



# СТУДЕНЧЕСКИЙ ВЕСТНИК

Выпуск № 3 ноябрь, 2018

## *Читайте в номере:*



Интервью с  
Т.Н. Дробот



А знаете ли вы, что...



Консультация психолога  
Готовимся к сессии



Опрос



События ноября



Медицинский календарь



Профилактика

## Уважаемые студенты и преподаватели!

В этом месяце я убедилась, сколько талантливых, творческих, умных, отзывчивых ребят учатся в нашем колледже. Это наша гордость! И то огромное количество мероприятий, в которых они приняли участие, яркое этому подтверждение.

В этом номере участники пресс-центра подготовили интересные интервью с преподавателями колледжа, написали заметки о большинстве мероприятий. На страницах газеты появилась новая рубрика «Профилактика», в которой дана информация о профилактике опасных заболеваний.

И совсем неожиданно возникла рубрика «А вам слабо?», в которой студенты предлагают свои идеи для продуктивного учебного процесса. Надеюсь, что таких идей будет много. Меня радует, что в работу пресс-центра включается так много людей. Так держать!

Ждем ваших предложений в кабинете 43.

**Главный редактор**

*Соклакова Ольга Владимировна*

## НА СТРАЖЕ ЗДОРОВЬЯ

В наше прогрессивное время слово «туберкулез» у большинства людей вызывает панический страх. Хотя сегодня, в эру антибиотиков, как любая инфекционная болезнь, он почти всегда может быть излечим.

Мы решили поговорить с врачом-фтизиатром ГБУЗ Краевой противотуберкулезный диспансер №1, преподавателем нашего колледжа Татьяной Николаевной Дробот.



**- Татьяна Николаевна, добрый день. Хочу поговорить с Вами об опасном заболевании – туберкулезе. Тема распространения этой болезни на протяжении многих лет является злободневной. Насколько оно опасно и что является причиной возникновения?**

- Добрый день, Мария. Рассказывать о туберкулезе можно долго, даже в лекционный материал трудно уложиться. Если начинать с вопроса о причине возникновения туберкулеза, то на первое место, конечно, выходит микобактерия туберкулеза. Эта бактерия существует на планете очень давно, более 5 миллионов лет. Она до сих пор жива и изменчива. Но человек за это время так и не научился полностью от нее защищаться. Если говорить об опасности заболевания туберкулезом, то на данный момент цифры все-таки высокие. Много положительных и

впервые положительных проб, таких как реакция манту и диаскинтеста, у детей и подростков. Поэтому, конечно, проблема туберкулеза пока остается значимой.

По сравнению с 2017 годом, в этом году цифры ниже по заболеваемости туберкулезом именно в Уссурийском городском округе. Однако, заболеваемость, по-прежнему, остается на высоких цифрах: за прошлый год это 96,6 на 100 000 населения. В этом году за девять месяцев мы немного снизили эти показатели, но у нас еще нет оставшихся трех месяцев до конца года, чтобы подводить итог.

**- Если говорить о лечении. Какие симптомы должны сразу заставить человека обратиться к специалисту?**

-Если человек знает, что был в контакте с пациентом, который имеет туберкулез, нужно не надеяться на авось, а сразу проводить профилактические мероприятия, обратиться к фтизиатру по месту жительства, чтобы узнать, заразились или не заразились. Если заражение подтвердилось, провести необходимое лечение, чтобы не заболеть. На что, к сожалению, очень трудно уговорить пациентов. Ждать таких симптомов, как температура субфебрильных цифр, проливные поты, длительный кашель, наличие кровохарканья, похудание, не нужно. Присутствие таких клинических проявлений говорит уже о хроническом туберкулезе, запущенной форме, и этот человек становится опасным для окружающих.

Хуже то, что увеличивается число пациентов, имеющих сочетанную патологию. Это люди, страдающие сахарным диабетом, хроническими заболеваниями органов

дыхания. Лечить таких пациентов, конечно, гораздо тяжелее и сложнее. Те пациенты, которые получают иммуносупрессивную терапию и заболевают туберкулезом, тоже сложнее и тяжелее поддаются лечению.

Также в группе риска контингент людей, живущих с ВИЧ-инфекцией, которые заболевают туберкулезом. Но, тем не менее, если есть желание лечиться и имеются в организме возможности бороться, то оказать помощь человеку есть, и излечиваются люди тоже очень хорошо.

### **- Здоровый образ жизни, сбалансированное питание, а что еще важно в профилактике этого заболевания?**

- Прежде всего, это наш образ жизни. Наше отношение к этой жизни. Мы должны заниматься спортом, получать качественное питание, дышать чистым, свежим воздухом, получать массу положительных эмоций. Все это в совокупности повышает наш иммунитет. Это как раз и является неспецифической профилактикой как самого туберкулеза, так и многих других заболеваний.

Считаю, что это основной момент, который будет сдерживать заболевание и уменьшать его. Также не следует забывать о флюорографии. Здоровые люди согласно всем нормативным документам обследуются один раз в год независимо от того, чувствуют они себя больными или не чувствуют. А лицам, живущим с ВИЧ-инфекцией, необходимо проходить это исследование два раза в год. Если человек, не прошедший флюорографию, имеет длительное время респираторные признаки, он должен обратиться к врачу-терапевту по месту жительства, чтобы пройти обследование на туберкулез. Врач-терапевт направляет пациента к врачу-фтизиатру, если выявляются рентгенологические признаки, высевается микобактерия туберкулеза или возникает вопрос о заболевании внелегочной локализации.

Самое главное для профилактики - это здоровый образ жизни, качественное питание, занятие спортом, отказ от курения. Нужно помнить, что из-за курения нарушается местная защита верхних дыхательных путей,

которые сообщаются с окружающей средой, и это способствует проникновению МБТ или других агентов.

### **- Работая со студентами нашего колледжа, будущими медицинскими работниками, на что Вы больше уделяете внимание?**

- Разумеется, профилактике. Не только неспецифической, но и специфической, включая санитарную.

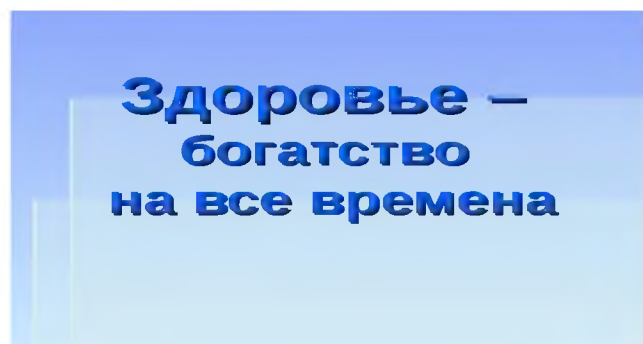
Цель специфической профилактики заключается в уменьшении отказов родителей от вакцинации БЦЖ.

