

С Днем учителя!

МАЛОТИРАЖНАЯ УНИВЕРСИТЕТСКАЯ ГАЗЕТА



36 и 6



Гомельский
государственный
медицинский
университет

www.gsmu.by

«ВРАЧ ДОЛЖЕН ОБЛАДАТЬ ВЗГЛЯДОМ СОКОЛА,
РУКАМИ ДЕВУШКИ, МУДРОСТЬЮ ЗМЕИ И СЕРДЦЕМ ЛЬВА»
Авиценна

№9 (151) ПОНЕДЕЛЬНИК, 3 ОКТЯБРЯ 2016 г.

ВЫХОДИТ С 6 АПРЕЛЯ 2001 г.

УЧИТЕЛЬ – ЭТО БОЛЬШЕ ЧЕМ ПРИЗВАНИЕ

Уважаемые коллеги!

Настоящий врач – это всегда учитель. Ведь наша профессия – особенная. Накопленные человечеством знания и практический опыт спасения людей, которые помогают вернуть больному здоровье и надежду – бесценны. Представляется особенно важным – уметь развить эти знания и передать будущим поколениям. И мы должны сделать все, чтобы пришедшие нам на смену были лучше нас.

Уважаемые преподаватели, наставники, воспитатели – все те, кого мы называем гордым словом Учитель, пользуясь случаем, от лица коллектива Гомельского государственного медицинского университета поздравьте всех вас с замечательным праздником – Днем учителя!

Здоровья вам, семейного благополучия, мира и добра!

**А.Н. Лызилов, д.м.н. профессор,
ректор Гомельского государственного
медицинского университета,
отличник здравоохранения Республики Беларусь**



Дорогие коллеги!

В этот прекрасный осенний день я рад поздравить вас с профессиональным праздником – Днем учителя! Во все времена к труду педагога предъявлялись самые высокие требования. Именно учитель всегда был образцом интеллигентности, творческого горения, высокой эрудиции! И педагоги Гомельского государственного медицинского университета с честью несут свою благородную миссию, всегда находясь в центре общественной жизни университета. Желаю вам крепкого здоровья, жизненного благополучия, творческих удач и веры в завтрашний день!

**А.А. Козловский, к.м.н., доцент,
проректор по учебной работе,
отличник здравоохранения Республики Беларусь**

Так сложилось, что мои школьные годы прошли в Латвии – одной из республик бывшего СССР. Школа была смешанная: половина учеников обучалась на русском, другая половина – на латышском языке. Вторым языком было обязательным для изучения, и мы свободно общались между собой. Интересной особенностью был тот факт, что учителей у школьников-латышей было принято звать не по имени и отчеству, как принято у нас – русскоговорящих, а просто – «учитель». Учителя-латыши были очень активными массовиками-затейниками и общественниками. Помню свою учительницу латышского языка – Вию Яновну. Именно она воспитывала нас в духе интернационализма и дала мне рекомендацию при вступлении в комсомол. Сейчас, к сожалению, в этой стране – члене Евросоюза, официальное отношение к русскоговорящему населению изменилось, но до сих пор у меня в Латвии есть друзья-латыши.

Поздравляю всех преподавателей с Днем учителя и желаю терпения и понимания своих учеников, говорящих на разных языках народов Мира!

**Э.Н. Платошкин, к.м.н., доцент,
заведующий кафедрой внутренних болезней №2,
отличник здравоохранения Республики Беларусь**

Дорогие коллеги!

Разрешите поздравить вас с Днем учителя. Пожелать крепкого здоровья, неуязвимого оптимизма, терпения в общении со студентами. Любите своих студентов, ведь они для нас неисчерпаемый источник вдохновения. Будьте мудрыми и справедливыми!

**А.В. Лысенкова, к.х.н., доцент,
заведующая кафедрой общей и биорганической химии,
отличник образования Республики Беларусь**

Дорогие преподаватели!

Поздравляя вас с праздником учителя, я желаю вам огромного счастья, здоровья и радости, ибо без этого невозможно идти по жизни, даря студентам знания, уверенность, силу в обретении профессии и, конечно, немного тепла. Растворяясь в великом таинстве преподавания, вы кристаллизуетесь в сознании людей не только специальными категориями, но и ответным эмоциональным потенциалом благодарности и доброй памяти о себе.

