

МЕДИЧНА АКАДЕМІЯ

№ 2(235)
 ГАЗЕТА ЗАСНОВАНА 1997 РОКУ
 27 січня 2009 року



Офіційно

ПОДЯКА

Ректорові Тернопільського державного медичного університету ім. І.Я. Горбачевського Л.Я. КОВАЛЬЧУКУ

Шановний Леоніде Якимовичу!

Адміністрація Котовської міської лікарні Одеської області висловлює Вам щирю вдячність за високий професійний рівень, добру організацію, людське ставлення під час проведення курсів з «Малоінвазивних технологій у хірургії та гінекології».

З повагою
А.В. ЖУКОВСЬКИЙ,
 головний лікар
 Котовського району
 Одеської області

ОГОЛОШЕННЯ

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І.Я. ГОРБАЧЕВСЬКОГО ОГОЛОШУЄ КОНКУРС НА ЗАМІЩЕННЯ ВАКАНТНИХ ПОСАД:

НА МЕДИЧНОМУ ФАКУЛЬТЕТІ:

— завідувача кафедри соціальної медицини, організації та економіки охорони здоров'я з медичною статистикою та історією медицини — 1 посада;

— завідувача кафедри медичної біохімії та клініко-лабораторної діагностики — 1 посада;

вимоги до претендентів: наявність наукового ступеня доктора медичних наук, стаж роботи за фахом — не менше трьох років, сертифікат на володіння персональним комп'ютером, виданий комісією ТДМУ згідно з наказом № 725 від 28.12.05р.

НА ФАРМАЦЕВТИЧНОМУ ФАКУЛЬТЕТІ:

— доцента кафедри фармацевтичних дисциплін — 1 посада;

вимоги до претендентів: наявність наукового ступеня кандидата фармацевтичних наук, стаж роботи за фахом — не менше трьох років, сертифікат на володіння персональним комп'ютером, виданий комісією ТДМУ згідно з наказом № 725 від 28.12.05р.

Термін подачі документів — один місяць з дня оголошення.

Звертатися:

43001 м. Тернопіль, майдан Волі, 1, відділ кадрів, тел. 52-14-64.

ТЕРНОПІЛЬСЬКА ОБ'ЄДНАНА ДПІ

інформує про необхідність подання громадянами до 01.04.2009 року декларації про доходи, з яких податок не утримувався, отримані у вигляді спадщини та подарунків, у випадках отримання іноземних доходів. Також мають право подати декларації громадяни, які мають право на податковий кредит.

ВІДМІННИКИ НАВЧАННЯ



Руслан ЗАВАЦЬКИЙ, студент медичного факультету, голова студради ТДМУ

Вісті

СВЯТО УКРАЇНСЬКОЇ СОБОРНОСТІ

«Віднині воєдино зливаються століттями відірвані одна від одної частини єдиної України», — так звучали 90 років тому слова Акта Злуки двох Українських Республік (УНР і ЗУНР) в одну самостійну соборну Українську державу. Ця подія стала епохальною, поставила українців на новий історичний та політичний шлях. У незалежній Україні вона знайшла своє відображення і в святі.

На Тернопіллі День Соборності України завжди відзначають широко. Передусім в обласному центрі в палаці культури «Березіль» ім. Леся Курбаса відбулися урочисті збори громадськості краю, а також святковий концерт за участю майстрів мистецтв та аматорських колективів Лановецького району. Такі ж заходи проведуть у всіх райцентрах, багатьох інших населених пунктах. До пам'ятників і пам'ятних знаків борцям за Українську Незалежність ляжуть квіти.

Згідно з розпорядженням голови облдержадміністрації у музеях, бібліотеках, навчальних закладах краю, в обласному архіві зорганізували тематичні виставки та експозиції, присвячені історичним подіям 22 січня 1919 року. Захід до свята єднання українців провели і в нашому університеті. В День Соборності Украї-

ни в храмах області відправили панахиди у пам'ять про борців за волю нашої держави.

Микола ВІЛЬШАНЕНКО

КРУТИ — НЕ ЗАБУТИ!

Тематичні виховні та інформаційно-просвітницькі години, урочисті лінійки, уроки патріотизму на теми: «Герої Крут — ми пам'ятаємо про вас», «29 січня — День пам'яті Героїв Крут», «Україна вшановує пам'ять Героїв Крут», «Нехай у наших серцях живе безсмертна слава лицарів Крут»; уроки-реквієми «На Аскольдовій могилі — український цвіт!»; вечори-вшанування Героїв Крут «Вони захищали наше майбутнє» пройдуть в навчальних закладах області.

У ТДМУ зорганізують засідання «круглих столів», проведуть лекції, семінарські заняття, присвячені вшануванню героїчного подвигу під Крутами.

Тим часом у краєзнавчих музеях області, кабінетах історії, бібліотеках навчальних закладів оформлять тематичні книжкові виставки та бібліографічні огляди літератури «Герої Крут — ніхто не забутий», «Невинно убієнні», експозиції документів і фотоматеріалів, які висвітлюють історію битви під Крутами, події доби Української революції 1917-1921 років.

Лесь ЯВОРИВ

У НОМЕРІ

Стор. 2-3

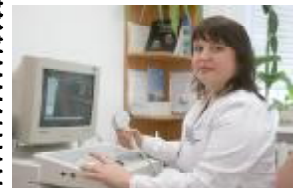
РЕКТОР ТДМУ ЛЕОНІД КОВАЛЬЧУК: «НЕ МОЖЕ БУТИ УСПІШНА ДЕРЖАВА, УСПІШНА ЕКОНОМІКА В ЦІЙ ДЕРЖАВІ БЕЗ НАЛЕЖНОГО НАДАННЯ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ»



Нещодавно на хвилях державного радіо в передачі «Ординаторська» прозвучало інтерв'ю ректора ТДМУ, члена-кореспондента АМН України, професора Леоніда Ковальчука. Пропонуємо Вам цю розмову у друкованому викладі.

Стор. 6

ПОСЛУХАЙТЕ МУЗИКУ СВОЇХ СУДИН



Торік обстеження судин у відділенні функціональної діагностики обласної психоневро-

логічної лікарні за методом ультразвукової доплерографії пройшло понад 4000 осіб, а дуплексного сканування — майже 400 осіб. Цифра не надто велика, якщо врахувати, скільки нині у нашій області хворих із судинною патологією.

Стор. 7

У СТУДЕНТСЬКОЇ РАДИ — ШИРОКІ ПОВНОВАЖЕННЯ



Створення органів студентського самоврядування в нашому університеті покладено на самих студентів. Вони обирають своїх представників до студентської ради, яка діє протягом навчального року і є ланкою цілісної системи взаємин спудей з викладачами та адміністрацією ВНЗ.

РЕКТОР ТДМУ ЛЕОНІД КОВАЛЬЧУК: «НЕ МОЖЕ БУТИ УСПІШНА ДЕРЖАВА, УСПІШНА ЕКОНОМІКА В ЦІЙ ДЕРЖАВІ БЕЗ НАЛЕЖНОГО НАДАННЯ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ»

Нещодавно на хвилях державного радіо в передачі «Ординаторська» прозвучало інтерв'ю ректора ТДМУ, члена-кореспондента АМН України, професора Леоніда Ковальчука. Пропонуємо Вам цю розмову у друкованому вигляді.

Від часу створення 1957 року і донині поняття «провінційний» ніколи не вживали щодо ТДМУ. І нині у статусі університету він традиційно міцно утримує позицію одного з кращих серед споріднених вищих навчальних закладів України. За минулі півстоліття у його стінах підготували понад 15 тисяч висококваліфікованих спеціалістів різних напрямків медицини, які успішно трудяться на ниві охорони здоров'я не лише нашої держави та всіх колишніх республік Радянського Союзу, але й більш як 30-ти країн світу. Особливо відчутного розвитку та міжнародного визнання у підготовці висококваліфікованих кадрів Тернопільський медичний набрав за останні десятиріччя, відколи його очолив заслужений діяч науки та техніки України, член-кореспондент АМН, ректор університету Леонід Якимович Ковальчук. Моя розмова з ним про підсумки року, що минув, а також найближчі перспективи навчального закладу, зокрема, і розвитку медицини загалом.

— Леоніде Якимовичу, постійний медичний прогрес вимагає відповідних змін у підготовці лікарів. Гадаю, Ви зі мною тут погодитесь. Тож яким в перспективі бачите вдосконалення цього процесу?

— Все просто, так як і в кожній з галузей, — це застосування сучасних технологій і якраз використання сучасної технології у навчальному процесі нині в нашому університеті є пріоритетом. Для того, щоб побачити своє місце у світовій освітній спільноті, скерували до шести університетів (чотирьох європейських і двох американських) наших викладачів на стажування. Вони мали певні завдання, в тому числі вивчити їхній досвід, і, власне кажучи, від них ми і взяли ці технології, створивши в себе повний аналог європейської системи медичної освіти. На впроваджен-

ня цих методик взяли дозвіл нашого Міністерства. Наріжним каменем було дотримуватися чинного в Україні законодавства, відповідних нормативних документів нашого Міністерства, Міністерства освіти. І нам вдалося впровадити ті методики європейської сучасності, які нині є в світовій освітній системі. Вже четвертий рік ця методика в нас працює і ми нею задоволені. Не буду їх деталізувати, бо це зайняло б багато часу, але вони корінним чином відрізняються від тих методів, які ми використовували раніше і які зараз використовують в інших медичних університетах. Кожен ВНЗ має свої надбання й свої пріоритети, але та методика, яку почали застосовувати ми, себе виправдала насамперед тим, що вона дала можливість інтенсифікувати навчальний процес у багатьох аспектах: в освоєнні практичних навичок, а також теоретичних засад, дисципліни, що надзвичайно важливо — в основі організації навчального процесу тепер у нас лежать комп'ютерні технології. Мені приємно бачити, що нині студенти у наших гуртожитках мають ноутбуки або комп'ютери. Це при тому, що в нас достатньо комп'ютерних залів (їх є 32)

для того, щоб студенти могли користуватися комп'ютерами. Більше того, за останні кілька місяців ми закупили 240 нових комп'ютерів. Комп'ютерними залами оснащені всі кафедри. Коли кажу про те, що комп'ютерні технології лежать в основі навчального процесу, йдеться про те, що кожен з наших студентів має електронну адресу, власний логін і пароль, через який може зайти в систему «Інtranет», тобто лише за цим логіном і паролем буде доступна йому певна інформація.

— «Інtranет» — це ваш внутрішній університетський «Інtranет».

— Звісно. Він надзвичайно насичений інформацією. Крім того, студент може отримати інформацію про розклади занять, про чергування викладачів, екзаменаційні сесії, про програми, ме-

тоди й розробки. Наш студент кожного курсу, будь-якого факультету (у нас їх п'ять) з будь-якого предмету може зайти в «Інtranет» й отримати інформацію текстову, в слайдах і відеофільмах, і що дуже важливо, цю інформацію наші викладачі мають можливість постійно поновлювати новими даними. І студент цим користується. На мою думку, це дуже важливо.

— Ви вже згадали про міжнародні зв'язки, а вони у Вас — давні, міцні й широкі. Торік Ви побували кілька разів за кордоном, у тому числі в США. Знаю, що туди



їздили з дуже приємною місією.

— Місія була справді дуже приємна, тому що рішенням вченої ради університету Південної Кароліни, Апстейт мені присвоїли звання «Почесного професора» цього закладу. Якраз була процедура вручення мантиї та диплому. Власне, ті зв'язки, які у нас склалися з європейськими та американськими університетами, — дуже тісні й приносять свої корисні плоди. Скажімо, п'ятирічні візи до США в нас мають понад двадцять викладачів. Тобто, вони будь-якого часу можуть летіти до цієї країни, щоб спілкуватися зі своїми колегами. Найближчим часом відправляємо на стажування, вони водночас і будуть читати лекції в університеті Південної Кароліни, трьох наших викладачів.

— Для цього, гадаю, вони

достатньо непогано володіють англійською мовою?

— Це окреме питання і цим особливо пишаємося. Понад 50 відсотків наших викладачів мають сертифікати на викладання англійською мовою. Достатньо сказати, що майже з 700 студентів-іноземців (із 42 країн), 85 відсотків у нас навчаються англійською мовою. Це хороший показник, до речі, він дає нам можливість отримати фінансову стабільність у нашому університеті. Ми дуже непогано закінчили 2008 рік і з оптимізмом дивимося в майбутнє. Наразі криза на нас не позначилася, гадаю, і не позначиться.

