

МЕДИЧНА КАДЕМІЯ

№ 11 (580)
ГАЗЕТА ЗАСНОВАНА 1997 РОКУ
14 червня 2023 року



ПІДТРИМКА

СТУДЕНТИ: ПОГЛЯД ЗБЛИЗЬКА

ТНМУ В РАМКАХ СПІВПРАЦІ З ВООЗ ОТРИМАВ АВТОМОБІЛЬ ЕКСТРЕНОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ

У рамках співпраці зі Всесвітньою організацією охорони здоров'я Тернопільський національний медичний університет ім. Івана Горбачевського отримав автомобіль «Toyota Hiace» класу В екстреної медичної допомоги для навчальних цілей. За словами керівниці Центру симуляційного навчання Галини Цимбалюк, наявність такої машини значно підсилить матеріально-тех-

Автомобіль обладнано небулайзером «Lovtec», пульсоксиметром 3А, глюкометром «YASEE», автоматичним зовнішнім дефібрилятором «Heart guardian», ношами каркасними (2 шт), інфузоматом 3А, дихальним апаратом «EPV 200», ручним відсмоктувачем, шийним коміром, відсмоктувачем електричним 3А PMS-A, ларингоскопом.

Окрім того, також в рамках угоди про співпрацю на базі Центру симуляційного навчання відбувається підготовка фахівців з екстреної медичної допомоги (лікарів і фельдшерів) за трьома програмами: «Менеджмент критичного пацієнта та постраждалого з травмою», «Менеджмент критичного педіатричного пацієнта», «Особливості роботи бригади екстреної медичної допомоги в умовах масового випадку». Відповідно цей автомобіль буде залучений до навчання тих команд, які дали добровільну згоду на роботу на деокупованих територіях.

Попередньо було отримано від ВООЗ транспортний дихальний апарат «Гамільтон-T1», монітор пацієнта і дефібрилятор з функцією кардіостимуляції, пристрій для механічної компресії грудної клітки, які вже використовують у навчальному процесі. Це обладнання дає можливість команді з обмеженим кадровим ресурсом надавати допомогу пацієнту з раптовою зупинкою кровообігу.

Викладачі та інструктори синхронізують використання отриманого обладнання в автомобілі екстреної допомоги, щоб студенти, курсанти могли освоювати навички роботи з цим обладнанням безпосередньо в кареті швидкої допомоги.

Автомобіль також використовуватимуть під час навчання парамедиків, студентів медичного факультету.

Яніна ЧАЙКІВСЬКА



Керівниця Центру симуляційного навчання Галина ЦИМБАЛЮК в автомобілі екстреної медичної допомоги, отриманого в рамках співпраці з ВООЗ

нічну базу вишу та покращить підготовку фахівців з екстреної медичної допомоги під час освоєння навичок з транспортування критичних пацієнтів. Цей автомобіль використовуватимуть під час практичних занять, адже в Україні гостро стоїть питання здійснення ефективних міжгоспітальних перевезень і наявність навченого для цього медичного персоналу. Студенти відпрацьовуватимуть навички роботи команди екстреної допомоги в автомобілі, налагодження логістики, використання обладнання.



Богдана БІЛА, студентка четвертого курсу стоматологічного факультету.

Стор. 5

У НОМЕРІ

Стор. 3-4

БОГДАН МАСЛІЙ: «ВІРЮ У СВІЙ ПОТЕНЦІАЛ, НІКОЛИ НЕ ЗУПИНЯЮСЯ НА ДОСЯГНУТОМУ ТА ЗАВЖДИ ПРАГНУ ВДОСКОНАЛЮВАТИСЯ»



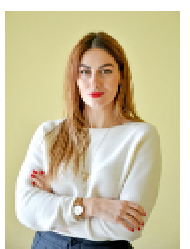
Сподіваємося, що, попри нещадні атаки рашистами столиці, в Києві все-таки відбудеться цьогорічна церемонія нагородження найкращих медиків України орденом святого Пантелеймона. Пер-

можцем регіонального відбору та кандидатом на отримання відзнаки в номінації «Цивільний лікар» став завідувач відділення інтервенційної радіології обласної лікарні Богдан Маслій.

Стор. 6-7

ДИРЕКТОРКА ННІ МЕДСЕСТРИНСТВА СВІТЛАНА ДАНЬЧАК: «ОБОЖНЮЮ КОМАНДНУ РОБОТУ, АДЖЕ ЛИШЕ РАЗОМ МИ – ВЕЛИКА СИЛА!»

На посаді директорки навчально-наукового інституту медсестринства ТНМУ Світлана Даньчак – з торішнього жовтня. Втім, з нюансами керівної роботи вже добре знайома, адже впродовж шести років перед тим відповідала за дистанційну форму навчання ННІ медсестринства. Нині в неї чимало професійних ідей та планів, які, впевнена, вдасться реалізувати.



МАЙБУТНІ ФАРМАЦЕВТИ ВІДВІДАЛИ СПЕЦІАЛІЗОВАНИЙ САД ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН

Студенти третього-четвертого курсів фармацевтичного факультету ТНМУ разом з викладачами кафедри фармакогнозії з медичною ботанікою на чолі з її завідувачкою, професоркою Світланою Марчишин відвідали ботанічний сад Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького. Це єдиний в Україні спеціалізований сад лікарських рослин, який був закладений 1929 року відомим українським і польським вченим, ботаніком, засновником кафедри фармакогнозії та ботаніки Львівського медичного інституту, доктором філософських наук, професором Тадеушем Вільчинським.