Вспоминая счастливые годы студенчества, хочется от чистого сердца сказать еще раз огромное спасибо декану факультета Гродненского медицинского университета Ивану Фомичу Мирончику, который убедил меня в правильности выбора специальности, ставшей любимым делом всей моей жизни.

**В.Н. Беляковский, д.м.н., профессор,
профессор кафедры онкологии,
отличник здравоохранения Республики Беларусь**

Хочу поздравить всех преподавателей нашего университета с профессиональным праздником. Вспомнить наших учителей и еще раз сказать им слова благодарности за профессионализм, за личный пример, за желание передать свой опыт. Всем крепкого здоровья, терпения, мудрости!

С праздником, дорогие коллеги!

**А.И. Зарянкина, к.м.н., доцент,
заведующая кафедрой педиатрии,
отличник образования Республики Беларусь**

Учитель...

Я думаю, что это одна из самых сложных профессий в мире. Именно от учителя зависит, какими мы станем и какую дорогу выберем... Счастлив тот, кому на жизненном пути встретился Учитель с большой буквы. Не жалея сил и времени, с большим терпением и любовью, он ведет нас по жизни. Когда мы встречаем настоящего учителя, то воодушевляемся и даже самый трудный предмет приносит нам радость.

Наверное, у каждого есть свой Учитель – друг и наставник... А это значит, что в мире очень много настоящих учителей, которые делятся с учениками знаниями и помогают в трудную минуту.

Спасибо вам, учителя! С праздником вас, дорогие преподаватели!

**Анастасия Дорошенко, Л-241,
победитель Республиканского конкурса литературного творчества
студентов учреждений высшего образования «Автограф»
в номинации «Публицистика».**

Цвети, мой Гомель!



День города – самый настоящий праздник, наполненный положительными эмоциями, креативом, чудесами и весельем... Красивые и нарядные люди поют и танцуют, обнимаются и улыбаются друг другу, не взирая на различие национальных традиций, цвета кожи и вероисповедания...

Гомель – славится своим гостеприимством, и День города, и фестиваль «Сожский карагод», на который приехали участники из 20 стран мира – лучшее тому

подтверждение! Только в медуниверситете учатся студенты из 27 стран мира.

Гомельский государственный медицинский университет принял активное участие в праздничных мероприятиях на разных площадках.

Студенты университета были задействованы в грандиозном шоу во время открытия фестиваля, народные коллективы студенческого клуба приняли участие в открытии Дня города и в концертной программе у Ледового дворца.

А к нашему медицинскому пункту, развернутому по улице Советской, выстраивались самые настоящие очереди!

Иностранные студенты, которые учатся на факультете по подготовке специалистов для зарубежных стран, приняли участие в фестивале национальных культур. Они радовали публику на площадке по ул. Билецкого. Молодцы, ребята, вы по-настоящему «завели» зрителей: люди пели, танцевали и хлопали не жалея сил.

#36и6



ПРОФСОЮЗЫ И МОЛОДЕЖЬ



«Мы – вместе» – под таким девизом прошло обучение профсоюзного актива студентов 1-го курса.

На встречу с профактивом пришли председатель Гомельского обкома профсоюзов работников здравоохранения В.И. Моторенко и заместитель председателя обкома профсоюзов работников здравоохранения Н.А. Зимина. Участникам встречи показали фильм о работе профсоюзов, рассказали о целях и задачах профсоюзной организации студентов ГомГМУ.

Виктор Иванович познакомил собравшихся с правами и обязанностями членов профсоюзов и определил перспективы дальнейшей работы первичной организации вуза.

Е.П. Морозова, председатель профкома студентов ГомГМУ

ЧЕМ ЖИВЕШЬ, СТУДОТРЯД?

Летом 2016 года на базе Гомельской областной клинической больницы были созданы четыре студенческих сервисных отряда медицинского профиля «Клиника», по десять человек в каждом отряде. Два отряда на срочной, а два на бессрочной основе. Участниками отрядов стали студенты Гомельского государственного медицинского университета. Ребята, которые вошли в состав бессрочных отрядов и сегодня трудятся в областной клинической больнице.

