



ГАЗЕТА ВЫХОДИТ С 24 МАЯ 1957 ГОДА

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО

За медицинские кафедры

ИЗДАНИЕ
ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

№ 3 (2945)
7 марта 2011

Лидерство

Лауреаты премий Волгоградской области

25 февраля губернатором Волгоградской области А. Г. Бровко в белом зале региональной администрации были вручены дипломы лауреатам премии Волгоградской области в сфере науки и техники в номинации «За достижения в разработке и практическом применении новых методов и средств в здравоохранении» руководителям авторских коллективов:

• Заслуженному деятелю науки РФ, академику РАМН В. И. Петрову - I премия за работу «Учебное пособие «Медицина, основанная на доказательствах»;

• Заслуженному работнику физической культуры РФ, профессору В. Б. Мандрикову - II премия за работу «Клиническая и функциональная анатомия спорно-двигательного аппарата человека и современные методы реабилитации при его нарушениях»;

• Заслуженному деятелю науки РФ, профессору А. Г. Бебуришвили - III премия за работу «Разработка и клиническое внедрение новых методов и способов диагностики, профилактики, лечения спаечной болезни».



Вручены сертификаты на научные гранты

25 февраля 2011 года губернатор Волгоградской области А. Г. Бровко в белом зале Администрации области вручил сертификаты на получение научных грантов Администрации Волгоградской области руководителям авторских коллективов:

• Заслуженному деятелю науки РФ, академику РАМН В. И. Петрову «Оптимизация лечения больных с артериальной гипертензией, основанная на индивидуальной работе с пациентом»;

• д.м.н., профессору Н. И. Латышевской «Профилактика рисковых форм поведения как элемент формирования здорового образа жизни подростков: пути решения на региональном уровне».

Знай наших

Самая популярная студентка Волгограда

28 февраля в ДК Профсоюзов состоялось награждение победителей городского конкурса «Лучший студент города-героя Волгограда - 2010», организованного комитетом по делам молодежи администрации Волгограда совместно с городским молодежным центром «Лидер», молодежной инновационной комиссией и молодежным советом.

Наш университет представляли 14 участников, из них в финал вышли: Эмиль Ахундов (4 курс, лечебный факультет), Наталья Казанцева (4 курс, стоматологический факультет), Наталия Афанасьева (5 курс, стоматологический факультет), Светлана Шишканова (6 курс, лечебный факультет), Ксения Ващенко (6 курс, МБФ), Руслан Гайнутдинов (5 курс, стоматологический факультет).

Конкурс проходил по четырем номинациям: «Научно-исследовательская деятельность», «Общественная деятельность», «Творчество», «Самый популярный студент». Финалистов выбирали путем оценивания анкет, в которых были



8 марта – Международный женский день!

Немногим более века назад женщины начали активную борьбу за равноправие. Конечно, им было обидно, когда за одинаково выполняемую работу с мужчинами, они получали меньшую зарплату. В век расцвета промышленности женщины включились в борьбу с эксплуататорами, участвовали в забастовках, создавали свои профсоюзы, они были против нищеты, утверждали свое право на труд, уважение своей чести и достоинства.

Впервые Женский день праздновался 19 марта 1911 года, то есть 100 лет назад, и только с 1914-го его повсеместно стали отмечать 8 марта.

Сегодня сложно представить коллектив, в котором отсутствуют милые, очаровательные дамы. Даже в армии и милиции они уже не в диковинку и доказы-

вают на деле свою способность выполнять многие задачи наравне с мужчинами. Тем более удивительно при этом умение женщин оставаться желанными и прекрасно выглядеть.

На плечах этих хрупких и одновременно сильных созданий, как не тяжело это отмечать, лежат серьезные обязанности. Женщина – мать, женщина – сестра, женщина – жена, женщина – коллега... Она умеет в себе сочетать всё, прекрасно воспитывая детей и ухаживая за ними, домом, мужем, почти не заметно поддерживающая «по-братьски», протягивая руку помощи, помогая не словом, а делом... А мы, мужчины, не всегда имеем времени сказать, что мы все это видим и ценим. И замечательно, что существует этот праздник! День, когда появляется возможность и повод говорить много прекрасных теплых нежных слов Женщине.



Дорогие коллеги, прекрасные дамы, милые девушки!

Я благодарен чуду природы, что вы есть. Я хочу пожелать всем женщинам нашего университета мира, здоровья, любви, красоты. Вы все прекрасны, все достойны получить свою долю успеха, имеете право на самые лучшие награды и подарки! Будьте счастливы, дорогие представительницы прекраснейшей половины человечества!

В. И. ПЕТРОВ, ректор ВолгГМУ, академик РАМН

Поздравляем с первым праздником весны!

Милые и дорогие сердцу дамы! Каждый день мы идем на работу ради ваших улыбок и красивых глаз, которые чутко следят за каждым нашим словом, каждым шагом, направляя и поддерживая во всем. И верно говорят, что сильный пол слабее слабого в силу слабости сильного к слабому! В этот особенный день, хочется пожелать, чтобы в душе у вас всегда была весна, а вокруг все цвело!



Пусть первый подснежник подарит вам нежность!
Весеннее солнце подарит тепло!
А марсовый ветер подарит надежду,
И счастье, и радость, и только добро!



Валерий ЗАГРЕБИЕН,
председатель Совета НОМУС ВолгГМУ

Студенческий совет ВолгГМУ искренне поздравляет прекрасную половину профессорско-преподавательского состава университета и всех студенток с Международным женским днем.

Пусть этот весенний праздник подарит вам яркое счастье, исполнение всех желаний, море цветов, улыбок и только солнечное настроения! Любите и будьте любимыми!

Оксана ДЕРИЧЕНКО,
председатель студсовета ВолгГМУ

ВолгГМУ и здоровый образ жизни

Подводим итоги литературных конкурсов

Наш университет принимает участие во Всероссийском конкурсе образовательных учреждений высшего профессионального образования на звание «ВУЗ здорового образа жизни». В связи с этим, медиа-студия «Аллегро», газета «За медицинские кадры», Объединенный профком сотрудников и студентов, Студенческий совет ВолгГМУ и Управление Федеральной службы России по контролю за оборотом наркотиков по Волгоградской области проводили конкурс статей на тему здорового образа жизни. Одновременно проходил и областной конкурс молодых литераторов «Новые имена», организаторами которого являлись Центр духовной культуры им. Федора Ушакова и Волгоградская региональная общественная организация Союза Борьбы за Народную Трезвость.

В конкурсах участвовали 7 работ, которые публиковались на нашем сайте в разделе «Спортивный клуб» и в газете «За медицинские кадры»:

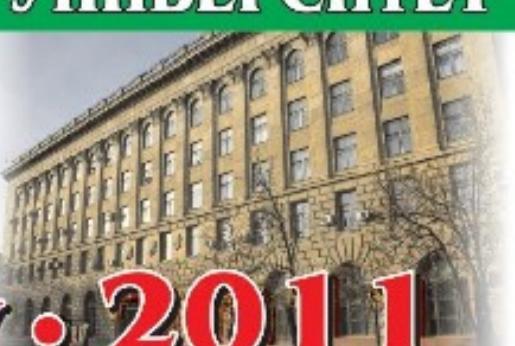
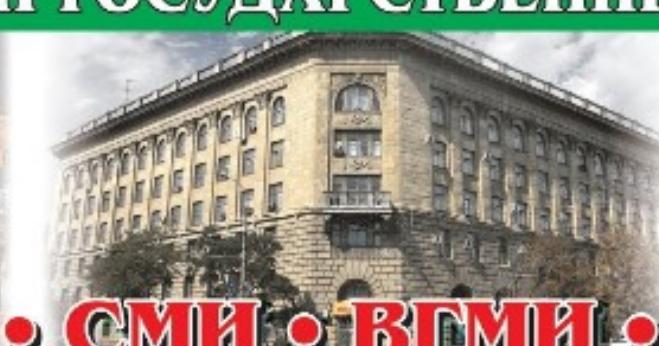
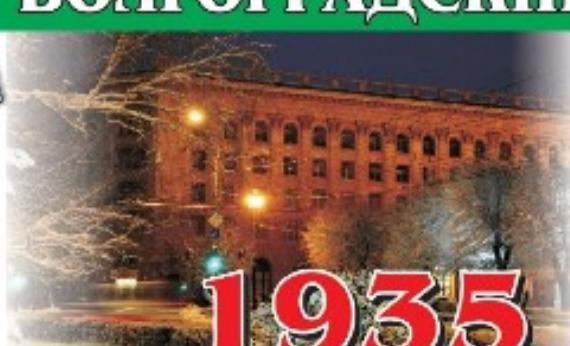
- «Здоровый образ жизни в «АкваЛоо»» - Роберт ЯГУПОВ (№ 2 (2944) от 21 февраля 2011, стр. 8)
- «Трезвость - норма жизни» - Роман МЯКОНЬКИЙ (№ 2 (2944) от 21 февраля 2011, стр. 6)
- «Здоровая наука - стиль жизни!» - Анастасия СНЕЖКО (№ 3 (2945) от 7 марта 2011, стр. 8)
- «О Джареде Лето и здоровом образе жизни» - Юлия ЛУКЬЯНОВА (№ 3 (2945) от 7 марта 2011, стр. 8)
- «Прожигая молодость, молодежь не задумывается о будущем» - Сергей ШАПЕТИН (№ 3 (2945) от 7 марта 2011, стр. 3)
- «Я выбираю здоровый образ жизни! А ты?» - Лилия БАКЛЯНОВА (№ 3 (2945) от 7 марта 2011, стр. 3)
- «Здоровый дух - здоровое тело» - Роман ЛУЧКИН (№ 3 (2945) от 7 марта 2011, стр. 8)

Жюри выбрало лучшие работы. Определить одного лидера не удалось, поэтому было решено I место поделить между Романом Мяконькиным и Лилией Баклановой. II место заняла Анастасия Снежко. На III месте - Юлия Лукьянкова. Приз зрительских симпатий получил Роман Лучкин. Награждение победителей и участников состоялось 1 марта, им были вручены дипломы и подарки.

