



МОЛОДИЙ МЕДИК

№7, серпень 2017 р.

Марк Говард: «Ми хочемо, щоб ви не повторювали наших помилок»

Вінницькі гістопатологи отримали підтримку консультантів Британської Королівської Колегії

Червень 2017 року став місяцем, коли співробітники кафедри патологічної анатомії, судової медицини та права ВНМУ започаткували контакти з британськими колегами. До медуніверситету завітали консультанти Британської Королівської Колегії гістопатологів в Україні доктори Ольга Уайз та Марк Говард.

Ольга – випусниця ВНМУ, – зараз працює консультантом-гістопатологом у Сент-Томасі (Велика Британія), а її колега – консультант-гістопатолог Університету Брайтона та Університету Сассекса. В Україну консультанти приїхали, бо прочитали у Бюлетені гістопатанатомів, який випускає Колегія, маленьку замітку про проведення тижня патоморфології у ВНМУ із закликом до співпраці, адресованим британським колегам. Цю замітку у бюлетень надіслало керівництво кафедри патанатомії ВНМУ.

– Побачивши цю публікацію, я звернулась до Колегії, де мені повідомили, що вона не має представників в Україні, тоді я і мій партнер Марк запропонували свої кандидатури у якості таких представників, – говорить Ольга Уайз. – Для мене це було логічно, адже я закінчувала саме Вінницький національний медичний університет, і тепер дуже хочеться працювати разом, допомагати один одному та розвивати спільні програми, те цікаве, що буде корисне і вам, і нам.

Дівчина розповіла, що до Англії потрапила тому, що вирішили з друзями спробувати щось змінити у своєму житті.

– Мені пощастило з тим, що Він-

ницький національний медичний університет входить до Загальної Медичної Ради (General Medical Council, GMC – прим. авт.) та має гарну репутацію, тому, якщо ти за-



Марк Говард приймає екзамен у англомовної студентки. Вона відповіла на всі запитання.

кінчуєш саме цей університет, то маєш право перевести свою кваліфікацію у британську, здавши декілька екзаменів. Потім треба пройти інтернатуру, що я також зробила. Це декілька років дуже важкої праці, не такої, як тут. Тут інтерни живуть весело. У Британії – важко працюють, маючи 12-годинні чергування багато ночей підряд. Але й цей етап був пройдений. Я завжди любила гістологію та вирішила, що це буде моя кар'єра, та подала заяву на міжнародний тренінг саме з цієї дисципліни. І я вступила у Південно-Східну школу у Денвері, розпочавши таким чином свою кар'єру у гістопатології. Зараз я працюю консультантом у госпіталі Святого Томаса, це центральна лікарня у

Лондоні, своє навчання я завершувала там, і згодом мене взяли на роботу.

Поки ми розмовляємо з Ольгою, її колега Марк приймає екзамен з патологічної анатомії у англомовної студентки. Дівчина відповідає на всі запитання, і Марк явно вражений результатом. Питаю його думку щодо перших годин перебування у ВНМУ:

– Особливо захоплюючим є той факт, що структура медичної освіти у Вінниці є такою ж, як у Британії. Є додипломна та післядипломна освіта. І при поверненні до Британії ми розповімо у нашій Колегії, що система навчання в Україні, зокрема, у Вінниці, є подібною до нашої.

Закінчення на 2-й стор.

Марк Говард: «Ми хочемо, щоб ви не повторювали наших помилок»

Закінчення. Початок на 1-й стор.

Що ми маємо більше подібностей, ніж відмінностей. Перспектива нашої співпраці є дуже захоплюючою. Вперше представники (Британської Королівської – прим. авт.) Колегії гістопатологів мають прямі контакти та безпосереднє спілкування із колегами в Україні. Було дуже важливим побачити, що у цьому медичному навчальному закладі розвивається морфологічний напрям, проводився тиждень гістопатології, що і простимулювало наші контакти. Для Колегії дуже важливо встановлювати контакти з подібними організаціями у світі, і, особливо ми зацікавлені у встановленні контактів у країнах Центральної Європи, новій Європі, яка піднімається у розвитку. Для нас особисто є дуже почесним бути обраними (у якості консультантів в Україні – прим. ред.), особливо – для Ольги, яка була студенткою вашого університету.

– Я думаю, що й якість освіти, яка тут надається, є високою, – продовжує Ольга. – Великим є ентузіазм людей, з яким вони працюють, які хочуть вийти на міжнародний рівень і досягти міжнародних стандартів. І ми хочемо допомогти вам цих стандартів досягти.

На думку Марка, подібна співпраця не передбачає переваг однієї сторони над іншою:

– Сьогодні зроблений маленький крок, але це – початок співпраці. Дуже скоро ви будете робити те, що ми робили раніше. І ми хочемо допомогти не тому, що – кращі, а тому, що хочемо, аби ви не повторювали наших помилок. Ми хочемо поділитись знаннями та досвідом. Тому що помилки коштують грошей та забирають час. Уникнення цих помилок допоможе зберігати вам прогрес, – сказав Марк. – Також ми є адвокатами української гістопатології в Європі, можемо допомогти у комунікації між двома країнами. Зокрема, ваші фахівці можуть приїхати на стажування до Лондона, адже Колегія має розвинену міжнародну співпрацю, приймає вчених з різних країн. Ми шукаємо й інші програми, які будуть корисними. Ми також вчимося, перебуваючи тут.

