

МЕДИЧНА КАДЕМІЯ

№ 8 (601)
ГАЗЕТА ЗАСНОВАНА 1997 РОКУ
26 квітня 2024 року



КОНГРЕС

СТУДЕНТ РОКУ

«ДОБРЕ, ЩО МОЛОДЬ ПРОДОВЖУЄ ЗАЙМАТИСЯ НАУКОЮ, НЕЗВАЖАЮЧИ НА ТАКІ ТЯЖКІ ЧАСИ»

Відбувся XXVIII конгрес студентів і молодих вчених, присвячений 170-річчю від дня народження Івана Горбачевського. Під час урочистого відкриття заходу в актовій залі адміністративного корпусу голова ради Наукового товариства студентів ТНМУ Тетяна Подільська зазначила, що на адресу організаційного комітету надійшло до публікації 527 тез, заплановано 328 усних доповідей, 48 з яких подали наші гості – молоді науковці з різних навчальних медичних закладів країни.

Тетяна Подільська запропонувала всім присутнім у залі подякувати за можливість проведення наукового форуму захисникам України та вшанувати загиб-

понад 500 робіт. Усі вони будуть опубліковані в збірнику. Приїхали гості з інших університетів України. І це дуже добре, що молодь продовжує займатися нау-



Ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА вручає диплом I ступеня студенту-переможцю першого етапу Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт Дмитрові КОВАЛЮ

лих хвилиною мовчання. Зі словами вдячності вона звернулася до всіх, хто долучився до організації й проведення цього горічного конгресу студентів і молодих учених, та запросила до вітального слова ректора університету, професора Михайла Корду.

Звертаючись до учасників форуму, Михайло Корда висловив щирю радість з огляду на позамережвий формат роботи конгресу: «Зібралася така велика зала ентузіастів, молодих науковців. Маємо гостей з інших університетів України. Сьогодні на конференцію ми отримали

кою, незважаючи на такі тяжкі часи, які маємо нині в Україні».

Михайло Корда зазначив, що в ТНМУ для студентів і молодих учених створили всі можливості для заняття науковою роботою: на кафедрах діють наукові гуртки, функціонують п'ять лабораторій, що атестовані на державному рівні. Все це зумовлює високу результативність, наукову продуктивність і, відповідно, забезпечує провідні місця нашого університету в міжнародних та всеукраїнських рейтингах.

(Продовження на стор. 2)



Назарій КРУЛИК, студент четвертого курсу медичного факультету.

Стор. 5

У НОМЕРІ

Стор. 4

БЕЗПЛІДДА: ЧИ МОЖНА ЗАПОБІГТИ?



За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, кожна шоста пара у світі на певному етапі життя може зіткнутися з проблемою безпліддя. В Україні частота безплідного шлюбу серед подружніх пар репродуктивного віку становить понад 15 відсотків, у деяких регіонах цей показник наближається до 20 відсотків – рівня, який визначається як критичний та чинить негативний вплив на демографічні показники. Співвідношення чоловічого та жіночого безпліддя складає майже один до одного.

Стор. 6-7

ПРОФЕСОРКА ЛІЛІЯ БАБІНЕЦЬ: «Я ОБДАРОВАНА ЗНАКОВИМИ ЛЮДЬМИ»

Завідувачка кафедри терапії та сімейної медицини ТНМУ, професорка Лілія Бабінець, яка днями відсвяткувала ювілей, переконана, що для справжнього самодостатнього науковця ділитися своїми надбаннями – як дихати. Інструментів для цього безліч: і книги, і робота з пацієнтами, студентами та колегами, і участь у громадській роботі, яку Лілія Степанівна активно підтримує як лідерка численних громадських організацій із сімейної медицини та дотичних напрямків.



ТНМУ ВІДВІДАВ НАДЗВИЧАЙНИЙ ТА ПОВНОВАЖНИЙ ПОСОЛ ІНДІЇ В УКРАЇНІ

Надзвичайний та Повноважний Посол Індії в Україні Харш Кумар Джейн відвідав Тернопільський національний медичний університет ім. Івана Горбачевського з робочим візитом. Він зустрівся з ректором ТНМУ, професором Михайлом Кордою, заступницею ректора з міжнародних зв'язків Наталією Лісничук, деканом факультету іноземних студентів, професоркою Марією Марущак.

Йшлося про навчання студентів з Індії в Тернопільському медуніверситеті, а також про розширення напрямів співпраці в царині медичної освіти та науки.

Очільник вишу Михайло Корда детально розповів про досягнення університету впродовж останніх років і матеріально-технічну базу.

Високоповажний гість мав змогу особисто ознайомитися з роботою лабораторії клітинних культур, експериментальних і клінічних досліджень, кафедрами, навчально-науковим інсти-



Надзвичайний та Повноважний Посол Індії в Україні Харш Кумар ДЖЕЙН і ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА під час зустрічі з індійськими студентами, які навчаються у нашому виші

тутум морфології, Центром стимуляційної медицини та бібліотекою ТНМУ.

Студенти з Індії спільно зі своїми українськими ровесниками підготували невелику концертну програму, під час якої пред-

ставили розмаїття індійської культури, її літературний та духовний спадок, а також традиції й мистецьке надбання України.

Яніна ЧАЙКІВСЬКА
Світлина авторки

ОБГОВОРИЛИ ПЕРСПЕКТИВИ СПІВПРАЦІ МІЖ ТЕРНОПІЛЬСЬКИМ І СЛОВАЦЬКИМ МЕДУНІВЕРСИТЕТАМИ

11 квітня ректор Тернопільського національного медичного університету імені Івана Горбачевського, професор Михайло Корда та керівниця відділу ме-

Шубхадю Богемадж, директоркою Інституту мікробіології та головою Національного референс-центру з ідентифікації ентеровірусів, обговорили перспективи



неджменту наукових досліджень ТНМУ, професорка Оксана Шевчук зустрілися з ректором Словацького медичного університету в Братиславі, професором Петером Шімком.

Разом з професором Робертом Бабелею, проректором з наукових досліджень та міжнародних зв'язків, і професоркою

співпраці між двома університетами та зміцнення спільних зв'язків. Йшлося також про партнерство двох університетів у наукових проєктах Еразмус+.

Оксана ШЕВЧУК,
керівниця відділу менеджменту наукових досліджень ТНМУ, професорка

КОНГРЕС

«ДОБРЕ, ЩО МОЛОДЬ ПРОДОВЖУЄ ЗАЙМАТИСЯ НАУКОЮ, НЕЗВАЖАЮЧИ НА ТАКІ ТЯЖКІ ЧАСИ»

(Закінчення. Поч. на стор. 1)

Ректор також наголосив: «Ваша наукова продукція, ваше навчання й є тим внеском у добробут країни нині. І ваш професіоналізм буде особливо потрібен нашій країні незабаром після нашої перемоги – для відбудови країни та системи охорони здоров'я України. Закликаю вас: продовжуйте бути активними, продовжуйте займатися науковими дослідженнями, продовжуйте гарно вчитися!».

До студентів і молодих вчених звернувся проректор з наукової роботи ТНМУ, професор Іван Кліщ, який вказав на важливості форуму як в площині науковій, так і політичній. За його словами, організація та проведення таких зібрань – це промовиста відповідь-заперечення агресору, який намагається позбавити нас, українців, майбутнього, це – утвердження подальших перспектив розвитку нашої держави. І недарма нинішній конгрес має назву «Майбутнє за на-



До студентів і молодих вчених звернувся проректор з наукової роботи ТНМУ, професор Іван КЛІЩ

укою», адже без науки немає майбутнього.

У рамках урочистостей відбулося й нагородження студентів-переможців першого етапу Всеукраїнського конкурсу студентських наукових робіт. Діана Савків, Дмитро Коваль, Софія Чорній та Вікторія Мірошник, Богдан Пинда, Ірина Фурдела, Олеся Рожельюк отримали дипломи I ступеня; Анастасія Шев-



чук – диплом II ступеня. Ректор ТНМУ Михайло Корда привітав учасників наукових змагань і вручив нагороди.

Згідно з програмою форуму з пленарними доповідями виступили Оксана Шевчук, професорка, керівниця відділу менеджменту наукових проєктів («Відкрита наука: що це і навіщо»), Олександр Березко, кандидат технічних наук, доцент кафедри соціальних комунікацій та інформаційної діяльності Національного університету «Львівська політехніка», співзасновник Інституту відкритої науки та інновацій, коорди-

натора проєкту «Open4UA» («Український погляд на глобальну реформу оцінювання наукової діяльності»).

Упродовж роботи конгресу студенти та молоді науковці мали змогу представити широкому загалу результати власних досліджень на засіданнях різних секцій. В кожній з них після обговорення були визначені переможці. Грамоти за кращі наукові дослідження вручив проректор з наукової роботи Іван Кліщ.

Ігор ГАВРИЩАК
Світлина Яніни ЧАЙКІВСЬКОЇ



Редактор Г. ШОТ
Творчий колектив: Л. ЛУКАЩУК,
М. ЮХНО-ЛУЧКА
Комп'ютерний 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
національний медичний
університет
ім. І.Я. Горбачевського
МОЗ України
Індекс 23292

Видавець:
Тернопільський
національний медичний
університет
ім. І.Я. Горбачевського
МОЗ України

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

Реєстраційне свідоцтво
ТР № 493-93ПР від 24.11.2010,
видане головним
управлінням юстиції у
Тернопільській області

Газета виходить
двічі на місяць
українською мовою.
Обсяг – 2,5 друк. арк.
Наклад – 1000 прим.
Замовлення № 69

Газету набрано, зверстано,
віддруковано у Тернопіль-
ському національному мед-
університеті ім. І.Я. Горба-
чевського МОЗ України.
46001, м. Тернопіль,
майдан Волі, 1.

МІЖНАРОДНИЙ ЗАХІД

ДЕЛЕГАЦІЯ ТНМУ ВЗЯЛА УЧАСТЬ У ЩОРІЧНІЙ КОНФЕРЕНЦІЇ RECOOP HST АСОЦІАЦІЇ «BRIDGES IN LIFE»

11-12 квітня в Братиславі (Словаччина) відбулася XIX щорічна конференція RECOOP HST Асоціації «Bridges in Life». Цьогоріч захід зібрав понад 120 учасників з України, Хорватії, Сербії, Польщі, Румунії, Угорщини, Чехії, Словаччини та США. Тернопільський національний медичний університет імені Івана Горбачевського представили: ректор, професор Михайло Корда, керівниця відділу менеджменту наукових досліджень, професорка Оксана Шевчук, директорка інституту медсестринства, доцентка Світлана Даньчак, завідувачка кафедри акушерства та гінекології ФПО, професорка Алла Бойчук, доценти кафедри педіатрії №2 Катерина Козак і кафедри терапії та сімейної медицини факультету післядипломної освіти Оксана Коцюба.

Молоде покоління дослідників і науковців ТНМУ репрезентували аспірантки Світлана Палій та Вікторія Іванків, а також студентки медичного факультету Тетяна Подільська, Валерія Благуляк, Софія Берегуляк та Анна-Марія Коваль.

кож перепліталася з проблемами сьогодення та обстеженнями військових щодо постстресових розладів.

Зокрема, про результати досліджень щодо порушення коагуляції у вагітних жінок після перенесеного COVID-19 доповідала професорка Алла Бойчук на



Делегація ТНМУ під час роботи щорічної конференції RECOOP HST Асоціації «Bridges in Life»

Програма конференції була надзвичайно цікавою, насиченою й інтенсивною завдяки злагоженій роботі учасників та організації всіх процесів. Д-р Шандор Варі – президент RECOOP HST Association, людина, яка з нуля завдяки своєму баченню та постійній невтомній праці створила спочатку консорціум, а потім, власне, асоціацію та завдяки підтримці CedarsSinaiMedicalCenter (USA) зуміла зібрати разом науковців з різних куточків Європи та Америки. Д-р Ш. Варі – активний прихильник України та меценат, який постійно підтримує українських науковців.

На конференції було представлено низку доповідей та постерів на основі досліджень, які проводили на базі лабораторії та клінічних баз нашого університету. Тематика доповідей стосувалася COVID-19, постковідного синдрому та його проявів, генетичних аспектів і взаємозв'язків у дорослих, вагітних та пацієнтів дитячого віку, а та-

секції Reproductiveand-Child/YoungAdultHealth. У розділі MetabolicDisorders професорка Оксана Шевчук розповіла про результати дослідження адипогенезу при post-COVID-19. Щодо генетичних досліджень і зв'язків з перенесеним COVID-19 у пацієнтів дитячого віку вела мову доцентка Катерина Козак у секції InfectionsandImmunology&Translational Medical, а у дорослих – доцентка Оксана Коцюба на секції, присвяченій CardiovascularDiseases.

