

МЕДИЧНА АКАДЕМІЯ

№ 21 (350)
ГАЗЕТА ЗАСНОВАНА 1997 РОКУ
12 листопада 2013 року



КОНТАКТИ

ВІДМІННИКИ НАВЧАННЯ

УКЛАДЕНО УГОДУ ПРО СПІВПРАЦЮ ІЗ САМАРКАНДСЬКИМ МЕДИЧНИМ ІНСТИТУТОМ

Упродовж 28-30 жовтня в ТДМУ імені І.Я. Горбачевського перебувала делегація Самаркандського державного медичного інституту (Узбекистан) у складі проректора з навчальної роботи, доц. Зафара Бабаджановича Курбаніязова та проректора з наукової роботи, доц. Шухрата Абдурасуловича Юсупова.

Мета візиту – налагодження співпраці між вищими медичними навчальними закладами щодо організації навчального процесу.

Велике зацікавлення у гостей викликала презентація можливостей Веб-порталу медуніверситету, що містить мультимедійні інтерактивні матеріали для підготовки студентів трьома мовами за усіма спеціальностями. До того ж завдяки Інтернет-технологіям ці ресурси можуть бути доступні для студентів дистанційно – з будь-якого віддаленого комп'ютера.

На завершення зустрічі ректор університету, член-кореспондент НАМН України, професор Л.Я. Ковальчук підписав угоду про міжнародну співпрацю із Самаркандським державним медичним інститутом.

Проректори Самаркандського медичного інституту мали також можливість



Анна САНДУЛОВИЧ навчається на другому курсі фармацевтичного факультету

Стор. 7



Під час зустрічі ректора ТДМУ, члена-кореспондента НАМН України, професора Леоніда КОВАЛЬЧУКА з проректорами Самаркандського медінституту Зафаром КУРБАНИЯЗОВИМ і Шухратом ЮСУПОВИМ

Під час зустрічі з ректором Тернопільського державного медичного університету, членом-кореспондентом НАМН України, професором Л.Я. Ковальчуком гостям представили особливості запроваджених у нашому ВНЗ інноваційних навчальних методик.

Ректор зазначив, що в основі запроваджених інновацій є міжнародний досвід, який викладачі нашого університету набули під час закордонних стажувань.

ознайомитися з особливостями організації навчального процесу та базами кафедр навчально-наукових інститутів фармакології, гігієни та біохімії, а також морфології.

Так, на кафедрі фармакології гості ознайомилися з використанням віртуальних навчальних програм. Особливий інтерес у делегації із Самарканду викликала методика ліній практичних навичок, яку вони планують у себе обов'язково запровадити. Гості також побували на кафедрах гігієни і екології та медичної біохімії.

Представників Самаркандського медінституту приємно вразили сучасні технічні можливості відеоконференцзв'язку та інтер'єр актові зали й відеоконференцзали.



ПЕРЕДПЛАТИТЬ ГАЗЕТУ НА 2014 РІК

МЕДИЧНА АКАДЕМІЯ

ВАША ГАЗЕТА!

ПЕРЕДПЛАТНА ЦІНА «МЕДИЧНОЇ АКАДЕМІЇ»:		ІНДЕКС 23292
на один місяць	- 9 грн 56 коп;	
на три місяці	- 28 грн 68 коп;	
на півроку	- 57 грн 36 коп;	
на рік	- 114 грн 72 коп.	Газету «Медична академія» можна передплатити в будь-якому відділенні зв'язку. Станьте її читачем!

НАДІЯ ГАВРИЛЮК: «ЛЮБЛЮ СВОЮ АЛЬМА-МАТЕР І ПИШАЮСЯ, ЩО НАВЧАЛАСЯ В ТДМУ»

За значні успіхи в науковій діяльності у 2012 році двоє торішніх випускників нашого університету, а нині – лікарі-інтерни Надія Гаврилюк і Микола Виваль нагороджені дипломами лауреатів премії НАМН України та Асоціації медичних вищих навчальних закладів України для студентів.

— Це знакова подія в моєму житті, — каже Надія Гаврилюк. — Дякую керівництву нашого університету, професорсько-викладацькому складу за знання, які отримала в ТДМУ ім. І.Я. Горбачевського — одному з найкращих медичних закладів України. Я люблю свою альма-матер, пишаюсь тим, що навчалася саме тут і прагну, щоб рідний університет пишався мною. Задля цього наполегливо працюватиму на ниві охорони здоров'я, допомагаючи людям здолати недугу, повертаючи їм найцінніше — здоров'я. Бо все інше без здоров'я нічого не варте.

Чому ви обрали медицину?

— Любов до медицини мені прищепив батько, знаний лікар і науковець. Старшокласницею я відвідувала гурток медицини Малої академії наук України й наполегливо вчилася, готуючись до вступу до ТДМУ. 2007 року зі срібною медаллю закінчила загальноосвітню школу та стала студенткою медичного факультету.

За час навчання ви зарекомендували себе здібною, наполегливою та працюючою студенткою, активно і в науково-дослідницькій діяльності.

— Так, навчалася на «відмінно»,

була членом студентського гуртка кафедри внутрішньої медицини №1 та №3. З 2008 року — член ради студентського наукового товариства ТДМУ, брала участь у науковій програмі «Студенська наука та профорієнтаційне навчання». З 2012 року почала працювати над науково-дослідницькою роботою на кафедрі клінічної імунології та алергології під керівництвом доктора медичних наук, професора І.Я. Господарського.

Торік і цього року брала

оцінку ще більше посилювала мою мотивацію до навчання, професійного зростання.

— Свою науково-дослідну роботу ви присвятили...

— Вивченню поширеності хелікобактерної інфекції при захворюваннях внутрішніх органів і гастроентерологічної патології, що є надзвичайно актуальною й важливою проблемою сучасності. Метою дослідження було виявлення шляхів поширення хелікобактерної інфекції при залученні сучасних методів дослідження, вивчення закономірностей її впливу на захворювання внутрішніх органів та апробацію ефективних методів лікування. Роботу виконала на базі гастроентерологічного відділення Тернопільської університетської лікарні. Для виявлення хелікобактеріозу використовувала сучасні високоінформативні імуноферментні методи та цитологічне дослідження. Це дозволило повною мірою оцінити поширеність хелікобактеріозу та методи ерадикації.

— Ваша робота отримала дуже гарні оцінки рецензентів. Прочитую: «автор самостійно здійснила літературний пошук за темою наукової роботи, опанувала методику, необхідні для реалізації завдань, та провела дослідження. Вона самостійно опрацювала отриманий матеріал, провела статистичну обробку результатів та аналіз, що дає підставу вважати, що викладені у роботі положення та висновки випливають з результатів про-

ведених досліджень». А що ще у вашому науковому доробку?

— Я є автором семи друкованих робіт. Крім того, результати досліджень за темою науково-дослідної роботи знайшли відображення у чотирьох друкованих наукових працях, які написані у співавторстві. Основні положення наукового дослідження оприлюднені на XIII, XIV та XV Міжнародному медичному конгресі студентів і молодих вчених (Тернопіль,

Сумах, та X Міжнародної медико-фармацевтичної конференції студентів і молодих вчених у Чернівцях. Була нагороджена дипломом III ступеня за доповідь у секції «Внутрішня медицина».

— Кажуть, справжній лікар не може дозволити собі чогось не знати й не перестав навчатися. Наступний крок у підвищенні кваліфікації — магістратура. Ви його зробили. Як цілеспрямованого та перспективного науковця,

який систематично працює над підвищенням свого наукового потенціалу, опрацює нову фахову літературу, журнали та інформацію в Інтернеті, володіє англійською мовою, бере участь в науково-практичних конференціях вас рекомендували для навчання в магістратурі.

— Так, зараз я лікар-інтерн загальної практики-сімейної медицини, навчаюся в магістратурі на кафедрі терапії та сімейної медицини факультету післядипломної освіти. У мене надзвичайно авторитетний науковий керівник — професор М.В. Гребеник. Вдячна долі й університету, де зустріла таких досвідчених наставників.

— Ваш улюблений крилатий вислів?

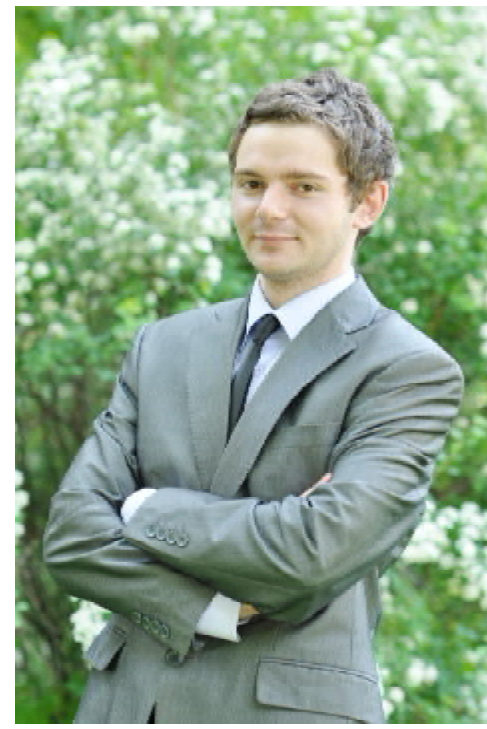
— Медицина воістину є найблагороднішим з усіх мистецтв. Це твердження належить «батькові медицини» — Гіппократу. Дійшовши до нас крізь століття, воно залишається актуальним.

Оксана БУСЬКА



Надія ГАВРИЛЮК

участь у II етапі Всеукраїнської олімпіади з імунології та алергології, нагороджена грамотами за високий рівень знань з цих дисциплін. Керівництво нашого університету рекомендувало мене на здобуття премії НАМН України та Асоціації медичних ВНЗ України для студентів вищих навчальних закладів. Це дуже почесно. Така



Микола ВИВАЛЬ

2009-2011 рр.), науково-практичній конференції «Здобутки та перспективи внутрішньої медицини: внутрішня патологія в акушерсько-гінекологічній клініці» (Тернопіль, 2011 р.).

Цього року я була учасником I міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні питання клінічної та практичної медицини», що відбулася в

ОГОЛОШЕННЯ

ВІДДІЛ ВИРОБНИЧОЇ ПРАКТИКИ ТЕРНОПІЛЬСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО МЕДИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ І.Я. ГОРБАЧЕВСЬКОГО ОГОЛОШУЄ КОНКУРС СЕРЕД СТУДЕНТІВ 4-го І 5-го КУРСІВ СТОМАТОЛОГІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ НА ПРОХОДЖЕННЯ ЗИМОВОЇ ВИРОБНИЧОЇ ПРАКТИКИ У РЕСПУБЛІЦІ ПОЛЬЩА, М. ВРОЦЛАВ (2 ТИЖНІ).

Вимоги до претендентів:

Обов'язковою умовою участі в

конкурсі є наявність сертифікату володіння англійською мовою не менше II рівня.

1. Успішне навчання (довідка з деканату про середній бал успішності за всі роки навчання, який не повинен бути нижче 8) — 20 балів;

2. Призові місця у Всеукраїнських олімпіадах зі стоматології — 20 балів;

3. Володіння польською мовою: I рівень — 20 балів, II рівень — 15 балів, III рівень — 5 балів (за результатами співбесіди);

4. Участь у програмах «Сту-

дентська наука та профорієнтаційне навчання», «Студент-майбутній фахівець високого рівня кваліфікації» (підтвердження документально) — по 20 балів за кожну програму;

5. Участь у наукових гуртках на клінічних кафедрах (підтвердження документально) — 10 балів;

6. Наявність друкованих наукових праць, де студент є одним з перших трьох співавторів — тези (по 2 бали за кожні тези), статті (по 7 балів за кожну статтю),

патенти (по 10 балів за кожен патент);

7. Участь у громадській та культурній роботі університету — 5 балів.

Заяву та відповідні документи подавати на ім'я керівника відділу виробничої практики студентів, доц. М.І. Марущак до 12 листопада 2013 року.

Добір кандидатів здійснюватиме комісія за співбесідою з курсантами і наступним відкритим голосуванням у складі:

Голова: доц. М.І. Марущак.