Подробности, видео и фотоматериалы ищите на сайте ВолгГМУ



ВОЛГОГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ



1935 • СМИ • ВГМИ • ВМА • ВолгГМУ • 2011



Я выбираю здоровый образ жизни! А ты?

Каждый из нас хотя бы раз задумывался о том, что же это такое, зачем оно нужно и от чего зависит, но не каждый с ним дружит.

"Ведете ли вы здоровый образ жизни?" - спрошу я у вас. "Нет!" - ответите вы. Если я спрошу, что вам мешает его вести, вы начнете говорить бесконечно, перечисляя множество причин, которые по сути не являются никакими причинами. Это всего лишь отговорки, которыми вы попытаетесь скрыть свое нежелание и нехотение, ведь будем честны друг с другом, нет причин - есть отговорки, которыми мы пользуемся, чтобы выглядеть в чьих-то глазах выше, чтобы про нас не говорили, что мы ленивые и халатно относимся к себе...

Если мы посмотрим на статистические данные нашей страны, то ужаснемся, как много людей болеет, как быстро люди стареют, умирают... Почему?.. На это тоже есть объяснение: сколько из них вело здоровый образ жизни? Ни один. Поэтому нечего удивляться таким показателям, а если дальше так продолжится, то скоро вообще на Земле не останется ни одного человека... Но не все так безнадежно! Если каждый из нас возьмется за свое здоровье всерьез, пересмотрит свое отношение к привычному для него образу жизни, ведь это совсем легко и просто и не требует никаких усилий.

Для начала давайте посмотрим на наш обычный образ жизни: большую часть своего времени мы занимаем сидячее положение, практически не двигаясь, и не удивляйтесь потом когда у вас начнет болеть спина, разовьется гиподинамия и еще много чего... К сожалению, наш умственный труд не сменяется физическим, а ведь это так легко изменить, достаточно лишь пересмотреть свой график. Кто вам мешает встать и сделать небольшую разминку? В результате спина, суставы вам скажут спасибо и вы сами отлично будете себя чувствовать...

Питание - тоже одно из самых важных составляющих звена здоровья. Что мы едим? К сожалению, питание оставляет желать лучшего... Всезде, куда ни посмотри, одни добавки, химикаты, даже в овощах и фруктах, мало того что наш организм страдает от всяких добавок, так мы сами себя еще травим различными чипсами, шипучками, а не проще ли взять и приготовить еду себе самому, и удовольствие получите и организм ваш рад, ведь собственно приготовленная пища никогда не сравняется с магазинной.

Вредные привычки - самое больное место, а они ведь нас медленно убивают. Мы машем на это рукой, все надеемся на "авось меня это не тронет". К большому сожалению на телевидении только приветствуются курение, алкоголь, наркотики, аморальное поведение, насилие. Какой фильм, сериал ни посмотрят - везде найдешь весь этот сброд, а вы встречали хоть один фильм, сериал, где приветствовался здоровый образ жизни? Я честно, что-то припомнить не могу... Люди в погоне за богатством, идут по нашим головам, думаете из них хоть один задумался, что выпускная и продавая сигареты он убивает человека, забирает его жизнь, не давая ему светлого будущего? Никто конечно не думает, ведь каждый думает только про себя и все.

А наше отношение к спорту? даже стыдно говорить. Очень трудно найти человека, занимающегося спортом. Действительно, как им заниматься, если секции все платные? Не каждая семья может себе позволить отдать своего ребенка на занятия спортом. Хотя это же тоже отговорка. Кто мешает, тебе самому самостоятельно пробежаться утром, позаниматься гимнастикой, зарядкой с утра? Никто не мешает, просто нам лень лишний раз подвигаться, или просто взять и облизаться водой - а ведь это

отличная привычка, заряжаемся бодростью с утра и отличным настроением на весь день.

Хотелось заметить еще одну очень важную деталь. Каждый родитель, руководитель, учитель хочет, чтобы его подчиненный был здоров и вел здоровый образ жизни, сколько советов и рекомендаций мы высышиваем от них каждый день. Конечно мы слушаем, а потом разворачиваемся и уходим с пустой головой, ведь как мы можем их слушать и принимать их советы, если они сами их не соблюдают?

Каждый пытается указать что-то другому, как ему жить, что ему есть и т. д., а не лучше ли начать каждому с себя? Ведь особенность общества, если кто-то что-то делает, я тоже это сделаю, я же не белая ворона, чтобы выделяться из общества. А, что тебе мешает тебе взять себя в руки, изменить свой образ жизни и начать жизнь по-другому? Ведь так здорово, когда люди ведут здоровый образ жизни, именно ведут, подчеркну я, а не говорят - обычно все наши действия заканчиваются на словах.

Так что же такое здоровый образ жизни? Это и здоровое питание, и смена умственной деятельности на физическую, и закаливание, и спорт, и отказ от вредных привычек... Этот список можно продолжать бесконечно, но говорить - не значит делать! Так давайте действовать, только пусть каждый начнет сам с себя, я уверена, что у тебя получится, было только лишь желание, упорство и настойчивость, это ведь по сути совсем легко и просто, я в тебя верю иди и действуй!

Даю 100% гарантии, что твой организм скажет тебе спасибо, хорошее самочувствие и отличное настроение тебе обеспечено! Я выбираю здоровый образ жизни, а ты?

Лилия БАКЛАНОВА



Автор фото Евгения АКУЛИНА



Автор фото Евгения АКУЛИНА



Автор фото Алексей РЕДИН



Автор фото Александр ТАРАСОВ



Автор фото Яна ЗАЙЦЕВА

Прожигая молодость, молодежь не задумывается о будущем



«Бог дал нам орехи, но он не будет их колоть».

И. В. Гёте

Что такое здоровый образ жизни? Каждый человек по своему понимает эту сторону своей жизни. Но у большинства людей ЗОЖ ассоциируется с личной гигиеной, зарядкой по утрам и многим, многим другим. Эта ассоциация может быть вызвана воспитанием, религиозными наклонностями, давлением общества. Но вся фальшивь заключается в отсутствии духовного понимания сущности проблемы самосовершенствования.

С чистоты духовной берёт начало чистота физическая. Осознание сущности ЗОЖ на подсознательном уровне приводит к самосовершенствованию телесному. Обратный же процесс может привести к непредсказуемым результатам. Все великие спортсмены добились величайших достижений благодаря укреплению духа и силы воли. Посредством духовного совершенствования эти люди пропагандировали здоровый образ жизни. Ведь не каждый может взяться за самосовершенствование. И всё это сводится к заданию первичных навыков понимания жизни в детстве - воспитанию. В воспитании подростка родителями, обществом, самовоспитанием. Пропаганда ЗОЖ по СМИ в советском союзе привела к повышению численности здорового населения страны. В современной же России агитации американо-европейского образа жизни буквально вклиниваются в повседневную жизнь наших ребят. Многие подростки уже со школьной скамьи привязываются к вредным привычкам.

Прожигая молодость, не заботясь о своем здоровье, молодежь не задумывается о будущем.

Сергей ШАПЕТИН

Быть достойным

Врач – не простая профессия, врач – это без всякого преувеличения образ жизни, если хотите, своеобразное мировоззрение. Многие морально-нравственные обязанности возложены на врача. Став студентами ВолгГМУ, одного из престижнейших медицинских вузов России, вы возложили на себя груз ответственности за свой образ жизни, теперь это ваш крест на всю жизнь, до тех пор, пока вы будете оставаться в профессии.

Врачи никогда не красили вредные привычки: курение, злоупотребление алкоголем, не говоря уже об употреблении наркотиков. Врач обязан быть своеобразным проводником здорового образа жизни, в первую очередь не на словах, на собственном примере. Наркотики – абсолютное зло, которое продолжает ломать судьбы и уносить жизни. Коварство наркотиков и их всевозрашающее действие достаточно красочно проиллюстрировал М. А. Булгаков в одном из своих медицинских рассказов «Морфий». С одной стороны, в нашей стране употребление и распространение наркотических средств уголовно наказуемо, с другой стороны, быстротечность асоциализации и деградации наркоманов, всё это более или менее сдерживает массовое употребление наркотиков. Помните, не бывает легких безобидных наркотиков, любое наркотическое средство наносит непоправимый удар организму. И каждое последующее употребление наркотиков с новой силой разрушает организм, в конечном счете приводя к смерти.

Куда хуже обстоит дело с алкоголизацией населения. Кто-то выдумал, что русскому человеку свойственно пьянствовать, и вот из поколения в поколение поддерживается этот миф, «национальный колорит». Сегодня бутылка пива в руке подростка – это абсолютно привычный и никого не удивляющий атрибут повседневной российской жизни. Путём нехитрых подсчётов можно выяснить, что в бутылке пива крепостью 4 градуса содержится 20 граммов чистого алкоголя или 50 граммов водки, а в пиве крепостью 6 градусов – 75 граммов. Такая удвоенная доза, потребляемая подростком ежедневно, легко приводит к привыканию, это становится потребностью. Через год-полтора он нередко переходит на более крепкие напитки, у девушек этот процесс протекает ещё быстрее. Значит, создаётся благоприятная почва для развития раннего алкоголизма, то есть человек начинает движение в никуда.

