

# МЕДИЧНА КАДЕМІЯ

№ 3 (572)  
ГАЗЕТА ЗАСНОВАНА 1997 РОКУ  
10 лютого 2023 року



## ДУХОВНА ПІДТРИМКА

### БЛАЖЕННІШИЙ СВЯТОСЛАВ: «УЖЕ СЬОГОДНІ МИ ПОЧИНАЄМО ДУМАТИ, ЯКОЮ БУДЕ УКРАЇНА ПІСЛЯ ВІЙНИ, ЯК НАМ ЇЇ БУДУВАТИ, ЯК ВІДНОВЛЮВАТИ, ЯК РАЗОМ ЗЦІЛЯТИ РАНИ»

У ТНМУ ВИКЛАДАЧІ ТА СТУДЕНТИ МАЛИ ЗУСТРІЧ З ОТЦЕМ І ГЛОВОЮ УГКЦ БЛАЖЕННІШИМ СВЯТОСЛАВОМ (ШЕВЧУКОМ)

*Сонячний, злегка морозний день 3 лютого видався для нашої університетської спільноти насправді світлим: у Тернопільський національний медичний університет імені Івана Горбачевського завітав Отець і Глава Української греко-католицької церкви Блаженніший Святослав (Шевчук). Пронизливі звуки сирени, що звучали тієї п'ятниці двічі, вкотре засвідчуючи диявольські наміри російських душоубців, дещо зіпсували плани цієї зустрічі, проте не зуміли охолодити серця велелюдного товариства, яке зібралось насолодитися духовним словом Патріарха.*

Перебування Блаженнішого Святослава в ТНМУ розпочалося зі спілкування з ректором, відтак, ректор ТНМУ, професор Михайло Корда ознайомив його зі структурою та навчальним процесом вишу, зокрема, представив сучасний симуляційний центр.

Згодом в актовій залі відбулася зустріч Глави УГКЦ з викладачами та студента-

дентів і зараз перед вами нова генерація молодих людей. Дуже відродно, що ви охоче зустрічаєтесь зі студентами-медиками, з їхніми викладачами, з лікарями, — звернувся Михайло Михайлович до Блаженнішого Святослава. — Ми добре знаємо, що дуже важко бути здоровим, маючи душевний неспокій. Лікувати ж душу — в багатьох випад-



Ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА зустрічає Главу Української греко-католицької церкви Блаженнішого Святослава (Шевчука)

ми. Розпочали її молитвою «Отче наш» у виконанні хору нашого університету. У своєму вітальному слові ректор Михайло Корда згадав, що понад п'ять років тому ТНМУ вже приймав у своїх стінах високого гостя.

«За цей час змінилося покоління сту-

ках прерогатива священника. Очевидно, саме тому таким важливим і вагомим є спілкування священників з лікарями. Наші професії, як жодні інші, взаємопов'язані та взаємодоповнюють одна одну».

(Продовження на стор. 2)

## СТУДЕНТИ: ПОГЛЯД ЗБЛИЗЬКА



Андріана ВЛАДИКА – студентка третього курсу медичного факультету.

Стор. 5

## У НОМЕРІ

Стор. 4

### ХВИЛЮЮЧЕ ВІДЛУННЯ ДАВНІХ ЧАСІВ УНІВЕРСИТЕТУ

Першого лютого відбулося відкриття меморіальної дошки з нагоди 65-річчя ТНМУ та пошанування пам'яті його першого ректора Петра Огія. Ініціював та організував цю подію завідувач кафедри фізіології з основами біоетики та біобезпеки, професор Степан Вадзюк. Розмістили дошку на фасаді біологічного корпусу, що на вулиці Юліуша Словацького, 2. Саме тут 1957 року був розміщений адміністративний корпус нашого університету та безпосередньо кабінет його першого ректора.



Стор. 6-7

### ДОЦЕНКА НАТАЛІЯ БОЦЮК: «ЦЕ ТАК ВАГОМО: РОБИТИ ТЕ, ЩО ДО ДУШІ, КОЛИ РОБОТА ВИСНАЖУЄ Ї НАДИХАЄ ВОДНОЧАС»



Починаючи викладацьку діяльність 1987 року, доцентка кафедри терапії та сімейної медицини ТНМУ Наталія Боцюк зуміла поєднати найяскравіші таланти своєї родини – і лікарську практику, і вчительство. Найбільша радість охоплює Наталію Євгенівну в мить, коли довідується, що її учні успішно реалізуються і в професії, і в житті.



# БЛАЖЕННІШИЙ СВЯТОСЛАВ: «УЖЕ СЬОГОДНІ МИ ПОЧИНАЄМО ДУМАТИ, ЯКОЮ БУДЕ УКРАЇНА ПІСЛЯ ВІЙНИ, ЯК НАМ ЇЇ БУДУВАТИ, ЯК ВІДНОВЛЮВАТИ, ЯК РАЗОМ ЗЦІЛЯТИ РАНИ»

## У ТНМУ ВИКЛАДАЧІ ТА СТУДЕНТИ МАЛИ ЗУСТРІЧ З ОТЦЕМ І ГЛОВОЮ УГКЦ БЛАЖЕННІШИМ СВЯТОСЛАВОМ (ШЕВЧУКОМ)

(Продовження. Поч. на стор. 1)

УГКЦ нині, як також зауважив ректор ТНМУ, користується величезним авторитетом, здобути завдяки жертвній діяльності таких моральних авторитетів і праведників, якими були Андрей Шептицький, Йосиф Сліпий, Мирослав Любачівський, Володимир Стернюк, Любомир Гузар, а тепер і Святослав Шевчук.

«Ви нині є одним з лідерів нашої країни, одним з провідників української нації, а УГКЦ – одна з підвалин української незалежності, – наголосив ректор ТНМУ, професор Михайло Корда. – Щиро дякуємо вам і всій Українській греко-католицькій церкві за все те, що робите для утвердження української державності, за вашу постійну гуманітарну місію, за благодійну допомогу, за отців-капеланів в українському війську, за допомогу церкви пораненим військовим у шпиталях України та за вашу особисту участь щодо



Завершуючи вітальне слово, ректор ТНМУ Михайло Корда вручив Блаженнішому Святославу (Шевчуку) диплом про присвоєння звання почесного професора Тернопільського націо-

представляти й очолювати. Він зауважив, що УГКЦ завжди була церквою державотворчою, але ніколи не ставала державною, тобто інструментом у руках якоїсь держави, а тим більше – чужої.

Основним контекстом зустрічі, зрозуміло, була війна. Очільник УГКЦ пригадав, що понад п'ять років тому, коли приїжджав до ТНМУ, й уявити собі не міг, що доведеться зустрітися вже під час повномасштабного вторгнення росії в Україну. Блаженніший Святослав розповів про те, як сам пережив ранок 24 лютого 2022 року: «Цього дня все для нас стало інакшим. Я пригадую, тоді, 24 лютого, перед моїми очима відкрилася жахлива картина: стоячи на сходах нашого Патріаршого собору та дивлячись на правий берег Дніпра, я бачив, як на золотoverхий Київ падають бомби, як над ним кружляють російські гелікоптери. У мене були такі відчуття, що я бачу подібну картину, як пророк Єремія, який бачив зруйнування Єрусалиму. Я питав: «Боже, чому то стається?». А ще більше турбувало питання: «Що я маю робити? Яка моя роль у цих надзвичайних обставинах?». Гадаю,

це питання ставив собі кожен з вас. Ми перебували фактично в епіцентрі першого російського удару. Наша Київська архієпархія, що об'єднує п'ять центральних областей України, тоді відразу опинилася в центрі окупації. Як діяти? Що робити? Багато хто питав себе: як бути українцем у російській окупації, як бути хри-

ніший Святослав. – Рефлекторно ми відчули, що потрібно, – і церква перетворилася на місце, де рятується людське життя. У криптах Патріаршого собору мешкало щодня 500-700 людей, які боялися повертатися до власних домів. Вони принесли до нас ще й своїх домашніх улюбленців: котиків, песиків, папуг, хом'ячків, навіть рибки у нас були. Наш храм перетворився на Ноїв ковчег серед смертоносного розбурханого життєвого моря.



стіянином у часі війни? А ми, єпископи та священники, питали себе: як бути священником у часі війни? Повірте, такого у семінарії нас ніхто ніколи не вчив, – ділився сокровеним Блажен-

Блаженніший Святослав розповів присутнім про те, як Церква відразу з перших днів війни перетворилася на цілу мережу порятунку людського життя в різний спосіб: це й гуманітарні хаби, і евакуаційні коридори, і військове капеланство, і підтримка вірних через щоденні відеозвернення, які він продовжує записувати нині. Глава УГКЦ наголосив, що зараз одним з вимірів душпастирства, яке Церква починає впорядковувати та розвивати, є душпастирство зцілення ран війни. «Науковці стверджують, що 80 відсотків українців потребуватимуть того чи іншого виду допомоги для зцілення наслідків цієї війни, – каже він. – Навіть ті, хто перебуває далеко від лінії фронту. Всі ми носимо ті чи інші травми у своїй душі, (Продовження на стор. 3)



ланів в українському війську, за допомогу церкви пораненим військовим у шпиталях України та за вашу особисту участь щодо

нального медичного університету ім. Івана Горбачевського, яке йому напередодні надала вчена рада нашого університету.



Під час відвідин волонтерського центру університету

звільнення українських військовополонених. Особливо вдячні й за те, що приїхали у цей важкий час підтримати нас своїм душпастирським словом».

Розпочинаючи свій виступ, Блаженніший Святослав зізнався, що глибоко вражений такою відзнакою та присвячує її своїй Церкві-мучениці, яку має честь



Редактор **Г. ШОТ**  
Творчий колектив: **Л. ЛУКАЩУК, М. ЮХНО-ЛУЧКА, М. ВАСИЛЕЧКО**  
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](mailto:hazeta.univer@gmail.com)

Засновник:  
Тернопільський  
національний медуніверситет  
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 № 7

Газету набрано, зверстано,  
віддруковано у Тернопільському національному медуніверситеті ім. І.Я. Горбачевського МОЗ України.  
46001, м. Тернопіль,  
майдан Волі, 1.



# БЛАЖЕННІШИЙ СВЯТОСЛАВ: «УЖЕ СЬОГОДНІ МИ ПОЧИНАЄМО ДУМАТИ, ЯКОЮ БУДЕ УКРАЇНА ПІСЛЯ ВІЙНИ, ЯК НАМ ЇЇ БУДУВАТИ, ЯК ВІДНОВЛЮВАТИ, ЯК РАЗОМ ЗЦІЛЯТИ РАНИ»

## У ТНМУ ВИКЛАДАЧІ ТА СТУДЕНТИ МАЛИ ЗУСТРІЧ З ОТЦЕМ І ГЛОВОЮ УГКЦ БЛАЖЕННІШИМ СВЯТОСЛАВОМ (ШЕВЧУКОМ)

**(Завершення. Поч. на стор. 1-2)** на своєму тілі та у своїй психіці. Тож це буде спільне завдання для нас — лікарського й церковного середовищ: зціляти рани доведеться не один десяток років». У тому, що Україна переможе, Блаженніший Святослав не має жодного сумніву. Каже, що колись у це вірив, а тепер — точно знає.

«У перші дні війни я бачив, як наші хлопці з неймовірною внутрішньою силою захищали, зокрема, й наш Патріарший собор, а в очах російських десантників, яких вони брали в полон біля собору, був панічний страх. Ті хлопці мені казали: «Україна переможе! Бо ми бачили страх в очах тих, хто себе вважав непереможним». Тож вже сьогодні ми починаємо думати, якою буде Україна після війни, як нам її будувати, як відновлювати, як разом зціляти рани. Травма — таке багатозначне слово, що для медиків має особливе значення. Я бачив, як ви, студенти, сьогодні



**Ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА вручає Блаженнішому Святославу диплом про присвоєння звання почесного професора нашого університету**

англ. resilience — стійкість). Це будуть місцеві реабілітаційні хаби, що допомогатимуть долати рани війни. Церква прагне мати там простір, щоб служити для духовної віднови.

Своє слово Глава УГКЦ завершив подякою ректоратові, сту-

сом серед могутніх світу цього та щодня працювати на Перемогу. Вірю, що ми ще багато добрих діл зробимо для того, щоб полікувати рани цієї страшної війни у майбутньому. Разом до Перемоги!».

Відтак зустріч перейшла у формат «запитання-відповідь». Студенти та викладачі ТНМУ заздалегідь підготували Блаженнішому Святославу запитання, що стосувалися, зокрема, календарної реформи, його бачення майбутнього церкви, особливості духовного супроводу наших воїнів та інші.

«Війна — це абсолютно неприродний стан для людини. Так само, як неприродний стан — жити в ненависті. Ця емоція випалює людину, — мовив Блаженніший Святослав, відповідаючи на одне з них. — Людина сотворена,

аби любити та бути любленою, щоб жити й давати життя. Коли ми перебуваємо в умовах війни — ми перебуваємо в найбільш абсурдному неприродному стані. На жаль, під час війни для того, аби рятувати одне життя, ми змушені забирати інше. Не тому, що ми хочемо когось вбивати, а тому що змушені лише в такий спосіб захищати свій народ і свою Батьківщину. Чи скасовує війна Божу заповідь «Не убий»? Ні. Кожен з наших воїнів глибоко в своїй душі відчуває якусь провину за те й потребує молитви та духовного зцілення. На жаль, війна — це обставина, де ми дивимося в очі смерті кожного дня. З моральної точки зору це називають пропорційним уживанням зброї: якщо немає іншого засобу зупинити нападника, як лише при допомозі удару у відповідь, то тоді ми не маємо іншого вибору. Коли ми перебували у Ватикані в контексті візиту Всеукраїнської ради цер-

ков, мали пресконференцію у ватиканському радіо для багатьох журналістів. Щиро вам скажу, багато з європейських паціфістів не розуміють, чому Україні треба давати зброю, а ще більше не

тославові (Шевчуку) вручили кілька подарунків. Від студентства — тактичну аптечку. Голова студентського парламенту ТНМУ Олександр Мехедок подякував очільнику УГКЦ за приїзд і цікаве спілкування.