— Такі поїздки за кордон — не лише читання лекцій там, а й велика практика для ваших викладачів і це на медичній практиці відбувається, і в знаннях ваших студентів?

— Безумовно. До речі, не лише ми їдемо туди, а й вони до нас також приїжджають. У червні згідно з угодою з доктором Стоквеллом університету Південної Кароліни приїжджає із США група студентів (понад 10 осіб) і група викладачів, які на нашій базі будуть отримувати спеціальний клас з фітотерапії. Цим студентам будуть викладати їхні і наші викладачі, тобто, буде взаємний обмін. Що ж стосується результатів, можу з приємністю їх констатувати. В газеті «Ваше здоров'я» — це газета МОЗ України, вийшла стаття заступника міністра Василя Васильовича Лазоринця та голови Департаменту кадрів і освіти Миколи Васильовича Банчука. Вони саме аналізують рейтинг ВНЗ щодо системи «Крок». Це система, яку використовують у вищих медичних навчальних закладах України, незалежного державного контролю знань студентів. Є ціла схема так званих кроків: «Крок-1», «Крок-2», «Крок-3», деякі «Кроки» для медичних факультетів, певні для стоматологічних, фармацевтичних і т.д. І ось, коли Міністерство узагальнило вісім різних «Кроків» і провело рейтинг серед усіх медичних ВНЗ України, то ТДМУ зайняв друге місце. Це нам особливо приємно.

— Цікаво порівняти теперішнього студента, навіть останній набір, з тими, які були у Ваші часи.

— Я не повторю фразу, яка була написана ще на єгипетсь-

ких пірамідах. Вона звучала майже так: «Пішла така молодь, що світ пропаде», але це було ще три тисячі років тому. Вона себе не підтвердила. Хочу сказати, що одночасно і без заперечень, вони кращі за нас і це вселяє надію. Чим кращі? По-перше, вони не зашорені так, як ми, обставинами і більш вільно мислять, вони володіють комп'ютерними технологіями, іноземними мовами, вони розкуті та розумніші. В нас прекрасне майбутнє. Якщо ми — старше покоління, то наше завдання — спрямувати їхній розум, їхню енергію, їхні знання куди слід, хоча, гадаю, вони самі прекрасно це розуміють, як потрібно робити й що потрібно робити.

— І ще про одне: сімейний лікар. Зараз це поняття, так би мовити, на слуху. Чи достатньо, вважаєте, лише тих знань, які отримує майбутній лікар у стінах медичного університету, чи ще щось потрібно? Така проблема велика — на селі бракує фахівців. Ви про це знаєте краще за мене. Багато чого не вистачає саме сільському лікарю, який, по суті, і в самому зародку є сімейним лікарем.

— Студенти у всіх наших університетах України отримують ґрунтовні знання. Ми переконалися, що вони нічим не поступаються перед тими знаннями, які отримують європейські чи американські студенти. Але хочу підкреслити, на дипломному етапі в нас вкрай недостатньо розвинута післядипломна освіта. Чому? Вона потребує значних коштів, більш тривалого часу — три (найменше), п'ять, а інколи й більше років. Продовжується післядипломна освіта, вона потребує добре оснащених клінічних баз, на яких її можна проводити, тому — в нас ще дуже багато роботи. Проте, що стосується сімейного лікаря, безумовно, тут також ще є питання, які потрібно впорядковувати в законодавчому сенсі.

— Насамперед йдеться про сімейного лікаря на селі, так?

— Звичайно, але, гадаю, і в місті це питання актуальне. Хоча, не хотів би, щоб з появою сімейного лікаря зникла дільнична система. Вона себе виправдала. І це дуже важливо. Що ж стосується села, то дякую, що зачепили цю тему. Надання медичної допомоги на селі, на мою думку, дуже актуальне.

Редактор **Олег КИЧУРА**
Творчий колектив: **Лариса ЛУКАШУК,**
Оксана БУСЬКА,
Ярослав СТАРЕПРАВО
Комп'ютерна група: **Руслан ГУМЕНЮК,**
Марія ШОБСЬКА

Адреса редакції:
46001,
м. Тернопіль,
майдан Волі, 1,
тел. 52-80-09; 43-49-56
E-mail academia@tdmu.edu.te.ua

Засновники:
Тернопільський
держмедуніверситет
ім. І.Я. Горбачевського,
управління охорони здоров'я
облдержадміністрації

Видавець:
Тернопільський
державний медичний
університет
ім. І.Я. Горбачевського
Індекс 23292

За точність
викладених фактів
відповідає автор.
Редакція не завжди
поділяє позицію
авторів публікації.

Реєстраційне свідоцтво
ТР № 300 від 19.12.2000
видане
управлінням у справах
преси та інформації
облдержадміністрації

Газета виходить
двічі на місяць
українською мовою.
Обсяг — 2 друк. арк.
Наклад — 2000 прим.
Замовлення № 168

Газету набрано, зверстано,
віддруковано у Терно-
пільському
держмедуніверситеті
ім. І.Я. Горбачевського.
46001, м. Тернопіль,
майдан Волі, 1.

РЕКТОР ТДМУ ЛЕОНІД КОВАЛЬЧУК: «НЕ МОЖЕ БУТИ УСПІШНА ДЕРЖАВА, УСПІШНА ЕКОНОМІКА В ЦІЙ ДЕРЖАВІ БЕЗ НАЛЕЖНОГО НАДАННЯ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ»

Не хочу висловлюватися різко, але інколи мені хочеться кричати: люди, подивіться, ми ж дуже часто залишаємо село без медичної допомоги. Там — наші старенькі батьки, дідуся, бабусі, що робимо, хто ми є? Дуже часто буваю в одному із сіл, дуже часто і вдень, і вночі мене просять прийти оглянути пацієнта. Буквально нещодавно довелось оглянути одну жінку 84-ох років, яка зламала руку і якій не було кому ввести знеболюючий препарат в цьому селі. У нас вкрай погано налагоджена швидка допомога для мешканців села.

— Фельдшерсько-акушерські пункти повинні бути, по суті, в кожному селі.

— Це знову ж таки окреме питання і не в кожному селі є цей фельдшерський пункт. Якщо є, то погано оснащений. Невже це потребує таких великих коштів, щоб у районному центрі зробити потужну швидку допомогу, закупити медичні машини, аби доправити медичний персонал, якого є достатньо в районі. Я починав свою роботу в Усті-Зеленому Монастирського району. Далеке село, це було 35 років тому і не уявляв, аби не виїхати в сусіднє село за викликом і не виїхати вчасно. Якби було якесь посилання на те, що немає бензину або ще чогось, то наступного дня звільнили б з роботи. Медикаменти були елементарні, але не було тих, які є нині, але вони ж недоступні для села. Минуло 35 років і мені страшно констатувати, що в цьому селі з наданням медичної допомоги стало ще гірше. Люди добрі, хто ми є? До речі, дуже хороша акція з ініціативи президента Академії медичних наук Олександра Федоровича Возіанова проводить Академія медичних наук України. Академіки збрали кошти для тих, хто потерпів від повені, а лікарня в Усті-Зеленому якраз і зазнала нищівного удару стихійного лиха. Мені було запропоновано в нашій області подивитися, хто потребує такої допомоги. І от приїхали представники АМН країни. Щоправда, поїхати з ними в Монастирський район я особисто не зміг, бо викликали в МОЗ України. Але приємно, що академіки кожному потерпілому медичному працівникові цього району вручили певну суму, 100 тисяч гривень надали для закупівлі обладнання, для ремонту в Усті-Зеленській дільничній лікарні. Зрештою, силами лише АМН України цього не зробиш. Місцева

влада про це повинна подбати і повинно бути поставлене питання досить жорстко, тому що можна згадувати помилки минулого, згадувати трагедії минулого, ставити цим трагедіям пам'ятники і щоб нам не довелося колись ставити ще один пам'ятник новій трагедії, яку створюємо зараз самі. Не перебільшую, повірте. Порушив цю тему перед нашим шановним головою облдержадміністрації Юрієм Васильовичем Чижмарем і він з розумінням до неї поставився, погодився, сказав, що допоможе знайти юридичну основу. Запропонував нашому університетові Тернопільську область оснастити п'ятьма фельдшерськими пунктами. Сподіваюся, коли це зробимо, вони будуть показовими. Скеруємо туди наших випускників на роботу і будемо регулярно стежити, щоб там було все необхідне. Хотів би, щоб ці ФАПІ стали зразками, за якими будуть створювати такі заклади надалі в інших районах, інших областях. Утім, коли кажу, що стало гірше на селі з медичною допомогою, маю на увазі лише село, тому що є й позитивне у нашому часі. Нам стали доступні ті технології, апаратура, медикаменти, про які колись і не могли мріяти, але це лише у великих центрах.

Як відомо, 15 березня на Тернопіллі мають відбутися вибори до облради. Мені дуже імponує позиція блоку Володимира Литвина, який по-справжньому вболіває за розвиток села та сільської медицини.

— Якщо не помилюся, МОЗ України запропонувало скоротити спеціальні бригади швидкої допомоги. Наскільки буде виправданий, на вашу думку, такий крок? Чи це, може, недалекоглядна позиція?

— Не потрібно всі негаразди звалювати на Міністерство. Воно робить багато, щоб виправити ситуацію. Буваю на всіх колегіях, але такого не чув, щоб рекомендували скорочувати спеціалізовані чи інші швидкі допомоги. Хочу лише підкреслити, що організація медичної допомоги на місцях — це завдання місцевої влади, а Міністерство може надавати хіба методичну допомогу. Нині немає такої жорсткої вертикалі, щоб воно дало чітку команду й усі виконували. Це також потрібно розуміти. Є місцева влада, громада, яка повинна дбати про своїх людей, у тому числі й про село.

— І все-таки інколи можна

почути про те, що є дефіцит лікарів. Кажуть, навіть у Києві велика нестача лікарів. Це дивує тому, що коли взяти сукупний випуск медичних університетів України, то спеціалістів достатньо. Десь розчиняється частина їх, чи розчаровується і, мабуть, тут багато що з того — матеріальне забезпечення нашої медицини.

— Безумовно, доки не буде вирішено питання достатнього матеріального забезпечення медиків, передовсім гідної заробітної платні, — доти ця проблема буде існувати. Що ж стосується запитання: чи достатньо в нас лікарів, чи ні, то скажу, що в багатьох областях, і навіть там, де є вищі медичні навчальні заклади, їх не вистачає, особливо в сільській місцевості. Аби лікар поїхав працювати у сільську місцевість, потрібно забезпечити його, щонайменше, гідною зарплатою, житлом і транспортом — не для власних потреб, а для того, щоб він міг надавати медичну допомогу, адже, як правило, це кілька сіл. Дільничному лікарю чи лікарю сільської амбулаторії потрібно вночі виїжджати, інколи в екстреному порядку, доправити пацієнта до стаціонару в район чи в якусь іншу лікарню. І доки цю проблему не розв'яжуть, звісно ж, матимемо нестачу кадрів, особливо на селі. Потрібно спочатку вирішити питання з фельдшерами. Ставитиму питання, аби замінити фельдшерські пункти на амбулаторії. І був такий період у нас, що ми могли це робити. На жаль, знову повинні повернутися до тієї інституції, якої нема в будь-якій іншій державі, це — фельдшер. Цього немає ніде і, сподіваюся, не буде, але у нас — це вихід з тієї ситуації, що склалася.

— Отже, треба, щоб держава до медицини повернулась обличчям.

— Маємо подбати про здоров'я нації, тому що хворі мами не будуть народжувати здорових дітей, з хворих дітей не виростуть юнаки, які зможуть захищати свою Батьківщину, і так далі. Не може бути успішна держава, успішна економіка в цій державі без належного надання медичної допомоги.