Результатом візиту, за словами завідувачої кафедри патологічної анатомії, судової медицини та права ВНМУ, д. мед. н., проф. Алли Олександрівни Гаврилюк, стало окреслення кроків щодо подальшої співпраці між кафедрою та спеціалістами Колегії, зокрема, з обміну студентів, підвищення кваліфікації лікарів та інтернів та наукова діяльність.

Спілкувалась Вікторія Родінкова.



Українська медицина – на гідному рівні

**Так вважають студенти ВНМУ,
які стажувались у Білорусі**

Вінницькі студенти-медики не гаяли літнього часу, відвідавши для обміну досвідом Гродненський медичний університет. Двотижнева поїздка вісьмох представників ВНМУ до Білорусі відбулась з 26 червня по 7 липня у рамках угоди про співпрацю між університетами. Учасниками вінницької делегації стали студенти 3-6 курсів. Окрім відвідин, власне, університету вони проходили практику з офтальмології, хірургії, терапії та акушерства і гінекології в обласній лікарні міста Гродно.

Про свої враження від поїздки розповів керівник групи, клінічний ординатор кафедри офтальмології, Богдан Хіміч:

– Ми мали чудову можливість відвідати Гродненський медичний університет. Білоруси досить гостинний народ зі своїми «родзинками». Медицина – один із пріоритетів держави, тому лікарі, з якими ми працювали, – справжні професіонали. Обласна лікарня – гарно обладнаний заклад, в якому приємно працювати. На мій погляд, все пізнається в порівнянні, а порівнюючи медицину Білорусі з українською, можу сказати, що наші лікарі знаходяться на гідному професійному рівні. Є у

нас і мінуси, наприклад, система Семашко у Білорусі не працює, і я вважаю, що і в Україні – майбутнє за страховою медициною.

Гродненський медичний університет є престижним навчальним закладом, і одним із доказів цього є велика кількість іноземців, які у ньому навчаються.

Богдан Хіміч розповів, що дисципліна в університеті сувора, і за кожне пропущене заняття спочатку треба заплатити в банк, а потім відпрацювати.

– За можливість даного міжнародного обміну завдячую перш за все голові СНТ Секрет Тетяні, яка була основним ініціатором та організатором поїздки з боку ВНМУ, та щиро дякуємо усім працівникам університету, хто долучився до гарної справи та допоміг студентському активу в реалізації їх планів! – сказав учасник програми.

Як повідомила Тетяна Секрет, поїздка б не відбулась без підтримки міжнародного відділу, адміністрації університету та деканату медичного факультету №1.

– Групу білорусів на двотижнєве навчання ми очікуємо на початку жовтня, – сказала Тетяна.

«ММ»

Ускладнення і складнощі пацієнтів, які долають Сергій та Ольга Макарови

Асистент та аспірант ВНМУ руйнують медичні міфи у відеороликах

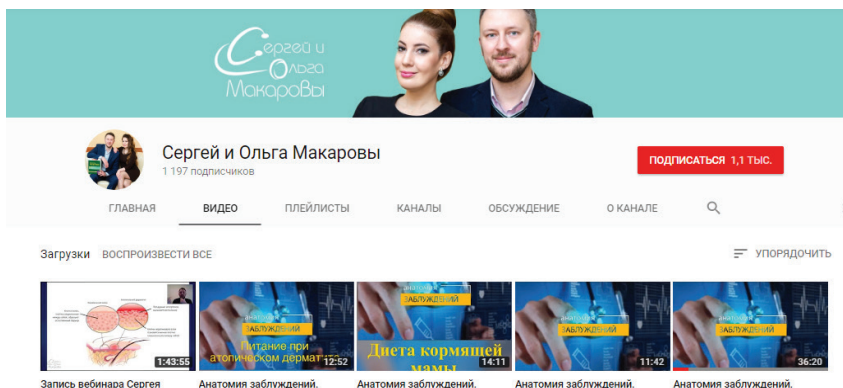
На їх YouTube каналі «Сергій та Ольга Макарови» більше тисячі підписників, а десятихвилинні відеоролики «Анатомії омани» («Анатомии заблуждений») та відеопроєкту «Ускладнення та складнощі» («Осложнения и усложнения») збирають до 25 тисяч переглядів.

Сучасний та поки що дещо незвичний для практикуючих лікарів спосіб подачі медичної інформації асистент кафедри гістології ВНМУ Ольга Макарова та її чоловік Сергій – аспірант кафедри нормальної фізіології ВНМУ – обрали, щоб популяризувати доказову медицину тими шляхами, де знайти аудиторію зараз можна найчастіше, – в Інтернеті.

– Ми експериментуємо із різними форматами донесення інформації: пишемо статті – є частина аудиторії, яка надає перевагу такому формату, – а деяких користувачів не вистачає на тривале читання, їм цікавіше дивитись відео тривалістю у 10-15 хвилин, – пояснює Сергій Макаров.

Тому подружжя знімає короткі відеоролики на важливі медичні теми і розміщує їх у YouTube.