Ребята из двух медицинских сервисных отрядов «Скорые на помощь» и «Санитары» работают фельдшерами в санитарных бригадах Гомельской городской станции скорой медицинской помощи. Кроме того, на должностях специалистов со средним медицинским образованием и в качестве младшего медицинского персонала в больничных учреждениях здравоохранения Гомельской области индивидуально трудоустроены 220 студентов. Всего трудоустроено 299 человек.

Отряд «Врачи NEXT» объединил 19 студентов. Они работали в июле текущего года в приемной комиссии университета.



Я всегда знал, что свяжу свою жизнь с медициной. Сейчас я студент 6 курса лечебного факультета Гомельского государственного медицинского университета. Не так давно начал работать медбратом в отделении анестезиологии, реанимации, интенсивной терапии акушерства и неонатологии. Работа не из легких, но мне нравится. Мы выхаживаем недоношенных деток. Для меня это очень хороший опыт не только как для будущего врача, но и как будущего мужа и отца.

Пользуясь случаем хочу сказать спасибо администрации Гомельского государственного медицинского университета, профкому студентов, первичной организации ОО «БРСМ» и, конечно же, Гомельской областной клинической больнице за предоставленную возможность работать в студенческом медицинском отряде.

Александр Холодилин, командир студенческого медицинского отряда «Клиника»



Уже не первый год студенты ГомГМУ помогают сельчанам в уборке урожая. С этой целью в университете формируются студотряды сельскохозяйственного профиля. В этом году около тысячи студентов окажут помощь комбинату «Восток» в уборке моркови. В среднем в день собирается около 10 тонн овощей. Администрация комбината отмечает наших студентов как лучших в работе!

Атмосфера взаимопомощи и студенческого задора надолго останется в памяти у членов студотрядов.

Информация предоставлена ПО «БРСМ» ГомГМУ



ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ: ЗА И ПРОТИВ

Всемирный день сердца, инициатором которого выступила в 1999 году Всемирная федерация сердца, отмечается в текущем году 29 сентября.

Заведующая кафедрой поликлинической терапии и общеврачебной практики к.м.н., доцент Наталья Федоровна Бакалец ответила на вопросы газеты «36и6».



– Всемирная организация здравоохранения, анализируя рост сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ), высказала предположение, что к 2030 году более чем у 23 млн человек будет стоять смертельный диагноз – ССЗ (в основном инсульт и болезни сердца). Как обстоят дела с ростом ССЗ в Беларуси?

В Республике Беларусь в течение последних пятнадцати лет отмечается постоянный рост заболеваемости населения болезнями системы кровообращения, причем лидирующими заболеваниями являются артериальная гипертензия, ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные болезни.

Сердечно-сосудистые заболевания развиваются в результате воздействия различных факторов риска. На одни факторы риска человек воздействовать не может, поэтому они называются немодифицируемыми. Это пожилой возраст, отягощенная наследственность, мужской пол. Но есть другие факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний, которые называются модифицируемыми, то есть поддающиеся изменению. К модифицируемым факторам риска относят высокое артериальное давление, повышенное содержание холестерина в крови, ожирение, сахарный диабет, курение, злоупотребление алкоголем, гиподинамию, хронический психоэмоциональный стресс. По распространенности факторов риска в Беларуси первое место занимает употребление алкоголя (95% мужчин

и 65% женщин), второе – повышенное содержание холестерина в крови (у 48,1% мужчин и 33,4 % женщин), третье – курение (45% мужчин и 35% женщин), четвертое – артериальная гипертензия (43% мужчин и 39% женщин). Наличие даже одного фактора риска увеличивает смертность в 3-4 раза, а комбинированное воздействие этих факторов приводит к увеличению смертности в 5-10 раз.

– Гипертония и гипотония. Что опаснее?

Артериальная гипертензия стоит на первом месте среди ведущих причин потерь здоровых лет жизни населения. Артериальная гипертензия является коварным заболеванием, так как у большинства людей она протекает незаметно. Весьма ложным является представление о том, что существует взаимосвязь между выраженностью плохого самочувствия и степенью повышения артериального давления.