Сегодня это единственная вакцина, которая защищает детей раннего возраста от генерализованного туберкулеза. И она хорошо защищает. Конечно, она не защищает на 100 % от того, что человек может в течение жизни не заболеть туберкулезом. Но даже если он заболел, то это будет более легкое течение и будет существенно больше шансов остаться здоровым, после излечения. Особенно, если дело касается ребенка.

Поэтому причина отказа многих родителей вакцинировать своих деток, на мой взгляд, заключается, прежде всего, в неполной информированности. А такую работу с родителями необходимо проводить.

### **- Спасибо Вам за интересное интервью.**

*Беседовала Панкратова Мария,  
студентка 434 группы,  
специальность «Сестринское дело»*



## Забота о ребенке с первых дней его жизни

17 ноября в мире отмечали день недоношенных детей. Недоношенными считаются дети, родившиеся ранее срока родов, функционально незрелые, с массой ниже 2500 г и длиной тела менее 45 см.

Более подробно о недоношенных детках нам рассказала Наталья Андреевна Лисица, преподаватель педиатрии.



### - Добрый день, Наталья Андреевна. Расскажите, в чем особенность детской медицины?

- Любимая моя детская медицина... В первую очередь, педиатр должен уметь находить контакт и с мамочкой и расположить к себе ребенка. А для этого необходимо знать детскую психологию, чтобы легче установить контакт с малышом. Нужно многое помнить, потому что растет малыш, меняются показатели и нормы. Необходимо знать тенденции нарастания массы тела, длины тела, частоты дыхательных движений и т.д. Настоящими педиатрами становятся только те, кто любит детей, а профессия, безусловно, накладывает на человека отпечаток.

### - Педиатрия и неонатология - смежные специальности. Какая из них Вам ближе?

- Неонатология тоже педиатрия, а неонатолог-врач, который должен знать все о периоде новорожденности как здорового ребенка, так и малышкой с отклонениями. Любой педиатр знает это.

Неонатолог работает в роддоме, он обязательно присутствует при родах, видит, каким рождается ребенок, видит его состояние и оказывает необходимую помощь.

Самый трудный период адаптации ребенок

переживет в родильном отделении, а врач-неонатолог наблюдает за этим процессом.

Моя любимая аудитория – это детки первого года жизни. Конечно, интересен любой возраст, в любой своей особенности, но мне очень нравится работать с детишками первого года жизни. Они такие непосредственные, честные, чистые.

### - Наталья Андреевна, какие факторы способствуют преждевременным родам?

- Спектр факторов, приводящих к преждевременным родам, очень велик. Здесь и особенности организма женщины, и состояние эндокринной системы, и образ жизни не только во время беременности, но и до нее. Табакокурение также негативно сказывается на формировании плода. Такие детки часто рождаются недоношенными с различной патологией и дефектами развития. Большая ответственность лежит на женщине.

ИППП, условия жизни, возраст, желанность ребенка накладывают отпечаток на течение беременности. И социальный фактор немаловажен, в каких условиях находится будущая мама. Поэтому рождение ребенка нужно планировать заранее, посетить нужных врачей, сдать необходимые анализы. Это очень важно, чтобы впоследствии избежать



многих проблем.

**- Сказывается ли недоношенность на развитии ребенка?**

-Разумеется, сказывается. Маловесные детки, родившиеся после хорошего течения беременности, имеют большую возможность быть здоровыми, если у ребенка не было никаких пороков развития. Имеет значение в формировании пороков многоплодная беременность, если у женщины было много аборт, много детей с малым интервалом рождения. Также имеет значение процесс появления ребенка: экстренно или за счет страданий в утробе матери. В этом случае, к сожалению, шанс догнать сверстников меньше.

**- Как определить недоношенных детей?**

-Как правило, такие детки к трем годам уже догоняют сверстников в развитии. Но все зависит от степени недоношенности.

**- Какой уход требуется недоношенным детям? Какова роль медицинской сестры в уходе за такими малышами?**

- Недоношенные дети 2-й,3-й,4-й степени выхаживаются в кувезах. Дети с недоношенностью 1-й степени могут обходиться без дополнительной подачи кислорода. Им должны создаваться условия определенного положения, очень важно, чтобы мамочка была рядом. Все манипуляции выполняются в кувезе –в наше время это возможно.

За ребенком необходим тщательный уход медицинской сестры, так как все манипуляции выполняет непосредственно она. Это контроль температуры тела каждый час. Проводится постоянный мониторинг состояния ребенка по всем показателям: частоты дыхательных движений, частоты сердечных сокращений и т.п.

Если у ребенка не сформирован глотательный рефлекс, кормление осуществляется через зонд, и при этом требуется вмешательство медицинской сестры. На ней лежит ответственность за создание безопасной среды ребенка. Не стоит забывать, что в медицине должны работать милосердные, сострадательные люди, а в работе с такой категорией пациентов - особенно!

**- Наталья Андреевна, большое спасибо за интересную беседу. Думаю, что эта информация будет важна для наших студентов в первую очередь. Ведь в будущем они станут мамами.**

*Беседовала Мария Кузнецова,  
студентка 235 группы,  
специальность «Сестринское дело»*



## Студенческая жизнь

### Что такое Профсоюз?

*Профсоюз – это независимая от государства, работодателя и администрации организация работников. Она создается для защиты наших с вами социальных и экономических интересов. А что такое студенческий Профсоюз, нам рассказала председатель Профсоюзной организации студентов, социальный педагог Екатерина Анатольевна Янковская.*



Чтобы вступить в Профсоюз необходимо, прежде всего, желание студентов, а еще заполнить заявление на мое имя - председателя студенческой Профсоюзной организации колледжа. После письменного заявления с членов взимается профсоюзный взнос в размере 1% от стипендии, если она есть. Это называется - членский взнос.

#### -Что дает студентам Профсоюз?

- Преимущества студенческого Профсоюза:

-возможность вести активную социальную жизнь в колледже;

-возможность получать профсоюзную стипендию. Студентам на профсоюзных уроках я всегда говорю: «Включайтесь в нашу деятельность. Будьте активными, принимайте участие в различных мероприятиях. Помогайте, и у вас есть шанс получить эту стипендию»;

-возможность получить большое количество сертификатов, грамот, дипломов, в том числе не только на уровне колледжа, но и на уровне г. Уссурийска и Приморского края. Традиционным стал конкурскраевого комитета профсоюзов работников здравоохранения РФ, в котором мы постоянно участвуем, называется он «Продвигай Профсоюз». Всем участникам организаторы вручают

#### - Екатерина Анатольевна, что такое студенческий Профсоюз и как в него вступить?

- Профсоюз в студенческой трактовке означает профессиональный союз студентов, ориентированных на изучение какой-либо области науки. Каждый участник Профсоюза имеет свои обязанности и полномочия, при этом обладают некоторыми льготами, выделяющими их из общего числа студентов.

