



**Во благо
здоровья уральцев —
изучать, исцелять,
воспитывать!**

СТУДГОРОДОК

газета студентов-медиков

В канун наступающего Нового года примите мои искренние поздравления. Я обращаюсь к тем из вас, кто сегодня усердно изучает науки, чтобы стать профессионалом.

Быстро шагает время, мы все стали еще на год старше. Историческая тетрадь 2009 года исписана — пора заводить новую. Минувший год был наполнен трудом и нам необходимо сохранить темп для года грядущего, ведь Новый год — это праздник, который чудесным образом соединяет прошлое, настоящее и будущее, светлые мечты и новые цели, сожаления о быстро проходящем времени и устремленность вперед. Каждый год сплачивает нас общей деятельностью, общими интересами и надеждами. Все, что сделано и планируется сделать в нашем большом коллективе, направлено на укрепление позиций медицинской академии и ее уверенного движения вперед. Я желаю, чтобы каждый день был насыщен яркой палитрой событий и представлял неограниченный спектр возможностей для самореализации, а вашими верными спутниками всегда являлись хорошее настроение, взаимопонимание и стремление к совершенству. Сегодня нужно стремиться быть лучшим во всем: в работе, в освоении новых знаний, в творчестве. Государство искренне заинтересовано в поддержке перспективных «точек роста», которые и будут в дальнейшем формировать интеллектуальный потенциал страны, элиту нации.

Я надеюсь, что все хорошее, что радовало в уходящем году, непременно найдет свое продолжение в следующем, станет хорошей предпосылкой для новых побед, вы, дорогие студенты, будете также усердны в учебной и исследовательской деятельности, потому что этими усилиями живет и развивается академия, ведь именно вам строить будущее отечественной медицины.

С.М. Кутепов, ректор Уральской государственной медицинской академии



Каждый год нам даётся возможность начать жизнь с чистого листа, простить обиды, попросить прощения, выбросить из души и мыслей всё негативное, с оптимизмом и надеждой посмотреть в будущее! Пусть в новом 2010 году мы научимся со спокойствием встречать всё, что нам уготовано, быть поддержкой и опорой для тех, кто в этом нуждается; относиться ко всему с холодным рассудком и горячим сердцем; каждое утро начинать с мысли о том, что такого дня больше никогда не повторится, и мы должны наполнить его добром, улыбками и любовью ко всему, что нас окружает. С наступающим вас Новым 2010 годом!

Ольга Поморцева, редактор газеты «СтудГородок»

Дорогие коллеги! Подошел к концу очередной год! Неоценимы объемы работы, проделанной в уходящем 2009 году: сколько жизней спасено, диагнозов поставлено, сколько тонн, километров, тысяч страниц вызубрено... Хотелось бы пожелать всем ученикам нашей гордой профессии продолжать пополнять ряды медицинских работников, ежедневно дающих жизнь людям! Пусть в новый 2010 год мы войдем с новыми силами, новыми знаниями и новой энергией, так необходимыми в нашем нелегком труде! Пусть в душе каждого из нас звучит музыка, а сердца наполняются радостным звоном! С новым 2010 годом, дорогие друзья! С новым счастьем!

Ильдар Хасанишин

*Уважаемые студенты и профессорско-преподавательский состав!
Я искренне желаю вам и вашим близким крепкого здоровья, благополучия, любви и взаимопонимания с окружающими! На носу сессия, поэтому желаю студентам легких билетов, нашим преподавателям желаю быть лояльнее к студентам.*

В Италии существует традиция перед новым годом выбрасывать из окна старые и ненужные, надоевшие за год вещи. Мы, конечно, не в Италии, но этот обычай так хорош, что мне бы хотелось предложить вам всем выбросить из памяти как ненужный хлам старые обиды, ссоры, дурные поступки, зависть, неверность, неблагодарность. Тогда в нашей памяти останутся только теплые и приятные воспоминания об уходящем годе. Запомним его таким. Каждый верит, что в новогоднюю ночь происходят чудеса, исполняются желания. В этот праздник нас окружают самые близкие люди, и звучат самые приятные слова. Ведь если от души пожелать что-то, то это обязательно произойдет. Пусть вас и ваших близких хранит Бог. С Новым годом!