Зачастую человек не чувствует высокого давления, и артериальная гипертензия диагностируется случайно, часто уже достаточно поздно, когда уже пострадали такие органы-мишени, как сердце, головной мозг, почки. Только 61 % больных артериальной гипертензией осведомлены о своем повышенном артериальном давлении.

Препараты для снижения артериального давления нужно принимать постоянно, а не от случая к случаю. Среди людей, страдающих артериальной гипертензией, до сих пор распространено мнение о так называемом «рабочем давлении» или давлении, при котором «я себя хорошо чувствую». Это мнение является ложным, так как хорошее самочувствие при давлении более 140/90 мм рт.ст. не гарантирует защиты от осложнений. Зачастую инсульты и инфаркты миокарда случаются у людей «как гром среди ясного неба». Поэтому артериальную гипертензию называют «таинственным и молчаливым убийцей».

– Темперамент и невроз сердца... Холерики чаще других приходят на прием к кардиологу?

Темперамент человека не связан с риском развития заболеваний сердца. А вот психосоциальный стресс признан одним из факторов риска развития сердечно-сосудистой патологии. К хроническим психологическим факторам риска в последнее время стали относить тип личности Д. Его еще называют «дистрессорным», «страдающим» типом личности. Такой тип личности ассоциируется с разнообразием эмоциональных и социальных трудностей, включая депрессивные симптомы, хроническое напряжение, гнев, пессимизм, недостаток ощущаемой социальной поддержки и низкий уровень субъективного самочувствия.

У таких людей часто отсутствуют положительные эмоции вследствие низкого уровня чувства собственного достоинства и общей неудовлетворенности жизнью. Известно, что тип личности Д связан с увеличенным числом осложнений и повышенной летальностью у пациентов с ишемической болезнью сердца, инфарктом миокарда, с хронической сердечной недостаточностью, атеросклерозом периферических артерий. Тип личности Д также связан с увеличенным риском снижения качества жизни и выглядит менее благоприятным для получения эффекта от медикаментозных и инвазивных вмешательств. К другим психосоциальным факторам относят низкий социально-экономический статус, потеря социальной поддержки, стресс на работе и в семье, враждебность и злость.

В романе Бориса Пастернака главный герой доктор Юрий Живаго очень интересно говорит о причинах склероза сердечных сосудов: «Это болезнь новейшего времени. Я думаю, ее причины нравственного порядка. От огромного большинства из нас требуют постоянного, в систему введенного криводушия. Нельзя без последствий для здоровья изо дня в день проявлять себя противно тому, что чувствуешь: распинаться перед тем, чего не любишь, радоваться тому, что приносит тебе несчастье. Наша нервная система не пустой звук, не выдумка. Она – состоящее из волокон физическое тело. Наша душа занимает место в пространстве и помещается в нас, как зубы во рту. Ее нельзя без конца насиловать безнаказанно...».

– Кофе... Арсенио Суарес, кардиолог из Аргентины, рекомендует, для уменьшения риска сердечно-сосудистого приступа, выпивать три чашки кофе в день. Реклама?

Исследования действия кофе на сердечно-сосудистую систему ведутся уже довольно давно. Противоречивость публикуемых выводов приводит врачей в замешательство, а население раз в год дает повод очередной раз ужаснуться или порадоваться за свое пристрастие к кофе. С абсолютной уверенностью утверждать, что регулярное потребление кофе защищает от заболеваний сердца каждого, кто его пьет, – не стоит. Врач должен поинтересоваться: употребляет ли пациент кофе и в каких количествах? Кофеин может быть противопоказан при некоторых заболеваниях и состояниях. Если же у пациента нет противопоказаний, то 3 чашки кофе в день как минимум не принесут ему вреда. Даже если пациент перед этим перенес заболевание сердца.

– «Абыякавасць да жыцця» или отсутствие мотивации к лечению. Как часто врач сталкивается с этим фактом?

Масса сердца не превышает 350 грамм, а его размер равен величине кулака. За всю жизнь сердце человека в спокойном состоянии сокращается до 3 млрд раз, в минуту – около 72 раз, за сутки – около 100 тыс., в год – 36 млн 500 тыс. раз и осуществляет перекачивание крови, равное почти 10 тоннам. Спустя 4 недели после зачатия ребенка его сердце начинает биться.