«Ми, як юні серця, чуємо вас, довіряємо вам і надихаємося вами, — мовив він. — Ваші глибокі слова, ваша активна пози-



**Ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА вручає в подарунок Блаженнішому Святославу картину, на якій художник зобразив постать Патріарха на тлі Почаївської лаври**

можуть збагнути, як то так — приїхали представники церков і вони підтримують це. Запитали мене про це. І я їм відповів: «Панове, якщо ви знаєте інший спосіб, як можна, крім зброї, зупинити російські танки, ми вам будемо дуже вдячні». З християнського боку, так — це дуже потужний виклик. Але, на жаль, такі драматичні події не завжди підлягають правилам книжного богослов'я.

ція допомагає шукати нам мотивацію, щоб працювати на благо нашої країни. Щиро дякуємо за вашу любов до молоді».

Ще один подарунок — картину із зображенням Блаженнішого Святослава на тлі Почаївської лаври — вручив ректор ТНМУ Михайло Корда.

«Постать Патріарха УГКЦ на фоні Почаївської лаври символізує той факт, що настане час — і



Я сам багато років викладав моральне богослов'я. Та коли став перед могилою наших людей, замордованих у Бучі, все те, що я до того часу знав, водночас був змушений передумати. Не заперечити й відкинути, але глибше зрозуміти. І не бути лише тим, що повторює щось, але тим, хто вміє це розвивати й у контексті того жити далі».

Прикро, та відповіді на всі запитання Глава УГКЦ не зміг, оскільки через повітряну тривогу в прискореному режимі довелося завершити зустріч. На згадку про візит до нашого університету Блаженнішому Свя-

Святу Літургію в Почаєві будуть служити українською мовою, а греко-католицька церква матиме право на Богослужіння в цій величній християнській святині, — прокоментував Михайло Михайлович подарунок.

На завершення спілкування Патріарх Української греко-католицької церкви Блаженніший Святослав Шевчук благословив усіх присутніх, а у виконанні хору ТНМУ пролунав духовний гімн України «Боже великий, єдиний».

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



готується. Готується до того, щоб допомогти нашому народові пережити цей біль».

Блаженніший Святослав розповів про намір УГКЦ долучитися до ідеї Міністерства охорони здоров'я України створити в кожному обласному місті України центри резильєнтності (від-

дентам і гостям університету та закликком поєднати власні зусилля й працю для Перемоги України: «Дякую за те, що сьогодні ми разом з вами можемо, кожен на своєму місці відповідно до своїх компетенцій та завдань, боронити Україну, рятувати життя нашого народу, бути його голо-





# ХВИЛЮЮЧЕ ВІДЛУННЯ ДАВНІХ ЧАСІВ УНІВЕРСИТЕТУ

## ВІДКРИЛИ МЕМОРІАЛЬНУ ТАБЛИЧКУ З НАГОДИ 65-РІЧЧЯ ТНМУ ТА В ПАМ'ЯТЬ ПЕРШОГО РЕКТОРА ПЕТРА ОГІЯ

**Першого лютого відбулося відкриття меморіальної дошки з нагоди 65-річчя ТНМУ та пошанування пам'яті його першого ректора Петра Огія. Ініціював та організував цю подію завідувач кафедри фізіології з основами біоетики та біобезпеки, професор Степан Вадзюк. Розмістили дошку на фасаді біологічного корпусу, що на вулиці Юліуша Словацького, 2. Саме тут 1957 року був розміщений адміністративний корпус нашого університету та безпосередньо кабінет його першого ректора.**

Як відомо, торік Тернопільський національний медичний університет ім. Івана Горбачевського відзначив 65-річчя. До цієї славної дати було заплановано проведення багатьох різномані-



**Спогадами ділиться професор кафедри хірургії №1 з урологією та малоінвазивною хірургією імені Л. Ковальчука Віктор ШІДЛОВСЬКИЙ (на передньому плані)**



**Один з перших випускників нашого університету, доктор медичних наук, професор Василь ФАЙFUРА**

тних заходів. На жаль, через повномасштабну війну довелося майже все відмінити чи перенести. Власне, відкриття цієї пам'ятної таблички, як зауважує

ректор ТНМУ, професор Михайло Корда, відбулося саме у рамках відзначення 65-річчя нашого університету.

«Уявіть собі наше післявоєнне місто, майже зруйноване, де не було ще жодного вищого навчального закладу. У квітні 1957 року вийшла постанова тодішнього уряду, згідно з якою був створений Тернопільський державний медичний інститут, — розповів Михайло Михайлович. — Тоді тут було 19 кафедр і працював один доктор наук. Нині ж маємо 59 кафедр і 120 докторів наук. Тепер це один з провідних закладів вищої медичної освіти в Україні, якому 65 років тому надав потужний поштовх для розвитку саме його перший ректор — Петро Омелянович Огія. Завдяки непересічним організаторським здібностям Петра Огія інститут почав бурхливо розвиватися — суттєво зміцнилася його матеріальна база, зростали наукові здобутки».

Спогадами про навчання та тогочасне життя університету поділився один з перших його випускників — вчений-патологіолог, доктор медичних наук, професор Василь Файфура. Він наголосив на тому, що меморіальна табличка уособлює в собі дві важливі історичні віхи в діяльності ТНМУ.

«Петро Омелянович очолював наш інститут протягом 15 років — з 1957-го до 1972-го. Десять з них він пропрацював саме в цьому приміщенні, де на першому

поверсі розмістили кабінет директора, як тоді називали керівника вишу, та невеличку приймальню, — пригадав Василь Васильович. — На четвертому



**Слово має ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА**

поверсі розпочала роботу в червні перша приймальня комісія. Там у липні 1957 року здавав документи й я, абітурієнт першого набору. Зараз для тих небагатьох, хто розпочинав або продовжував тут свій шлях у медичній професії, хто спілкувався безпосередньо з Петром Омеляновичем, відкриття цієї меморіальної таблички звучить, як хвилююче відлуння тих давніх часів, як зворушливий спомин про них. Для сучасних же поколінь це вже далека історія. Вдячний нинішньому керівництву університету за те, що береже пам'ять минулого, підтримує та примножує добрі справи та традиції своїх попередників».

Академік НАМН України, завідувач кафедри інфекційних хвороб та епідеміології ТНМУ Михайло Андрейчин — також перший випускник нашого університету. У його пам'яті Петро Омелянович Огія залишається світлою незабутньою постаттю. Перший ректор, за його словами, був дуже людяний, завжди переймався проблемами студентів і працівників інституту, незалежно від їхнього статусу. Це все тому, що він сам пройшов багато щаблів, шлях від слюсаря аж до ректора, і добре знав, що таке бідність і голод. Студенти його надзвичайно любили. Фактично відповідали цим на його любов до них. «У моїй долі Петро Омелянович зіграв велику роль, — зауважив Михайло Антонович. — Побачивши, що я не виходжу з кафедри мікробіології, ставлю досліді, звернув на мене увагу, а далі, коли в мене вийшло кілька друкованих робіт, що на той час для студента була дуже велика рідкість, сказав: «Ми тебе зорієнтуємо на наукову роботу. Не підведи! Ти повинен вирости до професора». Тож я старався ви-

конати його побажання. Востаннє я бачив Петра Омеляновича на десяту річницю нашого випуску, 1973 року. Він виступав у нас на тій зустрічі, заспівав, до речі, мав дуже гарний голос. На жаль, далі почалася його дуже терниста дорога, що призвела до передчасної смерті. Та пам'ять про нього ми зберігаємо».

Професор кафедри хірургії №1 з урологією та малоінвазивною хірургією імені Л. Ковальчука Віктор Шідловський — останній аспірант Петра Огія. Він пригадав, що під час Другої світової війни Петро Омелянович був військовим лікарем, тож багато розповідав студентам про події на фронті, як і чим тоді лікували. «Його слова були крицею. Як сказав — так і зробив. Не знаю, звідки в нього було стільки добра і до пацієнтів, і до своїх учнів, — із захопленням мовив Віктор Олександрович. — Він завжди повторював: «Робіть людям добро». А оперував, видавалося, повільно, анатомічно, красиво, але насправді це було швидко. Не при-



**Завідувач кафедри фізіології з основами біоетики та біобезпеки, професор, ініціатор встановлення меморіальної таблички Степан ВАДЗЮК**

гадує такого випадку, щоб після операції Петро Омелянович не відвідав пацієнта. Це була велична особистість у Тернополі. Його було видно здалеку — йде Петро Омелянович через Театральний майдан, підтягнутий, галантно одягнений, красивим кроком».

Додав свої теплі спогади про першого ректора та університет ще один з перших випускників ТНМУ Анатолій Паламарчук: «Звичайно, Петро Омелянович викликав симпатію у викладачів і студентів. Молодий симпатичний чоловік, йому на той час було під 40 років. Узагалі атмосфера тоді відчувалася особлива, адже створювався новий виш,

усі хотіли себе якнайкраще зарекомендувати. Тож це була атмосфера ентузіазму, емоційного піднесення, в нас панував справжній культ навчання. Для Тернополя та тернополян це була надзвичайно вагома подія. Дуже приємно, що у пам'ять про цей час встановили меморіальну дошку».

Як зізнається завідувач кафедри фізіології з основами біоетики та біобезпеки, професор Степан Вадзюк, задум встановити пам'ятну дошку на фасаді цього корпусу в нього визрів уже давно. «Ще в ті часи, коли я був першим директором інституту медико-біологічних проблем.



**Академік НАМН України, завідувач кафедри інфекційних хвороб та епідеміології ТНМУ Михайло АНДРЕЙЧИН, один з перших випускників нашого університету**

Почав тоді, звичайно, більше займатися організаційними питаннями й водночас глибше цікавитися історією цього корпусу. У студентські роки я тут багато бігав, — з усмішкою пригадав



**Один з перших випускників ТНМУ Анатолій ПАЛАМАРЧУК**

Степан Несторович. — Уже пів століття я пов'язаний з нашим університетом, 1973 року вступив сюди. Та в молодості переймався іншим. А через десятки років після закінчення замислився над нашою історією. Тоді ж і Василь Васильович Файфура збирав матеріали про роки становлення нашого університету та діяльність його першого ректора Петра Огія. Це мене й остаточно підштовхнуло до того, щоб зробити такий історичний штрих, закарбувати його в пам'яті. І ось нарешті втішений, що спільними зусиллями нам це вдалося втілити в життя».

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



# АНДРІАНА ВЛАДИКА: «ДУЖЕ ВАЖЛИВО ВІДЧУВАТИ СВОЮ ПОТРІБНІСТЬ ТА ДОПОМАГАТИ ЛЮДЯМ»

**На Перемогу України студентка третього курсу медичного факультету Андріана Владика чекає з неймовірною бентегою та величезним нетерпінням. Як, зрештою, й усі ми. І навіть трохи більше: адже її батько з перших днів повномасштабного вторгнення росії захищає нашу Батьківщину. Завдяки його мужності вона тут, у тилу, може продовжувати навчання. Тож Андріана натхненно опанує медичний фах, пов'язуючи своє майбутнє лише з рідною країною.**

**– Андріано, як вплинула на вас війна?**

– Повномасштабне вторгнення рашистів на українську землю кардинально змінило наше життя. Мій тато Іван Михайлович із самого початку пішов захищати свою сім'ю, Україну. Але я вірю, що скоро все закінчиться й у кожного з нас почнеться краще життя.

**– Як вдається вам нині, коли життя наповнене жахливими подіями, й до того ж ваш батько на фронті, не впадати у розпач?**

– Стараюся завжди знаходити позитив і не опускати руки, адже зараз всім важко, всі втомилися. Мені найкраще допомагає відновити сили волонтерство, яким би воно не було – чи це донатція, чи виготовлення якихось матеріалів для наших воїнів. Це добра справа, що в будь-якому випадку буде наближати нас до Перемоги. Маємо триматися та сподіватися, що зовсім скоро переможемо.

**– Ви активно працюєте над виготовленням окопних свічок для наших воїнів. Що спонукало вас долучитися саме до цієї волонтерської акції? В яких проєктах ще берете участь?**

– Дізнавшись, що в нашому університеті почали виготовляти окопні свічки, одразу прийшла допомагати. Спочатку нас було не багато, але з кожним днем ставало дедалі більше. Тепер у нас велика й дружна команда, з якою робота не припиняється ні на день. Потреби у свічках зростають, тож ми працюємо, не зупиняючись. Спонукала мене до цього думка про те, що нашим воїнам на фронті, які перебувають у надскладних умовах, потрібне тепло. Адже вони сидять в окопах, де немає взагалі нічого! Тому я й долучилася до акції «Зігрій теплом наших захисників».

Разом з моєю подругою, одногрупницею Світланою Марчук торік восени також організували майстер-клас з виготовлення свічок «Вогники добра» для дітей 5-6-ти років. Ви бачили б, як у малечі світилися очі, як вони старалися нам допомогти, кожен з них хотів зробити свічку для

воїнів швидше, краще та більше. Вони були такі задоволені, казали, що хочуть приходити до нас в університет щодня. Впевнена, що ці миті запам'ятаються дітям на все життя й справді запалять в їхніх сердечках вогники добра.

