



36 и 6

Гомельский
государственный
медицинский
университет

www.gsmu.by

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

№8 (213) ПОНЕДЕЛЬНИК, 31 ОКТЯБРЯ 2022 г.

ВЫХОДИТ С 6 АПРЕЛЯ 2001 г.

Е.Н. КРОТКОВА: СТАВЬТЕ ЦЕЛЬ И ИДИТЕ К НЕЙ

13 октября на базе Гомельского государственного медицинского университета прошло выездное заседание учебно-методического объединения по высшему медицинскому, фармацевтическому образованию.



Участие в работе УМО приняли первый заместитель Министра здравоохранения Е.Н. Кроткова, начальник управления кадровой политики, учреждений образования Министерства здравоохранения О.Н. Колюпанова, ректоры медуниверситетов Беларуси С.П. Рубникович, И.О. Стома, А.Т. Щастный, ректор БелМАПО А.Н. Чуканов и другие.

Две темы стали магистралью для обсуждения: развитие студенческой науки и пути решения проблем подготовки научных кадров высшей квалификации, а также перспективы развития симуляционных центров медицинских университетов.

Кроме того, обсудили: состояние вивариев; развитие сетевого обучения между медуниверситетами и университетами республики; проблемные вопросы клинических баз; анализ подготовки специалистов по специальностям «медико-диагностическое дело» и «медико-биологическое дело», имплементация данных специалистов в практическое здравоохранение.

По материалам пресс-службы

Во время визита в Гомельский государственный медицинский университет первый заместитель Министра здравоохранения Беларуси Е.Н. Кроткова встретилась с первокурсниками лечебного и медико-диагностического факультетов.

Елена Николаевна сразу же задала неформальный тон встрече, пригласив ребят к разговору на волнующие темы. Студенческий стаж собравшихся в зале составлял всего-то полтора месяца, у ребят сейчас пока время осознания себя в роли студента медуниверситета. Задавать вопросы первому замминистра они робели. А самые смелые спрашивали о личном пути в медицину и о том, заменят ли когда-нибудь врача искусственный интеллект и медтехнологии.

После встречи мы попросили ребят поделиться тем, что больше всего запомнилось и впечатлило.

Арина Карасева, староста 1 курса первого потока ЛФ: «Во все времена профессия врача была и будет уважаема, и она никогда не утратит своей значимости. Ставьте цель и идите к

ней. Все зависит только от нас самих, никогда не будет легко, но всегда нужно находить в себе силы, чтобы достичь лучших успехов!»

Платон Маханько, староста 1 курса второго потока ЛФ: «Необходимо научиться совмещать учебную и общественную деятельность. Если вы хотите кем-то стать, вы можете им стать, необходимо лишь только стремление! Никакие медицинские технологии не смогут полноценно заменить врачей!»

Александра Воробей, староста группы Л-115: «Развитие технологий не сможет сделать менее значимой профессию врача. Никогда не бойтесь быть участником общественной деятельности: это развивает в человеке способность коммуницировать. Учиться медицине всегда будет сложно, но интересно».

Яна Костюкевич, 1 курс МДФ: «После встречи с Еленой Николаевной захотелось еще больше работать над собой, развиваться. Ее карьерный рост – это отличный пример для любого начинающего специалиста в сфере медицины».

Вероника Сиваченко, 1 курс МДФ: «При правильном распределении времени учебу и работу можно совмещать с различными общественными мероприятиями, уделяя особое внимание хобби и увлечениям. Видя, как много добился человек в достаточно молодом возрасте, появляется еще большее желание совершенствоваться каждый день».

Трем первокурсникам, включенным в банк данных одаренной молодежи еще во время учебы в школе, Елена Николаевна вручила памятные подарки.

Е.М. Смирнова, пресс-секретарь



ГомГМУ и ГрГМУ: АКАДЕМИЧЕСКАЯ МОБИЛЬНОСТЬ

Впервые в Беларуси в рамках заключенного договора о сотрудничестве между учреждениями образования «Гомельский государственный медицинский университет» и «Гродненский государственный медицинский университет» и в связи с объявлением 2022/2023 учебного года «Годом академической мобильности» начался обмен студентами, обучающимися по специальности «медико-диагностическое дело».

