

СЛОВА ВДЯЧНОСТІ

## З ЛИСТІВ ПАЦІЄНТІВ

Марія ГРУДИНА,  
м. Збараж:

«Маю проблеми із серцем. Півроку тому мене почала мучити ядуха. Вирішила обстежитися у нашій районній лікарні. Сказали, що погано працюють передсердя. Відтак скерували до Тернополя до університетської лікарні. Якраз проходжу тут лікування. Хочу від щирого серця подякувати моєму лікуючому лікарю Катерині Степанівні Романишин. Нехай Господь Бог дарує їй тривалих літ життя та міцного здоров'я. Висловлюю щире вдячність й усьому персоналу кардіологічного відділення за невтомну працю та належний догляд за пацієнтами».

Надія РУДЬКОВСЬКА,  
м. Тернопіль:

«Я у Катерини Степанівні Романишин лікуюся вже третій рік. Я — гіпертонік, маю постійно підвищений тиск, а якогось разу потрібно було важко працювати, судини не витримали і стався мікроінфаркт. Отож весь час повинна проходити курс лікування, щоб підтримувати своє серце в нормі. Дякую лікуючому лікарю Катерині Степанівні за її чуйне серце та добре ставлення до недужих. Медсестри та молодші медсестри також постійно клопочуться біля нас, прагнуть створити хворим комфорт та затишок, щоб лікувалося якнайкраще».

Володимир К., с. Гончарівка  
Монастириського району:

«Я вже на діалізі прописався. Впродовж десяти років приїжджаю до університетської лікарні. Проблеми з нирками почалися після того, як мені вирізали пухлину в головному мозку. На щастя, вона не була злоякісною. Однак після оперативного втручання сильно почала боліти голова. Обстежився, здав усі необхідні аналізи, виявилися проблеми з нирками, а потім вони й взагалі відмовили. Але нічого, добре, що можу жити та насолоджуватися кожним днем. Щирі сердечні слова вдячності висловлюю своїм лікарям Галині Володимирівні Руснак та Інні Григорівні Якубишин. Нехай в їхньому житті ніколи не буде похмурих днів, лише завжди світить сонце! Щастя їм і благополуччя!».

## МАРІЯ РУДЬКО: «НАВІТЬ ЗА ІСНУВАННЯ РЕАЛЬНОЇ НЕБЕЗПЕКИ ЛЮДИ ЗАЗВИЧАЙ ОБИРАЮТЬ-ТАКИ РОБОТУ»

Мар'яна СУСІДКО,  
Микола ВАСИЛЕЧКО  
(фото)

**21 БЕРЕЗНЯ СВІЙ ЮВІЛЕЙ ВІДЗНАЧИЛА ЛІКАР-ПРОФПАТОЛОГ ПОЛІКЛІНІКИ УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ЛІКАРНІ МАРІЯ ВАСИЛІВНА РУДЬКО. МИ ЗУСТРІЛИСЯ, ЩОБ ПРИВІТАТИ ІМЕННИЦЮ, А ТАКОЖ РОЗПИТАЛИ ПРО ЇЇ РОБОТУ ТА МЕДИЧНИЙ ШЛЯХ.**

— Маріє Василівно, а як пролягав ваш шлях у медицину?

— Нехай, може, й банально прозвучить, але я мріяла стати лікарем. Ще з дитинства мріяла лікувати людей. Саме бажання допомагати людям і спонукало мене обрати цю професію. Моя сім'я всіляко підтримувала мене у цьому прагненні, хоча у нашій родині, тоді ще не було медпрацівників. Я стала першою, яка вирішила обрати саме такий фах. Тож, навчаючись у школі з поглибленим вивченням іноземних мов, окрім студіювання англійської та німецької, обрала ще й факультативні заняття з латинської мови, щоб добре підготуватися до вступу у медичний ВНЗ. Зі слів моєї мами, я завжди була дуже наполегливою, старанною та посидючою. Гадаю, саме ці якості й допомогли мені у навчанні в університеті.

— Які ваші найяскравіші спогади зі студентських років?

— Навчалася я у Тернопільському державному медичному університеті ім. І.Я. Горбачевського. Група у нас була невелика, але дуже дружня, весела та активна. Спілкувалися не лише на заняттях, але й поза ними: гуляли, разом святкували дні народження, подорожували. А ще — завжди допомагали одне одному. Саме тут я зустріла своє єдине у житті кохання — майбутнього чоловіка. Його звать Олег. Він надзвичайно добрий, чуйний та лагідний чоловік. Між нами одразу виникла взаємна симпатія та дружба. Після закінчення 6 курсу ми одружилися та разом вступили в інтернату-



ру до Національної медичної академії післядипломної освіти ім. П.Л. Шупика у місті Києві. Там навчалася два роки на кафедрі терапії та ревматології. Нашими наставниками тоді були завідувач кафедри Володимир Миколайович Коваленко, Неоніла Михайлівна Шуба та Антоніна Георгіївна Дубкова.

— Як ви потрапили до університетської лікарні?

— Після закінчення інтернатури працювала терапевтом у Сморгівській лікарській амбулаторії сімейного типу на Львівщині, звідки я родом. Але все ж відчувала, що на цьому не зупинюся — моя допитливість підштовхувала рухатися далі! Проте 2010 року в мене народився син і я пішла у відпустку по догляду за дитиною, цілковито присвятивши себе

сім'ї, вихованню дитини та створенню домашнього затишку. Проте три роки відпустки збігли швидко і переді мною постала проблема працевлаштування у Тернополі. Адже місто має медуніверситет, тому лікарів більше, ніж достатньо. Зареєструвалася в центрі зайнятості та через деякий час отримала пропозицію працевлаштуватися за фахом «лікар-профпатолог» в поліклініці університетської лікарні. Скажу відверто, дещо лячно було погоджуватися працювати саме таким спеціалістом, адже заняття з профпатології в нас у виші було небагато — якимось так не зацікавила вона мене тоді. Але людина має все життя вчитися, запозичувати досвід. Вважаю, що належу до цієї категорії людей — продовжую вчитися,

щодня робити щось краще, ніж учора. Тож вирішила спробувати. З листопада 2014 року почала працювати лікарем-профпатологом. І зізнаюся, що це дуже цікава професія. Адже, щоб надати медичну допомогу моїм пацієнтам у повному обсязі й на належному рівні, необхідно залучити багато підрозділів закладу — й діагностичний, і лікувальний, співпрацювати з усіма фахівцями лікарні. Спеціалізованого відділення профпатології у нас немає, є лише кабінет профпатолога в поліклініці закладу. І на цей кабінет покладені завдання всієї служби. Певна річ, маю навантаження велике й відповідальність за всю область — у більшості районних лікарнях штатних посад профпатологів немає.

— Розкажіть про роботу лікаря-профпатолога?

— Профпатолог здійснює надання медичної допомоги людям, які захворіли на професійні хвороби та тим, хто працює в шкідливих умовах. Тож і моє завдання — оглядати таких осіб, спостерігати за їхнім здоров'ям, вчасно виявляти у них перші прояви захворювання, відхилення, які викликані шкідливим виробничим чинником, своєчасно пролікувати та відновити здоров'я, а щоб недуга не розвивалася, можливо, комусь порекомендувати змінити роботу. Але зараз непростий економічний стан — люди бояться її втратити й, буває, приховують свої хвороби, щоб пройти медичну комісію та надалі працювати. Причина звична — треба годувати сім'ю. Вони загнані в такі умови, що змушені продавати своє здоров'я за мізерну зарплатню. Проте ціна його надто велика — не раз бувало в моїй практиці, що пацієнтам доводилося пояснювати, мовляв, ви сьогодні заробили великі гроші, а завтра їх доведеться витратити на те, щоб врятувати своє життя від набутої на роботі недуги. На жаль, навіть за існування реальної небезпеки люди зазвичай обирають роботу.

— Чому виникають професійні захворювання?

