



# In Vivo

1 випуск. Травень 2019



# Кілька слів до Тебе

від голови редакційного відділу  
Студентського Парламенту УМСА,  
Ярослави Ворчак

Вітаю вас на сторінках нового студентського журналу "In Vivo". Усі ми дуже довго чекали, коли ж він нарешті побачить світ і цінний матеріал, зібраний великою групою студентів, зможе досягти своїх читачів. Цей журнал про академію і всіх, хто проводить у ній хоча б частинку свого життя. Він має бути цікавий кожному, адже вміщує в себе не просто розповіді про новини і події академії, а ще й нагадує про веселі будні, розкриває секрети успішного навчання і показує успіхи тих, хто з гордістю носить звання студента-медика.



## ЗМІСТ:

- Інтерв'ю з ректором академії 4
- Встигнути все – реальність? 11
- Талановиті і красиві 14
- Сон для кожного 16
- Патологія чи покликання 19
- Медичний гастроном 24
- Дорогие друзья! Мне тоже хочется рассказать свою историю 26
- Погляд через призму десятиліть 28
- Лідер УМСА 33
- Синдроми студента-медика 38
- Що ви знаєте про СНТ? 41
- ІТ-технології для студентів медиків 48
- Голос академії 2019 53
- Здоров'я – вибір кожного 56
- Пацієнтам онкогематологічного відділення полтавської дитячої лікарні допомагають небайдужі з усього світу 58
- Обережно! Туберкульоз! 60
- Знання, які рятують життя 62
- Важливо бути там, де нас чекають!!! 63
- Містер УМСА 2019 64
- Місце для роздумів 66
- Досягнення наших студентів 68
- Переможці MEDSCOP 70
- Над випуском працювали 73

# Інтерв'ю з ректором академії

Інтерв'ю - Андрій Іваніщенко,  
систематизувала Оля Майзус



Сьогодні ми маємо нагоду поспілкуватися з ректором Української медичної стоматологічної академії, професором кафедри сімейної медицини і терапії, заслуженим лікарем України, доктором медичних наук Жданом Вячеславом Миколайовичем.

- Мої вітання!

Ви завжди відкриті для студентів. Це дуже тішить - ми підготували до вас ряд запитань.

Почнемо з батьків, бо вони нас виховують і саме завдяки ним ми отримуємо певний досвід і знання. Скажіть, будь ласка, хто Ваші батьки? Чим вони займалися і як вони Вас виховували?

- Дійсно, батьки - це наше коріння і основа. Саме завдяки ним ми стали тим, ким є. Батьки для мене особисто є взірцем того, як треба поступати в своєму житті і як рухатися по життю. На жаль, мої батьки вже померли... Я дуже вдячний їм, що вони мені дали життя, вели по життю і всі мої здобутки завдяки ним. Бажаю здоров'я всім батькам, які мають можливість бачити своїх дітей.

За своєю освітою і професією мої батьки - вчителі історії. Закінчили спочатку Великосорочинське педучилище, потім Харківський університет імені В. Каразіна. Мама все життя пропрацювала в школі, а тато спочатку в школі, а потім на різних роботах в народному господарстві.

Хочу одразу зазначити, що батьки ніяким чином і ніколи не нав'язували мені ідею відносно моєї професії. Коли чув пропозиції стати вчителем, то відповідав — ні. Адже бачив тяжку вчительську працю, безсонні ночі і конспекти мами. Щоб займатися собою в неї не було часу - зошити, їх перевірка займали весь час.

Мене вже неодноразово питали - як я обрав професію лікаря? Я відповідаю — випадково, в 10-му випускному класі. Тоді я вирішив, що хочу бути лікарем. У нас в родині ніколи не було медиків.

Ми часто як пацієнти не відвідували докторів. Але в 10-му класі я собі сказав: хочу бути лікарем. Тоді приїхав на день відкритих дверей до медичного стоматологічного інституту в Полтаву і мені сподобалося. Я знав, які дисципліни мені треба «підтягти» в навчанні і вже не бачив себе ніде, крім медичної галузі. І ось тепер пишаюся, що я - практикуючий лікар, незважаючи на певну зайнятість адміністративною роботою у медакадемії.

Якими ви запам'ятали свої студентські роки і своє навчання? Чим, на Вашу думку, відрізняються студенти тих років і сучасні?

У нас був зовсім інший ритм життя. А ще ми тільки вступили, і вже через 2-3 тижні нас відправили в колгосп на сільськогосподарські роботи. В групі першокурсників були люди з усієї України - 260 осіб. Коли ми поїхали на с/г роботи — тут усі й познайомилися. А ще дізналися, хто чого вартує: хто хитрун, хто ледар. Саме там проявилися всі людські якості кожного. Це нас і плідно здружило, і дало поштовх у подальшому спілкуванні.

У нас тоді був також студентський будівельний загін. Я теж туди їздив. Ми заробляли певні кошти, хоча і батьки допомагали, пізнавали один одного, це захоплювало з точки зору колективності, гуртувалися щодо прийняття рішень і відповідальності за те, що ми робимо. Це давало подальший поштовх. Із 15-ти чоловік нашої групи на першому курсі не підробляли на різних роботах лише 3-4 людини. Решта влаштувалися працювати, хто санітаром, хто де, це було навіть престижно - мати можливість стати на дорослу стезю свого розвитку, відчутти себе дорослим та незалежним, мати власні заощадження.



Студенти-медики завжди займалися збором своєї бібліотеки, підручників. Це зараз комп'ютери та електронні книжки. Але я на сьогодні притримуюсь тієї точки зору, що книгу і підручник не замінить жоден гаджет. Не замінить тому, що друковану книгу можна почитати, подумати, повернутися. Я маю на сьогодні гарну бібліотеку, підвалини якої закладені ще в ті студентські роки.

А в цілому, студент є студент. Якщо є можливість довше поспати - поспить. Я б не сказав, що нинішні студенти чимось особливим вирізняються.

Що було після закінчення інституту?

Свій науковий шлях розпочав, навчаючись у клінічній ординатурі Полтавського медичного стоматологічного інституту на кафедрі факультетської терапії, яку очолював Максим Андрійович Дудченко - до речі, цього року він відзначив 99 років.

Я вступив до клінічної ординатури з фаху «кардіологія» на кафедру факультетської терапії. Але після року навчання (не було військової кафедри) я був вимушений піти до армії і півтора роки відслужив.

Повернувся - закінчив клінічну ординатуру, був обраний на посаду асистентом кафедри.

Із 1978 по 1984 рік навчався на лікувальному факультеті Полтавського медичного стоматологічного інституту, який закінчив із відзнакою.

Із вересня 1988 року за конкурсом обраний асистентом кафедри внутрішніх хвороб Полтавського медичного стоматологічного інституту. У 1989 році захистив кандидатську з кардіології під керівництвом професора Максима Андрійовича Дудченка.

Ви розпочали працювати з 1990 року у практичній медицині, очолили обласну лікарню. Із якими труднощами ви стикалися і боролися в ті непрості часи?

У 1991 році став доцентом кафедри факультетської терапії Полтавського медичного інституту.

Я завжди полюбляв експерименти. Тоді ще, коли писав дисертацію, і коли служив лікарем-кардіологом, у шпиталі в місті Києві, безумовно, отримав гарну лікарську практику. І тоді мені захотілося спробувати себе в іншому амплуа.

Тодішній завкафедрою Дудченко М.А. і ректор медакадемії Скрипніков М.С. запропонували очолити ревматологічне відділення обласної лікарні. За їх підтримки мене призначили за контрактом до 2000 року, працюючи одночасно доцентом кафедри.

Мій девіз — робити свою роботу чесно. Я все робив, щоб відділення було кращим і передовим. В.М. Коваленко - професор Інституту кардіології імені академіка М.Д. Стражеска став одним із керівників моєї докторської. У 1995 році я успішно захистив докторську дисертацію з кардіології.

Щоб направити мій рух уперед, в 1997 році, за рекомендацією ректора, очолив новостворену кафедру удосконалення лікарів-терапевтів Української медичної стоматологічної академії.

У 1998 році отримав вчене звання професора кафедри удосконалення лікарів-терапевтів УМСА.

Із липня 2000 року по 2003 рік — головний лікар Полтавської обласної клінічної лікарні ім. М. Скліфосовського. Одночасно працюючи в УМСА.

Хоча я казав раніше, що ніколи не буду вчителювати, але так сталося в моєму житті: ніколи не говори «ніколи». Так чи інакше, я став вчителем, можливо, в іншій іпостасі.

Єдине, що мене тішить — я лікар і вчитель, я можу і лікувати, і довести студенту й практикуючому лікарю, яке рішення правильне, спираючись на власний досвід і відчуття.

Людина, на мій погляд, поки жива, поки вона повинна рухатися вперед. Стояти на місці і казати, що ти вже всього досяг - це не мій метод. Я завжди рухаюсь уперед. І зробивши одну справу, думаю, що ще можна зробити, щоб усім було краще.



За останнє 10-річчя наша медична система отримує реформу за реформою. Чому вони виявляються не зовсім вдалимими, на вашу думку? Яким чином ви б реформували медицину, якби мали таку можливість.

Я нарахував, що за весь час моєї роботи в медичній галузі, приблизно 26 міністрів охорони здоров'я змінилися.

Середня тривалість перебування на посаді - рік і два місяці. При такій швидкій зміні міністрів годі очікувати реформ. Міністр - це та політична фігура, яка повинна переконати, як реформувати медичну галузь.

Нинішня реформа є аналогом європейських реформ, її лише потрібно втілити. Головний принцип реформи - отримати зарплату за зроблену роботу. За фактично пролікованих пацієнтів, а не за присутність на робочому місці. Коли медпрацівник зрозуміє, що від якості його роботи залежить і зарплата, тоді буде результат.

Сімейні лікарі на сьогодні вже отримують непогані зарплати, в залежності від виконаної роботи. І Полтавщина тут серед перших. Потрібно говорити, що зарплата — один із ключових факторів, який змінить психологію лікаря.

Безпосередньо реформу роблять ті люди, які працюють. Бачите, коли протягом тривалого часу працює команда, є рух. Але не можна все зробити і реформувати одночасно. Є і економічні проблеми.

Сьогодні є гарні дієві напрацювання в світі, їх просто треба втілити, покроково, еволюційним шляхом. А те, що реформа медицини на часі, не потребує додаткових пояснень. Шлях і час — ці критерії мають рухати медичну реформу. Будь-які реформи безболісно не проходять, не все є зрозумілим, є реорганізації і звільнення, але це треба просто пережити. У 1983 році ВООЗ визнала систему охорони здоров'я СРСР найкращою в світі! Це — історичний факт. То чому ми повинні все забути і відкинути? Думаю, те, що є позитивним, треба перенести на сьогодні.

Безперечно, за роки на посаді ректора Ви отримали безліч наукових, медичних, громадських здобутків. Якими досягненнями пишаєтеся найбільше?

Просте і складне питання водночас. Я взагалі пишаюся УМСА. Це — моя альма-матер, я тут по суті народився, коли вступив на перший курс у 1988 році. І все моє подальше життя пов'язане з медакадемією. Основний мій запис в трудовій книжці один — медакадемія.

І я себе не бачу, навіть якщо повернути час, я не бачу себе в інших іпостасях.

Я отримую задоволення від результату своєї роботи, зокрема, дивлячись на обличчя хворого, якому зміг допомогти. До медакадемії приходять як в останню інстанцію, які пройшли «всі круги аду», де зможуть поставити діагноз і пролікувати.

Наша медакадемія процвітає, має визнання, УМСА є членом європейських асоціації медуніверситетів, торік ми вступили в Хартію університетів світу, ми довели свою спроможність.

Моє завдання — примножувати і давати можливість відчуття всім причетним — від студента до викладача, що вони працюють і навчаються в знаному навчальному закладі.

Усі знають вашу принципову позицію відносно корупції в стінах закладу. Розкажіть і поділіться, будь ласка, вашими методами боротьби з нею.

Я вважаю, що кожен на своєму місці повинен поступати таким чином, щоб йому не соромно було дивитися в очі. Безумовно, людський фактор ніколи не можна відмінити в спілкуванні студента з викладачем.

Сьогодні ми максимально робимо кроки, щоб знайти суб'єктивний фактор впливу, який може призвести до корупційних моментів. Якщо людина навчається на «4» і «5», її треба звільнити від складання іспитів і заліків, не потрібно вносити додатковий стресовий фактор у життя.

Дуже гарно, що батьки студента через «електронний журнал» можуть слідкувати за успішністю студента. Вважаю це нашим досягненням.

Батьки — основні лобісти студента, які навчають його рухатися по життю. Ми спілкуємося з батьками і студентами, щоб оцінити об'єктивний стан справ.

Ми слухаємо студентів, як підходити до тих чи інших моментів, щоб було повне взаєморозуміння. Тоді корупція зникне, як атавізм.

В академії є скринька довіри, щоб донести певні ідеї, проблеми особисто до керівництва. Тільки мій помічник має ключ і зміст скриньки передається мені, а потім цінні ідеї втілюються в життя. Ми готові вислухати всіх. Ідей, які пропонують студенти, багато. Є прямий телефон, щовівторка веду особистий прийом, але і в інший день до мене можна завжди потрапити.



## БЛІЦ

Чи складно бути ректором?

Періодично так, складно. Хоча з кожним днем маю все більше досвіду, щоб не потрапити в не гарну ситуацію. Щодня життя підносить нові випробування та ідеї. Іноді зупиняюсь і обдумую: взяв за правило збирати колег і заступників і все разом обговорювати. Змінюються закони, суспільство, ми разом знаходимо шляхи, як зробити так, щоб не постраждали люди.

Коли збудують новий корпус медакадемії?