Самвел Папоян, председатель Союза студентов и аспирантов УГМА

Поздравляю всех студентов с новым 2010 годом и желаю, чтобы этот год начался у вас с успешной сдачи сессии и был наполнен только яркими впечатлениями и положительными эмоциями! С Новым годом, уважаемая администрация, преподаватели! Спасибо вам за понимание и за поддержку, желаю вам терпения и успехов в вашем нелёгком деле!

Мирза Дурускар, 3 курс лечебно-профилактического факультета



Впервые за всю историю УГМА появилась возможность отпраздновать Новый год и День белого халата вместе и только нашим большим вузом... Ждём ВСЕХ 21 декабря в клубе «Центр Мира». К празднованию присоединятся отличные и популярные ди-джеи города YAN, KLEY, Dj Seroff, Dj Shizza и Dj Belamor! Мы просто обязаны сделать этот день незабываемым! Веселая программа, веселые сюрпризы и отличное настроение ждут Вас!!!

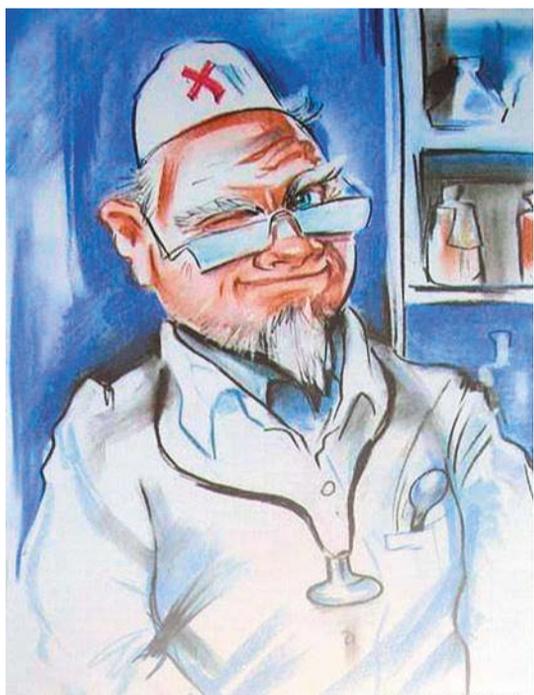




ПЕДФАК. МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ!

Мода существует не только среди взрослых, дети тоже отчаянно её придерживаются! Например, в детском саду все хотят стать космонавтами, балеринами, артистами; в школе — пожарными, милиционерами, ветеринарами. И я не был исключением. Сначала хотел стать лётчиком, потом писателем, потом архитектором. Вообще всё зависело от того, какой фильм я посмотрел последним, и если в нём говорилось, что только будучи библиотекарем ты будешь счастлив, я резко начинал мечтать об этой профессии. Это касалось и желания завести животное. Стоило мне посмотреть фильм «Бетховен», я сразу начинал мечтать о сенбернаре; стоило прочитать «Лев и собачка» я просил дворняжку и чтоб хвостик был непременно колечком. Но я никогда не думал, что пройдёт время, и я буду выписывать рецепты, делать уколы и просить открыть рот и сказать «А-а-а-а...». Врачей я боялся с детства.

Как-то раз меня оставили в деревне у бабушки на пару недель. Свежий воздух, ковыряние в грязи, шлёпанье по лужам и игры под



дождём принесли свои плоды. Не прошло и пары дней, как я тяжело заболел пневмонией. Плохо помню, что тогда со мной творилось, мог уловить, какое время суток, сколько я уже лежу и есть ли кто-то ещё в комнате. А потом откуда-то появился врач, только он не был похож на тех врачей, которых я видел раньше. Это был молодой, наверное, только после института доктор. Я запомнил его лицо, тёмные кудрявые волосы, белый халат и невероятно добрые карие глаза, которые смотрели на меня с такой любовью, что сразу стало легче. Он сел на кровать, внимательно посмотрел на меня и с улыбкой спросил:

—Как тебя зовут?