Ціла секція була присвячена посттравматичному стресовому розладу у військових, а також важливим аспектам роботи медичного персоналу, зокрема медсестер, у теперішніх умовах, про що розповіла доцентка Світлана Даньчак.

Низку доповідей та постерів представили студентки ТНМУ.

Оксана ШЕВЧУК,
керівниця відділу менеджменту наукових досліджень ТНМУ, професорка

ДОБРОЧИННІСТЬ

БЛАГОДІЙНИЙ МЕДИЧНИЙ ФОРУМ «MEDTALK» ЗІБРАВ НЕОБХІДНІ КОШТИ ДЛЯ ВІЙСЬКОВИХ МЕДИКІВ І ЗАХИСНИКІВ

Благодійний медичний форум «MedTalk», який відбувся 20 квітня в Тернополі, об'єднав понад 30 компаній, підприємств, установ, організацій, 20 успішних, відомих у галузі медицини та комунікацій фахівців, керівників клінік, засновників брендів е галузі охорони здоров'я Тернополя, Києва, Львова, Ужгорода, а також 300 студентів медичних навчальних закладів і лікарів-інтернів.

Розпочався захід з хвилини мовчання на знак пошани тих, хто віддав своє життя у цій війні за Україну. Символічно його відкрила дружина загиблого командира «Сталевої сотні» й випускника ТНМУ Сергія Коновала («Норда») Ольга Коновал. Вона показала відеосюжет про свого чоловіка та його відданість Україні. Ольга Коновал подякувала всім присутнім за підтримку військових і закликала продовжувати волонтерити та допомагати українській армії, щоб наші захисники завжди мали все необхідне й якомога більше їх повернулися додому живими. «Нехай наші міста наповнюються весільними, а не траурними, кортежами», – підсумувала пані Ольга.

Координатор військового капеланства при Тернопільсько-Зборівській архієпархії УГКЦ Микола Квич благословив форум на успішну та змістовну роботу.

Вони прекрасно представили власні доповіді та роботи, а також стали обличчям України на конференції. Я вітаю це і бажаю вам: будьте вмотивованими, продовжуйте розвиватися!

Тут зібралися майбутні лікарі.

Студент ТНМУ Віталій Гакало представив роботу медичного добровольчого батальйону «Госпітальєри» та подякував за організацію форуму.

Учасниками дискусійної панелі стали ректор ТНМУ Михай-



Сподіваюся, що ви свою професію обрали свідомо, тому закликаю вас: не покидайте професію й залишайтеся завжди у ній.

Ви, напевно, чули знамениту промову Стіва Джобса перед студентами Стенфордського університету, в якій йшлося: ваш час – короткий, тому не витрачайте його на те, щоб прожити чуже життя. Життя – ваше. Не потрапляйте у пастку догми, яка каже, що треба дослухатися до чужих порад і дотриматися чужих угод щодо того, як вам треба жити. Дослухайтесь до свого внутрішнього голосу, до своєї інтуїції або до знань, що вам потрібно.

ло Корда, представниця Тернопільського перинатального центру «Мати і дитина» Тетяна Благуляк, генеральний директор обласної клінічної лікарні Василь Бліхар, засновник мережі медичних центрів «Клініка професора Стефана Хмілья» у Тернополі та Львові Стефан Хміль, лікар-хірург-онколог Тернопільського обласного клінічного онкологічного диспансеру, мамолог Віктор Підвальный. Модератором дискусійної панелі була директорка навчально-наукового інституту медсестринства ТНМУ Світлана Даньчак.

Після невеликої перерви студенти та лікарі-інтерни слухали багатьох доповідачів, мали змогу поставити їм питання та поспілкуватися в неформальній обстановці.

Медичний форум тривав упродовж 10 годин. Його організувала молода команда у складі Юлії Бандрівської (аспірантки ТНМУ), Валерії Благуляк (студентки 5-го курсу ТНМУ), Анастасії Гулько (студентки 5-го курсу ТНМУ), Лукії Квич (регіональної координаторки ГО «КримСОС», партнерки УВКБ ООН у Тернопільській області). Понад 50 волонтерів тижнями готували цю подію.

Спільними зусиллями вдалося зібрати кошти на пальне для медичного добровольчого батальйону «Госпітальєри» (66041,04 грн.) та для «Сталевої сотні» (29820 грн.).

Окрему подяку організатори висловили за медяники та солодощі Лановецькій, Підволочиській, Збаразькій, Великодержкальській, Байковецькій громадам. Крафтову карамель з унікальним дизайном спеціально для форуму виготовило тернопільське подружжя Казєвих. Майстрині із села Вербовець (Лановеччина) передали унікальні вишиті писанки.

Яніна ЧАЙКІВСЬКА
Світлина авторки



Перший заступник голови обласної ради Володимир Болещук побажав усім присутнім плідної праці.

Ректор ТНМУ Михайло Корда зазначив, що «цю подію організують ентузіасти – студенти нашого університету разом з благодійним фондом «Покрова». Нині радий бачити, що зала заповнена вщент. Це означає, що студенти мотивовані й прагнуть розвиватися. А це дуже тішить! Ми щойно повернулися з великої наукової конференції в Братиславі. До складу делегації ввійшли наші студенти.

Залишайтеся активними та вмотивованими, мрійте й намагайтеся втілити власні мрії в життя. Таким чином ви досягнете успіху, підкорите цей світ. Я вам бажаю щасливої долі! Я вам бажаю широкої життєвої дороги! Нехай Господь вас благословить. Слава Україні!».

Керівниця благодійного фонду «Покрова» Любов Вовк наголосила, що до форуму долучилося багато людей з різних громад Тернопільщини, аби під час ярмарку зібрати якомога більше коштів для доброчинних справ.

БЕЗПЛІДДЯ: ЧИ МОЖНА ЗАПОБІГТИ?

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, кожна шоста пара у світі на певному етапі життя може зіткнутися з проблемою безпліддя. В Україні частота безплідного шлюбу серед подружніх пар репродуктивного віку становить понад 15 відсотків, у деяких регіонах цей показник наближається до 20 відсотків – рівня, який визначається як критичний та чинить негативний вплив на демографічні показники.

ЯК ЗАПІДОЗРИТИ СКЛАДНУ ПРОБЛЕМУ

Насправді проблема безпліддя є більш поширеною, ніж зазвичай звикли вважати. Звернемося знову ж таки до визначення ВООЗ, яке встановлює критерії та конкретні терміни щодо діагностики цієї проблеми. Якщо протягом одного року регулярного статевого життя без застосування контрацепції вагітність не настає – це вважається безпліддям. Важлива умова в цьому випадку – вік жінки, до 35 років. У жінок, які старші 35 років, ці терміни скорочуються до пів року самостійних спроб. Але як засвідчила практика, є низка чинників, за яких не слід вичікувати, а потрібно звертатися до спеціаліста вже й негайно. З боку жінки – це трубні вагітності в анамнезі, перенесені оперативні втручання на яйниках, анамнез ранньої менопаузи в родичок першої лінії; з боку чоловіка – аномальні показники спермограми, якщо старший 40 років, перенесені травми та операції у сфері статевої системи тощо.

Успіх у лікуванні безпліддя залежить не лише від кваліфікації лікаря-репродуктолога й рівня IVF-технологій, а й від злагодженої співпраці між репродуктологом та ембріологом. Саме ембріологічна лабораторія є серцем клінік репродукції. Магія зародження нового життя за межами людського організму, тобто екстракорпоральне запліднення (ЕКЗ), основна методика в галузі репродуктології, за допомогою якої за останні 45 років на світ з'явилося вже понад 12 мільйонів людей у всьому світі.

ЩО МОЖЕ СПРИЯТИ ПРИРОДНОМУ НАСТАННЮ ВАГІТНОСТІ

Хибним є загальне уявлення про те, що безпліддя уражає переважно жінок. Наразі ця проблема однаково розповсюджена серед обох статей. Співвідношення чоловічого та жіночого безпліддя складає майже один до одного. Близько 40 відсотків припадає на жіночий чинник безпліддя у парі й стільки ж – на чоловічий. Тре-

тину випадків класифікують, як безпліддя нез'ясованого генезу. Але найчастіше зустрічається поєднання обох факторів у парі. Це підтверджує необхідність одночасного комплексного обстеження та лікування обох партнерів.

У структурі жіночого безпліддя розрізняють такі чинники:

- розлади овуляції (безпліддя ендокринного генезу);
- трубно-перитонеальний фактор;
- ендометріоз;
- знижений овуляторний резерв (передчасне виснаження яєчників);
- матковий фактор;
- шийковий фактор, в тому числі імунологічне безпліддя.

На овуляторну дисфункцію припадає майже 25 відсотків жіночого безпліддя. Серед найчастіших причин виділяють синдром полікістозних яєчників (СПКЯ), який зустрічається у 70 відсотків жінок з оліго- та ано-

тальтики маткових труб і розвиток злукового процесу, овуляторна дисфункція та погіршення якості ооцитів. За даними авторів, коефіцієнт фертильності для пацієток з ендометріозом складає від 2 відсотків до 10 відсотків у той час, як у загальній популяції він становить від 15 відсотків до 20 відсотків.

«Біологічним годинником» жінки є яйники та стан її овуляторного резерву. Адаже запас яйцеклітин дівчинки закладається ще в утробі матері та з настанням менархе протягом кожного менструального циклу їх кількість прогресивно зменшується, особливо різко це відмічається після 35 років, коли разом зі зниженням кількості ооцитів погіршується їх якість та структура, зростає число хромосомних аномалій цих клітин. Передчасне виснаження запасу яйників є вельми актуальною проблемою, що може бути спровоковане генетично обумовленою схильністю, пре-

структури, стеноз цервікального каналу та зміни цервікального слизу, які можуть перешкоджати природному просуванню сперматозоїдів до порожнини матки. Зміни слизу шийки матки в періовуляторний період за наявності в ньому специфічних антиспермальних антитіл, які знерухомлюють або вбивають сперматозоїди, обумовлюють імунологічне безпліддя.

Чоловічий чинник пояснюється насамперед аномальними показниками спермограми – це зміни якісних і кількісних параметрів еякуляту, що виявляє знижену кількість сперматозоїдів, порушення їх морфологічної будови, знижену або відсутню рухомість тощо. В низці випадків причинами є еякуляторна дисфункція, гормональні порушення, структурні патології чоловічої сечостатевої системи (варикоцеле, водянка яєчка, крипторхізм, спайки сім'яних канатиків унаслідок перенесених запальних захворювань і

чних станів чи захворювань, якісна прегравідарна підготовка можуть посприяти природному настанню вагітності жінок.

ДОПОМОЖУТЬ ПОКРАЩИТИ ФЕРТИЛЬНІСТЬ

Що стосується профілактики, то не існує гарантованого методу запобігання безпліддю. Варто розуміти, що життя в умовах хронічного стресу, несприятливі екологічні чинники, нездорове харчування, надлишкова маса тіла (ІМТ >25) та ожиріння (ІМТ >30), дефіцит фізичної активності, шкідливі звички, зловживання кофеїном, професійні шкідливі фактори (хімікати, токсини, промисловий пил, важкі метали тощо) – все це негативно впливає на фертильність обох статей. Якщо, наприклад, вік жінки є немодифікованим чинником ризику безпліддя, то на противагу йому є фактори, які пов'язані зі способом життя, – а їх можна змінити та покращити.

Ведіть здоровий спосіб життя, підтримуйте нормальну масу тіла, обмежуйте (наскільки це можливо) вплив стресів і проходите регулярні медичні огляди в своїх лікарів (гінеколога, уролога, сімейного лікаря/терапевта) для усунення будь-яких захворювань, які можуть потенційно вплинути на фертильність.