Львівський ботанічний сад входить до складу природно-заповідного фонду України, охороняється як національне надбання, щодо якого встановлено особливий режим охорони, відтворення та використання. Він є базою навчальної практики студентів фармацевтичного факультету ЛНМУ, його використовують для вивчення, збереження й збагачення ресурсів лікарських і декоративних рослин.

Директор ботанічного саду,



кандидат фармацевтичних наук, доцент Ростислав Гулько провів цікаву та змістовну екскурсію для гостей з Тернополя, ознайомив їх з колекціями й експозиціями деревних, чагарникових і трав'янистих рослин, показав тропічні та екзотичні рослини, які вирощують в оранжереї саду.

«Організовуючи цю поїздку, ми ставили собі за мету ознайомити студентів з цікавими взірцями різноманітної природної рослинності, рідкісними й зникаючими видами лікарських рослин. Щиро дякуємо керів-

ництву Львівського національного медичного університету за надану можливість і плідну співпрацю», – зазначила завідувачка кафедри фармакогнозії з медичною ботанікою, професорка Світлана Марчишин.

Студенти також дякують за змістовно організоване дозвілля. Вони дізналися багато цікавої інформації, помилувалися красою рослинного світу, який створили та відтворили працівники ботанічного саду. Майбутні фармацевти відвідали й аптеку-музей, прогулялися Львовом.

Пресслужба ТНМУ

ПРЕДСТАВНИКИ НАШОГО УНІВЕРСИТЕТУ ВЗЯЛИ УЧАСТЬ У ВІДКРИТТІ МЕМОРІАЛЬНОЇ ТАБЛИЦІ ПРОФЕСОРУ ВОЛОДИМИРОВІ ЗДОРОВЕЗІ

Викладачі та студенти ТНМУ взяли участь у відкритті меморіальної таблиці вченому в галузі журналістики та літературознавства, публіцистові, літературному критику, педагогу, доктору філологічних наук, професору Володимирові Здоровезі у спеціалізованій школі I-III ст з поглибленим вивченням іноземних мов у смт Залізці.

Захід розпочала директор школи Наталія Храбцьо. З вітальним словом звернувся голова Залозецької територі-

альної громади Андрій Нога, професор кафедри радіомовлення і телебачення Львівського національного університету імені Івана Франка Василь Лизанчук, донька Володимира Здоровези – заступниця директора Львівського техніко-економічного коледжу, доцентка Мар'яна Здоровеза, поет, голова Тернопільської обласної філії Українського фонду культури імені Б.Олійника Володимир Барна, заступник редактора газети «Сільський господар» Петро Гудима і доцент Тернопі-

льського національного медичного університету імені Івана Горбачевського Тарас Кадобний.

У своєму виступі доцент ТНМУ Тарас Кадобний зупинився на важливості підручника В. Здоровези «Теорія і методика журналістської творчості», а особливо – на інформаційному художньо-публіцистичному та аналітичному методах відображення дійсності в мас-медіа.

Соломія ГИЗ,
студентка

НАВІДАЛИСЯ ДО «СОНЯЧНИХ ДІТОК»

Студенти ТНМУ Юлія Павонська (ММ-206), Христина Слободян (ММ-206), Тетяна Шевчук (ММ-220), Жанна Капушак (ММ-206) передали балансувальну напівсферу громадській організації «Центр сприяння дітям із синдромом Дауна «БєбіКо» для «сонячних» дітей.

Ще на початку березня до Дня людей із синдромом Дауна був оголошений збір коштів, частину яких перерахували на рахунок центру для оздоровчої по-

їздки на Закарпаття. Нещодавно спільно з командою «Скриньки хоробрості» купили та подарували вихованцям «БєбіКо» балансувальну напівсферу. Вправи на ній призначені для формування моторного планування; відчуття власного тіла, розвитку зорово-рухової координації, точності руху рук, крупної моторики, міжпівкульної взаємодії. Для дітей, які відвідують «БєбіКо», такі прості для звичайної дитини навички вкрай важливо розвивати.

Цю напівсферу почали використовувати у тренуванні того ж дня. Студенти були свідками, як діти балансували, стоячи на ній, та виконували відповідні вправи.