—Паша — ответил я.

—А кем ты хочешь стать, Паша?

Здесь у меня в душе всё будто перевернулось, я забыл и про лётчика, и про архитектора, и про пожарного, мне стало так легко только от его присутствия и взгляда, что язык не повернулся ответить ничего, кроме:

—Доктором! Я хочу так же как вы помогать ребятам!

В ответ он только улыбнулся.

Прошло много лет с тех пор. Этот случай определил мою дальнейшую судьбу. Когда меня спрашивали, кем я хочу стать, я отвечал только одно — врачом. Закончил с отличием школу, поступил в медицинскую академию, как и мечтал, на педиатрический факультет. Очень гордился тем, что хожу в белом халате, говорю непонятные слова, всегда что-то читаю, с умным видом заглядываю в рот и прошу сказать «А-а-а-а...». Студентом я был прилежным, всегда посещал лекции, научные общества и конференции. Как-то после одной такой конференции я выходил из зала и увидел в толпе старого седого врача. На его макушке блестела лысина, белый халат от старости пожелтел. Медленным шагом он шел ко мне навстречу. Я никогда не видел его прежде, но мне казалось, что мы давно знакомы. Когда мы поровнялись с ним, он поднял на меня глаза,



они были карие и очень добрые, такие глаза я уже видел однажды... Тут я вспомнил, как болел пневмонией, как увидел у своей постели молодого врача, карие глаза которого были наполнены любовью и заботой. Вспомнил наш короткий, но очень важный разговор, и как он поселил в моей душе желание помогать самым маленьким. Так хотелось подойти и спросить, помнит ли он меня, помнит ли, что зовут меня Паша и что это я пообещал ему стать врачом таким же, как он и помогать деткам??? Может я постеснялся, может растерялся, но так и не подошёл к нему.

Теперь я тоже врач. В академии меня многому научили — у меня были замечательные учителя. Но одно я понял ещё в детстве. Я понял, как важен для ребёнка просто один твой взгляд, наполненный любовью и желанием помочь.

Павел Гордеев



О, СЧАСТЛИВЧИКИ!

Не правда ли, каждый хочет быть везучим? Но нет, не все могут похвастаться тем, что они удачливые, что у них все и всегда получается, они все успевают, у них много друзей, они — лидеры среди своих сверстников, их имена на слуху. Как оказалось, формула везения проста: нужно ОЧЕНЬ постараться, «попотеть», потрудиться, усердно грызть гранит науки, чтобы успех преследовал вас всю оставшуюся жизнь.

Так и случилось с нашими счастливицами, которые сейчас, учась на 5 курсе стоматологического факультета, пожинают плоды своей усердной учебы.

На днях ребятам была вручена стипендия от стоматологической компании «Мегадента». Стипендия вручается уже 3-й раз. В 2009 году этому событию была придана особая праздничность: ее вручали в торжественной обстановке — в гостинице «Хаятт» в рамках проходящей там конференции, посвященной эндодонтическому лечению зубов, на которую приехали специалисты-стоматологи не только со всей России, но и из Германии.



Предыстория стипендии такова: 3 года назад стоматологическая компания «Мегадента» на 30-летие стоматологического



Итак, вот наши герои:

- Алещенко Владимир, 508
- Мачульская Дарья, 508
- Лызлова Юлия, 502
- Меньшикова Евгения, 504
- Шумейко Константин, 502

факультета присвоила ему грант с целью поощрения пяти лучших студентов 5 курса. Срок гранта — 5 лет. Лучших студентов определяют в деканате. По какому принципу? Они должны быть успешны в учебе, претендовать на красный диплом, принимать активное участие в научной и общественной работе. В совокупности всех заслуг и определяются лучшие студенты.

СГ



ЧЕМ ВАМ ЗАПОМНИЛСЯ 2009 ГОД?