– У процесі практичної діяльності ми стикаємось з тим, що серед населення дуже розповсюджені міфи на медичну тематику. І якби ці міфи були безпечні і нешкідливі, ми б не так переживали. Але позаяк багато з цих міфів дуже розповсюджені і міцно засіли у підсвідомості українців та українців, їх сумарний вплив дуже сильний. Наприклад, один з наших випусків був присвячений годуучим матерям та їх раціону. Адже мати повинна харчуватись раціонально, повноцінно, вживати у їжу абсолютно усе, що вписується у поняття здорової їжі. Легко перевірити, що у всьому



му світі це трактується саме так. За межами країн пострадянського простору такого поняття, що мати повинна себе обмежувати у харчуванні та суворо контролювати свій раціон, немає. Так, на сайті Американської академії педіатрії можна прочитати, що їй дозволяють і каву, і солодощі, і фрукти, і овочі, і ніякої згадки про заборону червоних фруктів, бо вони, нібито, алергенні, немає. – Ми розпочали з того, що спитали у молодих мам їх точки зору на те чи інше питання, і виявили дуже багато оманливих думок, – додає Ольга Макарова. – Як правило, на той самий предмет існує дві протилежні точки зору. Так, щодо харчування під час грудного годування одні говорять, що мама повинна бути на суворій дієті, а інші – що можна їсти усе потроху.

У січні цього року молоді лікарі зініціювали проєкт «Осложнения и усложнения», присвячений гострим респіраторним вірусним інфекціям, де лікарі розповідали про підходи до лікування і профілактики ГРВІ. У проєкті висловились 19 лікарів з різних міст України, а все це було потім зведене в одне відео.

У їх планах – подальше донесення

грамотної та сучасної доказової інформації до людей.

– Ми посилаємось на дуже авторитетні джерела і висловлюємо не власну точку зору, а точку зору сучасної доказової медицини, піднімаємо сучасну літературу, джерела останніх років, просимо читачів ділитись враженнями і постійно коректуємо свій проєкт. Плануємо відзняти ще декілька випусків, обговоримо до десяти самих розповсюджених міфів, які потребують викорінення. Відеоформат подобається користувачам мереж, є хороші позитивні відгуки і є мотивація продовжувати, – говорить Ольга Макарова.

Вочевидь, відеоролики Сергія та Ольги подобаються не лише користувачам мереж, а й професіоналам: подружжю надійшла пропозиція про співпрацю від каналу ДОБА. Посилання на персональний сайт доктора Сергія Макарова подає на своєму веб-ресурсі й відомий доктор Комаровський.

Канал Сергія та Ольги Макарових у YouTube можна знайти за посиланням: https://www.youtube.com/channel/UC8ekCqbvbvVN6rB_3bLgCxcg/videos

«ММ»

Команда українських лікарів-футболістів виграє світові чемпіонські кубки

Випускники ВНМУ є майстрами не лише лікарської справи: двоє працівників нашого університету грають за футбольну команду Української футбольної асоціації медиків (УФАМ) у категорії МАСТЕРС. Один з гравців, к.мед.н., доцент кафедри внутрішньої медицини №3, Олег Миколайович Колесник, розповів, що ГО УФАМ була створена в Україні у 2013 році. Заснував цю організацію випускник ВНМУ Ігор Боровик, який працює дитячим хірургом у Києві. З 2014 року був відкритий обласний осередок у Вінниці.

– Осередки УФАМ працюють у Києві, Криму, Вінниці, Хмельницькому, Рівному, Львові, Івано-Франківську, Херсоні та Дніпрі, – говорить Олег Миколайович. – У рамках існування цієї організації періодично прово-

дяться турніри. Мають право брати участь у цих змаганнях лише лікарі з вищою медичною освітою.

У цьому році гравцем команди став керівник Науково-дослідної лабораторії функціональної морфології та генетики розвитку ВНМУ, к.мед.н., ст.наук.сп. Сергій Васильович Прокопенко.

На чемпіонаті світу у Леоганзі (Австрія), який проходив з 8 по 16 липня цього року, команда УФАМ посіла друге місце. Виступи на попередніх чемпіонатах також були успішними:

– Збірна Україна бере участь у світових чемпіонатах з 2013 року. Чемпіонат у Будапешті, Угорщина, був першим, там ми посіли шосте місце, потім грали у Бразилії, у США, – говорить Олег Миколайович.

Закінчення на 7-й стор.

Волонтери – студенти ВНМУ отримали відзнаки «За гідність та патріотизм»

Кожен з них прийшов до потреби допомагати іншим своїм шляхом

У цьому номері ми закінчуємо розповідь про волонтерів-студентів ВНМУ, які своєю відданою працею протягом останніх років беруть на себе незалежність нашої держави. Початок розповіді – у номерах №№ 3-4 за 2017 рік. Отже, знайомтесь:



Вікторія Чернявська-Якубцова, студентка 5 курсу медичного факультету № 1, волонтер хірургічного відділення. Наша Віка не тільки має середню спеціальну освіту й продовжує навчатись, щоб стати військовим

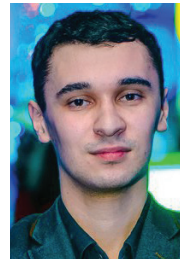
лікарем. Віка – заміжня і спільно з чоловіком виховує синочка. Але все це не заважає їй допомагати бійцям. Вікторія надзвичайно компетентна в питаннях медицини, тому досить швидко знаходить спільну мову з бійцями, вміє підтримати і пояснити будь-яке незрозуміле бійцю «медичне питання». Вікторія згадує, як возили бійців на спектакль до музично-драматичного театру. Дуже переживали, чи сподобається вистава бійцям. А після спектаклю один із бійців сказав, що йому 45 років і він вперше в житті був у театрі. Йому надзвичайно сподобалось! Так з цим бійцем і відвідали чотири театральні постановки за тиждень.

