

16 июня — День медицинского работника

Сергей НОСКОВ: Главная задача врача — избавить больного от страданий

Как изменилась медицина за прошедшие годы? Почему, несмотря на низкие зарплаты, конкурс в медицинский университет по-прежнему высокий? Бывает ли у врачей профессиональное выгорание?

Как должны строиться отношения врача и пациента? Об этом и многом другом накануне Дня медицинского работника мы беседуем с профессором, доктором медицинских наук, заведующим кафедрой госпитальной терапии с профпатологией ЯГМУ Сергеем Носковым

В лодке судьбы

— Сергей Михайлович, почему вы пошли в медицину?

— Честно скажу, после окончания школы у меня не было профессиональных предпочтений. Собираясь поступать в МГУ. В «списке» были и математика, и физика, и биология... Но передумал и по совету мамы, врача-окулиста, подал документы в Ярославский медицинский институт. Все остальное в жизни — воля провидения или случая. Я глубоко убежден, что каждого из нас по жизни что-то (или кто-то) ведет. Так вот этот кто-то явно заботится о нашей судьбе, предупреждает о грядущих неприятных событиях как минимум два раза. Надо научиться распознавать эти сигналы — а колокол звонит зачастую громко — и спокойно плыть в лодке судьбы, не сопротивляясь течению.

— Почему именно ревматология?

— Мне с первого курса просто учиться «на отлично» было скучно. У нас с Кириллом Пшенисновым, сейчас пластическим хирургом, шло негласное соревнование, кто освободится от большого количества экзаменов по результатам текущей успеваемости. Свободное время можно было отдавать научным исследованиям. Это было очень интересно! Например, с профессором Воловенко на кафедре нормальной физиологии мы обнаружили связь успеваемости студентов с группой крови. Выяснилось, что больше всего отличников было с 1-й группой крови. Планировалась аспирантура, но судьба распорядилась иначе, и я оказался терапевтом в Большесельской больнице.

— Вам, наверное, было неинтересно?

— Что вы! Наоборот, работать в практическом здравоохранении было очень здорово, каждый рабочий день приносил огромное удовлетворение от своей нужности и полезности. Но потом мне предложили заняться научными исследованиями в области ревматологии и биохимии. И это определило мое будущее. Через 5 лет после окончания вуза я защитил кандидатскую диссертацию, а еще через 5 лет — докторскую. И вот уже более 20 лет веду кафедру госпитальной терапии. Это совершенно великолепное триединое состояние: одновременно занимаешься интересными больными, работаешь с любимыми студенческими группами, выращивая маленьких звездочек, которые затем становятся клиническими светилами, и продолжаешь научные исследования.

Новые методы

— Вы работаете уже много лет. Что изменилось за это время в медицине?

— Многое. Прогресс не стоит на месте, медицинская наука все время движется вперед. По технологиям консервативного лечения мы ни на толику не уступаем западному миру. Наперегонки с признанными авторитетами в ревматологии разработали иммуносупрессивные методы лечения ревматоидного артрита, клеточные технологии лечения остеоартрита. Ощущение, что ты решаешь важные проблемы ревматологии параллельно с передовой мировой наукой, — важный компонент мо-

рального удовлетворения. Но есть и отрицательные тенденции. Раньше врач был нацелен на помощь страдающему больному. А сейчас самым главным считается найти болезнь, то есть поставить диагноз, и попытаться ее лечить. При этом самочувствие больного уходит на второй или даже на третий план. Особенно явно это бросается в глаза в отношении паллиативной медицины. А ведь истинная задача паллиативной помощи не лечение, а облегчение безнадежному пациенту невыносимо тяжелой жизни! Задача любого врача — облегчить состояние больного, а затем уже ставить диагноз и лечить болезнь. Кстати, больные, как правило, безошибочно определяют квалификацию своих врачей. Чисто интуитивно понимают, какой доктор лучше.

— Бывает ли у врачей профессиональное выгорание? Как, по-вашему, его избежать?

— Мне трудно говорить об этом, так как сам я с такой проблемой не сталкивался. Мне исполнилось шестьдесят, а ощущения такие, что я еще серьезно и не работал, что все еще впереди. Какое тут выгорание...

Регалии здесь ни при чем

— Как вы считаете, должен ли уважающий себя врач защитить кандидатскую или докторскую диссертацию? Пациентам лучше идти к врачам с регалиями?

— Диссертации нужны сотрудникам, занятым в сферах науки и преподавания. Практическому врачу диссертация не нужна. Его профессионализм подтверждается категорией, должностью и записями в книге благодарностей или отзывами в Интернете.

