**Самостоятельная профилактика «чудо-пилюлями»**

В истекшем году в работе сервиса круглосуточных радиотелефонных медицинских консультаций отмечено несколько случаев острых осложнений, связанных с бесконтроль­ным приемом лекарственных препаратов, активно рекламируемых в средствах массовой информации. В течение короткого времени на судах наблюдался ряд эпизодов желудочно-кишечных кровотечений из острых изъязвлений желудка и двенадцатиперстной кишки, обусловленных побочным действием средства «Кардиомагнил». В пересчете на обычные показатели медицинской статистики встречаемость таких смертельно опасных осложнений составила бы 140 случаев на 100 тыс. населения в год.

В состав «Кардиомагнила» входят нестероидные противовоспалительные средства (аспирин) и различные микроэлементы (магний и др.). В рекламной информации лекарство преподносится как средство профилактики нарушений сердечно-сосудистой системы (предупреждение инфарктов и инсультов). К сожалению, кроме действительно полезного эффекта (так называемое разжижжение крови) препарат отрицательно влияет на слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта, провоцируя в некоторых случаях серьезные нарушения здоровья. Не бывает совершенно безопасных медикаментов, у любого вещества, даже у «натурального» и растительного, если оно оказывает хоть какое-нибудь положительное воздействие, всегда есть сопутствующее вредное влияние. Значение позитивных и негативных свойств в разных жизненных ситуациях неодинаково.

Соотношение полезных и нежелательных характеристик препарата «Кардиомагнил» позволяет с уверенностью рекомендовать его длительный прием только лицам с установленными хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы (ИБС, артериальная гипертензия, перенесенные ранее инфаркты и инсульты и др.), потому что польза предупреждения каждого нового инфаркта или инсульта намного перевешивает ожидаемый вред эпизодических осложнений. У здоровых же мужчин, какие обычно работают на судах, вероятность развития острого инфаркта или инсульта ничтожна мала, поэтому нет никакой необходимости подвергать организм риску развития смертельно опасных осложнений, сопровождающему употребление лекарства. Зачем испытывать судьбу?

Лицам, успешно прошедшим первичный (при приеме на работу) и/или периодический медицинский осмотр (обследование) и допущенным к работе на морских судах по состоянию здоровья, нет никакой необходимости самостоятельно (без рекомендации врача) использовать в профилактических целях какие-либо лекарственные препараты, витамины или биологически активные добавки, в особенности те, что агрессивно рекламируют в средствах массовой информации. В общем случае польза будет только одна – обогащение производителей чудо-пилюль.

Берегите себя. Не тратьте понапрасну свое здоровье. Намного полезнее ежедневно заниматься физкультурой и ограничить курение, а еще лучше – вовсе не курить.