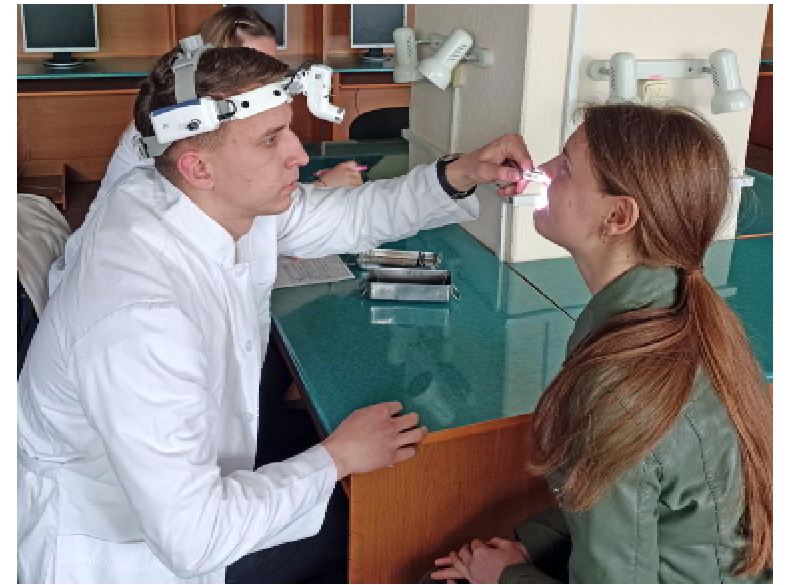
Ще раз висловлюємо подяку всім, хто активно долучився до збору коштів та підтримки дітей із синдромом Дауна. В наших силах дарувати тепло і радість.

Тетяна ШЕВЧУК,
студентка медичного факультету

ФАХІВЦІ КЛІНІЧНИХ КАФЕДР УНІВЕРСИТЕТУ ЗАВЕРШИЛИ ПРОВЕДЕННЯ ПРОФІЛАКТИЧНИХ МЕДИЧНИХ ОГЛЯДІВ СТУДЕНТІВ

Здобувачів вищої освіти оглянули лікарі різних спеціальностей: терапевт, хірург, ортопед, онколог, офтальмолог, уролог, гінеколог і стоматолог. Обстежили 1260 студентів. Ре-

ливо первинної ланки, базуються більшість програм реформування та розвитку всіх галузей практичної медицини в Україні та світі. Вчасне виявлення ризику погіршення ста-



зультати огляду показали переважання у когорті обстежених хвороб опорно-рухового апарату, патології серцево-судинної системи та офтальмологічних захворювань.

Такі профілактичні медичні огляди для студентів є необхідними, адже саме на засадах концепції профілактичної спрямованості діяльності лікарів медичних закладів, особ-

ну здоров'я, корегування способу життя, а за потреби – спрямування на додаткові обстеження є надзвичайно важливими чинниками профілактики формування хронічних захворювань і для розвитку здорового та міцного покоління майбутніх лікарів, які так необхідні нашій країні у такий складний період.

Пресслужба ТНМУ

СТУДЕНТИ ОРГАНІЗУВАЛИ ТРЕНІНГИ З НАДАННЯ ДОМЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ ТА УЧНІВ ТЕРНОПІЛЬСЬКИХ ШКІЛ

Учасники гуртка невідкладної та екстреної медичної допомоги ТНМУ – п'ятикурсники Максим Філіпчук та Анатолій Пеліховський організували тренінги з надання домедичної допомоги в умовах війни для вчи-

студенти під час тренінгів ставили за мету поділитися знаннями з оновлених протоколів Європейської ради реанімації, навчити оцінювати місце пригоди, перевіряти стан постраждалого, правильно повідомляти про подію диспетчеру служби 103 та надавати якісну домедичну допомогу при втраті свідомості, проводити СЛЦР при раптовій зупинці дихання та кровообігу.

Гуртківці також продемонстрували базові способи допомоги при обструкції дихальних шляхів, нападі епілепсії, інсульті, продемонстрували швидкі та ефективні методи зупинки кровотеч різної локалізації, а також надали вчителям можливість у практиці закріпити отримані знання на манекенах.

Особливу увагу студенти звернули на юридичній безпечі вчителів при наданні допомоги учням чи незнайомим людям.

Пресслужба ТНМУ



телів та учнів ТЗОШ №10, а також для викладачів та медичного персоналу спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату для дітей зі зниженим слухом.

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

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 № 71

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

БОГДАН МАСЛІЙ: «ВІРЮ У СВІЙ ПОТЕНЦІАЛ, НІКОЛИ НЕ ЗУПИНЯЮСЯ НА ДОСЯГНУТОМУ ТА ЗАВЖДИ ПРАГНУ ВДОСКОНАЛЮВАТИСЯ»

Сподіваємося, що, попри нещадні атаки рашистами столиці, в Києві все-таки відбудеться цьогорічна церемонія нагородження найкращих медиків України орденом святого Пантелеймона. Переможцем регіонального відбору та кандидатом на отримання відзнаки в номінації «Цивільний лікар» став завідувач відділення інтервенційної радіології Тернопільської обласної лікарні Богдан Маслій.

– Пане Богдане, ви стали переможцем регіонального відбору медичного Оскара. Як вважаєте, дійдете до фіналу?

– Численна кількість талановитих учасників цього відомого в Україні конкурсу робить його справжнім викликом. Проте, я вірю у свій потенціал, ніколи не зупиняюся на досягнутому та завжди прагну вдосконалюватися. Впевнений, що можу принести ще чимало корисного медицині та пацієнтам і надалі. Якщо ж журі вирішить, що саме я серед сильних конкурентів гідний цієї високої нагороди, то буду лише радий, це стане великою втіхою й для моєї родини.

– Напевне, у вашому житті були й інші відзнаки?