### *Студенческая жизнь*

дипломы, сертификаты краевого уровня;

- возможность обучаться, ездить на различные тренинги;

- всем студентам, которые участвуют в жизни колледжа, мы даем характеристики, в том числе и при приеме на работу, указывая, что данный студент имеет лидерские качества, умеет организовывать социум и т.д.

Наши ребята участвуют в городских акциях, в акциях, которые мы проводим в колледже, снимают социальные ролики, помогают детским домам. Спектр нашей работы очень велик.

Хочу сказать, что в этом году к нам пришли очень активные ребята, они помогают мне проводить мероприятия, поддерживают все идеи.

Поэтому желаю им оставаться такими же задорными, веселыми, целеустремленными и позитивными.

**- Спасибо за интересную беседу.**

*Беседовали Екатерина Ищенко и  
Милена Шашкова,  
студентки 171 группы, специальность  
«Лабораторная диагностика»*





## Мероприятие

### Посвящение в члены профсоюзной организации

*30 октября 2018г. в Уссурийском медицинском колледже проводилось торжественное посвящение в члены профсоюзной организации.*

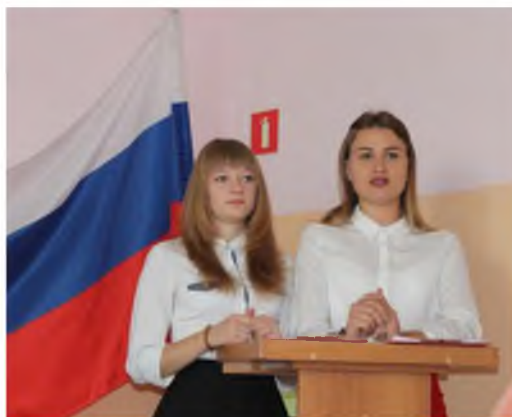


Профсоюз - это сокращение слов «профессиональный союз», т.е. союз людей нашей отрасли – студентов нашего колледжа.

Участниками данного мероприятия были все те студенты, которые пожелали вступить в члены профсоюзной группы.

Во время мероприятия была разыграна беспроигрышная лотерея поиндивидуальным номерам профсоюзных карточек, в которой студенты получали подарки и различные призы. В розыгрыше подарков были разыграны сладкие подарки, учебные пособия и несколько купонов в магазин «Медодежды».

Председатель профсоюзной организации Екатерина Анатольевна Янковская поздравила всех вступивших в профсоюзную группу и вручила двум студентам Колледжа сертификаты о получении ежемесячной стипендии, за хорошую учебу и активное участие в жизни Колледжа.





## Мероприятие

Следующим этапом мероприятия стало вручение профсоюзных карточек студентам первого курса. Согласно Федеральному закону «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. обучающиеся имеют право на участие в общественных объединениях, в том числе в профессиональных союзах, созданных в соответствии с законодательством Российской Федерации.



Профсоюзная студенческая организация Уссурийского медицинского колледжа является самой массовой общественной организацией студентов колледжа.

**Цель профсоюзной студенческой организации Уссурийского медицинского колледжа** – объединение студентов колледжа для защиты своих социально-экономических прав и интересов, совместного решения студенческих проблем.

**Задачи, которые ставит перед собой профсоюзная организация студентов Уссурийского медицинского колледжа:**

- ✓ защита интересов студентов в вопросах стипендиального обеспечения;
- ✓ представление интересов студентов в сфере учебных и трудовых отношений, социально-бытовых нужд, предоставления льгот и компенсаций;
- ✓ оказывать бесплатную консультативную и юридическую помощь по вопросам, касающимся защиты студентов в сфере учебных и трудовых отношений, социально-экономических прав.

*Марджона Мирзоева, студентка 136-СО группы,  
специальность «Сестринское дело»*

*А знаете ли вы, что...*

***В этом выпуске вы узнаете, как развивалась Акушерская школа в 50-е годы XX века.***

В течение 1950-1951 учебного года было проведено три конференции:

1. *Клиническая конференция, посвященная 15-летию со дня смерти И.П.Павлова.*
2. *Конференция, посвященная туберкулезу.*
3. *Конференция, посвященная проблемам гипертонической болезни.*

Проводились кружковые работы в школе. Работали следующие кружки:

1. Литературный
2. Биологический
3. Физический
4. Акушерское дело

Студенты школы начали активно участвовать в общественных мероприятиях, посвященных 1 мая, юбилейным датам социальной революции, Дни медицинского работника и т.д.

Будущие фельдшеры сдавали Государственные экзамены по следующим предметам:

1. Фармакология с рецептурой
2. Хирургическая травматология
3. Детские болезни
4. Акушерство и гинекология

Экзамены проходили по билетам, большинство учеников сдали билеты на «отлично и хорошо».

В 1953-1954 учебном году в школе работает преподаватель по физическому воспитанию Антонина Георгиевна Бородина, которая занималась спортивной подготовкой учащихся школы не только в учебное время, но и во время каникул.

В 1953 году медицинские школы РСФСР были реорганизованы в медицинские училища, которые готовили всех специалистов со средним медицинским образованием.

1954 год – Уссурийской фельдшерско-акушерской школе присвоен статус «Училище».

Главная цель деятельности училища в эти годы была связана с вопросами расширения круга предоставляемых услуг на рынке среднего профессионального медицинского образования Приморья.



***Марджона Мирзоева, студентка 136-СО группы, специальность «Сестринское дело»***

## Консультация психолога

# Здравствуй, сессия!

*«От сессии до сессии живут студенты весело....». Известная фраза, не правда ли? На самом деле, сессия – это серьезное испытание, которое проходят не все студенты. А что нужно сделать, чтобы успешно сдать все экзамены и зачеты, мы попробуем рассказать в этой статье.*

Если вы не уверены в том, что за одну ночь вам не подготовиться, нужно соблюдать несложные правила:

### 1. Грамотно распределите силы.

- Узнайте, что и когда нужно сдавать (зачеты, экзамены), составьте график - это поможет распределить силы.

Сохраните график в компьютере и смартфоне, чтобы он всегда был под рукой. Для наглядности его можно распечатать на листе А3 и повесить на стену.

- Проанализируйте свое расписание определите, какой экзамен сложнее, какой проще.

- Возьмите уодногруппников конспекты пропущенных лекций.

- Если какие-то темы вы сложно запоминаете, еще раз просмотрите лекции.

- Заведите отчетность. Не только планируйте подготовку к сессии, но и отмечайте пройденные этапы пути.

### 2. Избегайте зубрежки.

Механически заученный текст имеет свойство безвозвратно улетучиваться из памяти на экзамене. А чтобы этого не произошло, знания нужно систематизировать. Изучая материал, постарайтесь запомнить самое главное.

Можно использовать Формулу пожизненного запоминания Эббингауза: нужно повторять пройденный материал через следующие промежутки времени: 5 секунд – 25 секунд – 2 минуты – 10 минут – 1 час – 5 часов – 1 день – 5 дней – 25 дней – 4 месяца – 2 года -...



