

www.detkityumen.ru

Надежда Казакевич. "Я ни секунды не пожалела, что мой выбор пал на педиатрию"

Казакевич Надежда - главный педиатр города Тюмени

Любимое время года - лето и ранняя осень
Любимое блюдо - голубцы
Любимый напиток - кофе
Любимый отдых - на море

Здравствуйтесь, уважаемые читатели. Меня зовут Казакевич Надежда Владимировна, я уже 7 лет главный педиатр этого города, кандидат медицинских наук, и по врачебной специальности я детский аллерголог-иммунолог. Я замужем, очень счастлива в браке, с моим мужем Игорем Михайловичем мы давно живем вместе. У меня трое детей – двое взрослых мальчиков и сын-первоклассник. В этой жизни я люблю двигаться, заниматься спортом, кататься на лыжах и коньках. Мне нравится общаться с семьей и друзьями, готовить для них вкусные блюда, собирать близких мне людей за одним столом.

А как Вы решили стать доктором?

Это очень давняя история. Я этого не помню, но моя мама рассказывала, что когда мне было 2 года, я играла в доктора Айболита. Как только я начала играть в куклы, я стала для них персональным доктором. А в школьные времена мы с одноклассниками посещали Малую Павловскую школу, для нас это было очень интересно. И у нас в школе были хорошие преподаватели, была «сильная» химия, биология, физика, русский, математика. Поэтому не удивительно, что с таким багажом знаний я недолго колебалась в выборе будущей профессии. Хотя одно время я даже подумывала быть журналистом, записалась в школьный кружок журналистики, но видимо писать я хотела не так сильно, как врачевать. Изначально выбор пал на педиатрию, потому что дети – это самое замечательное, что есть в этом мире, это удовольствие от жизни, рождение и здоровье детей заставляет нас двигаться вперед, интересоваться окружающим миром и получать удовольствие от жизни. Только в детях и во внуках мы находим свое продолжение – это наше будущее. Поэтому выбор пал на педиатрический факультет не случайно, и я ни дня, ни секунды не пожалела, что ушла в педиатрию. Мне искренне нравится врачевать, причем в классическом понимании этого слова, о котором говорил Гиппократ: настраиваться на пациента, на его проблему, на семью ребенка. Именно это и отличает педиатра от терапевта – детский доктор работает со всей семьей малыша. И учитывается мнение каждого члена семьи. А в терапии доктор один на один с болезнью пациента. После института, который я закончила с красным дипломом, я с двумя маленькими детьми на руках, работала участковым педиатром на Дальнем Востоке. В начале 90-х я получила специализацию по аллергологии и начиная с 92 года, вопрос аллергических болезней – это моя врачебная специальность. И уже 7 лет я решаю организационные вопросы детства.

А что Вам нравится больше – заниматься организационными вопросами или практическим врачеванием?

Знаете, это немного провокационный вопрос. В работе главного педиатра города совсем другие горизонты – это гораздо интереснее и масштабнее. Но, тем не менее, врачевание тянет. Я помню всех своих пациентов, я бесконечно рада, когда у них что-нибудь получается. И уже сейчас с некоторыми своими пациентами я общаюсь как с коллегами, потому что дети растут, и уже они помогают тебе жить, как свершившиеся личности. Когда мои вчерашние пациенты чего-то добиваются сегодня – это замечательно. Как за нас радовались наши мамы, папы, бабушки, дедушки – так и я радуюсь и горжусь своими пациентами и учениками, которые чего-то добиваются в

жизни.

На сегодняшний день существует мнение, что общий уровень здоровья детей падает. С чем это можно связать?