(Продовження на стор. 6)

ЗАХОДЬТЕ НА САЙТ ТДМУ: [WWW.TDMU.EDU.UA](http://WWW.TDMU.EDU.UA) (ВИДАВНИЦТВО «УКРМЕДКНИГА». ГАЗЕТА «УНІВЕРСИТЕТСЬКА ЛІКАРНЯ»)

Редактор Г. ШИБАЛИНЧУК  
Творчий колектив:  
Л. ЛУКАШУК,  
М. СУСІДКО,  
М. ВАСИЛЕЧКО  
Комп. набір і верстка  
Р. ГУМЕНЮК

Адреса редакції  
46001  
м. Тернопіль,  
майдан Волі, 1  
тел. 52-80-09; 43-49-56  
E-mail  
hazeta.univer@gmail.com

Засновник:  
Тернопільський  
державний медичний  
університет  
ім. І.Я. Горбачевського

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

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

Реєстраційне свідоцтво  
ТР № 482-82Р  
від 23.03.2010 р.  
видане  
головним управлінням  
юстиції  
у Тернопільській області

Газета  
виходить  
двічі на місяць  
українською мовою.  
Обсяг - 2 друк. арк.  
Наклад - 700 прим.

Газету набрано, зверстано,  
віддруковано у  
Тернопільському  
державному університеті  
ім. І.Я. Горбачевського  
46001, м. Тернопіль,  
майдан Волі, 1

НА ЧАСІ

# АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПРОФІЛАКТИКИ ГРИПУ ТА ГРВІ

Лариса ЛУКАШУК

**НА ПОЧАТКУ БЕРЕЗНЯ  
МЕДСЕСТРИНСЬКА РАДА  
ТЕРНОПІЛЬСЬКОЇ УНІВЕР-  
СИТЕТСЬКОЇ ЛІКАРНІ  
ЗОРГАНІЗУВАЛА ЧЕРГОВУ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНУ  
КОНФЕРЕНЦІЮ ДЛЯ МО-  
ЛОДШИХ МЕДИЧНИХ  
СПЕЦІАЛІСТІВ І МОЛОД-  
ШИХ МЕДСЕСТЕР. ТЕМУ  
ДЛЯ ФОРУМУ ОБРАЛИ  
НАДЗВИЧАЙНО АКТУАЛЬ-  
НУ: «ГРИП ТА ГРВІ.  
КЛІНІКА, ДІАГНОСТИКА,  
ЛІКУВАННЯ. ГЕМОРАГІЧНА  
ЛИХОМАНКА ЕБОЛА.  
ТАКТИКА МЕДПЕРСОНАЛУ  
ПРИ ВИЯВЛЕННІ ПІДОЗРИ  
НА ЛИХОМАНКУ ЕБОЛА».**

Варто зазначити, що за даними щоденного моніторингу захворюваності на грип та ГРВІ Держсанепідслужби в Тернопільській області, і нині утримується погіршення епідеміологічної ситуації. Загалом помітно зростає рівень захворюваності, кількість хворих дітей у загальній структурі, реєстрація нових випадків серед школярів, кількість госпіталізованих хворих в ЛПЗ.

Перед присутніми з доповіддю «Грип. Особливості клініки, діагностики, профілактики. Сучасні методи лікування» виступила асистент кафедри інфекційних хвороб з епідеміологією, шкірними та венеричними хворобами ТДМУ Марія Шкільна. Науковець висвітлювала питання щодо класифікації вірусу грипу А, патогенезу захворювання, детально охарактеризувала види імунної реактивності організму.

Учасники форуму у конструктивній діловій атмосфері обговорили широке коло питань. У рамках засідання відбулися жваві дискусії з проблем імунпрофілактики грипу та ГРВІ, науковець висвітлювала сучасні підходи щодо вибору та фармакологічних особливостей вакцин, дотримання санітарно-епідеміологічного режиму в приміщеннях, де перебувають хворі.

Найбільш цікаві та актуальні питання, які прокоментувала науковець Марія Шкільна, пропонуємо вашій увазі.

**– Що означає поняття імунпрофілактика грипу? Який контингент населення підлягає обов'язковому щепленню проти грипу?**

– Імунпрофілактика (грипу) – це метод індивідуального або масового захисту населення від інфекційних хвороб (грипу) шляхом створення специфічного імунітету проти конкретного збудника. Згідно з рекомендаціями ВООЗ групи медичного та професійного ризику в Україні визначені наказом Міністерства охорони здоров'я від 16.09.2011 № 595. Це – медичні працівники, військовослужбовці, працівники правоохоронних органів, трудові колективи підприємств, установ, організацій, особи з хронічними захворюваннями дихальної та серцево-судинної систем, нирок, обміну речовин, особи віком за 60 років.

**– Чи доцільно, на ваш погляд, проводити та які саме щеплення проти грипу? Коли обрати найкращий час для цього?**

– Важким є не тільки перебіг грипу, скільки ускладнення від нього. Найоптимальнішим способом уберезитися від грипу та ускладнень, спровокованих тими штамами, які нині циркулюють (ураження центральної нервової системи, первинна та вторинна пневмонія, бактеріальні ускладнення тощо) є щеплення з допомогою сучасних вакцин.

Процедура вакцинації полягає в тому, що людині вводять невелику дозу вірусу, яка змушує організм боротися з ним, внаслідок чого виробляються антитіла. Іншими словами, імунну систему знайомлять з можливою хворобою, яка ретельно вивчається і починається підготовка на випадок захворювання. Антитіла проти вірусу грипу живуть в організмі протягом 6-8 місяців, і якщо в цей проміжок люди-

на «підхоплює» інфекцію, то імунітет починає активно знищувати агресивні клітини. Враховуючи механізм формування первинної та вторинної імунної відповіді, щеплення проти грипу необхідно проводити, щонайменше, за один місяць до початку епідеміологічного сезону.

**– Чи не могли б дати детальнішу характеристику вакцин проти грипу та найбільш ефективну або**



Марія ШКІЛЬНА, асистент кафедри інфекційних хвороб з епідеміологією, шкірними та венеричними хворобами ТДМУ

**безпечну, ту, яку можна використовувати?**

– Вакцини – це препарати, які отримують з ослаблених або інактивованих збудників інфекційних хвороб, а також з їх певних фрагментів. За прогнозами Всесвітньої організації охорони здоров'я й проведених досліджень Інституту епідеміології та інфекційних хвороб імені Л.В. Громашевського НАМН України, у поточному епідемічному сезоні 2014-2015 років на території країни прогнозувалася одночасна циркуляція вірусів грипу А(Н3N2), подібного до штаму А /Техас/50/2012(Н3N2); А(Н1N1), подібного до А /California/7/2009 (Н1N1) pdm09, а також вірусу грипу, подібного до штаму В

/ Massachusetts/2/2012 (лінія Ямагата). За словами начальника відділу епідеміологічного нагляду та профілактики інфекційних захворювань, санітарної охорони середовища ДСЕС України Олександра Заїки, ці штами не є новими, вони циркулювали і торік, відтак на них уже є вироблена протидія серед актуальних сезонних вакцин, дозволених до застосування в Україні. Зокрема, серед них Державний експертний центр МОЗ України рекомендує такі:

– Інфлувак® вакцина для профілактики грипу, поверхневий антиген, інактивована, суспензія для ін'єкцій по 0,5 мл у попередньо наповнених одноразових шприцах № 1 або № 10, виробництва Абботт Біолоджікалз Б.В., Нідерланди;

– Флюарікс™ інактивована спліт-вакцина для профілактики грипу, суспензія для ін'єкцій по 0,5 мл у попередньо наповненому шприці з фіксованою голкою № 1, № 10, виробництва ГлаксСмітКляйн Біолоджікалс, підрозділ СмітКляйн Бічем Фарма ГмБХ і Ко.КГ, Німеччина;

– Ваксігріп спліт-вакцина для профілактики грипу інактивована рідка, суспензія для ін'єкцій по 0,5 мл (1 доза) в попередньо заповнених шприцах з прикріпленою голкою № 1 (фасування з форми «in bulk» фірми-виробника Санофі Пастер С.А., Франція), виробництва ТОВ «ФАРМЕКС ГРУП» (фасування з форми «in bulk» фірми-виробника Санофі Пастер С.А., Франція), Україна;

– Ваксігріп спліт-вакцина для профілактики грипу інактивована рідка, суспензія для ін'єкцій по 0,25 мл № 1,

№ 10 або № 20; по 0,5 мл № 1, № 10, № 20 або № 50 в попередньо заповнених шприцах з прикріпленою голкою; по 5 мл (10 доз) у флаконах № 1 та № 10, виробництва Санофі Пастер С.А., Франція.