**Розмову вів
Євген БАРОВ,
заслужений журналіст
України**

ЕКОЛОГІЧНА ЕНЦИКЛОПЕДІЯ – ПЕРШЕ В КРАЇНІ ШИРОКОПЛАНОВЕ НАУКОВО-ДОВІДКОВЕ ВИДАННЯ

Наприкінці 2008 року вийшов у світ третій, останній том Екологічної енциклопедії. Варто зазначити, що третомна Екологічна енциклопедія – перше в Україні широкопланове науково-довідкове видання, в якому на основі узагальнення світового та національного досвіду подано інформацію про всі теоретичні й прикладні напрямки екології. Підготовку та видання енциклопедії здійснено з ініціативи Всеукраїнської екологічної ліги. В підготовці взяли участь 740 авторів, 38 членів редакційної колегії, 26 наукових консультантів і редакційна група. Всього в трьох томах вміщено 3556 статей, 112 карт, 244 рисунки та схеми, 737 кольорових фотографій, 159 таблиць.



Професор Степан ВАДЗЮК знайомить з Екологічною енциклопедією

нального природокористування, заповідній справі.

Важливою частиною Екологічної енциклопедії є статті з питань екологічної політики, екологічного законодавства і права, екологічної освіти та виховання, екологічної культури, етики та естетики, ролі громадськості у прийнятті екологічного важливого рішення. Читачі отримають також інформацію з етнічної екології, демографічної екології, екології людини. Належне місце відведено статтям, що розкривають зміст таких напрямків сучасної екології як екологічне управління, аудит та менеджмент, еколога-економічні показники та оцінки, економічні інструменти реалізації екологічної політики тощо.

— Всеукраїнська екологічна ліга за десять років своєї діяльності зробила чимало корисних і потрібних справ, — каже голова обласного осередку Всеукраїнської екологічної ліги, професор ТДМУ Степан Вадзюк. — Але, на мій погляд, найважливішою серед них є літературний доробок — Екологічна енциклопедія. Це — перше, по суті, енциклопедичне видання екологічного спрямування на теренах України. Вихід у світ цієї енциклопедії став своєрідним науковим проривом екологічної думки. Фундаментальність видання і в обсягу, і у всеохоплюючому змісті, де висвітлені найновіші стратегічні й тактичні положення екології.

Лариса ЛУКАЩУК

ОБ'ЄКТИВ



Володимир ПОКИДИНЕЦЬ та Юлія БУРКОВСЬКА, студенти стоматологічного факультету

«ЗАВЖДИ У ПРАЦІ, В ТВОРЧОМУ ГОРІННІ, І НЕ ПОМІТИШ, ЯК ЛЕТЯТЬ РОКИ»

ПРОЙДЕНО ВЕЛИКИЙ ШЛЯХ

З теплими словами привітання до іменинника звернувся ректор ТДМУ, член-кореспондент АМН України, професор Леонід Ковальчук.

— Нині у нас особливий день — професору Іванові Семеновичу Сміяну — вісімдесят. Для історії цей відрізок часу — лише мить, а для викладачів, студентів, науковців університету — золотий ювілей нашого видатного колеги, друга, наставника. Пройдено великий шлях, сповнений самовідданої праці, творчого горіння, любові до людей. Перебуваючи впродовж шістнадцяти років на посаді ректора, Іван Семенович заклав ті добрі традиції, які і зараз живуть у нашій альма-матер. Він доклав неймовірних зусиль, аби наш науковий потенціал був одним з найкращих, і нині по праву може пишатися своїми учнями, які працюють в різних кутках країни. Тернопільська педіатрична школа, без перебільшення, — заслуга Івана Семеновича Сміяна.

Ректор Леонід Ковальчук зачитав наказ про нагородження грамотою Міністерства охорони здоров'я України Івана Семеновича Сміяна та вітальну адресу зі щирими зиченнями. А від себе особисто побажав ювілярові міцного здоров'я, творчої наснаги, гарного настрою, благополуччя у дружній родині і ще багато років праці на благо університету та України.



Начальник управління охорони здоров'я ОДА Богдан ОНИСЬКІВ

Від імені громади Тернопільщини ювіляра привітав голова обласної ради Михайло Миколенко. Він наголосив, що наш край пишається тим, що майже півстоліття лікар і вчений віддав охороні здоров'я найменших мешканців Тернопілля та України. Іван Сміян виховав тисячі висококласних спеціалістів, вчених, створив власну школу педіатрії, написав понад 600 наукових і науково-методичних праць, понад 70 монографій, посібників, підручників, 12 книг-спогадів,

У Тернопільському державному медичному університеті урочисто відзначили 80-ліття відомого науковця, члена-кореспондента Академії медичних наук України, академіка вищої школи, доктора медичних наук, професора Івана Семеновича Сміяна.

Без перебільшення цвіт української педіатричної школи з усієї країни, представники громадськості та влади численно зібралися того дня в актовій залі ТДМУ на Всеукраїнській науково-практичній конференції «Педіатрія сьогодення і майбутнього», присвяченій ювілярові.



Ювіляр — професор ІВАН СМІЯН

остання з яких — «Повітрям дихають одним», вийшла напередодні ювілею.

Михайло Миколенко вручив вченому-ювіляру пам'ятний сувенір обласної ради — тритомник «Тернопільського енциклопедичного словника», в третьому томі якого викладено основні віхи життя і діяльності І. Сміяна. Загалом же у ТЕС відведено почесне місце 90 вихованцям Тернопільського медуніверситету — нині відомих вчених, медиків-практиків, організаторів охорони здоров'я області та України. Голова обласної ради подарував Іванові Сміяну іменний годинник із зображенням символіки Тернопільської області та виконав ще одну почесну місію — оголосив вітальну телеграму, яка надійшла на адресу ювіляра із Сумської обласної ради.

Не забув привітати іменинника начальник управління охорони здоров'я Тернопільської ОДА Богдан Оніськів. Зокрема, він передав щирі поздоровлення від голови Тернопільської ОДА Юрія Чижмаря.

Долучилися до урочистостей і представники обласної дитячої лікарні, з уст яких пролунали щирі побажання доброго здоров'я, наснаги, успіхів на літературній ниві шанованому ювіляру. Від імені колективу пам'ятну адресу вручив головний лікар Григорій Корицький.

Справжнім сюрпризом для іменинника стало привітання Ігоря Яценка, сільського голови села Білка, що у Тростянецькому районі на Сумщині. Від громади села, в якому народився Іван Сміян, він привіз найкращі вітан-

ня, а також книгу «Сумщина в іменах», в якій на 431 сторінці — ім'я славного землянина.

У доробку Івана Семеновича тісно сплелися практична педіатрія, наука та літературна діяльність. Як одне із свідчень справедливості цієї тези — подарунок, який вручила ювілярові завідувача рідної кафедри Ольга Федорців від імені всіх науковців. Вони створили відеофільм, у якому віддзеркалені найпам'ятніші миттєвості сподвижницької праці колеги.

Від імені студентів, аспірантів і молодих вчених університету виступили аспірантка Наталія Волотовська та асистент кафедри хірургії з урологією, анестезіологією та малоінвазивними ендоскопічними технологіями Юрій Футуйма. Вони вінували вчителя вітаннями свого творчого доробку. Наталя вручила останню збірку поезій, а Юрій презентував пісенний подарунок.

Шанованими гостями на урочистостях були представники столичних наукових установ,



Професор Юрій АНТИПКІН (м. Київ)

МОЗ України, відомі вчені у світі педіатричної науки країни.

Привітання від імені президента Академії медичних наук України, академіка, Героя України Олександра Возіанова та Асоціації педіатрів України виголосив директор ДУ «Інститут педіатрії, акушерства і гінекології АМН України», професор Юрій Антипкін: «Є люди, імена яких навечно залишаться на скрижалях української медичної науки. Їх завше пам'ятають вдячні пацієнти, по них зв'язують свої діяння колишні учні

та спадкоємці наукової спадщини. Серед таких імен, безсумнівно, прізвище нашого шанованого ювіляра — Івана Семеновича Сміяна. Він гордість вітчизняної педіатрії, корифей цієї науки. І це не просто слова, його наукові досягнення, що повсякчас крокують у ногу із сучасністю, є чудовим підтвердженням цьому. Пишаємося ним, і для нас він також «свій», не-



Ректор ТДМУ, професор ЛЕОНІД КОВАЛЬЧУК

зважаючи на те, що працює в Тернополі, бо ж біба можна поділити педіатричну науку на столичну і містечкову.

У день Вашого славного ювілею дозвольте побажати вам, дорогий Іване Семеновичу, здійснення всіх мрій, великих задумів і невичерпної творчої енергії! Хай ваш життєвий шлях завжди буде прикладом для молодого покоління педіатрів. Міцного здоров'я, задоволення наслідками своєї невтомної праці, великого щастя Вам і Вашим рідним».

Вітак Юрій Антипкін вручив ювіляру цінний подарунок (ноутбук) із словами: « Це старт для нових звершень».

— Своє життя ви присвятили найгуманнішій справі — медицині дитинства, — сказала у своєму виступі головний неонатолог МОЗ України, професор Єлизавета Шунько, — створивши власні секрети мистецтва лікуван-

ня. Від імені колективу кафедри неонатології НМАПО ім. П. Шупика, голови Асоціації неонатологів України сердечно вітаю майстра педіатрії з ювілеєм, зичимо здоров'я, невичерпної наснаги, подальших успіхів у Вашому великому покликанні.

Єлизавета Шунько вручила Іванові Сміяну подарункове видання з репродукціями картин найвідоміших музеїв світу.



Голова облради Михайло МИКОЛЕНКО

Прибули на святкування й наші найближчі сусіди — представники Івано-Франківського медичного університету.



Професор Юлія ДАВИДОВА (м. Київ)



3 вітаннями — професор Катерина ПОСОХОВА (ТДМУ)

«ЗАВЖДИ У ПРАЦІ, В ТВОРЧОМУ ГОРІННІ, І НЕ ПОМІТИШ, ЯК ЛЕТЯТЬ РОКИ»

Завідувачка кафедри педіатрії Ольга Цимбаліста передала теплі вітання від ректора, члена-кореспондента АМН України, професора Євгена Нейка та подарувала ювіляру гучульські сувеніри.

МЕДИЦИНА ДИТИНСТВА: СЬОГОДНІ І ЗАВТРА

Другу частину конференції її організатори присвятили загальному розгляду сучасних аспектів

«ІПАГ АМН України». Представила організаційну модель з надання хірургічної допомоги новонародженим з вадами розвитку в умовах одного лікувального закладу. Професор визначила й головні пріоритети роботи спеціалістів медицини дитинства в обширі актуальних проблем перинатології. Серед них: зміцнити зв'язки між шпитальними та дільничними педіатрами, забезпечити зворотний зв'язок з педіатрами перинатальних центрів,

пила перед учасниками зібрання головний неонатолог МОЗ України, завідувача кафедрою неонатології НМАПО ім. Шупика, професор Єлизавета Шунько.

Доповідач розповіла про основні досягнення неонатології в Україні – це і створення системи організації меддопомоги новонародженим, мережі відділень інтенсивної терапії для виходження недоношених дітей, розробка законодавчої бази та нормативних документів МОЗ Украї-



Професора Івана СМІЯНА від імені земляків вітає сільський голова села Білка на Сумщині Ігор ЯЦЕНКО



Професор Ольга ФЕДОРЦІВ (ТДМУ)

діагностики та лікування захворювань дитячого віку.

Розпочали з обговорення актуальних проблем перинатології, що є нині одним з головних на-



Професори Василь НОВАК, Олег ГНАТЕЙКО, Віталій МАЙДАННИК та Єлизавета ШУНЬКО (м. Київ)

посилення програми навчання педіатрів з генетичних, ембріологічних, молекулярних, ендокринологічних аспектів перинатології та ін.

«Розвиток неонатології в Україні – досягнення, сучасні проблеми та перспективи». Таку назву мала доповідь, з якою висту-



Професор Світлана СМІЯН (на передньому плані ліворуч)

прямів сучасної медицини. У спільній доповіді академіка АМН України, директора ДУ «Інституту педіатрії, акушерства та гінекології АМН України», професора Юрія Антипкіна та завідувачої відділенням перинатології цього закладу, професора Юлії Давидової були порушені гострі питання сучасної перинатології. Професор Юлія Давидова, зокрема, у своєму виступі акцентувала увагу на факторах ризику розвитку порушень репродуктивного здоров'я та перинатальних ускладнень. Мовила про новітні перинатальні технології, які нині з успіхом застосовують у відділенні медицини плода ДУ



Аспірант Наталія ВОЛОТОВСЬКА



Перший проректор ТДМУ, професор Ігор МИСУЛА, проректори, професори Микола ШВЕД і Василь МАРЦЕНЮК, декан, професор Аркадій ШУЛЬГАЙ

ни, кадрове забезпечення та інше. Особливу увагу вона акцентувала на створенні обласних перинатальних центрів і структуру надання допомоги в них. Єлизавета Шунько мовила й про впровадження нових сучасних технологій лікувально-профілактичної допомоги вагітним, ро-

рема, він наголосив на проблемних питаннях природного виходження дітей в Україні.