Окрім того, кожних два місяці разом з однодумцями здаємо кров для воїнів і всіх тих, хто цього потребує. Заохочую приєднуватися всіх, хто має можливість це робити, адже, по-перше, це завжди потрібно, а по-друге – корисно для здоров'я.

**– Які прагнення є орієнтиром у вашому житті?**

– Насамперед прагнення відчувати свою потрібність та допомагати людям, адже для лікаря це дуже важливо, немає нічого кращого, ніж відчувати, що вас потребують як хорошого спеціаліста. Це також прагнення відчувати себе в комфортних умовах з хорошими людьми.

**– Звідкіля ви? Обравши медицину, продовжили сімейну традицію? Хто надихнув вас стати лікаркою?**

– Я народилася у селі Великий Глибочок, що неподалік Тернополя. Так, зростала в медичному середовищі, в моїй родині є медичні сестри, акушерки, але немає лікарів. Уже з раннього дитинства знала, що хочу стати лікаркою. У мене були різні ігри, пов'язані з цим. Проводила також багато часу на роботі в мамі Інни Орестівни, яка тоді працювала старшою медсестрою. Мені могли показувати якісь медичні інструменти, розказувати, для чого вони. І я вже тоді розуміла, що ця професія мені подобається, а медичні працівники – просто неймовірні люди!

У шкільні роки була впевнена, що спробую вивчати акушерську справу в приватному медичному коледжі в Тернополі. І вступивши туди, не пошкодувала жодного разу, адже це доволі хороший варіант, особливо для тих, хто вагається, чи сподобається йому медицина та чи бачить він себе у цій сфері. Після навчання влаштувалася на роботу в пологове відділення Тернопільської міської лікарні № 2, працювала медсестрою в дитячій реанімації. Зізнаюся, було важко, адже це недоношені дітки та величезна відповідальність. Проте на роботі я остаточно зрозуміла, що хочу продовжити вчитися та здобувати професію лікаря. Коли ж постав вибір вишу, залишилася вдома, адже знала, що Тернопільський національ-

ний медичний університет ім. Івана Горбачевського – один з найкращих в Україні.

**– Ви вже маєте певний досвід навчання в ТНМУ. Що могли б поради́ти своїм молодшим колегам – і теперішнім першокурсникам, і старшокласникам, які не вдовзі бажають приєднатися до нашої університетської родини?**

– Насамперед – добре поміркувати, чи готові поєднати власне життя з медициною, адже це дуже непроста сфера, зокрема, це відповідальність за життя інших людей. Чи готові брати цю відповідальність на себе? Дуже важливо також, щоб медицина справді подобалася, адже коли

ми також сповнене життя в нашому університеті. Але водночас, повторюся, легковажно ставитися до відпочинку не варто, тому що це життєво необхідно.

**– Що змінив у вашому звичному житті вступ до ТНМУ?**

– Після вступу до ТНМУ в моєму житті з'явилося ще більше добрих людей, багато класних моментів та подій. Найважче було звикнути до нових умов, але завдяки менторам ця адаптація пройшла чудово й тепер навчання приносить задоволення. Надзвичайно приємно вразило те, що тут усі ставляться до студентів дуже добре, можуть допомогти вирішити будь-яке питання. Тож ще одна порада молодшим колегам: якщо у вас

них ситуаціях. Тому якщо ви емоційно нестійка ще й до того, можливо, безвідповідальна людина, хтозна чи вдасться вам стати хорошим лікарем.

**– Які ж якості, на ваш погляд, навпаки можуть допомогти стати хорошим лікарем?**

– Вважаю, що це обов'язково мають бути люди з цілком холодним розумом, адже в медицині багато моментів, коли потрібно діяти швидко й упевнено. Не можна пропускати через себе проблему пацієнта. Ми тоді почнемо хвилюватися та не зможемо якісно виконувати свою роботу.

**– Ви наголошували на необхідності відпочинку, а як самі любите відпочивати?**

– Я доволі активна людина, тож люблю гарно провести дозвілля зі своїми друзями. Або ж присвятити вільний час саморозвитку, наприклад, читанню книг чи прослуховуванню лекцій та семінарів різних медичних спеціалістів. У нинішній, дуже важкий для всіх нас період, також дуже важливо залишатися наодинці, щоб у спокої зібратися з думками. Коли вимикають світло, не тиняться кімнатою в очікуванні, коли ж воно з'явиться, а вийти прогулятися на свіжому повітрі – це буде значно корисніше.

**– Який вислів є дороговказом у вашому житті?**

– Лише ви самі вирішуєте, якою людиною вам стати.

**– З якою країною та містом пов'яжете своє майбутнє?**

– Однозначно з Україною, адже це саме та країна, в якій хочу розвиватися і як особистість, і як лікар, прагну працювати та вдосконалюватися. Стосовно міста: кожне місто в Україні по-своєму прекрасне. Ще не вирішила остаточно, з яким містом хотіла б пов'язати власне життя, але точно знаю: де це не було б – це буде класно.

**– Про що мріяли в дитинстві та яка нині найбільша ваша мрія?**

– У дитинстві, як, мабуть, і багато дівчаток, мріяла про чудову сім'ю та улюблену роботу. Пізніше, ще до повномасштабного вторгнення русів в Україну, моєю мрією був мій розвиток у медицині, вдосконалення як особистості. Але тепер про мрію важко щось сказати. Адже єдине, чого хочу зараз, – це повернення батька з війни додома. Щоб усі, на кого чекають, повернулися живі та здорові. І безумовно – Перемоги України!

**– Що зробите найпершим, коли дізнаєтеся про нашу Перемогу?**

– Звісно, як і всі українці, зрадію дуже сильно. Але водночас нам не потрібно забувати про те, якою ціною зараз здобувається ця перемога. Ми ніколи, ніколи не повинні забувати тих, кого вже з нами, на жаль, немає.

**Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА**



подобається справа – це неймовірно відчуття, отримуєш задоволення від того, чим займаєшся. Тому перед вибором професії раджу послухати своє серце та йти за покликом душі.

Першокурсникам хочу поради́ти старатися більше часу приділяти відпочинку, адже якщо зациклитися на навчанні – дуже швидко можна вигоріти. Тобто надзвичайно важливо вміти раціонально планувати свій час, виділяти його і на навчання, і на повноцінний відпочинок.

**– Вам вдається все встигати?**

– Доводиться поєднувати все: і навчання, і волонтерство, і відпочинок. Спочатку справді було важко, але якщо правильно розпланувати – все вдається. Адже життя студента-медика доволі насичене, потрібно встигати все, не забуваючи й про цікаві різноманітні заходи, які-

є якесь прохання, звертається до будь-кого в університеті й будьте впевнені – вам не відмовлять.

**– Які дисципліни вам найбільше подобаються?**

– Зараз на моєму курсі всі предмети доволі цікаві. Якщо ж брати загалом, то мені більше до вподоби дисципліни хірургічного профілю.

**– Чи вже обрали собі спеціальність?**

– Мені ще з коледжу подобається акушерство та гінекологія. Відчуваю, що це моє.

**– Яка людина, на ваш погляд, ніколи не зможе бути лікарем?**

– Якщо б професія лікаря була такою легкою та простою, всі хотіли б ним стати. Варто розуміти, що в цій професії дуже важливі не лише знання й їх застосування на практиці, а й те, як реагуватимеш на стрес, на його чинники, як діятимеш в екстре-



**Починаючи викладацьку діяльність 1987 року, доцентка кафедри терапії та сімейної медицини ТНМУ ім. Івана Горбачевського Наталія Боцюк зуміла поєднати найкращі таланти своєї родини – і лікарську практику, і вчительство. Найбільша радість охоплює Наталію Євгенівну в мить, коли довідується, що її учні успішно реалізуються і в професії, і в житті. Як би ж доля завершила іншими стежками, зізнається, то стала б істориком, адже таємничий дух минувшини вабив її змалечку.**

## «У ДИТИНСТВІ ЗАВШЕ БЛУКАЛА В МЕДЖИБІЗЬКОМУ ЗАМКУ»

**– Фундамент кожної особистості закладається в дитинстві. Наталіє Євгенівно, в якій сім'ї ви з'явилися на світ?**

– Я народилася в Тернополі у сім'ї інтелігентів. У чудовій сім'ї! Мама, і тато – природжені вчителі. Вони завжди були для мене прикладом. Виховали трьох дітей – у мене ще є брат і сестра.

Мама Надія Григорівна – вчителька-методистка. Пригадую, вона дуже опікувалася своїми учнями, особливо з неблагополучних сімей, часто провідувала їх, запрошувала до себе додому на свята. На жаль, мами не стало два роки тому. Батько Євген Во-

– коли вздовж дороги лежали спухлі з голоду люди... Мені про це прабабуся та бабуся розповідали. Пригадую, коли на Великдень ми приходили на цвинтар, моя бабця Ольга Гнатівна ходила по горбиках, вона знала, які родини там поховані, та залишала по шматочку паски й крашанку. Взагалі бабуся Ольга – це був еталон мудрості в нашій родині. Вона навчила мене, що жодні складні обставини, жодні біди не бувають безкінечними, тож завжди треба зберігати спокій та вірити в Бога. Ніколи не можна втрачати надії! Це слова від людини, яка пережила два голодомори, війну й ще безліч порівняно дрібних негараздів.

А ще бабуся навчила мене, що завжди треба працювати. Завдяки тому, що всі в їхній сім'ї працювали, не покладаючи рук, вони були необхідними людьми,



**Наталія БОЦЮК з однокурсниками на заняттях, перший ліворуч – куратор групи, доцент Микола КЛАНЦА (1986 р.)**

лодимирович Гашин тривалий час працював на виробництві, став генеральним конструктором «Будіндустрії» в Тернополі, а потім все-таки перейшов на викладацьку роботу в політехнічний інститут, захистив дисертацію та досить довго там працював. Має багато випускників, які поважають його, згадують і досі приходять до нього.

**– Які спогади передусім навіює думка про дитинство?**

– Мати моя з Меджибожа – це таке славне селище на Хмельниччині. Саме там я й виросла в моєї бабці. Меджибзький замок – найстаріша оборонна споруда в Україні. Його краса, велич і таємничість завжди мене вабили. Малою я часто там блукала, якось мене навіть шукали в підземеллі замку всі сусіди (сміється). Мені дуже подобалося бродити серед руїн: уявляла себе то серед оборонців, то серед присутніх на балу. Жила у своїх дитячих мріях і фантазіях, які могли перенести на сотні років назад. До слова, в нашій сім'ї ніколи не було таємниць з правдивої історії нашої землі. Скажімо, я завжди знала про голодомор. Просто не могла співставити цих страшних фактів зі своїм щасливим дитинством – спокійним, веселим і ситим. Дитиною не могла зрозуміти, як це

мали своє ремесло, добру хату, що, зрештою, дало можливість і голодомор пережити, бо міняли чоботи на окраєць хліба, який ділили між дітьми та іноді декілька крихт брали собі. Завше треба працювати й вірити у те, що колись розвидниться, що навіть найгірше жайття все одно мине. Так казала моя бабуся, яка прожила, до речі, 96 років, до останніх днів мала гострий розум і ділилася спогадами навіть з істориками-науковцями з Києва.

**– Хто ж надихнув вас на вибір професії?**

– Мамині брати – Олександр Семенович і Петро Семенович Ліценки – були дуже відомими лікарями в Тернополі. Петро Семенович був відомим лором, заслуженим лікарем. Олександр Семенович завідував урологічним відділенням Тернопільської обласної клінічної лікарні. Власне, вони й надихнули.

Утім, зерно закинув мій дід Григорій, мамин батько. Він повернувся з німецького полону, після якого часто хворів і завжди при цьому повторював, звертаючись до мене: «От виростеш, станеш лікаркою...». Мамині брати-лікарі завжди опікувалися ним, приносили ліки, підбадьорювали його. Я дивилася, дивилася на них і... Ось так ця стежка й мені

# Доцентка Наталія БОЦЮК:



простелилася. Дідусеві слова переросли в моїй свідомості в абсолютну мрію: от виросту й стану лікаркою!

## «ЗАГАРТУВАЛАСЯ НА ВИРОБНИЦТВІ»

**– Свої шкільні роки згадуєте із задоволенням?**

– Я навчалася у Тернопільській середній школі №13, яку закінчила 1980 року із золотою медаллю. У школі було цікаво, весело, в мене були чудові вчителі, навіть не можу когось конкретного відзначити – всіх згадую з теплотою та вдячністю. Було також багато гуртків, я активно їх відвідувала, все хотілося пізнати, всьому навчитися. Ось приблизно такі шкільні роки були в нас – одні на всіх.

**– Коли ваша мрія стати лікаркою викреслилася в конкретне рішення вступати у медичний виш?**

– Ближче до старших класів я вже остаточно вирішила, що буду вступати в медичний інститут і... дуже гарно мені це не вдалося. З першого разу не вступила та пішла працювати. Було надзвичайно прикро. Але саме тоді почалися мої справжні життєві університети. Я пішла працювати на фабрику продовольчих товарів. Працювала в бригаді, вдосвіта ходила на зміну (мені належало пакувати вафлі «Артек»). На виробництві загартувалася: із замріяного дівчиська (мені сімнадцять виповнилося вже на фабриці), медалістки з вінком троянд на шії (в ті часи було модно медалістам закладати вінки троянд і митак дефілювали площею) перетворилася в реалістку, яка вже розуміла, що справжній світ від уявного суттєво відрізняється. Тут замало було мріяти, а слід було боротися, вперто працювати, попри всі труднощі йти вперед. За рік праці я навіть доросла до бригадира комсомольсько-молодіжної бригади (сміється). Тоді мені давали скерування на навчання спеціальностей з технології харчових продуктів. Але мене не полишала думка про медицину. Я ходила на вечірню підготовку, вчилася, намагалася швидше виконати норму та захватитися десь у куточку, щоб почитати підручники. І таки вступила за другим разом до нашого медичного інституту!