Усі профілактичні щеплення в Україні проводять імунобіологічними препаратами вітчизняного та зарубіжного виробництва, що мають сертифікат якості. Транспортування, збереження та використання вакцин здійснюється з обов'язковим дотриманням вимог «холодового ланцюга», відповідно до Порядку забезпечення належних умов зберігання, транспортування, приймання та обліку медичних імунобіологічних препаратів в Україні. Зі свого досвіду можна рекомендувати вакцину Інфлувак, виробництва компанії «Солвей Фармацеутикалз ГмБХ», Голландія, яка не містить консерванту, що забезпечує її безпечне застосування та найнижчу реактогенність.

**– Які засоби неспецифічної імунпрофілактики грипу безпечно використовувати?**

– У профілактиці ГРЗ бактеріальної етіології добре себе зарекомендував препарат ІРС-19, що готують на основі бактеріальних лізатів 19 штамів мікроорганізмів, які є частими збудниками цих захворювань. Особливістю препарату ІРС-19 є те, що його вводять інтраназально у вигляді аерозолу. Тобто тим же шляхом, яким потрапляють в організм збудники ГРЗ, грип. Завдяки цьому ІРС-19 насамперед стимулює імунітет слизових оболонок верхніх дихальних шляхів. У людей, які часто хворіють, слід проводити комплексну імунпрофілактику ГРЗ введенням інгалаційного стимулятора ІРС-19 та щепленням проти грипу субодиночною вакциною Інфлувак. Починати імунпрофілактику краще у вересні. Перший етап складається з прискування (не закапування) ІРС-19 двічі на день (зранку та ввечері) по одному упорскуванню в обидві ніздрі. Слід стежити, аби носові ходи були вільні від слизу. Процедуру проводять у сидячому положенні з опущеною головою.

ЦІКАВО

## ЗАМІСТЬ ПІГУЛОК ЯГОДИ

Як засвідчили дослідження німецьких учених, ягоди мають бути у вашому меню щодня.

Науковці з Німеччини провели низку експериментів, під час яких хотіли з'ясувати, як вживання тих чи інших ягід впливає на організм людини. Так, жи-

на та чорний виноград є чудовими засобами захисту клітин організму від хвороботворних бактерій та отруйних речовин. Той самий виноград є незамінним при-

родним засобом для боротьби зі злочи́сними пухлинами. Для профілактики раку можна застосовувати ожину й порічки.

Учені дійшли висновку, що

всі ягоди без винятку, а тим більше – лісові, здатні підтримувати обмінні процеси в організмі й сприяти очищенню від шкідливих речовин.



# УРОЧИСТО ВІДКРИЛИ МУЗЕЙ Л.Я. КОВАЛЬЧУКА

Відчинив двері для відвідувачів музей пам'яті ректора ТДМУ ім. І. Я. Горбачевського, члена-кореспондента НАМН України, заслуженого діяча науки і техніки, професора Леоніда Якимовича Ковальчука, який очолював ТДМУ 1997-2014 роках. У березні цього року Леоніду Якимовичу виповнилося б 68 років.

На церемонії відкриття експозиції були присутні члени родини покійного, викладачі, студенти.

— Сьогодні ми відкриваємо музей та вшановуємо пам'ять геніальної людини — Леоніда Якимовича Ковальчука, який керував університетом 17 років і зробив його одним з кращих в Україні, — сказав у вступному слові ректор ТДМУ, професор Михайло Корда. — Леонід Якимович був надзвичайно



**Михайло КОРДА, ректор ТДМУ, професор**

багатогранною та талановитою особою. По-перше, він був блискучим менеджером, який дбайливо й мудро керував університетом і зробив його одним з найкращих в Україні. По-друге, віртуозним хірургом. Якось в розмові Леонід Якимович зазначив: «В області немає операційної, в якій би я не оперував». І це були унікальні за складністю операції. А ще Леонід Якимович був талановитим науковцем. Він виховав цілу плеяду докторів і кандидатів наук, створив хірургічну школу, написав десятки книг, атласів, посібників, монографій. За що б не брався Леонід Якимович, скрізь досягав позитивних зрушень. Пригадую 1987 рік... Нам, субординаторам на кафедрі хірургії в обласній лікарні, надзвичайно пощастило,



бо цього року завідувачем кафедри призначили молодого, амбітного доктора наук Леоніда Якимовича Ковальчука. З його приходом настали якісні зміни. Почалася реорганізація операційного блоку, субординаторів з хірургії стали залучати до асистування під час найскладніших операцій. 1997 року Леонід Якимович очолив наш університет і почалися різкі зміни в університеті (тоді ще інституті). Я мав щастя працювати в його команді. З ініціативи ректора створили видавництво «Укрмедкнига» — перше

етапа медичного права. Багато з того, що зробив Леонід Якимович, втілено вперше в Україні. Приміром, нові технології в навчальному процесі в університеті не мають аналогів. Створення віртуальних навчальних комп'ютерних програм — це теж ідея Леоніда Якимовича.

Він був геніальною людиною й експонати музею нагадуватимуть про це нинішньому та майбутньому поколінню студентів. Але найкраще вшанувати гарними справами. Успішне навчання студентів, яких Леонід Якимович любив і про яких турбувався, високопрофесійна робота колективу будуть гідною даниною його пам'яті.

З хвилюванням переступали відвідувачі поріг музею. Серед експонатів — нагороди Леоніда Якимовича, документи, посвідчення, сертифікати, добірка його світлин. На моніторі — відео з ілюстраціями його життєвого шляху. Кожен бажаючий може увімкнути та переглянути відеоматеріал. Орден «За заслуги» III ступеня, Архистратига Михаїла, інші високі відзнаки. Нагорода Федерації профспілок України «За розвиток соціального партнерства» — за



**Експозицію музею оглядає син Л.Я. Ковальчука — перший проректор ТДМУ, професор Олександр КОВАЛЬЧУК**



**Вдова Л.Я. Ковальчука — Неля Антонівна КОВАЛЬЧУК**



розвиток соціальної програми для працівників університету. Леонід Ковальчук отримав її першим, а в області таких нагород — дві чи три.

Серед експонатів — робочий стіл Леоніда Якимовича у зменшеному вигляді, узбецький халат, який подарував йому ректор Самаркандського медичного університету...

Це і аудиторія, і музей. Студенти можуть відвідати його перед лекціями або коли пари закінчилися, а після 15 години — всі бажаючі.

**Оксана БУСЬКА,  
Микола ВАСИЛЕЧКО (фото)**



# ЛЕОНІДА КОВАЛЬЧУКА ЗГАДУВАЛИ З ЛЮБОВ'Ю ТА ВДЯЧНІСТЮ

В актовій залі ТДМУ імені І.Горбачевського відбувся вечір пам'яті, присвячений 68-річчю з дня народження члена-кореспондента НАМН України, заслуженого діяча науки і техніки України, доктора медичних наук, професора Леоніда Ковальчука. Під час цього заходу його учні, колеги, друзі та рідні згадували найсвітліші миттєвості життя колишнього ректора ТДМУ, серце якого перестало битися 1 жовтня минулого року.

