

ВАЛЕНТИНА ЕФРЕМЕНКО

В XXI веке болеть не обязательно

ТРИ ФОКУСА ВАШЕГО ВНИМАНИЯ



Валентина Ефременко

**В XXI веке болеть
не обязательно. Три
фокуса вашего внимания**

«Издательские решения»

Ефременко В. Е.

В XXI веке болеть не обязательно. Три фокуса вашего
внимания / В. Е. Ефременко — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-835550-9

Неподготовленному человеку, столкнувшемуся с расстройством
здоровья, очень важно понять, что случилось с его здоровьем,
суметь сохранить спокойствие и, вместе с врачом, проложить курс
на выздоровление. Здесь имеются нюансы. Книга о том, что следует
знать о современной медицине, чтобы не «зациклиться» на болезни.

ISBN 978-5-44-835550-9

© Ефременко В. Е.
© Издательские решения

Содержание

Глава 1. Человек пришёл в больницу...	6
Конец ознакомительного фрагмента.	8

В XXI веке болеть не обязательно Три фокуса вашего внимания

Валентина Ефременко

© Валентина Ефременко, 2017

ISBN 978-5-4483-5550-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

«Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля». А. Шопенгауэр

Глава 1. Человек пришёл в больницу...

«Визит к врачу нередко мучительнее, чем его причина». Борис Кригер

Хорошо. Не сам пришёл. Направили. Привезли... Не в больницу, а в поликлинику...

За что, спрашивается?! Или ДЛЯ чего? Человек, чаще всего, попадает в лечебные учреждения не по доброй воле. Прихватило...

Если «прихватило», то, вероятно, Вы до этого момента не так уж много уделяли внимания и времени своему здоровью. (Трудоголизм хорош для Вашего руководства, но не так полезен Вашему организму!)

Самое интересное, что когда «прихватило», – лучший момент для того чтобы начать уделять внимание здоровью, но не тут-то было, мы, по незнанию, передоверяем это врачу. «Доктор, что скажете? Что мне делать?» И вместо того, чтобы заниматься здоровьем, мы вместе с доктором занимаемся болезнью.

«Если исправно платить врачу, болезнь может стать хронической».

Автор неизвестен

Что получается? Мы не уделяем внимание своему (личному!) здоровью, когда здоровы и не уделяем его, когда больны. **А Вы действительно хотите быть здоровыми?**

ПОЧЕМУ ТАК ПРОИСХОДИТ?

Оплошности воспитания

К сожалению, большинство из нас с детства редко учили беречь здоровье. Беречь книги, одежду, обувь, честь и девственность учили чаще. Здоровье у нас принято считать не заслугой человека, а подарком Судьбы. «Халявой», простите. И отношение к здоровью у большинства людей соответствующее – «Бог дал, Бог взял». Культура здоровья только-только приходит в нашу жизнь. Не модны вредные привычки, в фаворе спорт, фитнес, «правильное» питание...

Особенности системы здравоохранения

Так получилось, что в нашей стране преобладает «Болезнь-центрическая» философия, т.е. в центре внимания поставлена болезнь. Нас от неё страхуют, нас с ней лечат и жалеют, нам сочувствуют, от нас отмахиваются, на нас зарабатывают. Бюджеты учреждений здравоохранения прямо пропорциональны числу больных людей, и не один руководитель не будет стремиться сокращать свой бюджет. Здоровый человек не интересен системе здравоохранения. Он вызов для неё. «Нет здоровых, есть не дообследованные!» Он «как доллар в чужом кармане».

«Наташка была практически здорова, пока врач не узнал, что она финансовый директор».

А вот больной человек – топливо для системы. Хронически больной – постоянная доходная часть бюджета! Степень эффективности работы системы – её коэффициент полезного действия – тот максимум, который она способна выжать из одного обратившегося. Мне довелось быть в поликлинике, где надо было получить лекарство по бесплатному рецепту. 5 разных очередей, 6 специалистов и 2 часа времени! День прошёл не зря. В случае заболевания – всё ещё живописнее. Существуют медико-экономические стандарты, которые с одной стороны, не позволяют что-либо упустить из виду, с другой – «освоить» необходимую сумму, занять необходимое количество специалистов.

Ожидать, что система здравоохранения будет стремиться искоренить болезни и свести количество больных к нулю – утопия! У системы другие задачи: снижать смертность от того или иного заболевания, сокращать продолжительность и стоимость лечения...

«Искусство медицины состоит из трех элементов: болезнь, больной и врач». Гиппократ

Для чего Вам эта информация? Она может помочь Вам понять, какие перспективы перед Вами открывает это Ваше «прихватило». А перспектив, собственно, не так много.

Либо Вы возьмёте своё здоровье под свой контроль и будете сами заниматься своим оздоровлением. Не без помощи врачей.

Либо Вашу болезнь возьмёт под контроль система здравоохранения и будет заниматься Вашим лечением. Год за годом... (И со временем Вы заметите, что Ваши налоговые отчисления в ФОМС, станут намного меньше, чем его затраты на Ваше лечение.) Выгода, однако!

Мне очень жаль, но других вариантов нет. «И от бабушки ушёл, и от дедушки...» только в сказке.

Система возьмёт Вас «тёпленькими», и «под белые ручки» так, что не успеете понять, как это произошло. Пока Вы будете напуганы тем, что Вас «прихватило», Вас встретят безрадостные лица в регистратуре, в коридорах, врач, со спокойной уверенностью профессионала, парой фраз «поставит Вас на место», добавит «веры в выздоровление».

«К врачу идём за перспективами жизни, а от врача уходим с перспективами смерти». Валерий Афонченко

И вот Вы уже с рецептами и направлениями, по-прежнему не понимая, что с Вами, сидите в очередной очереди... И Ваше состояние называется стресс. А это значит, что Ваша способность критически мыслить резко снижена. И говорит о том, что свою волю, в той или иной степени, Вы уже передали врачу: делаете то, что говорит врач, проходите обследования, сдаёте анализы, получаете лечебные препараты и процедуры, обсуждаете действия врача с «коллегами» по палате или очереди.

На то и рассчитано, чтоб не мешали врачу «делом заниматься». Он занят!

С точки зрения лечащего врача это очень правильно. И с точки зрения экономии времени. «Не царское это дело» объяснять больному, что с ним случилось и для чего нужно то или иное обследование или манипуляция. «Упал, отжался!»

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.