– Знаєте, я не ставлю собі за самоціль зібрати якомога більше нагород, але маю кілька грамот регіонального та всеукраїнського рівня як за успіхи в медичній галузі, так і за волонтерську діяльність ще в період першої фази російської агресії. Щоправда, найбільша нагорода для мене – зустріти на вулиці пацієнта, який каже, що завдяки зусиллям фахівців нашого відділення врятоване його життя та здоров'я. Запам'ятався випадок, коли кур'єр служби доправлення мені дуже дякував за знання, що рятують життя військових. Він виявився колишнім слухачем курсів з медичної допомоги на полі бою, які я проводив разом з волонтерами громадської організації «Білі берети. Рівне» на рівненському полігоні.

– Незважаючи на те, що ви цивільний лікар, життя військових теж довелося рятувати?

– Саме так. На початку повномасштабного наступу рашистів цивільні лікарні набули статусу шпиталю й займалися лікуванням поранених. Тоді на війні було багато людей, які не мали належного досвіду, тому поранених було багато. Зараз у нашій лікарні практично немає військових. Поранених теж значно менше, гадаю, тому, що успіхи української армії на фронті

зумовлені кращою, ніж у ворога, підготовкою та збільшенням кількості й якості броньованої техніки, зокрема, й засобів індивідуального захисту. Інколи звертаються за допомогою ті, хто приїхав у відпустку та демобілізовані.

У перші дні повномасштабного вторгнення лікарям хірургічного профілю не вистачало апаратів вакуумної терапії ран щодо незвичної для мирного часу кількості поранених – як цивільних, так і військових. Мені вдалося знайти статтю американських військових медиків, які з досвіду обмежених ресурсів на війні в Іраку та Афганістані розробили модель апарату вакуумної терапії ран на основі модифікованого акваріумного компресора, манометра та регулятора потоку. Користуючись цими знаннями, я зробив кілька екземплярів. Але через два тижні ці апарати стали непотрібними, тому що нас забезпечили фірмовими виробами в достатній кількості. Надалі ми

Саме тоді почали виконувати оперативні втручання за допомогою ангиографічного комплексу. Зараз маємо вже два ангиографи. Це – сучасне обладнання, одне з найкращих в Україні, бо дозволяє візуалізувати судини будь-якого басейну. Основним напрямком нашої роботи, звичайно, є інтервенційна кардіологія. Так, ми за допомогою ангиографа досліджуємо судини серця, діагностуємо місця їх звуження або оклюзії внаслідок інфарктів. Одразу ж можемо ці проблеми усунути завдяки використанню ангиопластики та стентування, які, власне, й впроваджуємо у відділенні інтервенційної радіології. Крім операцій на судинах серця, виконуємо ще й імплантації одно-, двокамерних кардіостимуляторів. Проводимо малоінвазивні втручання на судинах нижніх кінцівок. В обласній лікарні також впровадили малоінвазивну технологію лікування вен лазером. Але й це ще не все. Ангіографи, які є в нашому

більшості вони вичікують, мовляв, переболить, минеться... Цього робити не можна, адже в серцевому м'язі відбуваються незворотні процеси, з наслідками яких людині доводиться жити до кінця своїх днів. Якщо організм сигналізує болем, отже, є проблема й потрібно звернутися до фахівця.

– Ваш особистий досвід у цій царині медицини також солідний?

– Загалом уже 20 років займаюся проблемами судин. 2018 року мене запросив головний лікар обласної лікарні, щоб розпочати в Тернополі роботу відділення інтервенційної радіології. До цього, з 2002 року, працював у Рівненській обласній лікарні серцево-судинним хірургом такого ж відділення. Крім того, трудився в Українському інституті пластичної хірургії в Одесі, де освоював малоінвазивні методики, в тому числі й лазерні при патології вен. Маю досвід судинного хірурга, а також як інтервенційного хірурга, флеболога, навички пластичної хірургії, освоїв нові інтервенційні методики й не лише на серці. Нещодавно разом з колегами успішно освоїли методики трикамерної кардіостимуляції, яка може врятувати пацієнтів від пересадки серця. З часу війни освоїли технологію TAVI і вже трьом пацієнтам імплантували серцеві аортальні клапани через шести-міліметровий розріз в артерії стегна, також активно розвиваємо інтервенційні технології в нейросудинній хірургії – трансартеріальний доступ та емболізація аневризми артерій головного мозку.

– За малоінвазивними технологіями майбутнє.

– Звісно, бо вони відкривають нові можливості для лікування хворих, зменшуючи необхідність у складних і великомасштабних хірургічних втручаннях з великими розрізами. Одна з головних переваг малоінвазивних технологій – в їх меншому впливі на організм пацієнта. Тут використовують мініатюрні інструменти та навігаційні системи для досягнення мети лікування. Це дозволяє зменшити травматичність операцій, скоротити тривалість шпиталізації та сприяти швидшому відновленню пацієнта після втручання. Додатково, малоінвазивні технології часто забезпечують більш точне та прецизійне виконання процедур. Завдяки використанню мініатюрних інструментів, зображень з високою роздільною здатністю і комп'ютерних систем навігації, лікарі можуть отримати більш детальну інформацію про стан



пацієнта та керувати процесом втручання з високою точністю. Це сприяє ефективнішому лікуванню та зменшенню ризиків ускладнень.