С этим можно и согласиться, и не согласиться. Общий уровень здоровья сложно померить килограммами, тоннами, ложками. Я бы хотела разделить понимание ситуации. Первое: очень замечательно, что в нашем городе рождается все больше и больше маленьких тюменцев. В этом году показатели рождаемости даже побили рекорд 1985 года - тогда родилось 10 000 малышей, а в 2012 году – 11 000! Мы надеемся, что эта тенденция сохранится еще на многие годы. Это очень хорошо. Как часто болеют дети? Вот здесь никогда не соглашусь, что дети стали более болезненными или даже более больными. Дети стали более обследованными! Начиная с 2007 года, каждый малыш мало того, что 12 раз в год с момента рождения посещает доктора, посещает узких специалистов, так еще и проходит УЗИ всех органов и обследования. Конечно, такие находки выявляют отклонения от нормы, но это позволяет эти отклонения не запустить до состояния серьезной болезни. Не удивительно, что выявленных отклонений стало больше, ведь сегодня применяется современное оборудование. Здоровью подростков так же уделяется внимание – ежегодная диспансеризация, в процессе которой девочки проходят УЗИ, а мальчики посещают уролога-андролога. Но вирусные инфекции – действительно бич современной российской действительности. Я думаю, что каждая мама столкнулась с вирусными инфекциями, когда ребенок пошел в детский сад. Наверное, только одна мама из двадцати скажет, что ее ребенок не стал чаще болеть после того, как начал ходить в детский сад. А остальные 19 согласятся, что дети в детском саду болеют чаще. Но и эта ситуация стандартна, как было 20% часто болеющих детей, так и осталось, просто сегодня к ним иное отношение. Есть возможность защиты детей от вируса, это и вакцинация, и другие меры предосторожности. А еще хотелось бы затронуть вопрос детской медицины. От чего мы никак не защищены, так от проблем с органами зрения. Результаты различных исследований показывают, что в нашем быстроменяющемся мире с большим количеством компьютеров, телефонов, с просмотром телепередач, человеческое зрение не готово к таким нагрузкам. А детский орган зрения тем более не готов, и это действительно беспокоит. В то время, когда зрение ребенка напряжено, естественно, что не формируется мышечный и костный каркас. И на сегодня мы разрабатываем городские и областные проекты, направленные на решение и предупреждение этих проблем.

Вы выделили сейчас несколько основных проблем. Какие вы можете дать советы, чтобы сохранить здоровье детей?

Эти советы просты и сложны одновременно. Родители должны жестко формировать и контролировать распорядок дня своего ребенка. Если не давать ребенку любого возраста долго сидеть перед телевизором, то орган зрения страдать не будет, а школьная нагрузка, какая бы сложная она ни была, нормальна для детей. Но когда совмещается и школьная нагрузка, и домашнее просиживание напротив экрана, это наносит вред органу зрения ребенка. Поэтому и надо уметь организовать собственному ребенку разнообразные и полезные занятия. Безусловно, гораздо проще, если ребенок тихонько сидит за компьютером и не беспокоит родителей. Но правильнее стимулировать детей к движению, развитию. Вспомните себя в детстве? Самое страшное наказание – если родители не пускают гулять. А сегодня отлучение от средств связи гораздо страшнее. Дети стали меньше гулять, меньше носиться по улице. Ребенок должен приходить с улицы уставший, счастливый, с порванными штанами, в грязной рубашке, потому что это детство. Не надо поощрять тихое сидение в своей комнате. Стимулируйте ребенка на движение, играйте с ним в футбол, волейбол, бегайте – это и для здоровья полезно, и весело всем членам семьи. Еще родителям важно следить за тем, как сидит их ребенок. Конечно, это очень сложно, но это необходимо. И каждый родитель должен быть заинтересованным в здоровье собственного ребенка. Нельзя ни в коем случае отмахиваться от проблем. Всем родителям кажется, что именно их минует печальная участь лечить своего ребенка, что все проблемы обойдут их семью. Но, как педиатр скажу, что это не так. Все более прозаично – проблемы могут коснуться любую семью. И если есть хоть какое-то подозрение на болезнь, то надо сразу же обращаться к специалисту. Еще один важный вопрос – рациональное питание детей. Это и анемии, и рост детей с избыточной массой тела. Прошли те времена, когда дети недоедали. Об этом нужно в первую очередь заботиться родителям. Ведь все начинается дома, все проблемы приходят из дома и решение проблем уходит тоже в дом. Доктор выступает консультантом, он может дать высококвалифицированный совет,

но контролировать каждый шаг он не сможет физически.

Часто ли вы общаетесь с родителями, даете советы такого плана?