(из Интернета)

Низкая приверженность к лечению и непопулярность нефармакологических мер у населения являются характерными чертами белорусской практики. По мнению специалистов ВОЗ, 1/3 снижения смертности от сердечно-сосудистых заболеваний может быть обеспечена за счет развития лекарственной терапии и клинических вмешательств, в то время как 2/3 снижения смертности обеспечит изменение привычек в образе жизни.

– Есть ли «точка невозврата», после которой сердце уже не вернется к прежнему состоянию?

Каждый день мы проходим точку невозврата. В 1991 Dzau и Braunwald предложили концепцию сердечно-сосудистого континуума, представляющего собой цепь последовательных событий, приводящих в финале к развитию застойной сердечной недостаточности и смерти. Пусковыми звеньями этого «фатального каскада» являются сердечно-сосудистые факторы риска, артериальная гипертензия, сахарный диабет. Многие заблуждаются думая, что инфаркты и инсульты случаются внезапно, на самом деле все предопределяется еще в молодости. Понимание данной концепции позволяет более осознанно подойти к лечению и профилактике сердечно-сосудистых заболеваний. Важной особенностью сердечно-сосудистого континуума является то, что с определенного этапа поражения сердца, прогрессирование сердечной недостаточности происходит по общим закономерностям, практически не зависящим от причины болезни. Чем больше факторов риска, тем быстрее развиваются события у конкретного человека.

– Как не попасть в число пациентов с диагнозом ССЗ? Ваши рекомендации.

Для сохранения здорового сердца и сосудов человеку важно запомнить и выполнять 7 правил: питайтесь правильно и рационально; не начинайте курить, а если курите – бросайте, каким бы трудным это не казалось; сохраняйте физическую активность; контролируйте ваше артериальное давление; контролируйте уровень холестерина; не злоупотребляйте алкогольными напитками; избегайте длительных стрессов.

– Спасибо, Наталья Федоровна. #36и6

ДЭНИЭЛЬ ЛАВСТРЕНД: ПОМНИТЕ О НЕПРЕДСКАЗУЕМЫХ ПОСЛЕДСТВИЯХ



Семейный врач из США Даниэль Лавстренд, в рамках программы сотрудничества с Почетным доктором ГомГМУ, Нобелевским лауреатом К. Брокменом, 13 сентября выступил перед студентами 6 курса ЛФ с лекцией «Непредсказуемые последствия». Д-р Лавстренд призвал студентов помнить о непредсказуемых и поэтому неожиданных последствиях во врачебной практике. Например, чрезмерное употребление обезболивающих или успокаивающих препаратов. Назначая лечение пациенту или выписывая лекарство, врач должен руководствоваться принципом «Не навреди!»

Перед студентами также выступила семейная пара из штата Джорджия. Уэсли и Бернадин Кэнтрелл. В браке они уже более 50 лет, у них 4 детей, 22 внука и 14 правнуков. Бернадин Кэнтрелл – автор книги «Муж ее известен у ворот». Книга будет интересна женщинам, которые имеют желание помочь мужу добиться успеха.

НИГЕРИЯ: ДАЛЕКАЯ И БЛИЗКАЯ

Федеральная Республика Нигерия — одна из крупнейших по площади (924 тыс. кв. км) стран Западной Африки. Проживает более 152 млн человек (2010). Годовой прирост населения — 2 %. Столица — Абуджа. До 1960 года Нигерия была колонией Великобритании. И сегодня официальный язык — английский. Но в каждом штате (особенно в глубинке) говорят на местном языке. В стране насчитывается более 500 наречий и жители соседних штатов могут не понимают друг друга, если говорят на местном диалекте. Поэтому межэтнический язык — английский. Люди старшего поколения чаще говорят на местном наречии. Как рассказал студент 2 курса Олуди Изикиел, бабушка просит говорить дома на родном языке. Видимо благодаря бабушкам и дедушкам и сохраняются языки многочисленных народностей Нигерии. Кстати, Изикелел прекрасно поет, в чем мы могли убедиться на празднике.

Оромони Ойинбракеми Эммануэль, студент 5 курса отметил, что Нигерия — современная страна, которая получила независимость 56 лет назад и теперь может развиваться не по приказу из другой страны, а в соответствии с местными традициями и в интересах народа. Ребята подчер-

кнули, что в Нигерии демократия.

