенівське проміння.

ROENTGEN TREATMENT — лікування рентгенівським промінням.

ROUGH — грубий, нерівний, шерхатий.

RUB — натирання.

RUBELLA — див. GERMAN MEASLES.

RUPTURE — гернія, грижа; розрив.

Rx — символ для латинського „взьми”, яким починається рецепта.

S

SACCHARIN — сахарина; синтетична безкальорійна речовина в 300-500 разів солодша від цукру.

SACCHAROSE — буряковий та тростинний цукор.

SACRAL — крижевий.

SACRUM — крижева кістка; частина долішнього хребта.

SAFETY — безпека, безпечність.

SALICYTATE — саліцилова сполука; солі саліцилової кислоти.

SALICYLIC ACID — саліцилова кислота; сполуки або солі її вживається при лікуванні ревматичних недуг, побороюванні гарячки тощо.

SALIVA — слина.

SALIVARY GLAND — слинна залоза.

SALIVATION — продукція слини, слинення.

SALPINGECTOMY — видалення фаллопієвої труби.

SALPINGITIS — сальпінгіт, запалення фаллопієвої труби (матки).

SALT — сіль.

SALT-FREE DIET — безсоляна дієта.

SALVE — лікувальна масть.

SANE — нормальний, при своєму розумі.

SANITARY — санітарний, гігієнічний.

SAPHENA — сафена, підшкірна вена долішньої кінцівки.

SARCOMA — саркома; злоякісна пухлина, що походить з інших тканин, як епітелій.

SATURATION — насичування, насичення.

SCABIES — короста; заразна шкірна хвороба, що її викликає специфічний паразит.

SCALP — скальп, шкіра черепа.

SCALPEL — скальпель; хірургічний ніж.

SCAPULA (= SHOULDER BLADE) — лопатка.

SCAR — рубець, шрам.

SCARLET FEVER — шкарлатина; гостра заразлива недуга, переважно дитячого віку, яка характеризується червоною висипкою.

SCHIZOPHRENIA — схізопфренія, шизофренія; психоза, що характеризується втратою хворим контакту з довкіллям, розладом особистості, галюцинаціями тощо.

SCIATICA — ішіяс, ішіяс; невралгія сідничного нерва.

SCIATIC NERVE — сідничний нерв; нерв із долішньої частини спинного мозку, що проходить крізь цілу долішню кінцівку.

SCLERA — склера, білкова оболонка ока; непрозора частина оболонки очного яблука.

SCLERODERMA — склеродерма; хворобливе ствердіння шкіри.

SCLEROSIS — склероза; стверднення судин, тканин тощо.

SCREAM — кричати, голосити.

SCROTUM — калитка; мішечок з сім'яними залозами.

SCURVY — скорбут, цинга; хвороба (авітаміноза) ясен, що роз-

вивається внаслідок відсутності в їжі вітаміну "С".
SEA SICKNESS — морська хвороба.
SEBACEOUS GLAND — товщева залоза, лійова залоза; залоза, що продукує шкірний товщ.
SEBACEOUS CYST — товщева кіста, товщевий міхурець; скупчення шкірного товщу з утворенням міхурця.
SEBUM — товщ; товщевий продукт шкіри.
SECRETION — секреція, виділення; може бути зовнішня або внутрішня.
SEDATIVE — седатив, заспокійливий засіб; медикамент для заспокоєння нервів.
SEDIMENT — седимент; осад в рідині або з рідини.
SEDIMENTATION RATE — швидкість осідання червонокривців; один з діагностичних дослідів.
SEMEN — сперматозоїди, сім'я; продукт чоловічих сім'яних залоз.
SENILE — сенильний, старечий.
SENSATION — відчування, відчуття.
SENSE — почуття; свідомість, сенс.
SENSE ORGANS — органи чуття (слуху, зору, нюху, смаку і дотику).
SENSIBILITY — чутливість, вразливість.
SENSITIVITY — вразливість.
SEPSIS — сепсис; зараження організму або окремих органів інфекційними мікробами.
SEPTIC — септичний, високоінфекційний.
SEPTICEMIA — септисемія, гнилокрів'я; важке інфекційне захворювання з наявністю мікробів у крові; „зараження крові”.
SEPTUM — септум; перетинка, що розділяє ніс на дві частини.
SEROLOGY — серологія; лабора-