Если обратиться к статистическим данным, то можно проследить стремительный рост потребления пива. Так в 1999 г. в нашей стране было выпито порядка 195 миллионов 480 тысяч литров пива, в 2003 г. эта цифра составила 331 милли-

он 858 тысяч литров, а в 2008 г. уже около 486 миллионов литров. В среднем на душу населения пенного напитка в 2000 г. приходилось 37,8 литра, в 2003 г. – 53 литра, в 2004 г. – 57 литров, в 2009 г. – 68 литров, а в 2010 г. – 77 литров на человека. На дворе 2011 год, сколько литров потребляется сейчас? Приведённые цифры говорят о том, что если ситуация с употреблением спиртного в нашей стране не изменится, то вымирание российского народа станет неизбежным. Начать борьбу с национальным бедствием нужно, что называется с малого — с самого себя.

Настоящая беда – табакокурение, некоторые специалисты относят его к социальной форме наркомании. Но все ли курильщики подозревают, какой опасности подвергают себя ежедневно, отдавая дань своей привычке? К глубокому сожалению, курение цепко держит не одну сотню студентов ВолгГМУ и с этим нужно что-то делать. Не стоит забывать и о вреде пассивного курения, ведь оно убивает и является причиной тяжёлых заболеваний. Табачный дым содержит около 4000 химических веществ, 50 из которых канцерогены, то есть способны вызвать рак. Сигаретный дым вызывает тяжёлые респираторные и сердечно-сосудистые заболевания, которые могут привести к преждевременной гибели организма. Знайте, ни вентиляция, ни фильтрация воздуха помещения не снижают вредоносного воздействия табачного дыма. По оценке Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), около 700 миллионов детей, то есть почти половина детского населения земного шара, дышат воздухом, загрязнённым табачным дымом, особенно дома. Большинство людей на земле не курят, и вы, как врачи должны быть в их числе. Пространство без табачного дыма является хорошим стимулом для тех, кто хочет бросить курить.

Каждый из нас должен четко понимать, что для того, чтобы достойно выполнить свой профессиональный долг мы должны быть здоровы, должны пропагандировать и создавать вокруг себя территорию здорового образа жизни, быть достойными высокого звания современного российского врача.

Роман МЯКОНЬКИЙ

Твой выбор: роды или аборт?

Дети – наше будущее

В современном мире существует много глобальных проблем. В данной статье я бы хотела затронуть вопрос, дискуссии о котором ведутся во всех странах мира – проблему абортов.

Первые исторические упоминания обabortах относятся к периоду, отдаленному от нас на 4600 лет (Китай). Отношение к abortам всегда было неоднозначным – от суровых наказаний в Ассирии до одобрения у древних греков, однако на протяжении почти всей письменной истории abortы обычно осуждали из-за риска для здоровья женщины. Вопрос об abortах не становился важной этической проблемой до тех пор, пока современная медицина не обеспечила их относительную безопасность; и только теперь, в последние десятилетия, по этому вопросу разгорелась острая публичная полемика.

Abortы вызывают острые разногласия в обществе, разделяя всех дискутирующих на 2 блока «за и против». Рассматривая эти противоположные точки зрения, мы можем привести доводы в пользу обеих. С одной стороны каждая женщина имеет право на свободу выбора, и она вольна самостоятельно решить, нужен ей этот ребенок или нет. Но есть и другая сторона, о которой мало кто думает, одобряя abortы. Во-первых, это физическое здоровья (есть опасность, что после сделанного abortа женщина уже не сможет родить). А, во-вторых, это психическое состояние женщины (так называемый постабортный синдром), но давайте обо всем по порядку.

Abortом называют прерывание беременности до того времени, когда зародыш или плод был бы способен выжить вне матки. По желанию женщины производится abort до 12 недель беременности, он выполняется одномоментно инструментальным способом с соблюдением правил асептики и антисептики. Abort это операция, поэтому выполнять ее имеет право только врач акушер-гинеколог в условиях больницы.

Проблема abortов очень остро стоит в нашей стране. Стране, которая по показателям рождаемости все еще находится в демографической яме. Казалось бы, это словосочетание уже давно вошло в наш обиход, да и сама процедура прерывания беременности становится все более обыденной, но давайте обратимся к цифрам. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно в мире выполняется примерно 46 000 000 искусственных abortов, что составляет 22% от числа зарегистрированных беременностей. В 2001 году в России родились 1 320 000 детей, а abortов было произведено 1 800 000. По данным ООН на 2004 год Россия находилась на 1-ом месте по количеству abortов (53 abortа на 1000 беременностей). В России в 2006 году был зарегистрирован 1 582 000 abortов, из них около 10% были сделаны женщинам в возрасте до 19 лет (включительно). По данным Росстата, в 2007 году количество abortов сократилось до 1 479 000 (эти цифры включают данные по медицинским учреждениям МЗСР РФ, других министерств и ведомств, негосударственным лечебно-профилактическим учреждениям) и

стало незначительно меньше по отношению к количеству родов – 92 abortа на 100 родов. В 2008 год данное соотношение уменьшилось и составило 81 abort на 100 родов. Хотя демографическая ситуация явно улучшилась за последнее время, эти цифры все равно звучат ужасающе и заставляют задуматься.

В соответствии с законом, abort в нашей стране разрешен до срока 22 недели. Но многие не понимают, что развитие и формирование личности и характера ребенка начинается еще в эмбриональном периоде. К 7-й неделе развития у плода появляются первые тактильные рефлексы, а на УЗИ можно видеть спонтанные движения головы и туловища. Уже 7-недельный плод отдергивает или отворачивает голову от болевого раздражителя. В 11 недель не только лицо, но и все части тела плода становятся чувствительными к прикосновению. К 13-й неделе реакция на боль отмечается на всех уровнях нервной системы. В своей статье я не буду затрагивать существующие виды abortов, но лишь скажу, американский доктор Бернард Натансон снял фильм, включающий в себя ультразвуковое изображение того, что происходит в матке женщины с 12-недельным ребенком во время проведения abortа методом «вакуум-аспирации». На экране отчетливо видно, как ребенок раз за разом пытается увернуться от вакуум-отсоса, быстро и тревожно двигается. Частота его сердцебиения при этом увеличивается. Наконец, когда тело пойманного ребеночка расчленяется, его рот широко раскрывается в беззвучном крике – отсюда название фильма: «Безмолвный крик». Никакого обезболивания для плода при abortе предусмотрено, поэтому акушеры предпочитают не проводить abortы на поздних сроках. Если плод уже все чувствует и понимает, тогда можно ли считать abort убийством? Но мы отошли от основного вопроса.

Чем еще abort вреден для матери? Егосложнениями, их очень много, но, наверное, самое страшное из них – бесплодие. Давно доказан тот факт, что при резус-конфликтных беременностях, последующие беременности будут протекать намного тяжелее, т.к. в крови матери вырабатываются антитела против резус-положительных эритроцитов плода, которые остаются в организме. Поэтому резус-отрицательным женщинам следует в большей степени остерегаться abortов, если конечно они вообще хотят иметь детей.

Отношение Русской православной церкви (РПЦ) к abortам, сформулированное в «Основах социальной концепции», однозначно:

С древнейших времен Церковь рассматривает намеренное прерывание беременности (abort) как тяжкий грех. Канонические правила приравнивают abort к убийству. В основе такой оценки лежит убежденность в том, что зарождение человеческого существа является даром Божиим, поэтому всякое посягательство на жизнь будущей человеческой личности преступно.

Можно ли вообще решить эту проблему? Да, если изменить отношение людей к ней.

Проблема abortов, это не проблема «здесь и сейчас». Abort – это следствие, а причина находится гораздо глубже: в воспитании и формировании у молодежи ответственности за свое здоровье. Сегодня существует большой спектр контрацептивных средств, ко-



торые могут защитить не только от нежелательной беременности, но и от различных венерических заболеваний. Большинство abortов в нашей стране делается именно молодыми девушками, поэтому одним из аспектов решения нежелательной беременности, должна стать именно пропаганда использования средств контрацепции. Женщина обязана помнить, что именно она в ответе за свое здоровье. Конечно, бывают разные ситуации. Например, что делать, если и ребенок желанный, и мама здоровая, но на УЗИ выявляется, что малыш родится с какими-либо врожденными патологиями. Сложно ответить на этот вопрос, но, прежде всего, решение сохранить ребенка зависит от родителей. Но такие ситуации можно предотвратить. На Западе уже стало обыденным проводить генетические экспертизы, чтобы выявить скрытое носительство заболеваний, так почему у нас к этому относятся так негативно? Еще одним аспектом решения этой проблемы, является пропаганда здорового образа жизни, хотя бы во время беременности, таблетки, никотин, алкоголь, наркотики, очень пагубно сказываются на здоровье ребенка. Не стоит забывать и о ситуациях угрожающих жизни матери, но такие вопросы должны решаться индивидуально.

Однако в большинстве случаев ответ должен быть однозначным, и я с абсолютной уверенностью могу утверждать это. Могу ли я требовать того же от вас? У каждого есть свое мнение на этот счет.

Но все-таки, задумайтесь, об этом... Здесь и сейчас. Сегодня. Не откладывайте на завтра, следующую неделю или год. Помните, дети – это наше будущее. Сохраните вашего ребенка, неважно запланированный он или нет. Потому что в скором времени вы будете счастливы, что дали ему жизнь. А он – счастлив от того, что у него такие замечательные родители!

Марина НЕСТЕРОВА
Рисунок Анастасии ХАРЧЕНКО

В блокнот молодого врача

ЗАЯВЛЕНИЕ ОБ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ПСИХОТРОПНЫХ СРЕДСТВ И ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИИ ИМИ

Принято Всемирной Медицинской Ассамблей, Токио, Япония, октябрь, 1975 г., дополнено 35-й Всемирной Медицинской Ассамблей, Венеция, Италия, октябрь, 1983 г.