Юрій Грабар, студент 5 курсу медичного факультету № 1, волонтер хірургічного відділення. Юрій закінчив медичний коледж, здобув



спеціальність фельдшера, проте, в майбутньому бачить себе військовим хірургом. І тому перебування у хірургічному відділенні є для Юрія покликом душі! Самим хвилюючим і пам'ятним Юрій називає момент очікування кожного «борта» з пораненими. Коли в нашій групі у «Вай-бері» з'являється запис: «сьогодні борт!» – це означає, що після пар або у вихідні обов'язково потрібно прийти у госпіталь. Там наші дівчата, Оля і Світлана, Аліна і Віка, готують пакети з засобами гігієни і необхідні речі, білизну на випадок, якщо вона буде потрібна бійцям. Олена привозить памперси, пелюшки, воду для відділення реанімації і дізнається кількість важких хворих. Віталік і Григорій підвозять у госпіталь зі складу воду, вологі серветки, одяг. І починається процес очікування. До моменту, поки в приймальні не чути фразу: «борт сів». Це означає, що за 30-40 хвилин машини швидкої медичної допомоги з ввічливими сиренами в'їдуть через транспортні ворота на територію госпіталю, на першому поверсі вишикується керівництво шпиталю, військові лікарі і допоміжний персонал. Наші волонтери допомагають занести особисті речі бійців, одразу роздають воду і вологі серветки, засоби гігієни. А потім, коли лікарі зроблять огляд, волонтери почнуть опитування бійців, забезпечення їх нагальних потреб, визначення, до кого прийдуть родичі і кого потрібно зустріти і поселити. Це надзвичайно відповідально: відчувати себе частиною великої медичної військової спільноти! Тим більше, якщо плануєш віддати військовій медицині все своє життя!

Тарас Майданевич – студент 6 курсу медичного факультету № 1. Тарас



родом з Хмельницького. Він – один з тих, хто поєднує навчання, волонтерство і служіння в Українській православній церкві. Тарас працює волонтером в «трансфертній групі» і в хірургічному відділенні. Найскладнішим і

пам'ятним для нього стало спілкування з бійцем, якого після поранення й за час лікування в госпіталі покинула дружина. Вона розірвала шлюб і забрала дітей. Боець був постійно пригнічений, зневірений, і в цей час за родину йому стали бойові побратими з підрозділу і госпітальні волонтери. З ними він ділився сокровенним й досить гостро реагував на будь-яку несправедливість. Доводилось майже щодня не тільки спілкуватись, але й постійно говорити, що доля ще буде прихильна до бійця. І коли боець виписувався, дякуючи за підтримку, це була найвища нагорода!

Неможливо говорити про волонтерство й не згадати наших водіїв. Це хлопці, в чій обов'язки входить зустріч «бортів», транспортування бійців на культурно-масові заходи, зустріч родичів, доставка води і речей в госпіталь, перевезення бійців зі шпиталю на реабілітацію в санаторій, допомога у переїзді бійців на вокзали. Це вінничани Григорій Гончар і Віталій Туркот.

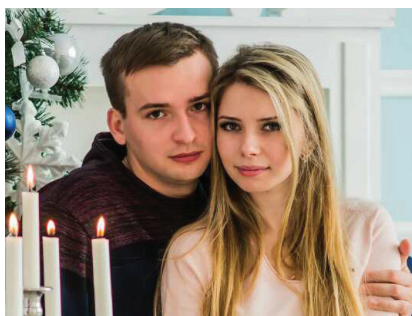
Віталій Туркот – студент 4 курсу стоматологічного факультету. Він з родини лікарів. В обов'язки Віталія входить доставка



Окрім «старожилів», маємо й волонтерів, які працюють лише рік. Це – студенти шостого курсу медичного факультету №1 Георгій Баханов та Олексій Веретільник, студенти третього курсу медичного факультету №1 Руслан Дьяков та Дмитро Пащенко. В обов'язки хлопців входить робота у корпусах. Руслан Дьяков працює на третьому поверсі, Дмитро Пащенко – в неврологічному відділенні. Олексій Веретільник і Георгій Баханов працюють в інфекційно-му відділенні та у складі «тран-



питної води, транспортування бійців і їх рідних, допомога із забезпеченням речового складу. Самим пам'ятним називає епізод, коли влітку вивозили хлопців, які були на візках після поранень, на світломузичне шоу фонтана «Рошен». Назавжди запам'ятались яскраві емоції, захоплені очі бійців, які дивились шоу, й велика повага і підтримка вінничан, які, побачивши хлопців на візках, посувались, пропускаючи їх вперед, перепитували чи добре бійцям видно. В цей момент Віталій пишався хлопцями і своїм рідним містом, земляками й тим, що він зміг подарувати бійцям частинку позитиву.



Григорій Гончар, студент 5 курсу стоматологічного факультету. Григорій два роки входить в «транспортну групу шпиталю» і возить гуманітарну допомогу. Окрім того, саме під час волонтерства Григорій знайшов дружину. Олександра Атаманчук, студентка медичного факультету №1, працювала волонтером в складі нашої групи в минулому році. Вони познайомились у шпиталі. А місяць назад Григорій і Олександра встали на весільний рушник, проте, роботу в складі волонтерської групи не залишили. Найяскравішим епізодом за час волонтерства Григорій вважає прогулянку центром міста з хлопцями, серед яких був і боєць із Хмельницького, Олексій. У нього була ампутована нога до коліна. Везли з собою візок, щоб бійцю було легше пересуватись. Але Олексій пройшов весь центр міста на милицях. Хоча було літо й дуже спекотно, він відмовлявся сісти не те що у візок, а й навіть у машину. Говорив, що десантники не жаліються!