торне дослідження кров'яної плазми (сироватки).
SERUM — серум, сироватка; рідинна частина крові після зціплення кров'яних клітин.
SERUM SICKNESS — реакція на вакцину.
SEX — стать.
SHIN BONE (=TIBIA) — великогомілкова кістка.
SHIVER — дрижати, тремтіти; дріж.
SHOCK — шок, струс, приголомшення; гострий стан ослаблення кровообігу, праці серця і дихання.
SHORT BREATH — задуха, утруднене дихання.
SHORT WAVE — коротка хвиля; апарати з короткими хвилями вживаються в лікуванні.
SHOULDER — плече.
SHOULDER BLADE — лопатка.
SICK — хворий, недужий.
SICKNESS — недуга; нудота.
SIGMOID — сигмоподібна кишка; ліва частина грубої кишки, яка продовжується у пряму кишку.
SILICOSIS — силікоза; хронічна професійна хвороба легень внаслідок вдихання кремнієвого пилу.
SILVER — срібло.
— nitrate — нітрат срібла; хемічна сполука, вживана у низькій концентрації як антисептик, а у високій для випалювання тканини.
SIMULATION — симуляція, удавання.
SINUS — синус; (1) порожнина в кістці, (2) протока з абсцесу, (3) розширена вена, (4) кожна порожнина з вузьким проходом.
SINUSITIS — синусит; запалення носових порожнин (синусів).
SKELETON — кістяк, скелет; кісткова структура тіла, нараховує 206 паристих і непаристих кісток.

- SKIN — шкіра.
 SKULL — череп.
 SLEEPINESS — сонливість.
 SLEEPING MEDICATION — насонний засіб, препарат.
 SLEEPLESSNESS — безсоння.
 SMALL BOWEL — тонка кишка; складається з порожньої і клубової кишок, пересічна довжина 7 метрів.
 SMALLPOX — віспа; тяжка інфекційна недуга, що характеризується міхурчастою висипкою.
 SMELL — нюх; запах.
 SMOKE — дим; курення тютюну.
 SMOKE INHALATION — отруєння внаслідок вдихання диму.
 SNEEZE — чхання, чхати.
 SODIUM — натрій.
 — chloride — хлорид натрію; хемічна назва кухонної соли.
 SOFT TISSUE — м'яка тканина; кожна тканина організму за винятком кісток і хрящів.
 SOLAR PLEXUS — сонячне сплетення; сплетення симпатичної нервової системи, що міститься в череві.
 SOLID — твердий, щільний, ціпкий.
 SOLUBLE — розчинний.
 SOLUTION — (1) розчин рідини, (2) розв'язання.
 SOMATIC — тілесний, приналежний до тіла, фізичний.
 SOMNAMBULISM — сомнамбулізм, сновиддя, ходіння у сні; психічний розлад, в більшості випадків гістеричного характеру.
 SORE — (1) болочий, чутливий; (2) ранка, виразка.
 SORE THROAT — біль горла.
 SOURCE OF INFECTION — джерело, первопричина інфекції.
 SPA — мінеральне джерело; курорт з мінеральними водами.
 SPASM — спазм, корч, судорога.
 — of the esophagus — корчі стравоходу.
 — of the stomach — корчі шлунка.
 SPASMOLYTIC — спазмолітик, препарат проти корчів.
 SPECIFIC GRAVITY — питома вага.
 SPECIMEN — проба, зразок (тканини, рідини тощо).
 — urinary — проба сечі для дослідю.
 SPECULUM — дзеркало; розширювач; рефлектор.
 SPEECH — мова.
 — disorder — розлад мови.
 SPERM — див. SEMEN.
 SPHENOID BONE — основна кістка черепа.
 SPHINCTER — сфінктер, стискач; стискаючий кільцевий м'яз.
 SPHYGMOMETER — сфігмометр; апарат для виміру тиснення крові.
 SPICE — приправа, прянощі.
 SPINAL — спинний.
 — anesthesia — спинне знечуження.
 — column — хребетний стовп.
 — cord (= marrow).
 — fluid — рідина спинного мозку.
 — marrow — спинний мозок.
 — nerve — спинномозковий нерв.
 SPINE — хребет.
 SPLEEN — селезінка.
 SPLENTIS — спленіт; запалення селезінки.
 SPLENOMEGALY — побільшення селезінки.
 SPLINT — шина, лубок, скріпка; пристрій з твердого матеріалу, що забезпечує нерухомість частини тіла або зламаной кістки.
 SPLINTER — скалка, уламок.
 SPLIT — розколювати, розділяти, розщеплювати; розрив.
 SPONDYLITIS — спондиліт; запалення хребців.
 SPONGE — губка; марля.
 SPONTANEOUS — спонтанний, раптовий, невимушений.
 SPRAIN — розтягнення суглоба; розтягнення зв'язок суглоба.