Після хвилини мовчання та виконання Наталією Вологовською пісні «Пам'ять» викладацька й студентська родина вшанувала видатного хірурга, блискучого менеджера, талановитого науковця — Леоніда Ковальчука добримими словами. Хтось ділився своїми спогадами із спільного студентського життя, хтось розповідав про своє становлення як хірурга і науковця під керівництвом Леоніда Якимовича, хтось звернув увагу на його новаторство, хтось щиро дякував за наставництво та розуміння. Кожне слово глибоко торкалося душі й серця, кожна світлина ще раз повертала присутніх у залі до тих світлих моментів життя великої людини.

Саме Леонід Якимович упродовж останніх сімнадцяти років мудро й дбайливо керував Тернопільським державним медичним університетом імені Івана Горбачевського. Завдяки його вмінню прогнозувати, впроваджувати новітні технології та налагоджувати співпрацю між вищими школами в Україні та за її межами наш університет посів перше місце в рейтингу медичних ВНЗ.

## ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПОЧАЛОСЯ У СТУДЕНТСЬКІ РОКИ

Леонід Якимович був радісною та життєлюбною людиною. Його мрія стати хірургом спонукала до постійного самовдосконалення, самопожертви й наукових пошуків. Та, крім суто професійних інтересів, у нього змолоду було не одне хобі. Спершу він захопився фотографією, завдяки чому у свої студентські роки став фотолітописцем життєдіяльності своєї альма-матер. На його світлинах зафіксовані найважливіші віхи розвитку медичного інституту, а під час виконання кандидатської дисертації це вміння допомогло йому краще вивчити зміни в клітинах крові, які він вивчав і фотографував під мікроскопом. Ще одним захопленням було читання книг з наукової фантастики. Саме книга «Лезо бритви», яку подарувала кохана дівчина Неля, що стала відтак його вірною супутницею у житті, визначила його вибір на користь хірургії.

«Нещодавно переглядав альбом зі студентськими фотографіями і зупинився на світлинці групи субординаторів на шос-



тому курсі, в центрі якої Леонід Якимович. На її звороті є підпис «Майбутні хірурги». Наша група була досить сильною. Судить самі: Леонід Якимович — ректор нашого університету з численними досягненнями, Михайло Борщівський — заслужений лікар України та головний лікар Житомирської обласної лікарні,

професор кафедри фармакології з клінічною фармакологією Катерина Посохова.

### ОМРІЯНА ХІРУРГІЯ

Хірургія була метою життя ректора ТДМУ Леоніда Ковальчука. Заради неї він відмовився від престижних посад, спокійних і перспективних місць роботи.

Шумську йому неодноразово доводилося підняти анестезіолога під час операцій. Леонід Якимович відмовився заради хірургії також від посади директора Кременецького медичного училища. І ось доля дала йому шанс зреалізуватися сповна. Леоніда Ковальчука запросили в Знамянку Кіровоградської області на посаду завідувача хірургічного відділення лікарні. Через чотири роки завідувач облздороввідділу запросив на посаду головного хірурга Тернопільської області. Завідувачем кафедри хірургії ТДМУ став після захисту докторської дисертації.

Леонід Якимович не обмежувався винятково лікарською діяльністю, коло його наукових інтересів охоплювали питання сучасних лікувальних методик і технологій. Професор Леонід Ковальчук очолював Асоціацію хірургів Тернопільщини, був головним редактором наукового журналу «Шпитальна хірургія». Фундаментальний підручник «Хірургія», виданий за його редакцією, відзначено премією Національної академії медичних наук України. До речі, пластику стравоходу в нашій області міг зробити лише Леонід Якимович.



Професори Катерина ПОСОХОВА та Володимир ГОЩИНСЬКИЙ

Юрій Семенюк — заслужений лікар України, головний лікар Рівненської обласної лікарні, професор, В'ячеслав Таран — заслужений лікар України, кандидат меднаук, начальник обласного управління охорони здоров'я Хмельницької області та згодом — заступник Міністра охорони здоров'я України. Можна й далі перелічувати здобутки однокурсників, але саме Леонід Якимович першим з нас зробив складні операції.

Він походив з багатодітної селянської сім'ї, одружився на першому курсі, а на третьому у нього народився син. Леонідові Якимовичу з ранніх років потрібно було турбуватися про сім'ю. Поєднання навчання та роботи сформувало його як працюючого і натхненного творця та мудрого керівника. Через три роки ми святкуватимемо ювілейний випуск нашого курсу, але вже не буде Леоніда Якимовича, який знову показав би нам зміни в університеті, запросив до конференц-зали та пригостив кавою. Під час переклички не будемо чути його голосу, але він вічно житиме в наших серцях», — наголосив однокурсник Леоніда Ковальчука, професор кафедри хірургії Володимир Гощинський.

Своїми спогадами про студентські роки поділилася також



Професор Ігор ДЗЮБАНОВСЬКИЙ

Ще до закінчення інституту написав кандидатську дисертацію, через що професор Олександр Люлька запропонував Леонідові Якимовичу працювати в Полтаві на кафедрі патологічної фізіології. Та він не міг проміняти хірургію ні на що, тому поїхав працювати в село Устя-Зелене Монастирського району хірургом. Згодом став хірургом в селищі Великі Дедеркали, що на Шумщині. Робота в лікарні не завадила йому захистити кандидатську дисертацію. Крім того, Леонід Ковальчук опанував ще й вміння бути анестезіологом. І в

## ДЛЯ СВОЇХ УЧНІВ СТАВ ДРУГИМ БАТЬКОМ

Коли людина палає любов'ю до обраної професії, вона передає свої знання й уміння іншим. Леонід Якимович створив наукову школу хірургів, здобутки якої добре відомі в Україні та за її межами. Основна наукова діяльність була пов'язана з вивченням проблем виразкової хвороби шлунка та дванадцятипалої кишки. Він розробив оригінальні, патофізіологічно обґрунтовані, органозберігаючі методи хірургічного лікування виразкової хвороби шлунка та дванадцятипалої кишки, що зменшило частоту рецидивів після резекційних розладів в чотири рази. Він є автором майже 500 наукових і навчально-методичних праць. Під його керівництвом захищено 10 докторських і 34 кандидатських дисертацій. Про наставництво та вміння знайти підхід до майбутніх науковців розповіли його учні.

«Наше знайомство відбулося 1987 року, коли Леонід Якимович став завідувачем кафедри шпитальної хірургії Тернопільського медичного інституту. Цього ж року я закінчив цей навчальний заклад і проходив у Леоніда Якимовича клінічну ординатуру, ставши тоді першим його учнем. Він став для мене другим батьком, який дбайливо й вимогливо піклувався про мене на шляху становлення як хірурга, так і науковця. Впродовж двох років Леонід Якимович навчив мене великому обсягу операцій. Взагалі я готувався до практичної роботи хірургом на Волині, куди мав скерування. Після закінчення клінічної ординатури Леонід Якимович переконав мене



Доцент Віктор ТВЕРДОХЛІБ, професор Анатолій БЕДЕНЮК, доцент Віталій МАЛЬОВАНІЙ

За такі складні оперативні втручання бралися лише медики великих центральних лікарень.

Під час вечора пам'яті завідувач кафедри хірургії, професор Ігор Дзюбановський детально зупинився на новаторствах і досягненнях Леоніда Ковальчука саме в хірургії.

Також у виконанні учня Леоніда Якимовича, доцента кафедри хірургії Юрія Футуйми прозвучала його авторська пісня «Серце хірурга».

залишитися у Тернополі, за що йому вдячний донині.

Звичайно, на Волині я б став хірургом, але не досягнув би того, чого досягнув під керівництвом свого вчителя. Леонід Якимович був керівником моєї кандидатської та науковим консультантом докторської дисертації. Хочу сказати, що мій учитель був філігранним хірургом і виконував всі можливі операції.