До слова, я досі дружу з людьми, з якими працювала тоді. Вони вже давно старенькі. Переглядаю світліни з тих часів – багатох уже немає, але добрий спомин є. Це була моя школа життя, вона навчила мене головному – як у житті вистояти. Тож коли вже сиділа за студентською лавою, дуже чітко знала різницю між роботою на конвеєрі та навчанням.

**– Що передусім згадується зі студентського життя?**

– Усі студенти мого покоління згадують дві речі: закоханість і колгосп. І мене це теж не оминуло (усміхається). Ми з чоловіком – студентська пара. Колгоспу в моєму студентському житті теж було достатньо – збереглися згадки на фото. Багато навчання, багато корисного дозвілля, зокрема, я була учасницею нашого інститутського ансамблю танців.

моїх найкращих вчителів також Тетяна Степанівна Бабінець, Ніна Олександрівна Єпішина та куратор нашої групи Микола Оксентійович Кланца. На жаль, він дуже швидко пішов із життя.

**– Як вибрали свій напрямок у медицині?**

– Напевно, передусім завдяки Іванові Семеновичу Сміяну. Коли під час розподілу було місце педіатра в Кременці, не довго роздумуючи, пішла туди, надихнувшись його прикладом.

**– Як людині, яка народилася й досі все життя перебувала в Тернополі, мабуть, не просто вам там було?**

– Нині я працюю на кафедрі терапії та сімейної медицини й завжди вважала сімейну медицину пріоритетним напрямком. Можу сказати, що з первинної ланки почала – нею й завершую. Так, я почала працювати дільничною лікаркою. Ось я згадувала про свої дитячі мрії в Меджибзькому замку. А в Кременці, як відомо, є гора Бона, з якою пов'язано дуже багато легенд. Нею дуже гарно милуватися, можна навіть туди кілька разів пішки зійти. Але коли твоя дільниця розміщена під самою Боною, а ти в негодю маєш дуже багато викликів, транспорту не виділили, бо ти ще молода, тож скачеш, як гірська кізонька (сміється) по тих горах від хати до хати. Зізнаюся, працювати



**Наталія БОЦЮК разом з однокурсниками на перших заняттях у Кременецькому медичному училищі. Досвідом ділиться старша медсестра дитячого відділення Леся ДАРМОГРАЙ (1989 р.)**

## «ДУЖЕ ТІШУСЯ, КОЛИ БАЧУ, ЩО МОЇ УЧНІ ДОСЯГЛИ УСПІХУ»

**– Хто з викладачів найбільше доклався до вашого професійного становлення?**

– Безумовно, оскільки я педіатриня, то передусім це наш академік, мій великий вчитель і провідник у житті – Іван Семенович Сміян. Про нього найтепліші спомини й для нього моя найбільша повага. Його слова, лекції, обходи не раз згадувала в деяких складних моментах, коли починала практикувати. Серед

спочатку було важко. Звичайно, мені допомагали колеги. Зокрема, дуже мене підтримувала знана на Кременеччині педіатриня Надія Іванівна Юзва. Коли мені вперше дали список моїх викликів, а я навіть зовсім не знала, де це може бути, вона підійшла до мене й сказала: «Я тобі допоможу, дитино, бо ти пропадеш». Саме вона мені підказала, що треба взяти на практику групу в медучилищі, бажано фельдшерів або дитячих медичних сестер. З того часу фактично в мене почалося викладацьке життя. 1987 року я стала викладачем педіатрії в Кременецькому медичному училищі – й відтоді все життя на викладацькій роботі.



# «ЦЕ ТАК ВАГОМО: РОБИТИ ТЕ, ЩО ДО ДУШІ, КОЛИ РОБОТА ВИСНАЖУЄ Й НАДИХАЄ ВОДНОЧАС»

– Ви зуміли поєднати і медицину, на яку вас надихнули мамині брати-лікарі, і, власне, викладацьку роботу, любов до якої, очевидно, вам передалася від батьків.

– Так, поєднала, і практично відразу. І скажу щиро, що свою роботу надзвичайно люблю, мабуть, таки успадкувала педагогічні здібності. Адже це так важливо: робити те, що до душі, коли робота виснажує й надихає водночас. Окрім вимоги передавати знання з медицини, слід було вміти знайти правильний підхід до кожного студента, постійно пильно спостерігати за ними, аби підтримати чи застерегти від небезпечних вчинків. Було всіляко... Мої студенти мені дуже допомагали в практичній діяльності: ходили зі мною на виклики, чергували зі мною в палаті інтенсивної терапії, разом з ними ми приймали в лікарню дітей, ходили в інтернат для дітей, аби допомагати по господарству. Особливі спогади про наші екскурсії до країн Балтії, Білорусі, до Санкт-Петербурга, де я водила своїх студентів ще й до театру. Вони вже всі давно дорослі люди. Практично всі з моїх перших груп в училищі здобули вищу медичну освіту. З-поміж них навіть є викладачі нашого університету – це, зокрема, Петро Сельський, Михайло Фурдела, Роман Цицюра. Коли я зустрічаюся зі своїми випускниками – завжди дуже тішуся. Адже для мене надзвичайна радість, коли бачу, чого вони досягли, що ніхто з них не пустився берега. Всі мають свою сім'ю, улюблену роботу, вони успішні – для мене це найбільша радість.

Після праці в Кременці я вступила в магістратуру, потім – в аспірантуру, де під керівництвом



(Зліва направо) професори Ігор ГОСПОДАРСЬКИЙ, Лілія БАБІНЕЦЬ і доцентка Наталія БОЦЮК під час науково-практичної конференції з міжнародною участю «Актуальні питання діагностики, лікування, раціональної фармакотерапії, профілактики та реабілітації в практиці сімейного лікаря»

база, щирі, дружні прогресивні фахівці. Саме в них я вчилася УЗД і проходила спеціалізацію з функціональної діагностики, яку потім і викладала.

## «ЗА СІМЕЙНИМ ЛІКАРЕМ – МАЙБУТНЄ СИСТЕМИ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я»

– На кафедрі сімейної медицини ви з перших днів її створення?

– Так, на кафедрі я з 1999 року, з її перших днів створення, вона ще тоді називалася кафедрою поліклінічної справи. Потім вона багато разів перейменовувалася, але зміст залишався один і той же – це первинна медична допомога, сімейна медицина. У суспільстві завжди був великий запит саме на лікарів першого контакту. А тепер, за

дентської лави. Ми нині перебуваємо на військових рейках і маємо ідеологічно спрямовувати студентів на те, що їм, навіть якщо стануть видатними фахівцями в нейрохірургії, травматології, кардіології чи косметології, обов'язково належить вміти фахово надати людині первинну медичну допомогу, сформулювати та відстежити маршрут пацієнта в тій чи іншій ситуації.

– Часто спілкуєтеся з нашими студентами про те, яким вони бачать своє фахове майбутнє й, на жаль, не надто багато з них бажають йти саме у сімейну медицину. Кажуть – важко.

– Важко – це про всю медицину. 2013 року я стажувалася в Братиславі. Разом із завідувачкою нашої кафедри, професоркою Лілією Бабінець ми вивчали досвід Словаччини у сімейній медицині, бачили, як громада дбає про своїх лікарів, які в них комфортні умови в амбулаторії сімейного лікаря. Наразі в нас сімейний лікар ще не в достатній пошані, слід працювати над цим не лише через реформи з «високих кабінетів», а й усією громадою в кожному регіоні. До слова, наш колектив теж багато працює для об'єднання та підтримки сімейних лікарів нашої області. Маємо Асоціацію лікарів сімейної медицини Тернопільщини, де проводимо навчання, конференції, симпозиуми. Колектив нашої кафедри часто організовує регіональні та всеукраїнські конференції сімейних лікарів з міжнародною участю. До нас приїжджали гості з-за кордону, зокрема, з Грузії, Литви, які ділилися досвідом організації амбулаторії сімейного лікаря, комп'ютеризації, зрештою, й оплати у своїх амбулаторіях. Разом ми відвідували амбулаторії сімейного лікаря в нашій області. Це було дуже цікаве та корисне спілкування. Словом, працюємо та безперервно розвиваємося, адже усвідомлюємо, що за сімейним лікарем – майбутнє системи охорони здоров'я.

– Що вважаєте найбільш цінним у власному творчому доробку?

– Співаторство у семи посібниках, серед яких найбільш вагомими є посібники «Сімейна медицина», «Первинна медична допомога», «Актуальні аспекти вищої медичної освіти за фахом «загальна практика-сімейна медицина».

– Нинішнє покоління студентів надихає до праці?

– Звичайно! Студенти – це такий потік молодого енергії, який допомагає жити. Деякі з них особливо талановиті. Важливо їх знайти, виділити й підтримати. І це не обов'язково відмінники. Талант – це щось енергетичне, він десь там – між книжками та відчуттям. Уже знаю, що коли доведеться піти на пенсію, буду за ними нудьгувати.

## «ЩАСТЯ НИНІ НА ВСІХ ОДНЕ: ПЕРЕМОГТИ ТА ВІДРОДИТИСЯ»

– Окрім професійної діяльності, ви долучаєтеся й до громадських справ. За активну участь у суспільно-громадському житті та співпрацю зі студентською молоддю

Разом з науково-краєзнавчою студією «Терполяни», нашими студентами та її очільником, непересічною особистістю Леонідом Васильовичем Кравчуком, з яким працювала разом ще в Кременці, теж долучаюся до проведення різних патріотично-просвітницьких акцій.

– Що нині, в такий важкий для всіх українців час, мотивує вас до життя та праці?

– Напевно, немає покоління, яке б не пережило війни. Тепер і перед нами постала жорстока правда: історія людства складається з воєн, тільки вони іноді більше стягнуті в часі й між ними проміжок, а іноді – менше. Мусимо це пережити. Debes, ergo potes. Є така латинська приказка: мусиш – отже, можеш. Не можна впадати в розпач, бо на тебе дивляться старенький батько, діти й вже внучка. І тому можеш собі дозволити витік емоцій лише десь в усамітненому місці.

– Як би обрали не медицину, то, можливо, були б...

– Напевно, істориком. Принаймні, не кондитеркою. Я люблю пекти смаколики, але лише для найближчих.



Наталія БОЦЮК (друга праворуч) серед учасників конференції за участі іноземних гостей з Грузії та Естонії на виїзному засіданні на базі амбулаторії сімейного лікаря у с. Шляхтинці Тернопільського району (2017 р.)

в національно-патріотичному напрямку отримали, зокрема, відзнаку міського голови Тернополя. Що вас спонукає до цієї роботи?

– Внутрішня потреба. Наше покоління мусить відродити те, що в нас було занедбано, приглушено. От хочеться зараз сказати: «Ми єсть народ». Зізнаюся, що для мене це дуже важливо! Разом з колегами з нашого університету я є співзасновницею нашого ГО «Інститут дослідження національної спадщини». Крім того, в нашому університеті також діє науково-дослідний центр «Європа Схід», де відроджуємо, дбаємо та провадимо діалог українського й польського народів, культур. Зокрема, восени 2021 року в ТНМУ провели «круглий стіл», під час якого обговорили творчість Юліуша Словацького, потім мали теплу зустріч у його садибі в Кременці.

– Маєте місце, де відпочиваєте душею?

– При землі, у своєму саду, біля дерев, які садив мій дідусь. У нас є одна яблуня, старезна-престарезна, має величезне дупло, а кожен рік, як співав Анатолій Горчинський, цвіте. Біля неї набираюся сили.

– Цього року у вас ювілейна дата. Ви щаслива людина? У чому для вас полягає щастя?

– Досі вважала, що щастя – це дуже якась така приватна філософська квінтесенція. Щастя – коли дитя рівно дихає в колісці. Щастя – коли перша закоханість. Щастя – коли на роботі щось вдалося. Щастя – коли подорожуєш та переповнений враженнями... А тепер у нас щастя, напевно, на всіх одне: щоб ми вижили, щоб ми перемогли, щоб ми відродилися. Тепер для мене лише такі критерії щастя.

Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА



Наталія БОЦЮК під час занять зі студентами (2022 р.)