Крім того, малоінвазивні технології зазвичай дозволяють пацієнтам швидше відновитися після втручання. Замість тривалого періоду реабілітації, який часто супроводжує великі хірургічні втручання, мініінвазивні технології дозволяють пацієнтам повернутися до нормального життя швидше та з меншим дискомфортом. Враховуючи ці переваги, вважаю малоінвазивні технології майбутнім у сфері радіології та кардіології. Вони відкривають нові можливості для лікування, покращують результати для пацієнтів і сприяють швидкому відновленню після операції. Це ще один крок у напрямку більш ефективного, безпечного й ощадного підходу до медичного втручання.

– У вас дуже щільний робочий графік, навіть для інтерв'ю ледь вивільнили хвилину. Що рятує від такого пришвидшеного ритму життя?

– У мене просто шалений ритм, але важливо знайти баланс та власні способи релаксації й відновлення енергії. До початку роботи на керівній посаді я мав більше вільного часу й дозволяв собі тривалі рибальські вихідні. 2-3 доби в наметі на природі дуже гарно відновлюють сили. Зараз маю менше вільного часу, тому займаюся акваріумістикою, але не звичайною, а морською. Це дуже складне й вимогливе захоплення, але при науковому підході та тривалій теоретичній підготовці дає чудові результати. Спочатку спробував власні сили на простій системі з простими гідробіонтами, тоді поступово переходив до вищої рівня складності. Споглядання на частинку океану вдома дозволяє розслабитися та відновитися після важкого робочого дня.

– Ви досягли чималого професійного успіху. Є людина, яка дала поштовх, вселила надію, й, зрештою, повірила у вас?

(Продовження на стор. 4)



Богдан МАСЛІЙ, завідувач відділення інтервенційної радіології Тернопільської обласної лікарні, переможець регіонального відбору та кандидат на отримання ордена Св. Пантелеймона в номінації «Цивільний лікар»

проводили пораненим лише вилучення мінно-вибухових уламків у складних анатомічних зонах під контролем рентгеноскопії.

Пригадую також унікальний випадок симетричного ураження обох підключичних артерій уламками міни. Пацієнту двічі пощастило: уламки були дрібні, не виникло зовнішньої кровотечі, кровотік в обох артеріях не припинився. Ми мали час на те, щоб отримати покриті стент-графти й через триміліметрові проколи без розрізів, зсередини «залатали» обидві судини.

– Пане Богдане, розкажіть, будь ласка, про відділення, яке очолюєте, та чим вам і вашим колегам доводиться займатися?

– Відділення інтервенційної радіології відкрили на початку 2018 року, тобто ми активно функціонуємо вже п'ятий рік.

розпорядженні, дозволяють нам проводити безліч інших втручань. За їх допомогою можемо зупиняти кровотечі, лікувати інсульти, виконувати хіміотерапевтичні введення в різні ділянки чи органи тощо.

– Які нові технології освоїли останнім часом?

– Найчастіше працюємо над подоланням наслідків інфарктів. Нині світовим стандартом у лікуванні пацієнтів з гострими інфарктами є «відкриття» судин методом інтервенційної радіології: ангиопластика та стентування судин серця. Пацієнти з гострими інфарктами, які були доправлені до лікарні в перші дві години після того, як, власне, стався інфаркт, мають шанс на нормальне життя з цілковито відновленим серцем: без жодних рубців на кардіограмі та без порушення скоротливої функції серця. Але біда наших людей у тому, що в переважній

РОЗГЛЯНУЛИ РЕЗУЛЬТАТИ ГРОМАДСЬКОГО ОБГОВОРЕННЯ ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНИХ ТА ОСВІТНЬО-НАУКОВИХ ПРОГРАМ

У дистанційному режимі на платформі Microsoft Teams відбулося чергове засідання Ради із забезпечення якості вищої освіти Тернопільського національного медичного університету імені Івана Горбачевського. Одним з основних питань порядку денного був розгляд результатів громадського обговорення освітньо-професійних та освітньо-наукових програм, за якими здійснюють підготовку здобувачів в університеті за першим (бакалаврським), другим (магістерським) і третім (освітньо-науковим) рівнями вищої освіти.

У засіданні взяли участь голова Ради із забезпечення якості вищої освіти, проректор з науково-педагогічної роботи, проф. Аркадій Шульгай та гаранті освітньо-професійних програм. Аркадій Гаврилович привітав учасників зустрічі, наголосивши, що створена в університеті внутрішня система забезпечення якості постійно удосконалюється, що засвідчують результати акредитації освітніх програм, що відбулися цього року. Водночас оновлення та удосконалення освітніх програм завжди перебуває на особливому контролі, звертається увага на пропозиції, які надходять як від внутрішніх, так і від зовнішніх стейкхолдерів. Якість освітніх програм, процесу викладання, науково-педагогічних кадрів і наукових досліджень, матеріально-технічного забезпечення, інформаційно-освітнього середовища забезпечують якісну підготовку здобувачів вищої освіти – висококваліфікованих професіоналів, які будуть конкурентоспроможними на вітчизняному та міжнародному ринку праці.

Відтак слово надали гарантам усіх освітніх програм, які доповіли про результати їх громадського обговорення відповідних програм, які були оприлюднені на сайті університету в розділі Громадське обговорення

освітніх програм 31 березня 2023 року, а також поінформовано усіх зацікавлених осіб через соціальні мережі.