Ми вже пройшли всі затвердження інвестпроекту. Завершується проектування. Будівництво вартістю 200 мільйонів гривень триватиме три роки.

Цей проект здійснюється в рамках державної політики. В квітні буде перший фінансовий транш для початку будівництва. Проведемо тендер для визначення будівельних організацій. Терміни і втілення залежатимуть від фінансування.

Підкажіть, будь ласка, декілька секретів вашого успіху?

Успіх кожної людини і організації базуються на зусиллях рухатися вперед.

Якщо ставиш перед собою мету — повинен рухатися і довести всім людям, хто поруч із тобою, що ця ідея цінна, і реально її досягти.

Якщо в людини немає мети — тоді біда і хаотичний рух, що не призведуть до бажаного результату.

Я завжди пам'ятаю – за мною люди, які чекають підтримки. Студенти повинні отримати максимум знань в хороших умовах і мати всі засоби навчання. Тоді вони стануть перспективними спеціалістами і конкурентоспроможними фахівцями, а це – головне для нашого закладу.

І на останок: ми хочемо зробити УМСА – передовим сучасним медичним та стоматологічним центром отримання вищої та післядипломної освіти як громадянами України, так і іноземцями, що немає аналогів у світі, адже лікарі – це еліта нації.

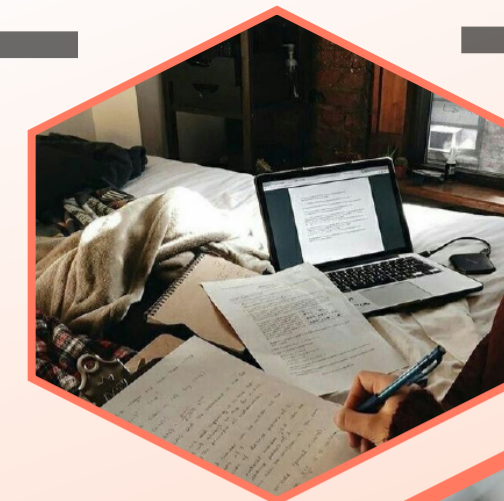


Кожен хоча б раз в житті, а можливо й кожен день, замислювався: "Як швидко летить час, нічого не встигаю!" або "Якби в добі було більше 24 годин, то я б точно все встиг!". Ця найбільш поширена думка є хибною, більше того, виконати абсолютно все за 24 години нереально і з цим потрібно змиритися.

## Встигнути все - РЕАЛЬНІСТЬ?

Автор: Юлія Погуляй.

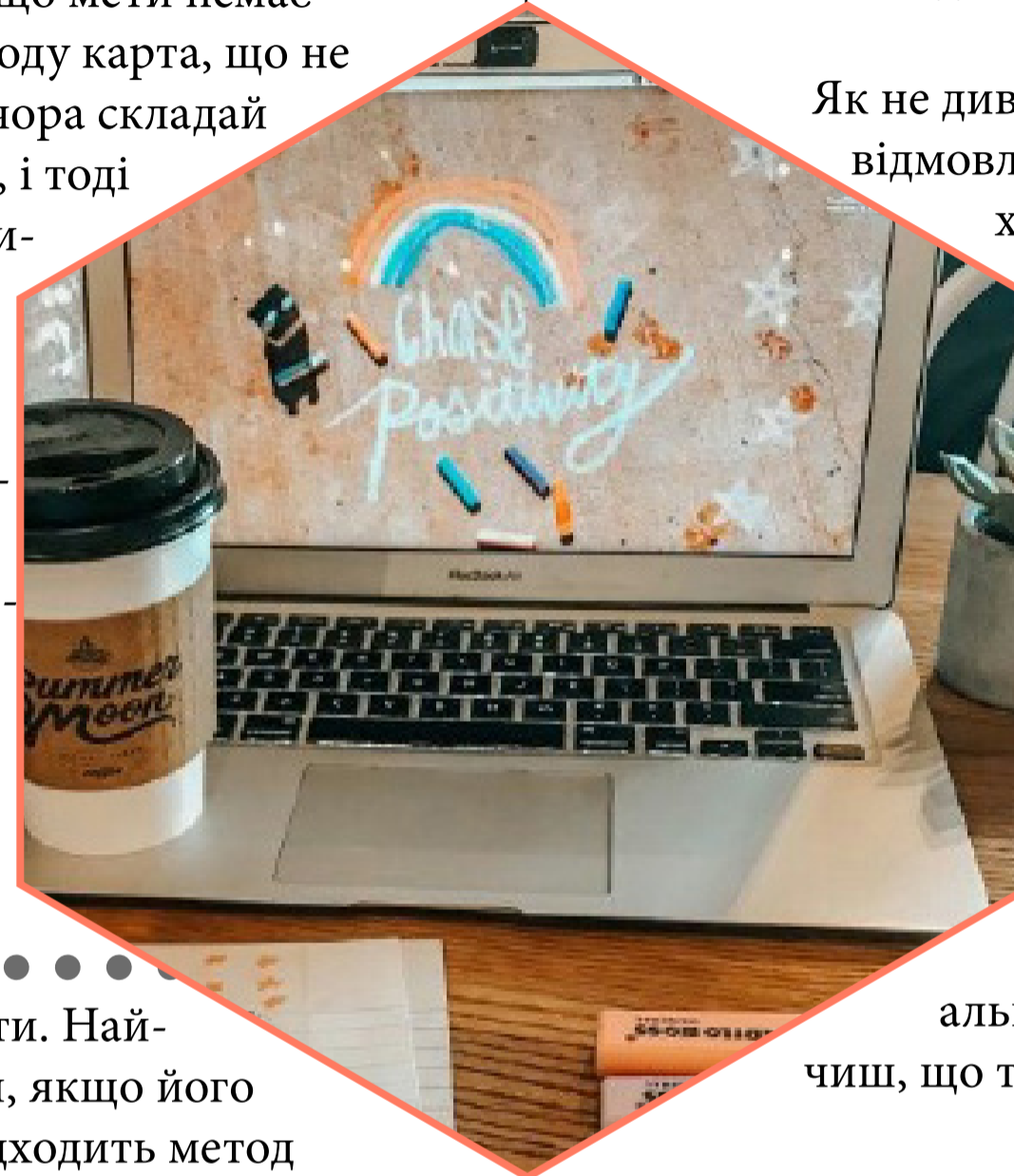
Яким же чином управляти часом та підвищити свою продуктивність? Давайте спробуємо трішки розібратися та розглянемо декілька порад.



По-перше, плануй свій час завжди заздалегідь, а ще краще робити це в гарненькому записнику, спеціальних планерах чи просто на окремому аркуші зошита. Якщо мети немає на папері, то вона не існує. Це наче свого роду карта, що не дозволить зійти з правильного шляху. Звечора складай список справ, що потрібно зробити завтра, і тоді будеш знати, з чого почати новий день, а викреслювання вже виконаних пунктів принесе неабияке задоволення. Для складних завдань можна використати метод «дерева рішень»: дерево - це завдання, а гілки - підзавдання для досягнення головної мети. Продовжуйте розгалужувати на більш прості пункти, поки справа не стане простою і зрозумілою. Завжди пам'ятай правило 10/90- 10% часу, затраченого на планування задачі, зекономить 90% часу при її рішенні.

По-друге, правильно розставляй пріоритети. Найважливіше завдання має серйозні наслідки, якщо його не виконати в зазначений термін. Гарно підходить метод «АВВГД»: А – головна справа, В – наступне завдання по рангу. Головне: слідкуй правилу – не берись за задачу В, поки не виконаєш А і так далі. Д = «Долой» – справи, що ні на що не впливають.

По-третє, використовуй закон примусової ефективності. Звучить не дуже, але ефективно. Його суть заключається в тому, що, як би не було складно і лїнь, треба зібратися і змусити себе зробити першочергову справу, що принесе найбільшу вигоду та результат. Не потрібно починати завдання, потім кидати його і знову повертатися, так працездатність знижується в 5 разів, що зовсім нам не потрібно.



У четвертих, з'їдай живу "жабу" завжди першою, але не в прямому сенсі цього слова. Жаба - це найнеприємніше, але важливе завдання, що необхідно зробити сьогодні, його відкладання може спричинити емоційну напругу й небажані наслідки.

Як не дивно, але слово «Ні!» може зекономити нам багато часу. Навчись відмовляти речам, завданням, що не входять в обрані пріоритети. Обходь десятою дорогою пожирачів часу, таких, як непотрібні батлячки по телефону, безцільне гортання стрічки новин в інстаграмі, перегляд рандомних відеороликів на ютубі...

Втомилися? Залишився лише останній цікавий метод підвищення продуктивності: чітко сформулюй завдання, що будеш робити наступні двадцять п'ять хвилин, увімкни таймер та весь цей час, не відволікаючись, безпереривно працюй, поки не вийде час. Потім зроби п'ять-десять хвилин перерви і знову починай. Після чотирьох таких «підходів» – заслужений двадцятихвилинний відпочинок.

Можливо, комусь все це здасться безглуздом, а комусь нереальним та складним, але спробуй проаналізувати свої плани і побачиш, що тобі вистачає часу для вирішення важливих справ. Головне цього дійсно хотіти.

За всією біганиною, буденною робочою метушнею пам'ятай, що на першому місці повинні бути рідні, друзі, близькі тобі люди. Не забувай дійсно жити, а не просто виживати, існувати від п'ятниці до п'ятниці. Удосконалюй себе кожен день, кожную хвилину чи секунду і тоді у тебе буде все, що забажаєш.

# ТАЛАНОВИТІ І КРАСИВІ

*Лілія Кушнір*

Дівоча врода здатна розтопити серце навіть найприскіпливішого глядача, зробити його більш чуйним та ніжним, перенести у світ, який так і манить красою й елегантністю. З квітня у стінах Міського Будинку Культури відбувся найдовгоочікуваніший захід цієї весни - «Міс УМСА 2019», який зібрав повний зал поціновувачів прекрасного. Напружена атмосфера та хвилювання панували не лише серед конкурсанток, але й серед організаторів...



Першим випробуванням для дівчат стала «Візитівка», де кожна з конкурсанток мала розкрити частинку власного життя. Згодом на них чекав конкурс «Інтелект», в якому вони методом жеребкування обирали питання для роздумів. Судді оцінювали оригінальність, впевненість та індивідуальну манеру відповідей. Однією із складових конкурсу стало дефіле у стилі Pin Up та чорних сукнях. Насамперед, журі звертало увагу на вміння учасниць впевнено триматися на публіці, їх легкість та витонченість. Думки щодо майбутньої «Міс УМСА 2019» розділилися, і тому фавориткою була чи не кожна з дівчат.

Аби глядачі могли відпочити, а судді порадитися щодо своїх рішень, конкурсну програму доповнили Ситник Іванна, Сорока Наталія, Будаков Махсун, Кіча Владислав, Кольоса Анатолій, танцювальні колективи «Melior» та «Орхідея», які підкорили своєю майстерністю, артистичністю й талантом кожного в залі.

По закінченню випробувань учасниць рада журі визначила переможниць та розподілила титули наступним чином:

«Міс Артистичність» - Бичек Тетяна;  
«Міс Оригінальність» - Рахматилаєва Хадіжа;  
«Міс Креативність» - Борода Альона;  
«Міс Харизматичність» - Борисова Юлія;  
«Міс Конгеніальність» - Сердюк Софія;  
«Міс Грація» та «Друга Віце Міс» - Берковська Єлизавета;  
«Міс Ніжність» та «Перша Віце Міс» - Федоренко Тетяна;  
"Міс Чарівність" - Соляник Валерія.



*Головний титул щорічного конкурсу краси «Міс УМСА 2019» та приз глядацьких симпатій отримала Тютюнник Олександра.*

Дякуємо кожному, хто долучився до створення незабутньої атмосфери та умов для самореалізації як учасниць, так і організаторів. У першу чергу - ректору академії Ждану В.М. за підтримку та надану можливість гідно провести свято, а також ми вдячні управлінню у справах сім'ї молоді та спорту Полтавської міської ради і, звісно, спонсорам за заохочувальні призи нашим красуням. 7

Цінуйте, любіть себе та оточуючих, радійте кожному дню, адже краса всередині та зовні!



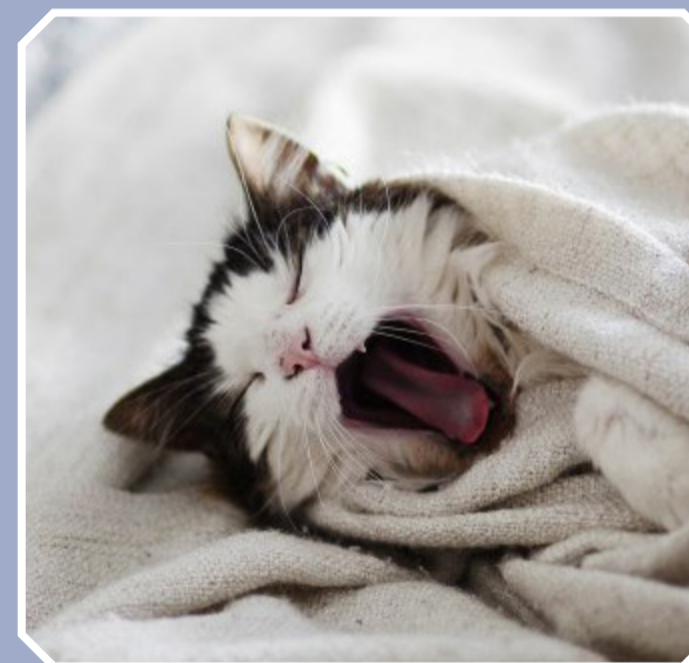
# СОН ДЛЯ КОЖНОГО

Ілля Микитюк



Сон – це фізіологічний процес, який може проходити тільки у мріях студента. Але, як би там не було, ми завжди знаходимо на нього час, будь то вдома за книгою улюбленої біохімії чи на перервах між парами. Під час цих годин мозок буде перероблювати велику кількість матеріалу, тим самим закріплюючи щось в пам'яті на деякий час, або навпаки – забуваючи непотрібну нам інформацію.

