Общероссийский День Рассеянного Склероза пройдет в Сургуте 11 июня

11 июня 2015 года в России шестой раз проводится Общероссийский день рассеянного склероза. Цель этого события – как можно больше привлечь внимание человечества к проблемам пациентов, уже страдающих таким неизлечимым неврологическим заболеванием.

Рассеянный склероз (РС) – это хроническое заболевание, которое поражает головной и спинной мозг. Наиболее часто оно возникает у молодых активных людей в возрасте от 18 до 40 лет, поэтому не стоит путать со «старческим склерозом» и рассеянностью внимания. Причиной заболевания является неправильная работа иммунной системы. Эта болезнь довольно распространенная и занимает второе место, по причинам неврологической инвалидности молодых людей (после травм). В среднем диагностируют 20-30 случаев болезни на 100 тысяч населения. В России рассеянным склерозом болеет более 200 тысяч человек.

Существует интересная закономерность: чем дальше от экватора, тем выше процент заболеваемости. Люди в северных регионах болеют намного чаще (70 случаев на 100 тысяч). Это связывают с недостаточным количеством витамина D, который вырабатывается в организме человека при воздействии солнечных лучей. Женщины болеют в 2-3 раза чаще, чем

мужчины. Но при этом они легче переносят болезнь.

Существуют факторы, которые могут спровоцировать появление заболевания:
• Генетическая предрасположенность – наличие измененных генов
• Сильные стрессы
• Вирусные и бактериальные заболевания
• Нехватка витамина D

Заболевание развивается постепенно. На первых этапах оно ничем себя не проявляет. Это объясняется тем, что здоровые клетки мозга берут на себя функцию пораженных участков. Самые первые признаки появляются тогда, когда поражено уже около 50% нервных волокон. На этой стадии заболевания у больных возникают следующие жалобы:
• Одно или двустороннее нарушение зрения
• Боль и двоение в глазах
• Чувство онемения и покалывания в пальцах
• Снижение чувствительности кожи
• Мышечная слабость
• Нарушение координации движений

Со временем появляются и другие признаки заболевания.
1. Спазм и болезненные ощущения в мышцах.
2. Задержка мочеиспускания и запоры.
3. Изменения в сексуальной жизни.
4. Повышенная утомляемость при выполнении физических действий.
5. Нарушения поведения и снижение интеллекта.
6. Неврозы, эмоциональная неустойчивость, чередование депрессии и эйфории.
Состояние многих больных временно ухудшается после приема горячей ванны, пребывания в жарком помещении, во время подъема температуры. Это необходимо учитывать и стараться избегать перегрева, который может спровоцировать приступ.

Для профилактики обострений у больных рассеянным склерозом рекомендуют:
• Избегать стрессов и умственных переутомлений;
• Физические нагрузки должны быть регулярными (занятия спортом), но не изнуряющими;
• Отказаться от алкоголя и курения;
• Правильно питаться, не злоупотреблять жирными продуктами;
• Нормализовать свой вес;
• Не перегреваться;
• Не пользоваться гормональными контрацептивами;
Такие меры помогут уменьшить проявления болезни.

Правильная и своевременная постановка диагноза позволяет обеспечить больному человеку долгие годы полноценной и активной жизни. Поэтому при появлении одного или нескольких неврологических симптомов, перечисленных выше, необходимо обратиться к врачу.
Будьте внимательны к себе и близким. Не стесняйтесь обращаться к специалистам.
Материал подготовлен на основе информации открытых источников

БУ «Центр медицинской профилактики» филиал в г. Сургуте