В силу своей деятельности я часто общаюсь с жителями города. Мы встречаемся на онлайн - конференциях, люди задают мне вопросы на сайтах, звонят по телефону. Есть обратная связь, родительские собрания, на которые меня приглашают, прямые эфиры, статьи в газетах. Я не могу сказать, что такое часто или что такое редко, когда речь идет об охране детского здоровья. При любом удобном случае я готова разговаривать с родителями по всем интересующим их вопросам. Но некоторые родители готовы разговаривать, слушать и применять все советы, а некоторые не готовы это делать. Мы проводили анкетирование родителей в рамках проекта «Здоровая школа» и задали людям банальный вопрос: «Какое любимое блюдо Вашего ребенка?» Более 40% ответили – сосиска с макаронами. Четверть семей сказали, что в кафе быстрого питания, фаст-фудах, они проводят выходные. Причем 100% сказали, что знают, что такое здоровый образ жизни, но лишь 40% сказали, что придерживаются его. Неужели это правильно, кормить детей сосисками и баловать их гамбургерами? Поэтому я всегда готова к диалогу с родителями, чтобы статистика показывала нам более позитивные ответы. Надо быть открытым со своим ребенком, стараться понимать его, это поможет избежать многих житейских проблем. И, что самое главное – сохранить здоровье себе и своим детям. Потому что только наши дети смогут поддержать нас в старости.

Анализ сайтов для родителей показывает, что мамы озадачены вопросом детского иммунитета, многие задаются вопросом, как его поднять.

Я согласна с тем, что родители озадачены этой проблемой. Но ведь есть мода в медицине только так же, как и в одежде. Слова аллергия, иммунитет, иммуномодуляторы, дисбактериоз, в медицинском сообществе сейчас в моде. В некоторых случаях, такие разговоры – дань моде, а в некоторых – результат недостатка информации. И когда я выхожу на форумы и читаю переписку мам, то мне хочется встать на самую высокую точку в городе, собрать все микрофоны и громко сказать: «Уважаемые мамы! Не переписывайтесь со своими приятельницами в интернете, лучше посмотрите, чем занимается в это время ребенок! Если вы сидите перед экраном ночью, то лучше идите спать!» Пожалуй, для семьи это будет более полезно. А делиться в интернете своими домыслами, не всегда достоверными – это не правильно. Вопросы иммуномодуляции это вопросы очень серьезные. И как врач я могу сказать, что даже поливитамины должны назначаться по жизненным показаниям, а не по совету подруги. Вдумайтесь, что такое жизненные показания – это когда организм выбирает между жизнью и смертью. Когда ребенок болеет, то, прежде всего надо обратиться к врачу, выяснить причину, а не покупать самостоятельно препараты в аптеке. Дети должны болеть, но не очень часто и не тяжело. По поводу иммуномодуляторов скажу, что нет универсальной таблетки, которая поможет всем вокруг. Только родительское внимание и забота, только высококвалифицированный совет специалиста могут защитить здоровье ребенка. Интернет – это замечательное место общения, но главное, чтобы это не подменяло реальную заботу о детях

Верите ли Вы в народную медицину?

Я к этому отношусь двояко. Как аллерголог, я видела массу случаев аллергических реакций на мед и продукты меда, реакции на травы. Я не могу ничего сказать против йоги, иглорефлексотерапии, философии восприятия здорового образа жизни. Но это сложно назвать медициной, скорее, это советы, проверенные веками. Никакие народные советы не заменят посещение врача.

Как во время эпидемий гриппа защитить своего ребенка от болезни?

Это вопрос – как не заболеть. Прежде всего, не сталкиваться с больными, как можно меньше ходить в кино, театр, кафе. Не пользоваться общественным транспортом, а предпочитать личный автотранспорт. Необходимо ограничить количество гостей с вирусами, это поможет избежать болезни, как для детей, так и для взрослых. И кроме этого, должна быть обязательная прививка. Бесспорно использование фитонцидов – это резкий запах лука и чеснока. И, конечно же, необходима консультация Вашего доктора. В качестве профилактики можно использовать поливитамины. Не забывайте о рациональной одежде – если в сандалиях гулять по снегу, то риск

заболеть возрастает в разы.

Что Вы можете сказать по поводу создания Единого лабораторного центра? Как Вы к этому относитесь, и какие можете выделить плюсы?

Единый лабораторный центр – это хороший мировой опыт. Открытие центра позволит получать более точные результаты анализов, сократит время их получения. В центре будет использовано современное оборудование. Безусловно, это очень хорошо для нашего города.

Что для вас счастье?

Для меня счастье – это радость. А радостью является ожидание чуда, улыбка ребенка, добрый взгляд друзей, понимание мужа, солнечная погода, хорошая еда. Наверное, жизнь – это и есть счастье, желание жить и двигаться вперед.

С Надеждой беседовала Ольга Чепик

14 февраля 2013 г.

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/interesno/category440/1530/