Норма сну для людини становить 7-8 годин, потрібно також враховувати індивідуальність організму. Наприклад Нікола Тесла, в честь якого назвали фірму по виробленню екологічних автомобілів «Tesla», відкрив теорію обертового магнітного поля, запатентував спосіб отримання надійних струмів, спав зазвичай 2-3 години. Всього на пів години довше спав Томас Едісон, який подарував нам якісне світло для очей у безсонні темні ночі і відкрив механізм першої в світі лампочки.



Були серед видатних людей і ті, які полюбили поспати. Німецький письменник Гете, не враховуючи своє різноманітне життя, поглиблювався в світ сновидінь на 10 годин, тим самим черпаючи для себе безкінечну кількість мотивів для написання творів. Не дарма мудреці говорили: «Щоб досягти успіху потрібно спати». Це звучало на різних мовах, у різних століттях, але повторювалося завжди. Нічого не зробиш ідеально без сну, він кардинально впливає на організм. Не враховуючи те, що мозок перероблює інформацію, є цілі системи, які знаходяться в стадії відпочинку. Тонкий кишечник перестає перетравлювати їжу, м'язи розслабляються, зменшується кров'яний тиск. Яким би не був завтра тяжким день, але спати потрібно. Хоча б заради перелічених вище систем! Кількість – це важливо, але якість все ж виграє.

Першим головним критерієм приємного і корисного сну є спорт, а від корисної їжі залежить те, як твій організм буде тренуватися. Ти бігаєш, підіймаєш вагу в надії збільшити свої м'язові волокна, після цього всього закріплюєш процес сном. Якщо його не буде, погіршиться метаболізм, тренування будуть тебе виснажувати все більше і більше. Залишивши на місці або навіть зробивши гірше своєму здоров'ю, з'явиться питання «А чи зможу я відновити сили? Чи зможу я і далі жити за таким ритмом життя?».





У навчанні система абсолютно та ж сама. По-рушуючи хоча б один із пунктів, на гарний результат розраховувати не слід. Знову потрібно правильно харчуватися, вживаючи денну кількість білків, жирів, вуглеводів і навіть вітамінів, знову сортувати час на кожну пару, усвідомлюючи їхню цінність. Останнім іде сон, що дає можливість розкласти думки по полицях і довести силу людського розуму за правильного догляду та турботи.

Є кілька порад, щоб відрегулювати сон та зробити його максимально корисним для студента. По-перше, можна за годину до сну вийти на пробіжку або звичайну прогулянку на повітрі, якою б короткою чи довгою вона не була. Не слід забувати перед виходом відкрити вікно на провітрювання, пора року неважлива. Кисень потрібний мозковим клітинам, так ми зможемо зробити наші думки яснішими.

Коли після повернення додому поставите будильник на телефоні, не торкайтеся його аж до ранку, поки не задзвенить. Соціальна залежність буде тягнути вас на «лише одне повідомлення», «лише на секундочку в інстаграм», але тримайтеся: з часом ви звикнете засипати без гаджета в руках.

Коли гармонія тіла повністю встановлена, може те порадувати себе візуальними ефектами. Гарно прибрані кімната, квіти у вазі з водою, складені підручники та конспекти – все це розслабляє і допомагає з насолодою поринути у відпочинок.

Спочатку дотримуватися таких правил буде важко, але у мене залишився ще один діючий, дуже лінивий і дешевий засіб: зелений чай. Пийте його у невеликій кількості перед сном, він заспокоює нашу нервову систему, сприяє швидкому засинанню і дарує глибокий сон до самого ранку. Менше кави друзі, почитали статтю, поїли, повчили пари і йдуть у ліжечко. Солодких снів!



## ПАТОЛОГІЯ ЧИ ПОКЛИКАННЯ?

Юлія Шепетько



Вибір лікарської спеціалізації є великою проблемою для багатьох студентів-медиків. Більшість вступають у медичний ВНЗ з єдиною думкою: «Хочу бути лікарем». На питання «Яким саме?» частіше чуєш тільки одну фразу – «не знаю». Інші взагалі потрапили в медицину за збігом обставин – наприклад, у відповідь на прохання батьків або незнання того, чого дійсно хотіли від життя.

Медицина – дуже багатогранна спеціальність. Повірте, навіть якщо ви просто студент, у вас вже є грандіозний потенціал. Проте для того, щоб використати його на повну, важливо вчасно зрозуміти КИМ ТИ ХОЧЕШ БУТИ. Готуватися, вчитися, мати мету, до якої не просто хочеться іти, а бігти не дивлячись ні на які перешкоди.

Кожна спеціалізація лікаря по-своєму важлива, але не всі з них сприймаються однаково. Необхідно розуміти, що кожен лікар має свою мету: один лікує, інший допомагає в діагностиці, а третій займається дослідницькою діяльністю. Чи не найспецифічнішою завжди вважалась робота патологоанатома. Деякі люди бояться того, з чим вона пов'язана, а дехто просто не розуміє її суті. Розібратись з найбільш хвилюючими і цікавими питаннями, розвіяти або підтвердити деякі стереотипи, які створювалися століттями, нам допомогли викладачі кафедри патологічної анатомії з секційним курсом: асистент Сидоренко Марина Ігорівна (С.М.І.) та асистент, к.мед.н. Ніколенко Дмитро Євгенійович (Н.Д.Є.).

У чому полягає робота патологоанатома і що входить в його обов'язки?

**С.М.І.:** По-перше, співставлення клінічного і патологоанатомічного діагнозу (чи правильно лікували пацієнта), по-друге – прижиттєва діагностика захворювань і гістологічне дослідження всього післяопераційного матеріалу.

**Н.Д.Є.:** Коли трапляються важкі випадки, патологоанатом вивчає не тільки результати розтину і гістологічного дослідження, а також історію хвороби померлого пацієнта, його клінічні аналізи, дані інструментальних методів дослідження. Все це допомагає патологоанатому правильно визначити захворювання, від якого страждав і помер пацієнт, виявити його ускладнення.



Як це: кожен день контактувати зі смертю?

**С.М.І.:** Звичайно, це важко – бачити чуже горе. Легше від того, що більшість з тих, кого ми «дивимось», ми не бачили і не знали в житті.

Кінематограф і художня література зображує морг і самих патологоанатомів з темними, сумними або навіть грубими відтінками, що викликає в людей досить неоднозначні погляди на дану професію. Наскільки це є близьким до реальності?

**С.М.І.:** Сучасні морги далекі від цього. Можливо, раніше в цьому була доля правди, але не зараз.

Чим відрізняється патологоанатом від судмедексперта? Як ви ставитесь до вічної плутанини цих професій?

**Н.Д.Є.:** Є принципова різниця. Якщо патологоанатоми визначають причину смерті, що пов'язана з соматичними захворюваннями, то судмедексперт визначає причину насильницької смерті – від яких нанесених пошкоджень померла людина. Судмедекспертам інколи буває досить складно поставити діагноз соматичного захворювання, але вони мають право його ставити. Вони краще орієнтуються в механізмах смерті: при травмах внаслідок автокатастроф, механічних травмах та багатьох інших. Патологоанатом не має права ставити діагноз, які ставлять тільки судмедексперти. Якщо патологоанатом під час розтину виявляє ознаки насильницької смерті (наприклад, сліди побоїв або удушення, рани) розтин зупиняється. Викликається судмедексперт, який продовжує розтин і встановлює своє заключення про причину смерті.

Які основні плюси і мінуси роботи? Про що хочете попередити тих, хто хоче стати патологоанатомом?

**С.М.І.:** Як то кажуть, у кожного лікаря є свій «цвинтар» і «армія» вдячних пацієнтів, а патологоанатом немає ні тих, ні інших.

**Н.Д.Є.:** Я вважаю, що «армія» вдячних є. Відомо, що патологоанатоми проводять прижиттєву діагностику – біопсію, а не тільки посмертну (аутопсію – коли пацієнт помер в лікарні або вдома). Найбільш важливим прикладом є правильна постановка діагнозів онкозахворювань. Це дуже відповідальний процес. Необхідно бути уважним, мати хороший досвід практичної роботи, тому для ефективності діагнозу патологоанатом проводить консультацію з колегами.



**С.М.І.:** Великий плюс – ти маєш час. Зорієнтуватися, подумати, зробити висновки. Більшість лікарських спеціальностей вимагають швидкого прийняття рішень. Це не завжди погано, тому що в екстрених ситуаціях пам'ять найчастіше добре спрацьовує, і ти рефлекторно правильно реагуєш. Але тут в тебе є час показати скло кільком колегам, якщо тобі щось незрозуміло. Ви можете разом розібратись. Тобі буде і спокійніше, і зрозуміліше. Так, це безумовний плюс.

**Н.Д.Є.:** Патологоанатом має можливість консультації з клінічними лікарями. У них часто мало часу для постановки діагнозу, на відміну від нас.

Ми маємо його достатньо як для консультацій, так і для читання літератури. Можливо, це одна з причин, по якій діагноз патологоанатома вважають основним. По ньому проводиться оцінка якості клінічної діагностики.

Як часто трапляються випадки конфліктів клінічних лікарів і патологоанатома через невідповідність діагнозів?

**Н.Д.Є.:** Зазвичай клінічні лікарі дуже поважають патологоанатомів, тому що довіряють якості постановки їх діагнозів. Це дуже велика відповідальність. Навіть до молодих, патологоанатомів-початківців, лікарі ставляться з повагою. До речі, ще одним плюсом роботи є хороший колектив. У нас немає ворожнечі: ти завжди можеш звернутися за допомогою до колег.

А які все ж таки мінуси?

**Н.Д.Є.:** Сам процес проведення аутопсії не з приємних, але з часом ти звикаєш і сприймаєш все просто як роботу: необхідно дослідити труп померлого і поставити діагноз. Це і навчання. Основна робота патологоанатома – допомога клінічному лікарю у виявленні захворювання. Іноді зустрічаються діагностичні помилки, і лікарі на розтині намагаються зрозуміти, чому все так трапилось, не дивлячись на діагностичні заходи і лікування, і що робити, щоб цього не повторилось.



**С.М.І.:** Коли ти йдеш після пари від груп студентів, відчуваєш себе набагато краще від тієї всієї живої і веселої енергії, ніж коли ти працюєш у секційному залі. Ви же розумієте різницю: що таке спілкування зі студентами, і що таке спілкування з хворими людьми. А робота з мертвими – тим паче.

Чому особисто Ви обрали саме цю спеціалізацію і чи були інші варіанти?

**С.М.І.:** Інші варіанти є завжди. Я обрала патологічну анатомію, тому що це цікаво, тихо, спокійно. Особливо беручи до уваги специфіку нашого народу. З живими людьми час від часу доводиться набагато складніше, ніж з мертвими. Я маю досвід роботи в практичній медицині (10 років лікарем на швидкій допомозі) і повірте: людський фактор може сильно втомлювати.

**Н.Д.Є.:** Життя часто змушує нас робити те, чого ти не хочеш, і про що сам до цього не думав. Я не знав, що доля повернеться саме так, і я знайду себе в патологічній анатомії. Причина цьому – постійний пошук, тому лікар-патологоанатом

Як таке рішення сприйняли ваші рідні та оточення, не пов'язане з медициною?

**С.М.І.:** Рідні сприйняли непогано, тому що мій батько і сам працює патологоанатомом. В якійсь мірі це передалося у спадок. Оточення – весело. Знаєте, жарти про патологічну анатомію почались ще з часів мого студентства. Я відвідувала гурток по судовій медицині і всім цим цікавилась. Проте почали жартувати ще навіть тоді, коли я вчилася у медичному коледжі.

Що необхідно знати і робити студенту, щоб стати хорошим патологоанатомом?

**С.М.І.:** Понад усе – бути впевненим у своєму виборі. Необхідно добре знати гістологію, постійно її повторювати. Іноді відчутні «провали» ще з першого курсу, коли ми ще тільки починали її вчити. Це відчувається студентом ще на третьому курсі. Тому якщо ти хочеш бути патологоанатомом, то гістологію вчити треба!

**Н.Д.Є.:** Також необхідно знати анатомію: топографічну, нормальну і патологічну. Усю ту базу предметів, на основі яких стоїть патологічна анатомія. В Україні вона є окремим предметом, а за кордоном є ціла наука – патологія, в яку включені базові дисципліни: гістологія, молекулярна біологія, анатомія, біохімія і т.п. Коли майбутній лікар пізнає все це, в нього з'являється більш ясне уявлення про захворювання, механізмах їх розвитку, патоморфологічних ознаках. В основі будь-якого захворювання – патоморфологічні зміни внутрішніх органів на тканинному, клітинному, ультраструктурному, молекулярному рівні. Щоб стати хорошим патологоанатомом, потрібно багато читати медичну літературу: як вітчизняну, так і зарубіжну.

Кому ця робота точно не підходить?

**С.М.І.:** Однозначно – невірноваженим та неуважним людям.

При роботі патологоанатомом з'являються якісь нові людські якості?

**Н.Д.Є.:** Так, звісно. Починаєш яскравіше відчувати життя. Лікар бачить, наскільки поряд ходить смерть, і розуміє, що здоров'я потрібно берегти, варто насолоджуватись життям і спілкуванням з людьми, поки вони ще живі. Життя не таке і довге, а коли людина захоплена роботою, воно протікає дуже швидко. Патологоанатом отримує вміння цінувати життя.