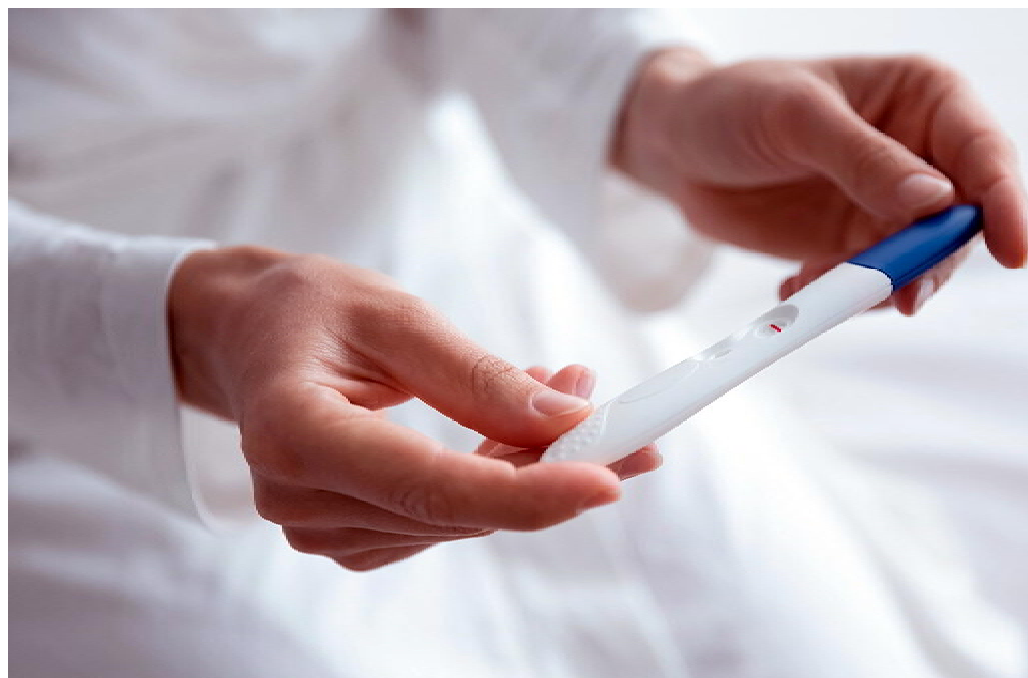
Дотримання згаданих вище кроків допоможе покращити фертильність. Крім того, подружнім парам, які планують вагітність, можна проконсультуватися з фахівцем з цієї

галузі – репродуктологом, навіть якщо в них немає безпліддя.

Зрештою, важливо пам'ятати, що безпліддя є складною проблемою з багатьма потенційними причинами та їй не завжди можна запобігти. Розуміння актуальності, загальної поширеності та основних етіологічних чинників безпліддя має вирішальне значення для підвищення обізнаності та сприяння ранній діагностиці й лікуванню. Це допоможе вжити активних заходів для покращення репродуктивного здоров'я кожного особисто та в загальній популяції.

У XXI столітті, під час активного прогресивного розвитку репродуктивної медицини, необхідно позбуватися стигматизації теми безплідного шлюбу та підтримувати всіх тих, кому, можливо, не вдається відчувати радість батьківства самостійно.

Юлія ПРАВАК,
лікарка-інтерн акушер-гінекологиня, аспірантка кафедри акушерства та гінекології №1 ТНМУ



вуляцією, а також захворювання щитоподібної залози (2-3%), пухлини гіпофіза (пролактинома 13%), підвищення рівня андрогенів унаслідок гіперплазії чи пухлин надниркових залоз (2%), ідіопатичну хронічну ановуляцію (7-8%), функціональну гіпоталамічну анеморею.

Трубно-перитонеальний чинник передбачає непрхідність маткових труб, у тому числі їх повну оклюзію або частково порушену функціональну здатність. Цей чинник становить від 11% до 67% безпліддя. Поширеним доброякісним гормонозалежним гінекологічним захворюванням є ендометріоз. Його роль у виникненні безпліддя не можна ігнорувати, адже від 25 відсотків до 40 відсотків жінок з безпліддям уражені ендометріозом. Він негативно впливає майже на всі ланки репродуктивної системи. Основними механізмами безпліддя при ендометріозі є порушення фолікулогенезу, зміна властивостей перитонеальної рідини, зниження імплантацийного потенціалу ендометрія, порушення перис-

мутацією «тендітною» Х хромосоми, токсичним впливом хімічних променевої терапії, ятрогеном впливом перенесених операцій на яйниках. Основними маркерами овуляторного резерву жінки є антимюллерів гормон (АМГ) і кількість антральних фолікулів (КАФ), яку підраховують ультрасонографічно. Фолікулостимулюючий гормон (ФСГ) вважають маркером якості яйцеклітин.

Матковий чинник безпліддя об'єднує у собі багато патологічних станів. Сюди належать структурні зміни, патологічні вклучення стінок і порожнини матки, такі, як лейоміома матки, вроджені аномалії розвитку (перегородчаста/дворога/сідло-видна матка, повне або неповне подвоєння матки), патологічні стани ендометрія, в тому числі поліпи, рубцевидні зміни та внутрішньоматкові синехії (синдром Ашермана), резистентний тонкий ендометрій, хронічний ендометрит.

Шийковий чинник включає анатомічні аномалії шийки матки, післяопераційні рубці або

статевих інфекцій), а також генетичні аномалії.

Діагностично-лікувальний алгоритм у випадку безпліддя регламентується наказом № 787 «Про затвердження порядку застосування допоміжних репродуктивних технологій в Україні» МОЗ України від 09.09.2013 року. Але не потрібно вважати, що кожен випадок безпліддя потребує лікування шляхом ЕКЗ. Безумовно, репродуктологи володіють усіма новітніми методиками ДРТ – від найпростіших до найбільш складних, але в кожному конкретному клінічному випадку потрібна своя тактика. Скажімо, у Тернополі в медичному центрі «Клініка професора Стефана Хміля» лікарі-репродуктологи займаються природним плануванням вагітності, що передбачає моніторинг овуляції в природному циклі, а також проведенням індукції овуляції, внутрішньоматкових інсемінацій, ЕКЗ у природних циклах без гормональної стимуляції тощо. Іноді правильна терапія виявлених гормональних змін, супутніх патологі-

НАЗАРІЙ КРУЛИК: «ДОБРОТА ДЛЯ ДУШІ – ТЕ Ж, ЩО Й ЗДОРОВ'Я ДЛЯ ТІЛА»

«Наша професія надзвичайно шляхетна, тож маємо завжди допомагати різними добрими справами тим, кому це потрібно», – переконаний студент четвертого курсу медичного факультету Назарій Крулик, який став переможцем конкурсу «Студент 2023 року ТНМУ» в номінації «За активну волонтерську діяльність».

– Назарію, що означає для вас перемога в конкурсі «Студент 2023 року ТНМУ»?

– Перемога в цьому конкурсі для мене – це стимул працювати ще більше, заохочення створювати нові проекти, втілювати їх. Зізнаюся, те, що мене вибрали переможцем у номінації «За активну волонтерську діяльність», стало для мене несподіванкою, адже в нашому університеті багато людей заслуговують на це звання. Тож вважаю, що ця перемога в моїй особі стосується кожного, хто долучався до проектів волонтерства, допомагав закривати збори, хто надихав і давав цінні поради, всіх, хто був зі мною в одній команді. Адже втілювати в життя будь-який проект надзвичайно важко, якщо немає одностайності. Коли тебе підтримують, допомагають і долучаються – це надзвичайно цінне для мене. Тому це наша спільна перемога.

– Волонтерство для вас – це...

– ...невід'ємна частина мого життя. Вважаю, що справжній лікар повинен допомагати не лише медикаментами та іншими медичними засобами, а й словом і ставленням до пацієнта. Коли лікар має благородні наміри та чисте серце, то кожен пацієнт відчуває й тягнеться до нього. До такого лікаря виникає довіра, й тоді йому насправді легше допомогти людині. Коли я зацікавився волонтерством, зрозумів, що це саме те, без чого я жити не зможу, адже для мене є важливим допомагати людям не лише у сфері своєї професійної діяльності, а й у повсякденному житті, й таким чином робити цей світ кращим.

– Як і коли волонтерська діяльність увійшла у ваше життя?

– Волонтерством я почав займатися ще під час навчання в Чемеровецькому медичному коледжі на Хмельниччині. Моєю першою добродійною справою був збір коштів на лікування мого наставника, лікаря, який присвятив 20 років життя медицині невідкладних станів, урятував не одну людину. Коли в нього діагностували онкозахворювання, я почав надносити цю інформацію до студентів колед-

жу, завдяки чому нам спільно вдалося зібрати чималу суму. Відтоді волонтерство вирішив не залишати.

– У яких волонтерських проєктах ТНМУ брали участь? До створення яких ініціатив долучалися?

– Перший проєкт, до якого я долучився в нашому університеті, – «Скринька хоробрості». Він є доволі значущим для мене, адже це допомога хворим діткам, які борються за життя, долаючи важку недугу. Власне, ця ініціатива виникла, щоб показати дітям, що вони у цій боротьбі не одні.

Коли розпочалося повномасштабне вторгнення, долучався до виготовлення окопних свічок, різних добродійних зборів та ярмарок, аби зібрати кошти для наших військових на різні потреби. Приєднався також до проєкту «Миколай про тебе не забуде» для дітей з внутрішньо переміщених сімей, які наразі проживають у Тернополі та потребують нашої підтримки.

Ще був проєкт «Я – донор», присвячений донорству крові. Завдяки колективним пожертвам студентів нам вдалося зібрати кров для військових. І не лише для них, адже коли донатуємо, не знаємо, кому ця кров може врятувати життя. У рамках цієї ініціативи також організували лекцію про важливість донорства крові, на яку були запрошені лікарі та постійні донори крові, які поділилися власним досвідом донорства. Усе це відбулося за підтримки Центру виховної роботи та культурного розвитку нашого університету.

– Можливо, є волонтерський проєкт, який став для вас найбільш особливим?

– Насправді важко виділити якийсь проєкт. Кожен волонтерський захід, до якого долучаюся чи організую, є для мене особливим, адже це допомога людям. Але є соціальна ініціатива, яку мені хочеться розвивати надалі – це донорство крові: популяризувати його серед молоді, розповідати про нього, тому що існує чимало міфів навколо цієї теми. Власне, саме тому ми з командою зараз і займаємося цим, заохочуємо наших студентів і взагалі молодь до того, щоб вони ділилися своєю кров'ю, покращуючи своє та життя інших.

– Окрім волонтерської діяльності, ви активно долучаєтесь до наукової роботи універси-

тету. Яких успіхів вам уже вдалося досягти в цьому напрямі?

– Наукова робота мене зацікавила на третьому курсі, зокрема, я досліджував тему з мікробіології про поширення безсимптомного носійства золотистого стафілокока відвідувачів лікарняно-профілактичних закладів. Навчаючись на четвертому курсі, почав займатися науковою роботою з неврології та хірургії. Хоч висловити щире вдячність науковим керівникам, з якими мав можливість плідно працювати, це – доцентки кафедри неврології Олена Юрїївна Бударна та доцент кафедри



хірургії №1 Степан Йосипович Гриценко. Цьогоріч я взяв участь у науковому конгресі студентів і молодих вчених, що відбувся в нашому університеті, де здобув третє місце з науковою роботою з неврології. Також брав участь у науковому конгресі в місті Ужгород, де мав можливість представити наукову роботу з хірургії.

– Коли ми з вами спілкувалися на сторінках «Медичної академії» понад півтора року тому, ви зізнавалися, що ваше серце належить медицині? Щось змінилося з того часу?

– З кожним днем дедалі більше залюблююся в медицину, тому, власне, й займаюся науковою роботою, цікавлюся різними темами, досліджую щось для себе, адже лікар у навчанні не обмежується ніколи. Тож і нині медицина займає надзвичайно велике місце у моєму житті.

– І все ж – навчатися у медичному виші важко?

– Можливо, місцями й важко, особливо, коли справа доходить до сесії (усміхається). Але, попри те, дуже цікаво. У нашому університеті створені всі умови для ефективного та якісного навчання, зокрема, наукові гуртки, що діють на кожній кафедрі, викладачі, які зацікавлюють у своєму предметі й намагаються подати матеріал якомога ґрунтовніше та відповідати на всі наші запитання.

– Що ви порадили б майбутнім першокурсникам, студентам молодших курсів, опираючись на власний досвід?

– Насамперед хочу порадити не вагатися ні на хвилину у власних силах, а завжди випробувати їх і намагатися працювати ще більше, аби досягнути успіхів. Якщо є мета – обов'язково впевнено й наполегливо йти до неї. Не боятися змін, адже вони завжди дають нові можливості. Побажав би абітурієнтам і студентам-першокурсникам відчувати душею нашу професію лікаря, усвідомити, наскільки вона є важливою та відповідальною. Від лікаря залежить життя та здоров'я людини, що є найбільшою цінністю. Тому потрібно відповідально ставитися до обраної професії, постійно відкривати для себе щось нове, навчатися. Ніколи не боятися запитувати порад у старших колег, викладачів, цікавитися науковою роботою та волонтерською діяльністю, розвивати комунікативні навички, багато спілкуватися з різними людьми.