(Продовження на стор. 5)



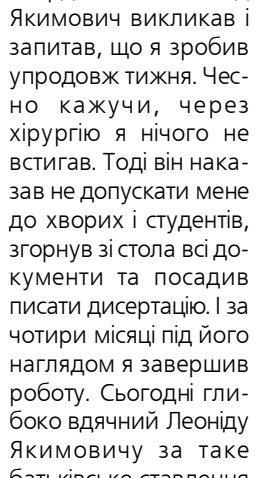
# ЛЕОНІДА КОВАЛЬЧУКА ЗГАДУВАЛИ З ЛЮБОВ'Ю ТА ВДЯЧНІСТЮ

**(Закінчення. Поч. на стор. 4)**

Він настільки був відданий своєму покликанню лікаря, що навіть, будучи на посаді ректора, міг приїхати на складну операцію та виконати її бездоганно. Пригадую один випадок. До Тернополя приїхав американський хірург і був присутній під час складної операції пацієнта з онкозахворюванням шлунка з переходом на стравохід. Без надточної апаратури Леонід Якимович блискуче зробив операцію. Після її завершення американський колега сказав, що в них за таку роботу без одноразових зшиваючих пристроїв ніхто б не взявся. Тут можна лише одне сказати: Леонід Якимович Ковальчук був хірургом від Бога», — зазначив завідувач кафедри хірургії №1, професор Анатолій Беденюк.

Доцент кафедри шпитальної хірургії Віталій Мальований наголосив на тому, що Леонід Ковальчук у своєму житті намагався зробити все бездоганно й навіть неможливі речі йому вдавалися. «Таких слів, як «ні», «не можу», «не вийшло» у нього просто не існувало. Ми часто працювали на виснаження, але це дало свій результат. Упродовж двадцяти з лишком років у відділенні торакальної хірургії було виконано понад тисячу хірургічних втручань. І це зроблено завдяки Леонідові Якимовичу. І під час кожної операції щоразу дякую своєму вчителю за те, що він навчив мене тонкощів хірургії», — додав Віталій Мальований.

Доцент кафедри ендоскопії з малоінвазивною хірургією, урологією, ортопедією та травматологією навчально-наукового інституту післядипломної освіти Віктор Твердохліб розповів, яким чином Леонід Ковальчук спонукав його до завершення дисертаційної роботи. «Ми завжди були спокійні під його керівництвом, адже бачили подальшу перспективу в науці та роботі. Досі пам'ятаю, як він змусив зробити дисертацію, — згадує Віктор Твердохліб. — Леонід Якимович викликав і запитав, що я зробив упродовж тижня. Чесно кажучи, через хірургію я нічого не встигав. Тоді він наказав не допускати мене до хворих і студентів, згорнув зі стола всі документи та посадив писати дисертацію. І за чотири місяці під його наглядом я завершив роботу. Сьогодні глибоко вдячний Леоніду Якимовичу за таке батьківське ставлення та постійну підтримку».



## ЛІДЕР В ІННОВАЦІЯХ

Потрібно сказати, що з перших днів роботи в медичному інституті Леонід Якимович почав активно цікавитися організацією навчального та наукового процесу в інших освітніх закладах, зокре-

ма за кордоном. 1997 року ректор нашого університету, талановитий науковець і майстерний хірург, узявся за модернізацію лабораторій, наповнення їх сучасним обладнанням, ремонтом приміщень ВНЗ. Перебуваючи у США на науковій конференції, побачив, що можна за допомогою відеозв'язку вести дискусії та зв'язуватися з іншими містами. Леонід Якимович загорівся ідеєю створення такої системи відеозв'язку в нашому університеті. Він вважав, що спілкування з іншими навчальними закладами завжди дає щось нове та цінне.

Можливо, саме тому і став ініціатором створення консор-



**Проректор ТДМУ, професор Василь МАРЦЕНЮК**

ціуму університетів, в рамках якого започатковано було міжнародний медичний журнал «International Journal of Medicine and Medical Research». Тепер не ТДМУ просився у партнери, а ВНЗ з інших міст і країн вважали за честь бути в цьому консорціумі. Найвдалішою інновацією, на думку Леоніда Якимовича, було запровадження в університеті Віденської системи семестрового тестового іспиту.

«Лише з плином часу можемо сповна усвідомити втрату нашого університету. Леонід Якимович понад усе турбувався про свою альма-матер, адже



тут він формувався, реалізувався як лікар, вчений світового рівня і наставник. Кульмінацією багатогранного таланту стала робота на посаді ректора університету. Головною метою було зберегти рідний виш.

Найкраща оцінка його діяльності

— це перше місце університету в загальноукраїнському рейтингу. Об'єктивним показником роботи Леоніда Ковальчука є і складання студентами ліцензійних інтегрованих іспитів «Крок». Наш університет тут у призерах. Він доклав всіх зусиль для ствердження статусу своєї альма-матер. Саме при ньому медичний інститут став академією, 2004 року отримав статус університету, а 2014 року було подано документи на отримання статусу «національний». На мою думку, досягнення цієї мети буде найкращим подарунком для Леоніда Ковальчука. Визнання нашого університету на світовому освітньому просторі — це надання диплома про європейську якість освіти в ТДМУ», — зауважив проректор з наукової роботи, інноваційних і комп'ютерних технологій, професор Василь Марценюк.

Він також зазначив, що в радянський період іноземні студенти не навчалися в Тернополі, проте Леонід Якимович зламав цю традицію. Він запровадив англомовне навчання для іноземних громадян з 1999 року, зорганізувавши курси для викладачів та ініціювавши написання посібників. Нині в Тернопільському державному медичному університеті імені І.Горбачевського здобуває медичну освіту 1500 іноземних студентів, більшість з яких є представниками європейських країн, США та Канади.

## ПОНАД УСЕ ВІРИВ У МОЛОДЬ

Життєвий шлях Леоніда Ковальчука — це зразок людської гідності, відповідальності, доброспорядності, вміння толерантно працювати з людьми. Багато студентів хотіли б бути подібними на нього, наслідувати його. Він у свою чергу понад усе вірив у молодь. Загалом любов до роботи з людьми Леонід Якимович виплекав ще в юності під час навчання в Бережанському медичному училищі. У його батьків було шестеро дітей, тому матеріальні ресурси були обмежені.

Аби не просити грошей на власні потреби, він влаштовувався під час літніх канікул на роботу піонервожатим у пришкольні табори літнього відпочинку в Бережанах. Відтоді він збагнув, що майбутнє залежить від того, як виховаєш наступне покоління. Потрібно зазначити, що студенти завжди відчували цю любов і батьківське ставлення.

«Окрім своїх професійних і наукових досягнень, Леонід Якимович Ковальчук був вчителем і наставником для тисяч студентів нашого університету. Ми завдяки йому справді почували себе мов за кам'яною стіною. На нашу думку, постать Леоніда Коваль-

чука є гідним прикладом для наслідування того, як потрібно дбати про свою країну та примножувати її славу.

Студентів Леонід Якимович вважав майбутнім української нації, тому він був доступним для всіх, хто навчався в Тернопільському медичному університеті. Постійна співпраця давала нам найголовніше: ми відчували себе потрібними, наша думка була почута. На знак подяки за це кожен зі студентів, який хоча б раз представляв наш університет, робив це з почуттям відповідальності, причетності до його роботи та здобутків. Це неабияк стимулювало працювати ще краще. Пригадую, як на одному із засідань студентської ради ректор звернувся до студентів: «Я не прошу у вас нічого надможливого, лише прошу вас відстоювати й робити свої справи по правді», — поділився спогадами голова студради ТДМУ, студент шостого курсу медичного факультету Олег Фаріон.

Леонід Якимович завжди цінував творчих людей, оточував себе талановитою молоддю, створював сприятливі умови для розвитку кожної особистості. Він схвально ставився до того, що студенти, крім навчання, займаються творчою діяльністю та завжди підтримував ініціативу й креативність студентів.