Десять студентов 4 курса из Гомеля и Гродно, по пять от каждого университета, в октябре 2022 года на пять учебных дней поменялись университетами. В ГомГМУ занятия проходили на базе одного из ведущих лечебных учреждений страны – ГУ «РНПЦ РМиЭЧ».

Учеба была организована с участием профессорско-преподавательского состава кафедры кли-

нической лабораторной диагностики, аллергологии и иммунологии и кафедры клинической лабораторной диагностики и иммунологии вузов. Студенты активно перенимали практический опыт в рамках изучаемых дисциплин, знакомились с учебными заведениями.

Участники обмена делятся впечатлениями.

Янина Щербнева, студентка 4 курса МДФ ГрГМУ: – Данный проект положил начало учебной мобильности внутри нашей страны, что, определенно, помогает не только обменяться опытом, но и обрести новые знакомства. Мы находимся под большим впечатлением от теплого и радушного приема, красивого города, профессионализма сотрудников кафедры и, несомненно, от многопрофильности лаборатории на базе ГУ «РНПЦ радиационной медицины и экологии человека».

Надеемся, что такой формат обучения будет развиваться и расширяться в дальнейшем.

Мария Салтанова, студентка 4 курса МДФ ГомГМУ: – Нас встретили очень мило и радушно. Поселили в новое комфортабельное общежитие, организовали экскурсию по городу. За это время мы узнали много новой и интересной информации. Проект очень хороший. Обмен мнениями и практическим опытом позволит нам стать еще более востребованными специалистами.

20 октября в рамках объявленного «Года академической мобильности» состоялась первая лекция в онлайн-формате для студентов 5 курса ГрГМУ, прочитанная приглашенным профессором из Гомеля д.м.н., профессором И.А. Новиковой, заведующим кафедрой клинической лабораторной диагностики, аллергологии и иммунологии ГомГМУ. Тема лекции «Оценка иммунного статуса» по дисциплине «Клиническая иммунология и аллергология». Взаимодействие между двумя университетами продолжается по различным направлениям!

В планах – обмен студентами с Балтийским федеральным университетом им. И. Канта (г. Калининград) на весенний семестр 2022/2023 учебного года.

По материалам пресс-службы





Делегация Гомельского государственного медицинского университета приняла участие в торжественном мероприятии, посвященном Дню учителя, которое прошло во Дворце Республики.

Поездка была организована при поддержке администрации ГомГМУ и первичной профсоюзной организации работников здравоохранения.

Открыл торжественный вечер заместитель премьер-министра Бе-

ларуси И.В. Петришенко, который огласил приветственный адрес Президента Республики Беларусь А.Г. Лукашенко. В своем послании Александр Григорьевич отметил особое значение педагогов в воспитании молодого поколения, потому что именно молодым строить крепкую и процветающую Беларусь.

С приветственным словом к собравшимся обратился Министр образования А.И. Иванец, который

Коротко о важном

также поздравил собравшихся с профессиональным праздником и пожелал высоких достижений в педагогической работе.

Перед собравшимися выступили звезды отечественной эстрады, среди которых были ВИА «Песняры», Президентский оркестр Республики Беларусь под управлением Виталия Кульбакова и др.

В.В. Похожай, к.м.н., доцент кафедры онкологии



В Красногорске Московской области, в Международном выставочном центре «Крокус Экспо», состоялся IV Национальный конгресс «Лабораторные технологии в репродуктивной медицине и неонатологии: «Цифровая трансформация: современный тренд в лабораторной диагностике».

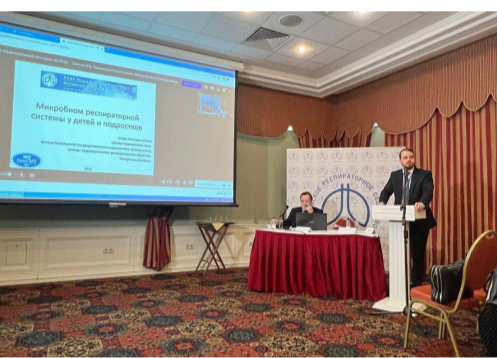
Специальности участников: клиническая лабораторная диагностика, акушерство и гинекология, бактери-

ология, неонатология, генетика, эпидемиология, инфекционные болезни, вирусология, педиатрия и др.