Ви б хотіли щось побажати студентам?

**С.М.І.:** Від усієї душі будемо раді бачити вас в наших рядах.  
Лежачих чи робочих?

**С.М.І.:** Звісно, робочих!))

Ти любиш читати, але вчишся у медичній академії і не маєш часу на художню літературу? У світі існує багато цікавих художніх творів про медицину. Ці книжки про хвороби, життя медиків та медичних сестер, про тяжкі життєві ситуації і про близькість смерті. Будь-яка хвороба – предмет пильної уваги не тільки лікаря, але й письменника. Тому я вважаю, що в бібліотеці лікаря повинно бути місце для історії лікаря і пацієнта. Обіцяю, що книги, які ми вам пропонуємо, не залишать вас байдужими.

## Медичний гастроном

Надія Клименко



### 1. Абрахам Вергезе «Розсічення Стоуна».

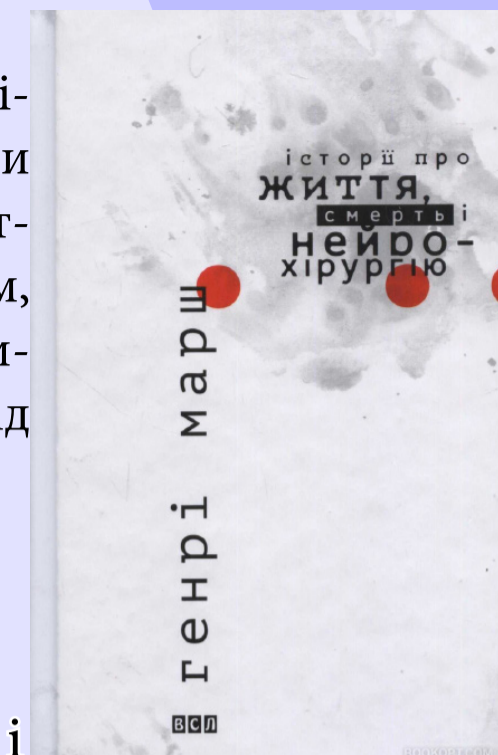
Це історія доктора медицини, професора Стендфорського університету про сіамських близнюків, розділених одразу після народження. Це – драматична сімейна сага про династію хірургів в країні третього світу. Автор хоче донести, що головне в роботі лікаря – полюбити свою роботу. І в цьому сенсі «Розсічення Стоуна» – справжнє визнання любові до професії. Книга наповнена історіями про різні куточки світу та ситуаціями, в які може потрапити лікар.



### 2. Генрі Марш «Історії про життя, смерть і нейрохірургію».

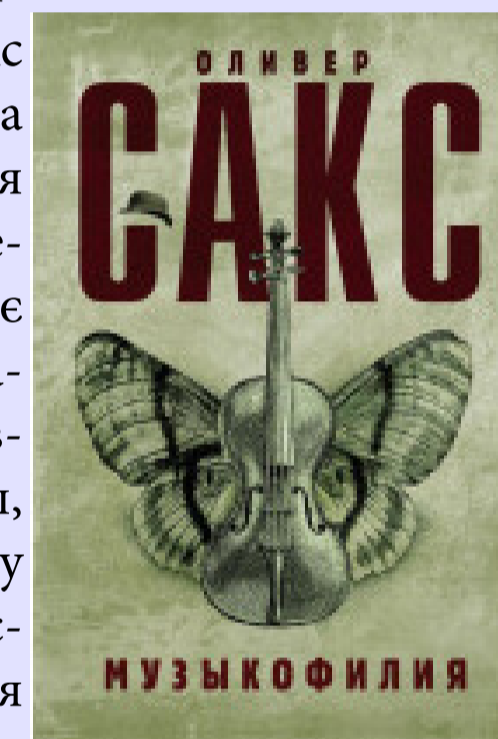
Генрі Марш – один із найвідоміших нейрохірургів. Його книга не зовсім автобіографія, швидше збірник окремих історій з лікарської практики. Девізом цієї людини було «Якщо люди, завдання яких – зменшувати кількість болю, перестануть ходити на роботу, тоді взагалі нічого не матиме сенсу». Гадаю, що цим можна повністю описати мотив «Історії». Автор розкриває завісу свого

«кладовища» - лікарських помилок, більше того, перестерігає читача від гордині та боягузтва в цьому плані. Визнати те, в чому ти виявився недостатньо сильним чи компетентним, може в майбутньому уберегти нас, колег, та що там, навіть наших пацієнтів від такої біди. «Історія...» - це живий підручник з деонтології та лікарської етики, яку слід прочитати кожному.



### 3. Олівер Сакс «Музикофілія: казки про музику і мозок».

Що таке ідеальний слух? Чи існує він взагалі? Як відрізнити слухову галюцинацію від музичного натхнення? Сакс вибрав дуже цікавий ракурс: його мета – змусити читача відчувати те, що відчувають пацієнти. Ця книга – справжня апологія музики, спроба вибудувати філософську систему на основі однієї людської пристрасті. «Музикофілія» є прямим доказом того, що наука теж буває поетичною і навіть може зазвучати справжніми нотами. Історія переповнена випадками із клінічної практики і, хочеш-не-хочеш, змушує приміряти на собі всі описані симптоми. Чи були у мене звукові галюцинації? А часто застряють в голові пісні-паразити? Наскільки постійно у моє життя вписалися навушники? Цікаво? Відповідей багато, питань ще більше, і всі вони розкриті завдяки Оліверу Саксу, простою і зрозумілою кожному мовою.



Книги відкривають нові горизонти свідомості. Вони допоможуть вам сформуванати більш повне уявлення про медицину та складнощі, які на вас чекають на професійному поприщі. Можливо, життєві ситуації в них навчать вас лікувати словом.

## Дорогие друзья!

### Мне тоже хочется рассказать вам свою историю.

Бухадича Рахматиллаева

Итак, я родилась в Узбекистане, а выросла в России, учусь теперь в Украине, (такая вот я - «лягушка-путешественница!»), мой первый язык – это узбекский, а второй – русский, поэтому и пишу на русском. После окончания школы, до последнего я не хотела идти в медицину, как большинство девушек, а мечтала стать бизнес-вумен, но дяди (а один из них – врач) сказал, что для этого нужны деньги.

Свой бизнес я потом могу открыть и как дополнительную профессию (хобби), а стране нужны врачи и профессора. Профессия врача, ведь, важнее для девушки, живущей в Узбекистане. Она пользуется большим авторитетом. Но, скорее всего, моим самым главным «толчком» к выбору профессии врача стала мама. Почему она? Моя мама болеет, а я видела ее страдания и почти на себе ощущала ее боль, но моя беспомощность ничем не могла помочь.

И тогда я решила, что Инш Аллах, я сама ее вылечу, буду помогать не только матери, но и всем тем, кто нуждается в медицинской помощи, в независимости от того, какой это человек: богатый или бедный, добрый или злой, друг или враг. Второй вопрос: почему именно УМСА? Потому, что именно здесь учились мои подруги, которые уехали в этом году работать на родину.



Хотите узнать, какая жизнь у студента медакадемии? О-о-о! Это сплошной адреналин. Вначале ты приезжаешь в другую страну с другой системой, другими обстоятельствами, людьми, смешанными языками и культурами... И, знаете, ведь в этом есть свой смысл! Это поймет каждый иностранный студент, который приедет сюда учиться, у каждого появится своя история. Студенческая жизнь – ведь это не то, что вы думаете! Небось, всем кажется, что у студента медицинского вуза нет своей личной жизни?! Что он только учится и учится, не вылезает из клиник... Как же вы ошибаетесь! Да, это главное, но кроме этого ещё сколько всего здесь интересного и важного! Сколько встреч, сколько мероприятий.

Студенты все успевают, если при этом правильно распределяют время (т.е. учеба-отдых). Учиться же на медицинском факультете не трудно, тем более, если у вас есть база знаний (когда поступаете после мед. колледжа). У меня его не было, для меня здесь все новое, мне трудно, но я справляюсь.

Иностранцев студентов все понимают, учителя отзывчивые, как и все люди вокруг, они помогают, отвечают на появившиеся вопросы, всегда идут навстречу. Да, бывали и конфликты, и недоразумения, но все споры решались мирно. Особенно я очень люблю кафедру анатомии и кафедру медицинской химии! Там самые отзывчивые и добрые учителя.

Вы знаете, я даже представить себе не могла, что учиться за границей в иностранной группе это так весело. Разные языки: арабский, украинский, французский, армянский, туркменский, английский, турецкий, а культура и мировоззрение настолько отличаются друг от друга! Мы узнаем что-то новое, собираемся вместе, гуляем, угощаем друг друга блюдами национальной кухни.

Мои дальнейшие планы: сдать на «отлично» КРОК и «АЙФОМ», закончить академию с отличием, получить диплом и отправиться дальше в ординатуру, учиться у лучших мастеров своего дела, приехать к себе на родину с массой новой информации и там открыть свою частную клинику.

Мечтаю поднять медицину в Узбекистане на новый уровень и в этом мне поможет УМСА, так что пожелайте мне удачи! С любовью ко всем, кого я встретила здесь.

Пам'яті відомого Вченого, Учителя,  
світлої Людини присвячується

## Погляд через призму десятиліть



«...Слідуючи маминим словам: «Отримай будь-яку освіту! Отримай диплом, а потім – йди, куди хочеш!», - я і вступив до Харківського медичного училища, після закінчення якого гордо пред'явив щасливим батькам червоний диплом. Це і визначило мою подальшу долю і зв'язок з медициною».

Це схоже на вдалий збіг обставин, але це не так. Людьми з великої літери не народжуються – ними стають. З хлопчика, за яким практично не було ніякого нагляду, який у початковій школі вчився на трійки, виріс Віктор Миколайович Бобирьов: перший проректор Української медичної стоматологічної академії, заслужений діяч науки і техніки України, доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри експериментальної і клінічної фармакології з клінічною імунологією і алергологією. Важко уявити, скільки зусиль було витрачено цією Людиною не тільки в науку, а і нашу сучасну Alma mater.

Як і будь хто з нас, Віктор Миколайович Бобирьов у свій час був просто студентом. Більш за все за свої знання і вміння він вдячний своїм учителям, серед яких: О.М. Фуголь, Е.Д. Бромберг, І.І. Косицин, Т.В. Золотарьова, Н.С. Скрипников.

«Я щасливий тим, що знав їх. Згадую всіх сьогодні з найбільшою повагою. Вважаю, що багато чому навчився в них. Це саме їм я зобов'язаний фундаментальними знаннями. За всі роки навчання в додатку до диплома в мене не було жодної четвірки. Всі п'ятірки...

На жаль, час неперворотний, і щось головне разом з їх уходом із життя також безповоротно втрачено.

Поступово чомусь нівелюється ставлення студента до викладача, поступово уходить поклоніння перед авторитетом. Можливо тому, що з'явилося чуже для мого покоління поняття «авторитарність». Хто знає. Але в наш час викладач для студента був зрідні Богу, і це було важливо для навчання останнього. Була спрага до знань, була повага до Того, хто їх дає».

Наші покоління і, звичайно, пріоритети відрізняються. Як дитина може час від часу не розуміти матір, так і студент може неправильно зрозуміти, що насправді намагається донести до нього викладач. Слова В.Н. Бобирьова змушують задуматись. Дуже важливо цінити і поважати тих, хто витрачає масу часу і зусиль на те, щоб зробити із тебе людину.



«Більшість людей мене питає про те, чому за стільки років я не зрадив обраному шляху і не погодився на інші, можливо, більш цікаві та звабливі пропозиції? Я відповім: звичайно, вони були. Але я закінчив у 1974 році Полтавський державний медичний стоматологічний інститут, що згодом став

Українською медичною стоматологічною академією. В моїй трудовій книжці єдиний запис одного вишу! І я сподіваюсь зберегти її на все життя. Нікуди йти не хочу. Не мрію і не піду! Хтось, можливо, скаже, що це патріотизм. Хай буде і так. А для мене це просто моє життя. І все воно нерозривно пов'язане з усіма тими перипетіями, які переживав за довгі роки наш вищий навчальний заклад!... І кожний етап залишив свій слід».

Вірність і відданість улюбленій справі просто вражає! Але ж і правда: він не зрадив своїм принципам і трудився на благо академії до тих пір, поки його не перемогла хвороба. Щоб не трапилось, це ні на краплю не робить менш значимими ті мудрі слова Віктора Миколайовича. Чим більше ти їх читаєш, тим з більшою повагою до них ставишся. Якби кожна людина так ставилась до роботи, світ був би кращим.

Сидячи в академії мало хто думає про те, скільки було докладено зусиль, на те, щоб вона була такою, як вона є. Легко недооцінити чийсь роботу, коли сам ніяк не торкаєшся до неї. Отримання статусу академії було не тільки історично важливим моментом у хроніці нашого ВНЗ, а й у житті В.М. Бобирьова:

«Це зараз я про все згадую з посмішкою, а тоді довелося нелегко. Без перебільшення можу сказати, що я жив у машині весь той час «вибивання», узгодження, утвердження і т.п. цього статусу! У понеділок виїздив з Києва до Полтави, а повернувшись з Києва 2-3 дні готував наступні документи – і знову до Києва... І так протягом кількох місяців!»