академіка Івана Семеновича Сміяна розпочала писати кандидатську дисертацію, яку захистила в Інституті педіатрії, акушерства і гінекології в Києві. Дуже багато в зборі наукового матеріалу, його підготовці та опрацюванні мені допоміг колектив Рівненського діагностичного центру та його директор Віктор Поліщук, якого часто згадую зі словами щирої вдячності. На той час у центрі в Рівному була сучасна матеріально-технічна

часів невизначеності, коли не всі пацієнти, особливо діти, мають доступ до належного медичного супроводу, ця потреба постає з особливою гостротою. У постраждалих від війни областях перед лікарями постало багато нових викликів, адже, за вимогою обставин, незалежно від фаху, всі стали лікарями первинної ланки. Знаєте, я твердо стою на позиції, що готувати сімейного лікаря, формувати його світогляд слід починати ще зі сту-



ЛАВРЕАТИ

# НАГОРОДИЛИ ПЕРЕМОЖЦІВ КОНКУРСУ «СТУДЕНТ 2022 РОКУ ТНМУ»

**Під час чергового планового засідання вченої ради Тернопільського національного медичного університету імені Івана Горбачевського, що відбулося 31 січня, ректор ТНМУ, професор Михайло Корда вручив відзнаки найкращим студентам нашого вишу за їхні досягнення в навчанні, спорті, творчості, громадській діяльності.**

Нагадаємо, що проєкт «Найкращий студент року» втілюють у ТНМУ вже тривалий час. Наприкінці кожного календарного року відбувається конкурс на здобуття перемоги у шести номінаціях. У відборі можуть брати участь студенти денної форми навчання 1-6 курсів, які мають високі показники в навчанні, займаються науково-дослідною роботою, беруть активну участь у житті університету загалом. Для участі потрібно подати до центру виховної роботи та культурного розвитку ТНМУ заповнену анкету та копії документів, що засвідчують успіхи студента (дипломів, відзнак, грамот, подяк, наукових статей, патентів). Переможців визначає конкурсна комісія, до якої цього року ввійшли проректор з науково-педагогічної роботи, професор Аркадій Шульгай, проректор з наукової роботи, професор Іван Кліщ, голова студентського парламенту Олександр Мехедок, декан медичного факультету, професор Петро Лихацький, декан стоматологічного факультету, доцент Світлана Бойцанюк, декан фармацевтичного факультету, доцент Дмитро Коробко, директорка навчально-наукового інституту медсестринства Світлана Даньчак, завідувачка кафедри фізичної терапії, ерготерапії та фізичного виховання, професорка Дарія Попович, заступник голови наукового товариства студентів Вікторія Мірошник і керівниця центру виховної

роботи та культурного розвитку Марта Руденко.

Отож, переможці конкурсу «Студент 2022 року ТНМУ».

У номінації «За відмінні успіхи в навчанні», за підсумками 2022 року та за результатами розгляду конкурсної комісії, перемогу здобула студентка п'ятого курсу медичного факультету Тетяна Опер. Її бал у навчанні становить 187,5. На запитання, що передусім потрібно для того, аби успішно навчатися, Тетяна відпові-

ла: «Бажання, наполегливість, систематизація знання та поєднання їх з практикою. Якнайтісніше поєднувати теорію з практикою якщо не безпосередньо в медичних закладах, то принаймні в нашому симуляційному центрі дуже раджу усім – так знання засвоюються найкраще. Ця нагорода для мене означає те, що я рухаюся в правильному напрямку для того, щоб стати хорошою лікаркою, стимулює бажання бути кращою в обраній галузі».



**Ректор ТНМУ, професор Михайло КОРДА з переможцями конкурсу «Студент 2022 року ТНМУ»**

дає: «Бажання, наполегливість, систематизація знання та поєднання їх з практикою. Якнайтісніше поєднувати теорію з практикою якщо не безпосередньо в медичних закладах, то принаймні в нашому симуляційному центрі дуже раджу усім – так знання засвоюються найкраще. Ця нагорода для мене означає те, що я рухаюся в правильному напрямку для того, щоб стати хорошою лікаркою, стимулює бажання бути кращою в обраній галузі».

У номінації «За вагомі досягнення в науковій роботі» (премія імені Івана Горбачевського) найкращим став студент другого курсу медичного факультету Ярослав Білик. Він, зокрема, є співавтором наукових публікацій у виданнях, які внесені до нау-

кометричної бази Scopus (дві статті), наукових публікацій у вітчизняних фахових виданнях (сім статей), тез у збірниках матеріалів міжнародних і всеукраїнських наукових форумів (десять публікацій). Любов до науки, як зізнається Ярослав, йому прищепив дідусь Ярослав Іванович Федонюк, який упродовж чверть століття очолював кафедру анатомії людини ТНМУ. «Дідусь був першою людиною, з якої брав приклад і захоплювався його

досягненнями в науці. У дитячі роки я ходив з ним на кафедру, він водив мене університетом, все показував, розказував, пригадував, як я сидів у його кабінеті та з величезним захопленням розглядав атласи, – мовить Ярослав Білик. – Він дуже хотів, щоб я продовжив його справу та досягнув більшого, саме це поставило переді мною високу планку. Тож присвячую цю нагороду світлій пам'яті мого дідуся й працювати далі».

за свободу», першою заступницею голови студентського парламенту ТНМУ.

Аліна наголошує, що ця нагорода для неї – дуже важлива. «Адже коли багато працюєш, організовуєш різні заходи, а все це робиться, звісно, на волонтерських засадах, то дуже важливо при цьому не втрачати інтерес, – пояснює вона. – Тож ця нагорода для мене є однією з тих речей, що допомагають працювати далі, не втрачаючи мотивації.

Я переконана, що потрібно чітко розмежовувати важливість навчання та всебічний розвиток. Саме організація різних заходів і проєктів дає можливість розвиватися не лише в медицині, а дозволяє знаходити нові зацікавленості й за межами університетського товариства, а потім принести їх в університет і запровадити тут. Багато студентів у нас цікавляться, скажімо, і економікою, і філософією, і історією, і політологією. Так можна знайти круте коло зацікавлених, яке об'єднане не лише медичною тематикою, і організовувати заходи різного спрямування».

У номінації «За вагомі досягнення в розвитку культури» відзначили студентку п'ятого курсу стоматологічного факультету Богдану Білу – за пропагування української культури та привернення уваги світової громадськості до проблем українських біженців і працевлаштування українців. «Насправді ця нагорода стала приємним сюрпризом для мене, – зізнається Богдана. – Весь минулий семестр я присвятила міжнародній пропаганді України серед молоді Європи і не тільки. Брала участь у трьох міжнародних проєктах в Іспанії, Португалії та Туреччині, що були організовані у співпраці з Erasmus+. Всі ці проєкти стосувалися різних тем, та основним у них було те, що в кожному з них учасниці від української команди можна було зробити свій соціальний внесок.

На своєму прикладі хочу показати, що варто пробувати, подавати заявки та відстоювати честь України, тому що кожен голос зараз важливий».

Найкращою в номінації «За вагомі досягнення у спорті» стала студентка другого курсу медичного факультету Дарія Таран, яка торік тричі стала чемпіонкою України зі спортивних танців, а також здобула різні нагороди в міжнародних та європейських змаганнях. До слова, відзнаку ТНМУ за досягнення у спорті Дарія отримує вже другий рік поспіль. «Звісно, я цим здивована, – зізнається вона, – адже гадала, що двічі в одну річку не ввійдеш. Але ж насправді все можливо, якщо наполегливо працювати й вірити в те, що можеш досягти більшого. Дуже приємно, що наш університет робить такі нагороди студентам і таким чином підтримує їх. Особливо, якщо це стосується, як, скажімо, в мене, спорту, що з медициною аж ніяк не пов'язано. Це стимулює до розвитку, до нових звершень».

До слів Дарії приєднується й студентка четвертого курсу медичного факультету Ольга Оплетя, організаторка та співорганізаторка 19 волонтерських і благодійних заходів, яка здобула перемогу в номінації «За активну волонтерську діяльність». «Для мене особисто ця нагорода також є стимулом працювати – більше та краще, – каже Ольга. – Адже праці ніколи не буде достатньо, передусім, якщо це стосується волонтерської діяльності та особливо – зараз, хоча волонтерство завжди актуальне. Напевно, це саме та сфера, де про нагороди треба думати якнайменше. Добро, що для мене є синонімом волонтерства, треба робити безкорисливо, без якоїсь надії на те, що за це щось отримаєш. І заввичай саме тоді, коли так відбувається, воно й повертається сторицею».

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

ОБ'ЄКТИВ



**Марія-Марта СМОЛА,  
Христина ГЛЕК, Олександр  
МІРЧУК, студенти стоматологічного факультету (ліворуч),  
Тетяна ВАЛІВКО та Марина  
ЯЦЮК, студенти медичного факультету (праворуч)**

**Світлина  
Миколи ВАСИЛЕЧКА**





# ПЕТРО ЛЕВИЦЬКИЙ: «У ЦІ НЕЛЕГКІ ЧАСИ НАС ТРИМАЄ ПАТРІОТИЗМ І ВІРА У ЗСУ»

*Незважаючи, що в Україні військовий стан, медицина мусить працювати. Лікарі продовжують надавати кваліфіковану медичну допомогу, а також займаються волонтерством і захищають Батьківщину. З часу повномасштабного вторгнення росії на українську територію Тернопільський міський лікувально-діагностичний центр жодного разу не припинив свою роботу.*

*Як працюють медики в нинішні важкі часи, які проблеми доводиться розв'язувати та як рятуються від психологічної напруги розповів директор цього медичного закладу, кандидат медичних наук, доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини ТНМУ Петро Левицький.*

– Петре Ростиславовичу, відомо, що багато медичних установ країни перелаштували свою роботу, деякі з них стали шпиталями, надають допомогу пораненим військовим, хтось перейшов у формат дистанційного консультування. В якому режимі працює ваш лікувально-діагностичний центр?

– Весь персонал нашої установи – від молодшої медсестри до лікаря, всі залучені до на-



(Зліва направо) медичний директор Сергій ГДАНСЬКИЙ, директор центру Петро ЛЕВИЦЬКИЙ, завідувач діагностичного відділення, лікар-ендоскопіст, лікар-хірург Сергій ІВАНОВ

міської скарбниці для медичних оглядів декретованих груп населення, приміром, працівників міських закладів освіти, для яких ця послуга, до слова, безкоштовна. Продовжуємо стабільно працювати в умовах воєнного стану. Звісно, є певні складнощі, зумовлені вимкненням енергопостачання чи сигналами повітряної тривоги, тоді наш центр може кілька годин не обслуговувати пацієнтів і це, певна річ, призводить до порушення процесів діагностики та лікування.

Консультації, обстеження та лікування проводимо безкоштовно за наявності скерування від сімейного лікаря. А от щодо медичних оглядів, то це є платна медична послуга, яку повинен хтось оплатити – чи то працедавець, чи страхова компанія, чи сам обстежуваний, адже державні гарантії на ці медичні послуги не поширюються. Щоб не було непорозумінь, усім пояснюю, що ми працюємо за таким правилом: якщо в процесі обстеження встановлюється діагноз і призначається лікування, то це є безкоштовно, а коли в підсумку має звучати: «здоровий» – це платна послуга, згідно з чинним законодавством і відповідних регламентувальних документів.

Важливим моментом роботи під час війни стало те, що наш заклад приймає внутрішньо переміщених українців, мешканців тих територій, де тривають бойові дії. З початку повномасштабного вторгнення за медичною допомогою до нас звернулися понад 2000 осіб.

Працює для внутрішньо переміщених українців й програма check-up- діагностики. Тернополяни вже знають про цей комплексний огляд для людей, які старші 55 років, та й вимушені переселенці з інших міст теж належно оцінили цю послугу.

– До речі, чи вдалося вам реалізувати цей проєкт, адже ви були першопрохідцями серед комунальних медзакладів країни?

– Так. Ми були першими, хто зніціював таку безкоштовну check-up- діагностику, яка відбу-

валася в рамках загальнонаціональної програми Президента «Здорова Україна». Декілька міст України пішли нашим шляхом й керівники кількох лікувально-діагностичних центрів навіть попросили в нас інформаційної «підтримки». Ми охоче поділилися досвідом. У нас за цим проєктом торік обстежено майже 1500 осіб. Уже навіть черга з пацієнтів сформувалася, тож наші фахівці вже записують на кілька місяців наперед, бо зрозуміло, що одночасно не можемо всіх обстежити.

– Міський лікувально-діагностичний центр – один з тих закладів, який має чіткий стратегічний план розвитку. Що все-таки вдалося у нинішні важкі часи зреалізувати?

– Чітке планування дозволяє нам самостійно заробляти кошти та вкладати їх у розвиток. Однією з «родзинок» закладу є відділення денного стаціонару. Ця проміжна форма між амбулаторним лікуванням і традиційним цілодобовим стаціонаром користується чималою популяр-

добового перебування в лікарні. Крім медикаментозного лікування, до послуг пацієнтів масаж, голкорексфлексотерапія, інші медичні послуги. У закладі також працює лікар-психотерапевт, що спеціалізується на лікуванні психосоматичних розладів. З початком повномасштабної війни ще одним напрямком роботи психотерапевта стала робота з вимушеними переселенцями, адже майже кожен з них стикнувся з проблемами тривоги, безсоння чи розладом адаптації.

Звісно, в матеріальному забезпеченні допомагає й міська влада – оплатою комунальних послуг, закупівлею медичного обладнання, проведенням ремонтних робіт. Нещодавно за кошти громади ми відремонтували та оновили наш травматологічний кабінет у корпусі за адресою вул. Князя Острозького, 6 (тернопольцям більше відома, як колиш-

ших захисників. Мій син також долучився до цієї допомоги й доправляв продукти для військових у Харківський волонтерський центр, а звіди – на передову.

Маємо й своїх військових – до Збройних сил мобілізували стоматолога, травматолога та лікаря-рентгенолога, які зараз перебувають у навчальних центрах. Ми допомогли їм матеріально зібратися на службу, а зараз перебуваємо на постійному контакті.

– Що відчули, коли отримали звістку про повномасштабне вторгнення росії на українську землю?