— Почему, на ваш взгляд, конкурс в медицинский университет по-прежнему запредельный, если, как говорят, у врачей низкие зарплаты? У всех привилегии?

— Доходы (заметьте, не зарплата) у врачей никогда не были

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

Если считать профессию практикующего врача основной — тогда наука и преподавание для меня исключительно интересное хобби, поглощающее большую часть времени суток.

низкими. Мы привыкли работать на 1,5 или 2 ставки, дежурить по 2 — 3 раза в неделю. Сейчас наплыв в медицинские вузы связан с надеждами на дальнейшее улучшение материального обеспечения врачей. Все знают, что во всем цивилизованном мире врачи — одна из наиболее обеспеченных социальных групп. Но большинство не догадываются, что медицина еще и одна из самых интересных и загадочных профессий.

— Что бы вы хотели пожелать начинающим докторам? Какие бы дали советы молодым специалистам в области медицины?

— Самое плохое, что есть в врачебной среде, — стремление повысить свою значимость в глазах конкретных больных посредством критических высказываний в сторону других специалистов. Я никогда не позволял себе недостойных отзывов о других врачах, если даже и видел их недостатки. Это основы нашей профессиональной этики, которые, к сожалению, часто нарушаются. Надо любить своих близких, своих больных, своих коллег. Надо работать так, чтобы каждый день хотелось бежать в клинику. Все остальное вторично.

Не надобно иного образца...

— Я слышал, что вы регулярно занимаетесь спортом. Какой у вас объем ежедневной физической нагрузки?

— Любовь к физическим нагрузкам мне привил выдающийся легкоатлетический тренер Вадим Николаевич Зюзин. Дословно помню его слова, что достичь успехов в спорте может только школьник, успевающий на «хорошо» и «отлично». Двоячник никогда из-за своей лени не будет способен к регулярным тренировкам. В Ярославском медицинском институте раньше практически все профессора были мастерами спорта или как минимум перворазрядниками.



Сергей Носков.

— Что вы считаете стандартами современного активного образа жизни?

— Абсолютно для всех людей они предусматривают высокую ежедневную физическую активность, на поддержание которой времени нельзя жалеть. Лично для меня от 10 до 20 километров ежедневно бегом или на лыжах — это уже привычка. Велосипед и плавание входят в летний арсенал. Сотрудники моей кафедры в основном следуют моему примеру. Как в «Горе от ума» Грибоедова: «Не надобно иного образца, когда в глазах пример отца...».

— А какой уровень физической нагрузки и другие рекомендации по образу жизни вы можете дать нашим читателям, в том числе и для предотвращения ревматологических заболеваний?

— Совет по сохранению высокого уровня физической активности прост. Каждый день от 1 до 1,5 часа надо активно «убивать» свои мышцы любыми доступными методами физических нагрузок. Каждое утро тело (плечи, кисти, стопы, колени, бедра или поясница) должно болеть. Если вы проснулись, и у вас ничего не болит, значит, вы не умерли, а день накануне был прожит напрасно. Наше физическое здоровье подобно оконному цветку, за которым можно ухаживать целый год, а загубить за одну неделю без полива. Прервать физические нагрузки очень просто, а вновь выйти на прежний уровень — очень тяжело. Поэтому, чтобы не испытывать лишних трудностей, лучше физические тренировки не прерывать вовсе.

— И в заключение: кого вы считаете «героем нашего времени»?

— В своей жизни мне приходилось общаться со многими замечательными людьми как в профессиональном, так и в житейском плане. Но «герои нашего времени» для меня — это женщины коллектива нашей кафедры. Я преклоняюсь перед их способностью стойко переносить удары судьбы. Оставшись по разным причинам без мужей, они каждодневно совершают подвиг, в одиночку воспитывая замечательных детей, выполняя колоссальную профессиональную нагрузку (трое даже защитили докторские диссертации). При этом они остаются такими же душевными, искренними и очень красивыми.

Антон ЯКОВЛЕВ
Фото из архива Сергея Носкова

НАШЕ ДОСЬЕ

Профессор, кандидат и доктор медицинских наук Сергей Носков окончил с отличием лечебный факультет Ярославского медицинского института. После обучения в аспирантуре на кафедре госпитальной терапии продолжил работу в качестве ассистента. С 1996 года заведующий кафедрой. Автор 260 научных работ, 5 изобретений. Подготовил 20 кандидатов и 4 докторов наук. Увлечения: спорт, музыка, театральные постановки и фильмы своей молодости. Ни разу в своей жизни не пробовал спиртное.