– Проблема раціонального харчування дітей, особливо грудного та раннього віку, – загострив увагу присутніх доповідач, – надзвичайно актуальна як у медичних колах, так і в усьо-

му суспільстві. – Причина цього – численні нові докази того, що нераціональне вигодовування дітей у ранньому віці призводить до порушення росту, інтелектуального розвитку, виникнення деяких захворювань у підлітків і дорослих, визначає рівень здоров'я в майбутньому. Внаслідок недостатнього фінансування системи охорони здоров'я та медичної науки загалом у країні за останнє десятиріччя у дитячій нутриціології склалася така ситуація, що наукові дослідження значно відстають від потреб практичної медицини, а сучасні рекомендації з вигодовування дітей не завжди ґрунтуються на наукових доказах, – зазначив доповідач. Віталій Майданник висловив власну думку, яка ґрунтується на наукових дослідженнях щодо проблемних питань вигодовування дітей у ранньому віці.

Великий інтерес у присутніх викликала спільна доповідь професора О. Гнатейко та кандидата медичних наук Н. Лук'яненко «Нефротичний синдром у новонароджених дітей раннього віку» з ДУ «Інститут спадкової патології АМН України». Досліджуючи цю проблему, вчені дійшли висновку, що нефротичний синдром у дітей може розвиватися не лише при гломерулонефриті, а може бути й самостійним, генетично детермінованим захворюванням та супроводжувати різні внутрішньоутробні інфекції. У дітей раннього віку гломерулонефрит виникає дуже рідко, а нефротичний синдром зазвичай є вродженим, генетично детермінованим.

Лікування генетично детермінованого нефротичного синдрому має бути дуже обережним, позаяк імуносупресанти не поліпшують, а зазвичай погіршують перебіг захворювання. Тож перед рішенням про призначення імуносупресантів при підозрі на спадкову форму патології обов'язковим є морфобіоптичне, цитогенетичне, а інколи і молекулярно-генетичне дослідження.

Лариса ЛУКАЩУК,
Ярослав СТАРЕПРАВО (фото)



Пісня для ювіляра від асистента ТДМУ Юрія ФУТУЙМИ

ПОСЛУХАЙТЕ МУЗИКУ СВОЇХ СУДИН

— Під час дуплексного обстеження екстракраніальних судин ми виявили дефіцит кровопостачання в одній з хребцевих артерій, — каже завідувач відділення функціональної діагностики обласної психоневрологічної лікарні Ярослав БОДНАРЧУК. — Це й стало причиною хворобливого стану жінки. Звісно, тепер лікувати п. Олену будуть спеціалісти-неврологи.

Торік обстеження судин у відділенні функціональної діагностики обласної психоневрологічної лікарні за методом ультразвукової доплерографії пройшло понад 4000 осіб, а дуплексного сканування — майже 400 осіб. Цифра не надто велика, якщо врахувати, скільки нині у нашій області хворих із судинною патологією. Серцево-судинні захворювання й надалі залишаються лідерами захворюваності, інвалідизації та смертності мешканців краю. Проте люди, за словами лікарів відділення, чомусь не дуже квапляться на діагностику судин за допомогою цього прогресивного методу, дехто й взагалі не чув про доплерографію. Між тим можливість повноцінно діагностувати судинні порушення цілком доступна, до того ж не у приватній клініці, а в державній медичній установі.

— Що може побачити лікар під час ультразвукового обстеження судин? — запитує лікаря відділення функціональної діагностики обласної психоневрологічної лікарні Тетяну ХАНАС.

— Використовуючи метод ультразвукової доплерографії та дуплексного сканування, можна не лише побачити судину (чи не деформована, чи не звужена вона), але й оцінити стан її стінок та прохідність, детально вивчити потужність і швидкість кровотоку, схильність судинного русла до спазму чи, навпаки, роз-

Медики «швидкої» доправили пані Олену до інфекційного відділення, підозрюючи харчове отруєння. Але коли пацієнтку обстежили детальніше, то, крім болю в епігастральній ділянці, блювоти та нудоти, вона ще й скаржилася на запаморочення, головокружіння, тривалий біль у шийному відділі хребта, шум у вухах. Непевна ситуація насторожила лікарів, і вони скерували жінку на ультразвукову діагностику судин за допомогою доплерографії.

ширення. Дуже помітні вікові зміни в судинах. У пацієнтів по-важного віку бачимо змінені стінки судин, атеросклеротичні бляшки в артеріях, можемо навіть виявити тромби, визначити рівень ураження судини.

За результатами дуплексного сканування лікар має достовірну інформацію, аби діагностувати у пацієнта причину головного болю, запаморочення, шуму в голові та вухах, зниження пам'яті й гостроти зору. Взагалі УЗДС головного мозку нині значно розширила свою сферу застосування — це і дослідження патогенезу вегетосудинної дистонії, синкопальних станів, епілепсії, цефалгії, і наслідків черепно-мозкових травм, запальних захво-

рювань головного мозку, паркінсонізму.

І ще одна немаловажна деталь — цей метод дозволяє на ранніх етапах виявити ті фактори, які в майбутньому можуть призвести до порушень системи кровообігу.

— Деякі пацієнти переживають чи не зашкодить доплерографічне обстеження здоров'ю?

— Ультразвук цілком безпечний для організму. Доведено, що обстеження судин за допомогою ультразвукової доплерографії та дуплексного сканування не чинить побічної дії на організм людини, не має променевого навантаження і протипоказів. Суть дуплексного ска-



Завідувач відділення функціональної діагностики Ярослав БОДНАРЧУК

нування полягає в застосуванні двох режимів ультразвукового визначення руху крові у судинах. Імпульс, який посиляє спеціальний датчик на судину, відбивається від формених елементів крові, що рухаються в просвіті судини, і частота сигналу змінюється пропорційно швидкості кровотоку (так званий ефект Доплера). Зміна частоти сигналу автоматично заноситься в комп'ютер, відбувається певна математична обробка в результаті якої комп'ютер видає висновок про те, чи відповідає швидкість кровотоку в визначеному місці певної судини, чи є певні відхилення.

— Потрібно якось готуватися до цього обстеження?

— Так. Його ліпше проводити у першій половині дня. Пацієнт повинен позитивно налаштуватися, якщо потрібно, — відпочити деякий час. Аби результати були достовірними, за добу до обстеження не варто приймати вазоактивні препарати, не пити міцної кави та не палити. Хоча зауважити, що цей метод не має

вікових обмежень, він безболісний, доплерографію роблять навіть новонародженим. Дослідження триває майже годину, в цей час можна зробити й діагностичні проби, які виявлять можливості адаптації системи кровообігу при фізичних навантаженнях.

Захоплена можливостями сучасної діагностики, не можу утриматися від пропозиції і на запрошення Тетяни Богданівни лягаю на кушетку, аби відчутти апарат в дії. Обстеження розпочинається, на екрані монітора все добре видно, з коментарями лікаря можна оцінити стан своїх судин. Але найбільше насторожує дивний пульсуючий звук, який лунає з глибин ультразвукового апарата.

— Це «музика» ваших судин, — пояснює лікар. — Кожна має свою мелодію.

Але як виявилось, у мене вона не бездоганна. Можливо, треба звернутися до спеціаліста?

**Лариса ЛУКАЦУК,
Ярослав СТАРЕПРАВО (фото)**



Лікар відділення функціональної діагностики Тетяна ХАНАС

ГРАФІК ПРИЙОМУ ГРОМАДЯН

Пропонуємо вам графік прийому громадян головного управління охорони здоров'я облдержадміністрації

Прізвище, ім'я, по батькові	Посада	Дні та години прийому	Де проводиться прийом
Ониськів Богдан Омелянович	Начальник головного управління	понеділок кожного тижня з 11 до 13 год. субота I-го і III-го тижня з 9 до 11 год.	Головне управління охорони здоров'я облдержадміністрації (вул. Грушевського, 8, каб. 606)
Буртяк Михайло Миколайович	заступник начальника головного управління	середа кожного тижня з 10 до 13 год. середа II-го тижня з 16 до 18 год.	Головне управління охорони здоров'я облдержадміністрації (вул. Грушевського, 8, каб. 608)
Дейнека Ольга Іванівна	головний спеціаліст-педіатр управління	п'ятниця кожного тижня з 10 до 13 год.	обласна дитяча комунальна клінічна лікарня, консультативна поліклініка (м. Тернопіль, вул. Сахарова, 2, каб. 23)
Федченко Олексій Олексійович	головний спеціаліст-акушер-гінеколог управління	п'ятниця кожного тижня з 12 до 14 год.	Обласний комунальний перинатальний центр «Мати і дитина» (м. Тернопіль, вул. Замкова, 10 каб. 1)
Матюк Лариса Михайлівна	головний спеціаліст-терапевт управління	п'ятниця кожного тижня з 12 до 14 год.	обласна комунальна клінічна лікарня, консультативна поліклініка (м. Тернопіль, вул. Клінічна, 4, каб. 20)
Максимлюк Володимир Іванович	головний спеціаліст — хірург управління	п'ятниця кожного тижня з 12 до 14 год.	обласна комунальна клінічна лікарня, консультативна поліклініка (м. Тернопіль, вул. Клінічна, 4, каб. 15)

ВІДБУЛАСЯ КОЛЕГІЯ УПРАВЛІННЯ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ОДА

Останнє 2008 року засідання колегії головного управління охорони здоров'я ОДА відбулося в конференц-залі Тернопільської обласної клінічної лікарні.

На ньому були присутні начальники відділів охорони здоров'я райдержадміністрацій, головні лікарі лікувально-профілактичних закладів області, директори Чортківського державного медичного коледжу та Кременецького медичного училища.

На колегії розглядали різні питання. Зокрема, про стан здоров'я дітей шкільного віку та медичне забезпечення в школах області доповідала головний спеціаліст-педіатр управління охорони здоров'я ОДА Ольга Дейнека. Михайло Буртяк, заступник начальника управління охорони здоров'я облдержадміністрації, інформував про подання прокуратури «Про усунення порушень вимог законодавства про охорону здоров'я».

На питанні організації бюджетного процесу в галузі охорони здоров'я 2009 року зупинилася Наталія Ільчук. Результати проведеної торік ревізії в закладах охорони здоров'я області оприлюднила начальник відділу інспектування бюджетних коштів у сфері охорони здоров'я контролю-ревізійного управління в Тернопільській області Ольга Мельник.

Підсумки перевірки закладів охорони здоров'я краю з питань експертизи непрацездатності та відбору хворих на лікування в реабілітаційні відділення підбила завідувач відділом з питань експертизи тимчасової непрацездатності обласного фонду соціального страхування з тимчасової втрати працездатності Любов Береза.

З усіх питань колегія управління охорони здоров'я ОДА прийняла конкретні рішення — задля поліпшення роботи галузі охорони здоров'я області.

Лілія БАСК

У СТУДЕНТСЬКОЇ РАДИ – ШИРОКІ ПОВНОВАЖЕННЯ

Розповідає голова студради Руслан ЗАВАЦЬКИЙ, який навчається на 5 курсі медичного факультету.

– До складу ради входить 24 представники студентства – від кожного курсу та кожного факультету. Діяльність ведуть за кількома напрямками. Сектор

медичного факультету Леонід Василюк та Ольга Свистунюк, яка навчається на 4 курсі того ж факультету. Секретарем студради обрали Ольгу Шуклінову (3 курс, фармацевтичний факультет). Збираємося щомісяця, але бувають і позачергові засідання, якщо треба обговорити й вирі-

родження грамотами з нагоди Дня студента. На іншому радилися, як краще зорганізувати благодійні акції, які традиційно проводимо, зокрема, в день святого Миколая, з нагоди інших свят.