1. Использование психотропных средств представляет собой сложносоциальную явление и не является чисто медицинской проблемой.

2. Внутри общества необходима интенсивная просветительская работа, основанная на разработке и наглядной демонстрации реальной альтернативы использованию психотропных средств, лишенная эпизодов нравоучения и наказания. Врачи, как обесскепченные граждане и носители знания, должны принять участие в таких программах.

3. Врачам следует шире давать лечебные рекомендации, не связанные с приемом фармакологических препаратов, и осторожно применять фармакотерапевтические вещества, назначая психотропные средства очень сдержанно, по возможно более узким показаниям, лишь при полной уверенности в том, что назначение строго соответствует точному диагнозу, не забывая о потенциальной опасности неправильного применения психотропных препаратов или злоупотребления ими.

4. Врачи должны взять на себя сбор и предоставление информации о фактах пагубного влияния на здоровье человека приема в номодицинских целях всех психотропных средств, включая алкоголь.

5. Врачам следует сотрудничать с любыми организациями в целях широкого распространения информации о вреде бесконтрольного приема психотропных средств, особенно в возрастных группах, склонных к экспериментированию с наркотиками. Такая информация должна помочь противостоять давлению группы и другим факторам, способствующим бесконтрольному использованию препаратов, и реализовать право каждого человека на свободу осознанного личного выбора.

Источник: Российские и международные биоэтические декларации, конвенции, клятвы, кодексы.

Под редакцией профессора А. Н. ОРЛОВА, Красноярск, 2001, С. 57

Объявление

ВЫ МОЖЕТЕ СТАТЬ ДОНОРОМ!

Медицинская статистика свидетельствует: около 20% супружеских пар не могут зачать потомство из-за проблем со здоровьем. Однако даже современные репродуктивные технологии могут помочь лишь 30% бесплодных пар.

Внимание! В Клинике № 1 ВолГМУ завершено внедрение экстракорпорального оплодотворения (ЭКО) и получены первые положительные результаты. Для развития данного направления работы гинекологическому отделению № 2 вспомогательных репродуктивных технологий Клиники № 1 ВолГМУ требуются на работу по договору доноры спермы и яйцеклеток. Выплата вознаграждения производится ежемесячно. Заинтересовавшимся обращаться по тел.: (8442) 98-03-43, 98-70-43 в рабочие дни с 9:00 до 16:00.

Требования к донорам спермы:

- здоровые мужчины в возрасте от 20 до 40 лет;
- отсутствие заболеваний (урологических, венерических, андрологических, наследственных) и ярких фенотипических признаков;

- наличие fertильной спермы;
- объем эякулята более 1 мл;
- добровольное согласие.

За каждую порцию семенной жидкости мужчина-донор гарантированно получает 500 рублей.

Требования к донорам яйцеклеток:

- здоровые женщины в возрасте от 20 до 35 лет;
- наличие собственного здорового ребенка;
- отсутствие каких-либо заболеваний и ярких фенотипических признаков;
- добровольное согласие.



Автор фото Вероника КЛИМАЧЕВА



Автор фото Игорь МАРЧЕНКО



Автор фото Игорь МАРЧЕНКО



Автор фото Татьяна СУЗДАЛЬЦЕВА

Воспоминания о зимних каникулах в Лоо

Каждый год самые активные студенты нашего университета получают возможность путешествовать в другие города, принимать участие в различных программах и мероприятиях федерального масштаба и просто отдохнуть в хорошей компании. Благодаря администрации университета, ректору ВолгГМУ, академику РАМН В. И. Петрову, эти зимние каникулы стали для 80 учащихся нашего вуза незабываемыми.

Ранним утром 1 февраля участники поездки отправились в путь. Им предстояло провести в поезде практические целые сутки, и потому подготовка студентов была основательной. Запасов еды хватило бы еще на пару дней, да и скучать ребятам не приходилось. Песни под гитару до поздней ночи, разговоры о студенческой жизни (эмоции от недавно сданной сессии еще свежи), различные игры, начиная от «Мафии», заканчивая игрой в города. Кстати, игра в города – это отдельная тема для разговора. На семинарах не утишились таких жарких дискуссий. И все по поводу существования или повторения определенных названий. Не такая уж это и спокойная игра, как кажется на первый взгляд.

Самые наблюдательные выявили закономерность: чем ближе к югу, тем больше...снега, как ни удивительно. Действительно, выходя на станциях подышать свежим воздухом, можно было заметить тенденцию к понижению температуры. Но утром следующего дня Краснодарский край встретил нашу делегацию ясным небом и теплой погодой.

Конечным пунктом маршрута стал знаменитый пансионат «АкваЛоо» в 20 км от г. Сочи. Недолгий процесс регистрации, заселение в номера, пара часов затащила после дороги – и студенты уже готовы к активному отдыху. А способов его проведения предусмотрено очень много. В «АкваЛоо» есть собс-

твенный пляж, где можно вдоволь насладиться шумом волн и полюбоваться ночным небом; аквапарк с несколькими бассейнами и различными горками; развлекательный комплекс, где каждый может найти себе занятие по душе: просмотр киносеансов, игра в популярную ныне «Мафию» (все по-настоящему: ведущий, специальные карты, маски), занятия в спортзале, танцы на дискотеке, выступление в караоке-баре и множество всего другого. Так что в этот день члены делегации нашего университета осваивались на новом месте и составляли планы на ближайшие дни. А когда определились с программой-минимумом, часы и дни полетели незаметно.

Но есть то, о чем нельзя забывать. Так 2 февраля студенты и преподаватели ВолгГМУ приняли участие в традиционном кроссе, посвященном 68-й годовщине победы в Сталинградской битве.

Преподаватели кафедры физического воспитания, А. Н. Сидоров и М. В. Попов, организовали спортивные соревнования, чтобы определить самых быстрых (кросс) и самых сильных (подтягивания на турнике - у мальчиков, подъем туловища - у девочек). Кроме того, каждого утром студенты выходили на утреннюю пробежку и зарядку.

Также проводились творческие вечера, на которых можно было послушать игру гитары, спеть под ее аккорды, определиться с планами на ближай-

шие несколько часов и просто пообщаться. Старые песни сменились современными, грустные мотивы – веселыми. Так в теплой компании проходил не один час.

В последний вечер пребывания в «АкваЛоо» состоялось подведение итогов поездки и награждение самых энергичных студентов, которые стали призерами спортивных соревнований и активно участвовали в творческих встречах. Все они получили памятные сувениры. Приятным сюрпризом этого вечера стало выступление Я. Е. Бабушкина. Он продемонстрировал свои юмористические зарисовки и провел викторину среди студентов. Александр Тарасов проявил нестандартный и оригинальный подход в решении загадок и получил в подарок книгу Якова Ефимовича. В очере дной раз порадовали исполнением любимых песен П. Р. Якупов, А. Н. Сидоров, Р. Якупов, И. Бочеров, Н. Агарков, А. Самохвалов.

Так незаметно пролетело время, настало пора уезжать...

Р. С. Вагон № 6 поезда Адлер - Саратов... Часто жалуют вагон счастья, вагон удачи, вагон любви. Участникам этой поездки повезло обрести вагон друзей. И в прямом и в переносном смысле.

Евгения ДОМИННИКОВА
Фото Александра ТАРАСОВА



Достижения иностранцев в России

Зарубежные студенты – самые активные

Кафедра русского языка и социально-культурной адаптации с целью привлечения иностранных студентов ВолгГМУ к активному отдыху проводила ряд мероприятий в период зимних каникул. В это время иностранные учащиеся показали, что могут не только хорошо учиться, но и прекрасно отдыхать.

Татьянин день

Самым любимым праздником студентов является, пожалуй, Татьянин день. Заканчивается экзаменационная сессия, строятся планы на каникулы. Студенты полны энергии, сил и желания участвовать во внеаудиторных мероприятиях нашей кафедры.

25 января 2011 года в боулинг-клубе «Диамант» состоялся студенческий турнир по боулингу, в котором участвовали ребята из Кении, Малайзии, Намибии, Индии, Афганистана.

Данное мероприятие организовывал международный фонд «Российский фонд мира» при поддержке Олега Михеева и партии Справедливая Россия.

Соревнования проходили в дружеской атмосфере. Присутствовало 15 команд из разных вузов Волгограда.

Игра в боулинг требует от участников выносливости, активности, хорошей координации. Наши студенты стремились к победе. В результате они вышли в финал и заняли III место. Их имена: Абанг Мохамад – V гр. 43А, Гэральд Нэтто – IV гр. 32 А, Киркундек Пукимак – IV гр. 33 А, Дуглас Чу – IV гр. 32 А, Шах Хетангкумар – V гр. 41 А.

Счастливые ребята получили массу положительных эмоций и бесплатные билеты в кинотеатр, а еще торжественно пообещали и в следующий раз обязательно принять участие в турнире.

Как показала многолетняя практика на кафедре, внеаудиторная работа является эффективным средством для активного использования русского языка в различных ситуациях общения. В ходе подготовки и участия в мероприятиях иностранные студенты в непринужденной, эзистической форме не только активно изучают русский язык, но и расширяют свой кругозор, приобщаются к культурным традициям России.

«Русский чай»

2 февраля 2011 года на страноведческую конференцию «Русский чай» собрались студенты из Индии, Конго, Гвинеи-Бисау, Иордании, Малайзии, Китая. Преподаватели кафедры рассказали об истории чая, традиции чаепития на

Руси, истории русских самоваров. Затем были конкурсы загадок, скороговорок о русских обычаях и традициях. Закончилось мероприятие чайной церемонией с бубликами и барабанами. Студенты с интересом обсуждали особенности национального чаепития в своих странах, сделали памятные фотографии.