Информация, повторенная с такими интервалами, останется в памяти навсегда.

### 3. Уделите внимание своему питанию.

- Оно должно быть полноценным и сбалансированным.

- Нельзя отказываться от обеда только из-за того, что нужно готовиться к экзамену или зачету. Чувство голода не поможет хорошо усвоить изучаемый материал - скорее, наоборот.

### 4. Спорт.

- Отличный метод восстановления организма после интеллектуальных нагрузок. Он обеспечивает идеальное переключение режимов деятельности.

### 5. Уменьшить психологическую нагрузку.

- Не живите одними экзаменами, живите тем, что будет после - каникулами.

- Стройте планы, назначайте встречи с друзьями, а еще лучше – думайте, как придете на учебу, отдохнувшие, поумневшие, набравшиеся опыта.

*Алина Атанова, студентка 135 группы,  
специальность «Сестринское дело»*



## Опрос

*Приближается сессия... В течение семестра каждый студент шел к этому испытанию в меру своих сил. Но мы решили попросить студентов третьего и четвертого курса поделиться опытом, чтобы во время сессии быть во всеоружии.*



*Клочкова Светлана,  
331 группа*

**Как ты готовишься к сессии? Как планируешь свое время?**

- К сессии я готовлюсь заранее, так как хочу получить хорошие отметки. Если есть сложности по сессии, то я прошу помощи у друзей, и они меня выручают.

**Есть ли какие-то ритуалы, секреты?**

- Секретов никаких нет, просто нужно делать все вовремя и думать о будущем.

**Что ты посоветуешь первокурсникам?**

- Первокурсникам я посоветую сдавать все вовремя и не иметь долгов по учебе. Если вы решили учиться в медицинском колледже, то должны понимать, какая ответственность на вас лежит. Помните, будущее зависит только от нас!

**Как ты готовишься к сессии? Как планируешь свое время?**

- Главное - ходить на пары, писать и учить лекции, чтобы получить зачет. Все идет своим чередом, свое время я никогда не планирую. Бывают случаи, когда приходится его планировать, но это бывает очень редко.

**Есть ли какие-то ритуалы, секреты?**

- Да нет ни каких ритуалов. А главный секрет - посещать все пары и стараться быть примерным студентом.

**Что ты посоветуешь первокурсникам?**

- Набраться терпения, стараться не пропускать занятия, прислушиваться к старшим, принимать участие во всех мероприятиях, ведь за это дают грамоты, которые помогут тебе при накоплении портфолио, что в дальнейшем пригодится на экзаменах!

*Федорева Лилия,  
431 группа*



*Шакирова Ксения,  
434 группа*

**Как ты готовишься к сессии? Как планируешь свое время?**

- Готовиться к сессии я начала еще с сентября. Не пропускаю пары, не имею задолженностей, своевременно все сдаю и делаю.

**Есть ли какие-то ритуалы, секреты?**

- У меня нет никаких секретов. Просто нужно посещать лекции, тем более профессиональные дисциплины.

**Что ты посоветуешь первокурсникам?**

- Мой совет, не пропускайте лекции, к учебе относитесь серьезно, ведь вы выбрали медицину, а это ответственность. Мы несем ответственность за жизнь людей. Помните, мы связаны с людьми, и зачастую жизнь человека в дальнейшем будет зависеть только от нас!

## Опрос

### **Как ты готовишься к сессии? Как планируешь свое время?**

- К сессии я готовлюсь просто: учу, читаю и сдаю. Самое главное - хожу на занятия. Время я не планирую, не могу.... Наверное, из-за этого у меня часто его не хватает.

### **Есть ли какие-то ритуалы, секреты?**

- Ритуалов у меня нет никаких, я надеюсь только на себя.

### **Что ты посоветуешь первокурсникам?**

- Первокурсникам я посоветую учиться, стараться закрывать сессию без долгов и не пропускать занятия. Удачи в учебе!



*Чекалова Татьяна,*

*432 группа*



### **Как ты готовишься к сессии? Как планируешь свое время?**

- К сессии готовлюсь заранее, начиная с малого, потом все больше вникаю в подготовку. На экзамене, когда ты сидишь перед комиссией, перед своими преподавателями, ты хочешь выложиться на все 100% и показать им все свои знания, чтобы они понимали, что их работа была не зря.

### **Есть ли какие-то ритуалы, секреты?**

- Ритуалов и секретов особых нет. Просто сажусь, вникаю в то, что нужно выучить. Ведь в зависимости от этого и будет тот результат, который я ожидаю.

### **Что ты посоветуешь первокурсникам?**

- Первокурсникам посоветую распределять грамотно время, хотя бы примерно знать, что нужно учить: начиная от текущих лекций, практик и заканчивая экзаменационными вопросам. Желаю всем студентам хорошо сдать сессию.

*Зуева Алина, 311 группа*

### **Как ты готовишься к сессии? Как планируешь свое время?**

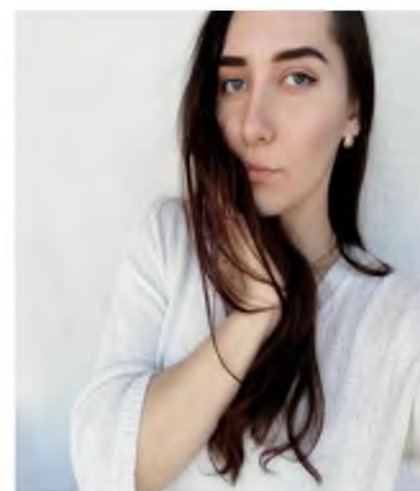
- Если говорить о «зачетной сессии» - то трудностей нет никаких, потому что все работы я сдаю вовремя. У меня есть блокнот и расписание. В блокнот, разделенный на окошки и разделы, в соответствии с важностью и срочностью дела, вписываю свою занятость. В расписание - более бытовые потребности. Таким образом, получается некий план на неделю (на неделю, потому что жизнь студента-медика непредсказуема).

### **Есть ли какие-то ритуалы, секреты?**

- Ритуалов никаких я не провожу. Есть цитата, сказанная Джоном Максвеллом, которая меня мотивирует: «Тяжелый труд – это гора отложенных мелких дел».

### **Что посоветуешь первокурсникам? Панкратова Мария, 434 группа**

- Не заучиваете материал! Особенно анатомию и другие фундаментальные дисциплины. Заучив материал, вы забудете его через месяц или на следующие сутки. Главное – вникнуть в то, что учишь. В таком случае у вас эта информация отложится в долговременной памяти, и дальше учиться вам будет намного легче и интересней.



## Символика

*В этой рубрике мы начинаем рассказ о символах медицины. В каждом выпуске мы будем рассказывать об их истории появления и значении. Существует несколько наиболее известных медицинских эмблем, каждая из которых имеет свое уникальное происхождение и значение.*

### ПОСОХ АСКЛЕПИЯ



Посох Асклепия изображается в виде суковатой палки, вокруг которой обвита змея головой вверх. Эта эмблема возникла в Древней Греции, примерно в VIII веке до н.э.