Традиционно в конгрессе ЛАБРИН участвует Гомельский государственный медицинский университет. В этом году университет представляли ректор ГомГМУ д.м.н. И.О. Стома, заведующий кафедрой акушерства и гинекологии с курсом ФПКП к.м.н. Т.Н. Захаренкова, ассистент кафедры микробиологии, вирусологии и

иммунологии Е.В. Карпова, ведущий аналитик научных данных А.А. Ковалев. Доцент кафедры акушерства и гинекологии с курсом ФПКП к.м.н. И.А. Корбут приняла участие в работе Всероссийского научно-образовательного форума «Мать и дитя – 2022».

Хороший отклик получили доклады ученых ГомГМУ. Одно из важных направлений представленных докладов – цифровая трансформация в современном лабораторном мире.



Ректор ГомГМУ доктор медицинских наук Игорь Олегович Стома принял участие в XXXII Национальном конгрессе по болезням органов дыхания, который состоялся 18-21 октября в городе Москве.

Научная программа Конгресса: пути совершенствования оказания пульмонологической помощи взрослым и детям от первичного звена до высокотехнологичной медицинской

помощи; инновации в диагностике, лечении и профилактике заболеваний органов дыхания; порядок и стандарты оказания медицинской помощи пациентам с заболеваниями органов дыхания; практическое применение клинических рекомендаций врачом-пульмонологом; функциональные методы диагностики: кардиореспираторные нагрузочные тесты; образовательные программы в пульмонологии и др.

Ректор ГомГМУ является одним из сопредседателей школы «Микробиом и инфекционные заболевания нижних дыхательных путей. Фокус на стратегию преодоления антибиотикорезистентности». В рамках школы практикующих врачей знакомили с понятием «микробиом респираторной системы», чему посвящена новая монография эксперта педиатрического респираторного общества д.м.н. И.О. Стомы.



4 октября команда ГомГМУ в рамках выполнения мероприятия «Проведение информационной работы в районах с различными целевыми группами населения» Государственной программы по преодолению последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС на 2021–2025 годы участвовала в заседании Межведомственного экспертного совета по информационной работе в области преодо-

ления последствий чернобыльской катастрофы по итогам 9 месяцев 2022 года.

Руководитель работ д.м.н., профессор Т.М. Шаршакова представила отчетные материалы за два этапа, с июня по сентябрь 2022 года, выполняемые по договору с департаментом по ликвидации последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС МЧС РБ. За отчетный период состоялось 6 выездных семинаров-

консультаций для медицинских работников по совершенствованию консультативной и медицинской помощи населению по вопросам сохранения здоровья в условиях радиационного риска на территориях радиоактивного загрязнения в Хойникском, Брагинском, Добрушском, Ветковском, Чечерском, Кормянском районах Гомельской области. Проведено также 6 выездных семинаров со специалистами СИЧ-кабинетов.



14 октября в холле главного корпуса Гомельского государственного медицинского университета царил праздничная атмосфера – поздравляли студенток и сотрудниц с Днем матери.

К слову, в нашем университете учатся 14 студенток-мам, из них 13 – на лечебном факультете. У нас учатся и мама пятерых детей.

С поздравлением к представительницам прекрасного пола обра-

тился проректор по воспитательной работе А.В. Толкунов. Он напомнил, что рождение и воспитание ребенка – очень важная и ответственная задача. Ведь в наших детях – будущее государства. А студенткам, воспитывающим детей, Александр Владимирович пообещал поддержку.

Поздравления прозвучали и от деканов лечебного факультета Н.Л. Громыко и медико-диагностического факультета И.В. Назаренко.

Затем виновницам торжества вручили подарки от первичных организаций профкома работников здравоохранения и профкома студентов ГомГМУ, БРСМ. Вокальная студия «Настроение» подарила песню.

Поздравляем всех мам с этим добрым и светлым праздником! Пусть дети приносят вам радость и счастье, а также будут поводом для гордости!

Михаил Коновальчик, гр. Л-219



25-27 октября в рамках конгрессно-деловой программы Петербургского международного форума здоровья «ПМФЗ-2022» состоялась конференция «Здоровое детство в условиях пандемии COVID-19».

Доцент кафедры экологической и профилактической медицины к.м.н., доцент Л.П. Мамчиц успешно выступила с докладом на тему «Клинико-эпидемиологические особенности

COVID-19 у детей и подростков, находящихся на амбулаторном лечении».