спортної групи» й формують вантажі в зону АТО. За 2016 рік волонтери зібрали і завезли в зону АТО більше 70 тонн вантажу. А лише за січень-лютий 2017 року в зону АТО доставлено 16 тонн гуманітарної допомоги! І вся вона фасується і доставляється силами нашої групи. Тому даремно в березні 2016 року ми отримали нагороду в регіональному конкурсі «Благодійна Україна» в номінації «Найефективніше використання благодійної допомоги».

«ММ»

Випускниця ВНМУ стала Народним героєм України, врятувавши сотні життів

Випускниця ВНМУ 2010 року, лікар-педіатр Тетяна Новікова, отримала відзнаку «Народний герой України» за сотні врятованих на фронті бійців. Нагородження дівчини відбулось у «Плеяді» напередодні Дня Незалежності України, 23 серпня.

На рахунку старшого лейтенанта медичної служби Тетяни із позивним «Лікар Ксю» — сотні врятованих життів і п'ять бойових нагород. Вона по-ювелірному зашивала рани прямо на передовій, витягала героїв на собі, за годину встигала оглянути і надати допомогу двом десяткам поранених... Навіть за місяць до пологів жінка не наважувалась покинути побратимів — знала, як на передовій не вистачає лікарів. Тому мовчки у бронезилеті і з повним медикаментів рюкзаком дотримувалась клятви Гіппократа. Каже, що її оберігала донечка. Адже, пройшовши Піски, Опитне, Карлівку, Водяне, не отримала жодного поранення.

Коли друзі з медичного університету розмістили в соціальних мережах пост про те, що лікарських рук на фронті не вистачає, Тетяна одразу кинулась на допомогу. Планувала побути на фронті кілька тижнів, поки ситуація стане менш критичною. Та...

... командування дозволило вирушити в зону АТО тільки після підписання контракту і проходження військової підготовки, — розповідає Тетяна. — Під ДАПом у нас відбулась своєрідна зустріч випускників. На жаль, не усі повернулись. В перші ж дні я зустріла свого одногрупника і хорошого товариша Сашка Кондратюка, а вже через три дні він загинув... Ворог постійно демонстрував, що нічого святого у нього немає. Два рази наш медпункт розносило вщент, одного разу — зрешетило уламками.

На запитання «Чи було важко?», дівчина відповідає не роздумуючи: «Неймовірно важко».

— Термінал був всіяний пораненими. Витягували одного за другим і молили Бога: щоб тільки не помер, щоб встигнути накласти джгут, щоб дотягнути до машини, щоб доставити в госпіталь живим. Один з моїх хороших друзів підірвався на міні, потрібно було терміново проводити інтубацію, вентилувати легені... Якби була апаратура — у нього був би шанс. З іншого боку я розумію, ставити таке дороговартісне обладнання в полях абсолютно неможливо.

На передовій дівчина зустріла і своє кохання. Разом пройшли немало гарячих боїв. Жінка до остан-



нього приховувала, що чекає на дитину. Боялася, що командир відправить додому, а лікарів у роті бракувало.

— Це було абсолютне свідоме рішення. Я розуміла, що якщо моя вагітність протікає без ускладнень, можу працювати далі. До того ж, коли довго носиш амуніцію — до неї звикаєш і практично не відчуваєш.

Зараз донці Тетяни виповнився рік. Вона й не усвідомлює, що її мати — справжня героїня. Тетяна в свою чергу сподівається, що для малечі сучасна війна буде чимось абсолютно нереальним і далеким. Після декрету жінка планує повертатись до бригади.

Під час нагородження Тані були подаровані ледь не усі квіти, які були у залі.

— Я вдячна усім за таку нагороду. Та вважаю, що є люди, які більш за мене гідні її отримати, адже я просто робила свою роботу, — сором'язливо подякувала дівчина.

Наталія Ярмілко

Довідка: Орден «Народний Герой України» — українська недержавна нагорода, запроваджена у 2015 році.

Нагорода виконана у двох модифікаціях: червоно-чорна стрічка на колодці — для воїнів, які зі зброєю в руках захищали українську землю; жовто-блакитна стрічка на колодці — для волонтерів та медиків.

Орден виготовлений зі срібла 925 проби, кожна нагорода має індивідуальний номер та елементи захисту. Срібло для виготовлення орденів збирали представники з 16 країн світу. Срібло на виготовлення ордену може здати будь-хто.

Павло Дацишин: «Я прожив велике життя»

П'ятого липня своє 80-річчя відзначила людина, яка понад п'ятдесят років свого життя присвятила навчання майбутніх медиків, – доцент кафедри нормальної фізіології, заступник декана із роботи з іноземними студентами Павло Трохимович Дацишин. Напередодні свого ювілею в інтерв'ю «Молодому медику» він розповів про свій шлях у медицину, службу у штабі дальньої авіації та про те, як здивував викладача з історії відповіддю на екзамені.

Народився Павло Трохимович на Рівненщині, у селі Гульча-1 Здолбунівського району.

– Було два села з однаковою назвою: українське Гульча-1 та чеське Гульча-2. До війни у нас жили переселенці з Чехії, а українців вивезли до Польщі. І вийшло так, що коли війна закінчилась, наші українці, яких ми називали лемками, приїхали до нас, а чехи виїхали до себе додому. А війна для мене проходила спочатку в лісі, тому що ми тікали від німців, а потім десь у 1943 ми приїхали додому і начувались: тому що то наші прийдуть, то німці. Така ситуація була до кінця війни, – згадує ювіляр.