Члени комісії: проф. І.Р. Ми-

сула — перший проректор, проф. Я.П. Нагірний — декан стоматологічного факультету, доц. Н.Є. Лісничук — керівник відділу міжнародних зв'язків, асист. О.І. Лебідь — асистент кафедри дитячої стоматології, доц. І.А. Прокоп — доцент кафедри іноземних мов з медичною термінологією, асист. І.Д. Драч — асистент кафедри українознавства, У.І. Проць — студентка 4 курсу стоматологічного факультету, І.І. Пастернак — студент 5 курсу стоматологічного факультету.

Редактор **Г. ШИБАЛІНЧУК**
Творчий колектив: **Л. ЛУКАЩУК, О. БУСЬКА, П. БАЛЮХ**
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**

Засновники:
Тернопільський
держуніверситет
ім. І.Я. Горбачевського,
голове управління охорони
здоров'я облдержадміністрації

Видавець:
Тернопільський
державний медичний
університет
ім. І.Я. Горбачевського
Індекс 23292

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

Реєстраційне свідоцтво
ТР № 300 від 19.12.2000
видане
управлінням у справах
преси та інформації
облдержадміністрації

Газета виходить
двічі на місяць
українською мовою.
Обсяг — 2 друк. арк.
Наклад — 2000 прим.
Замовлення № 168

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

У «СТУДЕНТСЬКІЙ ДОБІ-2013» ПЕРЕМОГЛА КОМАНДА ТДМУ

Студенти Тернополя відстоювали честь своїх університетів у змаганнях у рамках освітнього проекту «Студентська доба-2013». Серед команд-учасниць була й збірна нашого університету, до складу якої увійшли студенти різних факультетів. Команда «Люди в білому» доклала максимум зусиль, щоб здобути перше місце серед тернопільських вишів. Боролися відчайдушно, часом втрачаючи надію, але зберігаючи оптимізм.

Змагання тривали в Українському домі «Перемога». Протягом 24-ох годин студенти ТДМУ, ТІСІТ, ТНТУ, ТК ТНТУ, ТКІ та ТНЕУ демонстрували свої здібності й вміння в інтелектуальних іграх, інтерактивних заходах тощо.

Наш університет представляла десятка кращих студентів, а саме:

1. Федюк Соломія — капітан команди, фармацевтичний факультет, IV курс.
2. Слободянюк Люба — фармацевтичний факультет, IV курс.
3. Чикита Анна — стоматологічний факультет, II курс.
4. Перевізник Дана — медичний факультет, II курс.
5. Кошарський Денис — медичний факультет, I курс.
6. Микитюк Анастасія — медичний факультет, I курс.
7. Шатнік Ярослав — медичний факультет, I курс.
8. Гураль Іра — медичний факультет, I курс.
9. Охотницька Вікторія — медичний факультет, I курс.
10. Герега Іван — медичний факультет, I курс.

Команда сформувалася за короткий час, об'єднавши навколо себе цілковито різних, але надзвичайно цікавих молодих людей, у яких була спільна мета — перемогти у проекті «Студентська доба-2013». У кожного представника збірної було своє завдання й кожен відчував відповідальність. Готувалися до зма-

гань усі разом: пропонували ідеї, доповнювали їх, критикували, сперечалися та знаходили оптимальний варіант. У всьому нам допомагав і підтримував Дмитро Андрощук, за що ми йому дуже вдячні. Найцікавішим етапом підготовки було створення відеопрезентації команди під назвою: «Чому саме ми?». Які лише креативні ідеї не народжувались! Це — і зйомка в морзі, і в підвалі анатомічного корпусу... Але перемогла версія «аніматорського відео» про життя студентів, яке відзняли самі ж студенти і не професійними відеокамерами, а простими мобільними телефонами. Допоміг нам втілити цю ідею в життя Олександр Шевчук.

«Готуючи презентацію своєї команди, мені не довелося щось вигадувати, аби довести що «Люди в білому» — найкращі. Адже саме наші учасники — найрозумніші, бо мало хто знає такі слова, як «бензодіазепінові препарати», «фенілетиламіни» та «дигідроліпацетилтрансфераза». Дівчата — найкрасивіші, бо кому не до вподоби симпатичні лікарки в білих халатах. Хлопці — найсміливіші (особливо гінекологи), бо шукають проблеми там, де інші шукають щастя. Ми знаємо про вас більше, ніж ви самі, бо найкраще «внутрішній світ людини» розкривається на операційному столі. Ми — все-сильні, одного разу готуючись до екзамену з латини, випадково ледь не викликали нечисту силу. Ми — найчесніші: дістаючи шприц на 10 кубів, переконуємо пацієнта, що це аж ніяк не боляче. Ми — креативні, бо на запитання: «Лікарю, мені треба терміново, до Нового року, скинути 15 кг! Що ви запропонуєте?» — не роздумуючи відповідаємо: «Ну... Можемо ногу ампутувати». У нас найбільш розвинене почуття гумору, це ми диктуємо рецепт: «... нарізаєш м'ясо, кладеш на пательню, смажиш, десь між другим і третім ступенем опіків, додаєш в нього овочі...». Гадаю після цього у Вас не ви-

никне сумнівів, що «Люди в білому» — найкращі. Ми впевнені, що сьогодні почуємо від журі: «Ви провокуєте викид фенілетиламінів у нашому мозку!» — саме так представила команду ТДМУ «Люди в білому» капітан Соломія Федюк. Демонстрація ж відеопрезентації викликала шквал сміху та оплесків в залі. Ми виступали першими і, чесно кажучи, навіть не очікували такої теплої та щирої атмосфери. А вже за годину наше відео з'явилося в Інтернеті під заголовком: «Відеопрезентація медичного університету, яка «порвала»

бравши вже в першому турі максимальну кількість балів (8 з 12, у той час, як інші команди отримали по 2-3 бали), команда чула здивовані запитання від своїх суперників: «Дівчата, що ви читаете? Де навчились так швидко думати?». Та, загартовані щоденними мудрами, студентки медичного лише загадково посміхались, не видаючи секрет свого успіху. Перемога знов була в наших руках!

«Студентська доба» — це надзвичайно насичені 24 години з життя студента, під час яких набирали стільки подій, пригод та



учасників «Студентської доби-2013р.». За представлення отримали максимальну кількість балів і, окрилені, рухалися вперед. Та фортуна не завжди була в кишені білого халату, іноді вона просто втікала з наших рук, як це сталося на дебатах, де нам присудили аж ніяк не найкращі бали. Але це лише додало завзяття та нагадало, що не час розслаблятися, бо лише в злагодженій роботі команди криється феномен успіху.

Наступним етапом була інтелектуальна гра «Що? Де? Коли?». Нашу команду представляли лише дівчата, щоб ще раз довести усім присутнім, що красиві голови теж вмють думати. На-

емоцій, скільки іншим не вдається пережити за тиждень, а то й за місяць. Ми не лише змагалися, демонстрували свій інтелект, сміялися, пили каву, ділилися канапками, знайомились, але й вчилися та набували досвіду.

На спеціальних тренінгах учасники дізналися про те, чому не варто виїжджати з файного міста від Володимира Шинке (керівник благодійного фонду сім'ї Шинке «З любов'ю та милосердям»), ким є молодь у сучасному інформаційному просторі — від Юлії Винокур (генеральний директор регіональної телекомпанії TV-4). Михайло Окаринський (політтехнолог, кандидат

наук, депутат міської ради, учасник програми «Депутат під ключ») навчав «студдівців» перетворювати подію в новину, а Іван Омелян (тренер з комунікацій, громадський діяч) пояснював премудрості комунікування всередині студентського середовища. Студенти, яких безпосередньо торкається молодіжна політика українського уряду, дискутували про різні її аспекти і про те, що, на їхній погляд, сприяє формуванню лідерів, а що — вербуванню партійних функціонерів. Було надзвичайно цікаво!

Атмосфера проекту поза курсами була надзвичайно доброзичливою та дружньою. Учасники встигли познайомитися один з одним, хвалили за вдалі виступи, жартували, обмінювалися думками та номерами телефонів. Особливою «родзинкою» ночі стала гра «Мафія». Зібравши навколо свого столу велику аудиторію, «Люди в білому» вражали присутніх своєю артистичністю та «залізною жіночою логікою», а ще — інтуїцією, притаманною, знову ж таки, нам, дівчатам.

Один з вирішальних конкурсів — «Представлення проектів». Команда ТДМУ «Люди в білому» блискуче впоралася із завданням, висвітливши проблему «Надання екстреної медичної допомоги в надзвичайних ситуаціях», і набрала найбільшу кількість балів серед інших команд.

Найбільш хвилюючим було очікування підсумків результатів змагання. Ми відчували солодкуватого-п'яний запах перемоги, який витав в повітрі, наші амбіції не давали нам спокою, а в очах кожного відбивався блиск кубка. Однак про перемогу не мовили вголос. Про неї лише думали, мріяли, вірили та сподівалися. І ось вона — довгоочікувана мить: переможцем «Студентської доби-2013» стає команда ТДМУ «Люди в білому»!!! Ми перемогли! Що відчували? Насамперед — гордість за наш університет, за свою команду. Хай це маленька перемога, але ми довели всьому місту, що наш університет — найкращий, тому що він зібрав у своїх стінах посправжньому талановитих та креативних студентів — майбутнє України.

**Анна ЧИКИТА,
студентка стоматологічного
факультету**

ОБ'ЄКТИВ



**Володимир БАЛІБРУХ,
студент стоматологічного
факультету (ліворуч);
Наталія ЗБРИЩАК, студентка
медичного факультету
(праворуч)**

Фото Павла БАЛЮХА



БЕЗПЕЧНІСТЬ ЛІКАРСЬКИХ ЗАСОБІВ – АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА ФАРМАКОТЕРАПІЇ

На базі Тернопільського державного медичного університету провели науково-практичну конференцію «Актуальні питання безпечного застосування ліків». Її зорганізувала кафедра фармакології з клінічною фармакологією за участі департаменту охорони здоров'я облдержадміністрації та Державної служби лікарських засобів у Тернопільській області.

У конференції взяли участь науковці Тернопільського державного медичного університету та інших ВНЗ, представники регіонального відділення Державного експертного центру МОЗ України, генеральний директор Тернопільського обласного виробничо-торгового аптечного об'єднання Ольга Зайцева, керівник Державної служби лікарських засобів у Тернопільській області Галина Криницька, лікарі закладів охорони здоров'я та провізори аптек різних форм

пропонували для обговорення широке коло актуальних питань сьогодення. Зокрема, надзвичайно важливими є дані щодо особливостей реалізації пілотного проекту з лікування гіпертонічної хвороби. З інформації, яку надала спеціаліст департаменту охорони здоров'я Лариса Матюк, стало відомо, що до виконання цього проекту залучено 598 лікарів різних спеціальностей, 210 закладів охорони здоров'я м. Тернополя та Тернопільської області, 390 аптек різних форм власності, в тому числі 128 – на фельдшерсько-акушерських пунктах і сільських амбулаторіях. На 2013 рік Тернопільській області виділили 4 млн. 347 тис 400 грн. на реімбурсацію (відшкодування вартості) виписаних хворим ліків. Протягом нинішнього року в рамках реалізації пілотного проекту вже виписали майже 360 тис. рецептів. У кожному лікувально-профілактичному закладі розроблено локальні протоколи з лікування артеріальної гіпертензії та гіпертонічної хвороби.

Про важливість координованих дій для успішної реалізації пілотного проекту мовив завідувач

мацію щодо споживання антибіотиків в амбулаторній практиці та в умовах стаціонару, висвітлює фармакоепідеміологічні питання, прослідковує обсяги продажу антибактеріальних препаратів у країнах Південної та Східної Європи, державах пострадянського простору. Доповідач підкреслила, що у багатьох країнах, в тому числі й в Україні, відсутні скоординована мікробіологічна мережа, державне фінансування подібних проектів, національні програми із стримування загрози антибіотикорезистентності, суспільства та уряди недостатньо оцінюють можливі наслідки її неконтрольованого зростання, антимікробна хіміотерапія призначається емпірично; незважаючи на те, що всі антибіотики належать до рецептурних засобів, будь-який препарат цієї групи можна вільно придбати в аптеках без рецепту, що абсолютно недопустимо і є головною причиною їх застосування задля самолікування; розповсюджене використання антибактеріальних засобів з нецільовою метою (тваринництво, птахівництво, побут та ін.).