По преданиям, покровитель медицины Асклепий (в римской мифологии – Эскулап), имевший божественное происхождение, был искуснейшим врачом и мог даже воскрешать мертвых. Однажды его пригласили во дворец критского царя Миноса, чтобы воскресить его мертвого сына. Асклепий шел, опираясь на посох, вокруг которого обвилась змея. Он испугался и убил ее, но вдруг появилась вторая змея, несущая во рту какое-то растение. Этой травой она воскресила убитую змею. Асклепий понял, что это растение целебное, собрал его и воскресил сына царя.

### КАДУЦЕЙ (ЖЕЗЛ МЕРКУРИЯ)

Греческим словом «кадуцей» («знак полномочий вестника») называли волшебный жезл посланника греческих богов Гермеса (у римлян – Меркурий), обвитый двумя змеями, обычно увенчанный парой крыльев. Змеи, обвившие кадуцей, символизировали взаимодействие противоположных сил. В римской мифологии Меркурий использовал жезл, чтобы помирить двух дерущихся змей - причина, по которой он стал в Древнем Риме символом уравновешенного и добродетельного поведения. Кадуцей стали использовать в качестве знака, защищающего тайну коммерческой или политической переписки. В настоящее время это – эмблема медицины или коммерции, однако когда-то кадуцей представлял собой интригующе разнообразную символическую фигуру.



Жезл, обвитый двумя змеями, сочетает в себе сразу несколько фундаментальных символических элементов: центральный стержень символизирует Древо Жизни (в значении связи между небесами и землей); двойная спираль, сформированная змеями, - символ космической энергии, двойственности, а также единства противоположностей; сами змеи - плодотворные силы земного и потустороннего миров. Ассоциация с медициной произошла из-за присутствия в кадуцее змей – как в посохе Эскулапа. Знаменитый психолог Карл Юнг считал кадуцей эмблемой гомеопатической медицины — змея обозначает одновременно яд и лечебное сырье.



## Профориентация

*Ноябрь стал месяцем погружения в профессию для наших первокурсников специальности «Сестринское дело», поступивших в колледж на базе 9 классов. У этих ребят еще нет специальных предметов, они постигают общеобразовательные дисциплины 10 и 11 классов. Но, конечно, они с любопытством и завидным интересом смотрят на студентов, которые проходят практику, изучают профессиональные дисциплины.*

Поэтому педагог-организатор Соклакова Ольга Владимировна решила организовать для ребят 131, 132, 133, 134 и 135 групп экскурсии в симуляционные кабинеты колледжа. А помогли ей в этом преподаватели Кульгавая Татьяна Александровна и Горюнова Елена Владимировна.



Оказавшись в симуляционных кабинетах, ребята сразу погрузились в реальную обстановку больничной палаты и процедурного кабинета.



Студенты с большим интересом слушали преподавателей, которые рассказали, какие

практические умения отрабатывают студенты, какая большая ответственность лежит на медицинской сестре.

Каждый желающий попробовал себя в оказании первой медицинской помощи. Это оказалось непросто.



По окончании экскурсии большинство ребят захотели быстрее прийти на учебную практику.

## Профилактика

### ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

*Ни для кого не секрет, что предупреждение заболевания гораздо лучше его лечения. Тем более такого заболевания, как грипп, методов профилактики которого разработано огромное количество. В последнее время люди стали осознавать серьезность и полезность профилактических мер, стали отходить от принципа «пока гром не грянет, мужик не перекрестится». Но чтобы эти меры не стали полумерами, чтобы вы на себе ощутили эффект от профилактических мероприятий, мы преподносим вам этот ценный материал. А помогла нам в этом с заместителем директора (по практическому обучению) Ольга Станиславовна Мамошина.*

Зная основные профилактические правила защиты от этой болезни, получится уменьшить вероятность возможного заражения во время эпидемии.



- **Грипп** – это острое инфекционное заболевание, вызванное одноименным вирусом. Эта болезнь входит в группу острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ), но обычно врачи ставят грипп несколько особняком. Это связано с тем, что он протекает тяжелее, чем большинство ОРВИ, и представляет большую угрозу для организма.

#### Причины

Грипп вызывают вирусы типов А, В и С. Их штаммы постоянно меняются, поэтому, переболев один раз гриппом, мы в следующую эпидемию можем заболеть другим его подтипом.

**Вирусы гриппа А** обычно вызывают заболевание средней или высокой тяжести, именно они ответственны за появление тяжелых эпидемий и пандемий. Такие вирусы поражают как людей, так и животных.

**Вирусы гриппа В** не вызывают пандемий, а приводят к локальным вспышкам болезни. Такие вирусы циркулируют только среди людей, чаще поражают детей.

**Вирусы гриппа С** поражают только человека. Болезнь обычно проходит легко. Пока такие штаммы мало изучены.

Вирус передается в основном воздушно-капельным путем. Источником инфекции является больной человек. При дыхании, разговоре, кашле,

чихании он выделяет клетки вируса, которые, попав в здоровый организм, начинают размножаться. Заражение также может происходить через предметы обихода: ручки дверей, поручни в транспорте, посуду, полотенца. По данным исследований, вирусы гриппа живут на руках около 5 минут. Если за это время человек успеет дотронуться до каких-то вещей, вирусы перейдут на них.

#### Картина болезни

В начале заболевания обычно наблюдается сильная головная боль, ломота в теле, резь в глазах, потливость, озноб, светобоязнь. Температура резко поднимается до 39-40 °С и может держаться на таком уровне до 3-4 дней. При тяжелом течении возможны рвота, бред, судороги, обморочные состояния, потеря сознания. Насморк, кашель и другие простудные симптомы появляются позже, когда температура спадает. Очень долго держится слабость.

Резкое начало - это одно из главных отличий гриппа от других ОРВИ. Если оно наблюдается, лучше сразу вызвать врача.

#### Принципы лечения

Борьба с гриппом должна вестись в нескольких направлениях:

- **Уничтожение вируса-возбудителя.** Для этого назначаются противовирусные препараты. Важно выбирать те из них, которые эффективны именно при гриппе (таких средств не так много, ассортимент противовирусных лекарств для лечения ОРВИ гораздо шире). Лечение ими желательно начать в первые 24-36 часов болезни, тогда оно даст максимальный эффект.
- **Облегчение симптомов.** Для этого используются обезболивающие,

жаропонижающие препараты, препараты, устраняющие заложенность носа и боль в горле, отхаркивающие средства. Они не действуют на источник болезни и не уменьшают продолжительность заболевания, но облегчают состояние.