Конкурс шуток

3 февраля 2011 года на кафедре русского языка и социально-культурной адаптации проходил веселый праздник, который назывался «Конкурс шуток».

В конкурсе приняли участие студенты из Азербайджана, Кении, Мадагаскара, Малайзии, Таджикистана и других стран.

Смех, остроумные шутки на русском языке, веселые, сцены – это то, что порадовало преподавателей нашей кафедры и болельщиков.

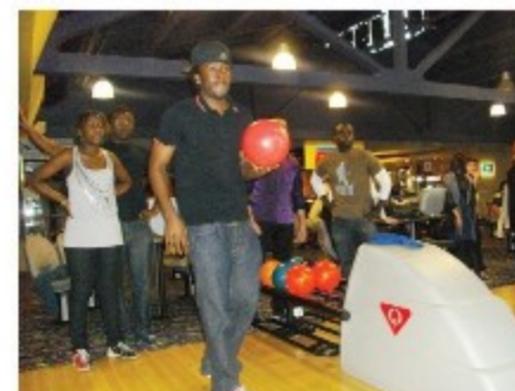
Перед преподавателями стояла задача – выбрать одних, не обидев других.

Самыми активными студентами были Азад Гаджиев I гр. 25 и Джамшед Чориев I гр. 27.

По словам ребят, проведение таких мероприятий укрепляет дружеские отношения между студентами из разных стран, позволяет просто общаться и интересоваться русской культурой.

Почти за 50 лет своего существования кафедра русского языка и социально-культурной адаптации накопила богатейший опыт в плане обучения и воспитания иностранных учащихся. Соответственно, коллектив кафедры ставит своей целью познакомить иностранных студентов не только с русской культурой, но и сформировать уверенность в умении самостоятельно общаться на русском языке с преподавателями, российской молодежью, местным населением. Кроме того, хорошо спланированная внеаудиторная работа является продолжением учебного процесса, способствует воспитанию толерантных отношений между представителями разных этносов.

Наталия ЕФРЕМОВА



Новости молодой науки

Медико-биологические проблемы здорового образа жизни

25 февраля кафедрой биологии ВолгГМУ совместно с Детско-юношеским центром города Волгограда была проведена ежегодная Городская конференция «Медико-биологические проблемы здорового образа жизни», где участники имели возможность доложить о результатах своих научно-исследовательских работ.

Конференция проводилась в рамках участия ВолгГМУ в конкурсе «ВУЗ здорового образа жизни», а также «Года спорта и здорового образа жизни» объявленного в РФ в 2011 году.

В рамках работы учебно-практической конференции был проведен конкурс на лучшую исследовательскую работу. Критериями оценки являлись актуальность и новизна вопросов, владение материалом, а также наличие практической части, к чему участники подошли со всей серьезностью. Масштабные анкетирования, синтез сложных фармакологических препаратов, выращивание сельскохозяйственных культур, химический анализ питьевой воды, социологические исследования и т.д. Это лишь часть тех работ, над которыми трудились любознательные школьники, слушатели «Школы Юный Медик» кафедры биологии ВолгГМУ. На конференции на суд компетентного жюри было представлено двенадцать работ, после презентации каждого из которых зрители могли задать интересующие их вопросы по данной теме. В дискуссии активно принимали участие руководители профориентационного клуба старшеклассников школы «Юный медик ВолгГМУ» С.П. Ивашев и руководитель секции «Инновационные здоровьесберегающие технологии», к.м.н., председатель Совета НОМУС ВолгГМУ В.Л. Загребин.

Несмотря на дружескую атмосферу конференции, после презентации научно-исследовательских работ жюри выбрало лучшие доклады. В секции «Медицинская биология» победителями стали Алена Наумова с работой «Изучение норм реакций растений в зависимости от уровня инсоляции» и Неля Фуст – «Определение количества мочевины на коже человека». Первое место в секции «Инновационные здоровьесберегающие технологии» занял Андрей Ляхов с темой «Инновационные подходы в изучении вопросов эпидемиологии чесотки и структуры противозаразных мероприятий в рамках данной нозологии». И, наконец, лучшими в секции «Формирование здорового образа жизни» стали Светлана Аникеева и Мария Круглова, исследовавшие «Гендерный подход в изучении динамики мотивированности подростков к ведению здорового образа жизни», где юные исследователи научными методами определили причину, побуждающую



прекрасную половину человечества вести более правильный образ жизни. Как оказалось, это светлое и прекрасное состояние души – влюбленность. Что в преддверии весны очень вдохновляет!

С напутственными словами к участникам конференции обратились сопредседатель жюри конкурса Александр Александрович Скоробогатов, зав. отделом технического творчества и Елена Сергеевна Хомутецкая, методист МОУ ДОД ДЮЦ Волгограда, которые отметили высокий уровень представленных работ и пожелали всем участникам конференции дальнейших творческих успехов и побед.

Валерий Леонидович Загребин после завершения конференции поделился своими впечатлениями от прошедшего мероприятия: «Ежегодные конференции школьников, выполняющих в стенах вуза научно-исследовательские работы – знаковое событие в жизни каждого из них. «Юный медик ВолгГМУ» на протяжении 16 лет занимается профориентацией, поиском и подготовкой к обучению в университете лучших школьников Волгограда. Но талантливые люди талантливы во всем, поэтому в последние годы заметно чаще стали проходить такие научные конференции в рамках работы школы «Юный медик ВолгГМУ» и, более того, некоторые из участников выходят на региональный уровень конференций наравне со студентами и молодыми учеными и получают направление на федеральные конкурсы, например «Шаг в будущее», проходящий в Москве. Отрадно, что и школьные учителя и преподаватели кафедр нашего университета вместе вкладывают все самое лучшее в образование и научное развитие выпускников, подготавливая уже сегодня золотые кадры медицины!».

Юлия ТОЛПЕНКО


Праздникование
**О чем говорит
календарь**

1 марта - День эксперта-криминалиста МВД России; День кошек в России; Международный день гражданской обороны; День Марены;
 2 марта - День священномученика Ермогена, патриарха Московского и всей России;
 3 марта - Всемирный день писателя;
 6 марта - Просвещение воскресенье; Козельщанская икона Божией Матери; Международный день детского телевидения и радиовещания;
 7 марта - Начало Великого поста;
 8 марта - Международный женский день;
 9 марта - Всемирный день ди-джея;
 10 марта - День архивов;
 11 марта - День работника органов наркоконтроля;
 12 марта - День работников уголовно-исполнительной системы Министерства юстиции России;
 13 марта - День работников геодезии и картографии; День преподобного Иоанна Кассиана Римлянина (435);
 14 марта - Международный день числа «Пи»; Международный день рек; День Содружества наций; Осень малый;
 15 марта - Всемирный день защиты прав потребителей; Чудотворная икона Божией Матери, именуемая «Державная» (1917);
 16 марта - День образования подразделений экономической безопасности в системе МВД России;
 17 марта - День Герасима-грачевника;
 18 марта - День Парижской коммуны;
 19 марта - День моряка-подводника;
 20 марта - День работников торговли, бытового обслуживания населения и жилищно-коммунального хозяйства; Международный день астрологии; Международный день планетариев; Международный день франкофонии;
 21 марта - День основания ГСЛПК «Златоуст» ВолГУМУ; Всемирный день поэзии; Международный день кукольника; Международный день борьбы за ликвидацию расовой дискриминации; Всемирный День Земли;
 22 марта - Всемирный день водных ресурсов; Сороки (Жаворонки);
 23 марта - Всемирный день метеорологии;
 24 марта - Всемирный день борьбы с туберкулезом; Комедионы — Масленица;
 25 марта - День работника культуры России; Открытие Святых — заклинание Весны;
 27 марта - Всемирный день театра; День внутренних войск МВД России;
 29 марта - День специалиста юридической службы;
 30 марта - Ладощение

 За усталыми глазами
 скрыт коварный нежный взгляд
 И знакомая улыбка снова просится назад
 Вспоминая все касания
 и заманчивую лесть
 Хмурость рвется в подознание
 и никак не может влезть
 От чарующей улыбки замирает
 сердца стук
 Вспоминаешь левой щечкой притяжение
 нежных рук
 Я забыл про хмурость в целом
 и усталость под глазами
 Потому что после дела вспоминал
 тебя часами
 Александр КОВАЛЕНКО

 Стихи не лезут на бумагу,
 Но я их всё же переборю -
 Стиков мне очень-очень надо.
 А значит, сделять их смогу.

-Возьму-я-ручку-в-свои-пальцы,-
 -Зажму-и-быстро-распишу,-
 -Причём-здесь-некто-Юрий-Гальцев?-
 -Не-знаю.-Строчку-зачеркну.-

О чём писать? Чего же боле
 Сейчас могу я написать?
 Как хорошо коню на воле,
 Ему бумагу не марать.

А я поэт, невольник чести:
 Решил, сегодня напишу,
 О том, как я сижу на месте,
 И свои рифмы в мир несу.

И вот уже готов сонет,
 Ну, как, укель я не поэт?

Евгений МОРКОВИН

Прекрасную розу тюльпан полюбил
 Бутоны ее он ласкал лепестками
 И стан изумрудный мечтами обвил
 Не видел что весь он усыпан шипами

Безмолвный отчаянья вырвался крик
 Кровинка росою на землю упала
 Главою своею к земле он поник
 Бездонные страсти его убивали

Александр ДМИТРИЕВ

П
Медицинская тематика в литературе и искусстве

В отделе гуманитарно-просветительской работы (библиотека ВолГУМУ, главный корпус) прошла выставка «Медицинская тематика в литературе и искусстве».