Гаранти зазначили, що до обговорення були долучені всі зацікавлені особи: науково-педагогічні працівники, здобувачі, випускники, представники органів студентського самоврядування, фахівці відповідної галузі, професіонали-практики та потенційні роботодавці. Пропоновані зміни стосувалися різних сторін оновлення освітньої програми: зміна кількості, назв певних обов'язкових і вибіркових освітніх компонентів, зміна та доповнення до змісту загальних і фахових компетентностей, програмних результатів навчання, а також були висловлені пропозиції щодо зміни самого змісту освітніх компонентів тощо.

В обговоренні представлених результатів громадського обговорення освітніх програм на засіданні Ради з якості активну участь взяли А.Шульгай, М.Марущак, Г.Загричук, С.Даньчак, Ю.Данилевич, Д.Коробко, А.Гудима, О.Боярчук, А.Машталір.

За результатами засідання Ради із забезпечення якості вищої освіти було прийнято рішення про затвердження запропонованих доповнень і рекомендацій, затвердження оновлених програм, а також підтримали пропозицію голови цієї ради щодо подання усіх освітніх програм, навчальних планів на затвердження на засідання вчорашньої ради ТНМУ.

Засідання Ради із забезпечення якості вищої освіти ТНМУ підтвердило, що якість вищої освіти є суспільною цінністю для університету. Незважаючи ні на що, щодня ми покращуємо медичну освіту в Україні, тримаємо освітній фронт та наближаємо Перемогу разом.

Григорій ЗАГРИЧУК,
заступник голови Ради із
забезпечення якості вищої
освіти ТНМУ

Проекти НАУКА ЗАРАДИ МИРУ ТА БЕЗПЕКИ

Завідувачка кафедри фармацевтичної хімії Тернопільського національного медичного університету імені Івана Горбачевського, професорка Лілія Логойда виграла грант у рамках програми НАТО «Наука заради миру та безпеки» з науковою роботою «Розумні пластиви для мультимодального загоєння ран – DRESWOUTRE» (multi-year Project G6031 «Wearable Smart Patches for Multimodal Wound Healing – DRESWOUTRE»). Проект реалізовуватиметься у співпраці з командою науковців з Італії, Північної Македонії та Сербії.

У 2016-2019 роках у збройних конфліктах світу загинуло чверть мільйона людей, більше половини з них – у Сирії, Іраку та Афганістані. Майже 70% від загальної кількості загиблих у сирійському конфлікті становили мирні мешканці. Невиправдана війна Росії проти України вже має жахливі наслідки для здоров'я людей. Лікування ран у надзвичайних ситуаціях вимагає значних клінічних ресурсів, які зазвичай недоступні, що значно збільшує ймовірність ускладнень під час лікування ран. Основною метою цього проекту є розробка мультимодальної ранової пов'язки, яка складається з біорозкладаних полімерів і забезпечить належний механічний захист, антимікробні, імуномодулювальні властивості та

здатність сприяти адгезії клітин, таким чином вирішуючи ранні та середні стадії процесу загоєння рани з мінімальним медичним втручанням.

Першим етапом проекту стане синтез нових полімерів, а також розробка та виготовлення багатофункціональних композитів з визначеними характеристиками. Ранова пов'язка складатиметься з трьох різних шарів. Горішній шар створюватиме тонкий непроникний бар'єр для води та зовнішнього забруднення, середня ж частина міститиме антибіотики та імуномодулювальні речовини, а нижній шар матиме макропористу структуру для полегшення міграції та адгезії локальних фібробластів. Кожен шар буде ретельно охарактеризовано за допомогою складних методів хімічної візуалізації та додатково перевірено на клітинних культурах.

Після цього з вибраних найоптимальніших нижнього, середнього та горішнього шарів буде виготовлено кілька композицій ранової пов'язки, які передадуть для досліджень на тваринах для перевірки безпеки та ефективності. Найперспективніший склад ранової пов'язки буде надалі просуватися як можливий варіант для комерціалізації. Унікальні інновації, що стосуються дизайну та синтезу полімерів і композитів,

формулювання пов'язок для ран і виробництва процесу, будуть використані для подання заявки на патент. Крім того, молоді дослідники пройдуть практичну підготовку з визначення характеристик полімерів, електроспінінгу, методів хімічної візуалізації (FTIR та Raman) і досліджень клітинних культур під час спеціальних наукових візитів, що фінансує цей проєкт. Закупівля основного обладнання (аналізатор DMTA, FTIR, електроспінінгове обладнання, ATR-FTIR, HPLC) дасть можливість значно збільшити потужність сформованої додаткової дослідницької мережі.

На базі кафедри фармацевтичної хімії ТНМУ буде проведено вивчення навантаження АФІ та дослідження вивільнення АФІ з ранової пов'язки. На виконання цього етапу досліджень за кошти гранту закуплять рідинний хроматограф, УЗ-баня, хроматографічні колонки, розчинники.

31 травня відбулася перша відеоконференція співкерівників проєкту, на якій було обговорено організаційні питання щодо його реалізації. Загальний бюджет гранту – 347 300 євро, з них ТНМУ – 36 000 євро.