- **Соблюдение питьевого режима.** Так как при повышенной температуре теряется много жидкости во время дыхания и потения, необходимо ее восполнять. К тому же обильное питье помогает естественным образом выводить из организма продукты жизнедеятельности вируса. Пить лучше что-нибудь, содержащее витамин С: морсы, чай с малиной, лимоном или медом, напиток из шиповника.
- **Постельный режим.** Его очень важно соблюдать в период повышенной температуры, так как несоблюдение именно этого условия нередко вызывает осложнения.

### Опасность

Главная опасность гриппа - его осложнения. Наиболее грозные - пневмония, менингит, менингоэнцефалит.

Так как гриппозная инфекция заметно снижает иммунитет, на фоне нее организм начинают атаковать болезнетворные бактерии. В результате могут развиваться бронхит, отит, синусит, миокардит (воспаление сердечной мышцы). Бактериальные осложнения обычно развиваются после того, как больной уже почувствовал себя лучше, а также могут быть отсроченными на 1-2 недели.

После гриппа типа В могут развиваться мышечные осложнения, например миозит-воспаление скелетных мышц. Известны случаи, когда сахарный диабет возникает как осложнение после гриппа.

После гриппа часто наблюдаются обострения хронических болезней, таких как бронхиальная астма, хронический бронхит, сердечно-сосудистые заболевания, нарушения обмена веществ, заболевания почек. Именно поэтому хроники входят в особую группу риска.

### Прогноз ВОЗ на период зимы 2018-2019 гг.

1.«**Brisbane**» - штамм вируса гриппа группы В. Поражает только людей. Характеризуется коротким инкубационным периодом – 2-4 дня, затем резко поднимается температура до 38-40 °С, появляется нестерпимая головная боль, ломота в мышцах, заложенность носа, протекает в более легкой форме.

2.«**HongKong**» - этот штамм относится к группе А

и В, опасен (можно заразиться не только от людей, но и от животных и птиц). H<sub>3</sub>N<sub>2</sub> вызывает вспышки на больших территориях. Инкубационный период- 1-2 дня. В России этот штамм появится впервые, он опасен для россиян, так как нет иммунитета.

3.«**Michigan**» - относится к группе Н. H<sub>1</sub>N<sub>1</sub> опасен, постоянно мутирует, сопровождается серьезными осложнениями (пневмония). Инкубационный период – 1-3 дня, температура до 41 °С, слабость, разбитость, ломота, часто признаки конъюнктивита.

### Профилактика

Существует несколько способов защиты от гриппа:

- 1.Ограничение контактов в период вспышек заболеваемости и эпидемий: отказ от посещения людных мест, при необходимости ношение медицинской маски.
- 2.Применение противовирусных препаратов в профилактических дозах.
- 3.Вакцинация.

Прививка от гриппа считается наиболее надежным способом защиты, хотя и не дает 100%-ной гарантии. Вирусы постоянно мутируют, поэтому человек может все равно заболеть гриппом. Но доказано, что болезнь в этом случае протекает заметно легче.

В России зарегистрировано несколько вакцин, которые не содержат живых или целых убитых вирусов гриппа, в их состав входят только частицы разрушенных вирусов. Их эффективность 70-90%

Делать прививку лучше всего в октябре, так как для выработки иммунитета против инфекции требуется в среднем месяц, но можно привиться и позже (в том числе и во время эпидемии).

Есть ряд людей, которым прививка от гриппа противопоказана:

- 1) Тем, у кого наблюдается аллергическая реакция на белок куриного яйца и на аминокликозиды.
- 2) Тем, у кого была сильная аллергическая реакция или иная реакция на предыдущую вакцину от гриппа.
- 3) Тем, у кого в момент предполагаемой вакцинации наблюдается любое острое заболевание или хронического заболевания (их обычно прививают через 2-4 недели после выздоровления или наступления ремиссии).
- 4) Женщины со сроком беременности до 14 недель должны обсудить целесообразность прививки со своим лечащим врачом.



**Кому особенно важно  
привиться:**

1. Детям от 6 до 59 месяцев.
2. Взрослым старше 50 лет.
3. Людям с некоторыми хроническими заболеваниями и состояниями, такими как хронические заболевания легких (астма); хронические заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония); заболевания почек, печени; заболевания нервной системы; заболевания крови; нарушение обмена веществ (сахарный диабет).
4. Людям с нарушениями иммунитета (иммунодефициты, ВИЧ, прием иммунодепрессантов).
5. Беременным женщинам.
6. Детям, которые постоянно принимают аспирин или другие салицилаты.
7. Людям с ожирением.
8. Родственникам вышеперечисленных групп людей.
9. Медицинским работникам.

*Беседовали Евгения Ефимова и  
Екатерина Авдеенко, студентки 211 группы*



Новости

### Ярмарка профессий в г. Арсеньеве

15 ноября 2018 г. наши студенты Сабирова Владлена, Цой Светлана, Извеков Аркадий под руководством ответственного секретаря Приемной комиссии колледжа Перечкиной Н.Г. приняли участие в Ярмарке вакансии учебных и рабочих мест для учащихся 9-х – 11-х классов Арсеньевского городского округа, Анучинского и Яковлевского муниципальных районов. Ярмарка организована отделением КГБУ «Приморский центр занятости населения» в г. Арсеньев и Управлением образования администрации Арсеньевского городского округа. Ярмарку посетили более 900 учащихся.

Презентационная площадка колледжа вызвала большой интерес. Студенты продемонстрировали торс человека, всежелающие могли измерить мышечную силу кисти рук с помощью динамометра кистевого.



Учащихся 11-х, 9-х и 10-х классов получили подробную информацию о правилах приема в Колледж, о специальностях, посмотрели презентации специальностей, фильм о Колледже, а также получили информационные буклеты.



### Специалист, которого ждут

21 ноября 2018 г. студенты Кольцова Анна, Куликов Яков под руководством ответственного секретаря Приемной комиссии колледжа Перечкиной Н.Г. приняли участие во II-ой Краевой Ярмарке профессий ССУЗов Приморского края, которая проходила в Краевом колледже культуры.



Учащимся 11-х, 9-х классов студенты рассказали о правилах приема в колледж, о специальностях и раздали буклеты.



Студенческая команда под руководством педагога-организатора

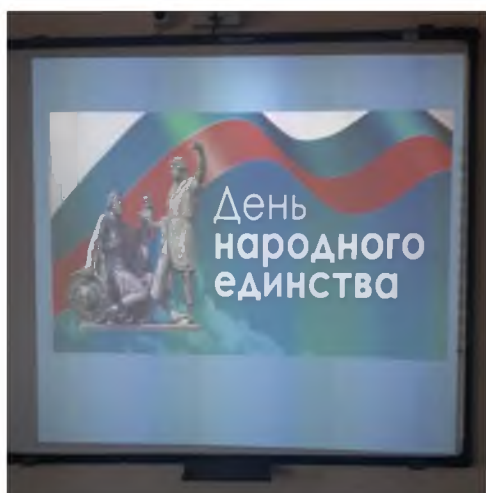
Соклаковой О.В. приняла участие в конкурсе профориентационных студенческих команд «Специалист, которого ждут» и была награждена Дипломом I степени.



