



*Mens sana in corpore sano» -
надо стремиться к тому,
чтобы в здоровом теле был
здоровый дух.
Римский поэт Ювенал*

Эффект Кашпировского или «волшебная сила» Интернета

В далёком 1989 году в эфире телестудии «Останкино» вышли 6 передач под названием «Сеансы здоровья врача-психотерапевта Анатолия Кашпировского». Посмотрели их в СССР в общей сложности около 300 млн человек. Затем на экранах телевизоров появился Алан Чумак, ставший также одним из самых известных в стране телевизионных деятелей. Сегодня многие уже забыли о тех временах, когда почти все по вечерам усаживались напротив экрана телевизора и слушали Кашпировского с его знаменитой фразой: «Даю установку на добро!» Другие не менее активно ставили перед экраном 3-х литровые банки с водой, а также кремы и мази, чтобы «целитель» Чумак зарядил их, не произнося при этом ни слова и делая пассы...Так обычно проходили сеансы врача психотерапевта Кашпировского и спортивного журналиста Алана Чумака. Почему тогда им так слепо верили? На этот вопрос в полной мере трудно ответить даже по прошествии стольких лет. Совершенно очевидно: это не только «феномен Кашпировского и Чумака», но и факт социальной психологии, возникший на пике волны гласности и отсутствия цензуры. Но, как бы то ни было, важным моментом остаётся вера наших сограждан в мнение родных, знакомых или даже вообще посторонних лиц, находящихся в зените общественного внимания, но не дипломированным врачам. И тут, для того, чтобы продолжить разговор на эту тему, уместно вспомнить такой термин как комплаенс (англ. «compliance» - согласие). То есть, приверженность лечению, назначенному врачом (согласие вовремя принимать лекарство и в полной дозе, следовать рекомендованной диете и образу жизни). И при этом не сетовать, что «его врачи лишили последней радости в жизни», а настроится на выздоровление.

Но, к сожалению, с приходом интернета в нашу жизнь, всё чаще и чаще медики сталкиваются с самодиагностикой и самолечением части населения. А когда состояние резко ухудшается, то за помощью идут к врачам. **Поэтому хочу привести тоску зрения на самодиагностику и самолечение заместителя главного врача по организационно-методической работе поликлиники №2 Ставрополя Елены Инютиной.**

«Времена лечения оптом массового телезрителя от многих хворей канули в лету, но «свято место пусто не бывает» ... На смену «феномену Кашпировского и Чумака» пришли блогеры из Интернета, модные дизайнеры и «звезды» гламурных журналов, народные целители и навязчивая реклама от фарминдустрии. Там, где доступна Всемирная паутина, ускоренными темпами

растут сайты о медицине и здоровье. Но врачи предупреждают: относитесь с большой осторожностью к содержащейся на них информации».

Сейчас стали много говорить о телемедицине. А самолечение, с точки зрения врача, безопасно или нет?

«Телемедицина реально имеет очень мало общего с сайтами целителей от всех болезней. Телемедицина предполагает дистанционное консультирование профессионалами на основании уже имеющихся результатов обследования, назначенного врачами. Что же качается интернета... Зайдите на первый попавшийся сайт с предложениями пройти бесплатное обследование. Честно ответив на добрую сотню вопросов, вроде "болели ли в детстве паротитом?", или "бывают ли головные боли?", или "есть ли одышка при нагрузках» и «не кружится ли голова при подъеме по лестнице» вы получите целый список предполагаемых диагнозов. Однако создатели подобных диагностических систем, не призывают немедленно лечиться по их рекомендациям, а советуют всё же обратиться к специалистам. Да и точность диагноза у этих систем лишь 60-70%. Простые пользователи оценивают такие системы как "забавные", а более доверчивые заявляют, что полученный диагноз очень близок, или полностью соответствует реальному. Медики подобные системы характеризуют как "относительно пригодные для начальной диагностики", благодаря им можно посчитать самые простые параметры: индекс массы тела, риск развития сердечно-сосудистых заболеваний и т.д., но тут же предупреждают, что виртуальное обследование не заменяет визита к реальному врачу. Ведь только он может собрать воедино и проанализировать всю имеющуюся разрозненную информацию и принять решение о назначении лечения. Виртуальный "консультант" никогда не заменит настоящего врача.

В последнее время, из-за доступности литературы по лечению и отсутствия соответствующей статьи в уголовном кодексе, распространилось множество всяких «гипнологов», «суггестологов», а также «целителей», «йогов», «экстрасенсов», наносящих огромный ущерб физическому и психическому здоровью людей, серьезно подрывающих при этом авторитет профессиональной медицины.

Самый действенный способ проверить возможные варианты предполагаемых интернетной тест-системой заболеваний - обратиться к участковому врачу. Увы, не исключён и вариант консультации при обращении в аптеку. К сожалению, там не так уж сложно получить совет приобрести «прекрасное импортное лекарство», правда за весьма солидную цену. Хотя и это вполне понятно, аптекам тоже надо зарабатывать себе на жизнь.

В реальной, а не виртуальной медицине существуют регламентируемые принципы диагностирования - осмотр, взятие анализов, определенные дополнительные исследования. Тем более, что за развитием болезни всегда важно наблюдать в динамике, только так можно предотвратить развитие осложнений».

Какие моменты на Ваш взгляд, следует особо отметить с точки зрения практикующего врача?

«1. При обращении в интернет за консультацией к конкретному специалисту (есть и такая услуга) подумайте: кто по ту сторону сетевой линии общается с вами? Посмотрите, есть ли сертификат, какой стаж работы, категория, есть ли учёная степень. И даже при соблюдении всех этих условий часто трудно понять, дилетант или специалист сидит за компьютером на другом конце линии.

2. Не забывайте, что, предлагая обратиться в ту или иную клинику (или принять какой-то препарат), интерактивные консультанты прежде всего отошлют вас к своим спонсорам. Будьте внимательны, когда почувствуете, что вам что-то настойчиво навязывают!

3. Увы, "сайты здоровья" изобилуют рекламной информацией о медицинских учреждениях, центрах, клиниках, фирмах. Должны же разработчики подобных сайтов откуда-то получать свою зарплату. В дополнение хочу сказать, что считаю оправданным правило не выдавать больному лекарства без рецепта врача. Это общепризнанная международная практика. Между тем, многие покупают медикаменты через интернет-магазины, принимают лекарства с прямо противоположным действием. Такой бесконтрольный прием препаратов может причинить здоровью непоправимый вред.

4. Степень достоверности и явной пользы для здоровья, от рекламируемых на многих сайтах медикаментов, снадобий и пищевых добавок, равна той, что публикуется и во всех других СМИ. Главное – это продать. Поэтому можно и должно проверить, и перепроверить достоверность предложений и отзывов на сетевых форумах.

5. Доверять или не доверять сведениям, на экране монитора --личное дело каждого. Все зависит от здравомыслия и образованности пользователя. Тем не менее, есть случаи, когда попытки пополнить знания о собственной болезни приводили к фатальным последствиям, например, пациент несколько месяцев «поднимал уровень гемоглобина» народными средствами, а у него между тем фатально развивалась опухоль толстого кишечника. И таких случаев довольно много. Кто же поручится, что будет "после" консультации по интернету? Никто!

_6. В тоже время, врачи за общение между профессионалами через интернет. Подобный обмен опытом и новостями приносит несомненную пользу и способствует прогрессу в медицинской сфере. Во многом это и есть разновидность телемедицины, но эффективна она только для профессионалов!»

29.01.2021

**Подготовил Игорь Долгошеев
врач – методист ГБУЗ СК «СКЦОЗиМП»**