на етапі післядипломної освіти, обмеження й заборона їх застосування у сільському господарстві, ветеринарії, харчовій промисловості, побутових продуктах.

Керівник Державної служби лікарських засобів у Тернопільській



Проректор з наукової роботи, інноваційних та комп'ютерних технологій професор Василь МАРЦЕНЮК

цього року видали 34 розпорядження про повну заборону обігу 47 серій 25 найменувань фальсифікованих лікарських засобів, з них – 11 серій чотирьох найменувань лікарських засобів з підозрою на фальсифікацію виявлено у Тернопільській області. Водночас доповідач підкреслила, що кількість фальсифікованих ліків у нашій країні є невеликою, чому сприяє досконала система контролю якості лікарських засобів на всіх етапах їх обігу: ввезення на територію України, виробництва, реалізації, медичного використання.

Доцент кафедри фармакології з клінічною фармакологією ТДМУ, співробітник регіонального відділення Державного експертного центру МОЗ України Олександра Олещук акцентувала на ролі протоколів провізора у безпечному використанні ліків, які належать до безрецептурної групи (ОТС-препарати). Чинним документом, що регламентує взаємодію провізора (фармацевта) з пацієнтом при відпуску ОТС-препаратів з метою уникнення неконтрольованого споживання лікарських засобів, є наказ МОЗ № 284 від 16.05.2011 р. «Про затвердження протоколів провізора (фармацевта)». Наказ містить 32 протоколи провізора (фармацевта), з яких: 20 протоколів стосуються симптоматичного лікування синдромів і симптомів, про які найчастіше повідомляють відвідувачі аптек і для яких найбільш повно представлені дані з фармакотерапії в інформаційних джерелах; 8 протоколів мають інформаційно-просвітницький характер та присвячені проблемам профілактики суспільно значущих захворювань, для боротьби з якими створені державні програми, і яким Всесвітня організація охорони здоров'я та Міжнародна фармацевтична федерація в своїх директивах і настановах приділяє пильну увагу та надає провізору (фармацевту) важливу роль у забезпеченні їх запобіганню (ВІЛ/СНІД, туберкульоз, тютюнопаління), чотирьох протоколів – рекомендації щодо формування аптек першої допомоги для службових приміщень, для подорожей, для немовлят, а також домашньої аптечки першої допомоги.

Забезпечення моніторингу за впровадженням в роботу аптечних закладів протоколів провізора (фармацевта) та належним їх використанням покладено на Державну інспекцію з контролю якості лікарських засобів МОЗ України. Відповідно до засад казової медицини передбачене їх регулярне поновлення.

Пропозиції щодо вищезазначених та інших важливих питань, вирішення яких сприятиме покращенню здоров'я українців, підвищенню безпечності та ефективності застосування лікарських засобів, організатори внесли у рішення конференції.

**Катерина ПОСОХОВА,
професор ТДМУ
Павло БАЛЮХ (фото)**



Заступник директора департаменту охорони здоров'я ОДА Лідія ЧАЙКОВСЬКА

власності м. Тернополя та області.

Конференцію урочисто відкрив проректор з наукової роботи, інноваційних та комп'ютерних технологій професор Василь Марценюк, який від імені ректора ТДМУ, члена-кореспондента НАМН України, професора Леоніда Ковальчука привітав учасників заходу, побажав їм плідної роботи, зупинився на головних досягненнях співробітників нашого ВНЗ у навчальній та науковій сферах, також наголосив на важливому внеску університету у реформування медичної галузі краю.

З вітальним словом від директора департаменту охорони здоров'я обласної державної адміністрації виступила його перший заступник Лідія Чайковська, яка підкреслила вагому роль викладачів ТДМУ в успішній реалізації завдань пілотного проекту Кабінету Міністрів України щодо запровадження державного регулювання цін на лікарські засоби для лікування гіпертонічної хвороби.

Учасники конференції у діловій та конструктивній атмосфері за-



Керівник Державної служби лікарських засобів у Тернопільській області Галина КРИНИЦЬКА

диспансерним кардіологічним відділенням Тернопільської університетської лікарні Валерій Павлов.

Завідувач кафедри фармакології з клінічною фармакологією ТДМУ, керівник регіонального відділення Державного експертного центру МОЗ України, професор Катерина Посохова у своїй доповіді зупинилася на сучасних проблемах застосування антибіотиків, підкресливши, що у наш час глобального наростання резистентності збудників інфекційних процесів до всіх існуючих антибактеріальних препаратів, появи продуцентів бета-лактамаз розширеного спектру дії, відбувається зростання рівня смертності від інфекційних процесів, значне погіршення результатів їх лікування та збільшення витрат на нього. Тому особливо важливим є дотримання правил раціонального застосування антибіотиків. Останнє десятиліття це питання активно порушує ВООЗ. Нині її Європейське бюро збирає інфор-



Завідувач кафедри фармакології з клінічною фармакологією ТДМУ, професор Катерина ПОСОХОВА

тацію щодо споживання антибіотиків в амбулаторній практиці та в умовах стаціонару, висвітлює фармакоепідеміологічні питання, прослідковує обсяги продажу антибактеріальних препаратів у країнах Південної та Східної Європи, державах пострадянського простору. Доповідач підкреслила, що у багатьох країнах, в тому числі й в Україні, відсутні скоординована мікробіологічна мережа, державне фінансування подібних проектів, національні програми із стримування загрози антибіотикорезистентності, суспільства та уряди недостатньо оцінюють можливі наслідки її неконтрольованого зростання, антимікробна хіміотерапія призначається емпірично; незважаючи на те, що всі антибіотики належать до рецептурних засобів, будь-який препарат цієї групи можна вільно придбати в аптеках без рецепту, що абсолютно недопустимо і є головною причиною їх застосування задля самолікування; розповсюджене використання антибактеріальних засобів з нецільовою метою (тваринництво, птахівництво, побут та ін.).



ІННОВАЦІЇ НА ТЕРЕНАХ СІМЕЙНОЇ МЕДИЦИНИ

Про справи на «первинно-му» фронті, зокрема, у Тернополі – у нашому матеріалі.

Спершу зазначимо, що Тернопільщина, хоч і не належить до пілотних областей, втім, активно впроваджує інновації, які приємно дивують. Влітку минулого року рішенням сесії Тернопільської міської ради створили Центр первинної медико-санітарної допомоги. У його структурі – 15 амбулаторій загальної практики-сімейної медицини у різних куточках міста.

– Кадровий потенціал центру формували із сімейних лікарів, дільничних терапевтів, які раніше працювали в міських лікарнях, – розповідає головний лікар Центру Микола Медвідь. – Крім цього, запровадили по дві посади лора, окуліста, хірурга та невропатолога, аби сімейні лікарі могли виконувати увесь комплекс лікувально-профілактичних заходів. Щоправда, в майбутньому вся мед-допомога на первинному етапі буде у компетенції сімейного лікаря, як це й передбачено відповідними наказами МОЗ України.

Для того, аби Центр став фундаментом всієї первинної ланки медичної галузі Тернополя, з міської скарбниці спрямували на зміцнення матеріально-технічної бази 1 млн. 280 тис. грн. За ці кошти закупили необхідне медичне обладнання, зараз уже придбали та реєструють два легковіки для потреб амбулаторій. Закупили гематологічні аналізатори, експрес-аналізатори сечі, глюкометри, зараз проводять інструктаж персоналу і днями ці апарати встановлять в амбулаторіях сімейного лікаря. Така апаратура пе-

Одним з магістральних напрямів розвитку охорони здоров'я є модернізація первинної медико-санітарної допомоги. Чітке розмежування рівнів медичної допомоги, зміна застарілих маршрутів пацієнта і як результат – ефективний, доступний, швидкий контакт із медиком на «первинці».

Створення центрів первинної медичної допомоги обов'язково має супроводжуватися розвитком мережі наближених до населення амбулаторій, які повинні отримати належне матеріально-технічне забезпечення, вважають у Міністерстві охорони здоров'я.

редбачена примірним табелем оснащення центрів первинної медико-санітарної допомоги. З цієї ж суми будуть виділені необхідні кошти на закупівлю комп'ютерного обладнання для автоматизації робочих місць. В кожній амбулаторії встановлять комп'ютер з виходом в Інтернет, у найближчих планах – запуск серверного центру. Усе це необхідно для того, аби створити електронний реєстр пацієнтів, що значно полегшить роботу медперсоналу та поліпшить якість надання медичних послуг. Це надзвичайно важливо, адже коли електронний реєстр працює, то куди б пацієнт не звернувся, у лікаря, який його прийме, буде вся інформація про історію його хвороби.

Як відомо, Міністр охорони здоров'я України Раїса Богатирьова нещодавно затвердила технічні завдання для створення централізованого електронного реєстру пацієнтів та комплексної системи захисту інформації у ньому. Отож персональні дані паці-

єнтів розміщуватимуть на серверному обладнанні МОЗ України, що дозволить централізовано забезпечувати контроль за їх збереженням.

Амбулаторія загальної практики-сімейної медицини



Людмила ІЩУК, завідувача амбулаторією

за номером 14 розташувалася у невеликому приміщенні неподалік загальноосвітньої школи, що на вул. Куліша. З персоналу тут три сімейні лікарі, три молодші медичні спеціалісти та одна молодша медсестра. За первинною медичною допомогою сюди звертаються мешканці двох вулиць – 15 Квітня та Куліша. Незважаючи на невелику кількість жителів, за кожним лікарем закріпили дві тисячі осіб – щодня треба відвідати 6-7 пацієнтів удома. Крім того, ще й прийняти людей в амбулаторії.

– Найбільше викликів маємо осінньо-зимової пори, – розповідає завідувача амбулаторією загальної практики-сімейної медицини №14 Людмила Іщук. – Багато зараз недужих із застудою, ГРВІ. Щоправда, здебільшого наші пацієнти – це люди, які мають проблеми із серцем, скар-

жаться на біль у суглобах, гіпертонію, головний біль. Часто навідується хворі на цукровий діабет, аби отримати консультацію. Нещодавно ми почали проводити експрес-діагностику вимірювання рівня цукру в крові, бо

увага до хворих з хронічними недугами – все це допомагає в боротьбі за здоров'я пацієнтів та мешканців, яких обслуговують.

Про затишок та чистоту закладу дбають усі в амбулаторії. Щойно переступаєш поріг, одразу відчуваєш теплу атмосферу. Тут усе, як у міні-поліклініці, – реєстратура, кабінет, в якому приймає лікар, маніпуляційна кімната, яка відповідає стандартам такого типу медичного закладу. Звісно, це заслуга всього колективу амбулаторії №14. Медичні сестри, яких зустріла того дня, Леся Підгайна, Іванна Хомко, незважаючи на свій молодий вік, досвідчені фахівці, до яких пацієнти йдуть за допомогою, бо впевнені, що довіряють своєму здоров'я висококваліфікованим спеціалістам.

Тернополяни задоволені роботою своїх медиків. Завідуюча Людмила Іщук – молодий лікар, але з досвідом та почуттям відповідальності за кожного пацієнта. 2008 року після закінчення Тернопільського медичного університету прийшла для проходження інтернатури у другу міську лікарню, згодом працювала сімейним лікарем у поліклінічному відділенні цього закладу.

Медицина стала для Людмили Юрївни справою її життя, бо ж продовжила славу сімейну традицію. Каже, що це професія, про яку з дитинства мріяла, будь-якої хвилини вона виручить. Почасти ж трапляється, коли друзі чи рідні хворіють – і добре якщо свій лікар удома, комусь пігулку призначить чи порадою слушно заспокоїть.