Цілеспрямованість привела Віктора Миколайовича до звання проректора, яким він пробув приблизно чверть століття, 15 років з якої – першим проректором. Всю життєву енергію він вкладав у розвиток академії. Він був вибагливим, але це було оправданим:

«Своїми принципами роботи першим проректором вважаю помірну жорсткість і відповідальність. Я завжди стараюсь, якщо даю комусь слово, обов'язково його дотримати. Не дивлячись на те, що останнім часом в нашій державі, як і будь-де, тяжкий кризис, наша Академія на фоні решти медичних ВНЗ виглядає достатньо гідно. І престижний рейтинг усіх 200 вузів України засвідчив те, що наш, підкреслюю, периферійний вищий навчальний заклад займає в ньому 50-те місце! Це важливий показник, яким ми, по праву, пишаємось.»



Мудрість В.М. Бобирьова проявляється і в його ставленні до роботи в колективі:

«Так, мені доставляє велику втіху і підвищує мотивацію мого доволі тривалого перебування на місці першого проректора – довіра начальства, в даному випадку – ректора В.М. Ждана. І це ні в якому разі не можна назвати гординею. Думаю, що всі, хто читає зараз ці строки погодяться з тим, що багато що в нашому житті залежить від узгодженості і довіри між членами команди і тим, хто її очолює?»

У мене в цьому плані щаслива доля: я все життя працюю з однодумцями, разом ми встигаємо багато чого досягти. Я – співавтор десятків патентів, автор десяти підручників, серед моїх учнів 3 доктора, 12 кандидатів наук».

Без довірчих стосунків неможливо збудувати міцний і дружній колектив. Взаємна підтримка – це те, що тримає на плаву не тільки тебе, але і того, з ким ти прямуєш до мети.



## Займатися потрібно всім!

В.М. Бобирьов

В поглядах на життя я одвічний оптиміст. Політичні, економічні, соціальні проблеми? Але ж це проходили вже багато разів до нас і будуть проходити після нас.

Я ріс і виховувався у минулому столітті й був знайомим з багатьма чудовими його представниками. Людьми, чії імена увійшли в історію медицини.

Батьки та їх суворі заповіді допомогли мені стати порядною людиною, нездатною на підлість, відданим своїй професії і таким, що вміє постійно трудитися.

А те, над чим ми всі самовіддано працювали, у тому числі й впродовж останніх дуже важких років як для країни, так і Академії, увінчалось визначними успіхами: це і випуск навчальних і наукових матеріалів, і успішне приєднання до Болонського процесу, і велика кількість міжнародних договорів про постійну співпрацю в області медицини...



Я пишаюсь тим, що працюю в команді, в якій оптимальним є спільна праця професіоналів, людей, що захоплюються медициною і викладанням, в якій поважають і продовжують традиції медичного вищого навчального закладу, де забезпечують учбовий процес і

розвивають науку. Одним словом, здійснюють все можливе, щоб підняти імідж академії на європейський рівень.

Є всі причини для того, щоб з оптимізмом зустрічати майбутнє. Потрібно просто багато трудитися і любити її, Академію.

Вона неодмінно відповість взаємністю.

Стаття була написана з використанням цитат із книги «Одкровення», розділу «Погляд через призму десятиліть на минуле єдиної в Україні Академії – медичної стоматологічної».

## "ЛІДЕР УМСА"

ЯРОСЛАВА ВОРЧАК

Ти ще й досі вважаєш, що лідерами народжуються? З цим твердженням готові посперечатися учасники молодіжного проекту школи студентського активу «Лідер УМСА».



27 лютого завершився перший модуль «Лідерство та робота в команді» і вже підходить до завершення другий «Написання та реалізація соціального проекту». Впродовж цього часу вони працювали над собою – тренінги, лекції, диспути, розробляли та оформляли власні навчально-виховні та розважальні заходи, репрезентували їх, опанували SMM технології і вже встигли втілити в життя власні проекти.

Кожне заняття особливе: відводиться певна тема, яку поступово розкривають запрошені ментори. Зазвичай це люди, які досягли в житті успіху в певній сфері, які вміють вести за собою суспільство, можуть злагоджено організувати роботу в команді і, найголовніше, знають методи, як цьому навчити інших.

Після кожної зустрічі учасники школи мали змогу самостійно опрацювати отримані знання та закріпити їх, виконуючи домашні творчі та організаційного характеру завдання. За них, як і за участь у тренінгах, учасники отримували бали, відповідно до яких сформовано рейтинг активності слухачів. По закінченню школи сума цих балів вирішить, який саме сертифікат здобуває учасник.



Проте, усі студенти вмотивовані працювати не заради гарних оцінок: домашні завдання самі по собі досить цікаві та дають змогу реалізувати свій лідерський потенціал.

Тренінги проходять в інтерактивній формі, що дозволяє учасникам більше комунікувати. Окрім того, що

це — обмін інформацією між активом і ментором, більша частина часу відводиться на опрацювання практичних навичок. Запрошені гості кожного разу презентують нові методи психологічного розвитку як лідера, так і команди. Це і спосіб реалізації власних заходів, навички говорити і слухати, ефективний розподіл обов'язків у команді, а також можливість знайти і розвинути в собі ті самі лідерські якості, які згодом стануть інтуїтивною платформою вашої роботи. Усе це формує базовий комплекс знань, потрібних кожному керівнику.

Учасники мали змогу продемонструвати свої заходи, над якими працювали впродовж декількох тренінгів.



Ідеї виявилися цікавими, і слухачі планують втілити їх у життя. Зараз триває доробка основних моментів заходів та сценаріїв, тому я впевнена, що згодом ми ще про них почуємо і, можливо, візьмемо участь.

Вони обрали свій шлях: ставати лідерами, вчитися лідерству, вести за собою.

Ми вирішили поставити кілька питань слухачам школи:

Чому ми вирішили взяти участь в школі «Лідер УМСА»?

Микола Казаковцев: Я хотів розширити свою зону комфорту, підтягнути навички комунікації та виступу перед аудиторією. Крім того, я хотів здобути більше впевненості в собі як у лідері.

Володимир Курило: Ще до школи "Лідера УМСА" я намагався розвивати в собі лідерські якості, бо знав, що без цього в своєму житті я не обійдусь, я розумів - це саме те, що надасть мені ще більше віри в себе, відповідальності, дисципліни і найголовніше - успіху! Як тільки я дізнався про набір у школу Лідера, то без будь яких роздумів пішов туди!

Чи змінилося ваше ставлення до роботи лідера/керівника?

Микола Казаковцев: Так, авжеж. Вона є не такою легкою, як здається. Лідер завжди повинен мати широку обізнаність у справі, яку робить його команда. Крім того тримати у голові колосальну кількість інформації та усвідомлювати, що він своїми діями несе відповідальність за успіх своєї команди. Це доволі не прості завдання.

Дмитро Зайцев: Да, изменилось, потому что только пройдя через все этапы и организовывая более менее большое мероприятие переосмысливаешь весь путь этих действий, их суть, получаешь опыт и узнаешь, что от банальных мелочей может зависеть успех мероприятия.

Володимир Курило: Моя відповідь - так. Змінилося кардинально. Коли я навчався в школі я завжди намагався уникати якихось лідерських посад, відповідальності, та роботи з іншими. Саме в школі "Лідер УМСА" я перейняв на себе ці повноваження організатора і усвідомив наскільки це важко. Але, як кажуть: «игра стоит свеч».

Чи будете Ви використовувати отриманні знання в подальшому, і для чого саме?

Дмитро Зайцев: Безусловно я буду использовать приобретенные мною знания в дальнейшем, для самореализации себя и воплощения в жизнь своих идей, успешного продвижения в карьере и других сферах жизни.

Володимир Курило: Мене не було б в цій школі, якби не мав мети використовувати всі ці навички в житті.



Яким, на Вашу думку, має бути студентський лідер?

Володимир Курило: Студентський лідер має бути гідним даного звання: авторитетним, комунікабельним, розумним, організованим та готовим відстоювати права та ідеї студентів!

Дмитро Зайцев: Студенческий лидер должен быть прежде всего честным, мотивированным, ответственным, авторитетным и коммуникативным, именно этот набор качеств позволит ему эффективно реализовывать себя как руководителя.

Чудово, що у нас є можливість виховати у собі якості, які допоможуть розвинути в собі нові професійні здібності.

# Синдроми медика- Студента

Ярослава Ворчак

Не всім студентам відомі проблеми, з якими мало не кожного дня зіштовхуються студенти-медики. Через те, що майже весь свій вільний час ми проводимо у стінах рідної академії, періодично деякі проблеми мають здатність загострюватись і перетворюватись у синдроми.

Важливо: у когось уже є стійкий імунітет до таких факторів навчання, хтось просто не помічає дивні загострення у інших, але основними носіями і жертвами таких синдромів все ще залишаються першокурсники — найменш загартовані в навчанні люди.

## Синдром Студента і Таємної Аудиторії

Характерний в хронічному вигляді лише для першачків. Проявляється синдром у феноменальній до точності здатності рівно за п'ять хвилин до початку заняття зрозуміти, що аудиторія знаходиться в іншому кутку академії, і все з такою ж феноменальною точністю добратися до неї за лічені секунди. Зазвичай старости груп мають стійкий імунітет до цього синдрому.

## Синдром Пом'ятого Халата

Один з найяскравіших синдромів, який можна виявити на око без додаткових досліджень. Проявляється у великій кількості складок на халаті, які в особливо тяжких випадках підкріплюються лініями від авторучок. Питання: «Звідки вони беруться і чому» все ще досліджуються спеціалістами.

## Модульний Синдром

Найгірше відображається на здоров'ї студентів та їх зовнішньому вигляді. Іноді цей синдром називають Передмодульним і настає він періодично кожні два місяці. З'являються скарги на відсутність розуміння слова «сон», бездонні мішки під очима і вигляд «знятого з хреста». Проходить цей синдром теж сам по собі після здачі модулів.

## Синдром Лінивого Першокурсника

Як не дивно, найчастіше виявляється у всіх студентів, що старші першого курсу. Проявляється надмірною активністю на семінарських заняттях або, навпаки, спалахами сонливості та ліні. Найчастіше супроводжується фразами: «Ну поставте три, я ж читав» або «А можна на перездачу?». Протікаючи в особливо тяжкій формі, студент, навіть коли знає на «3», а отримав «4», то все одно буде обурюватись, чому не «5».



Якщо ви бодай у якомусь із перелічених вище синдромів упізнали себе, то не гайте часу: звертайтеся до студентів, які здобули на них собі гарний імунітет, і дізнавайтесь секрети подолання цих медичних студентських проблем.

**У** вас все вийде!

**П**осміхайтесь і не хворійте.

## Що Ви знаєте про СНТ?

**Анна Безкоровайна**  
**Анастасія Малик**

Снт? – перепитають одні, а інші впевнено скажуть, - Парламент!... Чи науковий гурток?

Ні, друзі, так далі не піде. Тому давайте в цьому випуску познайомимось ближче зі Студентським науковим товариством, почавши з людей, які в ньому працюють.



Ми поставили членам Ради СНТ декілька запитань і ось які цікавинки дізнались:

Смт? – перепитають одні, а інші впевнено скажуть, - Парламент!... Чи науковий гурток?

Ні, друзі, так далі не піде. Тому давайте в цьому випуску познайомимось ближче зі Студентським науковим товариством, почавши з людей, які в ньому працюють.

Ми поставили членам Ради СНТ декілька запитань і ось які цікавинки дізнались:

### **1. На що б витрачали час ці СНТшники, якби не наука:**

На сон («всі знають, що він є, але не знають, що це таке»), спорт, фотографію, хендмейд, роботу, вивчення мов, музику, практику, поглиблення (куди вже далі?) своїх знань з академічних дисциплін, стажування, курси, книги ...

Але найбільше нам сподобалась відповідь «Переводила би бабусь через дорогу, навчала б людей сортувати сміття та організувала б магазин безкоштовної їжі».

### **2. Максимум кави за день:**

Абсолютний рекорд серед респондентів – 20 чашок (за нашими підрахунками приблизно 5 літрів), і він ще живий!

### **3. Усна доповідь чи тільки публікація?**

Доповідь! (майже одногосно), бо «без неї наче лист призначень є, але без видачі медикаментів».

### **4. Дієві (майже) рекомендації як боротись зі страхом виступу на конференції:**

- Перечитувати доповідь (не допомагає)
- Вивчати додаткові джерела
- Розповідати перед дзеркалом
- Дихання (глибоке, гімнастика) – погоджуємось, допомагає навіть жити.

- «Ставлю собі потенційні запитання і відповідаю»
- Класична музика
- «Всі ці люди прийшли мене послухати, значить я того варта»
- Збиратись з думками (на всі випадки життя)
- «Щасливий копняк від мого зама та кілька її добрих слів» (та інші неймовірні варіації батого та пряника)
- Ніяк (рекомендуємо, безпрограшний спосіб)
- «Ромашка, просто взяв і зробив, пагнали!»

### **5. Які там в них кар'єрні прагнення?**

66,6% (серйозно) респондентів не відмовились би від звання професора. Отак!

### **6. Сни (зараз Ви зрозумієте, як їм вдається та наука):**

- Кореневі канали
- Примарні цикли всяких Кребсів у безсонну ніч
- Клиноподібна кістка
- Альфакетоглутаратдегідрогеназний комплекс та processus clinoideus (що ж там за сюжет був?)
- Безкінечне відлуння «musculus latissimus dorsi!»
- М'язи шиї
- Провідні шляхи аналізаторів на 1 курсі (вони їй знадобились на 4)

А Ви вже спробували таку методику навчання?

### **7. Скільки разів Ви хотіли забрати документи?**

Ні, це ми вже Вас питаємо, дорогі читачі.

Бо якщо прибрати всі жарти, сукупну позицію цих наукових людей можуть окреслити дві відповіді: «Не хочу розчаровувати 17-річну себе, що подавала ті документи з блиском в очах» та «Завжди знала, що медицина це те, чим хочу займатись».