– Що найважливіше дав вам Тернопільський національний медичний університет ім. Івана Горбачевського?

– Це насамперед люди, які тут працюють і навчаються. Я в університеті зустрів дуже багато друзів, наставників, які стали для мене прикладом. Взагалі захоплююся людьми, які працюють для добра України у сфері медицини та з якими маю можливість спілкуватися. Це надзвичайні люди! Вони роблять, як на мене, неймовірні речі: крім того, що фахово викладають свої дисципліни, організують й різні проєкти – волонтерські, творчі, наукові, спортивні. Власне, дякую університету за знайомства з цими чудовими людьми, а також за можливість всебічно реалізуватися.

– Що вас надихає у житті?

– Мене надихають, знову ж таки, люди, з якими я пра-

цюю, з якими маю можливість втілювати спільні проєкти. Мене надихає також медицина. Розумію, для чого вона мені потрібна, й це усвідомлення дає наснагу та поштовх рухатися до своєї мети. Зараз дуже багато нових досліджень, методів лікування, медицина стрімко розвивається – й це надихає, щоб працювати саме у цій сфері.

У повсякденному житті мене надихає волонтерська діяльність: коли бачу, як люди свідомо долучаються, розуміють важливість цього. Усе це не було б можливо без наших військових, без наших захисників, які віддають своє здоров'я та життя задля того, щоб ми мали можливість навчатися, працювати. Коли іноді зустрічаю військових, мене вражає, що, крім того, що вони захищають нас на фронті, перебуваючи у відпустці, намагаються допомагати нам і тут, у тилу. Вони роблять все для нас, тому маємо робити максимум, що можемо, для них. Їхній приклад, звичайно, надихає.

– Що допомагає віднайти сили в моменти виснаження, якщо такі трапляються?

– Звичайно, втрома буває. У такі моменти намагаюся перевантажитися. У цьому допомагають подорожі, музика, цікаві книги, знайомства з різними людьми. Дуже добре відвідати нові місця, побачити щось цікаве. Світ сповнений краси, яку потрібно помічати. Скажімо, коли я нещодавно побував в Ужгороді, хоча це була й робоча поїздка, зміна місця допомогла відновити сили. Я вкотре переконався, яка наша країна красива! Це також додає стимулу до життя.

– Про що зараз мрієте найбільше?

– Я вірю, що Україна переможе. Понад усе хочу, щоб наш військовий повернувся живимий й неушкодженим до своїх рідних, щоб ми могли всі разом відбудувати прекрасну, мальовничу Україну.

– Якщо б мали можливість сказати слова, які торкнулися б серця кожної людини на нашій планеті, що за слова це були б?

– Доброта для душі – те ж, що й здоров'я для тіла. Підкреслюючи ці слова, я додав би, що всім нам треба бути взаємно ввічливими, творити добро, наповнювати ним цей світ, допомагати одне одному, підтримувати. Лише так зможемо зробити світ кращим. Хочу закликати всіх, хто читатиме це інтерв'ю, приєднуватися до волонтерства, до допомоги нашим військовим. Ми повинні розуміти: все, що робимо для військових – робимо насправді й для себе. Пам'ятайте це та долучайтеся!

Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА

«Почало довкола все цвісти – й відразу почуваємося по-іншому, – такими життєствердними словами зустріла мене професорка Лілія Бабінець. – Хоча й війна, бодай якийсь мінімальний оптимізм потрібен, правда ж? Треба черпати енергію, щоб далі мріяти та втілювати свої мрії у життя».

Вкласти всю нашу розмову в дві газетні шпальти я навіть не намагалася, адже професійний та життєвий досвід Лілії Степанівни потребує для висвітлення щонайменше кількості сторінок книги – подібно до тих численних підручників і посібників авторства та під редакцією професорки Л. Бабінець, що струнками рядами вишикувалися на полицях книжкової шафи в її кабінеті. Професорка переконана, що для справжнього самодостатнього науковця ділитися своїми надбаннями – як дихати, інакше просто не можна. Інструментів для цього безліч: і уже згадані книги, і робота з пацієнтами, студентами та колегами, і участь у громадській роботі, яку Лілія Степанівна активно підтримує як лідерка численних громадських організацій із сімейної медицини та дотичних напрямків. Де знаходить ідеї та енергію для всього цього? «У самому житті! Під патронатом Небес і за підтримки добрих людей», – мовить завідувачка кафедри терапії та сімейної медицини ТНМУ, професорка Лілія Бабінець, яка днями відсвяткувала ювілей.

«ОБРАЛА МЕДИЦИНУ, БО БУЛА СЛУХНЯНОЮ ДОНЬКОЮ»

– Пані Ліліє, на вашому шляху більше добрих людей?

– Колись я так гадала. Втім, мій чоловік часто повторював, що це не так, що й гарних, й добрих людей менше. Я довго була йому заперечливим опонентом у цій думці, проте останнім часом зрозуміла, що він правий. Просто добро та краса значно сильніші, тому такі люди – люди-якорі, люди-енерджайзери –



Лілія БАБІНЕЦЬ з матір'ю Наталією Іллівною (1970 р.)

вартують сотні інших. Тож вони перебивають їх.

Можу лише відповісти, що в моєму житті такі люди є. Я часто обдарована дружбою або дуже сильними колегалійними стосунками з людьми-грандами.

– Хто з них став для вас авторитетом, дороговказом у житті?

– Насамперед це мої рідні. Мені дуже пощастило з батьками. Мама Наталія Іллівна, яка у засвітах уже понад двадцять років, була особливою людиною. Немає такого дня, коли б я її не згадувала з вдячністю за

ті дари, що дісталися мені від неї. Скажімо, з нічого зробити щось, намагатися бути доброю в будь-якій ситуації. Це навіть якісь дисконформні речі, як-от тяга до справедливості. З цим важко жити. Але, гадаю, що це також дар. Рівно йти своєю трудовою дорогою та цінувати те, що маєш. Це також від мами.

Батько Степан Григорович зараз живе зі мною. Йому незабаром буде 87 років, звичайно, є вже проблеми зі здоров'ям, але й на схилі літ він, як і все життя, інтелігентний, дуже цінує те, що з ним. І я теж, попри всі складнощі, щаслива, що в такому віці починаю ранок з кави чи чаю за столом з рідним батьком.

Чоловік Ігор Дмитрович для мене – дуже знакова людина. Він не лише чоловік, а й мій друг і вчитель. У ньому є те, чого в мене немає. Він виважений, не схильний до деструктивних емоцій, дуже справедливий, творить іншим добро у глобальному сенсі цього слова. А ще він людина, яка завжди сприяє моєму розвитку. Я студенткою заміж вийшла, то він мене ще й, як кажуть, довчив (сміється).

– На шкільних учителів вам щастило? Адже як не прикро констатувати, але не кожен вчитель за фахом є вчителем за суттю.

– Я змінила багато шкіл, адже мій батько – військовий: він міняв гарнізони, а я – школи. Навчалася й в Угорщині, де батько служив. Було доволі важко. Та в мої останні шкільні роки ми повернулися в Україну, зупинилися в Чорткові – де я й народилася. І ось там з вчителькою мені справді пощастило. Наша класна керівниця – Ольга Євгенівна Ратія, висловлюючись мовою сленгу, була дуже просунутою. У райцентрі нас навчала людина, яка закінчила механіко-математичний факультет Київського університету. Передусім вона вклала нам розуміння, що математика – справді основа наук, водночас розвинула нас у ми-

Професорка Лілія БАБІНЕЦЬ:



Торік Лілія БАБІНЕЦЬ отримала громадську нагороду «Берегиня України»

стецтві, а поза тим – зуміла створити дуже дружню атмосферу в класі. Вдячна їй та згадую дуже часто.

– Як з'явилася у вашому житті сімейна медицина? Власне, спочатку – чому медицина?

– Напевно, дуже розчарую всіх, але медицина – це не те, про що я нестямно мріяла. Обрала її тому, що була слухняною донькою. Мама дуже хотіла, щоб я стала лікаркою. Насправді я мріяла стати педагогінею, філологінею, бо дуже люблю літературу, поезію, обожнювала й далі обожню читати.

Але так мама хотіла, тому я пішла в медицину. Мені пощастило, що вступила відразу, першого ж року, в ті радянські часи це було рідкістю, до того ж для дівчинки з провінції і без жодного блату. На жаль, мама свого часу не мала можливості навчатися далі, впевнена, вона була б дуже хорошою лікаркою, та закінчила лише медичне училище. Я завжди дивувалася, який мама мала діагностичний дар. Часто бачила, як вона, середній медичний працівник,

приймає рішення краще, ніж лікарі. Мама для мене була прикладом. У неї було інтуїтивне чуття до людини, до визначення правильності дій, це завжди в мене викликало повагу, тож я не хотіла підвести батьків.

Навчання давалося мені легко, бо я вчилася люблю й вчуся все життя. Через те чоловік і діти навіть називають мене ботаном – любляче, звісно (усміхається). Тож я просто вчилася собі із задоволенням, не мала жодної четвірки. У процесі мого навчання та становлення з'ясувалося, що медицина – моя сфера. А те, що стала ще й викладачкою, – тож і частково здійснилася мрія про фах педагогіні.

– Не шкодуєте, що пішли в медицину?

– Не шкодую ані хвилини! От зараз випускники часто б'ються вибирати сімейну медицину. А я ж також не хотіла йти на дільницю. Була відмінницею, а життя так склалося, що мені довелося піти дільничним терапевтом поліклінічного відділення Тернопільської міської клінічної лікарні №2, ще й на тимчасове місце. Але знаєте, я душу там віднайшла – й залишила! Сімейна медицина стала мені дорогою на все життя. Водночас освоїла ще рефлексотерапію – дуже цікавий, енергетичний фах. Так ці два напрями зі мною вже понад 35 років.

«ІДЕЇ ПОСИЛАЮТЬ ВСЕСВІТ І ЖИТТЯ»

– Продовжуючи тему про знакових людей, у вашій науковій долі вони, мабуть, теж відіграли велику роль?

– Передусім такою знаковою людиною для мене в науці вважаю Світлану Іванівну Сміян. Вона молодша від мене, але так сталося, що була моїм науковим керівником кандидатської дисертації та консультантом докторської. Світлана Іванівна більш академічна, ніж я. Я не мала наукової традиції у сім'ї, а вона з родини династичної, тож це дуже позитивно вплинуло на моє становлення як науковиці.

Напевно, знаковою людиною для мене був і Леонід Якимович Ковальчук. Я і тяжкі хвилини пережила з ним, але водночас він – дуже непересічна людина, талановита. І коли така людина виділяє тебе, не можу про це не згадати. Я працювала біля нього проректором – коротко, лише

рік. Було непросто, тому що я людина, яка в тих ситуаціях, коли треба прогнутися, не переступаю через певні власні принципи. Тож зрозуміло, що я дискомфортна для людей, які люблять робити все лише по-своєму. Але я не згадую цей період з негативом. Насамперед тоді зрозуміла, що таке падати з посади. Це також дуже важливий досвід, який викристалізував мене, допоміг усвідомити, які цінності в житті для мене найважливіші.

Утім, який не був Леонід Якимович часом жорсткуватий, він, коли знімав мене з посади проректора, спрямував на кафедру, яку я хотіла. Перед тим кілька разів пропонував мені очолити інші новостворені кафедри, від чого я сміла відмовлятися, бо ніколи не беруся за те, в чому не вважаю себе фахівцем. Він зрозумів, що я хочу взятися саме за поліклінічну справу, за кафедру сімейної медицини, адже це моє, мій життєвий шлях, у цьому я була компетентною вже навіть



Лілія БАБІНЕЦЬ з чоловіком Ігорем уже 40 років разом (2023 р.)

на ту пору. Тож я Леоніда Якимовича Ковальчука згадую з теплом, особливо останні слова, які він мені сказав. Він тоді був уже дуже хворий. Я запам'ятала навіть, що це було в НОК «Червона калина», він йшов мені назустріч разом з професором Олександром Волосовцем, побачив мене та сказав: «О, йде самодостатній професор». Знаєте, Леонід Якимович умів давати дуже чіткі оцінки, й якщо він так сказав, то справді вважав саме так. Крізь усе життя стараюся гідно нести цю характеристику. Деякі його ідеї зуміла втілювати вже тепер, коли його немає. Я це завжди підкреслюю, бо люблю чесно сказати, хто був натхненник. Власне, й цю кафедру він створив. Це була одна з перших в Україні мультидисциплінарна кафедра, де об'єднані не лише терапевти, а й педіатри, хірурги, акушер-гінекологи. І все розглядаємо так, як це має бути в загальній практиці. Досі не всі це зрозуміли.