- SPUTUM — флегма, харкотина.
- SQUINT (=STRABISMUS) — ко-
соокість, зизоокість.
- STAPHYLOCOCCUS — стафіло-
кок; збудник нагноєння.
- STARCH — крохмаль.
- STARVATION — голод, голоду-
вання; смерть від голоду.
- STASIS — стаза; застій (крови,
рідини в тканинах).
- STENOSIS — стеноза, звуження,
стягнення проходу.
- STERILE — (1) стерильний, звіль-
нений від мікробів, (2) неплід-
ний, позбавлений здатности за-
пліднювати.
- STERILIZATION — стерилізація,
звільнення від мікробів; знеплід-
нення, позбавлення здатности
запліднювати.
- STETHOSCOPE — стетоскоп, труб-
ка для вислуховання органів.
- STIFF — твердий; здерев'янілий.
- STILLBORN — мертво(на)родже-
ний.
- STIMULANT — стимулянт, збу-
джувальний, збудний засіб.
- STITCH — шво, напр. на рані, роз-
різі.
- STOMACH — шлунок.
— ache — біль шлунка, біль жи-
вота.
- STOMATITIS — стоматит, запален-
ня слизової оболонки рота.
- STOOL — кишкові виділини, кал,
екскременти.
- STRABISMUS — страбізм, косо-
окість.
- STRAIN — натягати, напруження.
- STRANGULATION — задущення;
перетискання, затискання.
- STREAM — струмок.
- STREPTOCOCCUS — стрептокок;
гнійна бактерія, збудник шкар-
лятини, ревматичної гарячки
тощо.
- STREPTOMYCIN — стрептоміци-
на; антибіотик проти різних мік-
робів, зокрема туберкульози.
- STRESS — натиск, напруження,
зусилля.
- STRICTURE — звуження проходу.
- STROKE — удар мозку, кровови-
лив у мозок.
- STUMP — утинок, залишок; час-
тина кінцівки після ампутації.
- STUPIDITY — безглуздя, дурість.
- STUPOR — ступор; заціпеніння,
при якому втрачається орієнта-
ція і контакт з оточенням.
- SUBACUTE — напівгострий стан.
- SUBCONSCIOUS — підсвідомий.
- SUBCUTANEOUS — підшкірний.
- SUBLINGUAL — підязиковий.
- SUBMANDIBULAR — підщелеп-
ний.
- SUBOCCIPITAL — підпотиличний.
- SUBSTERNAL — підгруднинний.
- SUFFER — терпіти.
- SUFFOCATION — задущення.
- SUICIDE — самогубство.
- SULFONAMIDE — сульфонамід;
синтетичний препарат, спромож-
ний нищити деякі мікроби.
- SULFURIC ACID — сірчана кисло-
та.
- SUNBURN — попечення сонцем.
- SUNSTROKE — соняшний удар;
гострий стан ураження мозко-
вих центрів надміром соняшного
променювання.
- SUPERFICIAL — поверхневий.
- SUPINATION — супінація; пози-
ція долоні вгору.
- SUPINE — лежача позиція тіла на
спині, горілиць.
- SUPPOSITORY — супозиторія,
„свічка”; ліки для вживання в
прямій кишці.
- SUPRARENAL GLAND (=ADRE-
NAL GLAND) — надниркова за-
лоза.
- SURGEON — хірург; лікар-спеці-
ліст з хірургії.
- SURGERY — хірургія; ділянка ме-
дицини, що займається лікуван-
ням недуг та ушкоджень опера-
тивними методами.
- SUSPICION — підозріння, підозра.