– Пригадую, як одного разу під час шестигодинного перельоту до США трапився прикрий випадок – чоловік, який сидів поруч, втратив свідомість, – розповідає пані Людмила. – Дружина сказала, що у нього цукровий діабет, а я надала першу допомогу за гіпоглікемічної коми. Коли літак приземлився, мій сусід почувався значно краще.

В амбулаторії не лише медичну допомогу нададуть, тут уміють також розрадити, поговорити, підтримати. Бо що найперше треба для недужого? Звісно, людська підтримка.

**Лариса ЛУКАЩУК,
Павло БАЛЮХ (фото)**



Микола МЕДВІДЬ, головний лікар центру первинної медико-санітарної допомоги

раніше для таких досліджень пацієнтів скеровували у поліклініку. Є необхідне обладнання, щоб зробити кардіограму тим, у кого серцево-судинні розлади. Загалом у нас на диспансерному обліку 840 осіб з гіпертонічною хворобою. З першого липня цього року в рамках всеукраїнського пілотного проекту з артеріальної гіпертензії ми виписали 624 рецепти на антигіпертензивні засоби пацієнтам з цією недугою. За словами пацієнтів, відшкодування коштів на ліки від гіпертонії, особливо останнім часом, коли знижки становлять 80-90 відсотків, є доволі суттєвою підтримкою у сімейному бюджеті. Особливо для пенсіонерів, малозабезпечених людей, інвалідів, «чорнобильців».

Те, що амбулаторія розташована неподалік дільниці, дуже зручно і для лікаря, і для пацієнта. Лікар не витрачає часу на перезди у міському транспорті, отож може приділити більше уваги хворому. А у пацієнта свої переваги, особливо, коли він поважного віку чи людина з інвалідністю – не потрібно висиджувати у чергах у поліклініці.

Захворювання в амбулаторії №14 намагаються виявляти на ранніх стадіях, постійно займаються профілактичною роботою. Диспансеризація мешканців, санпросвітницька робота, пильна



(Зліва направо): медичні сестри **Леся ПІДГАЙНА, Іванна ХОМКО, медреєстратор Тетяна КОЛЕСНИК**

ЯК НЕ ЗАСТУДИТИСЯ ДОЩОВОЇ ПОГОДИ

Щоб залишатися здоровим навіть у непогожі дні, слід дотримуватися кількох нескладних правил.

По-перше, прийшовши мокрим з вулиці, слід переодягнутися в сухий одяг. Якщо є можливість, прийняти гарячий душ.

По-друге, рекомендують випити гарячого чаю з лимоном – це допоможе зігрітися, а лимон, що містить вітамін С, підвищить загальний опір організму.

По-третє, потрібно збалансувати свій раціон – для цього необхідно повноцінне вітамінізоване харчування. Також корисні фізичні навантаження, наприклад, зарядка вранці або відвідування спортзали.

Виконуючи ці прості рекомендації, можна легко захистити себе від хвороб.

ЯК ВИЗНАЧИТИ СЕРЦЕВИЙ НАПАД У ДОМАШНІХ УМОВАХ

Восени дедалі більше збільшується кількість дзвінків у «швидку» від людей, що скаржаться на серце.

Співробітники шпиталю Генрі Форда з'ясували, який зв'язок між тривалістю болю та серцевим нападом. Якщо біль у грудях триває менше 5 хвилин, то це хтозна чи серцевий напад.

Хоча ЕКГ і маркери кардіологічних проблем в крові важливі з точки зору оцінки ризику серцевого нападу, вони не гарантують 100% точність діагнозу. Тому додаткові параметри на-

чебно тривалості болю можуть прояснити ситуацію.

З 426 пацієнтів, чії дані врахували в дослідженні, у 38% був серцевий напад (за час спостережень середня тривалість болю у них складала 120 хв., у решти – 40 хв.). У пацієнтів з болями менше п'яти хвилин не спостерігалися серцеві напади та випадки смерті протягом 30 днів обстеження.

ВІДАЄТЕ?

ДЕНЬ КОЗАЦЬКОЇ СЛАВИ В УНІВЕРСИТЕТІ

Знання свого родоводу, історичних та культурних надбань предків необхідні не лише для виховання національної гідності, а й для використання кращих традицій у сучасному нашому житті. Українці мають усі підстави пишатися своєю історією.

зацьких розвагах взяли участь три команди.

Ведучими й організаторами дійства були Богдан Куліковський та Тарас Яцунський. Допомога у підготовці заходу Антон Года. Судило ж змагання справедливе та невідкупне журі (ко-

шоша канцелярія). До його складу увійшли: Олександра Михайлівна Олещук (голова журі), Дарія Володимирівна Козак, Наталія Олегівна Давибіда, Сергій Васильович Бондаренко, Володимир Васильович Шафранський.

і витривалість. Найсильнішими виявилися Григорій Боднарчук і Назар Шолян. Цих хлопців не зміг перевершити ніхто й завдяки їм у цьому конкурсі перемогла команда стоматологів.

У змаганнях «Втеча козаків з полону» першою впоралося із завданням команда медичного факультету, не набагато відстали фармацевти та стоматологи.

«Армреслінг» показав, що найсильніші руки – у медиків: Сергій Яремко двічі отримав пе-

нова, Ярина Турко, дуєт Ольги Николін та Анни Кузишин, тріо у складі Зоряни Сабат, Наталі Шастків і Людмили Папінко. Завершило концертну програму тріо у складі Мар'яни Пелехатої, Наталі Довбенко та Оксани Кіндрацької.

Дружні оплески залу підбадьорували та заохочували наших козаків до перемоги

Підбивши підсумки змагань, справедливе журі присудило І місце команді медичного факультету,



КОШО ВА
КАНЦЕ ЛЯРІЯ

Наша Батьківщина не раз переживала найважчі випробування, коли гинули сотні й тисячі її вірних доньок і синів, і знову відроджувалася з руїн, виховувала нові покоління закоханих у рідну землю лицарів правди та волі. Нині великої ваги набуває відродження українського козацтва. Та чи в нашому університеті не перевелися лицарі правди і волі? Чи не зачухали наші хлопці, сидючи за комп'ютерами або з «мобілками» в руках? Чи не загубили силу духу в нетрях Інтернету? Чи є серед нас козаки? Це ми перевірили на змаганнях «День козацької слави», які відбулися на базі спортивного корпусу університету. В ко-



На команди чекали важкі та цікаві випробування, в яких треба було продемонструвати не лише силу й швидкість, але й кмітливість, витривалість, синхронність та злагодженість дій. Для прикладу, команда фармацевтів так злагоджено бігала залом, що зайняли І місце в конкурсі «Сороконіжка».

Наступним випробуванням стало «Штовхання пудової гирі», де козаків перевіряли на дужість



ремогу. А от під час перетягування ланки на висоті виявилися стоматологи, які вибороли першість не лише серед своїх ровесників, а й перемогли збірну команду викладачів, продемонструвавши всю силу й злагодженість своєї команди.

Протягом свята глядачів розважали піснями талановиті студенти університету: Олена Тума-

тету, другими стали стоматологи, а третіми – фармацевти. Студенти-медики надзвичайно раді, що отримали кубок, адже протягом останніх двох років перемогли стоматологи.

Анна ЧИКИТА,
студентка,
Микола МОЧУЛЬСЬКИЙ
(фото)

АННА САНДУЛОВИЧ: «МОЄ ПОКЛИКАННЯ – ФАРМАЦІЯ»

Анна Сандулович навчається на другому курсі фармацевтичного факультету. Розповідає, що майбутній фах обрала ще старшокласницею.

— Першим медиком у нашій родині є бабуся. Вона медсестра, а ще — авторитетний масажист. Здається, бабуся відчуває біль людини руками, які в неї дуже чутливі. І вправні. Пацієнти завжди дякують бабусі та кажуть, що після масажу почуваються набагато краще. З дитинства запам'яталося: багато батьків приводили на масаж свої діточки і бабуся в буквальному розумінні ставила їх на ноги.

Що буду медиком, вирішила у 8 класі. У школі любила хімію, біологію, тож коли постало питання про моє подальше навчання — обрала фармацевтичний факультет ТДМУ ім. І.Я. Горбачевського. Лікарем я, напевно, не змогла б стати, бо змалку боюся крові. Щоб бути лікарем — потрібен особливий талант, покликання... А моє покликання — фармація. І це не

менш відповідально, бо професія фармацевта вимагає знання не лише медичних і фармакологічних дисциплін, а й також основ маркетингу, економіки, психології, і, звісно, уваги, терпіння, зосередженості... Наразі я ще тільки пізнаю всі тонкощі свого майбутнього фаху. Дуже подобається мені фармацевтична ботаніка, хоча в школі ботаніку та біологію не надто любила, але заняття в університеті зі шкільними не зрівняти. А ще, як і раніше, люблю хімію.

Вдячна викладачам за дуже насичені, цікаві лекції, за можливість отримати не лише глибокі теоретичні знання, а й практичні навички. Що підготовка кадрів у нашому університеті на високому рівні, переконатися вже під час літньої практики. Проходила її в одній з аптек в рідному Червонограді на Львівщині. Це була аптека, де виготовляють лікарські засоби. Виготовляють власноруч, старші колеги допомагали. Під час практики вета шрденник, куди в хронологічній послідовності записувала всі дані про виконану роботу. До реці,

практика поділялася на дві частини: перша була з економіки та управління фармацією, друга з технології виготовлення ліків. Захистила обидві на «відмінно».

— Як провели канікули?

— Тиждень відпочивала на Шацьких озерах. Зачарував Світязь. Це справді цар-озеро, найглибше в Україні. Хто хоч раз побував тут, знову мріятиме скупатися в його прозорих водах.

— Пам'ятаєте, як писала Ліна Костенко: «Я хочу на озеро Світязь, в туман таємничих лісів. Воно мені виникло звідкись, у нього сто сот голосів. Воно мені світить і світить, таке воно в світі одне ...»

— Справді, одне. Місцеві мешканці стверджують, що світязька вода багата на гліцерин і срібло та що колись її діджами возили до Варшави, де столичні красуні приймали косметичні ванни. Надзвичайно позитивні враження подарували також відвідини



Львова. Після літа новий навчальний рік розпочала з гарним настроєм. Була дуже рада знову побачити своїх однокурсників, викладачів. Мені пощастило: наша група дуже дружна й взаємини у нас теплі, товариські, що теж сприяє успішному навчанню.

З нами вчаться двоє іноземців — дівчина з Росії і хлопець з Мароко. Приємно, що дедалі більше студентів з інших країн, зацікавлених в отриманні доброї освіти, для навчання обирають саме ТДМУ. Якби мені довелося ще раз обирати професію і ВНЗ, я б знову вступала до нашого університету.

— Яке заняття обираєте на дозвіллі?

— Я закінчила художню школу й коли маю вільний час — маю. Відпочиваю також, читаю художню літературу. Остання книжка, яку прочитала і яка мені дуже сподобалась, — «Алхімік» Пабло Коельо. Це роман-притча, дуже глибокий та водночас простий. «Коли ти чогось забажаєш дуже сильно, весь Всесвіт допомагає тобі досягнути цього», — пише автор. Такі думки надихають.

— Які ваші плани на майбутнє?

— Успішно закінчити університет, працювати за фахом...

— Працювати в аптеці?

— Можливо, бо треба з чогось починати, та, якщо відверто, хочеться більшого. Вища фармацевтична освіта, здобута в ТДМУ, відкриває гарні перспективи, по суті, в усіх сегментах фармакології.

**Оксана БУСЬКА,
Павло БАЛЮХ (фото)**

ЮВІЛЕЙ

8 листопада відзначає ювілейний день народження доцент кафедри нормальної фізіології Неоніла Євгенівна ЗЯТКОВСЬКА.

Вельмишановна Неоніло Євгенівно! Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви здобули вищу медичну освіту, а згодом, після 4-х років лікарської роботи, успішно пройшли понад 27-літній трудовий шлях: спочатку молодшого наукового співробітника госпдоговірної наукової теми, старшого лаборанта, асистента, а в останні понад 10 років — доцента кафедри нормальної фізіології.

Колектив університету глибоко поважає та щиро шанує Вас як науковця, досвідченого педагога й вихователя студентської молоді за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм,



сумлінне виконання своїх службових і громадських обов'язків, зокрема, секретаря центральної методичної комісії університету.