## События

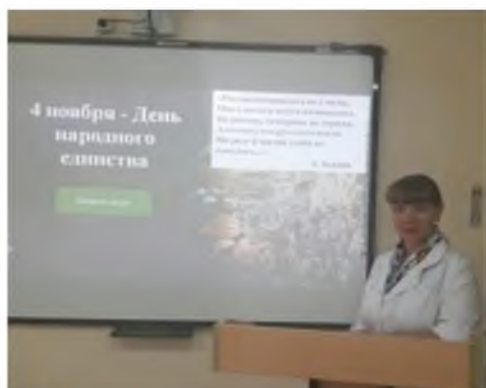
### День Народного единства

*2 ноября 2018 года для студентов 132 группы было проведено внеклассное мероприятие, посвященное Дню народного единства.*



К этому мероприятию ребята готовились заранее: придумали название командам – «Ополченцы» и «Лжедмитриевцы», а также готовили стенд – «Мы разные, но мы едины!».

Оценивало участников мероприятия жюри: преподаватель Коломеец А.Г. и студенты 132 группы.



Чтобы определить, насколько ребята знают историю своей страны, преподаватели истории Костенко Анна Викторовна и Швец Оксана Анатольевна провели викторину.

В результате победителем стали «Лжедмитриевцы», они набрали большее количество баллов за правильные ответы. Все участники мероприятия были награждены сертификатами.



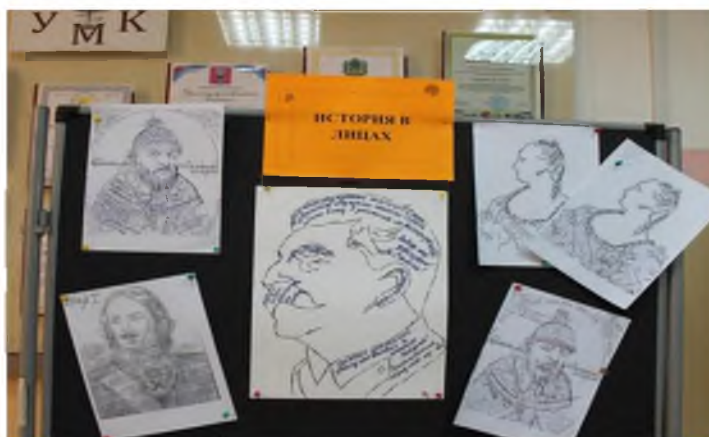
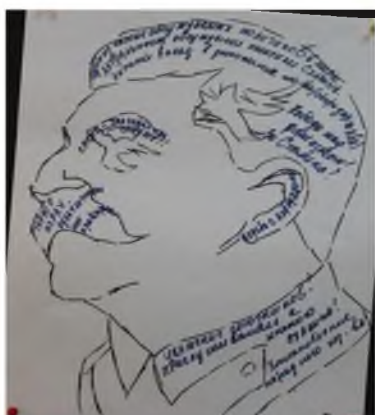


## События

### Неделя истории

С 26 по 30 ноября 2018 года для студентов первых курсов специальности «Сестринское дело» в колледже проходила Неделя истории «Вехи русской истории».

В течение недели для ребят преподаватели истории Костенко А.В. и Швец О.А. проводили различные мероприятия: *Выставка книг «По страницам истории», выставка коллажей «История в красках», Викторина «Именем Петра Великого», выставка буквенного портрета «История в лицах: династии Рюриковичи и Романовы», презентация лэпбуков «Мое отечество», «Малая Родина», выставка-викторина «Впервые в России», выставка-экспозиция «Великая Отечественная война».*



Завершилась неделя Интеллектуальным конкурсом «Юный историк», в котором победила 134 группа, показавшая самые глубокие знания по истории своей родины. Все ребята получили сертификаты.



## Акции

### Проведение профилактической беседы: «ВИЧ: как себя обезопасить?»

27 ноября 2018 года, в преддверии Всемирного дня борьбы со СПИДом, члены клуба социально-активной молодежи «Спектр» провели профилактическую беседу для воспитанников КГБ УСО «Уссурийский СРЦН».



Тематическое мероприятие проведено с целью повышения знаний слушателей о ВИЧ-инфекции, ознакомления со способами распространения и мерами профилактики и защиты от вируса.



### Щедрый Вторник в Уссурийском медицинском колледже



В связи с реализацией общественной инициативы «Щедрый вторник», студенты Уссурийского медицинского колледжа провели ряд благотворительных мероприятий: организовали акцию по сбору детского питания, игрушек и предметов личной гигиены для малышей Уссурийского психоневрологического дома ребенка, провели флеш-моб в сети интернет: «Мое доброе дело». В мероприятиях приняли участие более 140 студентов колледжа.



*Актуально*

## Научно-исследовательская конференция «Добровольчество как социальный феномен современного российского общества»

22 ноября 2018 г. состоялась научно-исследовательская конференция «Добровольчество как социальный феномен современного российского общества».

Участниками конференции стали учащиеся 9-11 классов общеобразовательных школ Уссурийского городского округа, Арсеньевского городского округа, студенты первого курса специальности «Сестринское дело» Уссурийского медицинского колледжа.

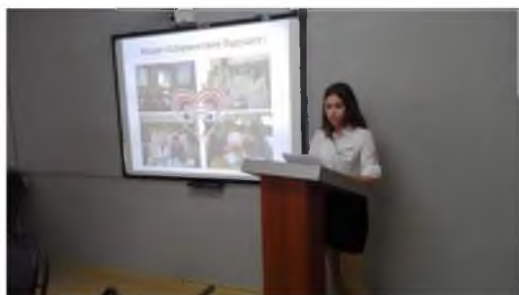
13 участников представили свои доклады на конференцию по двум направлениям:

1 направление: «Волонтерская деятельность в образовательной организации»;

2 направление: «Волонтерство в современном гражданском обществе».



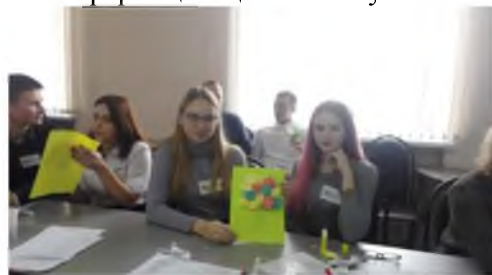
Мнение членов жюри было объективным, победители определены на основании общей суммы баллов, в соответствии с разработанными критериями.



В рамках научно-исследовательской конференции для гостей и участников был проведен мастер-класс «Терапия доброты».

Студент 3 курса «Сестринское дело» Козлов Степан продемонстрировал присутствующим искусство работы с бумагой - оригами. Присутствующие под его руководством сами сконструировали фигурки из бумаги.