SUTURE — шво; зшивання рани; нитка для зшивання рани.
SWEAT — піт; пітвіння.
SWELLING — набряк, опух.
SYCOSIS — сикоза, запалення волосяних мішечків.
SYMPATHECTOMY — симпатектомія; видалення вузлів симпатичної нервової системи.
SYMPATHETIC NERVOUS SYSTEM — симпатична нервова система; частина вегетативної або автономної нервової системи.
SYMPHYSIS — симфіза; сполучення двох кісток з допомогою хряща.
SYMPTOM — симптом; зовнішня ознака, прояв недуги.
SYNCOPE — синкопа, непритомність, зомління.
SYNDROME — синдром; сума симптомів, властивих даній недугі.
SYNOVIA — синовія; прозора і слизька рідина, яка змащує суглоби.
SYNOVITIS — синовіт; запалення оболонки суглобового мішечка.
SYPHILIS (=LUES) — сифіліс; інфекційна венерична недуга.
SYRINGE — шприц; прилад для ін'єкцій (впорскувань).
SYSTOLE — систоля; стискання, скорчення шлуночків серця.
SYSTOLIC — систолічний.
— murmur — систолічний шум; шум у серці під час систоли.

T

TABES — табес; третя стадія сифілісу із прогресивним нищенням спинного мозку; може означати також занепад всякого органу.
TACHYCARDIA — тахікардія; прискорене биття серця.
TAPE WORM — солітер; рід довгої глисти.
TAR — дьоготь, рідка смола.

TARSUS — передплесно стопи; група кісток стопи, що з'єднується з гомілкою.
TASTE — смак.
TEAR — сльоза.
— duct — слізна протока.
— gland — слізна залоза.
TEMPLE — висок, скроня.
TENDER — вразливий, чутливий.
TENDINITIS — тендиніт, запалення сухожилка.
TENDON — сухожилок; волокнисте сплетення тканини, що зв'язує м'яз із кісткою або іншою частиною організму.
TENOSYNOVITIS — теносиновіт; запалення оболонки сухожилка.
TENSION — напруження.
TENTATIVE DIAGNOSIS — тимчасова діагноза.
TERMINAL CONDITION — кінцевий стан; передсмертний стан.
TEST — проба, дослід, аналіза.
TESTICLE — сім'яна залоза, мужеське ядро.
TETANUS — правець; інфекційна недуга, спричинювана специфічною бацилою, що розмножується в рані, продукуючи смертельну отруту.
TETANY — судорожні скорочення.
THERAPEUTIC — терапевтичний, лікувальний.
THERAPY — терапія, лікування.
THERMOMETER — термометр.
THIAMIN — тіямін; хемічна назва вітаміну B-1.
THIGH — стегно.
— bone (=femur) — стегнова кістка.
THIRST — спрага.
THORACENTESIS — дренаж грудної клітки; відведення зайвої рідини з грудної клітки.
THORACIC — грудний; судина або орган, що відноситься до грудної клітки.
THORAX — торакс, грудна клітка.
THROAT — горло.
THROMBOANGITIS — запалення