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

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

**Ректорат ТДМУ
імені І.Я. Горбачевського**

9 листопада відзначає ювілейний день народження лаборант кафедри ортопедичної стоматології ТДМУ Галина Володимирівна УГРИН.

Вельмишановна Галино Володимирівно!

Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви успішно пройшли майже 30-літній трудовий шлях: спочатку препаратора кафедри терапії, кафедри кардіології, лаборанта кафедри фізвиховання, кафедри військової та екстремальної медицини, бібліотекаря, а в останні 6 років — лаборанта кафедри ортопедичної стоматології; виконували одну з найважливіших ділянок роботи — організаційного забезпечення навчального процесу, проведення висококваліфікованих наукових досліджень.

Глибоко поважаємо й шануємо Вас



за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових обов'язків.

Ваші порядність, працелюбність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки і є прикладом для наслідування.

Бажаємо Вам, вельмишановна Галино Володимирівно, міцного здоров'я, нових успіхів у Вашій благородній діяльності, людського тепла, душевного спокою, добробуту, родинного благополуччя та затишку, довгих років радісного й щасливого життя.

Нехай не згасає молодість душі, бадьорий настрій, невичерпний оптимізм, щедро колоситься Ваша життєва нива!

**Ректорат ТДМУ
імені І.Я. Горбачевського**

24 листопада відзначає ювілейний день народження ветеран ТДМУ Ольга Михайлівна ЛАГОЙКО.

Вельмишановна Ольго Михайлівно! Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!



У стінах університету Ви успішно пройшли понад 25-літній трудовий шлях лаборанта та старшого лаборанта кафедри соціально-політичних наук, виконували в а л и одну з найважливіших ділянок роботи — організаційного забезпечення навчального процесу.

Глибоко поважаємо й шануємо Вас за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових обов'язків.

Ваші порядність, працелюбність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки і є прикладом для наслідування.

Бажаємо Вам, вельмишановна Ольго Михайлівно, доброго здоров'я, людського тепла, душевного спокою, добробуту, родинного благополуччя та затишку, активного й щасливого довголіття.

Нехай не згасає молодість душі, бадьорий настрій, невичерпний оптимізм, щедро колоситься Ваша життєва нива!

**Ректорат ТДМУ
імені І.Я. Горбачевського**

ОПТИМІЗАЦІЯ ТЕХНОЛОГІЧНИХ ПРОЦЕСІВ СТВОРЕННЯ ЛІКАРСЬКИХ ПРЕПАРАТІВ

У конференції взяли участь провідні спеціалісти й науковці фармацевтичної галузі України, Німеччини та Польщі, які розповіли про результати своїх наукових досліджень у галузі нанотехнологій, створення препаратів з контрольованим вивільненням лікарських речовин, виробництва фітопрепаратів, а також екстемпоральної рецептури лікарських і косметичних засобів. По суті, всі вищі навчальні заклади, де діють фармацевтичні факультети, були представлені на конференції. Її учасниками були також спеціалісти — представники підприємств-виробників ліків, практичної фармації.

Загалом у роботі конференції взяли участь 186 осіб, серед яких — проректор з науково-педагогічної роботи та впровадження новітніх технологій ТДМУ ім. І.Я. Горбачевського, професор В.П.

«Науково-технічний прогрес і оптимізація технологічних процесів створення лікарських препаратів» – такою була тема 5-ї науково-практичної конференції з міжнародною участю, що відбулася в конгрес-центрі навчально-оздоровчого комплексу «Червона калина». Її провели колективи кафедр управління та економіки фармації, фармакогнозії з медичною ботанікою, технології ліків фармацевтичного факультету та післядипломної освіти ТДМУ. Очолили ж роботу форуму проректор з наукової роботи, інноваційних та комп'ютерних технологій ТДМУ, професор В.П. Марценюк, завідувач кафедри управління та економіки фармації ТДМУ, професор Т.А. Грошовий, завідувач кафедри організації та економіки фармації Національного фармацевтичного університету (м. Харків), професор А.С. Немченко, завідувач кафедри кафедри фармакогнозії з медичною ботанікою ТДМУ, професор С.М. Марчишин, завідувач кафедри фармації факультету післядипломної освіти ТДМУ, професор Л.С. Фіра.

З вітальним словом до учасників пленарного засідання звернувся проректор з наукової роботи, інноваційних та комп'ютер-

вितку клінічної фармації в Україні. Ще один представник цього ВНЗ — професор Б.П. Громовик цікаво висвітлив тему «Аси-

хідних тіазоло[4,5-b]піридин, що проявляють протизапальну активність.

На секційних засіданнях обговорили теми оптимізації фітохімічних досліджень, створення та аналізу лікарських засобів, фармакологічні дослідження біологічно активних речовин. Йшлося й про оптимізацію технологічних процесів створення лікарських препаратів та оптимізацію лікарського обслуговування амбулаторних і стаціонарних хворих. Розглянули менеджмент та маркетинг у фармації, зупинилися на оптимізації фармакоекономічних досліджень, інформаційних технологіях та автоматизації наукових досліджень.

У засіданні секції «Оптимізація технологічних процесів пошуку та створення лікарських засобів, фітохімічних досліджень й аналізу лікарських засобів. Фармакологічні дослідження біологічно активних

речовин» взяли участь представники Львівського національного університету імені Данила Галицького, Івано-Франківського національного медичного університету (делегацію очолив завідувач кафедри фармації, професор А.Р. Грицик), Національного університету харчових технологій, Інституту фармакології та токсикології НАМН України, Держлабораторії з контролю якості лікарських засобів ДУ «ІФТ НАМНУ» Національного ботанічного саду НАН Украї-

ни ім. М.М. Гришка, Національного фармацевтичного університету (м. Харків), Люблінського медичного університету (Польща) та ТДМУ. Учасники засідання заслухали й обговорили 10 доповідей та повідомлень, що стосуються різних аспектів вивчення складу, аналізу, фармакологічної активності і стандартизації ЛРС та створення, виробництва, стандартизації ГЛЗ на її основі.

У центрі уваги були також питання розробки складу та технології пігулок з наночастинками срібла (доцент С.Б. Білоус, м. Львів), визначальних чинників розкладу засобів для перитонеального діалізу (доцент Н.І. Гудзь), перспективи використання промислових відходів фітохімічних виробництв (І.В. Павлюк, м. Львів). Всі ці теми є дуже актуальними.

Л.Л. Давтян (м. Київ), В.В. Могилюк, А.М. Дашевський (м. Берлін) представили результати досліджень з розробки матричних таблеток триметазину дигідрохлориду з пролонгованим вивільненням, а також стоматологічні м'які лікарські форми пролонгованої дії, виконані в рамках співпраці науковців України та Німеччини.

Після обговорення стендових доповідей учасники конференції ухвалили резолюцію. Рекомендовано:

- активізувати дослідження з фармацевтичної розробки фітопрепаратів і біологічно активних добавок різної фармакологічної активності;

- фармакогностичні і фармакологічні дослідження здійснювати у комплексі з технологічними з метою оптимізації процесу створен-



Світлана МАРЧИШИН, професор ТДМУ

Марценюк, радник міністра охорони здоров'я України з питань фармації К.О. Косяченко, народний депутат України 5 скликання, завідувач кафедри організації та економіки фармації Національного медичного університету ім. О.О. Богомольця професор М.Л. Сятиня, завідувача кафедри організації економіки фармації Національного фармацевтичного університету професор А.С. Немченко, завідувач кафедри клінічної фармації Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, професор А.Б. Зіменковський, завідувач кафедри організації економіки фармації Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, професор Б.П. Громовик, завідувач кафедри організації та економіки фармації Національної медичної академії післядипломної освіти ім. П.Л. Шупика, професор В.В. Трохимчук, делегати з Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, Буковинського державного медичного університету, Івано-Франківського національного медичного університету та ін. Були присутні й представники практичної фармації.



Алла НЕМЧЕНКО, професор (м. Харків)

них технологій, професор В.П. Марценюк.

Професор А.С. Немченко (Національний фармацевтичний університет) у своєму виступі привернула увагу присутніх до ак-



Людмила ФІРА, професор ТДМУ

метрія інформації: фармацевтичний погляд».

У рамках форуму відбулося засідання завідувачів кафедр організації та економіки фармації, на якому виступили: доктор фармацевтичних наук Ю.В. Левачкова (Національний фармацевтичний університет), доцент Н.В. Кучеренко (Луганський державний медичний університет) О.В. Кленіна (Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького). Йшлося про розробку технології нової лікарської форми в аптечних умовах — двохарових супозиторіїв, про регуляторні питання національного фармацевтичного ринку, моделювання 3 D фармакофорів по-



Тарас ГРОШОВИЙ (у центрі), професор ТДМУ зі студентами



Юлія ЛЕВАЧКОВА, доктор фармнаук (м. Харків)

туальних організаційно-економічних напрямків розвитку вітчизняної фармації, охопивши науку, практику та освіту. Професор А.Б. Зіменковський (Львівський національний медичний університет ім. Данила Галицького) зосередив увагу на сучасному стані роз-

робки технології нової лікарської форми в аптечних умовах — двохарових супозиторіїв, про регуляторні питання національного фармацевтичного ринку, моделювання 3 D фармакофорів по-



ня ГЛЗ на основі біологічно активних речовин ЛРС.

Неабияке зацікавлення в учасників форуму викликала виставка продукції фірми «Артерія Медіка» та новинки видавництва «Укрмедкнига».

Після завершення роботи конференції її учасники здійснили цікаву екскурсію Тернопільщиною, відвідавши Почаїв, Зарваницю, побували також на Рівненщині (озеро святої Анни).

Оксана ТРИГУБЧАК, доцент кафедри управління та економіки фармації

ПЛОСКОСТОПІСТЬ ТА ЇЇ НАСЛІДКИ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

(Продовження. Поч. у № 20)

Стопу треба розглядати у взаємодії «стопа – нижня кінцівка – хребет». В опорних структурах тіла кожен розміщений вище суглоб залежить від нижчого й навпаки. Захворювання стопи можуть стати причиною асиметрії всього тіла. Коли стопа не в змозі достатньо амортизувати відштовхувальні прискорення, вони проходять вгору скелетом аж до голови та травмують мозок, спричиняючи постійний головний біль. Якщо цю проблему часом не визначити, організм не спроможний забезпечити нормальний рух і сам береться виправляти ситуацію. Мозок, пристосовуючись до підвищених навантажень, буде змушений «перерозподіляти навантаження» та шукати собі додаткову опору задля чого й створить дугоподібну пружину з власного хребта. Так виникає постійний супутник плоскостопості – сколіоз (викривленням хребта у боковій площині з розворотом хребців навколо своєї вертикальної осі, що призводить до функціональних порушень у роботі органів грудної клітки, а також до косметичних дефектів), який з часом переходить у кіфосколіоз (викривлення хребта з подальшим утворенням невеликого горба), а також нерідко починається розвиток варикозного розширення вен. До речі, варикоз дуже часто стає супутником плоскостопості. Наслідком плоскостопості можуть стати хронічні остеохондрози (комплекс дистрофічних порушень у суглобових хрящах будь-якого суглоба, але здебільшого уражаються міжхребцеві диски), грижі міжхребцевих дисків і радикуліт. У важких випадках за відсутності лікування може виникнути важке хронічне захворювання – остеоартроз (дегенеративно-дистрофічне захворювання суглобів, причиною якого є ураження хрящової тканини суглобових поверхонь). А це – перша сходинка на тернистому шляху до інвалідності. З часом у тих, хто страждає на плоскостопість, часто до списку хвороб додаються запалення менісків колінних суглобів. Крім вже зазначених проблем із суглобами ніг і хребтом, плоскостопість може стати причиною інших патологічних станів, які не є небезпечними, але істотно знижують якість життя. Це можуть бути: так звана п'ятова шпора – захворювання підшовного апоневрозу; поява тріщин у шкірі п'ят; неврома Мортонна (доброякісна пухлина оболонки загального пальцевого нерва стопи, яка супроводжується пекучим і стріляючим болем в ділянці стопи, онімінням та іншими ненормальними відчуттями в пальцях стопи, що посилюються при пе-

рекаті стопи), в 90 % випадків вона виникає через плоскостопість і спостерігається навіть у молодих жінок 20-25 років. Також утворюється кісточка біля великого пальця (початковий симптом так званої вальгусної стопи – захворювання, при якому викривляється плюсново-фаланговий суглоб першого пальця та деформуються решта пальців). Унаслідок плоскостопості можуть розвиватися, наприклад, синдром тарзального каналу (стискання великогомілкового нерва, що проявляється болем в стопі та пальцях), компресійні радикулопатії (стискання нервових корінців хребта, які супроводжуються болем у спині) і т.п. У тих, хто потерпає від плоскостопості, часто утворюються мозолі та різновид мозолів – натоптиші.