– Про повномасштабне вторгнення росії в Україну почув від колеги, коли зранку приїхав на роботу. Напередодні 20 лютого саме відбувся конкурс «Людина року-2021», де мене визнали переможцем в одній з номінацій. Нас



(Зліва направо) лікарка-кардіологиня Ірина ГАЛУШКА, лікар-невролог Анатолій КРИВОНОС, лікарка-неврологиня Галина ЧОНКА

на перша поліклініка). Зрозуміло, що на другий поверх людині на милицях, з переломом чи хворими суглобами вкрай незручно діставатися, тож ми розв'язали цю проблему. Торік запланували відремонтувати фасад нашого діагностичного центру, міська рада виділила кошти, але не змогли втілити цей проєкт у життя, бо завадила війна. Вирішили зачекати з капітальним ремонтом до кращих часів, до настання Перемоги.

– Медичні працівники не стали осторонь подій у країні – хтось допомагає коштами, комусь вдалося знайти себе у волонтерстві...

– Наші фахівці з початку повномасштабного вторгнення росії в Україну також допомагають нашим Збройним силам. Один з військовослужбовців зорганізував в Тернополі невеличку майстерню з пошиття військової амуніції. Працівники нашого центру зібрали кошти на пошиття захисної форми та військового спорядження, а з настанням зими – на маскувальні халати для військовослужбовців.

Наші працівники закуповують і продукти харчування для на-

нагороджували в Збаразькому замку, певна річ, друзі, знайомі вітали. Я ще кілька днів перебував під враженнями, які викликали внутрішнє піднесення. І тут ось така страшна звістка. Коли почув, що Луцьк зазнав ракетних ударів, одразу ж зателефонував до родини, Волинь – то моя мала Батьківщина. Перша реакція, психологи називають її захисною, – заціпеніння, в голові промайнули тисячі думок. А що буде далі? Взагалі на початку війни в усіх працівників було велике потрясіння, але вони не залишили роботу, звичайно, переживали та непокоїлися цією страшною новиною. В закладі відвідувачів майже не було. У нас завжди гамірно, людно, а тут – суцільна тиша, яка просто тисне на тебе з усіх боків. Коли шок трохи минув, то всі мої знайомі, колеги кинулися, хто як міг допомагати. Запаслися для надання невідкладної допомоги медичними препаратами, намагаємося долучатися до волонтерської справи. І віримо – у наші Збройні сили, незламність українського духу й те, що правда на нашому боці, ми переможемо агресора.

**Лариса ЛУКАШУК**  
Світлина

**Миколи ВАСИЛЕЧКА**



Медична сестра Оксана ПОХИЛЬЧУК

дання медичної допомоги. Як усіх свідомих українців у ці нелегкі часи нас тримає патріотизм та віра, що переможемо рашистів. Кардинально наша робота не змінилася. Лікувально-діагностичний центр належить до амбулаторно-поліклінічних закладів, це установа міської ради й за своєю структурою він нічим не вирізняється від інших, які функціонують у всій Україні. Підписали вже на цей рік з НСЗУ пакет на амбулаторну спеціалізовану медичну допомогу. Крім того, заклад отримує кошти з



Медична сестра Анна КУЦА

ністю і серед внутрішньо переміщених осіб, і тернопольцям. За кілька годин людина отримує повноцінне лікування, можна поставити крапельницю, зробити ін'єкції, що не потребує ціло-



ЛІКУЄ ПРИРОДА

ЗВАЖТЕ

# КВАШЕНА КАПУСТА ПОЛІПШУЄ ЧОЛОВІЧЕ ЗДОРОВ'Я. І НЕ ТІЛЬКИ

**Квашена капуста не лише дуже смачна й здатна прикрасити будь-який пісний стіл, підвищити апетит кожного, вона ще й цілюща, тому їсти треба її побільше, ретельно розжовуючи, тоді ясна завжди будуть міцними та здоровими.**

Квашену капусту готують методом ферментації за допомогою молочнокислого бродіння. Бактерії починають розмножуватися в ній, поглинаючи вуглеводи. Завдяки активності бактерій, що розмножуються та поглинають вуглеводи, капуста насичується корисними речовинами, органічними кислотами, так само, як під час закваски йогурту. Смак капусти стає кислим, а термін зберігання збільшується до кількох місяців.

Завдяки пробіотикам, які виробляє капуста під час ферментації, покращується загальний стан мікрофлори кишківника. Вона захищає від токсинів, запалення та шкідливих мікроорганізмів, клітковина, якої багато в овочі, ефективно запобігає закрепам. Користь квашеної капусти для печінки насамперед у тому, що вона підтримує водно-сольовий баланс в організмі на рівні, що зменшує згубну дію алкоголю. Вітамін С, на який багатий цей овоч, та корисні для роботи травної системи бактерії рятують організм від інтоксикації шкідливими речовинами. Бактерії, що містяться у квашеній капусті та інших ферментованих овочах, покращують засвоєння заліза, збільшуючи його біодоступність. Пробиотики, які містять-

ся у ферментованій їжі, впливають на роботу мозку та нервової системи, покращуючи настрій та сприяючи лікуванню депресивних симптомів.

Дослідження китайських вчених показало, що стан мікрофлори кишківника впливає на ризик розвитку хвороби Альцгеймера, а пробіотики здатні знизити ймовірність її розвитку.



Вітамін С, якого багато у квашеній капусті, бере участь у виробленні лейкоцитів, стимулює регенерацію клітин та утворення колагену, необхідного для пружності шкіри та багатьох інших тканин. Вітамін К регулює виробництво білків, що викликають їхню мінералізацію. Марганець, калій, фосфор і магній роблять кістки міцнішими.

Квашена капуста – чудове джерело вітаміну С, запобігає погіршенню стану здоров'я у вагітних, бореться з токсікозом, допомагає в разі менопаузи. Квашена капуста чудово годиться для підтримки здоров'я шкіри, допомагає позбутися прищів, ефективно загоює рани та усуває синці. Присутні у квашеній капусті токоферол і вітамін А розгладжують зморшки, роблять шкіру

підтягнутою та еластичною, вирівнюють тон обличчя, прискорюють регенерацію тканин. Квашена капуста робить волосся сильнішим. Нікотинова кислота, яка міститься в ній, сприяє зміцненню волосся та нігтів, усуває ламкість волосся, проблему кінчиків, що січуться. Молочна кислота, що міститься в квашеній капусті, має антибактеріальний ефект і перешкоджає виникненню лупи, запобігає випадінню волосся. Квашена капуста покращує чоловіче здоров'я, підвищує потенцію. Сік квашеної капусти є відмінним засобом боротьби з похміллям. Він сприяє розпаду етилового спирту та виводить його з

організму, усуває головний біль і загальне нездужання.

**ЧИМ ШКІДЛИВА КВАШЕНА КАПУСТА**  
Головна небезпека квашеної капусти – високий вміст солі, яку використовують під час приготування цього продукту. Надлишок солі призводить до затримки води в організмі та набряків, підвищує тиск, збільшує ризик сечокам'яної хвороби та інших захворювань нирок, інфарктів та інсультів. Ще один недолік цього продукту – велика концентрація гістаміну. Саме ця речовина викликає алергію. Через це квашена капуста збільшує ризик реакцій на інші продукти. У квашеній капусті містяться продукти бродіння, які утворюють молочну та оцтову кислоти. Комбінація цих кислот

та клітковини, що міститься в капусті, призводить до підвищеного газоутворення. Квашена капуста заборонена в період грудного вигодовування, вона може викликати колики у новонародженого. Квашену капусту не рекомендують людям з підвищеною кислотністю шлунку, із захворюваннями підшлункової залози, в разі загострення гастриту та наявності виразки шлунку, при нирковій недостатності, при конкрементах у жовчному міхурі. У великій кількості вона здатна спричинити діарею.

**МАСКИ КРАСИ З КВАШЕНОЇ КАПУСТИ**

Вугри для підлітка, безсумнівно, – це велика біда, а для жінок – серйозна неприємність у будь-якому віці. Щоб позбутися цієї проблеми, треба поставитися до неї з повною серйозністю. Слід вилучити з харчування жирне, вуджене, солодке. Більше вживати продуктів, багатих на клітковину, в тому числі квашену капусту, овочі, фрукти, кисломолочні продукти. Крім того, рекомендують щодня вмиватися з милом і протирати обличчя спиртом (саліциловим, камфорним тощо). Але ще корисно робити маски з квашеної капусти. Її щільно накладають на розпарене обличчя, накривають серветкою й тримають протягом 30 хвилин.

А маски з капустиного розсолу стануть у пригоді тим, хто хоче трохи освітлити веснянки. Треба змочити в ньому серветку й накласти на обличчя. Через 10 хвилин зняти, а шкіру помити водою.

Підготувала Лілія ЛУКАШ

## ЧИ МОЖНА ЗАЙМАТИСЯ СПОРТОМ, КОЛИ ХВОРІЄШ

Існує міф, що потрібно пропотіти, щоб швидше одужати. Організм справді підвищує температуру тіла, щоб захиститися від вірусів, але додатково прогрівати себе не потрібно: організм сам нагріє нас до потрібної температури.

Самі заняття спортом при застуді можуть бути корисними. Легка чи помірна фізична активність допомагає відчувати себе краще, наприклад, тимчасово полегшити закладеність носа. Але важкі фізичні навантаження під час підвищеної температури зроблять лише гірше.

Є правило, яке допоможе зрозуміти, чи можна займатися спортом, коли хворієш. Воно називається «перевірка шиї». Якщо симптоми виявляються вище шиї, наприклад, нежить, закладеність носа, чхання чи невеликий біль у горлі, займатися спортом можна.

Симптоми, які виникають нижче за шию – привід скасувати тренування. Не можна займатися при тяжкості в грудній клітці, високій температурі, кашлі, втомі, болю в м'язах та розладі шлунку.

Навіть якщо симптоми хвороби не приносять значного дискомфорту та виявляються вищими за шию, інтенсивність занять краще зменшити. Наприклад, піти на прогулянку, а не на пробіжку, виконати один підхід вправ у спортзалі замість п'яти, займатися не годину, а пів години. Заняття з високим навантаженням можна замінити менш інтенсивними тренуваннями, скажімо, йогою або розтяжкою. Цього достатньо, щоб розігнати кров і розслабити м'язи.

Після ГРВІ дітям випишують звільнення від фізкультури, щоб не навантажувати ослаблений організм та допомогти йому швидше відновитися після хвороби. Якщо дитина почувається добре, їй уже можна грати в баскетбол з однокласниками, але іноді лікарі перестраховуються та дають довідку за умовчанням. Зі дорослими все аналогічно – потрібно прислухатися до свого самопочуття.

## Цікавинки

### МІКРОБ РОЗМІРОМ З КОМАХУ

Розмір більшості бактерій – тисячні частки міліметра. Але щонайменше чотири типи бактерій – справжні гіганти. Так, середній розмір *Thiomargarita namibiensis* – 0,18 мм, а деякі виняткові екземпляри цього виду досягають 0,75 мм. Проте бактерія *Thiomargarita magnifica*, відкрита торік, б'є всі рекорди. Типовий екземпляр довший за 9 мм і видно неозброєним оком. Найбільші зразки досягають 2 см завдовжки. Мікроб-переросток обійшов усі обмеження на розмір прокариотів (без'ядерних клітин). Щоб забезпечити свій величезний організм АТФ – кислотою, що є універсальним джерелом енергії для всього живої – *Thiomargarita magnifica* синтезує її не лише на мембрані, а й у товщі клітини. Щоб ферменти у будь-якій точці мали доступ до ДНК, бактерія розподілила по клітині десятки тисяч копій свого геному. Не здатна ділитися

навіл, вона відгалужує невеликі дочірні екземпляри, які виростають уже самостійно.

### ГЕН ВЕЛИКОГО МОЗКУ В ЛЮДЕЙ ВИНИК З ПОЧАТКОВО БЕЗКОРИСНОЇ ЧАСТИНИ ДНК

Китайські біологи описали механізм, за допомогою якого в процесі еволюції ділянки ДНК, які кодуєть довгу некодуючу РНК (тобто, з якої не синтезується білок), породжують функціональні гени. Це мутація ділянки, яка дає змогу утворенню з неї РНК покидати ядро клітини. Як показали дослідники на тваринах, описані в журналі *Nature Ecology & Evolution*, схожа історія могла статися з геном, який залучений до розвитку великого мозку в людей – колись він не кодував білок і міг взагалі не виконувати функцій, але завдяки мутації став корисним функціональним геном.

### НОВА ВАКЦИНА ЗМУШУЄ РАКОВІ КЛІТИНИ ЗНИЩУВАТИ ПУХЛИНУ

В експериментальній вакцині використовують живі, але спеціально перепрограмовані ракові клітини. Вони шукають пухлину та вбивають ракові клітини й стимулюють імунітет. Медики з Гарварду успішно провели перші дослідження на лабораторних тваринах, яких вилікували від глоблостоми, найпоширенішої та найнебезпечнішої форми раку мозку. Останніми роками вчені активізували роботу над вакцинами для боротьби зі злоякісними пухлинами. Як правило, такі препарати отримують на основі білків, характерних для ракових клітин, навчаючи імунну систему виявляти та знищувати їх. Компанія Moderna на хвилі успіху своєї РНК-вакцини проти коронавірусу вже проводить клінічні

випробування аналогічного засобу, що несе фрагменти геному меланоми.