- внутрішньої стінки судини із згустком крові.
- THROMBOCYTE** — тромбоцит, кров'яна платівка; клітина крові, важлива у процесі її зціплення.
- THROMBOPHLEBITIS** — тромбофлебіт; запалення вени із згустком крові.
- THROMBOSIS** — тромбоза; зціплення крові у судині із замкненням її проходу.
— *cerebral* — тромбоза мозкової судини.
- THROMBUS** — тромб, згусток крові.
- THUMB** — великий палець руки.
- THYMUS** — загрудинна або вилючкова залоза; залоза внутрішньої секреції, яка регулює ріст до 16 року, після чого зникає.
- THYREOTOXICOSIS** — тиреотоксикоза; отруєння надміром гормону щитовидної залози.
- THYROID GLAND** — щитовидна залоза; залоза внутрішньої секреції, яка регулює обмін речовин (метаболізм).
- THYROIDITIS** — тироїдит; запалення щитовидної залози.
- THYROXINE** — тироксина; гормон щитовидної залози.
- TIBIA** — великогомілкова кістка.
- TIC** — тик, сипання, ритмічні корчі м'язів.
- TICK** — кліщ.
- TINCTURE** — тинктура, алькогольний розчин медикаменту.
- TINEA** — грибокна інфекція на шкірі.
- TINNITUS** — дзвонення у вусі.
- TIP** — кінець, кінчик, напр. носа, пальця.
- TISSUE** — тканина; група однакових або споріднених клітин, які разом творять певну будову.
- TOE** — палець ноги.
- TONGUE** — язик; орган смаку і мови.
- TONIC** — зміцнювальний препарат.
- TONSILLECTOMY** — тонзилектомія; видалення мигдаликів.
- TONSILLITIS** — тонзиліт, запалення мигдаликів (глянд).
- TONSILS** — мигдалики, лімфатичні піднебінні залози по обох боках горла.
- TOOTH** — зуб.
- TOOTHACHE** — зубний біль.
- TOPICAL** — ліки для зовнішнього місцевого лікування.
- TORTICOLLIS** — перекирвлення шиї.
- TOXEMIA** — токсемія; поширення мікробної отрути кровоносною системою по цілому організмі.
- TOXIC** — токсичний, отруйний.
- TOXIN** — токсина; отруйна речовина рослинного, тваринного або бактерійного походження.
- TOXICOLOGY** — токсикологія; наука про отруйні речовини.
- TOXICOSIS** — токсикоза; недуга, спричинювана отруєнням.
- TRACHEA** — трахея; хрящова трубка, що проводить повітря від гортані до бронхів.
- TRACHEITIS** — трахеїт; запалення трахеї.
- TRACHEOTOMY (TRACHEOSTOMY)** — трахеотомія (трахеостомія), розріз трахеї; операційний акт для введення повітря у легені при замкненні гортані.
- TRACHOMA** — трахома; інфекційна хвороба очей.
- TRANSFUSION** — трансфузія, переливання крові; введення крізь вену крові від іншої людини.
- TRANSPLANTATION** — трансплантація, перещеплення; перенесення органу або тканини з одного місця на інше або з одної людини на іншу.
- TRANSVERSAL** — поперечний.
- TRAUMA** — травма; фізичне або психічне ушкодження.

TREATMENT — лікування, догляд.

TREMBLE — тремтіти, дрижати.

TREMOR — тремтіння, дрижання, напр. пальців, повік.

TRICHINOSIS — трихіноза; інфекція специфічною глистою, яка розвивається у м'язах; переноситься на людину із погано перевареної свинини.

TROPICAL DISEASE — тропічна хвороба.

TRUSS — підв'язка, бандаж, пояс для грижі.

TUBE, FALLOPIAN — фаллопієва труба, маткова труба; яйцепровід від яєчника до матки.

TUBERCLE BACILLUS — туберкульозна бацила; збудник туберкульозу, іноді званий паличкою Коха.

TUBERCULOSIS — туберкульоз; інфекційна недуга, здебільша легень, але також кісток, кишок, нирок і т.д.

— of bone — туберкульоз кістки.

— of lungs — туберкульоз легень.

TULAREMIA — туляремія; інфекційна недуга, що переноситься від тварин, зокрема гризунів.

TUMOR — пухлина, опух, новоутвір.

TWIN — близнюк, двійняк.

TWITCH — смикання, корчення, тремтіння.

TYMPANIC MEMBRANE — барабанна перетинка вуха.

TYPHOID FEVER — черевний тиф; інфекційна недуга кишкового тракту, що переноситься водою і харчами.

TYPHUS — висипний тиф; інфекційна хвороба, що переноситься вошами.

У

ULCER — виразка; ранка на слизовій оболонці.

— of duodenum — виразка дванадцятипалої кишки.

— of stomach — виразка шлунка.

ULCERATION — виразкові ранки на оболонці, а також шкірі, судині, органі тощо.

ULCERATIVE COLITIS — виразковий коліт; виразкове запалення грубої кишки.

ULCEROUS DISEASE — виразкова недуга.

ULTRAVIOLET RAYS — ультрафіолетове проміння; невидиме проміння сонця, також штучне; вживається у медицині.

UMBILICAL CORD — пуповина; сплетення судин, яке в'яже плід з плацентою у матці і через яке проходить кровообмін плоду.

UMBILICAL HERNIA — пупкова грижа (гернія).

UNCONSCIOUS — непритомний.

UNCONSCIOUSNESS — непритомність.