### **8. Якби Ви стали Міністром охорони здоров'я, то яку б реформу за-**

запропонували?

«Я – Міністр охорони здоров'я? Та нізащо в світі!»;

(безліч інших безумовно корисних пропозицій);

«Вважаю, що «радити» може кожен, але насправді зробити вагомі внески можуть одиниці. Коли займу це місце, то вже буду мати потрібний досвід, мудрість та ідеї щодо вдосконалення».

#### 9. «Халява прийди!»...?

«Як і всі нормальні студенти – так, а ще книжку на ніч під подушку, п'ятак під праву п'ятку і т.д. А взагалі в моєї групи є маскот, якому ми згодовуємо бажання перед важливими подіями. Всі хто загадав йому бажання склали КРОК-1 з першого разу».

Вчіться, дітки – надійний рецепт від самої голови СНТ.

#### 10. Чи звернулись би Ви до свого одногрупника за лікуванням?

Як не дивно, але більшість опитаних довіряють своїм братам/сестрам по табелю. Хоча є там такі дискримінатори, що кажуть «не хотілося б потрапляти до нарколога, психіатра та анестезіолога».

Як відповіли б Ви? Дайте знати на сторінках СНТ у Facebook, Instagram та Telegram.

Сподіваємось, що члени Ради СНТ більше не будуть для Вас адміністрацією селища міського типу чи просто «збіговиськом науковців».

Чекайте новин і анонсів, приходьте на заходи товариства, і ми подружимося!



## СНТ УМСА

Студентське наукове товариство  
Української медичної стоматологічної  
академії

# "Лікарі з гумором"

Анна Безкоровайна  
Олександра Торубара



В цьому навчальному році на щорічному академічному конкурсі «Лікарі з гумором (для старших курсів)» перемогла команда «День і Ніч». Вони забрали собі «ту саму» сову, але неодмінно передадуть її до рук нових переможців. Змагання було напруженим і захоплюючим, і ніхто не зміг передбачити результат.

А 21 травня цього року відлунав другий конкурс "Лікарів з гумором", але вже для 1-3 курсів, у якому перемогла команда "Лікар Восьминіг".



Якщо ви не змогли прийти на обидва конкурси - не сумуйте! Наступного року ви зможете побачити битву за сову ще два рази.

Щоб заповнити очікування, пропонуємо вирішити задачу. Відповіді надсилайте нам у коментарі до відповідного посту в Instagram @umsa.snt.

Якось місис Джейн, що проживає на заході Англії, грала в театрі і почула дивні звуки. Вони були схожі на писк, і джерело їх походження було незрозумілим.

Трохи пізніше жінка зрозуміла, що звук чути щоразу, коли рухаються її очні яблука. Деякий час по тому вона чула і звук руху власної крові. Під час обіду Джейн могла не чути розмов через звуки свого жування, настільки вони були для неї голосні. Згодом це рідкісне захворювання стало серйозно погіршувати якість життя англійки – її очі фактично тряслися від, наприклад, телефонного дзвінка. Виявляється, слух жінки став неймовірно чутливим через рідкісну патологію. З чим саме вона пов'язана?

**Ukraine NOW ua**

**ЛІКАРІ З ГУМОРОМ**  
(ДЛЯ СТУДЕНТІВ 1-3 КУРСІВ)

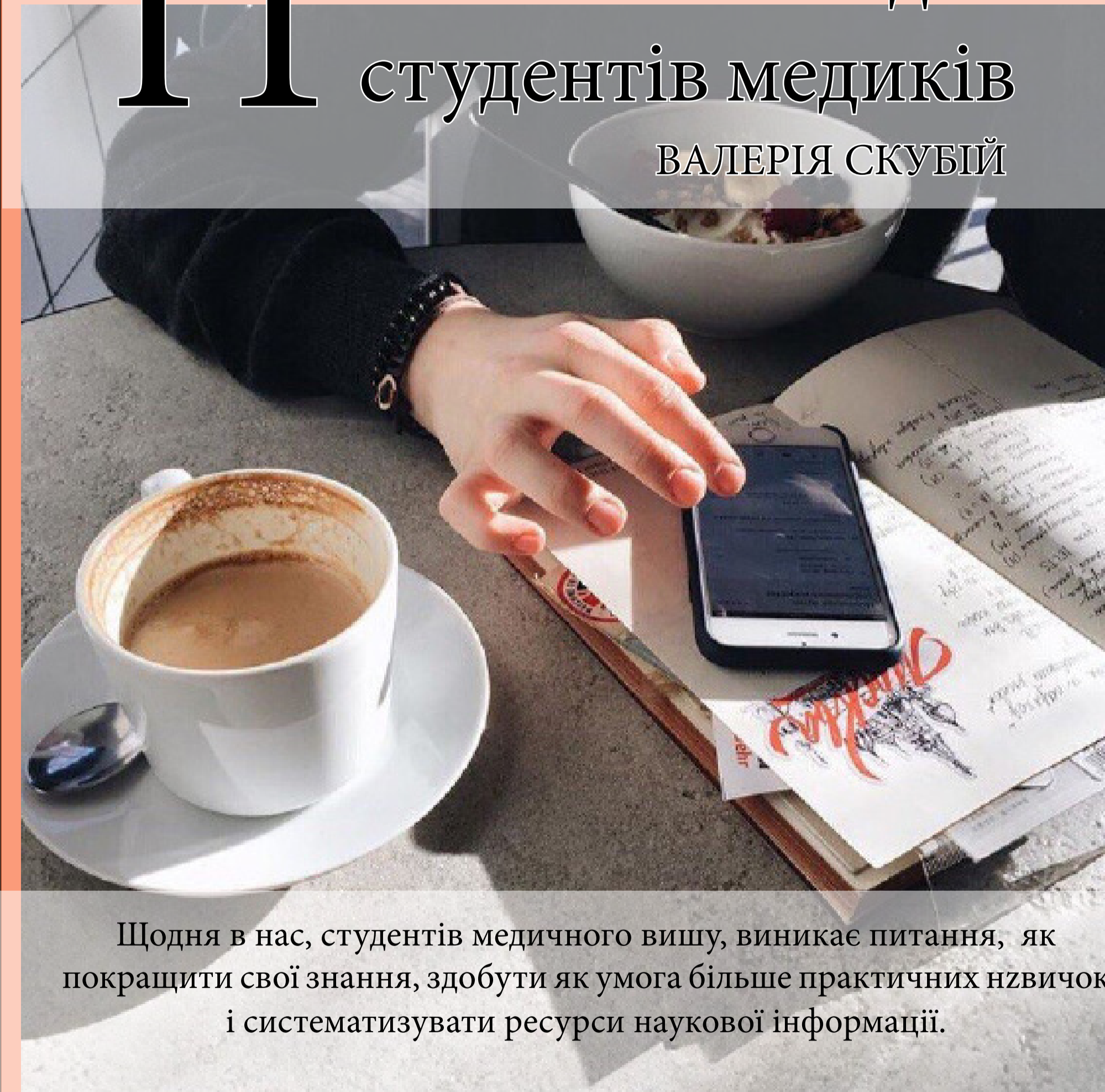
**21 травня 2019 о 16:00**  
Лекційна аудиторія №5  
ВХІД ВІЛЬНИЙ!

**Хто ж найкмітливіший серед 1-3 курсів?**



# IT-технології для студентів медиків

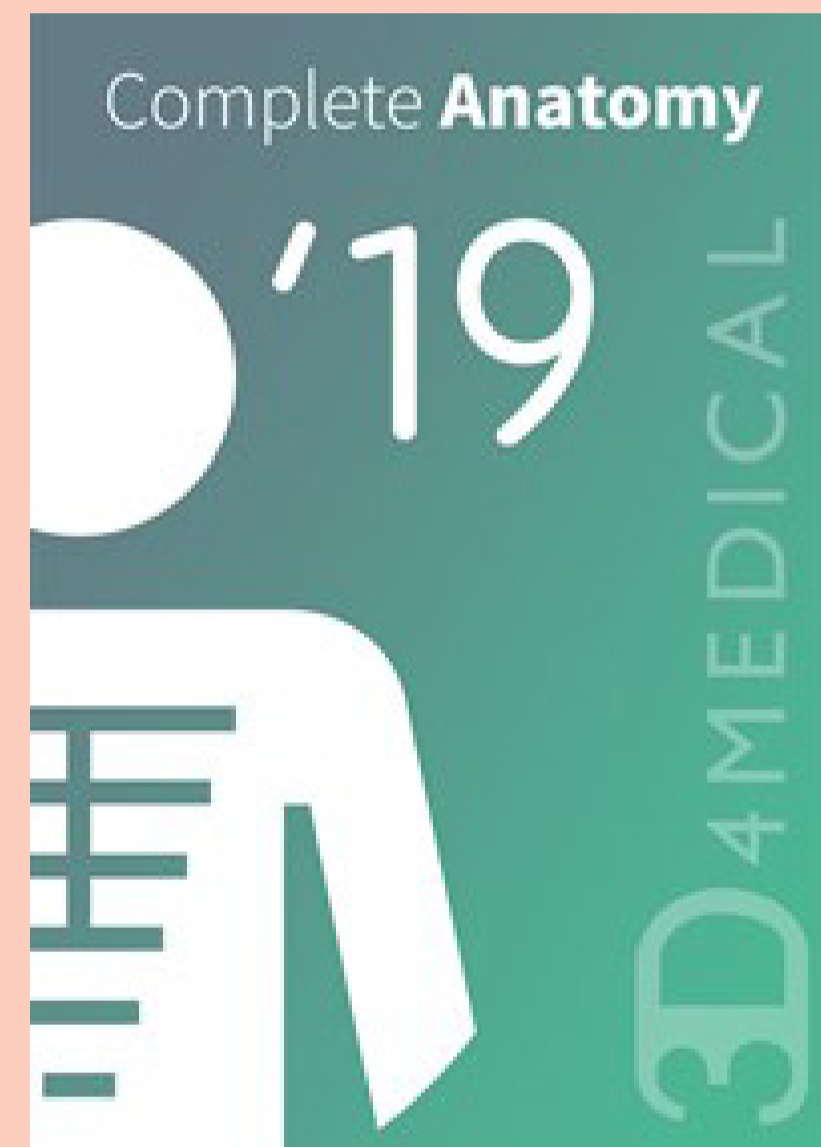
ВАЛЕРІЯ СКУБІЙ



Щодня в нас, студентів медичного вишу, виникає питання, як покращити свої знання, здобути як умога більше практичних навичок і систематизувати ресурси наукової інформації.

Світові показники говорять, що знання, які ми отримуємо з підручників, книг та інших текстових матеріалів швидко забуваються. Багато зарубіжних навчальних закладів використовують в своїй навчальній практиці 3D-візуалізацію навчального матеріалу. Така методика допомагає підвищити можливість вивчення матеріалу абсолютно з будь-яких дисциплін.

Першим додатком є Complete Anatomy. Це інструмент світового зразка за допомогою якого можна підвищити свій рівень знань з курсу анатомії. Додаток доступний на будь-яких девайсах, що дозволяє вивчати анатомію у трьох-вимірному просторі. З його допомогою можна вивчити понад 9000 структур і розглянути кожний шар тіла людини, використовуючи при цьому зручні інструменти для вирізання та малювання. В цьому додатку ви матимете можливість робити власні записи, проходити інтерактивні вікторини, а також обмінюватися своїми знаннями та досягненнями з іншими студентами через платформу.



Розглянемо додаток для діагностики – Prognosis: Your Diagnosis. Цей додаток нереально крутий для того, щоб перевірити свої навички в діагностиці, використовуючи при цьому візуально імітуючі клінічні випадки. Кожен клінічний випадок містить в собі короткий, але достатньо глибокий аналіз клінічного процесу, який весь час супроводжується обговоренням умов і симптомів.

# figure 1

Наступний додаток називають «Інстаграм для лікарів», завантажити його можна під назвою Figure 1. Працює додаток подібно до відомої соцмережі, що дозволяє лікарям постійно обмінюватися зображеннями захворювань, травматичних пошкоджень та різноманітних клінічних ситуацій. Хоча першочергово додаток розробляли для практикуючих лікарів, студентам буде не менш цікаво розбирати справжні ситуаційні задачі.

При розробці медичних додатків все ж таки більший нахил було зроблено на курс анатомії людини, тому утримайте – Orca Health's Decide Series. Програма зручно поділена на розділи «Спина», «Серце» і тд.. За допомогою неї студенти можуть знайомитися з різними частинами людського тіла, виконувати вправи та додаткові завдання для покращення виченого матеріалу.