Лілія БАБІНЕЦЬ з батьком Степаном Григоровичем і матір'ю чоловіка Тетяною Степанівною (2019 р.)

«Я ОБДАРОВАНА ЗНАКОВИМИ ЛЮДЬМИ»

– Окрім іншого, здобутки кафебри, яку очолюєте, – низка підручників та посібників її працівників. Власне, під вашою редакцією виходять ґрунтовні зібрання й краших науковців усієї України.

– Так, вважаю за честь мати друзів з усіх міст України, які є відомими гастроентерологами, панкреатологами або іншими спеціалістами. І безперечно, фахівцями із сімейної медицини. Для взірця покажу перший том тринадцяти-підручника «Загальна практика-сімейна медицина», що друкується в київському видавництві «Медицина». По суті, всі найкращі науковці України та клініцисти в галузі сімейної медицини долучилися до його створення під мою редакцію. Повторюся, для мене це велика честь. Дуже важлива для мене наукова та професійна складова – панкреатологія, адже моя докторська дисертація була присвячена саме цьому напрямку. Нині я – віцепрезидентка Українського клубу панкреатологів, до якого долучила мене відома панкреатологиня, професорка Наталя Борисівна Губерґріц. Сталося це цілком випадково: вона знайшла мене, зацікавившись моїми науковими роботами.

Якщо я вже торкнулася докторської дисертації, то обов'язково назву ще одну знакову людину в моїй науковій долі. На жаль, уже рік минув, як він пішов у засвіти. Це Юрій Олександрович Філіппов, член-кореспондент Національної академії медичних наук України, він очолював Інститут гастроентерології в Дніпрі тоді, коли я там захищала докторську дисертацію. Це – унікальна людина! Людина надзвичайної доброти та енергетики. Його вважали дещо дивним. Він багато що міг сказати про минуле, про майбутнє, володів таким даром. Мені дуже пощастило, коли я, зовсім чужа людина, без всякої протекції, була обдарована його спілкуванням і прихильністю. Тож і захист мені легко дався.

Пощастило мені й на опонентів, серед яких – Юрій Миронович Степанов, він зараз є директором цього інституту. Взагалі ж пишаюся, що Інститут гастроентерології в Дніпрі став моєю другою науковою альма-матер. Це дуже поважний заклад.

– Ви активно працюєте над підручниками, берете участь у роботі різних асоціацій, навчаєте студентів, маєте пацієнтів, колег, яким теж треба іноді щось підказати та спрямувати, а ще ж сім'я. Як все встигаєте? Де берете енергію, черпаете ідеї?

– Гадаю, що тільки Небеса дають мені енергію. В радянському союзі ми формувалися ледь не атеїстами, але тим більше для мене дорожче розуміння, що є Небеса та Бог над нами.

– Як ви прийшли до цього?

– Саме життя привело мене. Ідеї теж посилають Всесвіт і життя моє. Скажімо, мала справи зі старшими людьми: з нами жили чоловікова бабуся, чоловікова мама, в минулому також викладачка ТНМУ, досвідчена педіатриня, тепер мій батько. Тому я особливо почала задумуватися над проблемами старості, веденням людей похилого віку. Так народилися два двотомники з актуальних питань паліативної допомоги та геронтології. Нині підручник «Геронтологія у сімейній медицині» дуже користується попитом. Мої учні підхопили науковий напрям з панкреатології, поступово ми з ними вийшли на проблеми нутриціології. У результаті народився посібник «Нутриціологія у сімейній медицині», щоб привернути увагу до того, як багато ми можемо зробити в профілактиці, оцінивши правильно



Лілія БАБИНЕЦЬ під час відпочинку із сім'єю в українському Криму (2007 р.)

нутричний статус пацієнта. Словом, ідеї підказує саме життя.

– Ви згадували про своїх учнів. Які ваші надії на сучасну молодь?

– Великі надії! Молодь зараз більш справедлива, більш гаряча, не боїться виступити за власні права – акуратно, але вміло. І це мене надихає. Я бачу, що вони хочуть учитися, цікавляться всім. І виховані, вчасно приходять на заняття, не рвуться швидше піти, дисципліновані. Спілкуючись із сучасними студентами, в майбутнє зазираю з оптимізмом.

«МРІЮ НИНІ ТАК, ЯК І В 20 РОКІВ»

– Діти продовжили вашу професійну справу?

– Вони дуже самодостатні, їхній шлях викликає в мене велику повагу. Син Дмитро понад 17 років за кордоном, працює економістом у Німеччині, завершив магістратуру в Дрезденському політехнічному університеті, живе у Берліні. Крім того, займається рибальством, спортом – системно отримує пояси з карате. Подорожує багато із сім'єю. Мене дуже милує, як трепетно він ставиться до доньки, моєї внучки, приділяє їй багато уваги, розвиває її здібності. Ніночки незабаром виповниться 12 років – це на сто відсотків моя людина, навіть тембр голосу в неї такий, як мій (усміхається).

Донька Анастасія закінчила наш університет понад п'ять років тому. Вибрала психіатрію, працювала в обласній лікарні в Києві, де добре себе зарекомендувала, але теж вирішила податися за кордон. Вона також у Німеччині, але на заході – неподалік Швейцарії. Працює у серйозному шпиталі й багато чого вміє, чим я точно практично не володію. Планує далі йти

або в кардіологію, або ж у загальну практику. Читає книги і німецькою, і англійською мовою. Зрозуміло, що багато в чому вже перевершила мене, чим я надзвичайно втішена. З донькою я можу поділитися всім. Вона теж мій вчитель. Чимось нагадує мені мою маму – своєю глибинністю, інтуїтивністю. Завжди підказує мені новинки літератури, музики, кіно, на які варто звернути увагу.

– Яку музику любите?

– Музика – це один інструмент, який допомагає мені черпати позитивну енергію. До слова, дорогу в музичний світ значно ширше мені проклала моя колишня пацієнтка, а нині вже подруга Ірина Павлівна, яка має консерваторську освіту. Завдяки їй відкрила для себе класичну музику, хоча я – попсовик (усміхається), фанатка «Abba» та інших гуртів, що мене надихають.

– За своїм сприйняттям ваш бунтарський характер більше лягає на рок. Я помилюся?

– Рок люблю хіба на кшталт гуртів «Queen», «Океан Ельзи», тобто де є мелодика та поезія. Коли я відчуваю, що є щось таке, що мене веде, вабить – то це моє, незалежно від жанру.

Чи я бунтарка? Я вважаю себе дуже правильною (усміхається). Це життя нас робить бунтарями, бо бачиш часом якусь недосконалість. Мені завжди хочеться, щоб усе в нас було справедливо, щоб наше суспільство вийшло на новий рівень. Натомість бачу велику долю лицемірства. Є в нас багато людей, які на словах дуже і добросесні, і релігійні, і патріотичні, а насправді... Це, напевно, десь мене й зачіпає, тому так, може, по-бунтарському й сприймається.

На мій погляд, і в нашому університетському колективі мало б бути більше тепла, розуміння. Мене дуже засмучує, коли бачу, що люди вигоріли, стали байдужі. Та все одно стараюся людей цінувати за те все, що в нас було, й, сподіваюся, ще буде. Дуже важливо поважати життєву дорогу кожної людини. Так, я дуже принципова. Але наведу такий факт, про який, можливо, мало хто знає. Я можу виступити прямо, різко, висловити власну думку, яка опозиційна, й цього не боюся. Але якщо таємно ми вирішимо долю якоїсь людини, голосуємо за когось, ніколи я не проголосувала проти. Ні, я не переступаю через свої принципи, просто вважаю, що в тій ситуації, коли вирішується, скажімо, місце роботи чи щось інше, те, до чого людина довго йшла, я завжди на її боці. Знаю, що так правильно. А Небо розсудить усе.

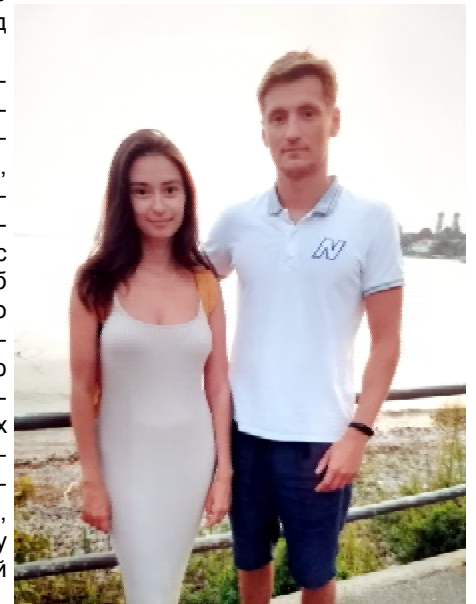
– Ви дуже енергетично чутлива, а є така думка, що люди на два тижні до свого дня народження й два тижні після нього особливо вразливі і фізично, і психологічно. Відчуваєте таке?

– Щоб відчувати – то ні. Але в

ці дні більше роздумую, це правда. Втім, це не пов'язано з днем народження, а з певним етапом. Такий етап був у 50 років. Я його пройшла й зрозуміла, що залишилася абсолютно молодою, в мене безліч ідей, енергії, навіть помилки роблю з неабиякою постійністю (сміється). Просто за формою змінюється. Так, це трошки розчарує, адже хочеться завжди мати гарний вигляд. Але це також вчить: треба любити себе в будь-якій формі. Головне – бути рухливим, відкритим до всього нового. Я ще багато чого хочу. Повлю себе часто на тому, що мрію нині так, як мріяла й у 20 років.

– Яка зараз найбільша ваша мрія?

– Хочеться, щоб настала наша Перемога, мир і це дало можливість мріяти про все без будь-яких вагань. Щоб наша Україна стала європейською цивілізованою державою, а українську мову цінували в усьому світі. Та передусім, щоб ми цінували її самі. Знаєте, для мене це особливо важливо й дуже трепетно, адже я прийшла до української мови від російської в доволі свідомому віці. Закін-



Діти Лілії БАБИНЕЦЬ – Дмитро та Анастасія (2023 р.)

чувала російську школу та ще в інституті навчалася російською, та згодом відкрила для себе стільки українських письменників, поетів, таку дивовижну українську музику! Хочу також, щоб українці мали один до одного більше чутливості та поваги. Це було б чудово!

У професійному напрямі я не просто мрію, а роблю все, що вважаю за потрібне: і в науці, і в практичній сімейній медицині та рефлексотерапії, і у самоврядуванні.

Але я ще мрію й про сімейні події! Хочу, щоб рід продовжувався, щоб народилися ще внуки, щоб донька та син були щасливими. Так мрію, щоб ми з чоловіком були в парі якомога довше! Іноді підемо на каву у вихідні, він візьме мене за руку – я так цієї миті підіймаюся! Хочу, щоб ми й надалі завжди були цікавими одне одному – адже це так важливо.

– Дякуємо за цікаву розмову та щиро вітаємо з ювілеєм! Нехай усі ваші мрії та бажання обов'язково сповняться!

Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА



Лілія БАБИНЕЦЬ з онучкою Ніночкою (літо 2022 року)

ДВА ІВАНИ, ДВА УКРАЇНЦІ, ЯКІ ЗАЛИШИЛИ ВИЗНАЧАЛЬНИЙ СЛІД У СВІТОВІЙ НАУЦІ

Два Івани, Іван Поллю та Іван Горбачевський – вчені світового рівня, залишили визначальний слід у науці, Горбачевський – у медицині та біохімії, Іван Поллю – у фізиці та електротехніці. Обидва вихідці з Тернопільщини, пройшли свій життєвий шлях як соратники. Їхніми взаєминами пройнялася, зокрема, завідувачка кафедри фармакології з клінічною фармакологією, професорка Тернопільського національного медичного університету імені Івана Горбачевського Олександра ОЛЕЩУК.

Іван Горбачевський та Іван Пулюй є визначними особистостями європейської й української науки, діяльність яких охоплює останні роки XIX та перші роки XX століття. Вони – вихідці з галицьких сіл Зарубинці та Гримайлів, що на Тернопільщині.