UNDERNOURISHED — недоживлений.

UNDERWEIGHT — недостача ваги.

UNDIGESTED — нестравлений.

UNDULANT FEVER (=BRUCELOSIS) — бруцельоз; інфекційна недуга, яка переноситься від домашніх тварин.

UNILATERAL — односторонній.

UNSAFE — небезпечний.

UNSANITARY — антисанітарний (стан), занечищений.

UPPER ARM — рамія, плече.

UPPER JAW — горішня щелепа.

UPPER LIP — горішня губа.

UREA — сечовина; основний складник сечі; продукт метаболізму білків.

UREMIA — уремія; отруєння сечовими продуктами внаслідок

припинення продукції сечі нирками або затримання сечовиділювання.

URETER — сечовід; сечова протока від нирки до сечового міхура.

URETHRA — сечівник; сечова протока з міхура назовні.

URETHRITIS — уретрит, запалення сечівника.

URGENCY — нагальність, гостра потреба, напр. віддання сечі.

URIC ACID — сечова кислота; кристалічна кислота в сечі, продукт метаболізму нуклеїнів.

URINARY BLADDER — сечовий міхур.

URINATION — сечовиділювання.

URINE — сеча; рідина з метаболічними відпадками, що виділяється з крові через нирки, а назовні через сечовий міхур.

URINE ANALYSIS — аналіза сечі.

UROLOGIST — уролог; фахівець недуг сечових органів.

UROLOGY — урологія; ділянка медицини, що займається недугами сечових органів.

URTICARIA (=HIVES) — кропив'янка; шкірна свербляча висипка, здебільша алергічного походження.

UTERINE — матковий.

UTERUS — матка, ураз; жіночий статевий орган, в якому розвивається плід.

UVULA — язичок; виросток м'якого піднебіння.

V

VACCINATION — вакцинація, щеплення, напр. проти віспи.

VACCINE — вакцина; сироватка для щеплення.

VACUUM — порожнеча, вакуум.

VAGINA — вагіна, піхва; трубоподібний прохід у жіночих статевих органах іззовні до матки.

VAGINITIS — вагініт, запалення піхви (вагіни).

VAGOTOMY — ваготомія; переріз блукаючого нерва; один із методів операції при виразці.

VAGOTONIA — ваготонія; підвищена вразливість блукаючого нерва.

VAGUS — блукаючий (блудний) нерв; найдовший черепномозковий нерв, так званий десятий нерв.

VALVE — заслінка (вентиль, клапан) серця або судини; складається з двох або більшого числа листкоподібних оболонки, які пропускають кров лише в одну сторону.

VAPOR — випар; газоподібний стан якоїсь речовини, хемікалії.

VARICELLA (=CHICKENPOX) — вітряна віспа.

VARICOSE VEINS — варикозні вени, жилляки; хворобливе розширення вен із утворенням вузлів і набряків.

VARIOLA (=SMALLPOX) — віспа; інфекційна вірусова недуга.

VASCULAR — судинний, васкулярний.

VASCULARISATION — проростання кровоносних судин у тканині.

VASELINE — вазеліна.

VASOCONSTRICTION — звуження судин.

VASODILATATION — розширення судин.

VASOMOTOR — судиноруховий нерв; нерв, що контролює м'язи судин, звужуючи або розширюючи їх промір.

VEGETATIVE — вегетативний.

VEGETATIVE NERVOUS SYSTEM (=AUTONOMIC N.S.) — вегетативна або автономна нервова система; складається із симпатичної і парасимпатичної.

VEIN — вена; судина, що відводить кров із тканин і органів до серця.