Довелося пережити йому і колективізацію, яка на тих землях розпочалася після закінчення війни. Про те, як саме вона відбувалась, Павло Трохимович розповів під час екзамену з історії компартії, який складав після першого курсу медичного інституту.

– Дісталось мені це питання, і я усе розповів про своє село. А викладач каже: «Почекайте, а звідки Ви це взяли? В підручниках цього немає». Я і кажу, що я із Західної України. Тоді викладач і каже: «А давайте ще поговоримо» – і по інших питаннях вже не питав, – розповідає ювіляр.

Але це було пізніше. А спочатку Павло Трохимович закінчив медичне училище у Рівному та був призваний до лав армії.

– Коли я вчився у медучилищі, діяла постановова, за якою випускникам медучилища давали звання лейтенанта, але коли закінчив – це правило скасували. Потрапив я до армії, до Вінниці. І ось стою на посту, йде дощ, я думаю: «Готував себе до такої серйозної кар'єри, а зараз під дощем стоїш». А через три місяці мене взяли до штабу армії, ад'ютантом генерала Василя Тихоновича Тихонова. Там я три роки прослужив. І я дуже вдячний генералові

за те, що він дозволив мені «завоювати інститут» – вступати на вечірнє відділення медичного інституту, тоді таке існувало. Я прийшов до ректора інституту, а він каже: «Хороший у Вас генерал. Але у мене теж є генерал, Шупік (Міністр охорони здоров'я – прим. автора). Поїдьте до нього, і якщо він дозволить, то я Вас із задоволенням візьму». А мій генерал тоді у відпустці був. І як же я до Києва поїду, якщо офіцери дальньої авіації скрізь. Хтось скаже генералу, що мене у Києві бачили. А я не хотів його підводити. І коли генерал повернувся і запитав, як справи, я йому розповів, що не поїхав до Києва, щоб не підвести його. Він каже: «Як я міг би тобі не повірити?» – згадує Павло Трохимович.

Тож замість навчання у виші він попросив у генерала дозволу відвідувати підготовчі курси з фізики та хімії, які діяли при школі №4. Дозвіл був отриманий, і після демобілізації та закінчення курсів, Павло Трохимович, вступив до Вінницького медичного інституту.

Умови життя тодішніх студентів-медиків ювіляр називає спартанськими. У кімнаті гуртожитку, що знаходився у нинішньому корпусі ВМУ по вулиці Стуса, жили десятеро. Тож у самій кімнаті до занять готувалися по черзі: двоє залишалися, а решта у теплу пору року йшла на кладовище, що знаходилося навпроти, на місці скверу біля «Книжки». Взимку вчилися в підвалі, біля лампочки.

– Але головне, що ми жили дружно, ніхто нікому не заважав. Були і молодші, одразу після школи, були і старші за мене. Разом із тим, знаходили спільну мову, не було ніяких непорозумінь, – розповідає Павло Трохимович.

Спочатку, навчаючись на четвертому курсі, він збирався бути хірургом та повернутися на рідну Рівненщину.



– Ходив на всі чергування до залізничної лікарні, а після четвертого і шостого курсів проходив практику в Козятині і ще рік там працював на «швидкій допомозі». І мені головний лікар запропонував іти до нього патологоанатомом, а через пару років, збирався відправити мене на курси з хірургії, аби я став хірургом. Але в інституті під час розподілу мені сказали: «Хочеш бути патологоанатомом – будь ласка, але їдь у Муровані Курилівці», – згадує ювіляр.

Від такої пропозиції він відмовився, тож наступного дня йому запропонували спецординатуру з фтизіатрії. Але з цією, як і з іншою спеціалізацією з анестезіології у ювіляра не склалося, і Максим Павлович Рудюк, тодішній ректор, запропонував йому роботу на кафедрі нормальної фізіології, якщо погодиться завкафедрою.

– А завкафедри, професор Ніна Василівна Братусь, мене добре знала і погодилася. І так я вже 51 рік на цій кафедрі. У мене в трудовій книжці – єдиний запис. Я дуже вдячний Ніні Василівні. Ще коли вона була жива, я казав, що у мене дві мами: одна, яка мене народила, і друга, яка дала мені спеціальність, дала можливість працювати.

Ще одна людина, про яку із вдячністю згадує ювіляр, – професор Роман Ашотович Григорян з Інституту фізіології та біохімії в Ленінграді (нині Санкт-Петербург). Там Павло Трохимович закінчував

роботу над своєю дисертацією «Імпульсна активність клітин Пуркінє мозочка в наркозі та у безнаркозному стані». Перша частина, «наркозна», робилася у ВНМУ, друга – в Ленінграді.

Після закінчення роботи над дисертацією Павло Трохимович отримав від професора вигідну пропозицію залишитися на роботу в тамтешній лабораторії. Але житла фахівцю, який на той час вже був одружений і мав сина, не обіцяли. Тож довелося відмовитися.

Вже близько 30 років Павло Трохимович є і заступником декана з роботи з іноземними студентами.

