

## 11 ФЕВРАЛЯ — ДЕНЬ ТЕХ, КТО ЕЖЕДНЕВНО ИСПЫТЫВАЕТ БОЛЬ И СТРАДАНИЯ



Этот день стал отмечаться не так давно — с 1993 года по инициативе Папы Римского Иоанна Павла Второго. Такая идея пришла ему в голову, скорее всего, из-за того, что у него сильно ухудшилось состояние собственного здоровья, стала прогрессировать болезнь Паркинсона, и он на себе стал испытывать все негативные моменты жизни с этим тяжелым недугом. Он составил документ, в котором советовал всем работникам медицинских учреждений, осуществляющим уход за больными людьми, не забывать о том, что от качества их работы зависит очень многое, в том числе успех всего лечения.

Существует легенда, по которой именно в этот день в городе Лурд во Франции произошло явление Богоматери Лурдской, которая считается помощницей и защитницей тяжелобольных людей. Первой, кого она исцелила, была маленькая девочка Бернадетта. Она с раннего детства страдала от различных болезней и была очень слабой, но после — быстро поправилась. Этот день долго почитался только сторонниками католической веры, но с 1993 года он стал отмечаться во всем мире людьми разного вероисповедания.

### Здоровье души и тела: как жить, если оно под угрозой?

Можно сказать, что в какой-то мере этот день является противоположностью другого праздника — Всемирного дня здоровья, который отмечается 7 апреля. Однако пока человек здоров и радуется активной жизнью, его мало волнует тот факт, что есть люди, которые ежедневно испытывают боль, дискомфорт, страдания, и не могут обойтись без лекарств. Как ни странно, но заботиться о больных и помогать им справиться с их недугом люди чаще начинают в тех случаях, когда здоровье их собственного тела оказывается под угрозой и появляются признаки серьезного заболевания. Очень часто различные благотворительные общества и акции для больных раком, лиц, перенесших инсульт или страдающих от тяжелых сердечных болезней, пороков, физических дефектов, организуют и проводят такие же больные люди. Здоровым же кажется, что благополучие длится вечно, боль и тяжелые болезни их никогда не коснутся.

В этот день во многих странах проходят различные акции, благотворительные концерты, по телевизору можно увидеть документальные и художественные фильмы, в которых показана истинная жизнь людей, страдающих от различных тяжелых болезней и ежедневно испытывающих боль, страдания, вынужденных каждый день пить лекарства. В этот день принято уделять внимание работе не только медицинских работников, врачей, медицинских сестер, которые ежедневно лечат людей, но и тем, кто не имеет медицинского образования, но по доброй воле занимается уходом за больными, помогает им в их нелегкой жизни. Это младший медицинский персонал (санитарки), сестры милосердия, социальные работники и другие неравнодушные этой проблеме люди.



### Возможна ли жизнь без лекарств и мучений

Тело молодого и здорового человека обладает огромным потенциалом: иммунная система в состоянии справляться с большим количеством инфекционных возбудителей, восстанавливаться после травм, операций. До 30 лет подавляющее большинство людей принимает лекарства эпизодически и исключительно для купирования каких-либо нечастых негативных симптомов: лихорадка, боль, кашель и др. Курение, нездоровое питание, периодическое употребление алкогольных напитков обычно не сказывается серьезным образом на самочувствии, и уже назавтра человек вновь ощущает себя молодым, крепким и здоровым.

Многим кажется, что так будет вечно, и все болезни непременно обойдут их стороной. И, тем не менее, 30 лет — это та черта, за которой все уже не так благополучно и многие ошибки молодости дают о себе знать, а организм не прощает небрежного к себе отношения. Именно после 30 лет у человека появляется 1-2 хронических заболевания, по поводу которых ему приходится регулярно принимать то или иное лекарство. И именно первые тревожные звоночки заставляют мужчину или женщину задуматься о том, что он делает не так и как сохранить свое тело здоровым, стройным и привлекательным. Хорошо, если не все еще упущено и есть возможность восстановиться и свести к минимуму последствия пагубных привычек молодости.



Как ни странно, наибольшим толчком к изменению образа жизни является именно общение с больными людьми или медицинскими работниками, которые за ними ухаживают. Ведь самым наглядным как раз и является визуальный пример того, к чему может привести небрежность к своему здоровью. Поэтому Всемирный день больного — это не только день, посвященный тем, кто уже болен. Мероприятия, которые проводятся в рамках этого праздника (если его можно так назвать), - полезны и тем,

кто не страдает ни от каких недугов, но еще не осознает, что здоровье — это хрупкая стеклянная ваза. Ее легко разбить и даже можно склеить, но вернуть ей целостность и прежний вид, к сожалению, невозможно.

Жизнь без лекарств и мучений возможна, но для этого необходимо работать над физическим и душевным здоровьем. Результаты такого труда видны далеко не сразу, однако именно они дадут возможность прожить долгую, счастливую и активную жизнь.

Самое главное в человеческой жизни – это здоровье. Его, как любят повторять пожилые люди, ни за какие деньги не купишь. Умудренная опытом часть населения и занимается поддержанием хорошего самочувствия, заваривая травяные чаи, регулярно принимая витаминно-минеральные комплексы, продолжая умеренную физическую деятельность, невзирая на возраст. В пожеланиях на день рождения и другие значимые даты всегда звучит: «Здоровья тебе крепкого, а всё остальное приложится». Говорят, что все познается в сравнении.