VEIN

- anonyms — безіменна.
 - basilica — внутрішня підшкірна.
 - cava inferior — долішня порожниста.
 - cava superior — горішня порожниста.
 - serhalica — зовнішня підшкірна.
 - iliac (common, external, internal) — клубова (загальна, зовнішня, внутрішня).
 - jugularis — яремна.
 - mediana — середня.
 - saphena — підшкірна ноги.
- VENEREAL DISEASE** — венерична недуга; інфекційна недуга, що переноситься статевими органами.
- VENOUS BLOOD** — венозна кров.
- VENTILATION** — вентиляція, провітрювання.
- VENTRAL HERNIA** — черевна грижа (гернія).
- VENTRICLE** — шлуночок, напр. серця або мозку.
- VERRUCA (=WART)** — бородавка.
- VERTEBRA** — хребець; кістка хребта.
- VERTEBRAL COLUMN (=SPINAL COLUMN)** — хребетний стовп.
- VERTIGO (=DIZZINESS)** — запаморочення.
- VESICLE** — міхурець.
- VESSEL** — судина.
- VETERINARY** — ветеринарний.
- VICTIM** — жертва, напр. недуги, пошести.
- VINEGAR** — оцет.
- VIOLENCE** — насильство. 2
- VIRGINITY** — дівочість, незайманість, невинність.
- VIRILITY** — змужнілість; статеві спроможність у чоловіка.
- VIRUS** — вірус; невидний у звичайний мікроскоп мікроорганізм найменшого розміру і найпрості-

- шої будови, що складається з одної або кількох молекул; збудник численних недуг.
- VISCERA** — нутроці, внутрішні органи.
- VISION** — зір, бачення.
- VISUAL FIELD** — поле зору.
- VITAL** — життєвий, істотний.
- VITALITY** — життєздатність, витальність.
- VITAMIN** — вітамін; речовина, необхідна для метаболізму, росту і життя організму.
- VITILIGO** — білі плями на шкірі; місцева втрата пігменту шкіри.
- VITREOUS BODY** — склисте тіло ока; прозора густа рідина, що виповнює очне яблуко.
- VOCAL CORDS** — голосові зв'язки; голосові оболонки гортані.
- VOICE** — голос.
- VOLVULUS** — заворот кишок, закрут кишок.
- VOMIT** — блювати.
- VOMITING** — блювання, вомітування.
- VULGARITY** — вульгарність.

W

- WAIST** — стан, талія.
- WALK** — хода, ходити.
- WARD** — відділ лікарні, палата.
- WARMTH** — тепло.
- WARNING** — попередження; ознака.
- WART** — бородавка.
- WATER, DISTILLED** — дистильована вода.
- WATER SOLUBLE** — розчинний у воді.
- WAX** — віск; вушна сірка.
- WEAK** — кволий, слабкий.
- WEAKMINDED** — недоумкуватий.
- WEAKNESS** — кволість, слабкість.
- WEEP** — плакати.
- WEIGHT** — вага, тягар.
- WET** — вологий, мокрий.
- WHEEZING** — дихання з присвистом, хрипіння.

WHIPLASH INJURY — ушкодження м'язів і сухожилків шиї внаслідок травми, напр. удару ззаду.

WHITE BLOOD CELL — білокрівець, левкоцит.

WHITE OF AN EGG — яєчний білок.

WHOOPING COUGH (=PERTUSSIS) — коклюш.

WINDPIPE (=TRACHEA) — трахея.

WISDOM — мудрість.

WOMB (=UTERUS) — матка.

WORM — глиста, хробак.

WORRY — журба, клопіт, тривога.

WOUND — рана.

WRIST — зап'ясток; місце з'єднання передпліччя і кисти.

WRYNECK (TORTICOLLIS) — перекривлена шия.

X

XANTHOMA — ксантома; жовтий нарост на шкірі.

XEROSIS — ксероза; ненормальна сухість шкіри або слизової оболонки.

XIPHOID PROCESS — мечовидний відросток грудної кістки.

X-RAYS — рентгенівське проміння.

Y

YEAST — дріжджі.

YELLOW FEVER — інфекційна жовтяниця; тропічна недуга, що переноситься комарами.

YOLK — яєчний жовток.

YOUTH — юність; період між дитинством і зрілістю; молодь.

Z

ZINC OINTMENT — цинкова масть.

ZOSTER (HERPES) — оперізуючий лишай; міхурчаста висипка по лінії шкірних нервів.

ZOOLOGY — зоологія; наука про тваринний світ.

ZYGOMA (=CHEEKBONE) — вилична кістка; кістка лицевої частини черепа.

Керівник друкарні: Анатоль Домарацький. Складачі:
Ярослав Сидоряк, Роман Ференцевич, Степан Чума.
Верстальник: Мілан Печіва. Наклад: 5 000 прим.
Друковано в друкарні „Свободи”, 81-83 Grand Street,
Jersey City, N.J. 07303. 1970 р.