На выставке были представлены произведения писателей-медиков и книги о врачах. Это «Записки юного врача» М. А. Булгакова, «Невыдуманные рассказы» В. В. Вересаева, «Хроники одной больницы» Ю. З. Крелина, роман «Дорогой мой человек» из трилогии Ю. П. Германа.

Кроме художественных произведений большой популярностью у студентов и преподавателей нашего вуза пользуются книги по искусству, репродукции картин на медицинскую тему: «Анатомия доктора Тульпа» Рембрандта, «Анатомические этюды» Леонардо да Винчи, портрет хирурга Н. И. Пирогова, написанный И. Е. Репиным и многие другие.

Тем, кто по тем или иным причинам не успел посетить выставку предлагаем почтить следующие книги:

- Аксенов В. Апельсины из Марокко / В. Аксенов – М.: Изографъ, Эксмо, 2005. – 480 с.

Книжная полка

«Искусство лечить – важнейшее из искусств».

Гиппократ



- Булгаков М. А. Избранное: Мастер и Маргарита: роман. Рассказы / М. А. Булгаков; предисл. Е. Сидорова; примеч. М. Чудаковой. – М.: Худож. лит., 1988. – 480 с.

• Гаетев А. А. Леонардо да Винчи / А. А. Гаетев. – М.: Молодая гвардия, 1982. – 400 с. – (Жизнь замечательных людей). – вып. 9 (627).

• Герман Ю. П. Дорогой мой человек: роман / Ю. П. Герман ; рис. В. и Л. Петровых. – Л.: Детская литература, 1990. – 416 с.

• Крелин Ю. З. Хроника одной больницы: повести / Ю. З. Крелин. – М.: Советский писатель, 1991. – 528 с.

• Лебедев В. А. Его позвал Гиппократ: повесть / В. А. Лебедев ; рис. Ю. Лаврухина. – Л.: Детская литература, 1973. – 192 с.

• Якимович А. Леонардо да Винчи. Хранитель опасных тайн // Собрание. – 2008. – №3. – С. 54–63.

С. В. ЗАМЫЛИНА,
заведующая отделом гуманитарно-просветительской работы.

Фото автора

taukou цитаты о здоровом образе жизни, которые помогут людям задуматься о своём здоровье. Так Леонардо да Винчи писал: «Здоровье есть дар, величайший дар, и кто его не ценит, тот его не заслуживает». Справочно-библиографическим отделом составлен рекомендательный указатель «Здоровый образ жизни». Он адресован студентам, преподавателям и может быть использован при подготовке лекций, бесед, выступлений. Мы ждём вас в читальном зале и рекомендуем больше читать о здоровом образе жизни. Будьте здоровы!

Л. Н. ЕРОФЕЕВА,
главный библиотекарь
читального зала

Фото В. Н. МОРОЗКИНА

Здоровье — это образ жизни

затрагивает каждого человека, определяет качество жизни и формирует социальное благополучие общества, демографическая ситуация в стране. Недаром в народе говорят: «Здоровому всё здорово!». Об этой простой и умной истине стоит помнить всегда, а не тогда, когда в организме начинаются сбои и мы вынуждены обращаться к врачам. Какой бы совершенной ни была медицина, она не может избавить каждого от всех болезней. Человек сам творец своего здоровья. Человек с раннего возраста должен вести активный и здоровый образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены, доб-

биваться разумными путями подлинной гармонии здоровья. 2011 год в Волгоградской области провозглашён годом «Здоровья и здорового образа жизни».

В читальном зале библиотеки ВолГУМУ ежегодно оформляется книжная выставка «Здоровье — это образ жизни». Она состоит из нескольких разделов:

1. Здоровье - это образ жизни
2. Здоровье и экология
3. Здоровое питание
4. Активный образ жизни
5. Табакокурение
6. Алкоголизм
7. Наркомания. - Зачем тебе это?

На выставке представлены книги и периодические издания последних лет. Всего около 120 источников, а

Творческая лаборатория

Мы с тобою - ну вовсе чужие,
 Мы с тобой - не друг другу даны...
 Огибая дороги кривые,
 Распадаются наши пути.

повело- повелась...
 под стихи хорошо засыпается.
 вё, пошла.

Наталья КОСТЕРИНА

Вкус слов

А если можно было на вкус пробовать слова?!

Тогда б от «счастья» как от шампанского кружилась голова.

Ужасно горько стало бы от «боли»,
 «не приду»,

А «жизни» вкус понять мы не успели,
 уж быстро таит он во рту.

Слашавый вкус «лести».

Кислый – жестокой «мести».

Об «обмане» порезали б языки,

и дёсна кровоточили бы от «войны»

Маминым борщом отдавало бы «детство»
 и «юность» с хорошей её стороны.

Мёд нам напомнила жалость, хороша она,

когда её самую малость.

«Забота - ласка» как будто только с печки –
 тёплой нам всегда казалась.

«Грусть» с привкусом спаржи,
 «Рождение» как то, что ты пробовал

только однажды.

А любовь? Какая бы была она?

Как крепкий кофе, после которого

не до сна?

Жгучая как чили или нежная

как парное молоко?

Или же вкус безвкусия, когда смотришь

на яблоко, которое висит высоко?

У каждого будет свой и не один.

а целая череда.

Главное – чтобы он долгим был, и оставил

приятное послевкусие, не смотря года.

Ольга КОЖИНОВА

Распутье

Дорога. Холод по спине

И кровь пульсирует в висках.

Туман в глазах и дождь в руке.

Дождём омоет вдруг меня.

Гул ветра где-то вдалеке

И молнии раскат сверкает.

Стоя один в кромешной тьме,

Куда идти не понимая.

Идти вперёд или назад?

Вернуться в прошлое ли жизнь?

Или идти вперёд всегда?

Не веря в то, что всё смогу пройти.

Иван ИВАНОВ



Позитивную странничку
представляет городской
студенческий
литературно-поэтический
клуб
«Златост» ВолГУМУ.

 О, боги, дайте силу людям,
 Чьи руки чудеса творят!
 Чья жизнь короткая проходит
 Без многих почесть и наград.
 Они всю жизнь свою трудятся
 И учат заново азы,
 Приходится им оставаться
 студентами своей стези.
 Они с профессией едини
 она для них - как будто крест,
 В любое время дня и ночи
 Нести его готовы честь.
 Постойте, кто же эти люди?
 Кудесники? Волшебники? Врачи?
 Обычай жизни строгие герои,
 И жизни человеческой творцы.
 В неравной схватке жизни с смертью.
 Придут на помощь доктора,
 Зажгут свечу надежду света,
 сильней чтоб бились все сердца.
 Они горюю станут за больного,
 И будут биться до конца,
 Давайте же читать всегда мы будем
 Героев красного креста!

Александра ДОЛГОВА

С предложениями, замечаниями
и пожеланиями вы можете
обращаться на
e-mail: zlatoust-volgmed@yandex.ru

А также ищите нас на
<http://zlatoust-volgmed.narod.ru/>
 и <http://vkontakte.ru/club4773699>

Руслан ЛОМТЕВ

Если хочешь понять,
 То спроси, что же мне дороже.
 Я отвечу - осеннее солнце.
 Просто мне случилось узнать
 Как оно согревать может.
 Просто я вдруг поняла,
 Что оно лучше, чем летом,
 Просто у моей любви глаза,
 Наполненные светом.

Валентина КОСОВА

Александр ДМИТРИЕВ



Вне учебы



«14 дней FEB'а»

В уютном читальном зале общежития № 3 нашего университета состоялся творческий вечер, подготовленный ГСППК «Златоуст» ВолгГМУ. Стремительные-сказочные истории любви и волшебный антураж сделали одну из пятниц морозного февраля счастливее... Авторские стихи и живая музыка подарили присутствующим мягкое тепло летней вечерней зари среди московского фонаря. Постановка этого поэтического вечера в миллионный раз подтвердила истину о том, что любовь приходит нежданно, не предупреждая о своем появлении.

«14 дней FEB'а» - мероприятие посвященное всем влюбленным, и тематика была соответствующей. Уютная обстановка, искусно созданная с помощью незамысловатых доктораций. Топовая компания, в составе которой не страшны фольклорные морозы. Аккомпанемент гитары для таинственной атмосферы. И несколько историй любви, совсем разных, но таких волнующих и живых.

В этом романтическом представлении приняли участники: Наталья Костерина и Павел Борозин, Дарья Бурцева и Александр Коваленко, Ульяна Хвесьюко и Иван Бочаров, Татьяна Шмелева и Дмитрий Андреев. Акторы обсуждали отношения и чувства, делали признания в любви и делились со зрителями самым сокровенным. Благодаря энергии, с которой участники выходили на импровизированную сцену, и эмоциям, которые они дарили своим повествованием, представление прошло на одном дыхании. Растигнутые мнения героев выступления заставили поразмышлять о затронутых

темах. Каждый нашел в стихах что-то свое, имеющее значение только для него.

После представления все желающие получили возможность прочитать публикам свои сочинения. Кроме того, на этом вечере впервые продемонстрировали свое творчество новые участники клуба: Михаил Гуревич (ВолгГАСУ) и Руслан Галеев (РГУТИС). Несмотря на волнение, новички выступили успешно и получили одобрение уже более опытных членов клуба. После чтения стихов в зале прозвучали песни, в том числе, собственного сочинения, исполненные И. Бочарова, А. Коваленко, Н. Костериной и П. Борозина.

