

ЗНАНИЕ

ТРИБУНА
АКАДЕМИКА

Ю.М. Лопухин

О НАУКЕ,
ТВОРЧЕСТВЕ
И ЗДОРОВЬЕ

Ю.М. Лопухин

**О НАУКЕ,
ТВОРЧЕСТВЕ
И ЗДОРОВЬЕ**

ИЗДАТЕЛЬСТВО „ЗНАНИЕ“ МОСКВА 1991

ББК 51.1(2)5
Л 77

Автор: Юрий Михайлович ЛОПУХИН — академик АМН СССР, лауреат Государственных премий СССР и РСФСР, директор НИИ физико-химической медицины.

Редактор: С. Н. ПОЛОВА.

Лопухин Ю. М.

О науке, творчестве и здоровье.— М.: Знание, 1991.— 192 с.— (Трибуна академика).

ISBN 5-07-001306-8

1 р.

100 000 экз.

Автор книги рассказывает о своем пути в науке, трудностях и победах, о работах по пересадке органов, профилактике атеросклероза, о создании новой области медицины — эфферентной медицины. В доходчивой форме говорится о том, как предупредить или приостановить развитие атеросклероза — проблемы № 1 современного человека, как избежать инфаркта или инсульта, как на долгие годы сохранить работоспособность и физические силы не только в молодые и зрелые годы, но и в старости.

Книга рассчитана на широкий круг читателей.

Л $\frac{4101000000-019}{073(02)-90}$ 44-90

ББК 51.1(2)5

ISBN 5-07-001306-8

© Лопухин Ю. М., 1991 г.

Оглавление

К ЧИТАТЕЛЮ	5
Часть I. О НАУКЕ И ТВОРЧЕСТВЕ	
Начало пути	8
<i>Послевоенные годы</i>	8
<i>Поездка в США</i>	12
<i>Как планируют науку американцы</i>	17
<i>Административные иллюзии</i>	19
Пересадка почки	23
<i>Первые успехи</i>	23
<i>Пересадка «неживой» почки</i>	25
Новые дороги	29
<i>Выбор</i>	29
Врожденные (первичные) иммунодефициты	32
<i>Трансплантация тимуса</i>	34
<i>Пептиды тимуса — Т-активин</i>	37
<i>Синдром приобретенного иммунодефицита — СПИД</i>	41
<i>«Искусственная печень»: гемосорбция</i>	48
<i>Симпозиум в больнице</i>	51
<i>Клинические успехи</i>	52
Атеросклероз	56
<i>В чем суть атеросклероза?</i>	56
<i>Первые шаги</i>	57
<i>Наша программа</i>	59
<i>Учение о факторах риска</i>	61
<i>Лечить или предупреждать?</i>	62
<i>Новое в профилактике и лечении</i>	62
<i>Холестериноз, атеросклероз, смерть</i>	63
<i>Необходимое отступление</i>	65
<i>Семь принципов профилактики и лечения атеросклероза</i>	67
<i>Опыты на животных</i>	69
<i>Лечение больных атеросклерозом</i>	70
<i>Стратегия профилактики атеросклероза</i>	73
<i>Новые методы скрининговой диагностики</i>	75
<i>Энтеросорбенты</i>	76
<i>Гемосорбенты, фосфолипиды</i>	78
<i>Другой путь удаления холестерина</i>	80
<i>На стыке атеросклероза и иммунологии: новый синдром?</i>	81
Проблема внедрения	84
<i>Кожная проба или тест трех капель</i>	84
<i>Флуоресцентная проба</i>	94
Внедрение через сотрудничество	99
Псориаз	104

<i>Эфферентная медицина — медицина выведения</i>	108
<i>Институт физико-химической медицины</i>	113

Часть II. О ЗДОРОВЬЕ

Новая медицина?	118
<i>Почему врачи мало и неохотно занимаются предупреждением болезней?</i>	119
<i>Почему предупреждением болезней не занимаются сами люди?</i>	120
Профилактика атеросклероза сосудов сердца (ишемической болезни и инфаркта)	121
<i>Атеросклероз и сердце</i>	121
<i>Как предохранить себя от атеросклероза сосудов сердца?</i>	122
<i>Холестерин крови</i>	123
<i>Как надо питаться, чтобы снизить уровень холестерина?</i>	125
<i>Нужна ли антихолестериновая диета детям?</i>	130
<i>Всем ли людям требуется диета?</i>	130
<i>Что едят долгожители?</i>	132
<i>Лекарства, снижающие уровень холестерина</i>	133
<i>Враг номер один — табак</i>	134
<i>Гипертония — безмолвный убийца</i>	136
<i>Нервная система и инфаркт</i>	138
<i>Полезны ли физические упражнения?</i>	140
<i>Лишняя масса тела</i>	142
<i>Лекарства против аппетита</i>	145
<i>Ешьте рыбу!</i>	147
<i>Что лучше: «мягкая» или «жесткая» вода?</i>	148
<i>Правда об алкоголе</i>	149
<i>Как уберечься от повторного инфаркта</i>	150
<i>Хирургические способы лечения стенокардии</i>	152
<i>Скоростигшая сердечная смерть</i>	154
Профилактика атеросклероза сосудов головного мозга (инсульта)	158
<i>Как происходит тромбоз сосудов мозга?</i>	159
<i>Кровоизлияние в мозг</i>	159
<i>Эмболия сосудов мозга</i>	160
<i>Профилактика тромбоза сосудов мозга</i>	162
<i>Предупреждение кровоизлияния в мозг</i>	164
<i>Может ли сердце повредить мозг?</i>	166
Атеросклероз и гангрена ног	168
<i>Облитерирующий атеросклероз</i>	168
<i>Облитерирующий эндартериит</i>	170
<i>Атеросклероз и диабет</i>	171
Атеросклероз и импотенция	173
<i>Атеросклеротическая импотенция</i>	173
<i>Психологическая импотенция</i>	175
Атеросклероз и старость	178
<i>Старость — не болезнь</i>	179
<i>Вместо заключения — о себе</i>	188