В начале года я познакомилась с замечательным парнем, который впоследствии стал моим другом. Жаль, что он живёт в Испании, и мы с ним ещё ни разу не виделись, но я верю, что в Новый год происходят чудеса, и мы обязательно встретимся!

Наталья Сырысева, ОМП 302



Самым ярким событием уходящего года стало для меня рождение сына!

Даша Ларионова, ОП 406



В мае этого года меня приняли в новую команду КВН «Мой папа подводник»

Екатерина Лобарева, ОЛД 301

В этом году я получил работу тренера по волейболу!

Константин Прохоренко, ОЛД 305



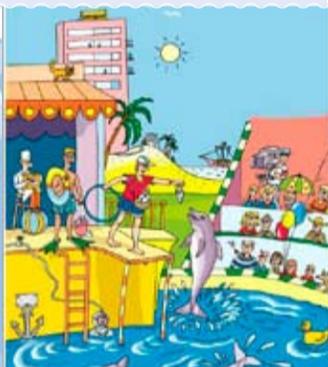
Осенью я женился на самой замечательной девушке! Мы ещё и котёнка завели, назвали Томас ☺

Алишер Сангинов, врач-ординатор второго года



На окончание летней сессии родители подарили мне билет в дельфинарий, где я могла не просто посмотреть представление, но и поплавать в одном бассейне вместе с дельфинами, покататься, держась за их плавники, и почувствовать себя настоящей дрессировщицей.

Рузавина Елена, ОП 410



Поездка на Байкал и в Питер после сессии. Очень яркое воспоминание осталось от того, что я проснулся ранним утром в поезде после станции Мариинск, и понял, что так далеко на восток я ещё не забирался. А вокруг открывался очень необычный пейзаж: розовый рассвет и по самой земле лежит легкий и воздушный туман; а над ним стоят небольшие деревца, похожие на яблони, и они тоже залиты нежным розовым светом. Запомнились небывалой красотой природа вокруг и ощущение какой-то нереальности. Вот я видел это великолепии на фотографиях, а теперь лицезрел непосредственно сам, своими глазами! ☺

Владимир Булдаков, ОП-405



Мне запомнилось участие в Шанхайской организации сотрудничества и профессиональное обучение массажу.

Яна Шалак, ОП 409

Я была счастлива весь год! Ведь год меня окружали только родные и любимые люди!

Виктория Трушкина, ОП 407



Сбылась моя мечта, я купил машину!

Игорь Калюжин, ОЛД 113



Я влюбился!

Денис Пискунов, ОЛД 305

Встретил свою вторую половинку! Наташенька, я тебя очень люблю!

Сергей Матвеев, ОЛД 408



Этот год, безусловно, запомнится мне надолго! Он был полон исключительно радостных событий и встреч. Летом мне посчастливилось вместе с другими участниками хора принять участие в VI международном хоровом конкурсе имени Йоганна Брамса! Эта поездка дала яркий всплеск творчества, новых друзей и большой заряд положительных эмоций!

Маргарита Папулова, ОП410



«Я ЛЮБЛЮ ЖИЗНЬ!»

Не пей,

УСПЕЙ

влюбиться, поехать на море, найти работу, испечь в париж записать диск, поплавать с дельфинами, похудеть, прыгнуть с парашютом, испечь торт, сделать фотосессию, поехать в Питер, играть в снежки, сочинить стихи, ЖИТЬ, завести собаку, сдать экзамен, купить платье, родить дочку, погрузиться с аквалангом, встретить новый год, поставить рекорд, научиться кататься на велосипеде, играть на гитаре, получить права.

*до 70 % мужчин, злоупотребляющих алкоголем, умирают в возрасте до 50 лет

Неожиданным для многих стало II место студентки 2 курса лечебно-профилактического факультета Анны Винокуровой в конкурсе на лучшую творческую работу (плакат) среди студентов екатеринбургских вузов на тему: «Профилактика зависимостей от психоактивных веществ и пропаганда здорового образа жизни среди студенческой молодежи».