До групи ризику розвитку плоскостопості належать:

- ті, які мають спадкову схильність;
- особи з підвищеною масою тіла, яка може відбуватися з різних причин (вагітність, ожиріння тощо);
- люди, чия професія пов'язана з тривалим стоянням на ногах (хірурги, перукарі, вчителі, продавці, кухарі, офіціанти та інші);
- професійні спортсмени (бігові та стрибкові види спорту) та танцюристи;
- ті, які хворіють на рахіт, поліомієліт та цукровий діабет;
- люди з низькою руховою активністю.

Профілактика плоскостопості. У дітей профілактика плоскостопості на самих ранніх етапах полягає у своєчасному недопущенні, а при виникненні – у повноцінному лікуванні рахіту, патології центральної нервової системи, зміцненні м'язів і сумково-зв'язкового апарату нижніх кінцівок за допомогою гімнастики та масажу. Необхідно проводити загальне загартовування організму, виховувати у дітей правильну поставу, вже з дитинства треба формувати правильну ходу – навчити ходити, не розводячи занадто широко носки стоп. Необґрунтованим є прагнення батьків рано навчати дітей стояти та ходити. Не потакати прагненню дівчаток-підлітків до раннього носіння взуття на високих підборах, а також з дуже вузьким носком. При носінні такого взуття відбувається перевантаження переднього відділу стопи. В ділянці голівок плюсневих кісток недостатньо зміцнілі ще зв'язки не можуть витримати надмірного навантаження, що призводить до їх перерозтягнення і повного ослаблення. Як наслідок – у дівчаток розвивається так звана

поперечна плоскостопість з відхиленням 1-го пальця стопи назовні, що супроводжується підвищенням у першому плюсново-фаланговому суглобі та, відповідно, появою значного болю. Це змушує вже носити взуття на 2-3 розміри більше. Лікування вираженого відхилення 1-го пальця назовні стає можливим уже лише оперативним методом. Пізніше і для здорових дітей, починаючи з року до трьох, коли дитина стає на ноги, важливим стає носіння при ходьбі раціонального взуття. Це взуття, яке щільно охоплює, але не стискає ногу, із жорстким задником, що фіксує п'яту у правильному положенні, підбори з висотою 0,3-0,5 см, підшва повинна давати можливість перекату стопи при ходьбі. Здоровим дітям до семи років теж необхідно взуття з невеликими підбо-

рама (до 1 см) і можливістю перекату. Задник може бути вже і м'яким. Нині сучасне взуття для малюків часто представлене туфельками на «шпильках», капцями на абсолютно плоскій підшві. Носики взуття роблять від занадто тупих до надто завужених. Інша крайність – сучасні кросівки: настільки пружні при ходьбі та бігу, що цілковито звільняють від цієї функції стопу, і вона, як і будь-яка м'язова конструкція, починає «лінуватися». Сучасне взуття, що виготовлене без дотримання гігієнічних вимог, радше потішить власне марнославство батьків, зате цілком ймовірно «нагородить» їхню дитину плоскостопістю. Справжнє ортопедичне взуття повинно мати:

- устилки-супінатори, що сприяє формуванню правильного склепіння стопи;
- високий задник дитячого взуття, який дістає до кісточок або закінчується навіть вище них, щоб надійно зафіксувати стопу та гомілковостопний суглоб;
- стійку широку підшву і підбори, так званий ортопедичний каблук Томаса. Він продовжений зсередини для підтримки стопи в середньому відділі та

поглинання ударних навантажень при бігу асфальтним або бетонним покриттям та іншими твердими поверхнями;

– застіжки на передній частині взуття з великим розкриттям, полегшують надягання взуття дитині. Щоб ніжки малюка могли дихати, а влітку в такому взутті йому було не душно, взимку ж не холодно, то для виготовлення якісного дитячого ортопедичного взуття у верхньому покритті та й зсередини використовують лише натуральні матеріали – шкіру або замшу.

Як і будь-яка інша м'язова функція, формування пружного зводу стопи потребує розвитку та тренування. Найкраще для цього годиться «життя босоніж». Але ходити босоніж чи у шкарпетках по підлозі та інших твердих поверхнях дітям дошкільного віку шкідливо. Бажано, щоб

піддається тиску маси тіла. І навіть якщо у малюка не спостерігається ознак рахіту, треба не забувати, що плоскостопість може бути ще одним наслідком дефіциту кальцію в організмі. Тому потрібно, щоб у щоденному раціоні дитини було достатньо багатих на фосфор і кальцій продуктів. Треба дбати й про достатню кількість сонячних ванн влітку та профілактично давати їй вітамін Д₃ зимою пори.

Профілактика плоскостопості у дорослих. Виходячи з того, що причинами захворювання можуть послужити, як недолік, навантаження на ноги, так і перенавантаження, треба зміцнювати м'язи стоп, постійно тренуючи їх. Цьому сприяє регулярна ходьба босоніж по траві, дрібнокамінню, піску, дрібній гальці, нерівних поверхнях. Дуже корисні стрибки на батуті. Відсутність таких тренувань призводить до ослаблення м'язів стопи, які не будуть утримувати її в правильній формі.

Жінкам не слід зловживати модельним взуттям на високих підборах, їх без шкоди здоров'ю можна носити 2-3 години двічі-тричі на тиждень, чергуючи з носінням взуття на нижчих підборах – висотою від 2 до 5 см. Тісне або навпаки занадто вільне взуття може стати причиною серйозних захворювань. Але і до кросівок звикати не слід, адже вони роблять ходу жінок непривабливою. Найкраще вибирати черевички з підборами середнього розміру. Тоді буде і зручно, і хода буде красивою. Полегшити життя ногам допоможе правильно підібране за розміром взуття та спеціальні устилки-супінатори (рекомендовані лікарем-ортопедом), які будуть амортизувати ходу. Лікаря-ортопеда не радять довго носити взуття на плоскій підшві. Корисніше використовувати взуття з невисокою, легкою платформою чи каблучками висотою 3-5 сантиметрів.

Обов'язково слід давати ногам відпочинок, робити масаж, користуватися спеціальними кремами для втомлених ніг. Увечері корисні теплі ванни – вони знімають втому, поліпшують кровопостачання та відтік лімфи. На доповнення до куплених супінаторів слід вибрати та виконувати спеціальні вправи для зміцнення м'язів стопи й голімки. Профілактично можна проводити курси фізіотерапії для стоп: магнітне поле, водні процедури, грязьові аплікації тощо.

Контроль за належною масою тіла є теж дуже потрібним профілактичним заходом.

**Костянтин ПАШКО,
Галина КРИЦЬКА,
доценти кафедри загальної
гігієни та екології**

ДАЛІ БУДЕ



ТУТ ДЖЕРЕЛО, ТУТ КОЛИСКА УКРАЇНСЬКОГО ЕСПЕРАНТО

У м. Коломия Івано-Франківської області відбулася науково-практична конференція «Роль часопису «Ukraina Stelo», його редактора О. Кузьми в популяризації української історії, літератури й культури в світлі та ідей міжнародної мови есперанто в Галичині».

Мовлячи в історичному сенсі, про розвиток есперанто у Західній Україні на початку ХХ століття, не можна обминути постать Михайла Юрківа. Саме тому доповідь, з якою виступив на заході, мала заголовок «Орест Кузьма – однодумець Михайла Юрківа». Ці дві особи пов'язані між собою нерозривно, тим більше, розглядаючи їх через призму столітньої історії, коли для нас час тодішній спресований у зовсім малий формат.

Кілька слів про О. Кузьму. Це була цікава, різнобічно обдарована особистість. Здобувши ґрунтовну освіту в гімназії, продовжував навчання у Відні в Торговельній школі та на юридичному і філософському факультетах університету. Як український патріот був на фронті, у лавах Українських Січових Стрільців. Здобувши диплом біолога, викладав у різних школах в Коломиї, у польській гімназії. У 1922 р. видав повний підручник міжнародної мови. У тридцять років опублікував у місцевій польській газеті курс уроків есперанто, що потім вийшов окремою брошурою. 1947 року був репресований і вивезений до Сибіру. В селі в Омській області, куди був вивезений (а морози там сягали інколи 50 градусів), розвів прекрасний фруктовий

сад. По реабілітації у 1956 р. повернувся до Коломиї, де й помер у 1968 році.

А Михайло Юрків народився на Львівщині, працював у Тернополі, був членом Міщанського братства. Помер 1914 року від туберкульозу, доля відвела йому всього 37 років.

1907 року він видав підручник есперанто у Тернополі і таким чином став першим автором українськомовного підручника. Це сталося через 20 років після того, як Л. Заменгоф видав «Повний підручник есперанто для росіян» 1887 року у Варшаві, яка входила

з різних міст України – Тернополя, Львова та області, Луцька, Києва, Чернігова, Одеси, а також із США й Китаю.

Крім того стараннями Миколи Волошина з Луцька було відновлено в теперішній поліграфії «Підручник» М. Юрківа в оригінальному форматі – тобто, кишенькової книжки. Обидві ці книги тернопільські есперантисти дарують музею історії м. Коломиї.

Програмними статтями матеріалів конференції 2007 року були: «Історичне значення книги Михайла Юрківа «Підручник міжнародного язика есперанто» та стаття професора Бучка з Тернопільського національного педагогічного університету «Повний підручник до науки міжнародної мови есперанто» Ореста Кузьми.

Чи зналися між собою М. Юрків та О. Кузьма?

Коли Михайло Юрків видав свій підручник Орест Кузьма був учнем Коломиїської гімназії. Він почав вивчати есперанто 1908 року, принаймні так зазначає у своїх спогадах Зиновій Книш.

1913 року в журналі «Ukraina Stelo» знаходимо переклад М. Юрківа оповідання Василя Стефаника «Катруся». Текст цього твору підписано «El Ukraina lingvo tradukis Myh'ajlo Jurkiv». На цьому, на жаль, й обривається творчий зв'язок цих людей. М. Юрків помирає 1914 року. І Світова війна ще на 8 років загальмовує розвиток есперанто в Західній Україні.

На Тернопільщині есперантисти шанують пам'ять про Михайла Юрківа. 1995 року під час проведення 10-ї міжнародної ме-

жничої Е-конференції відкрили барельєф М. Юрківа на фасаді колишнього будинку Міщанського братства (нині – обласна філармонія).

Тернопільський скульптор Іван Сонсядло вдало відобразив ідею есперанто: на розгорнутій книзі дві літери «Е» символізують земну кулю, в центрі інтелігентний образ М. Юрківа. А про те, що це український есперантист, свідчать написані різними мовами світу рядки «Заповіту» Тараса Шевченка.

Проте Зиновій Книш у своїх спогадах зневажливо ставиться

раїнців задзвеніло в Тернополі. І доклався до цього, звісно ж, Михайло Юрків.

З Тернополем пов'язано і життя Леона Зімельса. Щоправда, він народився у Кракові 1911 року. У 15 років вивчив есперанто та брав участь в Е-конгресах 1927 і 1931 роках. 1979 року заснував у Тернополі есперанто курси та Е-клуб.

А тепер про деякі історичні факти та ймовірні події у біографіях відомих есперантистів.

25-річчя есперанто відзначали на 8-му конгресі в Кракові Орест Кузьма, Лесь Денисюк та інші есперантисти з Коломиї були учасниками конгресу.