Вони обидва, проживши багато років за межами України, не порвали з нею зв'язків, не відrekliся рідної мови, постійно були вірними синами української землі та докладали свої зусилля для возвеличення та визволення свого народу. І аж ніяк не дивно, в Україні за часів тоталітаризму про Івана Горбачевського відало лише вузьке коло людей, головно – спеціалістів у галузі біохімії та фізики. Водночас їх знали, шанували та високо цінували в Австрії, Чехії, Німеччині, Франції, Польщі.

Іван Горбачевський – видатний вчений-біохімік, державний діяч і патріот. Йому вдячні австрійці, бо він приніс честь і славу Віденському університетові. Як великого вченого його обрали членом (а згодом – головою) Королівської санітарної ради, надали кілька високих титулів і призначили першим міністром здоров'я Австро-Угорщини. Але найбільше користі приніс професор Горбачевський чеському народові, його культурі, науці, освіті. Саме тому чехи вважали його своїм ученим українського походження. Та все-таки І. Горбачевський залишився до останніх днів свого життя українцем.

Як і Іван Поллюй, Іван Горбачевський народився в родині греко-католицького священника. Генеалогічне дерево родини Горбачевських походить чи не з XIV століття герба «Корчак». Його батько Яків був греко-католицьким священником, парохом Збаража і провадив велику національно-просвітницьку роботу серед своїх парафіян. Ідею служити своєму народові він усмоктав з молока матері, разом з її піснями та мудрими порадами

батька-священника. За українофільство до нього не раз навідувалися представники австрійської влади. Своїм дітям і парафіянам отець Яків прищеплював любов до Бога та України, повагу до праці й тягу до знань. Цей заповіт батька Іван проніс через усе своє життя. Брат Антін Горбачевський – юрист, патріот.

Закінчивши в м. Збараж чотирикласову чоловічу школу, Іван Горбачевський, продовжує навчатися в Першій тернопільській класичній гімназії. Іван Пулюй закінчив її 1865 року, а Іван Горбачевський – 1872 року.

Іван Горбачевський стає членом таємного гуртка української учнівської молоді «Громада», де здобув першооснови української національної свідомості, це товариство 1863 року заснував Іван Пулюй. Громадівці читали та вивчали твори Івана Котляревського, Тараса Шевченка, Пантелеймона Куліша. За мету обрали – будити в народі національну свідомість.



Іван Горбачевський

Після закінчення гімназії Іван Горбачевський обирає професію лікаря, тому подальша його життєва стежка потяглася до Віденського університету на медичний факультет 1872 року (в Галичині вищих медичних студій не було). Іван Пулюй став студентом Віденського університету (1865 року теологічного, 1869-го – філософського факультетів).

Під час навчання Іван Горбачевський двічі був головою студентського товариства «Січ» (1875-1877 роки). Це перше українське студентське товариство народовецького напрямку, воно відіграло видатну роль в історії української національної відродження у час Австро-Угорщини.

Іван Горбачевський, ще будучи студентом, виявив схильність та великі здібності до наукової праці й цим зацікавив своїх професорів. Його дослідження та публікації були переважно пов'язані з органічною, біологічною та лікарською хімією. Більшу частину життя Іван Якович присвятив вивченню хімічного складу та хімічних процесів в організмі здорової та хворої люди-

ни, з'ясуванню причин та опрацюванню способів лікування багатьох недуг.

Перша наукова праця, яка принесла йому наукове визнання й світову славу – це «Синтез сечової кислоти». Вона викликала наукову сенсацію, здивування та захоплення. Вперше у світі молодий 28-літній українець, випускник Віденського університету Іван Горбачевський синтезував сечову кислоту, відкрив фермент ксантиноксидазу. Праця була надрукована в німецьких, австрійських і польських часописах. З цього часу ім'я Горбачевського як першорядного хіміка – синтетика та біохіміка стає відомим у всьому науковому світі. Висунута ним теорія утворення сечової кислоти в організмі ссавців і людини не втратила свого значення й донині.

Через рік його запрошують до Празького університету на посаду професора медичного факультету, а 1884 року обирають професором лікарської хімії з одночасним викладанням фармакології.

Усі наступні праці (наукові, педагогічні, видавничі, громадсько-політичні) Івана Горбачевського були пов'язані з чеським Карловим університетом у Празі. Цьому закладові він віддав 37 років життя. Тут на кафедрі біохімії в бібліотеці зберігається робочий стіл професора Івана Горбачевського.

Дослідження та публікації Івана Горбачевського стосувалися здебільшого органічної, біологічної та медичної хімії. Понад 50 наукових праць, опублікованих українською, чеською, польською та німецькою мовами, які відзначаються оригінальністю думок, сміливістю та актуальністю ідей, глибиною досліджень. Український вільний університет у Празі встиг видати лише один його підручник з органічної хімії. Письмовий український підручник з неорганічної хімії ніколи не видавався ні за життя, ні після смерті видатного вченого (рукопис зберігається в музеї Тернопільського національного медичного університету ім. Івана Горбачевського). Два підручники з органічної та неорганічної хімії українською мовою, з яких перший («Органічна хімія») був виданий у Празі 1924 року, він складав основи української наукової хімічної термінології.

Особливо помітний український напрямок у житті та діяльності Івана Горбачевського спостерігається протягом так званого третього періоду його життя: 1919-1942 років. Цей час доктор Микола Зайцев назвав українським періодом.

Ще з 1906 р. професор Іван Горбачевський систематично, спільно з іншими українськими громадськими діячами, ставив вимоги перед австрійським урядом про відкриття у Львові українського університету, але урядові кола негативно

сприймали цю ідею. До цього питання Іван Якович повертається знову 1919 року. Цього разу українська громадськість зуміла відкрити Український вільний університет на чужині. Відкриття його відбулося 17 січня 1921 року у Відні. У жовтні наступного року університет був переміщений до Праги, де в особі тодішнього президента Чехо-Словаччини, професора Томаша Масарика отримав економічну та політичну підтримку. Через два роки діяльності університету Горбачевський стає його ректором. Підготував численний загін лікарів і науковців з біохімії для України.

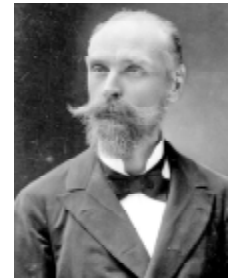
У Празі він заснував і став головою Товариства «Музей визвольної боротьби України» (1924 р.). Більше того, І. Горбачевський був учасником засідання Українського парламентського представництва у Відні, яке 1918 року прийняло рішення про проголошення Західно-української Народної Республіки (ЗУНР).



Іван Пулюй

З проголошенням незалежності Карпатської України 1939 року чеські українці під головуванням професора Горбачевського організували в Празі Комітет оборони Карпатської України при Центральному союзі українських організацій Чесько-Словацької Республіки. Варто зазначити, що майже всі значущі події українського культурного та наукового життя в Празі відбувалися за участю та керівництва професора Горбачевського. Був головою оргкомітету першого українського наукового конгресу в Празі 3-7 жовтня 1926 р. Він, як голова Українського вченого комітету, відкрив другий український науковий конгрес у Празі 20 березня 1932 року. Іван Горбачевський також відкрив Конгрес українського права в Празі 4-7 жовтня 1933 року.

Професор Горбачевський присвятив себе розвитку Товариства українських лікарів, яке існувало в Празі з 10 грудня 1922 року Він був його регулярним, а згодом почесним членом. У 1923-1925 роках товариство видавало «Український медичний вісник» як неперіодичний



ДО 170-РІЧЧЯ ВІД ДНЯ
НАРОДЖЕННЯ ІВАНА
ГОРБАЧЕВСЬКОГО

журнал клінічної та соціальної медицини.

1925 року Іванові Горбачевському присвоєно звання академіка Академії наук України в галузі біохімії. Був членом багатьох наукових установ, зокрема Наукового товариства імені Шевченка у Львові. Водночас зі своєю науковою та освітньою роботою вчений надавав широку державну службу серед української інтелігенції Галичини та Праги. Він постійно підтримував тісні контакти з українською науковою та культурною спільнотою, збирав матеріали з фізіології, гігієни, харчування та економічного забезпечення українських селян.

Горбачевський залишався справжнім українцем до останніх днів свого життя.

Два Івани, два великі українці, два вихідці з Тернопілля – Горбачевський та Пулюй завершили свій земний шлях у Празі. Іван Горбачевський похований на цвинтарі Шарка, а Іван Пулюй – на Мальва-зінках.

Іван Пулюй відійшов у вічність 31 січня 1918 року. Ректор Німецької політехніки у Празі, професор Бах сказав, прощаючись з видатним вченим, зазначив: «Ти був не лише людиною твердих переконань і виразно викарбованою особистістю, але також людиною, що знала, як дотримуватися вірності, передусім вірності народові, з якого Ти вийшов. І немає більшої вірності, ніж вірність власному народові. Могутні потрясіння наших днів підняли в тебе надію на зліт Твого народу, якому Ти, як цінний заповіт залишив переклад і здійснене під твоїм керівництвом перше повне видання української Біблії. Доля дозволила Тобі побачити ранішню Зорю свободи, до якої піднявся з темних воєнних хмар Твій народ, який Ти любив до останнього свого подиху, і її перші сонячні промені побажали озолотити кінець Твого сповненого праці життя».

Іван Горбачевський поплинув у засвіти 24 травня 1942 року. На могилі професора Горбачевського 15 травня 1954 року колишні його учні та приятелі влаштували тризну. Тоді з промовою на цьому заході виступив директор інституту лікарської хімії, професор Карел Кацл. Він, мовлячи про Івана Горбачевського, зокрема, підкреслив: «Рано Ви відійшли із свого рідного середовища та понад 60 років жили проти власної волі поза межами рідного краю. Не поталанило Вам відвідувати свою рідну школу: гімназію закінчили польську, університет німецький. Перші кроки в науці та боротьбу за самостійне утвердження довелося Вам проробити теж серед чужих. Але своєму народові залишилися завжди вірним сином не лише в думках, але й у справах. Ціле важке власне життя було присвячено своєму народові. Пане професоре Горбачевський, Ви відійшли, але те, що Ви зробили для науки й цілого людства, залишиться назавжди».

«СВІЧА ПАМ'ЯТІ» ПРОФЕСОРА МИРОСЛАВА ЗАКАЛЮЖНОГО

У бібліотечній залі ТНМУ викладачі кафедри іноземних мов організували вечір-спомин «Свіча пам'яті» професора Мирослава Миколайовича Закалюжного – викладача латинської мови, колишнього завідувача кафедри української та іноземних мов Тернопільського державного медичного університету ім. Івана Горбачевського; людини, за плечима якої підготовка плеяди відомих медиків, видатного науковця в галузі класичної філології, мудрого вчителя, який відкривав студентам невичерпну силу знань; наставника, який вчив думати, плідно працювати, любити науку та життя. Нині М.М. Закалюжному виповнилося б 84 роки.

Розпочала захід його ініціаторка та організаторка – завідувачка кафедри іноземних мов, професорка Надія Федчишин, яка звернула увагу на особливий час проведення вечора-спомину – Великий піст, адже це своєрідна пора переосмислення, усвідомлення пройденого етапу життя, гідного приготування до зустрічі Воскресіння. У цей час ми згадуємо щирою молитвою й добрим словом тих, які за межею, – наших рідних, друзів, колег... І саме в цей час ми хочемо в такий особливий спосіб згадати всіх, хто працював на кафедрі іноземних мов. Це – Микола Климчук, Ілля Чучукало, Віра Ситник, Валентина Старостенко, Любомир Кучма, Степан Букавін, Адам Галицький, Елеонора Могилевська, Микола Реверський, Ірина Лановик, Раїса Левенець, Євген Дружкович, Валентина Пруцакова, Роман Малець, Ніна Колова, Григорій Окоменюк, Василь Луцик, Богдан Леськів, Володимира Чолач, Мирослав Закалюжний, Марія Кучма та інші, які творили історію кафедри й університету. Це – викладачі, які мислили масштабними категоріями, для яких прикметними були висока освіченість та беззаперечний професіоналізм, багатий практичний досвід та організаторський потенціал, почуття відповідальності в поєднанні з порядністю й людяністю.

Завідувачка кафедри зацентувала увагу і на теперішньому колективі кафедри, колективі однодумців, професіоналів, енергійних, творчих, завзятих та цілеспрямованих фахівців з різних мов. Адже, як писав давньогрецький філософ Геракліт, «Panta rhei kai ouden menei» (Все тече, все міняється, і ніщо не залишається на місці). Нова генерація викладачів виріз-

няється науковим мисленням, інноваційними підходами, з якими цікаво спілкуватися та добре працювати.