Конкурс проходил с 18 по 27 ноября, орга-

низаторами его выступили Отдел координации работ по профилактике и борьбе с наркоманией администрации г. Екатеринбурга и Совет ректоров вузов Свердловской области.

Соперники у Ани — более чем серьезные и, главное, уверенные в своих силах студенты из архитектурной и юридической академий, педагогического, юридического университетов и других вузов среднего Урала.



«Я не думала, что смогу на равных соперничать с участниками конкурса, но моя идея была понята членами жюри, я старалась в своей работе показать, сколько у молодого человека есть возможностей, которые он может реализовать, если не будет зависить от разрушающих его организм привычек».

Дипломами и сертификатами 7 декабря в архитектурной академии наградили победителей. Кроме того, лучшие работы будут размещены в качестве социальной рекламы в общественном транспорте Екатеринбурга.

Кстати, это не первый успех Ани на конкурсах. В ноябре она заняла I место на фестивале «Звезды УГМА-2009» и стала лучшей в номинации «художественно-прикладное творчество, фотография», представив на суд жюри серию работ, выполненных на основе фотографий, которые были сделаны во время путешествия по Санкт-Петербургу, и с применением компьютерного дизайна. Еще Аня играет в сборной команде академии по волейболу. В этом году команда заняла II место в районных соревнованиях среди женских команд.

СГ





ЕЩЕ РАЗ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ



Цель проведения «круглого стола»: формирование у студенческой молодежи ценностного отношения к здоровью, повышение компетентности в вопросах здорового образа жизни, обобщение работы вузов в области укрепления здоровья студентов.

Для обсуждения были выдвинуты следующие вопросы:

1. Организация «Школы здоровья» в вузе как пример системной реализации стратегий укрепления здоровья студенческой молодежи.

2. Влияние физической активности на здоровье человека; проявления, причины и последствия гиподинамии. Оценка уровня двигательной активности, физической тренированности и мотивов для занятий физкультурой у молодежи.

3. Современные проблемы в состоянии фактического питания студентов образовательных учреждений.

4. Психоземotionalный стресс. Физиологические механизмы развития стресса и его проявления. Причины и виды стресса. Основные подходы к решению стрессовых проблем и повышению стрессоустойчивости.

5. Профилактика потребления психоактивных веществ. Факторы риска и защиты, мотивы и ситуации потребления психоактивных веществ.

6. Формирование сексуальной культуры молодежи как важнейшего фактора сохранения и укрепления духовного и физического здоровья населения России.

При проведении «круглого стола» были использованы аудиовизуальные средства, а также методы анкетирования, дискуссии, «мозгового штурма», обучения в упражнении, проба Мартине-Кушелевского.

Анализ анкетирования показал, что большинство участников (60%) правильно понимают выражение «здоровый образ жизни». Считают, что ведут здоровый образ жизни 15%, не совсем – 65% и нет – 20%. Оценили

9 декабря, в УГМА, в рамках Слета лучших групп вузов Свердловской области состоялся «круглый стол» на тему «Здоровый образ жизни как составляющая общей культуры человека». Участниками мероприятия стали 22 студента из лучших академических групп 12 вузов Екатеринбурга (УГЛТУ, УГТУ-УПИ, ГУ, УРАГС, УГАХА, УГГУ, УрГУ, УГМА, УрГПУ, УрГЮА, НТГСПА, РГППУ).

свои знания как достаточные для сохранения и укрепления здоровья в будущем – 60% респондентов. Наличие в вузе системы мероприятий, направленных на укрепление здоровья студентов отметили 67% опрошиваемых, отдельные мероприятия – 24% и их отсутствие – 9%. Однако при обсуждении данного вопроса ни один из студентов не смог описать систему мероприятий в своем вузе.

Практически все ребята (91%) отметили, что занимаются физической активностью (ФА), мотивами для этого служат радость и удовольствие от ФА, улучшение здоровья, выработка физических качеств (ловкость, выносливость), а также снижение веса. Однако лишь 29% имеют достаточный уровень ФА в течение дня. Среди препятствий для занятий ФА – нерациональное использование времени, высокие учебные нагрузки, лень.