### ПЕВНІ КИШКОВІ МІКРОБИ МОЖУТЬ ЗАПОБІГАТИ ВИНИКНЕННЮ ДІАБЕТУ

Дослідження показали, що кишкові мікробіоти здоровіші, наприклад, коли вони складаються з більш різноманітних мікробів, а дисбаланс у мікробіомі або дисбактеріоз пов'язаний із захворюваннями. Численні дослідження пов'язують мікробіом із захворюваннями обміну речовин. Наприклад, дослідження показало, що люди, які мають низький рівень бактерій, які утворюють бутират, жирну кислоту, також не переробляють інсулін належним чином. Бактерія під назвою *Sorgosoccus* була виявлена кількісно більше в людей, які мали підвищену чутливість до інсуліну. А от бактерії

під назвою *Flavonifractor* більше переважали в тих, хто мав зменшену чутливість до інсуліну. *Sorgosoccus* може захищати людей від діабету 2 типу, тоді як *Flavonifractor* може сприяти розвитку діабету 2 типу.

### УПЕРШЕ ВИЯВЛЕНО ОРГАНІЗМ, ЯКИЙ ХАРЧУЄТЬСЯ ЛИШЕ ВІРУСАМИ

У прісних водах по всьому світу зустрічаються хальтерії (*Halteria*) – крихітні інфузорії, що є далекими родичами відомої нам інфузорії-туфельки. Щоправда, якщо їхня знаменита родичка переважно харчується бактеріями, грибами та водоростями, то улюблена страва хальтерії – хлоровіруси. За один-єдиний день у невеликому ставку хальтерії здатні перетравити до 10 трильйонів хлоровірусів.

**Інформацію надав колектив кафедри мікробіології, вірусології та імунології**



# ВІЧНА МОЛОДІСТЬ ДУШІ

**14 лютого відзначатиме свій 95-ий день народження чудова людина, мій викладач з кафедри нормальної фізіології – Катерина Георгіївна Золенкова. Катерина Георгіївна зараз у Мілані зі своїми дітьми. Як і кожен із довгожителів, вона дуже добра, завжди позитивно налаштована до навколишніх людей та подій, співпереживає за долю України в наш нелегкий час, підтримує своїх рідних і друзів, намагається, за можливості, їм допомогти, принести користь.**

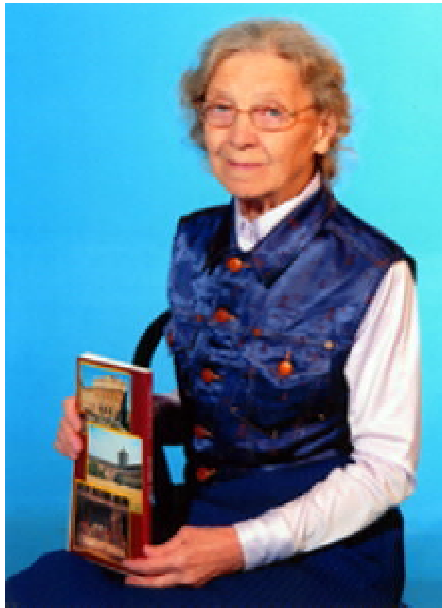
Після того, як Катерина Георгіївна пішла на заслужений відпочинок, вона зайнялася видавничою діяльністю. З-під її пера у видавництві «Підручники і посібники» вийшли книги: «Італійська мова. Фонетика. Граматика: довідник-самовчитель», «Українсько-італійський розмовник-самовчитель», «Словник італійсько-російсько-український, українсько-російсько-італійський». Вона пам'ятає все те маленьке добро, що хтось зробив для неї. У кожній з книг є подяка тим, хто допомагав їй у виданні книг, зокрема і нашим викладачам проф. С.І. Климнюку, проф. О.В. Денефіль, доц. Б.А. Локаю.

Катерину Георгіївну я пам'ятаю ще з першого курсу навчання у виші, коли вона щоранку проводжала до музичилиці свою доньку Олену. Познайомившись з Оленою ближче, я ще й побачила безмежну красу людської душі, любов до своїх учнів, професії. Переїхавши до Мілану, першого ж року її запросили виступити на концерті в

Ла Скала, а зараз весь свій вільний час вона віддає учням у школі, навчаючи їх музики, а вони дарують їй свою безмежну любов...

На другому курсі Катерина Георгіївна викладала в нашій групі на заняттях з нормальної фізіології. Добра, чуйна, справедлива, спокійна, енергійна, ентузіаст своєї справи, залюблена у викладацьку роботу. Вона поважала кожного студента, пам'ятала їх тривалі роки. Катерина Георгіївна намагалася якомога цікавіше провести з нами заняття, пояснити незрозуміле так, щоб ми запам'ятали його надовго. Матеріал у підручниках з «Нормальної фізіології» на час мого навчання був уже застарілий, інтернету не було, і тому все, що потрібно, ми повинні були засвоїти на лекціях і практичних заняттях. Запам'яталися заняття з теми «Вища нервова діяльність»: ми проводили тестування психологічних особливостей особи, матеріали до яких К.Г. Золенкова привезла, навчаючись в аспірантурі. Надовго запам'яталися заняття з фізіології серцево-судинної системи (експерименти на жабах), крові (практична робота з визначення показників власного загальноаналізу крові), травлення та вищої нервової діяльності (експерименти на собаках), дихання (робота з мішком Дугласа), центральної нервової системи (стереотаксична методика)... Пізніше, коли вона вже працювала на кафедрі патологічної фізіології, ввела практичну роботу «Вплив центральної нервової системи на серцево-судинну діяльність». Підготовка щурів до заняття була дуже цікава. За декілька днів до заняття в різні відділи гіпоталаму-

сци шурів за допомогою стереотаксичного апарата було вживлено мікроканюлі та електроди. Робота студентів на занятті полягала в реєстрації ЕКГ у тварини при подразненні електродів електричним струмом різної сили й частоти, введенні альфа- або бета-адреноміметиків, адренолітиків. Цікаво було аналізувати вплив кожного з препаратів на різні відділи гіпо-



таламуса. Катерина Георгіївна з ентузіазмом пояснювала нам отримані результати.

Коли ми навчалися, на початку кожного першого заняття протягом 10 хвилин була політінформація. Ми старалися підібрати не лише політичні новини, але й медичні, просили допомогти розібратися в механізмах того чи іншого винаходу й Катерина Георгіївна, радіючи нашої допитливості, їх пояснювала. Уже перебуваючи в Італії, К.Г. Золенкова часто ходила в бібліотеку, де проводила науковий пошук з тієї чи іншої проблеми медицини, маючи багато

ідей та часу для їх реалізації. Зокрема, вона розробила колову номограму добової потреби в мікроелементах і джерел їх надходження. Тоді ж досліджувалася проблема дефіциту селену в організмі, проблема артеріальної гіпертензії.

Як і всі студенти, ми ділилися з однокурсниками новинами студентського життя. Кураторська група нашого курсу із захопленням розповідала про зустрічі з Катериною Георгіївною, які вони проводили в неї вдома. Вона пекла пироги, вгощала всіх чаєм і влаштовувала тематичні вечори. Під час зустрічей донька Олена грала на фортепіано або вмикала платівки з різних музичних творів. Влаштовувалися також наукові зібрання, походи до театру. Прийшовши працювати на кафедру патологічної фізіології, Катерина Георгіївна організувала зустрічі з композиторами Тернопілля, тематичні обіди, присвячені Італії.

Катерина Георгіївна любила гостей. Вона запрошувала друзів своєї молодості, їхніх дітей, онуків, пам'ятала уподобання кожного гостя й намагалася зробити їм приємне. Завжди бажаними були Коморовські – Ярослава Михайлівна та Роман Ростиславович, Климнюки – Олена Іванівна, Сергій Іванович з дружиною Наталею, Нікульнікови – Емма Павлівна з внучками.

При спілкуванні з Катериною Георгіївною телефоном вона завжди передає вітання кожному, хто її знає та пам'ятає.

Вельмишановна й дорога Катерино Георгіївно, вітаємо Вас зі славною датою. Залишайтеся завжди тим теплим світлим промінчиком, який тішить всіх Ваших рідних і друзів! Дай Вам Бог здоров'я на многії літа!

**Ольга ДЕНЕФІЛЬ,  
завідувачка кафедри  
патологічної фізіології,  
професорка**

## ДЕРМАТОМ

### ПРОЄКТ ТНМУ СЕРЕД ПЕРЕМОЖЦІВ КОНКУРСУ ҐРАНТІВ ПОДВІЙНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ ВІД УКРАЇНСЬКОГО ФОНДУ СТАРТАПІВ

Тернопільський національний медичний університет продовжує активно працювати в умовах повномасштабної війни. У липні 2022 року задля участі у відбірковому конкурсі ґрантів подвійного призначення від Українського фонду стартапів за напрямком «Охорона здоров'я» було створено робочу групу, до



**Доцент Андрій КОВАЛЬЧУК**

якої увійшли представники відділу менеджменту наукових проєктів ТНМУ та доцент Тернопільського національного медичного університету Андрій Ковальчук.

Команда проєкту здійснила аналіз сильних і слабких сторін продукту за принципом SWOT, аналіз конкурентів та ринку, розроблено план діяльності проєкту для досягнення основних показників розвитку (KPI).

Проєктна заявка успішно пройшла усі етапи експертної перевірки впродовж жовтня-листопада 2022 року та наприкінці січня 2023 року проєкт отримав схвалення наглядової ради Українського фонду стартапів.

Під час широкомасштабного вторгнення рашистів в нашу країну застосування дерматому в Україні є надзвичайно актуальним, адже здатне рятувати життя обпечених бійців, цивільного населення, полегшити страждання в разі вогнепальних поранень та опіків, які є найбільш характерними видами уражень під час воєнних дій.

Застосування дерматому дає можливість здійснювати велику кількість оперативних втручань упродовж короткого терміну при масових госпіталізаціях пацієнтів, що особливо актуально в умовах воєнного стану.

Довідково: у червні 2022 року Український фонд стартапів за підтримки Міністерства освіти і науки України запустив програму ґрантової підтримки проєктів подвійного призначення задля підвищення обороноздатності країни та поствоєнної відбудови.

Ґрантову (безповоротну фінансову) підтримку надають проєктам, які здійснюють діяльність у таких сферах: оборона, кібербезпека, освіта, інфраструктурна відбудова та охорона здоров'я.

**Пресслужба ТНМУ**

## ЮВІЛЕЙ

**5 лютого відзначила ювілейний день народження доцентка кафедри гістології та ембріології ТНМУ Аліна Іванівна ДОВГАЛЮК**

Вельмишановна Аліно Іванівно! Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У Тернопільському національному педагогічному інституті ім. Володимира Гнатюка Ви здобули вищу освіту, ступінь кандидата біологічних наук за спеціальністю «цитологія, клітинна біологія, гістологія» та продовжили свою викладацьку й наукову кар'єру у стінах Тернопільського національного медичного університету імені Івана Горбачевського, успішно пройшовши шлях асистентки, а останні 8 років – доцентки кафедри гістології та ембріології. Ваші порядність, інтелігент-



ність, жіноча чарівність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є прикладом для наслідування новими поколіннями студентів, молодих лікарів, науковців і викладачів.

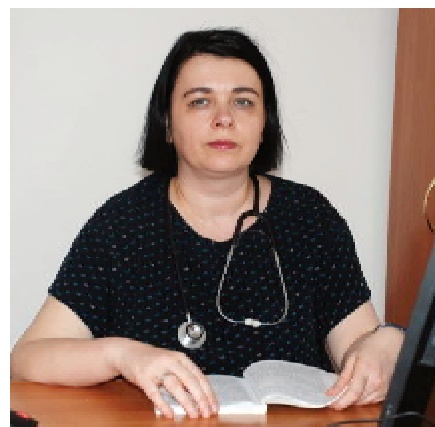
Бажаємо Вам, вельмишановна Аліно Іванівно, міцного здоров'я, невичерпного творчого натхнення, нових успіхів у Вашій благородній діяльності, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя й затишку, довгих років радісного та щасливого життя.

Хай нових днів ще буде безліч,  
Без ліку щастя і пісень,  
Прийміть вітання найщиріші  
В цей світлий ювілейний день!

**Ректорат і профком ТНМУ  
імені І.Я. Горбачевського**

**7 лютого відзначила ювілейний день народження доцентка кафедри дитячих хвороб з дитячою хірургією ТНМУ Наталія Юріївна ЩЕРБАТЮК**

Вельмишановна Наталіє Юріївно!



Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви здобули вищу медичну освіту, захистили кандидатську дисертацію та успішно пройшли трудовий шлях асистентки, а останні 19 років – доцентки кафедри дитячих хвороб з дитячою хірургією.

Ректорат, профком і весь ко-

лектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас як одну з талановитих випускниць третього покоління. Ваші порядність, працелюбність, інтелігентність, жіночність, 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 Наталіє Юріївно, міцного здоров'я, оптимізму, наукових та кар'єрних успіхів, невичерпного творчого натхнення, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя й затишку, мирного неба над головою!

Здоров'я, щастя зичим не на рік,  
На все життя бажаєм його щиро.  
Щоб радісним і довгим був Ваш вік  
З добром, любов'ю, спокоєм і миром!

**Ректорат і профком ТНМУ  
імені І.Я. Горбачевського**



ОГОЛОШЕННЯ

**ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ  
МЕДИЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
І.Я. ГОРБАЧЕВСЬКОГО  
МІНІСТЕРСТВА ОХОРОНИ  
ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ОГОЛОШУЄ КОНКУРС  
НА ЗАМІЩЕННЯ  
ПОСАД:**

**НА МЕДИЧНОМУ ФАКУЛЬТЕТІ:**  
— завідувача кафедри терапії та сімейної медицини — 1 посада.

**Вимоги до претендентів:** повинен мати науковий ступінь доктора наук, вчене звання доцента або професора відповідно до профілю кафедри, стаж науково-педагогічної роботи не менше 5 (п'яти) років.