Відтак професорка Надія Федчишин зосередилася на непересічній постаті кафедри іноземних мов – людині глибокого інтелекту та широкої ерудиції, інтелігентна й ентузіаста, професора Мирослава Миколайовича Закалюжного.

Символічну свічу пам'яті запалив онук Максим Закалюжний, студент Тернопільського національного технічного університету імені Івана Пулюя.

У народі кажуть, що кожна людина живе доти, доки про неї пам'ятають. Мирослав Миколайович заслужив собі на довгу пам'ять багатьох людей. У родинному колі колишніх друзів, колег, членів його сім'ї та гостей було згадано пам'ятні сторінки життя М.М. Закалюжного, численних наукових видань, бо там його думки, надії, ідеали, його світ, який він так любив і по-своєму розумів.

Виконання талановитою студенткою 1 курсу медичного факультету Марією Броною пісні-молитви «Ave Maria» для всіх присутніх у залі стало моментом внутрішнього зосередження та розмірковування в час Великого посту та духовного відродження.

Ведучі вечора-спомину (доцентка кафедри іноземних мов Тетяна Саварин і студент I курсу медичного факультету Богдан Юрченко) розповіли про життєвий та творчий шлях професора Мирослава Закалюжного, зауваживши, що все його життя, як і увесь науковий доробок, пов'язані з Тернопільським національним медичним університетом ім. Івана Горбачевського (1966-2011 рр.).

Теплими спогадами про десятки років спільної роботи на кафедрі та основними етапами життя М.М. Закалюжного поділилася колишня завідувачка кафедри іноземних мов, доцентка Галина Паласюк. З Мирославом Миколайовичем їх пов'язували теплі, дружні стосунки. Завдяки наданим фото внуком професора присутні побачили на екрані світлин, де М.М. Закалюжний з батьками, однокурсниками, колегами, студентами, сім'єю.

Галина Паласюк розповіла про родину, в якій народився та зростає Мирослав Миколайович, його любов до рідного краю, тернистий шлях до здобуття професії. Присутні зацікавлено слухали розповідь про сту-

дентські роки на кафедрі класичної філології у стінах Львівського університету імені Івана Франка. Впродовж усього життя Мирослав Миколайович проніс любов до античності та класичних мов, яку йому прищепили професори кафедри, блискучі знавці класичних мов, випускники Віденського університету. Мирослав Миколайович був добрим сім'янином, батьком і люблячим дідусем. Подружжя Закалюжних виросло двоє прекрасних дітей; всю свою любов і турботу вони віддавали внукам. Професор усе своє життя прожив у Тернополі, любив це місто, вважав його рідним, але заповів похоронити його в родинному селі Черепині на Львівщині. На могильній плиті викарбовано: «Професор латини М.М. Закалюжний». Sittibiterralevis, professor!

Про пам'ятні миті спілкувань з Мирославом Миколайовичем поділився Іван Кліщ, проректор

ладач не повинен принижувати людську гідність студента.

Захоплено слухали усі присутні в залі вірш «Ad Melpomenem» великого римського поета Горация, який в оригіналі латинською мовою продекламував один з кращих студентів 1 курсу медичного факультету Богдан Юрченко. Головна думка, яку Гораций намагався донести до читачів, полягає в тому, що будь-який автор, який устиг за життя щось написати чи створити, буде вічно жити. Так і пам'ять про Мирослава Миколайовича передаватиметься наступним поколінням студентів-медиків через його наукові праці.

Спогадами про спільну наукову діяльність та дружні теплі взаємини з М.М. Закалюжним поділився доктор медичних наук, професор, академік, член-кореспондент НАМН України Михайло Андрейчин. Михайло Антонович згадував про роботу

ливі деталі про свої зустрічі та спілкування з Мирославом Миколайовичем ще з часів навчання у школі, а потім – у медичному університеті. Професор Коморовський поділився з присутніми власними спогадами про той час, коли, будучи вже доцентом кафедри, Мирослав Миколайович запросив його долучитися до роботи над словником, а саме до перекладу клінічних термінів і діагнозів англійською мовою. Професор розповів про важливість цієї величезної праці, якій Мирослав Миколайович присвятив аж 10 років.

Родзинкою вечора-спомину був виступ талановитої студентки 1 курсу медичного факультету Вікторії Цюрось, яка під акомпанемент бандури виконала пісню на вірші Тараса Шевченка «Реве та стогне Дніпр широкий».

Словами вдячності та поваги до Мирослава Миколайовича Закалюжного звернулася професорка Антоніна Пришляк. З теплою згадала Антоніна Михайлівна про власні студентські роки та улюбленого викладача латини Мирослава Миколайовича, який умів зацікавити студентів вивчати нову мову, часто використовував латинські кри-

латі вислови, які закарбувалися та пам'ятаються донині. Особливо розчулив усіх присутніх прочитаною Антоніною Михайлівною вірш-спомин, авторства колишніх студентів М.М. Закалюжного. Цей спомин пронизаний теплом, любов'ю та шаном до свого колишнього викладача, до «колеги» (як його доброзичливо називали всі студенти).

Пам'ять про дорогого серцю друга вилит у рядках власного вірша доцент кафедри медичної фізики діагностичного та лікувального обладнання Валерій Дідух. Валерій Дмитрович за-

начив, що Мирослав Миколайович був для нього не лише колегою, але й щирим другом, з яким вони вели душевні розмови, дискутували на наукові теми.

За життя спорудив собі найбільший пам'ятник Мирослав Миколайович своїм доброзичливим ставленням до людей, повагою до колег, любов'ю до студентів. Запам'ятаймо це ім'я та маємо за обов'язок передати наступним поколінням його наукові доробки. Нехай ці спогади, які прозвучали, вплетуться у вінок шани й пам'яті Мирослава Миколайовича Закалюжного.

Вечір пам'яті М.М. Закалюжного завершився спільним щирим виконанням молитви «Отче наш» латинською мовою.

**Тетяна САВАРИН,
Галина ПАЛАСЮК,
Іванна ВОРОНА,
доцентки кафедри
іноземних мов
Світлина Соломії ГНАТИШИН**



НЕПРИМІТНИЙ, АЛЕ КОРИСНИЙ ТОПІНАМБУР

Сонячний корінь, дикий соняшник, єрусалимський артишок, земляна груша, як лише не називають цей коренеплід, який насправді носить назву топінамбур. Хімічний склад цього продукту воістину унікальний, у ньому міститься безліч потрібних і корисних речовин, які володіють потужними цілющими властивостями. Користь топінамбура для здоров'я очевидна й дуже значна.

Топінамбур відрізняється від інших овочів підвищеним вмістом білка та великою кількістю природного аналога інсуліну – інуліну, який легко засвоюється організмом. Гідроліз цієї речовини призводить до утворення фруктози, нешкідливої для діабетиків. Тому введення в раціон бульб топінамбура сприятливо впливає на обмін речовин за цукрового діабету.

Інулін корисний не лише хворим на діабет, він чинить позитивну дію на організм будь-якої людини. Інулін під час потрапляння в травний тракт під дією соляної кислоти та ферментів розщеплюється на окремі ланцюжки молекул фруктози, які згодом проникають у кров. Нерозщеплена частина інуліну швидко виходить з організму, зв'язуючи собою непотрібні організмові речовини, як-от: радіонукліди, важкі метали, жирні кислоти, кристали холестерину, токсини й жирні кислоти.

Топінамбур багатий на клітковину, пектин, збагачений органічними кислотами, незамінни-

ми амінокислотами й мікроелементами. Особливо високий у ньому вміст кремнію та калію. Солі калію, як відомо, підтримують серцевий м'яз. Завдяки великій кількості кремнію, топінамбур зміцнює серцево-судинну систему людини. Вітамінів С, В₁ і В₂ (потрібні для підтримання нервової системи, хорошого стану шкіри, волосся) в топінамбурі більше, ніж у буряку та моркві, втричі.

Звичайній людині, щоб задовольнити добову потребу у вітаміні С, достатньо буде з'їсти 200 г бульб, а в кремнії – всього 50 г коренеплоду. Біологічно активні речовини повною мірою проявляють себе лише у сирому продукті, їсти топінамбур бажано разом зі шкіркою, адже саме під нею сконцентрована вичавлений кремній.

Харчова цінність топінамбура на 100 г така: 2,1 г білків, 0,1 г жирів, 12,8 г вуглеводів. При цьому топінамбур містить клітковину, органічні кислоти, воду, моно- й дисахариди, крохмаль, золу.

Введення в раціон топінамбура сприятливо впливає на всю систему травлення, запобігає розвитку багатьох захворювань. Речовини, що містяться в цій бульбі, сприяють відтоку жовчі із жовчного міхура й печінки. Органічні кислоти нейтралізують агресивні вільні радикали та недоокиснені продукти обміну. При цьому нормалізуються фізіологічні лужні реакції, потрібні для повноцінного ферментування їжі.

Топінамбур підвищує стійкість до бактеріальних і вірусних

інфекцій травних органів, а також до різних паразитів (лямблій, опісторхиси, токсоплазми тощо). Він нормалізує кишкову мікрофлору, а отже, допомагає позбутися дисбактеріозу.

При цьому калорійність продукту – лише 61 ккал на 100 г продукту, що дає підстави вживати топінамбур у звичайному та дієтичному харчуванні.

Топінамбур протипоказаний за індивідуальної непереносності.

ЦІЛЮЩІ НАПОЇ

Свіжовичавлений сік. У разі діабету топінамбур можна використовувати у вигляді соку. Для цього потрібно добре вимити бульби й очистити їх, далі про-



пустити через соковичавлювач чи подрібнити й відгнати.

Пити завжди потрібно тільки свіжий сік, розведений водою 1:1. Приймати тричі на день по пів склянки. Курс лікування – 14 днів. Після цього зробити перерву (10 днів). Потім знову повторити курс. Цей чудовий сік добре знижує вміст цукру в крові. Він також володіє великою кількістю корисних властивостей, наприклад, регулює кислотність шлункового соку.

Настій. Лікувати діабет за до-

помогою топінамбура можна, використовуючи такий рецепт. Бульби топінамбура ретельно вимити й подрібнити. 4 ст. л. отриманої маси залити 1 л окропу, дати постояти 3 години. Такий настій потрібно пити, як чай протягом дня.

Талий сік. Талий сік отримують унаслідок танення попередньо замороженого свіжовичавленого соку топінамбура. Деякі вважають його особливо корисним. Адже в момент переходу в твердий стан відбуваються якісні зміни кристалічної структури напою: майже 100% молекул соку перетворюються в єдиний тип, тобто він структуриється.

Потрібно поставити свіжовичавлений сік топінамбура в морозильну камеру. Після замерзання його дістають і розморожують. Сік потрібно відразу ж випити, адже через кілька годин він втрапить свої набуті під час заморожування властивості.

Існує думка, що талий сік топінамбура – найпотужніший біостимулятор. Йому немає рівних за ефективністю для лікування та профілактики цукрового діабету, захворювань травного тракту, печінки, нирок. Талий сік запобігає появі злоскісних новоутворень, сприяє зменшенню серцевого болю та розсмоктуванню тромбів коронарних судин серця, зниженню рівня холестерину в крові й поліпшенню обміну речовин.

Талий сік топінамбура допомагає призупинити рясні геморойдальні кровотечі та біль, поліпшує кровообіг нижніх кінцівок і полегшує стан ніг за варикозного розширення вен.

Це корисний засіб від патологічної схильності до повноти.

Протягом дня бажано випити від 1 до 2 склянок цього напою. Першу склянку потрібно випити, не поспішаючи, невеликими ковтками: робити це краще вранці, натщесерце, за годину до їди. Іншу порцію соку рекомендують випити протягом дня за 3-4 прийоми.

КОРИСНІ КУЛІНАРНІ РЕЦЕПТИ

Топінамбур корисно їсти вареним і сирим, робити це потрібно щодня.

Те, що за цукрового діабету страви з топінамбуром приносять величезну користь, давно вже доведено науково. Примітно: якщо людина їсть топінамбур систематично, вона не лише запобігає захворюванню, а й стає здоровішою загалом, наприклад, земляна груша досить ефективно впливає на зір, поліпшуючи його.