На конференции были представлены доклады научных специалистов в области педиатрии и гигиены, детской психологии и реабилитологии, врачей-практиков, педагогических работников, а также выступления разработчиков, производителей и поставщиков современных медицинских изделий, спортивного ин-

вентаря, продуктов питания для профилактики и поддержания здоровья детей и подростков. Цель мероприятия – разработка программы «Технологии здорового образа жизни в условиях пандемии COVID-19» для детей разного возраста (от 0 до 17 лет).

Проводились мастер-классы и выступления с демонстрацией лучшего опыта в области охраны здоровья детей и подростков.



28 октября состоялся онлайн-семинар по вопросам медицинской реабилитации детей, проживающих на территориях радиоактивного загрязнения и проходящих оздоровление в реабилитационно-оздоровительных центрах.

В семинаре приняли участие представители, включая руководителей, двенадцати детских реабилитационно-оздоровительных центров Минской, Гомельской, Гродненской и Брестской областей.

С докладом «Учреждение обра-

зования «Гомельский государственный медицинский университет» как исполнитель мероприятия Государственной программы по преодолению последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС на 2021–2025 годы» выступила заведующий кафедрой общественного здоровья и здравоохранения с курсом ФПКП д.м.н., профессор Т.М. Шаршакова.

Доклад к.п.н., доцента Н.В. Гапановича-Кайдалова был посвящен анализу результатов анкетирования по изучению потребностей специ-

алистов детских реабилитационно-оздоровительных центров в получении новых знаний о новейших видах оборудования и методах отдаленной медицинской реабилитации.

Результаты анкетирования позволили определить наиболее актуальные потребности и проинформировать специалистов о современных возможностях и методах медицинской реабилитации, что было сделано в докладе декана ФПКП д.м.н., профессора Н.В. Галиновской.

Проект продолжает свою работу.

По материалам пресс-службы

СТУДЕНЧЕСКИЕ ОТРЯДЫ НЕ ПОДВЕДУТ!

21 октября Александр Юрьевич Прохоров, второй секретарь ЦК общественного объединения «БРСМ», встретился с ректором Гомельского государственного медицинского университета д.м.н. Игорем Олеговичем Стомой и бойцами студенческих отрядов.

Всего в 2022 году было организовано 16 студенческих отрядов общей численностью 181 человек. Из них – 4 отряда в количестве 48 человек работали на базе УО «ГомГМУ». Были созданы 10 медицинских отрядов общей численностью 89 человек, из них – 8 медотрядов работали на Гомельщине.

Четыре студенческих отряда выезжали работать в Туапсинский район (Россия) в ДСОЛ «Морская волна». Всего было два заезда. В первом работали студотряды «Солнечное сплетение» (медотряд) и «Фауна», а во втором – «Морские коты» (медотряд) и «Флора».

Именно работе выездных студенческих отрядов был посвящен визит А.Ю. Прохорова в наш университет. Даже спустя несколько месяцев бойцы делились воспоминаниями так оживленно, что мы все будто оказались там, на Черном море, где вода, солнце



и работа. Ясно одно: небольшое время, проведенное в санаторном лагере, останется в памяти навсегда. Многие хотят повторить этот опыт и намерены, если представится возможность, ехать в следующем году.

На встрече также обсуждался ряд таких важных вопросов, как условия труда, жилье, питание и заработная плата в ДСОЛ «Морская волна». Но самым главным вопросом наших студентов был вопрос увеличения количества медотрядов. На что Александр Юрьевич ответил, что уже планируется организация работы медицинских отрядов и в Беларуси, и за ее границей. От такой радостной вести сердца студентов забились еще быстрее.

А пока будем усердно учиться, так как мы – будущие врачи, и от нас зависит здоровье людей!

Двядздары Мохамед Абси, боец студотряда «Фауна», гр. Л-313

НА СТРАЖЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

20 октября в главном корпусе Гомельского государственного медицинского университета в режиме «online» прошла областная научно-практическая конференция «Сердечно-сосудистые заболевания в эру COVID-19».