1923 року Василь Ярошенко, сліпий український есперантист, на конгресі в Нюрнбергу отримав літературну премію. Подорожував він аж з Китаю, напевно, залізничним транспортом.

Леон Зімельс 1927 року бере участь у ХІХ конгресі, знайомиться з тодішніми корифеями есперанто – Андрео Че, Едмондом Пріва та ін.

1931 року конгрес відбувається знову в Кракові. Організатори цього заходу не дозволили українським есперантистам з Коломиї брати участь в його роботі. Українська делегація зробила своєрідний демарш і покинула конгрес. Пізніше, для залагодження конфлікту, польська Е-асоціація спорядила до Коломиї відомого лікаря-есперантиста Одо Буйвіда. Неодноразово від Леона Зімельса я чув про доктора Буйвіда. Вони обидвоє були членами Е-клубу м. Кракова.

Виявляється, Лесь Денисюк мав багаторічне листування із японськими есперантистами, навіть друкував свої переклади в японській есперантській пресі. Всім есперантистам відомо про життя та творчість в Японії Василя Єрошенка. Невже життєві або творчі дороги цих есперантистів не пересікалися? Дослідникам есперанто є над чим ще працювати.

Хочеться вірити, що конференція в Коломиї стане тією точкою опори, з якої почнеться поглиблене вивчення історії есперанто у нашому краї.

**Ігор ГАЛАЙЧУК,
професор ТДМУ,
есперантист**



Орест КУЗЬМА

ла тоді до складу Російської імперії.

2007 року Тернопільський клуб есперантистів разом з викладачами Тернопільського національного педагогічного університету зорганізували науково-практичну конференцію «Есперанто у ХХІ столітті: стан і перспективи розвитку. До сторіччя книги М. Юрківа «Підручник міжнародного язика есперанто». Матеріали конференції видрукувані на 96 сторінках, ав-



Михайло ЮРКІВ

до книги М. Юрківа. Оразу можна зробити висновок, що він не бачив її, не тримав в руках. А як він міг її оцінити, коли сам народився приблизно 1906 р. Однак його фраза: «Коломия – колиска українського есперанто» справедлива. Завдяки такій колоритній фігурі, як Орест Кузьма та цілій плеяді його однодумців, що на той час жили в Коломиї, – це місто заслуговує на таке звання.

І якщо Коломия – колиска, то джерело есперанто для ук-

Пропонуємо читачам вірші, написані есперанто, в перекладі українською мовою.

ЕДМОНД ПРИВА

ОСТАННІЙ ПОЦІЛУНОК

Куди летиш ти, заблукалий метелику тремтливий?
Троянди й лілії пов'яли,
мороз бере зрадливий.

Блищать і сяють крила кволі,
навкрут імла осіння.
Чого ти ще шукаєш в полі,
о літяне творіння?

Стоять сади сумні, пустельні,
стоїть сумна альтана,
з вербенами зів'яла нині
твоя любов квітчана.

Куди летиш, шукаєш наче

чогось над мертвим світом?
Над ним осіння хмара плаче
за проминулим літом.

Всі гнізда сповнені спокою,
мовчить обвисле віття,
на прю не станеш ти з осою
за мед в серцях суцвіття.

Он хризантема в безталанні,
в осінній самотині,
– лети, її цілуй востаннє,
щоб з нею вмерти нині.

Переклад Петра ТИМОЧКА

ЄВГЕН МИХАЛЬСЬКИЙ

ЗРЕЧЕННЯ

В путь далеку вирушаю й не повернуся вже, знай,
Бо мене чекає гарний, без
магічних марень, край!

Я віддам тобі (не смійся)
решту ласки й почуття
І втону, повір, назавжди у
потоці забуття!

Бо набридло просто жити,
муки зносити земні!
Край кохання й правди,
врешті, хочеться знайти мені!

Справді! Що мене тримає
нині в світі глупоти,
У якому людям згоди в
колотечі не знайти?

У святому ніби світі, навіть в
церкві, для утіх
Обирає хтинець жінку і не
думає про гріх.

Про любов святу і чисту
марять лиш співці оті,
Що нічого не збагнули і не
тямлять у житті!

Годі, досить! Я не вірю у
любов, її дива, –
Все це ширма, хіть звичайна
та облудливі слова!

І в твою любов не вірю, тож
не стримуй ти мене, –
Я піду туди, де небо понад
обрієм сяйне!

Щоб своє святе кохання в
чистім серці зберегти,
Я відкину хіть тваринну...
Геть, пора мені вже йти!

Переклад Петра ТИМОЧКА

АНТОН ГРАБОВСЬКИЙ

ДОЩОВИЙ ДЕНЬ

Холодний день. Хмари
збираються в зграю.
Сумний дощ, невпинний, і
осінь ридає.

Листки винограду спливають
рікою,
Розносяться вітром, водою
стрілкою.
Безсонячний день. Холодає.

Таке і життя моє – сірість
гризотна,
У душу дощем накрапає
дрімотним.
Колишнім живу, а думки, мов
скрижалі.
Спадають листками надії зів'ялі.
Безсонячні дні. Як безодня.

Але не сумуй, моє серце
юначе!
Ще сонце засяє на щастя й
удачу.
Із долею б'єшся не ти ж бо
єдине!
Порою життя застилають
хмарини...
Безсонячних днів не завбачиш.

Переклад Пилипа ЮРИКА

КАНДИДАТ ІСТОРИЧНИХ НАУК МИКОЛА ЛАЗАРОВИЧ: «ЗАХІДНІ УКРАЇНЦІ ПРАГНУЛИ ХОЧ ЯКОСЬ ЗАРАДИТИ СТРАШНОМУ ГОЛОДОМОРУ»

ГАЛИЦЬКА УКРАЇНЬСЬКА ПРЕСА – ПРО «БОЖЕВІЛЬНІ ЕКСПЕРИМЕНТИ»

– Миколо Васильовичу, нині знаємо, що, спричинивши 1932–1933 року в українських селах Великий Голод, комуністична владна верхівка водночас категорично заперечувала такий факт геноциду. Чи з'являлася тоді у галицькій пресі правдива інформація про жахливий мор людей?

– Галичани, як, зрештою, й волинці та буковинці, які не перебували тоді під радянським володарюванням, надзвичайно болісно сприйняли цю страшну голодну трагедію. Місцева українська преса повсякденно висвітлювала це загальнонаціональне горе. Скажімо, найпопулярніша в Галичині газета «Діло» постійно вела на своїх шпальтах рубрики «Голод в Україні», «Рятуйте Україну!», «Статистика голодної смерті», «Чужинець про становище в Україні», «Страшне лихоліття населення в Україні», в яких друкувала матеріали щодо Голодомору 1932–1933 року. Велику увагу цій проблемі приділяли також такі галицькі га-



Сторінка львівської газети «Діло» (14 серпня 1933 р.) зі спеціальною відозвою до українського народу Українського громадського комітету рятунку України – «Біймо у великий дзвін на тривогу!»

зети, як «Новий час», «Народна справа», «Нова зоря», «Свобода», «Українська громада», «Мета» та ін. Мовчала лише прокомуністична преса.

Для західних українців не були таємницею як справжні причини Голодомору, так і його трагічні наслідки. Свідчать про це численні документи. «Не спричинили голод ні повінь, ні посуха, ні інші нещастя», – писала газета «Діло», – а лише божевільні експерименти сьогоднішніх керманців червоної влади». Голова Української парламентської репрезентації Дмитро Левицький, виступаючи в польському сеймі, зазначив: «На совітській Україні політичний терор прибрав незнані до тепер в історії людства форми, а про розміри голоду приходять щораз жахливіші новини. Впродовж зими й весни 1933 року

У колі наукових інтересів кандидата історичних наук, доцента, докторанта Миколи Лазаровича з Тернополя є також дослідження передумов, механізмів вчинення та наслідків Голодомору 1932–1933 року. Цю тему він широко розгорнув у кількох книгах, зокрема, «Не погасне біль Голодомору», «І було пекло на землі». Як Галичина, яка не була тоді під владою більшовиків, сприйняла цю страшну трагедію своїх єдинокровних східних братів-українців, стала на їхній захист? Це запитання й визначило суть розмови нашого кореспондента з Миколою Васильовичем.

вимерло з голоду в Україні щонайменше 5 мільйонів людей».

– Нині відомо, що під час голодного мору багатьом наддніпрянським селянам удалося здолати ще одну смерть – рейти кордони. Все – заради того, аби опинитися в західноукраїнських селах, а отже, вижити. Як ця тема знаходила висвітлення на сторінках галицьких періодичних видань?

– Уже із зими 1932–1933 років на західноукраїнських землях з радянського боку почали з'являтися селяни-втікачі. Їх не зупиняли ні укріплені кордони, ні польські владці прикордонних воеводств, які робили все, аби зупинити потік біженців. Відомий галицький громадсько-політичний діяч, посол (депутат – авт.) до польського сейму Степан Баран, до виборчого округу якого входили прикордонні повіти Тернопільщини, повідомляв: «Не одну жертву, що старалася вирватися з більшовицького пекла, покрили наввіки хвилі Дністра. Не одна згнула від куль московського червоноармієця, доки дісталися по цей бік ризької (радянсько-польського кордону, встановленого відповідно до Ризького миру 1921 р. – авт.) межі».

Тим часом газета «Нова зоря» наводила такі цифри: якщо 1931 року кордон перейшло 324 родини, то вже наступного лише за січень-березень – 359 сімей. За словами втікачів, причиною переходу була «страшна нужда» в Україні. «Навесні 1933 року, – пише Теодор Данилів, який тоді проживав у місті Бучач на Тернопіллі, – майже ціле одне надзбручанське село перейшло річку Збруч, втікаючи перед голодовою смертю, і перейшло на територію Західної України. Чоловіки, жінки, діти – голі, босі, простоволосі».

– Але ж багатьох біженців все-таки чекало подальше відправлення назад до Союзу, чому?

– Так, на багатьох виснажених людей, які вирвалися із СРСР, чекали нові випробування – як на території Польщі, так і Румунії, куди також нелегально перебиралися зморені голодом українці. На початку 1930-х років ці держави мали непогані відносини з Москвою, тож не хотіли їх погіршувати через наших співвітчизників. Тому часто втікачів відправляли назад.

– Чи не могли у час Великого Голоду громадяни Польщі, серед яких – і українці, легально виїхати із СРСР?

– Давайте звернемося до сподгав. Марія Ковалек під час Голодомору мешкала на хуторі Нова-чиха Полтавської області, а згодом

перебралася на проживання до міста Бучача Тернопільської області. Її батько був уродженцем Прикарпаття, 1914 року він потрапив у полон до Росії і там одружився з полтавчанкою Килиною Симчук, працював на Оріхівському цукрозаводі столяром. Коли почався голод, взявся виробляти документи, щоб виїхати до себе на батьківщину. «Та постукала нова біда: батька пускають, а мене і маму – ні, адже ми були громадянами Радянського Союзу, – зазначала пані Марія. – Скільки батько не писав, не їздив, але зробити нічого не міг. Тоді хтось йому порадив: ти виробляй собі документи одному, а сам бери в мішок хліба печеного, їдь на кордон і там домовся тихенько з робітником, який переправляє через прикордонну річку рибу, аби переправив тобі дружину з дитиною на той бік. Так і зробили. Через рік мене й маму переправили в джипі з-під оселедців, а 10 березня 1933 р. батько зустрів нас уже на польському березі».

Проте навіть і так, як Марії Ковалек, щастило не всім. Не всі ж громадяни Польщі могли легально виїхати з СРСР, адже з 1931 року більшість іноземців, які постійно мешкали там, були оголошені радянськими громадянами. Водночас треба зазначити, що, прагнучи заробити на людському горі, Москва наприкінці 1932 року вустами «Інтуриста» оголосила: ра-



Книжка Миколи ЛАЗАРОВИЧА «І було пекло на землі...»