Преподаватели Костенко А.В., Швец О.А. создали совместно с участниками и гостями Конференции цветы из бумаги.



Дегтярева Дина и Якунина Вероника, студентки специальности «Сестринское дело» рассказали о значимости терапевтической игрушки-осьминожки для недоношенных малышей.



По итогам работы научно-исследовательской конференции «Добровольчество как социальный феномен современного российского общества» все участники получили сертификаты.

*Поздравляем победителей и участников Конференции и желаем дальнейших успехов в учебной деятельности, упорства и трудолюбия, новых интересных идей!*



*Актуально*

## Seasons of the year

*28 ноября 2018 года состоялось открытое внеаудиторное мероприятие по дисциплине «Иностранный язык», в котором приняли участие активные студенты, заинтересованные в углубленном изучении английского языка.*



Под руководством преподавателя Обуховской Ирины Валерьевны студенты подготовили чтение иностранных



стихотворений наизусть о временах года и литературные переводы для гостей мероприятия.



Также была оформлена выставка творческих работ студентов на тему времен года.



В конце мероприятия все делились впечатлениями.



## Медицинский календарь на декабрь

**1 декабря** - международный день борьбы со СПИДом. Впервые был отмечен в 1988 году. Эта дата символизирует объединение усилий всех людей, живущих на планете Земля, в борьбе с этой страшной трагедией. Организация проводимых мероприятий подразумевает, в первую очередь, поддержку профилактических мер и максимальный доступ к информации об этом недуге.

- день невролога

Праздник не получил большой популярности во многих странах. Он пока не закреплён в перечне памятных дат РФ и известен не всем медицинским работникам.

**3 декабря** - международный день инвалидов. Отмечается с 1992 года. Данное решение было принято Генеральной Ассамблеей в целях повышения мобилизации поддержки важных вопросов, касающихся людей, страдающих от инвалидности.

**27 декабря** - день спасателя

День спасателя установлен указом Президента РФ в 1995 году. Ключевую роль в проведении поисково-спасательных работ играют спасатели МЧС. Они всегда первые там, где людям нужна помощь: в завалах разрушенных строений, в дыму и в огне пожаров, в искореженных транспортных средствах, на затопленных территориях. Большая роль в этой работе отводится медикам.

*Медицинский календарь готовила*

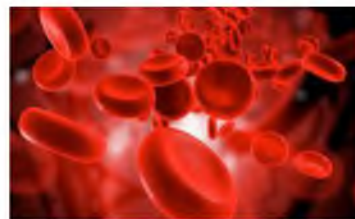
*Елена Потапкина,  
студентка 135 группы*

## Медицинские факты

**1.** Человеческая почка состоит из более чем 1.000.000 микроскопических трубочек. Суммарное расстояние всех этих трубочек (из 2-х почек) достигает 65 км.



**2.** Плазма человеческой крови и морская вода очень схожи по составу, утверждают биохимики.



**3.** Улыбаясь всего дважды в день можно понизить кровяное давление.



**4.** За всю свою жизнь волосы человека вырастают в среднем на 950 км.



**5.** Самая твердая субстанция нашего организма - зубная эмаль.



## Праздник

### Самое главное слово – МАМА!

*Первое слово ребенок сказал:  
-Мама!*

*Как много в этом слове! Иногда мы не ценим наших мам, а ведь они единственные, кто прошел с нами путь от рождения и до взрослой жизни, несмотря ни на что. Это и их нежные, добрые, мягкие руки, их помощь и опора в жизни нас поддерживали!*



**23 ноября 2018 года** в Актовом зале общежития прошел концерт, посвященный Дню Матери. Организовали этот праздник участницы музыкальной студии «Сибелиус» под руководством Владимира Ильича Гаврина.



Наши студенты подготовили чудесную программу. Со сцены звучали лирические и народные песни, посвященные маме, а также - красивые и трогательные стихотворения.

Праздник прошел в атмосфере тепла и доброжелательности. В какие-то моменты можно было порадоваться, в какие-то немного погрустить, задуматься, чему-то поучиться...



## Праздник

День матери в России очень молодой праздник. Но сам факт того, что материнский труд стал цениться и восхваляться, очень важен для каждой женщины в нашей стране. В этот день принято дарить мамам подарки, восхвалять их. Сложно сказать, скольких нежных и ласковых слов достойны наши матери. Во всех странах есть праздник матери. У каждой страны свои традиции и история. Одно неизменно у всех – женщину, мать почитают. В современном мире, где так много насилия, особое внимание уделяется семье.



Основой любой семьи являются наши матери.



И мы должны быть благодарными им за то, что они дали нам жизнь. Счастье начинается с первого поцелуя мамы. А еще – только мама любит нас не за что-то, а просто за то, что мы есть! Все приглашенные преподаватели не сдерживали своих эмоций. Они вспоминали свое детство, тепло, улыбку и заботу своих матерей.

*Екатерина Молчанова, студентка 235 группы,  
специальность «Сестринское дело»*

## *А вам слабо?*

### **За качество образования**

*Казалось бы, невозможно представить свою жизнь без гаджетов, Интернета и всего того, что так затягивает нас в виртуальный мир и заставляет находиться постоянно на связи в реальном.*

В прошлом номере мы затрагивали в статье проблему зависимости от Интернета. И большинство студентов, участвующих в опросе, говорили, что не могут обойтись без сотового телефона. Но некоторые, прочитав нашу статью, сделали верные выводы.

И результат не заставил себя ждать! Мне было очень приятно и удивительно, когда заведующая отделением № 2, преподаватель Оксана Юрьевна Болдырева пригласила меня на занятие МДК.01.03 Сестринское дело в системе первичной медико-санитарной помощи в 334 группу, чтобы показать, как студенты во время занятия убрали сотовые телефоны, которые постоянно их отвлекали от учебного процесса. Хочу сказать, что это было нелегкое испытание.



### **А вам слабо?**

*Соклакова О.В., педагог-организатор*

### **Над номером работали:**

**Главный редактор - Соклакова О.В.**

**Текст статей, интервью, опрос –** Алина Драгомерецкая, Мария Кузнецова, Марджона Мирзоева, Алина Казакова, Алина Атанова, Камилла Мусаева, Мария Панкратова, Екатерина Авдеенко, Милена Шашкова, Екатерина Ищенко, Елена Потапкина, Евгения Ефимова, Екатерина Молчанова.

**Фото–**Ольга Рулюк, Даниил Наводный.

### **Верстка, оформление –**

Тесленко С.В., Воротынцева Д.В., Соклакова О.В., Мария Панкратова.

**Пишете стихи или прозу? Хотите увидеть их в нашей газете? Все в ваших руках!**

**Обращайтесь к педагогу-организатору в каб. 43**



**Колледж, которым гордимся!**

Электронная версия газеты на сайте:  
<https://ussurmc.ru>

Отпечатано в  
КГБ ПОУ «Уссурийский медицинский колледж»