На знак подяки та шани від студентської молоді під час вечора пам'яті свій авторський вірш, присвячений пам'яті Леоніда Ковальчука, зачитала студентка медичного факультету Тетяна Іваніцька.

Яскравою сторінкою підтримки молоді є один з найуспішніших проектів Леоніда Якимовича «Міжнародні літні школи», започатковані 2006 року. Він поєднав дві ідеї: сприяти розвитку молоді та розвивати міжнародну співпрацю. На затишній території навчально-оздоровчого комплексу «Червона калина» впродовж дев'яти років мали можливість тісно спілкуватися, обмінюватися досвідом і налагоджувати співпрацю представники вищих медичних навчальних закладів України, Європи, США та Азії. 3



**Шестикурсник медфакультету, голова студради ТДМУ Олег ФАРІОН**

упевненістю можна сказати, що цей проект став своєрідною територією молодіжного єднання, галицької гостинності та щирої радості від спілкування.

Під час перегляду відеофільму із життя Міжнародних літніх шкіл присутніх у залі огорнула хвиля приємних емоцій, а улюблена пісня Леоніда Ковальчука «Є лише мить...» якнайкраще ілюструвала його життєве кредо. Адже насправді між народженням і смертю є лише коротка мить, яку потрібно прожити яскраво, цікаво та змістовно.

## СИНІВСЬКИЙ УКЛІН І ПОДЯКА



**Перший проректор ТДМУ, професор Олександр КОВАЛЬЧУК**

Леонід Ковальчук був видатною та яскравою особистістю, реформатором медичної освіти й охорони здоров'я України, блискучим хірургом, видатним науковцем, доброю та чуйною людиною. Світла пам'ять про нього назавжди збережеться у наших серцях та в історії рідного університету. Проте насамперед він був надзвичайно люблячим чоловіком, батьком, дідусям. Для рідних — це найважлива втрата та глибока рана.

Зі словами вдячності до присутніх звернувся син Леоніда Ковальчука — перший проректор ТДМУ, професор Олександр Ковальчук. Він подякував усім, хто знайшов час і прийшов цього вечора вшанувати пам'ять видатної людини нашого краю. Всю свою любов до батька Олександр Леонідович відобразив в авторському вірші «Пам'ять», який написав у день його народження.

І хоч часто людська пам'ять є нетривалою, але на скрижальх історії Тернопільського державного медичного університету імені І.Горбачевського Леонід Ковальчук назавжди залишиться ідейним новатором, мудрим керівником, талановитим хірургом, блискучим менеджером, видатним науковцем і життєрадісною людиною.

**Яніна ЧАЙКІВСЬКА,  
Микола ВАСИЛЕЧКО (фото)**



# МАРІЯ РУДЬКО: «НАВІТЬ ЗА ІСНУВАННЯ РЕАЛЬНОЇ НЕБЕЗПЕКИ ЛЮДИ ЗАЗВИЧАЙ ОБИРАЮТЬ-ТАКИ РОБОТУ»

(Закінчення. Поч. на стор. 1)

Прикро констатувати, але нині чимало підприємств та установ мають шкідливі й небезпечні умови праці. Чому виникають професійні захворювання? Бо є шкідливі умови праці, недосконалі технології, неавтоматизоване виробництво, немає потужних очисних і вентиляційних установок. І люди багато років працюють у шкідливих умовах, де запилення перевищує всі допустимі норми, інтенсивний виробничий шум, обладнання з великим рівнем вібрації, хімічні речовини токсичної дії потрапляють у повітря робочої зони й знаходяться там усю зміну. В області багато пацієнтів із хронічною нейросенсорною приглухуватістю та хронічними обструктивними захво-

рваннями легень. Скажімо, колись працював у Тернополі комбінат «Текстерно», і працівники при виробництві піддавалися шкідливому впливу виробничого шуму та пилу. А медичні працівники! Вони мають гарний чистий вигляд у білих халатах, але вони теж хворіють на професійні захворювання. Аджє контактують і з хімічними речовинами, і з різними видами випромінювання, немаловажне місце займає й інфекційний фактор. І якщо на підприємстві процес можна автоматизувати, то як у медицині замість лікаря, медсестри встановиш автомат? Отож серед медпрацівників також зустрічаються професійні захворювання. Найбільша прикрість у тому, що нині профпатологічна служба зменшена

до мінімуму — в районних медичних закладах лікарів-профпатологів небагато. І так, по суті, — в усій Україні. Тож на одного профпатолога в області покладені обов'язки з організації виконання завдань усієї служби.

**— За що любите свою роботу?**

— Робота ж у мене дуже скрупульозна й надзвичайно відповідальна. Тим більше, що вимоги до проведення медичних профілактичних оглядів людей, які працюють у шкідливих умовах, зараз набагато вищі, ніж колись, у часи широко розвиненої структури. Але працювати мені легко — відчуваю підтримку головного лікаря нашого закладу Василя Євгеновича Бліхара, завідувачої обласною консультативною поліклінікою Ірини Георгіївни

Синиці, заступника головного лікаря з експертизи Любові Василівни Задорожної, фахівців департаменту охорони здоров'я облдержадміністрації. І це дуже приємно, адже разом зорганізуємо роботу профпатологічної служби так, щоб вона була виконана належним чином. Для мене профпатологія — надзвичайно цікава, бо ж тісно співпрацюю зі спеціалістами інших профілів і галузей — керівниками підприємств, фахівцями Фонду соціального страхування, медико-соціальної експертизи, відділу охорони праці, лікарями. Якщо я комусь потрібна й допомога, то це мене тішить. Дуже важливо відчувати, що ти потрібен. Це приносить задоволення — що ти допоміг, що вдалося когось захистити, когось підка-

зати, як зберегти власне здоров'я. Не шкодую, що пішла в медицину й доля привела мене саме в профпатологію. Гадаю, досвід роботи швидко напрацюю й усі питання в роботі вирішуватимуться досить легко.

**— Як любите відпочивати після роботи?**

— Після роботи намагаюся цілковито присвятити себе й свій вільний час родині та домашнім клопотам. Люблю разом із сім'єю відпочивати на природі, захоплююся вишивкою хрестиком та випічкою.

**— Що вважаєте вашим найбільшим досягненням?**

— Своєю найбільшим досягненням вважаю ті знання, які отримала під час навчання в університеті та в інтернаті. Проте не менш важливим досягненням вважаю власний досвід, який зараз отримую, працюючи лікарем.

**— Як святкували свій день народження?**

— У колі рідних і друзів.

**— Чого побажали б собі?**

— Собі бажаю бадьорості, оптимізму, удачі, натхнення. Звісно ж, здоров'я та кар'єрного зростання.

## РАДИ-ПОРАДИ

# СТРАВИ, ЩО ДОБРІ І ДЛЯ ПОСТУ, І ДЛЯ СВЯТКОВОГО СТОЛУ

Мар'яна СУСІДКО,  
Лариса ЛУКАЩУК

Лікар-нефролог відділення нефродіалізу університетської лікарні Галина Руснак готує ексклюзивні гуцульські страви. Її чоловік родом із Закарпаття, із села Усть-Чорне Тячівського району. Там готують доволі незвичайні страви, які більше не скуштуєш у жодному регіоні нашої країни. Відтак, щоб догодити чоловікові, вона навчилася готувати страви, якими він звик ласувати в дитинстві.

— В Усті змішалася німецька, угорська кухні, зрозуміло, що більшість страв незвичні для Тернопілля, — пояснює Галина Руснак. — Але готувати їх не складно, тим більше, що вони дуже смачні й корисні. До прикладу, якщо вареники готують в усій Україні, лише з різними начинками, то закарпатські — лише на Закарпатті.