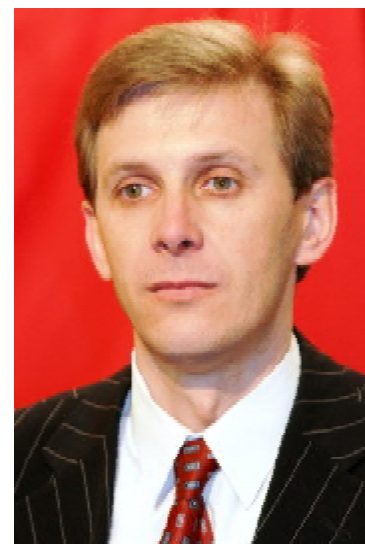
дянські громадяни можуть виїхати до родичів за кордон, якщо останні заплатять за це.

ДОПОМОГА ГОЛОДУЮЧИМ БРАТАМ

– Яку допомогу західні українці надавали біженцям, як прагнули зарадити голодній смерті на наддніпрянських теренах?

– Отримуючи чимраз жахливіші відомості про штучний Голодомор в УСРР, мешканці Західної Украї-

ни прагнули хоч якось зарадити страшному лихові. Дедалі більшого поширення набувало збирання коштів для допомоги голодуючим. Започаткували цей рух священики панахидами за упокій жертв Великого Голоду і в кожній проповіді закликали вірян робити пожертви для порятунку братів за Збручем. Активно взялися до цієї праведної праці численні громадські організації. До прикладу, представники «Просвіти» підшукували біженцям притулок, діставали хоч якісь кошти, допомагали



Микола ЛАЗАРОВИЧ

знайти роботу. До шляхетної справи долучалися й відомі в Галичині люди красивого письменства, культури, мистецтва. Зокрема, активну діяльність з допомоги стражденній Україні розвинула й колишня вчителька із села Денисів (нині – Козівського району на Тернопіллі), письменниця Іванна Блажкевич. Як директор Подільського союзу кооперативів, вона їздила селами й проводила збори кооператорів, виступала з полум'яними промовами. Під час Різдва свята письменниця побувала й у Драгоманівці теперішнього Тернопільського району. Одразу ж після її виступу місцеві мешканці склали список із зазначенням пожертви, а Микола Гарматій пообіцяв навіть повезти фіру зерна до кордону на Збруч, щоб особисто віддати хліб тим, хто помирає від голоду.

Та марними виявилися прагнення західних українців допомогти своїм забзручанським братам. Не пішов на схід уже замовлений ешелон, не повіз своїм возом Микола Гарматій пшеницю до Збруча. Консул радянського консульства, що містилося у Львові, заявив: Москва категорично відмовляється від цієї допомоги та не прийме її. Це викликало цілу хвилю маніфестацій протесту перед радянським консульством. Та глухими лишилися його мури до людських страждань, адже прийняти допомогу – означало визнати факт голоду. На такий крок комуністичний режим піти не міг.

– Почалися протести?

– Так, проти нелюдської політики комуністичного режиму почався рух протесту, особливо він посилювався після оприлюднення 24 липня 1933 року «Послання Українського греко-католицького єпис-

копату до всіх людей доброї волі», яке знайшло вагомий відгук не лише у Західній Україні, а й у світі.

Протестний рух набув у Західній Україні такого розмаху, що незабаром назріла потреба узгодження дій різноманітних груп. 25 липня 1933 року у Львові створили Український громадський комітет рятунку України (невдовзі подібні комітети постали на місцях та у повітах, а також у тих країнах світу, де проживали українці). У гарячому прагненні допомогти врятуватися Наддніпрянщині цей громадський комітет об'єднав кілька десятків культурно-освітніх, економічних, наукових, політичних та інших установ та організацій. Мету своєї діяльності нова громадська структура вбачала в тому, щоб «не лише протестувати проти всіх комуністичних насильств, але й заврушити сумлінням цілого людства, поставити на ноги весь світ», аби він прийшов на допомогу українському народові». Практичний же бік діяльності Українського громадського комітету рятунку України був у ділового комітету під керівництвом уродженця села Вікно (нині – Густинського району на Тернопільщині) Василя Мудрого, головного редактора газети «Діло». Діловий комітет видав чимало циркулярів і повідомлень з інструкціями, як утворювати повітові громадські комітети; проводити акцію протесту; збирати й відправляти до Українського громадського комітету рятунку України листи з підрадянської України; проводити збір грошей, збіжжя, одягу; збирати літературу про голод та матеріали про діяльність комітетів.

Наймасовішою акцією, яку організував Український громадський комітет рятунку України, став День національної жалоби і протесту, проведений 29 жовтня 1933 року в містах і селах Західної України, а також у багатьох країнах Європи та Америки, де проживали українці. До цієї дати Василь Мудрий видав спеціальну брошуру «Лихоліття України», в якій висвітлив національну та господарську політику Москви, що привела Україну до катастрофи.

Важливою справою Українського громадського комітету рятунку України була відправка за Збруч приватних посилок з продуктами. Це тривало досить довго, доки радянські власті не знайшли способу перекрити останній канал порятунку. Щоб допомогти голодуючим братам, західні українці намагалися використовувати й інші можливості. Зокрема вони пускали плоти з харчами Збручем і Бугом. Польські прикордонники, знаючи про Голодомор, дивилися на це крізь пальці. Проте на протилежному березі радянські прикордонники стріляли в тих українців, які намагалися підхопити плоти з харчами.

...Сумна дата нині в нашому календарі – 80 років Голодомору. Тож помолімося Богові за душі невинно убієнних мільйонів українців. Нехай лиха доля нас обминає!

Микола ШОТ

ВІД КОХАННЯ Й РОЗЧАРУВАННЯ ЛІКІВ НЕМАЄ

Бажання жінки — закон, коли бажання чоловіка — жінка. Від кохання жінки чоловік спочатку втрачає розум і співає, а потім глухне. Від води, вогню та злої жінки, Боже, бережи. Від кохання й розчарування ліків немає. Для неї кохання стало професією. Дівчина — це куля зі зміщеним центром важкості. Золото, жінку, сукню вибирай при денному світлі. Краще жити в пустелі самому, ніж із сварливою та лютою жінкою. Легше в армії чоловікові відслужити, ніж жінці від коханого дитину народити.

Літа пливуть як вода, а коханя щезає. Не радій з того, що зрадив дружині. Ніколи не знаєш, що чекає від жінки. Не та господиня, що базікає, а та, що борщ смачний варить. Спочатку подбай про хатину, а потім шукай дружину. Так подружка обіймала, що аж гудзики повідривала. Чим менше жінку любиш, тим міцніше спиш. Чого хоче жінка, того хоче Бог. Чим солодший поцілунок, тим більша загроза карієсу та СНІДу. Шлюбна обручка на пальці інколи як ярмо на шії.

ОБ'ЄКТИВ

Оксана МАЛИК, студентка медичного факультету

Фото Павла БАЛЮХА



ВАРТО ДОСЛУХАТИСЯ

ЩОБ УБЕРЕГТИ ЗДОРОВ'Я, ПОЧИНАЙТЕ ЗМІЦНЮВАТИ ОРГАНІЗМ

На лікарняні через ГРВІ йде один рік життя. А чи підхопите ви застуду, залежить не стільки від погодних умов, скільки від стану імунітету.

Щоб уберегти здоров'я та 365 днів вашого життя, починайте зміцнювати організм. Якщо хворієте на застудні захворювання частіше п'яти разів на рік, швидко втомлюєтеся та схильні до стресів — час бити тривою та перезапустити імунітетний механізм.

Змініть свій раціон. Дефіцит однієї корисної речовини в організмі може призвести до послаблення всієї імунної системи. Тому їжа повинна бути різноманітною. Дієтологи виділяють п'ять продуктів, здатних зміцнити імунітет: червоне м'ясо, гриби, чай, солодка картопля та йогурт. Крім цього, їжте більше свіжих овочів і фруктів.

Пийте кефір. У ньому містяться активні біфідокультури. Лише 150 г кефіру або йогурту на день

здатні значно знизити ризик застудних захворювань. Введіть у свій раціон мигдаль — краще натуральне джерело амінокислот, необхідних для нормального функціонування імунної системи. Корисний для неї і цинк — він міститься в зернах пророслої пшениці.

Перегляньте своє ставлення до кави. П'ять і більше філіжанок на день уповільнюють захисну реакцію імунної системи. А ще не зловживайте їжею, що містить рафінований цукор.

Для профілактики застудних захворювань систематично вживайте настоянки женьшеню, лимонника, ехінацеї та полівітаміни.

Збільшіть фізичну активність. Це зміцнить імунну систему й допоможе вашому організму боротися з інфекціями. Більше рухайтесь, вранці робіть зарядку, запишіться в басейн. Навчіться відпочивати і достатньо спіть. Намагайтеся поменше нервувати, адже головний руйнівник імунної системи — це постійні стреси.

Відповіді у наступному числі газети

СКАНВОРД

	2. Охоронниця, оберіг				3. Богиня сім'ї у слов'ян				
1.		4. Муза	5. Жінка-воїн					6. Вона ж Діке	7. Апполон убив її дітей
				8. Героїня М. Старицького					9. Огорожа
									10. Віршувальний розмір
				11. Хвалебний вірш	12. Передача м'яча				
				14. Вогонь				15. Казкова баба	16. Літак
	17. Старогрицька богиня	18. Кохана Трістана	19. Документ 20. Укр. літак			21. Купа буряків			22. Річка в Україні
				23. Великий стіг соломи					24. Положення в шаховій грі
25. Героїня «Слова о полку Ігоревім»	26. Сорт яблука								27. Кохана Фр. Петрарки
	28. Ряд поколінь					29. Хижий птах	30. Поєма Т. Шевченка		
							32. «Мова ворони»		
	31. Нота								
	35. Щаслива країна					36. Плаваюча круглолиста рослина	37. Прагнення, ціль		
				38. Росспівачка			39. Посудина, скринька	40. Три вико-навці	41. Дуже гаряча вода
				42. Жорстокий правитель	43. Укр. вантажівка			44. Супутник Юпітера	
				46. Утримує на місці судна	47. Образ	48. Злакова культура			49. Бог сонця
50. Мати Ісуса									
				53. Вид окислу					
	55. Героїня Лесі Українки	56. Казкова країна		57. Первісні початкові відомості	58. Комаха, що жалить				59. Мадонна укр. пісні
		60. Петлюра							
	62. Між «до» і «мі»		63. Пральний порошок	64. Спортивне змагання					
			65. Пістолет	66. Японська гра		67. Переміщення транспорту			68. Грань, сильне тепло
69. Балка	70. Військовий підрозділ			71. Професія	72. Латин. літера				
				73. Літаюча тарілка	74. Запас	75. Епічне сказання, рукав ризи		76. Квітка	
77. Хлист	78. Роговцева	79. Вища моральна засада							
	80. Праматір	81. Папуга							
				84. Пухнаста маса з бавовни	85. «Мова» собаки				
	86. H ₂ O			87. Сотка					

Відповіді на сканворд, вміщений у № 20 (349)

1. Крушельницька. 2. Оболоня. 3. Яр. 4. Осавул. 5. Ори. 6. РГ. 7. Аркада. 8. Арик. 9. Орангутанг. 10. Лекало. 11. Роговцева. 12. На. 13. Акорд. 14. Табу. 15. Анна. 16. Об. 17. Боа. 18. Ма. 19. Кг. 20. Бокс. 21. Нота. 22. Сом. 23. Анка. 24. Ар. 25. Ерзац. 26. Ва. 27. Хата. 28. Красне. 29. Ех. 30. Данило. 31. Іглу. 32. Грива. 33. АТ. 34. Фа. 35. Цар. 36. Граф. 37. Бережани. 38. Сковорода. 39. Лакмус. 40. Го. 41. Лобановський. 42. Казуар. 43. Оранж. 44. АЗС. 45. Поло. 46. Укол. 47. Лото. 48. Сан. 49. Гра. 50. Волга. 51. Орт. 52. Льюнар. 53. Рак. 54. Бубка. 55. Ост. 56. Ой. 57. Ра. 58. Мак. 59. Аборт. 60. Кума. 61. Ом. 62. Око. 63. Ольга. 64. Школа. 65. Ля. 66. Як.