Не обошлось и без чаепития, что сделало обстановку еще более непринужденной и дружественной. Романический вечер подошел к концу, но его атмосфера запомнился надолго. Подобные встречи клуба проводятся регулярно и отличаются разнообразием мыслей и форм их выражения. ГСППК «Златоуст» приглашает всех посетить можжевеловское театральное представление «Женщины Есенина», которое состоится 11 марта в 18:00 в кинотеатре «Родина».

А для тех, кто хочет участвовать в подобных мероприятиях, совершенствовать в литературном искусстве и получить оценку своему творчеству, в составе ГСППК «Златоуст» функционирует литературная студия «Пятница». Занятия проходят еженедельно по понедельникам, вторникам и пятницам в 18:00 в школе № 78 Краснооктябрьского р-на. Руководитель студии – Ксения Ващенко (8-905-397-59-95).

Евгения ДОМИННИКОВА
Фото Александра ТАРАСОВА

Практикум для эрудитов



Первая игра весенней серии игр «Что? Где? Когда?» турнира ВолгГМУ

26 февраля состоялось открытие весенней серии игр «Что? Где? Когда?». Традиционно в аудитории №5 главного корпуса собралось 16 команд, решивших посоревноваться в сообразительности и эрудиции.

Среди присутствующих были «старые» команды, участвовавшие в зимней игре («Команда имени Аркадия Сомоновича», «Дуб дубом», «Роксаны Бабаян», «Полет фантазии», «100%», «Халатный интеллект», «Могло быть лучше»), и новички, решившие опровергнуть свои силы («Гипермаркет ума», «Три семерки», «Палата №10», «Темная лошадка», «Раненая модессстра», «Друзья-Друзья», «Тяжелый случай», «Provchito in Altum», «Белая жемчужина»). По традиции команду игроков составляли 6 человек, причем они отличались как по возрасту – от младших до старших курсов, так и по принадлежности к факультету. В состав жюри вошли: М.В. Булатин, О.Ю. Овчинникова, Ю.А. Глухова – ответственный секретарь, В.Л. Загребин – ведущий.

Как и на первой игре, состязание развернулось ненасыщенно, каждая команда старалась выложиться по полной, переживала за правильность своего ответа и очень эмоционально реагировала на преодоление очередной ступени к заветному первому мосту. На этот раз вопросы были подготовлены профессорами и преподавателями кафедр патологической биохимии, которых представили наиболее трудные вопросы, на которые никто не смог ответить правильно. Задания касались всего: от мифов Древней Греции до путешественников Нового времени, от книг до конструкции самых необычных приспособлений, от действия веществ на организм до состояния этого организма. Но все они в какой-то степени затрагивали медицину и профессию врача.

В итоге, призовы места распределились следующим образом: 3 место разделили две команды – «Гипермаркет ума» и «Полет фантазии», 2 место досталось команде «100%» и 1 место «Команда имени Аркадия Сомоновича», набравшим по 11, 12 и 13 баллов соответственно.

Все баллы пойдут в копилку команды. В этом сезоне запланировано 4 игры, по суммарным итогам которых будут объявлены победители весенней серии игр «Что? Где? Когда?» турнира ВолгГМУ и вручены памятные подарки и главный приз – символ мудрости – «хрустальная» сова.

Поздравляем «Команду имени Аркадия Сомоновича» с победой и благодарим Совет НОМУС ВолгГМУ за проведенную игру. Всем командам – ни пуха ни пора, и, конечно же, с историей ждем новых встреч.

Мария ЛЕГЛЕР

Редакция газеты «За медицинские кадры» продолжает набор активистов

Если вы энергичны, талантливы, имеете оригинальные идеи и хотели бы реализовать, милости просим к нам.

Вы сможете непосредственно участвовать в создании университетской многотиражки, приобретете, уникальный опыт и приятно проведете

время в кругу единомышленников.

Для того чтобы стать членом нашего актива все, что необходимо это ваше желание совместно поработать.

Дополнительную информацию можно получить в редакции газеты.



За медицинские кадры

Редактор Ирина Владимировна КАЗИМИРОВА

Доска объявлений

Совет НОМУС ВолгГМУ приглашает принять участие в конференции

Приглашаются молодые ученые, студенты, учащиеся медицинского колледжа и школы «Юный Медик ВолгГМУ» к участию в 69-ой открытой научно-практической конференции молодых ученых и студентов с международным участием «Актуальные проблемы экспериментальной и клинической медицины», которая состоится 27-30 апреля 2011 года в Волгоградском государственном медицинском университете.

Материалы необходимо предоставить в Совет НОМУС ВолгГМУ (каб. 5-05 главного корпуса) до 15 марта 2011 года.

Информация на сайте: www.volgmmed.ru => НАУКА => Совет НОМУС ВолгГМУ.

Валерий Леонидович Загребин
vzagrebin@volgmmed.ru 8-927-258-39-06

Учредитель и издатель: ГОУ ВПО ВолгГМУ Минздравсоцразвития России. Адрес редакции: 400131, Волгоград, площадь Павших борцов, 1, каб. 5-17. Телефон (8442) 38-67-45. E-mail: zmk-volgmed@mail.ru
Газета зарегистрирована Нижне-Волжским межрегиональным территориальным управлением МПТР РФ.
Свидетельство ПИ № 9-0693 от 30 июня 2004 г. Тираж 1000 экз. Заказ №799тп. Подписано в печать 03.03.2011.
Отпечатано в типографии ОАО «Альянс «Ютполиграфиздат» ООО «Т-Пресс».
400001, Волгоград, ул. КИМ, 6, тел. 26-60-10



Негрустин

Скальпель и Лира

Вот и наступила весна, а вместе с ней и самый нежный праздник, имя которому Международный женский день. Самое время зарядиться порцией «Сил», чтобы настроение стало лучше и хватило сил на подвиги для милых дам. Прежде чем вас охватит смех и хохот, вспомните слова, сказанные Шаломом Алейхемом: «Юмор квасят на парадоксах, но заправляют чувством меры». И вместе с тем, не вызывает сомнения правота Сезара де Уедо о том, что «тонкая насмешка – это шип, в котором остается что-то от аромата цветка». Хорошая новость, доцент Я. Е. Бабушкин, который шутит вернулся...

И снова напоминаем, конкурс эмблемы «Сил» продолжается и ждет вашего участия. Координаты прежние: тел. (8442) 38-67-45, e-mail: zmk-volgmed@mail.ru, или приходите в редакцию – каб. № 5-17 (главный корпус ВолгГМУ).

ДОЦЕНТ ШУТИТ

Блондинки не такие уж глупые как хотелось бы.

Что должно быть в каждой женщине? Своя безуминка.

Не только в женщине, но и в мужчине должна быть загадка, а то сразу: «женат?», «не женат?».

Можно ли верить женщинам? Конечно, можно. Пусть верят.

Зачем женщины красят губы? Чтобы помечать неверных.

Когда водка чрезвычайно полезна мужчинам? Когда ее пьет женщина.

Почему женщины выходят замуж? Недостаток опыта.

А почему они разводятся? Недостаток терпения.

А почему они вновь выходят замуж? Недостаток памяти.

Только русская женщина, остановив на скаку коня, продолжает считать себя хрупкой и нежной феей.

Мне в женщина тоже не все нравится, кое-что просто восхищает!

Красивой женщине можно простить все, даже ум.

Ученые говорят, что в пиве женские гормоны! Так ведь и в женщинах женские гормоны. Вот за это я и люблю пиво и женщин!..

Скромность украшает только тех женщин, которых мы уже завоевали и даже женились на них.

Скромность украшает мужчин, но мужчины украшения не носят.

Если бы женщины правили миром, то войны бы не было, но каждые 28 дней велись ожесточенные переговоры.

Женщины предлагают 21 марта сделать Старым Женским днем!

АНЕКДОТЫ-УХА-ХАТЫ

Молодая запыхавшаяся женщина останавливается такси:

- В родильный дом, пожалуйста! Таксист нажимает на газ.

- Не неситесь, как угoreльный. Я там работаю.

Два студента-медика разговаривают:

- Мой папа такой замечательный хирург, у него золотые руки! Когда у мамы была внематочная беременность, он сделал ей резекцию маточной трубы и все прошло исключительно замечательно!

- Это что, вот когда у моей мамы была внепочечная беременность, он ей сделал трепанацию!

Мужик разговаривает по телефону (грипп, весь потный, глаза красные):

- 3 недели! Доктор сможет меня посмотреть только через 3 недели?! Да я могу помереть к тому времени!

Спокойный голос на другом конце:

- В таком случае, попросите вашу жену или домашних перезвонить нам и отменить прием.

- В родильный дом, пожалуйста! Таксист нажимает на газ.

- Не неситесь, как угoreльный. Я там работаю.

- Раздевайтесь, пациент! Ого! А почему у вас трусы железные?

- Я от СПИДа берегусь!

- А почему 2-х пальцев на ногах нет?

- Один раз резинка на трусах лопнула!

Врач-психиатр обращается к пациенту:

- Значит, вы говорите, что пришли ко мне потому, что родственников беспокоит ваша любовь к шерстяным носкам?

- Да, все верно.

- Но ведь это совершенно нормально. Многие предпочитают шерстяные носки нейлоновым. Я тоже люблю шерстяные носки.

- Правда? А как вы их люб



Автор фото Николай ГОНЧАРЕНКО



Автор фото Александр ТАРАСОВ

За медицинские кафедры



Автор фото Игорь РОМАНОВ

О Джареде Лето и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – это образ жизни в целях укрепления своего здоровья и профилактики болезней. ЗОЖ является одной из главных предпосылок для долголетия и активной жизнедеятельности.

Так что же такое здоровый образ жизни?