Також дуже популярні у закарпатців страви з кукурудзяної крупи та борошна. Особливо вони згодяться під час посту, адже кукурудза містить багато корисних вітамінів, мікроелементів, а також є чудовим «очищувачем» для організму. За словами пані Галини, зараз дуже багато розрекламованих препаратів — сорбентів, які нібито дивовижно очищають усі органи і системи від шлаків. А предки сучасних закарпатців підсвідомо вживали природні сорбенти у вигляді токану, баноша. Варто зауважити, що штучні сорбенти вживають неоподібно, а кукурудзяні страви діди

та прадіди закарпатців їли щоденно. Це доступний, дешевий та дуже смачний продукт і надзвичайно потрібний у нинішні часи, коли багато людей із «зашлакованим» організмом. Кукурудзяна крупа дуже багата на вітаміни групи А, Е, РР і В, мінерали, серед яких такі, як залізо і кремній. Також у ній міститься багато амінокислот та інших органічних речовин. Завдяки великій кількості клітковини, її регулярне вживання допомагає очистити шлунково-кишковий тракт від нагромаджених у ньому продуктів обміну життєдіяльності організму. При регулярному вживанні кукурудзяних страв помітно поліпшується робота серцево-судинної системи, а також зменшується ризик виникнення серцево-судинних захворювань. Вони сприяють зниженню рівня холестерину в крові. Крім того, кукурудзяні страви корисні й для шкіри. При регулярному вживанні помітно поліпшується колір шкіри та її стан. Взагалі кукурудзу вважають дуже низькокалорійним продуктом, завдяки чому її можна використовувати в спеціальних дієтах, спрямованих на схуднення. До того ж, учені провели дослідження кукурудзяної крупи на алергенність, з'ясувалося, що кукурудза є низькоалергенним продуктом, а це означає, що її

можуть вживати, по суті, всі. Кукурудзяні наїдки також приносять користь імунітету й сприяють впливають на обмінні процеси в організмі. Дієтологи радять їх хоча б кілька разів на тиждень, у цьому випадку отримуєш якнайбільше користі від тих речовин, які містяться в кукурудзяній крупі.



Галина РУСНАК

Під час посту на Закарпатті дуже популярні страви з капусти та квасолі, як-от «зганянка».

Пані Галина розповіла, як готувати цю страву. Спочатку вона замочує капусту й квасолю на ніч. Вранці воду зціджує, заливає свіжою та ставить квасолю вари-

ти. Коли вже буде напівготовою, додає капусту. Усе разом повинно варитися впродовж години. Наприкінці додає заправку: столову ложку олії, столову ложку борошна та трохи паприки підсмажує на невеликому вогні.

— Паприку спеціально купую на Закарпатті, вона солодкувата й додає страві особливої нотки, — розповідає Галина.

Наприкінці приготування страву солить, перчить і додає прянощі «Вігора» (сушені овочі та зелень).

— Зганянка — своєрідний суп-пюре, — каже Галина Руснак. — На перший погляд тут немає чогось надзвичайного, але вона дуже смачна. Інколи до «зганянки» ще варю картоплю у лущпинні.

**КНЕДЛИКИ**

Господиня бере 50 г дріжджів, півлітра ледь теплої води, 1 яйце, дрібку солі, дрібку цукру та дві столові ложки борошна. Все перемішує й ставить на півгодини в тепле місце. Коли дріжджі починають бродити, на око досипає туди борошна та замішує тісто. На дві години ставить у тепле місце, щоб підросло. Після цього робить продовувати батончики. Ставить до пароварки на 35 хвилин. Тим часом тушкує на олії свіжу капусту та робить грибну підливу. Бере білі гриби, ріже їх на шматочки, додає нашатковану цибулю, доливає води й тушкує. Через сорок хвилин вони готові. Тоді до 200 г сметани додає 2 столові ложки борошна й ретельно перемішує, щоб не було грудочок і додає до грибів. Со-

лить, перчить, додає спеції за смаком. Кнедлики витягує з пароварки, ріже на скибочки й зверху викладає гриби, а збоку — капусту.

**ГАРБУЗОВИЙ СУП**

— Моя донька Мар'яна гарбуза зовсім не любить, а цей суп їй до смаку, — зауважує Галина Руснак. — Жартома його називаю сумішшю непоєднаних складників. Але, звісно, його потрібно скуштувати.

Пані Галина бере літр молока і ставить на вогонь, щоб закипіло. В той час на дрібній терці тре гарбуз. Засипає сіллю й залишає, щоб пустив сік. Коли молоко закипіло, відтискає гарбуз і кидає в молоко, щоб варилося 10 хвилин. Столову ложку олії, столову ложку борошна та паприку, все змішує та обсмажує на пательні. Відтак додає до молока. Бере 100 г сметани, десертну ложку борошна й півсклянки води, збиває на блендері до однорідної маси. Коли суп готовий, кидає туди сметану, помішує. Нарізає кілька стебелець кропу та кидає в каструлю.

— Кріп має бути обов'язково, інакше суп не буде смачним, — радить Галина Руснак.

**ТОКАН З БРИНЗОЮ**

2 склянки кукурудзяного борошна заливає 6 склянками води й варить до готовності.

— Свекруха додає до токану бринзу, але я її не люблю, заміняю звичайним твердим сиром, який купую в супермаркеті, — розповідає Галина Руснак. — Беру 200 грамів сиру та натираю на терці. Змашую маслом скляну форму для запікання й викладаю шар токану, а зверху — шматочок масла та притрушую сиром. Потім знову викладаю токан, вершкове масло, сир і ставлю на 15 хвилин до духовки. Токан дуже смачно їсти з кефіром.

# ІГОР МИКИТИН: «БЕРЕЖІТЬ СВОЄ ЗДОРОВ'Я ТА НЕ ВІДКЛАДАЙТЕ ВІЗИТ ДО ЛІКАРЯ»

Лариса ЛУКАЩУК

**НА ДРУГОМУ ПОВЕРСІ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ ПОЛІКЛІНІКИ УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ЛІКАРНІ – КАБІНЕТ УРОЛОГА. ЙОГО ДВЕРІ ВІДЧИНЕНІ ДЛЯ ВІДВІДУВАЧІВ ОСЬ УЖЕ ТРИДЦЯТЬ РОКІВ. ДВАДЦЯТЬ З НИХ ПРИЙОМ ПАЦІЄНТІВ ПРОВОДИТЬ ІГОР ЯРОСЛАВОВИЧ МИКИТИН – ДОСВІДЧЕНИЙ СПЕЦІАЛІСТ, ЛІКАР-УРОЛОГ ВИЩОЇ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ КАТЕГОРІЇ. ПАЦІЄНТИ УРОЛОГІЧНОГО КАБІНЕТУ – ЦЕ ЛЮДИ З ПРОБЛЕМАМИ СЕЧОСТАТЕВОЇ СФЕРИ, ПІЕЛОНЕФРИТОМ, ЦИСТИТОМ, АДЕНОМОЮ ПРОСТАТИ ТА ІНШІ.**

— Як правило, до нас звертаються недужі за скеруванням уролога з поліклініки за місцем проживання, — розповідає Ігор Микитин. — Якщо спеціаліст з'ясовує, що потрібні додаткові дослідження, робимо більш детальне обстеження, розпитуємо хворого, на що скаржитися, вивчаємо історію захворювання та оглядаємо з допомогою інструментальних засобів. Щодня до нас зазвичай навідується 15-20 осіб, але буває й до 30 відвідувачів, як ось зараз, коли у розпалі застуда, ГРВІ, ангіни. Холодної пори люди часто переохолоджуються, а це, як відомо, сприяє загостренню багатьох урологічних процесів, зокрема, таких недуг, як гострий хронічний пієлонефрит, аденома простати, цистит і навіть сечокам'яна хвороба.