Участие в конференции приняли: д.м.н., доцент Д.П. Саливончик, заведующий кафедрой внутренних болезней №3 с курсом функциональной диагностики; к.м.н., доцент Н.Н. Усова, заведующий кафедрой неврологии и нейрохирургии с курсами медицинской реабилитации, психиатрии, ФПКП; Е.И. Саливончик, доцент кафедры внутренних болезней №3 с курсом функциональной диагностики, и др.

Конференция была приурочена к 10-летию юбилею кафедры внутренних болезней №3 с курсом

функциональной диагностики. Возглавляет кафедру д.м.н., доцент Дмитрий Павлович Саливончик. На кафедре проходят подготовку студенты 3-5 курсов МДФ по двум дисциплинам: «Внутренние болезни», военно-полевая терапия и поликлиническая терапия и «Функциональная диагностика», а также студенты лечебного факультета и факультета иностранных студентов.

За 10 лет существования кафедры сотрудники приняли участие более чем в 250 конференциях, опубликовано более 300 статей, напечатано порядка 20 методических разработок для студентов, записано около 1000 бесед о здоровом образе жизни на Гомельском радио.

С 2020 года сотрудники входят в состав рабочей группы по преодолению COVID-19. За 2021 год заведующий кафедрой принял участие в 14 научно-практических семинарах с сотрудниками организаций и предприятий РБ с лекциями о COVID-19, а в 2022/2023 учебном году он включен в список лекторов по программе «Приглашенный профессор».

По материалам пресс-службы



Самый лучший день заходил вчера...

На приглашение посетить среднюю школу №1 имени А. А. Громыко города Ветки студенты группы И-103а согласились с радостью и решили не только поехать посмотреть этот старинный городок, но и себя показать.

Мы подготовили песню и танцы, а также презентации о Шри-Ланке и Сирии. Причем первокурсники захотели рассказать о родине непременно на русском языке, хотя и начали изучать его совсем недавно.

И вот рано утром в субботу 29 октября мы едем в Ветку, попутно рассматривая в окна маршрутки осеннюю природу Беларуси, а также удивляясь созвучному наименованию понятий «деревня» и «дерева».

Школа встретила нас приветливо и с некоторым любопытством: нечасто к ним заезжают иностранцы из столь далеких мест, да еще и такие колоритные, в национальных костюмах. Учитель английского языка Ю.А. Пыжова провела экскурсию по учебному заведению. А показать есть что: современные кабинеты с ин-

терактивными досками и мультимедийным оборудованием, спортивный зал с настоящим скалодромом, классы начальной школы, где в это время занимались будущие первоклассники. А еще мы посмотрели выставки рисунков учащихся.

В школьном народном музее боевой и трудовой славы ученики 8 «А» класса провели экскурсию на английском языке! У них появилась возможность еще раз попрактиковать изучаемый язык.

А потом и мы удивляли хозяев: студенты показали презентации, исполнили народные танцы, пели. И, конечно же, было дружеское чаепитие, во время которого все общались, фотографировались, обменивались контактами. Белорусских старшеклассников интересовали и сами студенты, и их страны, и мед университет, куда, кстати, некоторые планируют поступать.

Трехчасовая встреча пролетела незаметно, оставив в памяти участников незабываемые впечатления! Мы надеемся, что эта встреча поможет развить коммуникативные качества как

белорусских школьников, так и иностранных студентов, будет способствовать созданию крепких дружеских отношений между странами, научит ребят интернациональному общению.

Сердечно поблагодарив за гостеприимство, мы отправились гулять по уютной Ветке. И конечно же, мы не могли не посетить музей старообрядчества и белорусских традиций имени Ф.Г.Шклярова. Этот музей включен в проект «Золотое кольцо Гомельщины». Мы с интересом посмотрели экспозиции: предметы старинного быта белорусов, книги, рушники, иконы... Студенты оставили восторженные записи на своих языках и диалектах в книге отзывов, а также приобрели на память сувениры.

Ребята и мне прислали эмоциональные отклики, в которых благодарили за поездку. Написали, что было очень весело, потрясающе, что у них появилось много друзей и что это был один из лучших дней в их жизни! Когда читаешь такие отзывы, понимаешь, что вся внеурочная работа со студентами проводится не зря.

Хочу подчеркнуть, что такие путешествия и встречи оставляют положительный отклик в душе иностранных студентов и создают позитивное отношение к Беларуси и белорусам!