– Студенти – це наш хліб. Студенти різні. І підхід до кожної дитини має бути індивідуальним. Я завжди бачив у студентах індивідуальність, я звик із ними говорити на «Ви», називаю їх по імені, намагаюся бути ріднішим, ближчим до них. Я намагаюся, крім викладання нормальної фізіології, виховувати їх у душі доброти, ввічливості, щоб вони були інтелігентами у повному значенні цього слова. Намагаюся, аби вони не палили, не вживали алкоголь, щоб у них було почуття дружби, колективності. І у мене проблем зі студентами не було ніяких, – каже Павло Трохимович.

Наступного року він відзначатиме ще один ювілей: 60 років свого подружнього життя. Про свою «половинку», вчительку за фахом, ювіляр каже із теплотою у голосі:

– Зоя Денисівна – це моя вірна подруга, мій товариш, мій однодумець. Вона за мною доглядає, як за малою дитиною.

Свою родину Павло Трохимович називає медичною. Син – хірург, донька – шкірвенеролог, зять – травматолог, онук працює на одній кафедрі зі своїм дідусем, а онука вчиться на другому курсі медичного факультету. Ще один онук обрав фах юриста.

– Коли син навчався у школі, він разом із другом збирався вступати до Харківського авіаційного інституту. І ось одного разу батько друга мене зустрічає і каже: «Ну що, хлопці вже до авіаційного не йдуть. Я у сина питаю: «Толю, то що, в Харків вже не вступаєте?». Ні, каже, хочу в медичний, хочу бути військовим лікарем. Але після першого курсу сказав, що хоче бути лікарем цивільним, – розповідає Павло Трохимович.

Випадково дізнався він і про те, що медиком вирішила стати і його дочка. Закінчуючи школу, вона написала твір на тему: «Ким я хочу бути» і дала перевірити його мамі...

– Дуже чудові у мене діти, просто не натішитися, – каже ювіляр.

На запитання, як він проводить своє дозвілля, Павло Трохимович відповідає: із книжкою.

– Зараз багато нових підручників виходить, відставати не хочеться. Онук весь час ввечері застає мене із книжкою і каже: «Дідусю, скільки ти можеш вчитись?» А я йому говорю: «Дорогенький мій, будеш у моєму віці і теж будеш читати».

А ще, Павло Трохимович, називає себе театралом:

– Із дружиною ходжу до нашого театру, усі вистави передивився, особливо – прем'єри. Щоб якось себе «зобов'язати», купую абонемент. Концерти теж відвідую. Намагаюся на приїжджих артистів ходити. А ще є у мене товариш, фермер, і у нього є невеличкий ставок. І як починається тепло, беру вудочки – і до нього на ставок. А там лісок, свіже повітря. І ми ловимо рибу. І не стільки риба потрібна, скільки процес...

Під кінець розмови Павло Трохимович розповідає:

– У нас на кафедрі для студентів є практичне заняття «Визначення біологічного віку людини». Студенти визначають свій біологічний вік і кажуть, що різниці великої немає. А в мене – є. І я радий, що свій ювілей зустрів у колі друзів, і з біологічним віком, який відстає від паспортного.

Записала Катерина Баркалова

Команда українських лікарів-футболістів виграє світові чемпіонські кубки

Закінчення. Початок на 3-й стор.



– А з 2015 року в УФАМ відкрили таку категорію як МАСТЕРС, це гравці-лікарі віком 45+. І на першому ж чемпіонаті світу у Атланті (США), у якому ми брали участь як МАСТЕРС, наша команда посіла перше місце. У Барселоні у 2016 році ми вибороли друге місце. У команді, в основному, грають лікарі 50-52 років зі всієї України. Є ті, кому 45 та 60. Кожен рік проводяться 2 турніри: один з міні-футболу, інший – на великому полі. У цьому році був турнір з міні-футболу у Хмельницькому, це серед усіх команд без обмеження віку. Але команда МАСТЕРС, яка брала участь у цьому турнірі, з 12 команд посіла 5 місце. І це – граючи з молодими, віком від 25 років!

Хороший результат на всеукраїнському турнірі у Вишгороді, який проходив у травні цього року, показала вінницька команда МАСТЕРС, яка посіла третє місце. Вінницька команда була переможницею й першого такого турніру у 2013 році.

– Звичайно, на першому місці у всіх нас – робота. Футбол – це хобі, але ми раз на тиждень обов'язково тренуємось на стадіоні 35-ої школи. І до цих тренувань можуть доєднатися всі бажаючі лікарі, – говорить Олег Миколайович.

Гравець відмічає, що до української команди завжди дуже доброзичливо ставляться за кордоном представники всіх країн: – У Барселоні навіть місцева діаспора дізналась, що є такий турнір, організували найбільшу підтримку. Коли ми йшли зі своєю символікою по вулиці, зупинялись машини, питали: хлопці, що ви тут робите. Ми пояснювали і ці вболівальники приїжджали на стадіон. Грали на тренувальній базі спортклубу «Барселона».

Довідка з сайту УФАМ (<http://ufam.com.ua>): Національна збірна лікарів України з футболу – переможець Кубка співдружності лікарів 2013, 2014, 2015 рр, півфіналіст Morell Cup 2015, Чемпіон світу – Vogel Cup 2015, срібний призер Vogel Cup 2016, бронзовий призер Vogel Cup 2017, віце-чемпіон світу Morell Cup 2017.

Спілкувалась Вікторія Родінкова

Україна потрапила до вісімки країн з низьким рівнем вакцинації дітей



Україна разом із Центральноафриканською республікою, Екваторіальною Гвінеєю, Нігерією, Сомалі, Південним Суданом, Сирією та Чадом увійшла до списку країн, в яких у 2016 році менше половина дітей пройшли повний курс щеплень проти дифтерії, коклюшу та правця. Таку інформацію було оприлюднено у прес-релізі Всесвітньої організації охорони здоров'я.