Высказывания участников «круглого стола» по вопросу современных проблем в состоянии фактического питания студентов носили ярко выраженный субъективный характер: многие жаловались на нерационально построенное расписание, отсутствие возможности приема пищи в связи с очередью в столовой, большую загруженность и т.д. Некоторые акцентировали внимание на качестве питания и на возможности грамотно построить свой рацион при желании и организованности.

Атмосфера накалилась, когда участники перешли к теме потребления психоактивных веществ (ПАВ). Выявлено достаточно толерантное отношение молодежи к ПАВ. Так, негативное отношение ко всем перечисленным

ПАВ (курение, алкоголь, наркотики) в ходе анкетирования отметили лишь 38% участников круглого стола. Ответ – «это личное дело каждого» в отношении курения выбрали 24% ребят. Считают, что курение небезопасно, но можно попробовать, 2 человека, 1 отметил, что это престижная и красивая привычка. В отношении к алкоголю практически каждый третий отметил, что «это допустимо в разумных количествах», 3 человека считают, что «это личное дело каждого». Ребята негативно относятся к потреблению наркотиков, лишь 2 человека отметили, что «это личное дело каждого». В группе опрошенных студентов 65% пробовали курить. Из них в настоящее время курит не каждый день – 50%, каждый день – 2 человека. Среди мотивов курения были отмечены снятие стресса и автоматическое курение.

Все ребята пробовали алкоголь. Практически каждый второй в аудитории (48%) отметил, что употребляет алкоголь 2 раза в месяц и чаще, 43% – не чаще одного раза в мес. и 9% – не употребляет. 2 человека пробовали наркотики. Все ребята отметили, что в настоящее время наркотики не употребляют.

При обсуждении вопроса формирования сексуальной культуры молодежи у участников «круглого стола» возникли наибольшие трудности. Возникло много споров по поводу того, необходимо ли вообще молодежи прививать такую культуру. Малая информированность по данному вопросу – это не только проблема молодых людей, это проблема всего общества.

Будем надеяться, что после «круглого стола» все участники донесут до своих сокурсников те пробелы и решения, которые были обсуждены.

Хотелось бы поблагодарить за организацию мероприятия Управление по внеучебной работе УГМА и лично Татьяну Егоровну Юрину и ассистента кафедры общей гигиены Гончарову Анну Сергеевну.

*Самвел Папоян,
председатель «Союза студентов
и аспирантов УГМА»*



ОТВЕТ СТУДЕНТОВ ГРИППУ!!!

По всему городу объявлен карантин!

В больницах километровые очереди, в аптеках не хватает лекарств, раскуплены годовые запасы масок и оксолиновой мази... на улицах паника! Кто-то лечится народными средствами, кто-то просто сидит дома, а вот студенты всех ВУЗов города решили объединить силы и лечится хорошим настроением!

Прямо в «Центре Мира» 27 ноября с 23.00 до 5.00 была открыта настоящая «Аптека». Главный врач МС Kolya Mогозов с целой делегацией врачей и медсестёр из всех ВУЗов города провели научное исследование и выявили основные причины заболевания гриппом. Ими

оказались хроническая усталость, недосыпание, унылая погода и авитаминоз! Было решено срочно принять первые меры

по профилактике гриппа и создать пункты выдачи витаминов! Уже тяжело больных отправляли на срочные перевязки, которые проводили самые очаровательные медсестры. Пациентов развлекали санитары Dj Kleu и Dj Seroff. Результаты не заставили себя ждать! Уже через час все показатели пришли в норму, пропали признаки усталости, вернулось хорошее настроение, появились новые друзья! Домой всех выписали с диагнозом ЗДОРОВ!

Можно с уверенностью сказать: «Ура! Теперь не нужны вакцины и операции! Мы нашли 100% лекарство от всех болезней!»



Записывайте скорее рецепт!
Rp: pulv. Друзей 10,0
Tinct. Хорошего настроения 100%
Sol. Качественной музыки 100%
Da. Signa: каждую пятницу в 23.00
в «Центре мира»