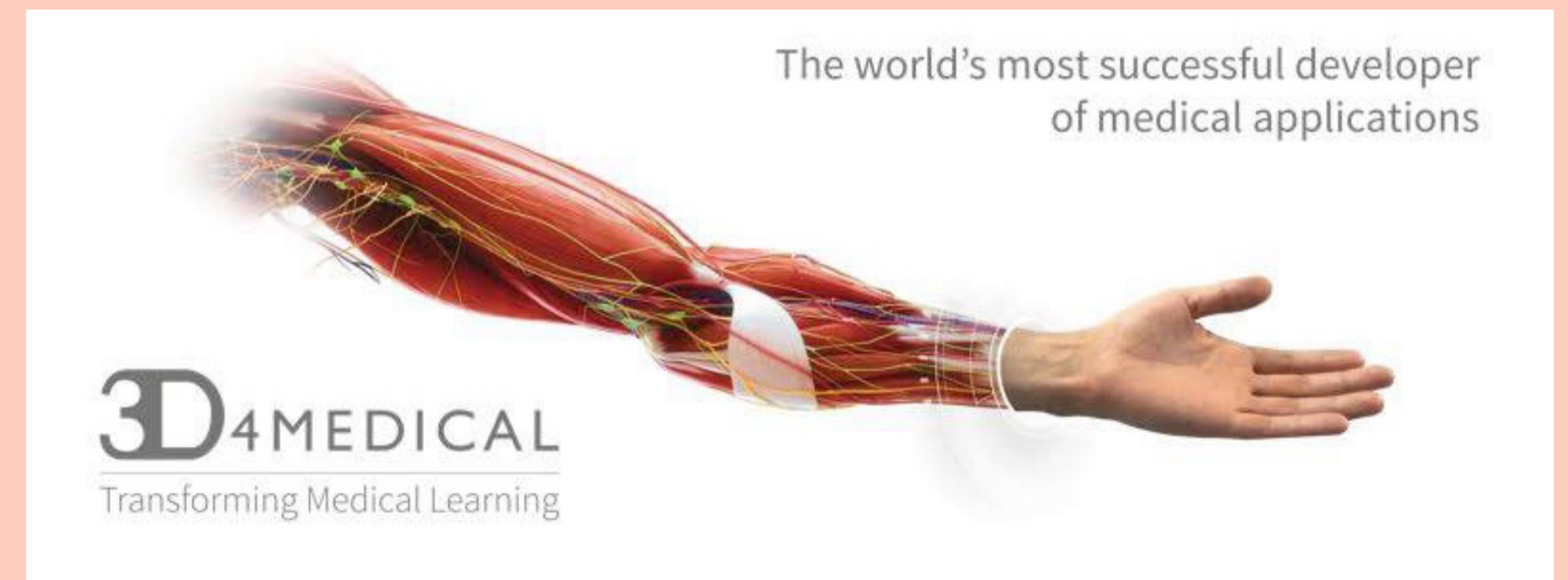
Міологія, тут навіть не треба багато говорити, додаток Learn Muscles включає в себе 141 зображення різних м'язів, з їх назвою, розташуванням, описом, принципом дії та іншими крутими підказками для студента. Програма також містить в собі інструмент для проведення вікторин, для студентів бажаючих перевірити себе.

Для студентів-стоматологів невід'ємним додатком має бути СтомКлуб. Це новий проект, який включає в себе такі розділи: офлайн довідник матеріалів, препаратів та інструментів; опис захворювань та анатомія зубів; розділ Статті, який щодня оновлюється. Тому отримувати нову інформацію стає все краще та зручніше!



програма для стоматології

Тепер від теорії до практики. 3D4MEDICAL - анімаційний додаток, який абсолютно універсально може використовуватися як студентами – для вивчення матеріалу, так і лікарями – для наглядного пояснення пацієнту причин захворювання та методів лікування. Анімація Dental Patient Education містить в собі різні методи лікування в області ортопедичної стоматології, ендодонтії, парадонтології, ортодонтії, щелепно-лицевої хірургії, а також методи проведення діагностики та профілактики. Крім цього, програма надає можливість пошарово бачити будову щелепи, розташування м'язів, судів та нервів, а також розглядати кожен зуб окремо. Зручним інструментом є можливість робити позначки, малювати та виділяти на зображеннях. Прямо з цього додатку маємо змогу відправити пацієнту файл через електронну пошту.



Ще одним зручним додатком для стоматологів є Smile Designer Pro. Програма дозволяє візуалізувати пацієнту бажану посмішку, спланувати хід лікування та заздалегідь побачити результат роботи. Наукові дослідження неодноразово підтверджують той факт, що люди приймають рішення під впливом емоцій. Тому цей додаток допоможе спростити процес комунікації і презентації для лікаря, а завдяки візуалізації мотивувати пацієнта погодитися на лікування.



Слід пам'ятати, що додатки лише полегшують процес вивчення та покращують ваші знання і допускаються до використання як допоміжна підготовка, не варто робити їх основним джерелом знань. Проте завжди будьте на хвилі нових відкриттів, технологій та вдосконалень. Вчіться новому, поглиблюйте свої знання та навички, а головне отримуйте задоволення від улюбленої справи!

## "Голос академії 2019" Юлія Погуляй



В цьому році співоче шоу «Голос академії 2019» відбулося в Полтавському академічному обласному театрі ляльок.

Захід мав благодійну мету – кошти з квитків та зі спеціальних скриньок, що знаходилися в залі, направлені на допомогу студентці 3 курсу стоматологічного факультету Білик Христині з діагнозом цироз печінки, яка потребує термінової пересадки.

За правилами цього річного конкурсу, за кілька тижнів до шоу відбулося онлайн голосування, яке визначило 10 учасників: Безкоровайна Анна, Зозуліна Тетяна, Бешенцев Максим, Яковлева Аріна, Федорова Аліна, Сидорський Ігор, Звягін Микола, Капустянський Ігор, Шкиль Каріна, Ситник Іванна.

Оцінювало учасників журі у складі: голова журі – ректор академії Ждан Вячеслав Миколайович, про-ректор з науково-педагогічної та виховної роботи професор Похилько Валерій Іванович, начальник відділу культурно-освітньої діяльності Сидоренко Людмила Володимирівна, голова студентського парламенту УМСА Соколова Даниїла, голова первинної профспілкової організації студентів Кравченко Вікторія.



Сам конкурс складався з двох турів та фіналу:

1 тур – кожна пара презентує свою пісню та за оцінками журі проходить далі лише один учасник;

2 тур – конкурсант представляє пісню за власним вибором, а у фінал потрапляє тільки двоє, виконуючи композицію, що обере голова журі.

Отже, у фіналі змагалися Безкоровайна Анна та Зозуліна Тетяна з піснею Максима Фадеева та Наргіз – «Вдвоєм». За результатами голосування перемогу та звання «кращого голосу УМСА 2019» отримала студентка 4 курсу медичного факультету Безкоровайна Анна.



В номінації «приз глядацьких симпатій» нагороджено - Ситник Іванну, «кращий чоловічий вокал» – Звягін Микола, «кращий жіночий вокал» – Зозуліна Тетяна.

На співочому шоу пролунало багато драйвових, меланхолічних, різноманітних пісень, ми почули сильні голоси, кожен насолодився атмосферою радості, добра та натхнення.

За чудову організацію дякуємо студентському парламенту та чекаємо всіх бажаючих наступного року взяти участь у неймовірному шоу «Голос академії 2020»!

# ЗДОРОВ'Я - ВИБІР КОЖНОГО

Кількість онкохворих у світі невпинно зростає. В Україні щороку реєструється понад 130 тис. нових випадків онкологічних захворювань. За даними офіційної статистики у чоловіків лікарі найчастіше діагностують рак трахеї, бронхів та легень. Значне місце серед онкопатології займає також рак шлунку, кишечника, простати. У жінок онкологи часто виявляють пухлини молочної залози, шийки матки.



Поряд з онкологічними захворюваннями актуальною проблемою суспільства є ВІЛ/СНІД. За оцінками експертів, близько 270 тисяч українців сьогодні живуть з діагнозом ВІЛ-інфекція, половина з них не знає про свій позитивний ВІЛ-статус. Кожному другому з тих, хто заразився, сьогодні ще не виповнилося 25 років.

Міністерство охорони здоров'я України впроваджує програми безкоштовного лікування раку, надання допомоги людям з ВІЛ-статусом, наголошує на важливості та необхідності профілактики даних захворювань. На жаль, сучасна молодь має низький рівень обізнаності щодо шляхів передачі ВІЛ, методів контрацепції та не володіє інформацією про місця, де можна безкоштовно пройти

У Полтаві активно діє Всеукраїнський проект «Здоров'я – вибір кожного», спрямований на інформування молоді щодо вищезазначених захворювань, їх профілактики, формування відповідальної позиції до свого здоров'я, толерантного ставлення до ВІЛ-позитивних людей. Реалізують даний проект волонтери загону «Єдність» УМСА, які проводять лекторії для студентської молоді, учнів шкіл міста Полтави на тему «Снід та рак – реальні загрози. Збережи своє здоров'я та життя».



«Ми переконані, що знання – це найкраща зброя від будь-якої хвороби. Ось, чому ми і займаємося просвітницькою діяльністю в нашому місті», – наголошують волонтери.

Нагадуємо, що Всеукраїнський проект «Здоров'я – вибір кожного» ініційований ГО "Громадські ініціативи охорони здоров'я «Здорове людство» та діє у Полтаві за підтримки Управління у справах сім'ї, молоді та спорту виконавчого комітету Полтавської міської ради.

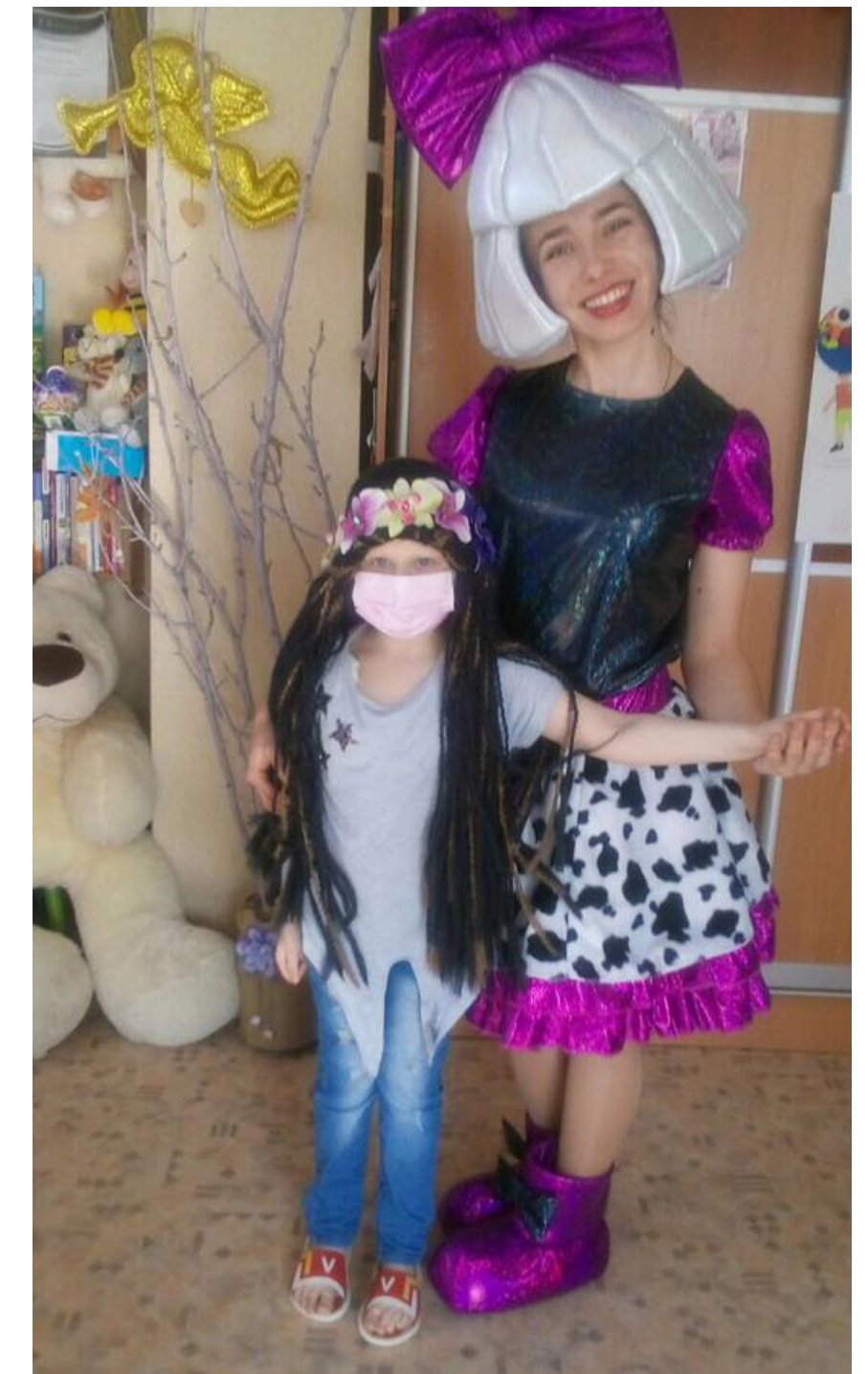
## ПАЦІЄНТАМ ОНКОГЕМАТОЛОГІЧНОГО ВІДДІЛЕННЯ ПОЛТАВСЬКОЇ ДИТЯЧОЇ ЛІКАРНІ ДОПОМАГАЮТЬ НЕБАЙДУЖІ З УСЬОГО СВІТУ

Волонтери загону «Єдність» вже не перший рік успішно реалізують проекти, які пов'язані з психо-емоційною підтримкою та соціалізацією дітей з інвалідністю. Особливим напрямком роботи є спілкування з онкохворими дітьми, які перебувають на лікуванні в ДМКЛ м. Полтави. Проведення ігор, конкурсів, арт-терапії, перегляд мультфільмів, - все це допомагає на деякий час забути про хворобу.



Волонтери загону «Єдність» вже не перший рік успішно реалізують проекти, які пов'язані з психо-емоційною підтримкою та соціалізацією дітей з інвалідністю. Особливим напрямком роботи є спілкування з онкохворими дітьми, які перебувають на лікуванні в ДМКЛ м. Полтави. Проведення ігор, конкурсів, арт-терапії, перегляд мультфільмів, - все це допомагає на деякий час забути про хворобу.

«Це наша Танюшка – дівчинка з прогресуючим захворюванням, на «паліативі», має виражений больовий синдром, приймає сильнодіючі знеболюючі та майже 3 тижні не виходить з палати. Проте, після візиту волонтерів і подарованих ними казкових перук, вона стала посміхатися і була щасливою», – говорить зі сльозами на очах мати маленької пацієнтки Тетянки.