Спалахи вірусних інфекцій спричиняють ускладнення роботи сечовидільних шляхів, загострення вже набутих хвороб. Як правило, таких пацієнтів скеровує сімейний лікар або лор, чи терапевт, коли бачить певні зміни у лабораторному дослідженні, людина скаржиться на біль у попереку. Навіть днями до спеціалістів кабінету звернулася пацієнтка зі скаргами на різучий біль справа, часте сечовипускання (до 7 разів на ніч), підвищення температури тіла, дискомфорт і біль під час сечопуску. Як з'ясувалося, у жінки гострий хронічний цистит з переростанням у висхідний пієлонефрит. Інфекція, яка охопила органи малого тазу, піднімається вище та інфікує нирки, це і є гострий висхідний пієлонефрит. Лікар оглянув жінку та скерував для деяких додаткових лабора-

торних та інструментальних обстежень які, зрештою, й підтвердили попередній діагноз. Хворій призначили адекватне лікування, але вже в умовах стаціонару. За такої патології недужій людині необхідна дезінтоксикаційна та антибактеріальна терапія. Якщо немає значних змін в аналізах сечі, то лікування можливе амбулаторно, але за умови призначення уроантисептиків, фітодіуретиків та антибіотиків та з наступним контролем у спеціаліста через 7-10 днів.

— Влітку у нас значно менше пацієнтів, — продовжує розповідь Ігор Микитин. — Тепла пора року сприятливо діє на організм, отож відсутні й певні фактори, що провокують проблеми у нирках та інших органах сечостатевої сфери. Взагалі ж більшість наших пацієнтів — це мешканці районних центрів, невеличких містечок, сіл. Популярна оптимізація лікарняних закладів не завжди на користь пацієнту, тому люди з глибинки іноді не можуть потрапити до вузькопрофільного спеціаліста та добре обстежитися. Не всі мають змогу пройти лабораторні дослідження, УЗД, такі доступні для містян. Трапляється, що і лабораторія у медзакладі працює, але не завжди там є реактиви чи інші потрібні засоби. Тому це, звісно, впливає на кількість відвідувань. Якщо, скажімо, 2013 року ми прийняли 2580 осіб, то торік їх дещо побільшало — 2620 осіб. Зважаючи на специфіку нашої роботи, надаємо консультативну допомогу, за потреби дообстежуємо пацієнта в умовах спеціалізованого закладу. Якщо необхідно, призначаємо відповідне лікування, яке він уже продовжує в медичному закладі за місцем проживання чи вдома. Через два чи три тижні людина має знову до нас приїхати для контролю стану здоров'я та вирішення подальшої тактики дій. Часто трапляється так, що недуга набуває хронічного стану, отож пацієнт перебуває у нас на диспансерному обліку. Ми створили електронну картотеку пацієнтів, у якій зазначено всі відомості про хворого, вносимо туди й ті дати, коли йому необхідно прибути до нас для огляду, медична сестра веде статистичний облік. Така система дуже зручна у користуванні навіть у тому сенсі, коли керівництву поліклініки

потрібні якісь дані про відвідувачів. Це можна зробити, як мовиться, не виходячи з кабінету, — зайти у комп'ютерну базу даних і дізнатися приміром, скільки сьогодні пацієнтів у мене було на прийомі, з якою патологією, куди їх скерували для подальшого лікування. Також ми проводимо експертну оцінку для медико-соціальної експертизи з подальшим оформленням людей на групу інвалідності. Видаємо висновки й для підтвердження групи інвалідності тим, хто вже багато



років хворіє, скажімо, як нещодавно одному з пацієнтів, який має єдину нирку ще й ускладнену сечокам'яною хворобою та пієлонефритом. Щороку проводимо консультативні виїзди у райони області, приміром торік, їх було чотири, а цього року ще не оглядали сільських мешканців, причина банальна — немає пального для медичного транспорту.

Ігор Ярославович розповідає, що більше людей звертаються з районів, які територіально ближчі до обласного центру, як-от Збаразького, Тернопільського. Тим часом мешканці Заліщицького, Борщівського, Гусятинського районів найчастіше їдуть за меддопомогою навіть до сусідніх областей — Чернівецької, Івано-Франківської, бо ж квитки на транспорт туди значно дешевші. Щодо поширеності недуг, то за словами лікаря, найбільше хворих нині з сечокам'яною хворобою та її ускладненнями, сильна стать потерпає від доброякісної гіперплазії про-

стати, усім відомої більше, як аденома простати, яка часто супроводжується розмаїтими ускладненнями, приміром, затримкою сечі.

Трапляється, що пацієнт не в змозі очікувати в черзі, а з криком «допоможіть», одразу забігає до кабінету, бо біль такий, що витримати несила, як це буває, приміром, за ниркової коліки. І тому спеціалісти, які тут працюють, змушені «рятувати» людину, як мовиться на місці — медсестра робить ін'єкцію знеболювального спазмолітичного засобу, недужому легшає і його скеровують для подальших обстежень. За словами лікаря, бували, і доволі часто, випадки, коли людина не може самотійно, природнім шляхом, звільнити сечовий міхур. А коли він переповнений, це чималий дискомфорт, тому в консультативному кабінеті проводять й катетеризацію, звільняючи пацієнта від неприємних відчуттів. Надавши невідкладну допомогу, пацієнта обов'язково скеровують до стаціонару для з'ясування причини, що призвела до такого стану.

У консультативному кабінеті є й своя невеличка процедурна, де лікар проводить певні урологічні маніпуляції. Обстежують тут за потреби і жінок на гінекологічному кріслі, а також проводять ректальні обстеження. Інструментарій та перев'язувальні матеріали приносять у біксах з централізованої стерилізаційної. Щоранку проводять кварцування приміщення, вологе прибирання та дезінфікаційні заходи.

Ось такі вони щоденні турботи лікаря урологічного консультативного кабінету Ігоря Микитина. Але не оминули ми й запитань про особистий професійний шлях, творчий пошук і улюблені заняття для душі.

Як з'ясувалося, його шлях до професії бере початок ще 1974 року у Бориславському медичному училищі, що на Львівщині. Згодом практичну медицину Ігор Ярославович опановував на посаді санітруктора, коли відбував чинну військову службу. Вищу медичну освіту здобув у тоді ще Тернопільському медично-

му інституті, а після закінчення навчання 1986 року проходив інтернатуру за спеціальністю «хірургія» на клінічних базах медзакладів Тернопільщини. Спробував й викладацького хліба — навчав майбутніх медиків хірургії у Кременецькому медичному училищі, а після закінчення клінічної ординатури за спеціальністю «хірургія в урології» працював на посаді асистента кафедри дитячої хірургії ТДМУ.

З 1993 року розпочалася нова сторінка професійної біографії Ігоря Микитина в урологічній службі Тернопільської університетської лікарні. Нині він — лікар вищої кваліфікаційної категорії урологічного кабінету обласної консультативної поліклініки. Розповідає, що час праці в урологічній сфері налічує понад чверть століття, але це аж ніяк не означає, що можна зупинитися на досягнутому, тому часто відвідує науково-практичні конференції, курси тематичного вдосконалення, уважно вивчає новітні досягнення відомих вчених, не пропускає засідань, які зорганізовує асоціація урологів Тернопільщини. Скажімо, дуже цінну інформацію щодо новітніх передових технологій отримав на минулорічному з'їзді Асоціації урологів України, який відбувся у Трускавці. Була можливість живого спілкування з провідними спеціалістами нашої країни — обговорювали болючі точки урології, брали участь у дискусіях, обмінювалися досвідом з колегами інших міст.

— Я мріяв стати лікарем з дитинства, — каже Ігор Микитин, — і ця мрія стала реальністю. Взагалі ж для мене у житті важливим є професіоналізм, порядність і патріотизм. Пояснили чому? Бо без професіоналізму не буде доброго фахівця, без патріотизму — відданого Україні громадянина, а без порядності — чесною людиною. У хвилини відпочинку люблю слухати класичну музику, українських виконавців. Мені дуже подобається наш тернопільський гурт «Тріода», голоси хлопців просто зачаровують. Та й сам я колись був учасником лікарняного хору, а нині у колективі друзів, колег люблю співати українські народні пісні. Бо народна мелодія — це генетичний код нації, закладений у душі, та сила, що надихає, підтримує й вселяє віру у світле майбутнє України.