В основе ЗОЖ лежат очень простые правила. Во-первых, это рациональное и сбалансированное питание, которое включает в себя следующие принципы: ограничение сладкого, жирного, жареного, копчёного, соленого и острого. Надо есть больше своих овощей и фруктов. Приготовление пищи также имеет значение. Так при приготовлении на пару или гриле в продуктах больше сохраняется питательных веществ, витаминов и микроэлементов, которые необходимы для оптимального обмена веществ, поддержания жизненного тонуса и сохранения жизненной энергии.

Физические нагрузки должны быть рациональными, адекватными в соответствии с возрастом. От большого количества нецелесообразных нагрузок здоровью не прибавится.

Затем идет отказ от любых вредных привычек. Понятное дело, что хорошему самочувствию они совсем не способствуют.

Умение правильно организовать не только свою работу, но и отдых является следующей ступенью к здоровью и долгой жизни.

На первый взгляд, кажется, что ЗОЖ – это сплошные ограничения, но это не так. Одним из основных пунктов является доброжелательное отношение к себе и к окружающему миру. Надо любить и радоваться жизни, а ведь это не так сложно, вокруг нас всегда есть что-то положительное.

Сегодня проблема ЗОЖ как никогда актуальна, так как жизнь человека принимает немыслимые обороты. Военные, экологические, техногенные, психологические и даже политические риски провоцируют негативные сдвиги в здоровье человека. Эти и другие причины расшатывают здоровье человека и ведут к болезням и стрессам. Человек живет всего раз, поэтому свою жизнь надо прожить достойно и успеть сделать как можно больше полезных дел.

Сейчас пропаганда здорового образа начинается со школьной скамьи. Наше государство ведет грамотную политику, ведя будущее поколение должно быть здоровым. В школах и институтах проводятся Дни Здоровья, специальные занятия и конкурсы.

Огромное влияние на молодежь имеют публичные люди. К сожалению, мало кто из них может похвастаться тем, что ведет себя согласно правилам здорового образа жизни. Но есть и те, кто показывает на своем примере, как надо правильно жить. Одним из таких людей является Джаред Лето – актер, музыкант, режиссер и фронтмен альтернативной группы «30 Seconds To Mars». Джаред с юных лет ведет здоровый образ жизни, без вредных привычек. Он активно занимается спортом, рационально питается, совмещает работу и отдых и даже успевает строить свою личную жизнь. Как признается сам Лето, скрест его молодости не в генетике или в таблетках, а в адекватном образе жизни. Многие любители его творчества, будь то фильмы или музыка, глядя на своего кумира, перенимают его хорошие привычки. Как известно, звездам любят подражать, а Джаред Лето отличный для этого пример.

Конечно, ЗОЖ не является панацеей от всех проблем и недугов, но он вполне может предотвратить или существенно замедлить их появление. Поэтому чтобы быть здоровым, самодостаточным и счастливым не надо откладывать реализацию принципов ЗОЖ до следующего понедельника или первого числа, надо начинать сегодня и сейчас. Желанию – это множество возможностей, а желанию – множество причин. Так будьте здоровы и счастливы.

Юлия ЛУКЬЯНОВА

Здоровая наука - стиль жизни!

В наш сумасшедший век технического прогресса и информационных взрывов человек настолько вовлечён в динамичный круговорот жизни, что зачастую напрочь забывает о своём здоровье и вспоминает о нём лишь когда его теряет. В настоящее время у большинства из нас есть множество возможностей, к которым можно отнести как внутренний потенциал, так и факторы материальной природы. Всё это – условия жизни. Образ жизни – это то, как мы эти условия используем, и теперь уже только от нас зависит, здоровым он будет или нет. Так вот мне бы хотелось рассказать об одном из уникальных стилей жизни – науке.

У многих людей, когда они слышат такие слова, как «учёный», «наука», «научно-исследовательская деятельность», ярко перед глазами возникает образ Мондесоза, который и ночь не спит и днём не долго отдохнет, а лишь сидит, печально склонившись над своими трудами, изо дня в день, пытаясь подобрать ключ к кладовому природы.

Да, действительно наука заманивает, увлекает! Работа становится для исследователя душевным, которое он бережно вскармливает своим временем, силами, старательным трудом и терпением. Озарённый светлой идеей учёный действительно может так углубиться в работу, что забудет обо всём на свете, но это упорство не всегда полезно. В таких случаях о человеке говорят, что он работает «на износ». И это отнюдь не самый положительный с точки зрения сохранения здоровья комплимент.

Действительно, интенсивная работа без отдыха быстро завершится, очень даже вероятно, что плодотворно. Но тут, если позволите, проведу аналогию с fast-food: быстро, даже вкусно, да вот беда – не очень полезно для здоровья. Поэтому, правильное планирование своего рабочего дня, грамотное распределение времени и сил являются одними из ключевых моментов в организации работы учёного. Чородование труда и отдыха крайне необходимости для сохранения здоровья долгие годы.

И здесь хотелось бы привести в качестве примера коллектив Совета НОМУС ВолгГМУ. У студентов, входящих в научное общество очень насыщенная жизнь. Большинство из нас занимаются на кафедрах научной деятельности, той самой, которая имеет свойство увлекать. Наука стала поистине стилем жизни, и без неё уже как-то не по себе, чего-то не хватает. Но как мы выяснили, беспрерывный труд опасен, поэтому в поддержку здоровому образу жизни члены Совета НОМУС ВолгГМУ предпочитают активный отдых после усердной интеллектуальной работы.

Каждое мероприятие, несомненно, воспринимается как праздник и главное, что сделать это можно таким, каким пожелалась. Море нескончаемых эмоций, смеха, курьёзных моментов и невероятных случаев – вот что всегда сопровождает такие спортивные мероприятия. Одни из самых ярких моментов студенческой жизни, пожалуй, заключены именно в подобных встречах. Тёплая и далеко не маленькая компания друзей, заводных, бодрых и никогда не унывающих студентов всегда рада привести своей досуг с пользой для здоровья.

В арсенале отдыха на природе запомнился совместный с ГСППК «Златоуст» выезд в спортивно-оздоровительный лагерь ВолгГМУ. Никто не остаётся равнодушным перед уютной атмосферой у вечернего костра, молодичным голосом и переливами гитарных струн. А с утра линг-понг, волейбол и растирания на Ахтубе.

Итак, современный учёный – это активный, целесустромленный и не отстающий ни на шаг от жизни человек. Он следит за своим здоровьем и всегда находится в центре событий. Именно такими качествами и обладают активисты Совета НОМУС ВолгГМУ. А так как любой вуз – это, прежде всего, те люди, которые в нём работают и учатся, то с полной уверенностью можно сказать, что ВолгГМУ – вуз здорового образа жизни и наука у нас – будь здоров!

Анастасия СНЕЖКО



Автор фото Артур АКЧУРИН



Автор фото Артур АКЧУРИН



Автор фото Мария МОРОЗОВА

Здоровый дух - здоровое тело

Миллионы лет человек эволюционировал вместе с природой планеты Земля. И то, какими мы являемся, это результат длительной и кропотливой работы времени и меняющихся условий существования.

Научный прогресс принес огромный потенциал человечеству, оно лидер в борьбе за выживание перед другими существами нашего мира. Но вместе с этим потенциалом человек несет опасность не только своему миру и его обитателям, но и самому себе. Удивительно, но факт, что человек причиняет себе вред, сам того не замечая, он стал принимать яды, считая что это должное, несет насилие и разрушение. Казалось бы, зачем все это? Почему так происходит? Кто виноват? Все эти вопросы имеют ответы, но для каждого они свои. На мой взгляд, причина всему этому большое общество, которому навязали стереотипы других, тех, которые пали жертвой. Неправильное понимание мира ведет человечество в пропасть, из которой трудно выбраться.

Для нас, нового поколения людей, очень важен правильный образ жизни. Правильный т.е здоровый образ жизни – это система активного, рационального и разумного поведения человека в обществе в котором он живет.

Родиться здоровым, это не значит быть им. Необходимо прожить здоровым, воспроизвести здоровых детей, передать знания о здоровье, будущим поколениям научив их на своем примере правильно жить. Только тогда, по-моему, будет здоровое общество.

«Mens sana in corpore sano» - «В здоровом теле здоровый дух» это крылатое выражение взято из Ювенала (Сатира X, строка 356) с которым я не совсем согласен. Я сказал бы так: «здоровый дух - здоровое тело». Сила человеческого духа определяет, будет ли здоров человек физически. Человек, который хочет быть здоровым должен начинать с тренировки своего духа, научиться рационально мыслить, адекватно воспринимать окружающий мир, а самое главное быть честным самим перед собой.

Вести здоровый образ жизни это не только не иметь вредных привычек и заниматься спортом, это также, быть активным в творческом и научном направлениях. Поззия, театр, благотворительность, помочь друг другу - все это приводит к процветанию души и росту гуманизма не только конкретного индивидуума, а общества в целом.



ЗОЖ

«Здоровье не все, но без здоровья ничего».

Сократ

ЗОЖ

Возьмите на заметку

Интернет-ресурсы ВолгГМУ

Официальный сайт:

www.volgmed.ru

Информационный портал:

<http://info.volgmed.ru/>

Образовательный портал:

<http://edu.volgmed.ru/>

Официальный форум:

<http://forum.volgmed.ru/>

Корпоративный информационный ресурс:

<http://e-learn.volgmed.ru/>

Официальный сайт Научного общества молодых ученых и студентов (НОМУС):

<http://nomus.volgmed.ru/>

Сайт Межкафедрального центра сертификации специалистов (МЦСС):

<http://mcss.volgmed.ru/>

Сайт объединенного профкома сотрудников и студентов:

<http://www.profcomvolgmu.ru/>



Роман ЛУЧКИН