На цьому волонтери не зупиняються – продовжують дарувати тепло своїх сердець іншим.

# ОБЕРЕЖНО! ТУБЕРКУЛЬОЗ!



24 березня увесь світ відзначає День боротьби із захворюванням на туберкульоз. Саме ця дата 1882 року знаменується відкриттям німецьким мікробіологом Робертом Кохом мікобактерії туберкульозу, за що вчений був удостоєний Нобелівської премії з фізіології та медицини 1905 року.

Студенти-волонтери роздавали перехожим листівки з інформацією про симптоми хвороби та профілактику туберкульозу, а також наліпки з зображенням ромашки – символу боротьби з туберкульозом, проводили опитування та запрошували всіх бажаючих пройти безкоштовно флюорографічне обстеження в пересувному флюоромобілі, який працював поряд з облаштованим профілактичним містечком за сприяння Полтавського обласного клінічного протитуберкульозного диспансеру.



До проведення заходу долучилися викладачі кафедри внутрішньої медицини №3 з фтизіатрією УМСА, які поділилися ґрутовними знаннями з містянами щодо шляхів передачі туберкульозної інфекції, ранніх клінічних ознак, методів профілактики та наголосили на тому, що туберкульоз – виліковний, за умови дотримання рекомендацій лікаря.



«Жива» статистика пролунала з вуст викладача, асистента кафедри внутрішньої медицини №3 з фтизіатрією, лікаря-фтизіатра Марини Володимирівни Куліш:

«Порівняно з минулим роком визначається тенденція до зниження захворюваності на туберкульоз. Беручи до уваги Україну і Полтавську область, даний показник знизився майже на 3% в нашій країні, в той час, як на Полтавщині – на 8%».

# ЗНАННЯ, ЯКІ РЯТУЮТЬ ЖИТТЯ

Група тренерів, невтомних волонтерок загону «Єдність» Вікторія Войнаш, Єлизавета Первушина, Дар'я Матяж на чолі з к.мед.н., доцентом, доцентом кафедри хірургії №2 Денисом Васильовичем Капустянським продовжують навчати жителів міста Полтави правилам надання домедичної допомоги при критичних станах.



Заняття побудовані на поєднанні теоретичного блоку та практичної частини. Учасники тренінгів опановують практичні навички зупинки кровотеч, іммобілізації при травмах, серцево-легеневу реанімацію, відпрацьовуючи це до автоматизму на манекенах.



Протягом останнього місяця волонтери передали медичні знання педагогічним працівникам Полтавського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти ім.М.В.Остроградського, студентам ПНТУ ім.Юрія Кондратюка, провівши цикл тренінгів.

# ВАЖЛИВО БУТИ ТАМ, ДЕ НАС ЧЕКАЮТЬ!!!

Наша планета – рідний дім, де ми самі створюємо умови для існування, життєдіяльності. Це відкриває нові можливості і простір, щоб реалізувати усе задумане...

День Землі відзначили волонтери 22 березня зі своїми друзями, пацієнтами Центру реабілітації дітей з органічними ураженнями нервової системи.

«Спілкувалися багато: про життя на Землі, про те, що наше завдання – зберегти її і стати щасливими! А ще ми зробили величезну паперову Планету разом з малечю», – говорить Юлія Гангур, координаторка напрямку соціально-психологічної адаптації та психоемоційної підтримки дітей із захворюваннями нервової системи.



Окрім відзначення тематичних заходів, волонтери навчають дітей елементам арт-терапії, сприяючи покращенню дрібної моторики пальців рук, проводять руханки, вікторини і просто спілкуються, бо впевнені, що це сприятиме одужанню пацієнтів.



# "Містер УМСА"



Чоловіки нашої академії завжди відрізнялися своїми талантами та неординарним підходом до будь-яких ситуацій. Як і наші містери! У стінах академії відбувся щорічний академічний конкурс «Містер УМСА 2019». Цей захід користується високою популярністю, особливо серед прекрасної половини нашої академії. Він проходив за ініціативи студентського профкому УМСА та за підтримки ректора УМСА В. Ждана. Була розіграна велика кількість призів від наших спонсорів для кращих чоловіків цього вечора. Конкурсанти отримали наступні номінації:



«Містер Харизматичність» - Аль Дахамша Ахмед,  
«Містер Багатогранність» - Перець Дмитро,  
«Містер Мужність» - Аборехаб Махмуд,  
«Містер Феєричність» - Свирида Олександр,  
«Містер Артистичність» - Боровик Роман,  
«Містер Креативність» - Звягін Микола,  
«Містер Кмітливість» - Візір Микита,  
«Містер Талановитість» - Давітян Давид,  
«Віце-Містер 2019» - Боровик Роман,

А найочікуваніша нагорода вечора «Містер УМСА 2019» дісталася Давітяну Давиду! «Містер Глядацьких Симпатій» з величезним відривом від інших учасників отримав Боровик Роман.



Дякуємо нашим містерам за фантастичний вечір, який був сповнений музикою, танцями, інтелектом та запеклою боротьбою наших учасників. Дякуємо і всім, хто прийшов розділити з нами цей вечір. Чекаємо вас наступного року на «Містер УМСА 2020»!

«Репрезентейшен» – це лекторій для всебічного розвитку студентства. Організатором виступив навчальний відділ студентського парламенту академії. Стати слухачем може кожен бажаючий, а найактивнішого зазвичай нагороджують приємними солодкими подарунками.

## Місце для роздумів



По плану на вечір було винесено дві міні-лекції. Першу представляла Бутиріна Ірина з темою «Реальність, яку ми самі собі створюємо», а другу провів Максим Баркар, розповівши про «Життя та ідеї Ніцше».

Обидві теми не пов'язані між собою, проте торкаються нагальної проблеми: оцінки та розстановки власних сил, умінь та бажань у часі. Погодьтеся, мало хто замислюється, що світ постає перед нами у тих кольорах, якими ми його малюємо у своїй уяві. Контролюючи емоції, почуття, навіть страхи, ми можемо паралельно впливати на свою реальність. Думаєте, так просто? Спробуйте стримати гнів після того, як вам в автобусі хтось наступить на білесенькі кросівки. Правда ж, у душі все буде колихатися та палати? А варто вам по-іншому поглянути на ситуацію, то і результат, і наслідок буде зовсім інший. Позитивно мислимо — позитивно живемо. Все просто.

Торкатися життя тих, хто справді приніс у нього чимало запитань — цікавіше, ніж пошук відповідей на них. Ніцше був і буде одним з основних титанів філософської думки. Його роздуми над пошуком несвідомого і досі відтворюються у дискусіях різних поколінь.



Проте що ми знаємо про життям філософа? Друга міні-лекція під супровід класичної музики допомогла відкрити нові сторінки, змусити задуматися над реальністю Ніцше і провести паралель: а чи була вона такою, як її хотів бачити сам мислитель? Розкриваючи нові факти, слухачі знаходили зв'язок з першою темою «Репрезентейшена». Зачароване коло нашого сьогодення перегукується з минулим і буде з'являтися у майбутньому.

Чудова атмосфера і коло однодумців – все, що необхідно для того, щоб вчитися аналізувати інформацію, знаходити нове для себе і відкривати потаємні куточки свідомості, бо це основний фундамент у побудові власної неповторної реальності.

# Досягнення наших студентів



Студент медичного коледжу УМСА Мусаєв Руслан, на VII Всеукраїнському турнірі з боксу, який проходив 8-10.02.2019 року в м. Олександрія, посів III місце.



Студент медичного коледжу УМСА Калінін Олександр зайняв I місце на відкритому кубку України з кіокушин карате, який проходив 16.02.2019 року в м. Полтава.



14.03.2019 р. на базі спортивного комплексу УМСА відбулися змагання з греко-римської боротьби в рамках XIV Універсиади Полтавщини серед ЗВО III-IV рівня акредитації. Наша команда виборола I загальнокомандне місце і стала Чемпіонами змагань.

На III Чемпіонаті України з шахів серед вищих медичних навчальних закладів, який проходив 21-24.02.2019 р. у м. Києві, у особистих заліках студентка УМСА- Мацицька Єлизавета посіла II місце, інтерн Влезько Дмитро посів III місце.



II місце на XIV Універсиаді Полтавщини з плавання серед ЗВО III-IV рівнів акредитації посіла наша збірна команда УМСА. (19-20 березня 2019 р., м. Кременчук)



II місце у XIV Універсиаді Полтавщини серед ЗВО III-IV рівнів акредитації з стрітболу виборола команда дівчат УМСА. (21-22 березня 2019 р., м. Полтава)



# Переможці MEDSCOP

28-29 березня відбулась 75-а студентська наукова конференція "Medical students conference in Poltava"

Під час секційних засідань було заслухано доповіді з 9 медичних ЗВО України та визначено переможців:

## 1. Секція клінічна медицина #1:

1 місце: Качур Владислав Олександрович (УМСА)

2 місце: Ліва Вікторія Максимівна (ХНМУ); Агашков Євгеній Олегович (УМСА)

3 місце: Бутиріна Ірина Дмитрівна (УМСА); Линдюк Наталія Олегівна (ВНМУ)

Краща постерна доповідь (диплом II ступеня - Magaru Veera Venkata Akhil (ХНМУ))

## 2. Секція клінічної медицини #2:

1 місце - Заяць Юлія Богданівна (УМСА)

2 місце - Ящук Катерина Олексіївна (НМУ); Шаповал Катерина Ігорівна (УМСА)

3 місце - Сердюк Ярослав Володимирович (УМСА); Nwankpa Rachael Kasarachi (ХНУ)

## 3. Секція клінічної медицини #3:

1 місце - Шкодіна Анастасія Дмитрівна (УМСА)

2 місце - Цибенко Давид Сергійович (УМСА), Помолю Александр Анатолійович (УМСА)

3 місце - Качур Роман Володимирович (УМСА)

## 4. Секція клінічної медицини #4:

1 місце - Безкорова Анна Олександрівна (УМСА)

2 місце - Красновський Владислав Михайлович, Філяк Юлія Олегівна (ІФНМУ)

3 місце - Койнаш Сергій Олександрович (УМСА)

## 5. Секція стоматології #1:

1 місце - Зіганжинова Тетяна Олександрівна (УМСА)

2 місце - Гаркун Анна Дмитрівна (УМСА)

3 місце - Волошин Михайло Миколайович, Стрельченя Олеся Вадимівна (ДМА); Кондрух Наталія Романівна (УМСА)

## 6. Секція стоматології #2:

1 місце - Шевчук Ангеліна Романівна (УМСА)

2 місце - Щербина Дар'я Євгенівна (УМСА)

3 місце - Панасенко Альона Ігорівна (УМСА)

## 7. Секція стоматології #3:

1 місце - Ситник Світлана Віталіївна (УМСА)

2 місце - Пономаренко Ірина Ігорівна (УМСА)

3 місце - Топуз Катерина Андріївна (УМСА)

## 8. Секція морфології:

1 місце - Заказникова Ілона Володимирівна (УМСА)

2 місце - Кислий Владислав Федорович (УМСА)

3 місце - Шкодіна Анастасія Дмитрівна (УМСА), Ndu Victory Chibuikem Munachimso (УМСА)

## 9. Секція експериментальної медицини:

1 місце - Коцавка Владислав Юрійович (УМСА)

2 місце - Агеев Ілля В'ячеславович (ДМУ)

3 місце - Мариняк Дар'я Костянтинівна (УМСА), Басюк Аліна Павлівна (ДМУ)



9. Секція експериментальної медицини:

1 місце - Кощавка Владислав Юрійович (УМСА)

2 місце - Агеєв Ілля В'ячеславович (ДМУ)

3 місце - Мариняк Дар'я Костянтинівна (УМСА), Басюк Аліна Павлівна (ДМУ)

10. Секція громадського здоров'я та профілактичної медицини:

1 місце - Тишковська Тетяна Олександрівна (УМСА)

2 місце - Перепилиця Оксана Андріївна (УМСА)

3 місце - Логачова Валерія Юріївна (Кременчуцький медичний коледж), Пасько Катерина Анатоліївна (УМСА)

11. Секція гуманітарних дисциплін:

А) підсекція іноземних мов:

1 місце - Свирида Олександр Сергійович, Ющенко Яна Олександрівна (УМСА)

Б) підсекція латинської мови:

1 місце - Вуразка Катерина Валентинівна (УМСА)

В) підсекція українознавства:

1 місце - Рибалко Дарина Олександрівна (УМСА)

Г) підсекція філософії:

1 місце - Карпик Зоряна Іванівна.

Рада СНТ УМСА щиро вітає переможців та бажає успіхів у подальшій науковій діяльності.

1 місце - Вуразка Катерина Валентинівна (УМСА)

В) підсекція українознавства:

1 місце - Рибалко Дарина Олександрівна (УМСА)

Г) підсекція філософії:

1 місце - Карпик Зоряна Іванівна.

Рада СНТ УМСА щиро вітає переможців та бажає успіхів у подальшій науковій діяльності.



## НАД ВИПУСКОМ ПРАЦЮВАЛИ

Редакційний відділ Студентського парламенту УМСА:

Ярослава Ворчак - голова відділу

Шепетько Юлія - головний редактор журналу

Погуляй Юлія

Процак Анастасія

Андрій Іваніщенко

Майзус Ольга

Микитюк Ілля

Малик Анастасія

Безкоровайна Анна

Торубара Олександра

Скубій Валерія

Матвієнко Анастасія

Клименко Надія

Нухадича Рахматиллаєва

А також:

Похилько Валерій Іванович

Микитенко Андрій Олегович

Польщикова Світлана Іванівна

Золотарьова Єлизавета