Студенти ТДМУ щороку проводять збір коштів, які передають в дитячий будинок «Малютко» як дарунок від святого Миколая. Їх тут сприймають як друзів, що ніколи не приходять до малюків з порожніми руками, завжди дарують їм щось смачне, гарне й потрібне. Треба бачити якою радістю в такі хвилини світяться дитячі оченята!

А ще в листопаді студенти-медики провели добродійну акцію, під час якої збирали кошти й речі, щоб передати їх навчально-консультативному центру для сліпих і слабозрячих. Ця допомога теж дуже потрібна підопічним закладу.

У плані роботи студентської ради – чимало інших дуже важливих та цікавих заходів. Зокрема, проведення конкурсу «Краща студентська група» з преміюванням переможців, вечори-презентації «Першокурсники розкривають таланти». Йдеться також про організацію роботи клубів, комісій, гуртків, об'єднань за інте-

Створення органів студентського самоврядування в нашому університеті покладено на самих студентів. Вони обирають своїх представників до студради, яка діє протягом навчального року і є ланкою цілісної системи взаємин спудеїв з викладачами та адміністрацією ВНЗ. Щомісяця останнього четверга її проводять за участю ректора ТДМУ, професора Леоніда Ковальчука, де студенти висловлюють йому свої побажання та пропозиції. Леонід Якимович одразу ж дає розпорядження керівникам відповідних підрозділів для вирішення цих питань.



ресами, що пропагують здоровий спосіб життя, сприяють культурному та духовному розвитку студентства. А це – клуби КВК, спортивний клуб, виставки художніх студентських робіт, спільний концерт з участю студентів медуніверситету, музучилища та школи сліпих. У намірах – участь у роботі Міжнародних літніх шкіл, сприяння проведенню зустрічей з діячами культури та мистецтв, організації університетської спартакиади, студентських туристичних походів. У переліку заходів – проведення в студентських гуртожитках Днів країни (спільно зі студентами-іноземцями, що навчаються в університеті), організація конкурсу «Міс університет», «Містер університет». Передбачено також обмін позитивним досвідом діяльності між студентськими об'єднаннями інших ВНЗ, співпраця з ними, зі студентськими науковими товариствами.

– Які сектори студентської ради працюють найактивніше? – запитує у Руслана Завацького.

– Всі активні. Кожен член студради вважає свою роботу важ-

ливою й корисною. Приємно, що гарні справи, цікаві пропозиції знаходять підтримку керівництва університету.

– А навчання громадська робота не заважає?

– Ні, бо кожен з нас є людиною відповідальною і вміє правильно зорганізувати свій час. Найбільшу увагу приділяємо, звісно, навчанню, бо для студента-медика головне – отримати міцні знання.

Торік до студентської ради університету обрали нових членів. Віталій Бабчишин та Олександр Шимелюк навчаються на 1 курсі медичного факультету, Ярослав Гнатюк – на 1 курсі стоматологічного. Всі троє добре себе зарекомендували.

Руслан Завацький очолює студраду нашого ВНЗ вже три роки, раніше був старостою курсу.

– Хороший студент і добрий організатор, – каже про юнака заступник проректора з виховної роботи та соціальних питань Галина Крицька.

**Оксана БУСЬКА,
Ярослав СТАРЕПРАВО (фото)**



навчально-наукової роботи очолює п'ятикурсниця фармацевтичного факультету Юлія Пасемків. Організація дозвілля та питання морально-етичного виховання – в компетенції Ярослава Рудчика (5 курс, медичний факультет). За сектор інформації, соціологічних досліджень та зв'язків з іншими ВНЗ відповідає Сергій Адамів (5 курс, стоматологічний факультет). Поселення та правила проживання в гуртожитках узгоджуються зі студрадою. Сектор гуртожитків і студентських сімей очолює Олег Тронько (4 курс, стоматологічний факультет). До речі, в кожному гуртожитку нашого ВНЗ діє студентська рада, яка як орган самоврядування бере участь у вирішенні конкретних питань, пов'язаних з побутом, якщо такі виникають. Представниками студентського містечка в університетській студраді є п'ятикурсник

шити якое нагальне питання чи підготувати певний важливий захід. Приміром, на одному з останніх торішніх засідань обговорювали кандидатури для наго-



УЛЮБЛЕНА СПРАВА – СТОМАТОЛОГІЯ

Студент другого курсу стоматологічного факультету Дмитро Морозов здобуває другу вищу освіту. Першу – технічну – хлопець отримав на факультеті «комп'ютерні системи і мережі» в інституті комп'ютерних інформаційних технологій ТНЕУ. 2005 року закінчив там магістратуру. Через рік привіз документи, щоб пройти тестування й розпочати навчання в ТДМУ ім. І.Я. Горбачевського.

Тести Дмитро склав успішно. Згадує, що, побачивши власне прізвище в списку тих, хто вступив, відчув себе по-справжньому щасливим. Хлопець здобув право вчитися в омріяному ВНЗ, а відтак зможе пов'язати своє життя з медициною! Він буде

лікарем! Як мама. Чи не від неї передалося йому прагнення допомагати людям? Мама Дмитра – Валентина Михайлівна – головний лікар Кременецької районної комунальної стоматологічної поліклініки. Тож рішення стати стоматологом прийшло до нього просто й природно. Хоча спочатку, захопившись комп'ютерними технологіями, вибрав інший ВНЗ, але медицина взяла гору.

Вчитися Дмитру подобається. В школі найбільше любив трудове навчання й креслення, а тепер його улюблена дисципліна – стоматологія.

– Дуже задоволений, що навчаюся в ТДМУ, – каже юнак. – Тут працюють дуже високого рівня викладачі. Кожна година



спілкування з ними додає знань. Ставлення до студентів приязне. За півтора року мого навчання в університеті не траплялося випадку, щоб хтось з викладачів відмовився надати консультацію. Всі стараються допомогти. Але й студент повинен бути відповідальним. Головне – хотіти вчитися, тоді й проблем з навчанням не буде.

Дмитро – стараний студент. А ще він староста курсу, член студентської ради університету. Встигає також працювати на півставки оператором комп'ютерного класу в бібліотеці стоматоло-

логічного факультету, застосовуючи на практиці здобуті раніше технічні знання. Бібліотекар Зіна Володимирівна Любунь роботою помічника дуже задоволена.

– Дмитро прекрасно обізнаний із сучасними інформаційними технологіями. Обов'язки оператора дуже добре виконує.

А що ще любить і вміє робити Дмитро?

– Мій батько Володимир Іванович – водій зі стажем і я теж навчився їздити, і ремонтувати машини. У мене – «Ауді». Машини – це моє хобі.

– Як провели зимові канікули? – Удома, з батьками, братом. Поруч з ними мені відпочивається найкраще.

Після канікул повернулися навчання студентські будні й майбутні медики знову зосередились на навчанні, щоб і наступну сесію скласти успішно. Хай щастить тобі, Дмитре!

Надія ГОРОШКО

ЗРУЧНА ВЕРТИКАЛЬ

Останніми роками в Україні активно відроджується природня родопоміч. У багатьох містах відбулися значні перемини – у Львові, Луцьку, Дніпропетровську, Житомирі вже функціонують пологові будинки, де роділля може поводити себе в пологах зовсім вільно, народжувати в басейні, на кріслі для вертикальних пологів чи в будь-якій іншій зручній для неї позі. Не так давно подібні методи почали запроваджувати й у Тернополі.

Однією з альтернатив, визнаних ортодоксальною медициною, є вертикальні пологи. Останнім часом жінки все частіше зустрічаються з таким поняттям. Одні сприймають це як новинку сучасної родопомічі, інші як данину моді, хтось знаходить у них порятунок від болю. Медики сподіваються, що вдалі пологи у стінах їхнього будинку, коли жінка не лежить, а сидить, будуть гарним стимулом.

Для ведення вертикальних пологів придбали нещодавно в Києві чотири спеціальні стільці, – каже завідувача першим акушерським відділенням другої лікарні м. Тернополя Ірина Шмайка. – Вже є й перші пацієнтки, які апробували це обладнання. Вертикальне – більш фізіологічне положення жінки в пологах. Але це не означає, що ми наполягаємо саме на цьому методі. Жінка може поводити себе у пологах, як їй зручно – стояти, сидіти навколішках або ж на спеціальному м'ячі. Пологи повинні відбуватися в найзручнішій для неї позі. Останнім часом, під час народження дитини багато роділля віддають перевагу позі у ліжку «на боці». Звернувшись до природного ведення пологів, акушери ставили перед собою мету – допомогти роділлі злитися зі своєю природою.

Аби жінка могла народжувати комфортно та з усіма зручностями, у відділенні обладнали десять індивідуальних пологових зал. Для партнерських пологів облаштували пологову залу сімейного типу.

ПЕРЕВАГИ ВЕРТИКАЛЬНИХ ПОЛОГІВ:

– Зменшується тиск матки на великі судини, і від цього дитина отримує достатньо кисню, а у мами менші больові відчуття.

– Перший період пологів зменшується на 2-3 години.

– Зменшується ризик пологового травматизму, а також фізіологічна втрата крові у жінки.

– Жінка активна під час пологів – вона на власні очі бачить народження малюка.

ТРОХИ ІСТОРІЇ

Варто зазначити, що лежачи на спині, жінки народжують відносно недавно – останні 200-300 років. З незапам'ятних часів народжували або стоячи, або сидючи на колінах, або навпочіпки, тобто, власне кажучи, практикували ті самі «вертикальні» пологи (пологи при вертикальному положенні корпусу).

У Росії жінки часто народжували в натопленій лазні, причому повитухи, що займалися наданням допомоги в пологах, не давали роділлі довго лежати, примушуючи її ходити, інколи до повної знемоги, і навіть переступати через перешкоди. Мабуть, ця тактика обиралася з тих міркувань, що вертикальне положення і рухи сприяють скороченням матки. З давніх часів й у Китаї збереглася традиція проводити пологи сидючи. В Європі ця тактика розродження також була досить поширена. У Голландії аж до минулого століття в придане нареченої входив стілець для пологів. В історичних джерелах є вказівки на те, що до XVI століття у Франції жінки народжували переважно навпочіпки, а в Німеччині – на стільці. Вважається, що сучасний спосіб прийняття пологів бере початок у Франції і виник він саме тоді, коли чоловік-лікар, що вперше увійшов до кімнати породіллі, привласнив собі роль, яка традиційно відводилася акушеркам. Вважають, що, зрештою, жінці довелося лягти, аби прийняти зручне положення для акушерських маніпуляцій, зокрема, для накладення акушерських щипців. Є інша думка – кажуть, що вередливий французький король Людовик XIV любив спостерігати за народжуючими жінками, а вертикальна позиція заважала огляду, тому роділлі і поклали на спину.

Лариса ЛУКАШ

КОХАННЯ – ЗДОРОВ'Ю ДОПОМОГА

Наукові дослідження доводять, що регулярний здоровий секс має чимало переваг і для чоловіків, і для жінок. А єдине, що сучасна наука може сказати про поміркованість у статевому житті, то це те, що вона не шкідлива. Фахівці Королівського університету в Белфасті провели дослідження, в якому простежили залежність загального стану здоров'я від регулярності статевих контактів. При цьому вчені проаналізували дані про смертність серед майже 1000 чоловіків середнього віку за десятирічний період. Завданням дослідження було порівняти людей однакового матеріального становища, віку і стану здоров'я, але таких, що провадять статеве життя різної інтенсивності. З'ясували: серед чоловіків, які мали найбільше оргазмів, показники смертності були наполовину нижчими, ніж у тих, хто взагалі не займався сексом.

Але існують й інші дослідження, більш-менш наукові, які теж прагнуть довести, що заняття сексом навіть кілька разів на тиждень сприятливо впливають на здоров'я, а саме: поліпшується нюх, зменшується ризик серцевих захворювань (учені з'ясували, що в чоловіків, які кохаються тричі на тиждень або частіше, ймовірність інфаркту й інсульту знижується вдвічі), зменшується вага, поліпшується загальний стан.

Секс – це своєрідна фізична вправа. Учені стверджують, що один пристрасний статевий акт спалює 200 калорій – майже стільки ж, скільки 15 хвилин бігу. У сексуально збудженої людини частота пульсу збільшується із 70 до 150 ударів за хвилину, а це стільки ж, скільки в спортсмена, який докладає максимальних зусиль на заняттях спортом. Крім того, скорочення м'язів під час статевого акту зміцнюють таз, стегна, сідниці, руки та грудну клітку. Заняття сексом також збільшує вироблення тестостерону, що сприяє зміцненню кісток і м'язів.