О возможности учиться в Беларуси молодые люди узнают в агентстве или по рассказам наших выпускников. Стоимость высшего образования у нас не намного дешевле, чем в Нигерии. Но те, кто выбрали Беларусь, совершенно не жалеют об этом, хотя и скучают по родным. Ребята отметили, что им в Гомеле комфортно. Нравится город и спокойные люди. Следует отметить, что Эммануэль и Изикелел отлично говорят на русском языке. После окончания университета они вернутся домой. Парни уверены, что знания, полученные в Гомельском государственном меди-

цинском университете, позволят им стать хорошими врачами.

Студенты из Нигерии принимают активное участие в жизни родного вуза. Они выступают на концертах, участвуют в различных фестивалях. Океке Чуквемека Узочукву, Агу Учечукву Саксес, Мозурунем Чисом Ирен и Нджоку Джулиет Чиамака уже стали настоящими звездами Гомельского меда.

В канун Дня независимости Республики Нигерия состоялся день культуры Нигерии в ГомГМУ, на котором иностранные студенты продемонстрировали красочные костюмы, исполнили народные песни и танцы.



Открывая праздник и.о. ректора университета к.п.н., доцент А.В. Толкунов поздравил студентов из Нигерии с Днем независимости и пожелал им отличной учебы.

#36и6



КАК СТАТЬ ДОЛГОЖИТЕЛЕМ

Ученые всего мира бьются над продлением жизни человека. Постоянно появляются новые сообщения о раскрытии секрета вечной молодости. «Каждый человек — «кузнец» своего долголетия. И дожить до ста лет, оставаясь в здоровом теле и уме, вполне реально», — считает Владимир Хавинсон, профессор, президент Европейской ассоциации геронтологов и гериатрии. — Продолжительность жизни установлена эволюцией и увеличить ее с помощью новейших научных разработок невозможно».

Правильнее говорить об увеличении не продолжительности жизни, а ресурсов жизнедеятельности, чтобы человек смог сохранить здоровье и работоспособность до срока заложенной природой изначально. На 20-25% этот ресурс зависит от генетики, а все остальное — эпигенетические факторы, которые влияют на активность генов извне: в частности, окружающая среда, образ жизни, качество продуктов питания и воды, физическая активность, уровень интеллекта.

Научно доказано, что большинству людей необходимо снизить потребление жиров на 30%, есть больше овощей, фруктов, причем местного производства. Увеличить в рационе следует жидкое растительное масло, рыбу, птицу (они снижают уровень липидов в крови). Полезно оливковое масло: олеиновая кислота, которой в нем много, стимулирует ген, подавляющий активность раковых клеток. Всего 70 г свежего лосося или 90 г консервированных сардин удовлетворяют нашу дневную потребность в омега-3 кислоте, защищающей клетки от старения, укрепляющей стенки сосудов и снижающей артериальное давление. А вот молоко взрослым пить не рекомендуется (оно повышает инсулинорезистентность и приводит к другим проблемам).

Доказано, что продолжительность жизни напрямую зависит от скорости синтеза белка в организме, чем медленнее он производится в клетках, тем дольше живет человек. Для этого нужно употреблять продукты, богатые железом. Достаточно каждый день на завтрак

есть овсяную кашу.

Без физической активности нет ни жизни, ни здоровья. Не находитеесь в одном положении весь день — вставайте, потягивайтесь, ходите (обязательно быстрым шагом). Начните с 10 минут, постепенно прибавляя нагрузку на 2-3 минуты и к концу 3-го месяца доведите прогулку до 40-50 минут. Лучше на природе. Норма — 10 тысяч шагов в день (около 7 километров). Полезны приседания. Начните с 5, затем постепенно увеличивайте до 50.

Полезно спать в прохладной, хорошо проветриваемой комнате при температуре 16-18 градусов. Спите не менее 7-8 часов в сутки. Многие геронтологи придерживаются мнения, что роскошь — фактор сокращающий продолжительность жизни, а спартанские условия способствуют ее продлению.