О.М. Спектор, преподаватель кафедры русского языка как иностранного, куратор группы И-103а



АДАПТАЦИЯ ПРОХОДИТ УСПЕШНО

Первокурсники факультета иностранных студентов продолжают знакомиться с жизнью Гомеля и университета.

Студенты приехали из разных стран в наш университет и окупились в студенческую жизнь. В первый месяц особенно сложно адаптироваться к новым условиям жизни и взаимоотношениям в коллективе. Ведь нужно познакомиться не только с однокурсниками, но и университетом и городом. А это корпуса и переезды, нужно знать, как добраться до места учебы, где находятся аудитории, библиотеки, общежития, запомнить имена всех преподавателей и, конечно же, знать свое расписание занятий и регулярно готовиться к учебным предметам и многое другое.

Иностранцам студентам сложнее, ведь они находятся от своего дома за тысячи километров. У студентов могут возникнуть страхи и из-за удаленности от дома. На новом месте приходится привыкать к самостоятельной жизни: научиться готовить, убирать комнату, покупать продукты и решать другие бытовые проблемы.

Помогают студентам адаптироваться к университетской жизни все сотрудники университета, и особенно кураторы учебных групп и воспитатели общежитий.

В первый месяц учебы студенты групп И-101а, 102а и 201 совместно с кураторами познакомились с культурным наследием и традициями белорусов, побывав на Дне города. Ребята с большим интересом окупились в атмосферу праздника.

А еще мы посетили Гомельскую областную универсальную библиотеку им. В.И. Ленина. Заведующая отделом литературы на иностранных языках Ю.С. Абрамович радушно встретила студентов и провела интересную экскурсию. Сотрудник музея редкой книги К.В. Кисель рассказал, что в музее находится крупнейшее собрание раритетных изданий, подобных которому нет в нашем регионе. Познакомились мы

с сохранившейся книжной коллекцией князей Паскевичей, у истоков которой стоял известный генерал-фельдмаршал, Светлейший князь Варшавский, граф Иван Федорович Паскевич-Эриванский. Мы увидели редкие старопечатные книги, миниатюрные издания и настоящее «чудо из чудес» – книгу размером 6 x 9 мм. На примере книжных артефактов узнали об отличиях книгопечатания в разных странах Западной и Восточной Европы, Средней Азии и Ближнего Востока.

В отделе краеведения молодые люди познакомились с творчеством писателей Гомельщины, посетив Литературный музей, а в отделе литературы на иностранных языках ознакомились с художественной литературой разных стран.

Студенты с пользой провели свободное время и расширили кругозор. Мы от души поблагодарили сотрудников библиотеки.



Студенчество – самое лучшее время, ведь молодые люди познают жизнь, приобретают новые и интересные знакомства, учатся общаться, осваивают новые знания и получают необходимые профессиональные навыки.

Р.Н. Протасовицкая, к.в.н., доцент кафедры биологии, куратор групп И-101а, И-201; В.В. Концевая, старший преподаватель кафедры биологии, куратор группы И-102а

Универсиада

Сборная команда УО «ГомГМУ» по армрестлингу приняла участие в финальных соревнованиях в программе Республиканской универсиады, которые проходили с 19 по 21 октября 2022 года в г. Горки Могилевской области на базе УО «Белорусская государственная сельскохозяйственная академия (БГСХА)».

В соревнованиях участвовали 227 студентов из 28 высших учебных заведений Республики Беларусь. Спортивную честь нашего университета защищали: Кирилл Воевода (Л-209); Эдуард Гаас (Л-116); Анастасия Дегтярева (Л-221); Ярослав Домненко (Л-105); Михаил Дроб (Л-105); Роман Каспиров (Л-320); Александр Ковалев (Л-634); Денис Круглич (Л-532); Иван Майоров (Л-420); Евгений Сиваков (Л-515).

Анастасия Дегтярева в борьбе на правую и левую руку завоевала соответственно золотую и бронзовую медаль в весовой категории до 55 кг.



Иван Майоров в борьбе на правую руку добился серебряной медали в весовой категории до 90 кг, а в борьбе на левую руку остановился в шаге от пьедестала и занял 4 место.

Также стоит отметить Евгения Сивакова и Эдуарда Гааса, которым немного не хватило до призового места. Они заняли в своих весовых категориях 4 место в борьбе на правую и левую руку соответственно.