Американський психолог Гордон Геллап з'ясував: сексуально активні жінки, чії партнери не

користувалися презервативами, були менш схильні до депресій, ніж ті, чії партнери використовували цей засіб. Одне з можливих пояснень такої залежності полягає в тому, що простогландин – гормон, який міститься у спермі, – всмоктується в жіночі статеві шляхи, регулюючи вироблення жіночих гормонів. У жінок унаслідок заняття сексом виробляється гормон естроген, який може зменшувати передменструальні болі.

Секс є профілактикою для застудних захворювань та грипу. З цього приводу дослідження проводили в університеті Wilkes University (штат Пенсільванія).



Відповідно до їхніх результатів, у людей, які займаються сексом раз або двічі на тиждень, кількість антитіл з назвою імуноглобулін А на 30 відсотків вища, ніж у тих, хто віддає перевагу стриманому статевому життю. Ці антитіла відомі тим, що вони зміцнюють імунну систему.

Так, не лише важливих, а й доволі приємних висновків дійшов унаслідок свого нейроімунологічного експерименту швейцарський учений Манфред Шедловскі. На думку дослідника з Цюріха, одним із засобів боротьби з грипом є... статевий акт. Він сприятливо впливає не лише на обох партнерів загалом, а й на їхню імунну систему. Відповідно до результатів досліджень, проведених швейцарським ученим, одразу після оргазму кількість природних так званих «кілерних» клітин в організмі зростає в півтора рази.

«Ці клітини, які ще називають фагоцитами, легко розпізнають заражені різними вірусами інші клітинні утворення. Вони проникають усередину і викликають самознищення зараженої клітини, – коментує відкриття свого швейцарського колеги мюнхенський імунолог Петер Шляйхер. – Таким чином, секс не лише оздоровлює наш організм, а й підтримує його імунну систему».

Як би дивно це не звучало, але від статевої активності залежить здоров'я зубів. Справа в тому, що в спермоплазмі містяться цинк, кальцій та інші мінеральні речовини, які, як доведено, сповільнюють руйнування зубів. До речі, вчені з'ясували, що пра в и л а гігієни вимагають чистення зубів до та після статевого акту, що само собою вже сприяє збереженню їхнього здоров'я.

Деякі урологи вважають, що існує пряма залежність між частотністю еякуляції та розвитком раку передміхурової залози. Аргументи наводять такі: для вироблення сім'яної рідини передміхурова залоза і сім'яні пухирці забирають з крові такі речовини, як цинк, лимонна кислота, калій, і потім збільшують їхню концентрацію аж до 600 разів. Канцерогени, які також містяться у крові, так само концентруються. Замість того, щоб тримати ці концентровані канцерогени в організмі, краще їх позбутися. Це можна зробити завдяки природному методу – доброму сексу. Але не забувайте: заняття сексом з кількома партнерами може збільшити ризик раку на 40 відсотків. Це пов'язано з тим, що існує небезпека зараження захворюваннями, які передаються статевим шляхом.

(За матеріалами преси)

ОБ'ЄКТИВ



Анна ПРОКОПЧУК та Оксана СМАЛЬ, студентки стоматологічного факультету



Студент медичного факультету Михайло БАБІЙ під час практичних занять

ЯК ПОДОЛАТИ ЗИМОВУ ТУГУ

Йодовмісні продукти сприяють підтримці бадьорості духу і стимулюють обмін речовин, повідомляють фахівці з незалежної німецької консультації пацієнтів.

Також ласощі можуть створити гарний настрій, але, зрозуміло, в невеликих кількостях. Шматочок шоколаду на день буде корисний, адже він виробляє в організмі гормон щастя серотонін. Сам організм взимку виробляє менше цього джерела щастя, ніж влітку. Настрій може підняти також багата на мінеральні речовини їжа. Наприклад, броколі, брюссельська капуста, боби або банани. Крім того, бадьорішим може зробити вас їжа, багата на магній, така, як хліб з борошна грубого помелу, горіхи, молочні продукти або боби.

ВЕЛЕСОВА КНИГА

Ізенбек зрозумів виняткову наукову цінність знайдених дощечок, бо він свого часу навчався у Петербурзькій академії мистецтв. Всі дощечки були майже одного розміру — 38x22 см, завтовшки півсантиметра і мали отвори для скріплення ремінцем.

1925 року Ізенбек поселився в Парижі, де й показав свій скарб Ю. Миролюбову, інженеру-хіміку, який впродовж п'ятнадцяти років переписував тексти дощечок, — Ізенбек не дозволяв виносити їх з кімнати.

1941 році Ізенбек помирає, і дощечки безслідно зникають. Ю. Миролюбов, перебуваючи у США, в Сан-Франциско, продовжував розшифровувати й транскрипувати переписані та перефотографовані тексти, залучивши до цього О. Кура, якому, як вважав Миролюбов, маємо завдячувати тим, що дощечку книжечку було названо Велесовою книгою. Її назва обумовлена тим, що в дощечках часто згадується ім'я Бога Влеса (Велеса).

Велес — один з найстаріших і найпопулярніших персонажів давньоукраїнської міфології, астральне божество, що символізувало сузір'я Тільця (Волосожа-ра). Бог худоби, пастухів, поезії, музики, пісень. Навіть легендарний співець Боян називався Велесовим онуком.

Наші пращери, укладаючи угоди з сусідніми державами, клялися Перуном, Велесом. Вже сама назва твору є свідченням того, що він народився в язичницькі часи.

Головними дохристиянськими богами були: Сварог, Перун, Дажьбог, Хорс, Велес (Волос), Стрибог, Симерегл, Мокша, Лада (Ладо), Лель (Полель), Ярило (Ярун), Купайло, Див, Діва, Тір, Рід, Рожаниця, Троян, Переплут, Марена.

Серед найбільш пошанованих свят, які відзначали наші пращери були такі: Новоліття, Великдень Дажьбожий, Ярила, Купала, Перуна, Рожаниці, Різдва Божича — Коляди, Богині Дани. Коло Свароже (річний кален-

90 років тому полковник Добровольчої армії А.Ізенбек знайшов у розгромленій поміщицькій садибі Великий Бурлук на Харківщині (за іншими ж даними — в одному із сіл нинішньої Курської області Росії) дерев'яні дощечки, на яких був випалений текст (літери скидалися на кириличне письмо й тулилися одна до одної, абзаци, розділові знаки відсутні).

Британський вчений Р.М. Вільсон писав: «Англійська та й більшість інших європейських мов походять з прамови, якою розмовляли десь п'ять тисяч років тому в Південній Русі».

дар праукраїнців) вів своє літочислення від часів Трипілля. Так, Коло Свароже літа 7517 від Трипілля, відповідає літу 2009 року. Язичницький (давньоукраїнський) календар-свідчення глибокого пізнання світу давніми українцями та залишається, мабуть, найдосконалішим за всю історію людства. Ще 1834 року італійські астрономи запропонували по-

Те, що «Велесова книга» — це оборона віри предків, клич на захист духовних святинь, зневажених на Русі після запровадження християнства, свідчать слова з шостої дощечки: «А греки, хоча ти нас охрестити, аби ми забули своїх богів, сподівалися, що в такий спосіб вони повернуть нас до себе та зроблять із нас своїх невільників».



вернутися до язичницького календаря (13 місяців на рік по 28 днів кожен).

Екологічне мислення й поведінка праукраїнців, заповідями яких були: «Не проси» та «Не бійся», формували культ матері-Землі, Вогню-Сварожича, культ предків, культ дерева (лісу), хліба, Живої води та ін.

Перші публікації (за копіями Миролюбова) з'явилися в американському журналі «Жар-птиця» (Сан-Франциско) 1957-1959 рр. і викликали неабиякий інтерес у вченому світі. Було опубліковано з 41 дощечок тексти 34. Першим автором першого наукового дослідження про визначну пам'ятку давньоруської культури був С.Леснов (С.Парамонов). Він першим довів, що книгу писало кілька поколінь волхвів і описані події у «Велесовій книзі» охоплюють південну та південно-західну частину України. Вагомі внески у дослідження і популяризацію цієї книги

внесли М.Скрипник, Р.Пешич, Ю.Бегунов, В.Шиян, П.Панченко, В.Яременко, С.Наливайко, В.Шевчук, С.Плачинда, Б.Сушинський. Найдосконалішим її перекладом сучасною українською мовою вважають працю Б.Яценка. Найважливішою з ідей «Велесової книги» є необхідність єднання наших пращурів: «Довга враж-

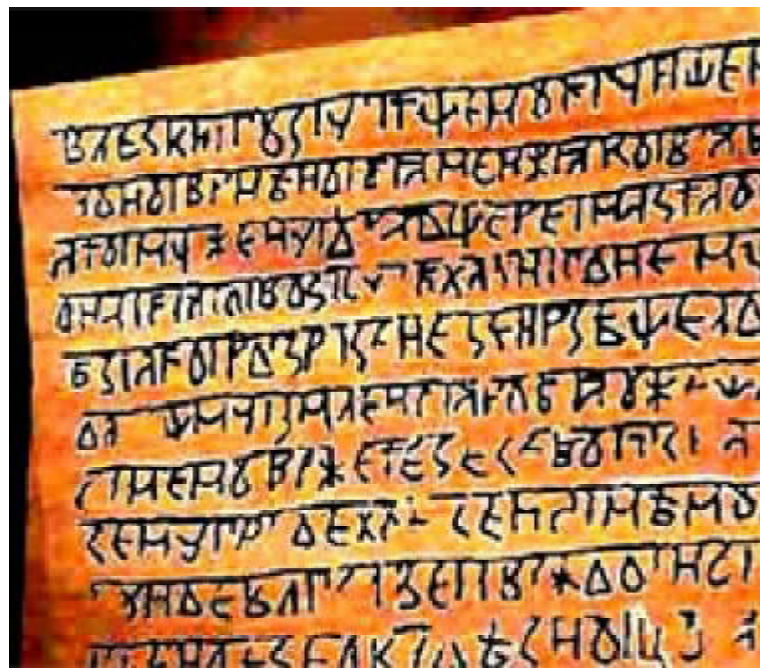


Фото дощечки №16 Велесової книги

да між родами роздирала русинів», «На ті часи не мали ми єдності, то й стали, мов вощина».

У «Велесовій книзі» зазначено, що Боги є тією силою, яка здатна об'єднати русів і посприяти їхнім перемогам: «А тут бо хозари зайняли нас, віча стратили й наклали на нас. І тут бо руси кинулися до бою, як леви», і сказали: «пропадемо, якщо Перун про нас не дба», «і годь була поражена, і хозари».

У цій книзі зафіксовані «три концепції походження слов'янських народів: а) східнослов'янська єдність на чолі з древлянами, б) загальнооруська єдність із зверхністю полян, в) загальнослов'янське об'єднання під проводом отця Ора і його синів Кия, Пащека, Горовато»; в іншому місці зазначено, що його започаткували Кий, Щек і Хорив, а також наведені розповіді про переселення слов'ян.

«Велесова книга» пише і про великі торговіща, на яких роси обмінювали свої товари-худобу, шкури, мед, сою, масло, м'ясо на різні заморські товари: срібні та золоті вироби, на «питво», і різні делікатеси. Літописець зауважує: «І життя наше о тій порі було — багате і мирне».

Одразу після появи «Велесової книги» із звинуваченнями в її фальсифікації виступили апогеї російської офіційної на-

уки, було заборонено друкувати її текст, а митники отримали розпорядження затримувати на кордоні публікації.

У статті «Загадка «Велесова книга» видатний український письменник — лауреат Шевченківської премії В. Шевчук писав: (хай читач вибачить за довгу цитату): «Перше, що дивує в історії вивчення «Велесової книги» — її опублікування не стало науковою сенсацією, більше того, навколо неї витворилася своєрідна мовчанка, яку можна висловити знаменитою фразою росіян: «Нет, не было и быть не может», а визнання її означало б піддати сумніву основу основ, тобто ідеологічні постулати російської імперської історичної науки, і погодитися, що не було ніякої «колиски трьох братніх народів» і «що державність Руси не була принесена в Київ з Новгороду Рюриковичами, а існувала тут задовго до того», а також те, що Південна Русь мала свою на півтори тисячі років давнішу історію.