За даними ВООЗ та ЮНІСЕФ, минулого року в усьому світі 12,9 млн немовлят, тобто, майже кожен десятий, не були вакциновані взагалі.

Крім того, близько 6,6 млн дітей, які отримали першу дозу вакцини АКДС, не завершили курс, який включає три дози.

Джерело: news.liga.net

Кава може замінити знеболююче



Повноцінним замінником знеболюючих препаратів може стати кава – завдяки здатності кофеїну впливати на нейрони головного мозку. Такого висновку дійшли науковці Гарвардського університету.

У людей, які скаржаться на хронічне недосипання, підвищується чутливість. І вони можуть гостріше відчувати біль, вважають фахівці. На їхню думку, цей негативний ефект здатна нейтралізувати кава.

У ході експерименту вдалося визначити, що, при потрапленні в організм, кофеїн впливає на нейрони головного мозку, скорочуючи їхню активність, а також впливає на рецептори болю, завдяки чому людина відчуває себе бадьорою.

Такий ефект спостерігався лише у людей, які страждали від хронічного безсоння. Здорові учасники експери-

менту, які спали по 7-8 годин на добу, не відчували покращення самопочуття після вживання кави.

Джерело: hyser.com.ua

Вагітність змінює мозок жінки

Вагітність зменшує кількість сірої речовини у певних ділянках жіночого мозку. Це допомагає жінці відчувати зв'язок з малям і підготуватися до материнських обов'язків.

Томографічні знімки 25 жінок, які вперше стали мамами, довели, що ці структурні зміни у мозку починаються під час вагітності й не проходять, принаймні, два роки після пологів. При цьому масштабність цих змін можна порівняти з тими, що відбуваються у підлітковому віці, повідомляє Nature Neuroscience.

За інформацією джерела, фахівці з Автономного університету Барселони та Лейденського університету, досліджуючи зміни в жіночому мозку, розглянули томограми одних і тих самих жінок до вагітності, невдовзі після пологів і двома роками пізніше. Ці знімки науковці порівняли зі знімками мозку 19 новоспечених татусів, 17 бездітних чоловіків і 20 жінок, які ніколи не народжували.

Як виявилось, об'єм сірої речовини у мозку тих жінок, які народили своїх первістків, суттєво зменшився. Зменшення відбулося у тих ділянках мозку, яку беруть участь у соціальній взаємодії, зокрема, у приписуванні іншим людям думок і почуттів, у так званому «розумінні чужої свідомості».

Дослідники вважають, що це дає матеріам низку переваг, наприклад, допомагає розуміти потреби дитини, помічати потенційні зовнішні загрози та більше прив'язуватись до дитини.

Так, під час одного із завдань, жінкам показували фотографії їхніх дітей та інших дітей – і при цьому стежили за їхньою мозковою діяльністю. Коли мами бачили своїх малюків, у їхньому мозку активізувались майже ті самі ділянки, де під час вагітності відбулося зменшення об'єму – чи, краще сказати, тонке налаштування – сірої речовини. Ці ділянки не активувались при перегляді фотографій чужих дітей.

Ось що каже з цього приводу Ельзелін Гексема, одна з авторів дослідження й аспірантка Інституту психології Лейденського університету (Нідерланди): «Ми підозрюємо, що зменшення об'єму сірої речовини під час вагітності свідчить про спеціалізацію або удосконалення системи «розуміння чужої свідомості», яка так чи інакше виконує адаптивну функцію в житті майбутніх матерів».

Щодо чоловіків, які вперше стали батьками, в їхньому мозку об'єм сірої

речовини не змінився, як з'ясувалося при порівнянні їхніх томограм до і після вагітності їхніх партнерок. Так само дослідники не помітили суттєвих змін у білій речовині обох статей.

<http://www.bbc.com/ukrainian>

Рис допоможе заснути



Позитивний вплив рису на тривалість та якість сну виявили японські вчені. За результатами своїх досліджень вони рекомендують вживати рис під час вечері, повідомляє moirebenok.ua.

У дослідженні взяли участь близько тисячі чоловіків та 700 жінок. Ті з них, які перед сном вживали рис, спали довше і краще. Також у них покращилося самопочуття упродовж усього дня.

Справа в тому, що рис має високий глікемічний індекс. А такі продукти сприяють покращенню сну, оскільки швидко вивільняють у кров цукор. Більше того, їжа з високим глікемічним індексом містить амінокислоту тріптофан, яка створює седативний ефект. За словами дослідників, тріптофан у мозку перетворюється на серотонін, а потім на мелатонін – гормон сну.

Американські вчені створили суперантибіотик

Різновид ванкомицину, здатний боротися з супербактеріями, які не є чутливими до традиційних методів лікування, створили американські вчені.

Фахівці отримали третю модифікацію препарату, яка змінює властивість клітинних стінок бактерій. Раніше були розроблені ще дві модифікації антибіотика, кожна з яких передбачає свою стратегію боротьби з бактеріальною інфекцією. На думку вчених, це дозволить уникнути розвитку до антибіотику.

Створений на основі трьох модифікацій ванкомицину препарат більше ніж у тисячу разів ефективніший за попередні версії. На даний момент його виробництво в лабораторних умовах потребує багато часу та передбачає виконання 30 проміжних процедур та хімічних реакцій.

Джерело: hyser.com.ua