Лілія ЛОГОЙДА,
завідувачка кафедри
фармацевтичної хімії ТНМУ,
професорка

ОБ'ЄКТИВ



Студенти медичного факультету Ольга СТОВПЯК, Софія КРАСНОПОЛЬСЬКА та Максим УЛЬЯНИН

Світлина Миколи ВАСИЛЕЧКА

НОМІНАНТ

БОГДАН МАСЛІЙ: «ВІРЮ У СВІЙ ПОТЕНЦІАЛ, НІКОЛИ НЕ ЗУПИНЯЮСЯ НА ДОСЯГНУТОМУ ТА ЗАВЖДИ ПРАГНУ ВДОСКОНАЛЮВАТИСЯ»

(Закінчення. Поч. на стор. 3)
– Звичайно! У моєму професійному зростанні значну роль відіграють батьки, а також дружина та син. Вони завжди були поруч зі мною, підтримували й вірили в мене на кожному кроці моєї кар'єри. Батьки зробили неймовірний внесок у моє виховання, навчання та розвиток. Вони посягли в мені насіння цінностей – наполегливості та працьовитості, що стало фундаментом моїх досягнень.

Дружина є моїм мотиватором на шляху до успіху. Вона завжди підтримує мої професійні ам-

біції, надає підтримку під час важких моментів і вірить у мої здібності, коли мені самому буває складно. Її любов і підтримка допомагали мені пройти складні випробування та стрімко фахово зростати.

Син – моє найбільш надихальне джерело. Дивлячись на нього, розумію, кому я щодня маю віддавати все найкраще. Маю стати для сина гідним взірцем, вселити віру, що він може досягти всього, чого забажає у своєму житті, прикладаючи сконцентровані зусилля в потрібному руслі.

Завдяки підтримці батьків, коханої дружини та натхненню, яким є мій син, вдалося досягти чималого професійного успіху. Вони є міцними союзниками, які віряють в мене й допомагають здійснювати мрії.

– Яким правилом керуєтесь в житті?

– Сповідую принцип, що в житті немає нічого неможливого. Моє переконання надихає розглядати труднощі як можливість шукати непрості шляхи до досягнення мети, навіть якщо вони спочатку здаються складними або недосяжними.

Віра в те, що все можливо, допомагає мені розвиватися, знаходити нові рішення, розширювати обрії та реалізовувати власний потенціал.

Це правило надає мені впевненості, сили та наснаги, коли зустрічаю перешкоди або потребу робити сміливі кроки. Воно спонукає мене думати творчо, шукати альтернативні рішення й не піддаватися відчаю або негативному. Нагадує мені й про важливість відкритості до нових можливостей та постійного розвитку. Воно підштовхує мене виходити за

межі своєї зони комфорту, впроваджувати нові ідеї та здійснювати мрії, незалежно від того, наскільки вони можуть здатися важкими чи недосяжними на перший погляд. Так уявлення про те, що немає нічого неможливого, стало для мене важливим життєвим кредо. Віра ж у власні сили дає мотивацію, впевненість і наполегливість для подолання викликів і досягнення успіху в усіх сферах життя.

Лариса ЛУКАЦЬУК
Світлина
Миколи ВАСИЛЕЧКА

БОГДАНА БІЛА: «НЕЗВИЧНО ВІДЧУТИ СЕБЕ В РОЛІ ДИПЛОМАТКИ, КОЛИ ТИ – СТУДЕНТКА-СТОМАТОЛОГИНЯ»

За підсумками конкурсу «Студент 2022 року ТНМУ» у номінації «За вагомі досягнення в розвитку культури» перемогу здобула студентка четвертого курсу стоматологічного факультету Богдана Біла.

Під час молодіжного обміну за підтримки Erasmus+ 15-23 вересня 2022 року було досягнуто домовленості зі стороною, яка приймає, що всі наступні молодіжні обміни та тренінги, організовані Asociación Juvenil Talasa у співпраці з Erasmus+, матимуть учасників з України. Богдана брала участь у репрезентації нашої країни під час молодіжного обміну в Альвадосі та Порту-де-Мош (Португалія), який відбувся торік 2-13 листопада. Під час такої ж програми від Kiyiko Nature Sports Club Association теж за підтримки Erasmus+, «Stay Online and safe» (Киркларелі, Туреччина), 9-19 грудня 2022 року тернопільська студентка у складі групи молодіжних лідерів чотирьох європейських країн зустрілася з місцевим керівництвом, обговорила перспективи проживання та працевлаштування українських біженців, їх легалізацію в країні. Результатом став соціальний проєкт для турецької молоді й волонтерів «Are we really the same?!» про ситуацію з вимушеним переселенням українців за межами власної країни, їх асиміляцію за кордоном та кар'єрні можливості в інших державах.

– Богдано, що особисто для вас означає перемога в конкурсі «Студент 2022 року ТНМУ»?

– Це результат моєї праці, здійсненої з початку повномасштабного вторгнення. Напевно, нині немає українця, який залишився б осторонь від допомоги ближньому, від пропаганди всього українського, від можливості представляти Україну в світі, озайомлювати людей з нашою культурою та проблематикою. Адаже зараз левова частка допомоги, яку отримуємо, – саме закордонна. Тому для мене перемога в конкурсі – чергове підтвердження, що всі мої зусилля в цьому напрямку не даремні. Це була моя перша університетська нагорода такого рівня й, варто визнати, від такого факту надзвичайно приємно. Втім, суть не у відзнаці, а у визнанні. Зробила щось цінне для соціуму – й університет це визнав. Для мене це велика честь.