І неначе літописець мовить про сьогодення: «Від ранку до ранку бачимо, як зло діється на Русі і чекаємо, що поверне на добро... І не буде інакше, якщо сили свої не згуртуємо і не візьмемо мету одну».

**Валерій ДІДУХ,
доцент ТДМУ,
Віталій НАУМОВ**

НЕБЕЗПЕКА МІЖНАРОДНОГО ТЕРОРИЗМУ

У публікаціях «Шахіди» і «Природи тероризму» («Медична академія» № 184, 2006 р. і № 203, 2007 р.) йшлося про небезпеку, яку несе в собі поширення міжнародного тероризму. Події 2008 року підтверджують цю тезу. Терористичні акти стали звичайним явищем в Іраку, Пакистані, Афганістані, Ізраїлі тощо. Вони провокують військові конфлікти. Наведу кілька прикладів.

26 листопада 2008 року в фінансовій столиці Індії місті Мумбаї десять пакистанських терористів-смертників захопили два престижних готелі «Тадж-Махал» та «Оберай-Трайидент», а також Єврейський центр, розстріляли 163 особи, серед яких були британці й американці, поранили 370. Живим з терористів

залишився лише 21-річний Азама Аміра, який підтвердив, що підготовку терористів провели в Пакистані. Ісламські бойовики дедалі більше активізуються в цій країні. При поверненні в Пакистан колишнього прем'єр-міністра Беназір Бхутто шахід підірвав кортеж, загинуло 150 осіб, в тому числі й Бхутто.

Терористичний акт в Мумбаї призвів до погіршення відносин між Індією та Пакистаном. Між тим ці дві країни є ядерними державами, що таїть у собі небезпеку ядерного конфлікту. До того ж в Індії проживає до 150 мільйонів мусульман, значна частина з них — на боці ісламських фундаменталістів. Про це свідчать події в індійському штаті Кашмір. Наростання індійсько-пакистанського конфлікту ослаблює

боротьбу з талібами на афгансько-пакистанському кордоні і прилеглих районах. Таліби — найбільш агресивна складова ісламського фундаменталізму. Все ще далеко до перемоги військ НАТО над талібами в Афганістані.

Наприкінці грудня 2008 року Ізраїль розпочав військову атаку на Палестину: спочатку бомбардування авіацією, а пізніше були введені війська в Газу. Приводом і причиною військового конфлікту стали терористичні акти ісламської організації «Хамас», яка діє на території Палестини. «Хамас» має свої військові загони з чіткою організацією та суворою дисципліною, які постійно обстрілювали територію Ізраїлю ракетами. Ціль «Хамас» — знищення Ізраїлю як держави.

У Палестині загинули понад

тисячу мешканців, у тому числі діти і жінки, кілька тисяч — поранено. Лікарні були переповнені пораненими, не вистачало ліків і перев'язочних матеріалів. Громадяни інших країн, передовсім жінки з дітьми, залишають сектор Газа. Чимало українців з дітьми повернулися в Україну. Загинула одна українка з дво-річною дитиною під час військової операції. Чимало з них це колишні наші студентки, які під час навчання познайомилися з палестинськими студентами, вийшли заміж і виїхали в Палестину. Виходячи заміж за іноземця з Африки, Індії, Близького Сходу, слід враховувати ступінь ризику, який їх чекає в цих районах.

Ісламський фундаменталізм вимагає повернення до основ

ісламу без модернізації. Він виступає за єдність мусульман всього світу, соціальну гармонію. Ідеологічні розходження породжують наростання конфлікту між християнською та ісламською цивілізаціями, хоча все починалося з боротьби між арабами й іудеями. Сприяють ворожнечі спроби перенести ліберальні ідеї та спосіб життя Заходу в ісламський світ (аборти, одностатеві шлюби, пияцтво тощо). В Європі у деяких газетах опоганювали Аллаха і пророка Мухаммеда, а для мусульманіна — це смертельний гріх.

Необхідно не поглиблювати конфлікти, а шукати шляхи примирення й співіснування цих таких різних цивілізацій. Щодо терористичних актів, то їх треба попереджувати, а в необхідних ситуаціях й знищувати шахідів.

**Борис РУДИК,
професор ТДМУ**

ТАТУЮВАННЯ: ПРИКРАСА, СПОСІБ САМОВИРАЖЕННЯ ЧИ СТАН ДУШІ...

ТАТУ – ЦЕ ПРИКРАСА, ЯКА З ТОБОЮ УСЕ ЖИТТЯ

— Знаєте, Мар'яно, коли готувала цей матеріал, то мала намір поспілкуватися й з іншими майстрами, але не так просто знайти у місті вивіски чи рекламні оголошення в пресі про цей вид послуг...

— Справді, людей, які професійно і до того ж легально займаються тату, у нашому місті майже немає. Але це не означає, що у Тернополі не можна зробити татування. Цей бізнес, щоправда, підпільний, в обласному центрі процвітає. Нанести малюнок на шкіру можна ніни де і у кого завгодно — у косметичному центрі, перукарні чи майстерні художника, скажімо, молодь займається цим у неформальних об'єднаннях чи просто у своїх однолітків вдома. Як правило, ті хто це робить, розраховують на необізнаних клієнтів, які чомусь не завжди й усвідомлюють, що малюнок на шкірі — це прикраса на все життя.

До мене часто звертаються люди з різноманітними ускладненнями після невдалих татувань. Пригадую дівчину, яка прийшла вся в сльозах, тому що малюнок поплив і «розлився» по шкірі усіма кольорами веселки. Таке трапляється, коли татування роблять фарбою для перманентного макіяжу, вона не містить фіксуєного компоненту. Єдиний вихід з цієї ситуації, яка, до речі, дуже часто трапляється з тернопольцями, нанести на такий малюнок нове тату, але значно більше за розміром.

Був випадок, коли хлопцеві у престижному косметичному салоні накололи малюнок вікінга, але не врахували положення передпліччя та позицію м'яза під час процедури. Тому замість вікінга юнак носить тепер скрюченого гномика. Адже процедура татування містить багато різних професійних тонкощів, про які майстер, звісно, повинен знати. До того ж є суто медичні протипокази, можливість інфікування, це також потрібно враховувати. Отож перш ніж зважитися на перманентний татуаж, людина повинна поцікавитися, чи має майстер відповідні дипломи та сертифікати, де він навчався цій спеціалізації, чи є у наявності висновки Державної санітарно-епідемічної експерти-

Художніми розписами на тілі нині уже не здивуєш нікого. Чудернацькі метелики, могутні орли та мініатюрні комашки, замисливаті символи й чужинські ієрогліфи — це ще не повний перелік того, що карбують на своїй шкірі наші співвітчизники. Татування популярне у середовищі молоді та дорослих. Одні наносять його через те, що це круто. Для інших тату має глибокий філософський сенс. Не минуло воно й Тернопіль. Про усі тонкощі цього незвичайного мистецтва дізнавалася у справжнього майстра татування Мар'яни Янчук, засновниці першого професійного закладу — перукарсько-татуувальної студії в Тернополі.

зи на фарбу та обладнання. Більшість людей навіть і не здогадується, що перед процедурою потрібно укласти відповідну угоду. Це засвідчить факт обслуговування клієнта саме у цього майстра. У випадку невдалої процедури з таким документом можна звернутися за підтримкою до Спілки татуувальників України.

ЩОБ БУТИ ДОБРИМ МАЙСТРОМ, ТРЕБА «НАБИТИ» РУКУ

— Мар'яно, а де можна навчитися мистецтву татування?

— У кожного майстра-татуувальника своя дорога у цій професії. У мене, скажімо, диплом російської татуувальної школи, він затверджений Асоціацією татуувальників Росії. Одержала його у Москві. До речі, держава там уже давно ліцензувала цей вид діяльності, а процедура татування належить до міні-хірургії.

Своє ремесло я здобувала на спеціальних курсах в престижних московських салонах на Арбаті та Кутузовському проспекті. Для навчання на таких курсах потрібно мати документ про медичну освіту (я закінчила курси медсестер при організації Червоний Хрест), та художню освіту, а також диплом міжнародного зразка за спеціальністю візаж. Крім татування, на курсах ще освоїла пірсинг, скарефікацію (художнє шрамування шкіри) та імплантацію. Зараз, коли розповідаю вам про життя та навчання в Москві, чомусь пригадалося, як бігала на московські ринки та кілограмами закуповувала свинячу шкіру, а торгівці лукаво посміхалися й запитували: «Навіщо вам стільки шкіри». Звісно, не розповідала, що роблю на свинячій дермі тату, у такий спосіб «набивала» руку — майстер повинен не механічно працювати голкою, а відчувати її. Вона повинна увійти в шкіру усього на кілька міліметрів. Помилка майстра дорого коштуватиме клієнту — тату може зникнути або ж на шкірі з'являться колоїдні рубці.

70 ВІДСОТКІВ БАЖАЮЧИХ МАТИ ТАТУ ОТРИМУЮТЬ ВІДМОВУ

— Чи потрібна людині якась попередня підготовка перед нанесенням тату?

— Перед тим, як зробити собі

тату, людина повинна зважити на всі «за» і «проти». Це дуже серйозний крок, до якого потрібно підійти з усією виваженістю. Мені доводилося не раз розмовляти з людьми, які пошкодували, що зробили татування, адже це бажання прийшло необдуманно, іноді через те, що у когось побачили. Якщо це так і бажання не є власним покликом серця — татування набридає. Людина починає його ненавидіти й намагається вивести. Тому спочатку спілкуюся з клієнтом, запитую, чи на всі сто відсотків прийняв таке рішення. І коли у розмові виявляється, що хтось прийшов з дискомфортом у душі, має якісь страхи, або ж узагалі у депресії і хотів би у такий спосіб самовиразитися, то, звісно, відмовляю. Не поспішати раджу й тим, хто вагається, або ж ще не знає, що хоче. Це бажання не повинне бути спонтанним, а визріти десь глибоко у душі. Шкода, що не всі розуміють це. Бували взагалі казусні випадки. Пригадую, як дівчатка просили зробити тату з малюнками метелика та троянди. Вони не знали, що усе це символи з тюремного життя, які мають певний зміст. Відмовляю й тим, хто має тату з кастовою символікою та хоче змінити його. У таких випадках потрібний дозвіл правоохоронних органів. Не взялася б нанести тату жінкам у зоні декольте чи молочних залоз — ця ділянка для мене табу. Ніколи не зроблю сатанистську символіку. Особу, яка хоче те, про що згодом може пошкодувати, намагаюся відрадити, натякаю, що може бути біда. Ще одна категорія відмовників — люди, яким не можна робити татування за суто медичними показами. От і виходить, що майже 70 відсоткам потенційних клієнтів доводиться відмовляти.

ТАТУЮВАННЯ МАЄ ВІДПОВІДАТИ ВНУТРІШНЬОМУ ЄСТВУ ЛЮДИНИ

— Є все-таки той, ідеальний клієнт?

— Як у світі немає повного абсолюту, так, на мій погляд, не існує ідеальних клієнтів. Хоча мені легко працювати з теоретично «підкованими». Ці люди завжди знають, чого хочуть, вони доволі амбітні. Їхні знання допомагають мені досягти результату, а статус у суспільстві чи розмір гаманця для мене ролі не грають.



Легко працювати з фанатами — вони просять витатувати певні символи. Популярні татування на шрамах. У такий спосіб можна майже цілком приховати чи відвернути увагу від наслідків операцій або травм. Часто дівчатка приходять, аби прикрити на тілі шрами від видаленого апендиксу.

У кожної людини своя ідея, свій привід поставити тату. Мені видається, що кожен, хто на це зважується, намагається додати собі якихось властивостей, яких не вистачає в житті, або підкреслити певні риси характеру. Бажання мати тату йде від душі людини.

Татування — розпізнавальний знак, що дає образне, початкове уявлення про власника. Вибране людиною тату повинне найточніше відповідати її внутрішньому світу та виражати те, до чого вона хотіла б прагнути. Хоча, як на мене, це значно більше, ніж звичайнісінький малюнок на шкірі. Можливо, татування — один з каналів, які енергетично зв'язують душу з тілом?..

Лариса ЛУКАЩУК

ПРОТИПОКАЗИ ДО ТАТУЮВАННЯ:

цукровий діабет, бронхіальна астма, герпес, шкірні захворювання, захворювання крові, вагітність.