Тренер команды – старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Александр Николаевич Поливач.

Поздравляем победителей, призеров и участников Республиканской универсиады по армрестлингу в 2022/2023 учебном году!

Спортивный клуб

Хронограф

Радость я несу себе и людям...

Общеизвестно, что здоровье человека (а значит и долголетие) на 50% зависит от образа жизни, на 20% от наследственности (генетики), на 20% – от окружающей среды (экологии), на 10 % – от здравоохранения.

В связи со старением населения особую остроту приобретает сохранение молодости мозга, профилактика когнитивных нарушений (все относящееся к мышлению, речи, познанию, обучению, формированию понятий и оперированию ими). Ежедневно в мире регистрируют порядка 7 млн новых случаев деменции.

«Мозг хранит всю информацию, мимо которой прошел, которую унюхал, попробовал, выпил и т.д., все там лежит. Если вы этого не помните, это не значит, что этого нет в мозгу, поэтому я постоянно говорю: нельзя читать глупые книги, общаться с недалекими людьми, слушать плохую музыку, есть некачественную еду, смотреть бездарные фильмы», – утверждает известная ученая в области нейронауки и психолингвистики, теории сознания Татьяна Черниговская.

Ничего не ускользает от нашего разума: все копится в глубинах подсознания и формирует наше восприятие и реальность. Мы – это то, что видим, смотрим, едим. Важна любая мелочь, поэтому нельзя «захламлять» мозг, иначе он потеряет гибкость или перестанет ориентироваться в том, что такое хорошо и что такое

плохо. Кто хочет сохранить мозг подольше в боеспособном состоянии, тот должен ему давать трудную работу. Важно насыщать мозг не только сложной, но и разной информацией. Изучили одну тему, переходите к следующей. Меняйте хобби, работу, не превращайте жизнь в «жвачку», где каждый день происходит одно и то же и нет развития для мозга.

Есть данные, что изучение иностранных языков реально увеличивает объем мозга, способствует развитию когнитивных способностей. Если хотите запомнить книгу или статью, после любого прочтения подумайте о том, что прочитали. Одно это дает 80% повышения памяти. Ключевую роль играет интерес. Подсознательно человек помнит абсолютно все, но на сознательный уровень выходит только малая часть. Однако при определенных условиях на уровень сознания может выйти все, что было в подсознании.

Человеческий мозг развивается в течение всей жизни благодаря нейропластичности (свойство мозга, заключающееся в возможности изменяться под действием опыта, а также восстанавливать утраченные связи после повреждения или в ответ на внешние воздействия). К сожалению, чем старше становится человек, тем «леннее» мозг, и его необходимо подталкивать к обучению, стимулировать, дисциплинировать. Способов воздействия много, но самое простое и очевидное – физическая актив-

ность! Когда человеку приходится много двигаться, мозг к этому адаптируется и разрабатывает новые стратегии решения задач.

Физическая активность – не только спорт, но и работа по дому, в саду, на огороде, просто ходьба. Физическая активность бывает трех типов. Первая – аэробная (бег, плавание, ходьба, лыжи, велосипед, аэробика и любые движения, в которых участвует мускулатура почти всего тела). Второй тип нагрузок – силовые. Они необходимы для предупреждения возрастной атрофии мышц. Третий тип нагрузок для пожилых людей – упражнения для сохранения баланса и координации.

Борис Абрамов, ассистент кафедры неврологии и нейрохирургии с курсами медицинской реабилитации, психиатрии, ФПКП, председатель Совета ветеранов; **Иван Сквиря,** д.м.н., доцент кафедры неврологии и нейрохирургии с курсами медицинской реабилитации, психиатрии, ФПКП, заместитель председателя Совета ветеранов

ТЕЧЕНИЕ ВРЕМЕНИ НАБЛЮДАЮТ ТОЛЬКО ФИЛОСОФЫ И ПОЭТЫ. ФИЛОСОФЫ ДЕЛАЮТ ВЫВОДЫ, А ПОЭТЫ ОСТАНАВЛИВАЮТ ВРЕМЯ.
/Андрей Корвин/

ХОСПИС: РУКА ПОМОЩИ И ДУХОВНАЯ ПОДДЕРЖКА

Хронограф

Величие духа людей, кто до последних минут находится рядом с больным, велико...