Важный фактор долголетия — здоровье мозга. С годами нейроны головного мозга гибнут, из-за чего ухудшается память, реакция и замедляются все процессы жизнедеятельности. Чтобы этого не произошло, нужно постоянно тренировать свой мозг: решать логические задачи, вычислять в уме, разгадывать кроссворды, изучать иностранные языки. Постоянная мозговая активность поможет не только продлить, но и улучшить качество жизни, позволив избежать старческого склероза. Посещайте музеи, выставки, театры, концерты, слушайте музыку, занимайтесь творчеством, освоите компьютер. «Когда учитеесь, не так быстро стареете», — писал Мураками.

По возможности реже бывайте в поликлинике. Врачи — часто источник ипохондрических страхов и псевдопатологии, инициаторы перелечивания. Радость — оздоровительная эмоция. Хандрить — во вред себе. Завидовать — потерять покой. Сохраняйте бодрость духа. Вектор — позитив и оптимизм. Вспоминая прошлое, ценить настоящее. Скуку порождает безделье.

Борис Абрамов,
ассистент кафедры психиатрии,
наркологии и медицинской
психологии, председатель
ветеранской организации ГомГМУ

Твори добро

20 сентября в Гомельской областной детской клинической больнице студенты 4 курса лечебного факультета, во время цикла по педиатрии у доцента, к.м.н. А.А. Козловского, провели волонтерскую акцию «Поможем детям вместе».

Ставшие ненужными собственным родителям, малыши-отказники, до решения их судьбы, вынуждены находиться в больнице, которая не предназначена для проживания детей - это не детский сад и даже не детский дом. Ничего удивительного, что этим малышам некому купить книжки, игрушки, памперсы... но им тоже хочется любви и заботы. И может быть мы не сможем заменить им родных, но сделать их жизнь немного радостнее в наших силах.

Студенты группы Л-411 решили уйти от красивых слов к реальным делам и показать на деле, что каждый из нас может помочь детям. Мы подарили детям-отказникам памперсы, влажные салфетки, предметы личной гигиены, одежду и игрушки.

Давайте не будем оставаться равнодушными! Волонтерская помощь больнице очень важна. Надеемся, что студенты других групп продолжат эстафету добра!!!

Алена Фомченко, гр. Л-411

Наши юбиляры в октябре

Агафонова Полина Михайловна — уборщик помещений, учебный корпус №3.

Берещенко Валентин Владимирович — доцент кафедры хирургических болезней №3.

Дивович Геннадий Владимирович — ассистент кафедры травматологии, ортопедии и военно-полевой хирургии с курсом анестезиологии и реаниматологии.

Желобкова Татьяна Ивановна — ассистент кафедры акушерства и гинекологии.

Кульбеда Вадим Сергеевич — старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта.

Мазько Станислав Пантелеевич — рабочий по комплексному обслуживанию, учебный корпус №3.

Манаенкова Ирина Валерьевна — ассистент кафедры патологической физиологии.

Михайлова Елена Ивановна — заведующая кафедрой общей и клинической фармакологии.

Суханова Любовь Песнидовна — ассистент кафедры пропедевтики внутренних болезней.

Топчаева Татьяна Николаевна — лаборант кафедры хирургических болезней №3.

Чернышева Людмила Викторовна — старший преподаватель кафедры общей и биоорганической химии.

Малотиражная университетская газета 36 и 6	Адрес редакции: Гомель, ул. Ланге, 5 (каб. 208) тел: 75-44-78, факс: 75-51-31, e-mail: gazeta36i6@gsmu.by	Полноцветный вариант читайте на сайте ГомГМУ http://gsmu.by/index.php/un/-q36-6q	При перепечатке материала ссылка на газету «36 и 6» обязательна
		Периодичность – 1 раз в месяц	Тираж 299 экз.
Учредитель: УО «Гомельский государственный медицинский университет»	Редактор газеты Ева ДУДОРГА	Авторы публикуемых материалов несут ответственность за достоверность и точность при- водимой информации. Редакция может печатать материалы в порядке обсуждения, не разделяя точку зрения автора. Редакция оставляет за собой право сокращать и редактировать материал.	
Отпечатано с оригинал-макета заказчика в ОАО «Полеспечать», г. Гомель, ул. Лепешинского, 1. Зак.			