ЩО ТАКЕ ТАТУ?

Татування — це нанесення на тіло малюнків наколюванням (або втиранням) під шкіру фарбників. Сама процедура — не надто складна. Голка протикає шкіру й заносить в епідерміс (верхній шар шкіри) барвник. Прокол з часом заживає, а фарба залишається. Цю роботу виконують спеціальною машинкою з голкою.

ТАТУЮВАННЯ — ЦЕ НАЗАВЖДИ

Поширена думка, що можна зробити тимчасове тату. Це — неправда, найбільший міф серед молоді. Татування роблять лише назавжди (щоправда, це не стосується біотату). Видалити ж його можна лише разом із забарвленою шкірою — хірургічним шляхом. Отже, без рубців тут не обійтись.

Інтернет-інфо

ПРО ЯБЛУКА ВАГІТНИМ НЕ ВАРТО ЗАБУВАТИ

Вагітні, які їдять яблука, захищають дитину від потенційної ймовірності розвитку астми та алергії. Лікарі проаналізували харчування матері та здоров'я понад тисячу малюків від їх народження до п'ятирічного віку. Діти матерів, які щодня їли яблука під час вагітності, на 37% рідше мали алергію і на 46% — астму. Американські імунологи лікарні Сент-Джон, медичного центру в Детройті та лікарні Бомон нагадують, що харчування жінки протягом вагітності має тривати та й важливі наслідки для здоров'я немовляти.

Позитивна дія яблук пояснюється потужними властивостями флавоноїдів та інших антиоксидантів, що містяться в цих плодах, сказав доктор Девонг Доші. Одного фрукту на день достатньо для сильного захисного ефекту. Також клініцисти зазначили, що споживання риби один раз на тиждень також на 43% знижує вірогідність дитячої екзема і дерматиту — найбільш поширеної алергічної реакції шкіри у новонароджених. Проти харчової алергії медики радять вагітним дотримуватися збалансованої дієти з великою кількістю фруктів і овочів та уникати переїдання горіхів (надто арахісу) і молюсок, які, навпаки, здатні спровокувати розвиток алергічних симптомів у дитини.

ОБ'ЄКТИВ-О



Юлія ВАДЗЮК, студентка фармацевтаулету



Олег ЗІМИЧ, студент медичного факультету



ОБ'ЄКТИВ

Раціональне харчування

ПРОДУКТИ – НЕОЦІНЕННИЙ СПІЛЬНИК ВРОДИ

(Закінчення. Поч. у №24 за 2008 рік)

НЕ ЗЛОВЖИВАЙТЕ СОЛОДКИМ

Улітку й восени не намагайтеся наварити якомога більше варення, джемів, повидла. Краще насушити листя малини, смородини, брусниці, хмелю, подорожника, деревію звичайного, м'яти перцевої, липового цвіту, ромашки, календули та інших рослин, які знадобляться взимку для чудових напоїв. Дуже корисно готувати без теплової обробки компоти. Для цього сушені фрукти й ягоди слід промити перевареною водою та скласти в емальований посуд, залити теплою перевареною водою й обгорнути каструлю ковдрою. За чотири години матимете ягоди й фрукти, які не поступаються свіжим; питимете «живий» компот і, що дуже важливо, — без цукру.

ГОТУЙТЕ ЇЖУ З ЛЮБОВ'Ю

Це дуже важливо! Хочете — вірте, хочете — перевірте, але настрої та почуття, з якими готують страви, передаються потім тим, хто їх їсть. Ви злилися, доки чистили й варили картоплю? Чекайте скандалу за столом. Якщо ж хочете подобатися, містіть тісто, шаткуйте овочі й варіть суп у доброму настрої, прагніть зробити приємність тим, кого частуватимете.

Чи потрібно постійно сидіти на дієті, аби гарно виглядати? З таким запитанням звернулася до лікаря-терапевта обласного центру здоров'я Галини Зот.

— Виснажувати себе гастрономічними утриманнями, як це іноді нині роблять для покращення фігури, гадаю, не варто, бо будь-яка дієта — це насамперед стрес для всього організму, та й дотримуватися її впродовж усього життя буде непросто, — каже лікар. — Щоправда, не всі знають, що у перекладі з давньогрецької слово «дієта» означає «спосіб» життя. Отож варто лише дещо змінити у своєму способі харчування. Хоча на перший погляд мої рекомендації здаватимуться елементарними, проте втілити їх у життя, змінивши усталені принципи, буде непросто. Але вони варті того, бо в нагороду отримаєте не лише красиве тіло, а й оздоровлений організм.

Правило перше: кожного дня їжте побільше «живої», термічно не обробленої їжі — свіжих овочів і фруктів. У такий спосіб поповните складну біохімічну лабораторію організму всіма необхідними для обмінних процесів «реактивами» та «каталізаторами». Не забувайте й про той

факт, що з віком ферментів виробляється дедалі менше, тому менше м'яса й більше овочів.

У вашому раціоні має бути багато клітковини, бо ж відомо, що вона поліпшує роботу шлунка та моторику кишківника, сприяє регулярному очищенню. Це дає можливість природній флорі шлунково-кишкового тракту ліпше виконувати свої функції.

Також Галина

Зот радить не забувати про морепродукти. Саме вони багаті на йод, а він сприятливо діє на «королеву молодості», щитоподібну залозу. Важливо дотримуватися й золоті середини в відсотковому співвідношенні тваринних і рослинних білків у раціоні. Тоді

організм отримає з м'ясом незамінні амінокислоти, а з іншого боку — не буде переобтяжений зайвими білками.

Ще один незамінний продукт вашого харчування — твердий сир, один з найкращих постачальників цінного кальцію. Це основний елемент, який підтримує кислотно-лужний баланс у організмі. Крім того, він допомагає регулювати серцеву діяльність, роботу нервової системи. Тому обов'язково внесіть твердий сир у ваше щоденне меню.

А от вживання жирів, особливо тваринного походження, потрібно значно обмежити. Королівське масло, жирний домашній сир, сметана — не зовсім ваші продукти. Краще додавати в страву олію, для цього можна придбати оливкову, кукурудзяну та інші олії, вибір яких нині достатній. Гарним наповнювачем до салату може бути лимонний сік, нежирний йогурт чи кефір.

— Намагайтеся вживати якомога більше низькокалорійних продуктів: каш, овочів, фруктів,

риби, — каже лікар. — В українській кухні немало вегетаріанських страв: пісний борщ, гарбузова каша, капуста салат. Коли купуєте продукти у магазині, не полінуйтеся подивитися на позначку упакування щодо енергетичної цінності продукту. І не забувайте, аби схуднути, кількість калорій у вашому щоденному меню не повинна перевищувати позначки 1200.



ПРО ТЕ, ЩО ЇДЯТЬ ЖІНКИ У РІЗНИХ КРАЇНАХ

Є країни, де жінки гарно виглядають, не дотримуючись дієт все життя. І це їм вдається без особливої напруги. Можливо, і ви скористаєтеся їхнім прикладом

Японки

В японки не виникає спокуси зробити перекуску між прийомами їжі. А «заморити черв'ячка» на вулиці в Японії взагалі вважається непристойністю. А ще японка «накручує» на велосипеді до 10 км на день. Їхній раціон багатий на рибу, морську капусту, інші водорості, що захищають від серцево-судинних захворювань. Завдячуючи тому, що японка майже не вживає «пустих» калорій, які містяться в тортах, тістечках, її підшлункова не переобтяжена, що знижує ризик розвитку панкреатиту. В 25 років японка виглядає на 17, в 35 — на 25 років, а в 60 — на 40.

Розвантажувальний день японськи

Два рази на тиждень японки влаштовують розвантажувальні дні:

О 8.00 вживають склянку кефіру, о 10.00 — два яйця, зварених на круто, о 12.00 — 200г нежирного домашнього сиру; о 14.00 — 100г нежирної курки без солі; о 19.00 — склянку кефіру.

У проміжках вони п'ють зелений чай без цукру, воду чи сік-фреш.

Мексиканки

У Мексиці не можуть обійтися без кукурудзяного борошна. Його змішують з водою і роблять тоненькі паляниці, які потім наповнюють квасолею, морепродуктами, м'ясом. До кожного прийому їжі подають мекси-

канські соуси. Вони містять різні сорти перцю-чили, помідорів, цибулі, часнику, якщо в них є і олія, то в незначних кількостях.

Мексиканська кухня — низькокалорійна. Мексиканки майже не вживають сметани, а їхні страви містять набагато менше жирів і калорій, аніж наші.

Італійки

Вони «відзначилися» тим, що обмежують вживання солодощів, але ніколи не стримують емоцій. Відома італійська піца мало має спільного з тією, яку звикли готувати у наших піцеріях. Свою улюблену страву італійки посипають базиліком, в ній дуже багато помідорів і дуже мало сиру. Приготувавши щось подібне, помітите, що копчена грудинка, саламі — це не найсмачніше у піці. А ще італійці люблять овочі — салат-латук, цикорій, листя кульбаби, помідори, шпинат, артишоки, баклажани — все це подають як гарнір до риби чи м'яса і приправляють невеликою кількістю оливкової олії.

Француженки

Француженки й дня не проживуть без кількох пляшок мінеральної води. А обід і вечерю вони просто не уявляють без келиха доброго вина й відповідного сорту сиру. Все це смакується і позиціонується як витвір мистецтва. І хоча вони їдять свої багетти, тістечка та круасани — в їхньому раціоні так мало жиру й так багато овочів, що всі ці вуглеводи нейтралізуються. Королевою овочів у Франції називають спаржу, її готують із сиром і соусом бешамель. А от спосіб життя у француженок більш розмірений, аніж у нас, тому вони не піддаються шкідливій дії стресу. Як в італійок, гречанок чи іспанок, у них двогодина обідня перерва, яка дозволяє насолодитися трапезою й отримати повноцінний відпочинок упродовж трудового дня. Їм не доводиться заїдати стрес шоколадом.

Китайки

До їхнього повсякденного меню входить соя, мариновані чи в'ялені овочі. Рис, вермішель, пшениця і хліб — основні складники. Саме з цих, багатих на вуглеводи продуктів, китайки черпають калорії. Але головне в тому, що за такої високої калорійності китайські страви містять так мало жирів. Китайки люблять зелень і стручкові овочі.

Раз на два місяці китайки згадують про дієту. Не їдять рис, хліб, локшини, не мовлячи вже про жири. Меню складають так, щоб страви містили п'ять смаків. Кислі (сир, томати, яблука, щавель, лимони), солодкий (диня, риба, кабачки, квасоля), гіркий (редька, баклажани, перець), гострий (чебрець, цибуля, часник, брокколі, перець), солоний (соєвий соус, твердий сир).

Підготувала Лілія ЛУКАШ



Олеся СТРУТИНСЬКА, студентка фармацевтету



Наталія БОЧИН, студентка стоматологічного факультету

Інтернет-інфо

СПІТЬ НА ЗДОРОВ'Я

Учені університету Чикаго дослідили, що брак сну спричиняє серцево-судинні захворювання. Організм не встигає регулювати процес відкладення кальцію в серцевих артеріях, вони закупорюються. А з часом тромби можуть відірватися і викликати інсульт.

Протестували 495 чоловіків і жінок віком 35-47 років. Добровольців розподілили на три групи. Ті, що спали понад 7 год., не мали проблем. У другій групі, де волонтери відпочивали 5-7 год. на добу, в 11% лікарі побачили ознаки судинних проблем. Найбільше ж потерпали добровольці з третьої групи, які спали менш як 5 год. Четверть із них мали закупорки в серцевих судинах.

МАНДАРИНИ ДОПОМАГАЮТЬ

Проведені в Південній Кореї дослідження показали, що вживання мандаринів сприяє зменшенню ожиріння печінки і знижує жирові нагромадження в черевній порожнині. Під час експерименту 30 школярів впродовж двох місяців регулярно пили мандариновий напій і виконували фізичні вправи. Учасники іншої контрольної групи також два місяці робили зарядку, але мандариновий напій їм не давали. У результаті з'ясувалося, що учасники першої групи схудли більше в середньому на 25%. Зараз служба розвитку сільських районів країни створює на основі мандарина лікувальний напій, що допомагає боротися з ожирінням, а також із старечим недоумством.