— доцента закладу вищої освіти кафедри загальної гігієни та екології — 1 посада.

— доцента закладу вищої освіти кафедри гістології та ембріології — 1 посада.

**Вимоги до претендентів:** повинен мати науковий ступінь кандидата наук (доктора філософії) чи доктора наук, стаж науково-педагогічної роботи не менше 4 (чотирьох) років.

— асистента кафедри гістології та ембріології — 1 посада.

**Вимоги до претендентів:** повинен мати науковий ступінь кандидата наук (доктора філософії).  
**НА ФАРМАЦЕВТИЧНОМУ ФАКУЛЬТЕТІ:**

— доцента закладу вищої освіти кафедри загальної хімії — 1 посада.

**Вимоги до претендентів:** повинен мати науковий ступінь кандидата наук (доктора філософії) чи доктора наук, стаж науково-педагогічної роботи не менше 4 (чотирьох) років.

**НА ФАКУЛЬТЕТІ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ:**

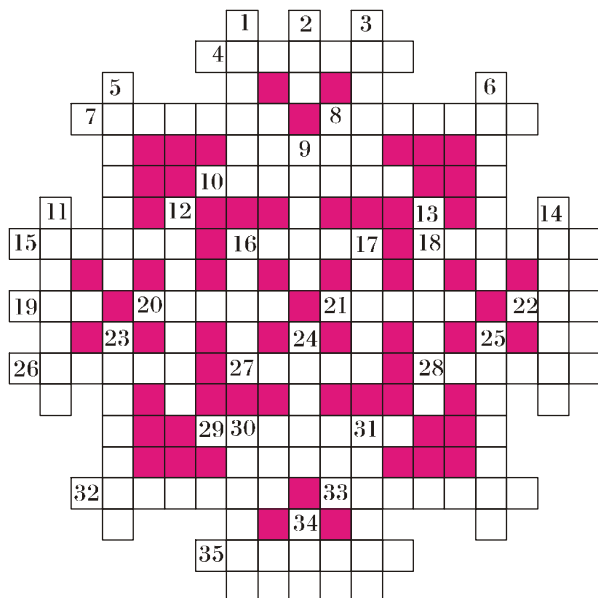
— доцента закладу вищої освіти кафедри внутрішньої медицини № 2 — 1 посада.

**Вимоги до претендентів:** повинен мати науковий ступінь кандидата наук (доктора філософії) чи доктора наук, стаж науково-педагогічної роботи не менше 4 (чотирьох) років.

Термін подачі документів — один місяць з дня оголошення.

**Звертатися:**  
46001 м. Тернопіль, майдан Волі, 1, Тернопільський національний медичний університет імені І.Я. Горбачевського МОЗ України, відділ кадрів, тел. 52-14-64.

**КРОСВОРД**



**ГОРИЗОНТАЛЬ:** 4. Столиця Мавританії. 7. Погодження, гармонія у чомусь. 8. Коротке усне гумористичне або сатиричне оповідання. 10. Символ, знак царської влади. 15. Супутник Урана. 16. Відомий французький кіноактор. 18. Країна-«чобіток». 19. Місце перебування запорізьких

козаків. 20. Жіноче ім'я. 21. Легкий, приємний вітер. 22. Комаха, яка жалить. 26. Частина патрона. 27. Таємна централізована бандитсько-терористична організація. 28. Залишене під пар поле, що служить пасовищем для худоби. 29. Група виконавців із чотирьох осіб. 32. Будиночок у дворі складного будинку. 33. Трав'яниста запашна лікарська рослина родини складноцвітих. 35. Мистецтво малих форм.

**ВЕРТИКАЛЬ:** 1. Мішок для зберігання або перевезення вина, води. 2. Орган зору. 3. Перший український револьвер з гумовою кулею калібру 9 мм. 5. Благородний метал. 6. Чинovníк, що виконує поліцейські функції в деяких західних країнах. 9. Задня частина тулуба людини від шиї до крижів. 11. Правоохоронний державний орган. 12. Невелика морська промислова риба родини оселедцевих. 13. Службова особа, яка очолює міністерство внутрішніх справ. 14. Армія. 16. Приреченість, фатальність. 17. Верхнє внутрішнє покриття в приміщенні. 23. Тканина. 24. Ризикована справа, шахрайство. 25. Вершкове морозиво. 30. Додатковий колір, відлив. 31. Поема І.Котляревського. 34. Початок літочислення, зв'язаний з якою-небудь історичною або легендарною подією.

**Вічна пам'ять**



31.05.1967 – 27.01.2023

**Ректорат, профком, працівники та студенти ТНМУ імені І.Я. Горбачевського глибоко сумують з приводу трагічної смерті доцента кафедри анатомії людини Михайла Васильовича ЮЩАКА та висловлюють щирі співчуття рідним і близьким покійного.**

**ЯК ДОВГО  
ЗБЕРІГАЄТЬСЯ  
ІМУНІТЕТ ПРОТИ  
COVID-19?**

Як швидко слабшає імунітет від вакцинації, зараження SARS-CoV-2 або їх комбінації? Дослідження, проведені в Португалії, Ізраїлі, Швеції та Катарі, дали підказки, але справжня відповідь така: це складно. «Гібридний» імунітет, отриманий внаслідок вакцинації та інфікування, забезпечує певний захист від повторного зараження протягом приблизно восьми місяців, а це довше, ніж імунітет, отриманий у результаті ревакцинації. Але поява нових штамів ускладнює визначення ролі ухилення від імунітету. Одне дослідження засвідчує, що імунітет проти повторного зараження може тривати до трьох років, якщо вірус не мутує. Завдяки цим даним важко передбачити, коли можуть виникнути нові сплески зараження — або коли планувати повторну вакцинацію.

**ОПОРНА ТОЧКА  
ДЛЯ «ГЛОБАЛЬНОЇ  
НАДЗВИЧАЙНОЇ  
СИТУАЦІЇ» ЩОДО  
COVID-19**

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) заявляє, що COVID-19, ймовірно, незабаром перестане бути «надзвичайною ситуацією» в галузі громадської охорони здоров'я, що викликає міжнародне занепокоєння, адже високий рівень імунітету починає обмежувати вплив і охоплення вірусу — але ми ще не досягли цього. Багато дослідників погоджуються з оцінкою ВООЗ щодо збереження надзвичайного стану наразі, оскільки це заважає урядам переходити до інших речей. Інші вважають, що через те, що SARS-CoV-2 уже поширився в усіх кутках земної кулі, пандемія вийшла далеко за рамки початкового визначення надзвичайної ситуації. Всупереч повідомленням, ВООЗ ніколи офіційно не оголошувала COVID-19 пандемією — у березні 2020 року вона лише заявила, що цей термін «характеризує ситуацію».

**ВІЗУАЛЬНИЙ  
ПОСІБНИК З  
НАЙНОВІШИХ  
ВАКЦИН ПРОТИ  
COVID-19**

Оновлення вакцин проти COVID-19, які існують, завжди будуть на крок попереду вірусу, що розвивається. Тому вчені шукають різні технології, щоб забезпечити довготривалий захист, стійкий до вірусних змін. Окрім

Медичні новини зі світу

наукового виклику, будь-якому препарату наступного покоління доведеться боротися, щоб вийти на переповнений ринок: існує понад 50 схвалених вакцин, сотні проходять клінічні випробування та ще сотні покинуті.

**КАВА ДІЄ,  
ЗАПОЗИЧУЮЧИ  
ВАШУ ЕНЕРГІЮ**

Насправді кава не дає вам додаткової енергії — це радше залоруку відчуття неспання, пише фахівчиня з молекулярного харчування Емма Беккет. Вона пояснює, як кофеїн запобігає сонливості, тимчасово блокуючи аденозин, побічний продукт клітин, що використовують енергію, з його рецепторами. Щойно кофеїн припиняє діяти, сонливість повертається, іноді з подвійною силою: «Борг перед кофеїном завжди потрібно повертати, і єдиний реальний спосіб його повернути — це поспати», — твердить Емма Беккет.

**ЧОМУ ЛІКАРІ НЕ  
ПРИЗНАЧАЮТЬ  
БІЛЬШЕ PAXLOVID**

Недостатні інвестиції та неправильні уявлення про побічні ефекти завадили впровадженню препарату, який рятує від COVID-19 Paxlovid. Противірусний препарат, який знизив ризик шпиталізації та смерті майже на 90% під час випробувань, визнали революційним, коли його представили наприкінці 2021 року. Paxlovid все ще призначають лише приблизно в 0,5% нових випадків COVID-19 у Великій Британії та приблизно в 13% — у Сполучених Штатах Америки.

**СУПЕРЕЧЛИВИЙ  
ПРЕПАРАТ ВІД  
ХВОРОБИ  
АЛЬЦГЕЙМЕРА  
СХВАЛЕНИЙ**

Управління з контролю за якістю харчових продуктів і медикаментів США схвалило леканемаб, другий в історії препарат для лікування хвороби Альцгеймера і перший, який сповільнює зниження когнітивних функцій. Під час клінічних випробувань троє людей, які отримували препарат, померли від ускладнень, пов'язаних з крововиливом у мозок і судомоми.

**«ПРОРИВНІ» ЛІКИ  
ВІД ОЖИРІННЯ**

Нове покоління ліків від ожиріння дозволяє науковцям вперше безпечно змінювати вагу. Один з препаратів, що імітує гормони кишківника, — тирзепатид, допоміг людям, які брали участь у дослідженнях, схуднути на рівнях, яких зазвичай можна досягти лише за допомогою ба-

ріатричної хірургії. Незрозуміло, як саме діють ліки або як довго людям потрібно буде приймати дороговартісні препарати, щоб підтримувати власну вагу. Критики стурбовані тим, що ці препарати можуть зіграти роль у нездоровій одержимості деяких людей схуднути.

**СЕРЕД  
ПОВІДОМЛЕНЬ ПРО  
СПАЛАХИ  
ЗАХВОРЮВАНЬ  
ПЕРЕВАЖАЄ ГРИП**

У всьому світі з 1996 до 2019 року було зареєстровано 776 спалахів грипу, що більше, ніж будь-якого іншого інфекційного захворювання. Іншими найпоширенішими спалахами були близькосхідний респіраторний синдром і лихоманка Ебола. Це виявили дослідники, які зібрали 2789 звітів Всесвітньої організації охорони здоров'я в базу даних з можливістю пошуку. Їхній аналіз свідчить, що звітність про спалахи захворювань часто бувають суб'єктивні й залежать від можливостей та пріоритетів країни у сфері епідеміології. База даних дозволить дослідникам вивчити, як такі чинники, як-от конфлікти, погода та фінансування охорони здоров'я впливають на спалахи захворювань.

**ЧИ ПОТРІБНО  
ВАКЦИНУВАТИСЯ  
ВІД COVID-19  
ЩОРОКУ?**

Американські вчені розділилися щодо пропозиції вакцинувати людей від COVID-19 щорічно, подібно до протоколу для щеплень від грипу. Деякі кажуть, що це спростить складний графік вакцинації проти COVID-19 у країні. Інші не впевнені у строках, адже спалахи COVID-19 не такі сезонні, як грип, і SARS-CoV-2 породжує нові штамми набагато швидше. Незрозуміло також, чи майбутні щеплення повинні бути спрямовані на один штам, чи містити «двовалентний» склад проти кількох штамів.

**МОЗКОВИЙ  
ІМПЛАНТ Б'Є  
РЕКОРДИ  
ШВИДКОСТІ**

Жінка, яка не може говорити через паралізуювальний ефект захворювання мотонейронів, змогла спілкуватися зі швидкістю 62 слова за хвилину, що втричі перевищує попередній показник, завдяки імплантату мозку. Пристрій, імплантований в її моторну кору, виявляв, як жінка намагалася рухати ротом, язиком і голосовими зв'язками та передавав цю інформацію на комп'ютер, який відображав слова, які вона намагалася сказати.

—Добірку підготовлено за матеріалами Nature Briefing—

**Відповіді на сканворд, вміщений у № 2, 2023 р.**

1. Гуцульщина. 2. Ложка. 3. Щек. 4. Нут. 5. Яблуко. 6. Аристотель. 7. Жакет. 8. Етап. 9. Ют. 10. Улов. 11. Орлан. 12. Оз. 13. Перець. 14. Апорт. 15. Осло. 16. Аз. 17. Пес. 18. Осад. 19. Маля. 20. Гонта. 21. Мед. 22. Раут. 23. Виноград. 24. Рац. 25. Тромб. 26. Тигр. 27. Груша. 28. Рак. 29. Ель. 30. АТ. 31. Одеса. 32. Етна. 33. Ра. 34. Сир. 35. Онук. 36. Рана. 37. Брак. 38. Кора. 39. По. 40. Просо. 41. Оаза. 42. Ура. 43. Паса. 44. Ясир. 45. Огірок. 46. Озеро. 47. Адоніс. 48. Есе. 49. Раб. 50. Ага. 51. Сі. 52. «Інтер». 53. «Яса». 54. Обід. 55. Молитва. 56. Лимон. 57. Лоно. 58. Ромен. 59. Кіл. 60. Сидр. 61. ТТ. 62. Оплот. 63. Людство. 64. ТУ. 65. Віз. 66. Ідол. 67. Замок. 68. Порт. 69. Пас. 70. Ар. 71. Ада. 72. ОРТ. 73. Троянда. 74. НЛО. 75. Ом.