Квашений топінамбур. Бульби очистити й промити, нарізати тонкими пластинками, укласти пластами в емальовану каstrулю чи ж чисту скляну банку, залити підсоленою водою (2 ст. л. солі на 1 л води), залишити на кілька днів. Квашений топінамбур готовий. Його можна використовувати під час приготування салатів, а також, як гарнір до гарячих і холодних страв.

Квас. Із бульб топінамбура можна зробити чудовий квас, який не поступається цілющими властивостями соку.

Вимити бульби, нарізати кубиками, залити холодною перевареною водою й поставити в тепле місце. Для прискорення процесу бродіння додати трохи дріжджів. Через 2-4 доби напій буде готовий. Пити по одній склянці щодня.

ОВОЧ – ЕНЕРГЕТИК

Редиска – найперший весняний овоч, який допомагає нашому організмові поповнити витрачений за зиму запас вітамінів, зарядитися енергією, а також зміцнити імунітет.

Крім того, вона має протизапальну, кровоспинну дію, підвищує еластичність дрібних кровеносних судин та їхню стійкість до несприятливих умов зовнішнього середовища. Схильним до повноти людям дуже корисно вводити редиску до свого раціону: вона допомагає позбутися шлаків, запобігає набрякам, сприяє стабілізації маси тіла, активізує травлення, поліпшує обмін речовин. Волокна клітковини, якої в редисці теж дуже багато, нормалізують рівень цукру в крові.

У свіжому вигляді редиска корисна в разі закріпів, циститу, уретриту, а також за таких захворювань, як застуда, гіпертонія, радикуліт, невралгія, атеросклероз тощо.

За всієї різноманітності лікувальних властивостей редиска має й протипоказання. Зокрема, її слід дуже обережно вживати за виразки шлунка та два-



надцятипалої кишки, гастриту, ентероколіту, тромбозу, подагри, захворювань щитоподібної залози, нирок, жовчного міхура й печінки.

Надмірне вживання редиски може спричинити диспепсію (здуття живота, діарея, біль у животі).

Для отримання соку використовують листя та плід рослини. Однак у чистому вигляді його не

варто вживати: це може зумовити гостре подразнення слизових оболонок. Тому сік треба розводити з водою 1:1. Не варто також приймати протягом двох годин до й після вживання соку кисломолочні напої. У редиски корисні не тільки коренеплід та його сік, а й бадилля, яке багате на вітаміни та мікроелементи. Зокрема, вітаміну С у бадиллі більше, ніж у самому коренеплоді. Воно має пріємний смак. Тож його можна додавати як у салати, так і в супи чи борщі. Можна також сушити, консервувати та заморожувати.

Салат з редиски. Узяти 1 пучок редиски з бадиллям, останнє помити й дрібно порізати, коренеплід нарізати кружечками. Тоді нарізати півкільцями ріпчасту цибулину й змішати з редискою та бадиллям у салатнику, додати сіль і перець до смаку та заправити олією (2 ст. л.). Зверху посипати зеленою цибулею. За бажання можна додати свіжий огірок, варене яйце, сметану чи домашній майонез.

ЧЕРВОНА ЦИБУЛЯ – ДОПОМОГА СЕРЦЮ

Червона цибуля запобігає розвитку захворювань серця. Вона має здатність виводити холестерин, який спричиняє серцеві напади та інсульти, при цьому зберігає в організмі так званий

тижнів експерименту рівень «поганого» холестерину, або ліпопротеїнів низької щільності, знизився на 20%. Водночас не відбулося ні найменшого зниження рівня ліпопротеїнів високої щільності.



хороший холестерин, який захищає серце та судини. Цих висновків дійшли китайські вчені після експерименту з хом'яками. Тварин тримали на дієті, яка містила підвищений рівень холестерину, але при цьому їх годували червоною цибулею. Після восьми

цибулю давно вважають дуже корисним продуктом. Вживання цибулі запобігає раку, її використовують для лікування кашлю та застуди. Вчені радять частіше вживати в їжу саме червону цибулю замість білої, яка більше поширена в кулінарії.

ЧЕСТЬ І СЛАВА

ДВАНАДЦЯТЬ СВІТЛИХ І МУЖНІХ ОБЛИЧ, ЗАКАРБОВАНИХ НА СТОРІНКАХ ЛІТОПІСУ ТНМУ

Дев'ятеро студентів і троє працівників нашого університету стали героями настінного календаря від ТНМУ на 2024 рік. Втім, рік тут має не основне значення. Справжня суть цього видання – залишити пам'ять на майбутнє, шанувати людей, які працюють і навчаються поруч з нами та які вмить залишили все, відмовилися від відносно спокійного життя в тилу, аби захищати Україну від страшної московитської навали.

Як слушно мовить Андрій Галаван, провідний фахівець відділу інформаційних технологій ТНМУ: «Носити форму українського воїна зараз – величезна честь і відповідальність. Потрібно завжди бути готовим захищати свою Батьківщину, битися з її ворогами. Відповідальність за захист своєї країни потрібно нести гідно». На світлинах календаря також доцент кафедри фармакології з клінічною фармакологією Андрій Чорномидз, аспірант кафедри оперативної хірургії та клінічної анатомії Олексій Процайло, студенти медичного факультету Світлана Березна, Ольга Олішевська, Вадим Дальський та Віталій Скрупський, студенти навчально-наукового інституту медсестринства Вероніка Лапчак, Максим Фролов та Антон Корнішук, студент стоматологічного факультету Ярослав Кувіла, студент фармацевтичного факультету Михайло Плюта. Дванадцять світлих, мужніх і гарних облич, завдяки календарю закарбованих

дань, уява підказала відразу. Спочатку вона збирала дані в деканатах тих студентів, викладачів і працівників, які або воювали й уже демобілізувалися, або ж і нині перебувають на фронті. З кожним окремо знаходила зв'язок через соцмережі. Хтось одразу з натхненням відгукнувся на пропозицію, комусь потрібен був час обдумати, хтось відмовився з певних причин. «Найгіршими для мене були моменти, коли я надсилала повідомлення, кілька днів минало – а воно досі непрочитане, – зізнається Марта Руденко. – Дуже страшно було від того, бо лізли в голову різні думки. Та, врешті-решт, всі вийшли на зв'язок». Разом зі своїми світлинами герої календаря також надсилали кілька речень-звернень – тих слів, які б вони хотіли сказати всім цивільним людям або ж конкретно студентам нашого університету.



Керівниця Центру виховної роботи та культурного розвитку Марта РУДЕНКО ознайомлює з виданням

Після збору усього необхідного матеріалу до роботи взялося видавництво ТНМУ «Укрмедкнига». Готові календарі миттю розлетілися університетом. Спочатку їх роздали кожній кафедрі, втім, багато викладачів хотіли мати такий календар особисто – як пам'ятку для теперішніх і майбутніх студентів, які матимуть ким пишатися та з кого брати приклад. «Цінують своє життя та здоров'я, цінують кожен день і кожну мить! – звертається до них на сторінках календаря студент ННІ медсестринства Антон Корнішук. – І навчайтеся, готуйтеся, допомагайте військовим, бо лише так можна наблизити нашу Перемогу!». «Для Перемоги у війні потрібно, щоб кожен виконував своє бойове завдання, – наголошує доцент кафедри фармакології з клінічною фармакологією Андрій Чорномидз. – Для когось це захист Батьківщини у лавах Збройних сил України, для когось – допомога військовим та забезпечення надійного тилу. Для студентів-медиків навчання повинно стати бойовим завданням заради пам'яті про сотні загиблих військових медиків, надалі – заради відновлення нашої країни».

**Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА
Світлина Миколи ВАСИЛЕЧКА**



Настінне видання дуже зацікавило й студентів

на славних сторінках літопису Тернопільського національного медичного університету ім. Івана Горбачевського. Зініціював створення цього пам'ятного календаря ректор ТНМУ, професор Михайло Корда. За втілення проекту взялася керівниця Центру виховної роботи та культурного розвитку Марта Руденко. Як зауважує Марта Ігорівна, впродовж останніх років їй уже доводилося бачити кілька календарів зі світлинами військових, тож який вигляд матиме наше ви-

ЮВІЛЕЙ

20 квітня відзначила ювілейний день народження завідувачка кафедри терапії та сімейної медицини ТНМУ, професорка Лілія Степанівна БАБІНЕЦЬ Вельмишановна

Ліліє Степанівно!
У стінах університету Ви здобули вищу медичну освіту, а згодом, після 13 років практичної лікарської роботи, успішно пройшли 24-літній трудовий шлях від асистентки до професорки, завідувачки кафедри терапії та сімейної медицини.

Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас як одну з талановитих випускниць третього покоління, відому в Україні науковицю, клініцистку-терапевтку, досвідчену педагогиню, виховательку студентської молоді за старанну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових і громадських обов'язків.



Ваша наполегливість, цілеспрямованість, доброта, працелюбність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є прикладом для наслідування новими поколіннями студентів, молодих лікарів, науковців та викладачів

Бажаємо Вам, вельмишановна Ліліє Степанівно, мирного неба, міцного здоров'я, безмежного щастя, довгих і радісних років життя, наснаги, нових творчих здобутків, добробуту, злагоди, душевного спокою, здійснення всіх задумів і сподівань.

Бажаєм успіхів великих у роботі й побільше творчих Вам натхнень. Нехай минають завжди всі турботи і хай приносить радість кожен день!

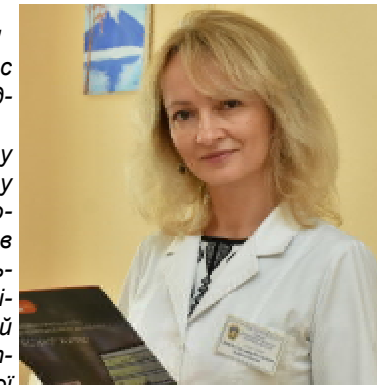
**Ректорат і профком ТНМУ
імені Івана Горбачевського**

20 квітня відзначила ювілейний день народження доцентки кафедри функціональної і лабораторної діагностики ТНМУ Світлана Вікторівна ДЗИГА

Вельмишановна Світлано Вікторівно!
Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви здобули вищу медичну освіту з відзнакою, продовжили навчання в інтернатурі за спеціальністю «Терапія» та успішно пройшли 22-літній трудовий шлях: спочатку асистентки, старшої викладачки, доцентки кафедри патологічної фізіології, згодом – доцентки кафедри функціональної діагностики та клінічної патофізіології, а тепер – доцентки кафедри функціональної і лабораторної діагностики, лікарки функціональної діагностики.

Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас як одну з талановитих випускниць третього покоління, висококваліфіковану викладачку, клініцистку, науковицю, досвідчену пе-



дагогиню та виховательку студентської молоді за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових і громадських обов'язків.

Ваші жіночість, наполегливість, порядність, толерантність, інтелігентність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є прикладом для наслідування новими поколіннями студентів, молодих лікарів, науковців і викладачів.

Бажаємо Вам, вельмишановна Світлано Вікторівно, мирного неба, міцного здоров'я, радості кожного дня, невичерпного творчого натхнення, нових успіхів у роботі, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя, довгих років щасливого життя.

Нехай добром наповниться хата, Достатком, щирістю і сонячним теплом, Хай буде вірних друзів в ній багато, Прихильна доля огорта крилом!
**Ректорат і профком ТНМУ
імені Івана Горбачевського**

20 квітня відзначила ювілейний день народження доцентки кафедри фармакології з клінічною фармакологією ТНМУ Валентина Володимирівна ЧЕРНЯШОВА

Вельмишановна Валентино Володимирівно!
Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви здобули вищу медичну освіту та успішно пройшли 18-літній трудовий шлях асистентки, а згодом – доцентки кафедри фармакології з клінічною фармакологією.

Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас як одну з талановитих випускниць нашої Alma Mater, висококваліфіковану фармакологиню, науковицю, досвідчену педагогиню та виховательку студентської молоді за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання



своїх службових і громадських обов'язків.

Ваші порядність, толерантність, інтелігентність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є прикладом для наслідування новими поколіннями студентів, молодих лікарів, науковців і викладачів.

Бажаємо Вам, вельмишановна Валентино Володимирівно, миру, міцного здоров'я, невичерпного творчого натхнення, нових успіхів у Вашій благодійній діяльності, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя й затишку, довгих років радісного та щасливого життя.

Хай злагода буде, хай буде любов, Хай тисячу раз повторяться знов Хороші, святкові і пам'ятні дні, Хай сонце всміхається Вам у житті!
**Ректорат і профком ТНМУ
імені Івана Горбачевського**