В тот момент, когда боль становится невыносимой, а медицина бессильна, перед пациентами открываются двери паллиативного отделения. Когда мы произносим слово «хоспис», наша фантазия, как маятник, начинает раскачиваться от тихого и уютного домика, утопающего в зелени, до места боли, скорби, заморозившего холода и беспросветной грусти...

Но это не так, и сейчас я развею этот миф.

Ухоженные клумбы у входа. На первом этаже здания – приемное отделение с множеством кабинетов и медицинских работников, готовых 24 часа в сутки спасать жизни. Пройдя чуть дальше, мы видим длинный коридор, который ведет нас в отделение паллиативной помощи учреждения здравоохранения «Гомельская городская клиническая больница №4». Здесь и расположены палаты для пациентов.

Хоспис – это медицинское учреждение для неизлечимо больных, которое должно стать для них домом новой жизни! Здесь нет цели увеличить количество прожитых дней, здесь цель – поднять боевой дух, наполнить каждый день человека радостными эмоциями, улыбками и добрыми воспоминаниями.

Хоспис протягивает руку поддержки и помощи

не только пациентам, болеющим раком в терминальной стадии, здесь помогают страдающим рассеянным склерозом, тяжелыми болезнями сердца, легких, мозга.

Далеко не все паллиативные больные своевременно проходят диагностику заболевания и его лечение. Поздняя обращаемость к врачу и прогрессирование болезни приводят к необратимым и ужасающим последствиям. Однако медицина способна на ранних стадиях диагностировать патологии организма. Для этого необходимо в плановом режиме обращаться к врачам диагностического профиля, профессионализм которых позволяет на ранних стадиях выявить заболевание и назначить грамотное лечение.

Я поговорила со старшей медсестрой отделения паллиативной помощи Татьяной Владимировной Фельберг.

– На что пациент может рассчитывать, находясь в хосписе?

– Для пациентов здесь созданы почти домашние условия, оказывается медицинская, психологическая и духовная помощь. Ее смогут получить больные, для которых уже исчерпаны все возможности радикального лечения. А таких, к сожалению, немало. Всего в городе проживают более 17 тысяч человек, страдающих онкологией и другими неизлечимыми болезнями.

Отделение паллиативного ухода – единственное подобного рода в Гомеле. Оно рас-

считано на 25 коек, для удобства пациентов предусмотрены пост медсестры, процедурная, кухня и холл. Палаты на два человека оборудованы всем необходимым, включая холодильник и умывальник.

– Татьяна Владимировна, сколько времени пациент может оставаться в хосписе?

– Пациент имеет возможность пребывать в хосписе столько, сколько рекомендуют медицинские работники. Проводимая здесь помощь позволяет купировать боль, облегчить тяжелое состояние пациента. Также получить моральную и духовную поддержку.

– Хоспис подходит только для последних дней жизни?

– Хоспис работает с неизлечимо заболевшими пациентами, каждый из которых находится в индивидуальной ситуации: некоторые пациенты проживают с диагнозом немало лет, а кто-то скоропостижно уходит в иной мир, другие пациенты выписываются из хосписа домой после того, как им подобрана симптоматическая терапия, обезболивание, в том числе оказана духовная поддержка и нужный уход.

Однако ключевое понятие – в хосписе не умирают, в хосписе живут. Пациенты не знают, вернутся сюда снова или нет, они не хотят об этом думать. Здесь им дали все, что могли: нужное лечение, рекомендации, а значит, подарили еще время. Время жить и любить.

Мария Сычева, гр. Д-302

Малотиражная университетская газета

36 и 6

Адрес редакции:
Гомель, ул. Ланге, 5 (каб. 208)
тел: 35-97-36, факс: 35-98-38,
e-mail: gazeta36i6@gsmu.by

Полноцветный вариант
читайте на сайте ГомГМУ
<http://gsmu.by/index.php/un/-q36-6q>

и в соцсетях «ВКонтакте» и «Одноклассники»

При перепечатке материала
ссылка на газету «36 и 6»
обязательна

Тираж 299 экз.

Периодичность – 1 раз в месяц

Учредитель:
УО «Гомельский государственный
медицинский университет»

Редактор газеты
Ева ДУДОРГА
Корректурa текста О.М. Спектор

Авторы публикуемых материалов несут ответственность за достоверность и точность приводимой 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.