– Коли вперше почали долучатися до культурно-просвітницьких проєктів?

– Завжди вела активне соціальне життя, але це були здебіль-

шого освітні проєкти: організація навчальних конференцій, семінарів, тренінгів. З початку повномасштабного вторгнення я, як і більшість, почала волонтерити. Тішуся, що свій перший волонтерський досвід здобула саме у стінах альма-матер. Ми ліпили вареники, плели сітки, виготовляли марлеві пов'язки. У той час це був такий собі рятувальний човен, адже в перші дні війни, коли ще ніхто не знав, що буде завтра, волонтерство дуже допомагало не впасти у відчай. Через місяць я подумала, що було б чудово долучитися до справи, яка змогла б масштабніше допомагати. Згадала про те, що у житті до війни чудово почувалася в ролі оратора, мала багато публічних виступів перед аудиторією від 50 до 500 осіб. Я завжди розуміла, що в таких масштабах можна мати великий вплив. Але як прив'язати оце моє довоєнне захоплення до того, щоб допомагати рідній країні, армії, відбудові, переселенцям? Мені в голові це не вкладалося. Проте такий посыл у Всесвіт я надіслала. І доля винагородила мене шансом: торік у червні на теренах інтернету натрапила на публікацію міжнародного проєкту для молоді. Відтоді розпочала свій шлях до міжнародної допомоги, до того, щоб стати амбасадором України в тій ніші, яку я зараз представляю. Принагідно хочу закликати молодих людей нашого університету не боятися брати участь у міжнародних ініціативах. Так, це забере багато часу. Це чимало розчарувань, десятки мотиваційних листів, заявок, рекомендаційних листів, на які треба витратити великий об'єм енергії й, попри те, не відомо, відберуть тебе чи ні. Але результат того вартує. Якщо є мета – вона обов'язково виправдовується.

Отож у вересні в Мадриді відбувся мій перший міжнародний обмін у рамках програми Erasmus+. Він був присвячений свободі слова. Це була моя перша поїздка за кордон у статусі не туристки, а особи, яка їде мовити від усієї країни. Нас було лише п'ятеро з України й усі добре усвідомлювали, що це дуже велика відповідальність, адже кожне слово, яке промовиш, буде сприйняте так, наче це каже вся Україна. Пригадую, коли вдалося досягнути домовленості з організаторами про те, що всі подальші проєкти будуть представляти Ук-

раїну як учасницю – це була надзвичайно велика моя особиста перемога. Справа в тому, що для громадян Європейського Союзу потрапити на програму Erasmus+ дуже просто: треба лише подати заявку й приймуть. Українці ж, аби взяти участь у такому проєкті, повинні пройти конкурсний добір, що зазвичай налічує від 50 до 150 осіб на одне місце, а всього учасників може бути від трьох до п'яти. Тому завжди це дуже складно.

– Попри те, ви все ж закликаєте студентів пробувати



власні сили та брати участь у цих програмах?

– Обов'язково! Якщо є студентом-медиком – це не означає, що позбавлений соціального життя. До слова, моїх колег, по суті, немає на подібних програмах. Це свідчить про те, що в якому б медичному університеті світу не вчився, – це складно. Але можливості відкриті для кожного! І те, що ми студенти медичного університету, – наша величезна перевага, адже насправді в нас дуже високий рівень освіченості. Медичний виш вчить вчитися та поглинати величезний обсяг інформації за короткий термін. Тому запасів знань, аби написати мотиваційний лист і пройти добір, у нас достатньо. Крім того, майбутньому медику потрібно бути компетентним у багатьох сферах. Тому такі міжкультурні проєкти надзвичайно важливі в житті кожного студента.

– Яких тем торкалися ваші наступні міжнародні проєкти?

– Другий проєкт відбувся в

Португалії через два місяці після першого. Це також була програма від Erasmus+ і мала на меті покращити якість локальної та міжнародної роботи з молоддю через спільне навчання й використання можливостей руху для здоров'я. Це те, в чому я компетентна, адже чотири роки вивчаю, як фізичне здоров'я, рухова активність впливають на нашу діяльність. Наша команда виконала перформанс під українським прапором, наголосивши на тому, що потрібно продовжувати підтримувати Україну. Кожна держава має свої клопоти й це нормально, коли вона не надто хоче перейматися ще й чужими проблемами. Тож коли на одній локації українці зустрічаються з представниками багатьох інших країн, є можливість донести їм причину робити зворотнє. Найбільший щодо досягнень проєкт відбувся в Туреччині. Ми мали багато соціальних інтерв'ю з місцевими підприємцями та роботодавцями про те, як вони сприймають біженців та які кар'єрні можливості для мігрантів. Якщо в країнах з дуже високим ВВП, як Німеччина, Канада, США, ці моменти чітко регулюють на законотворчому державному рівні, то, скажімо, в Туреччині над тим ще треба багато працювати.

Цьогорічного квітня я побувала в Австрії, де брала участь у проєкті, присвяченому неформальній освіті, інклюзії, тому, як люди з різними видами дискримінації повинні входити у суспільство. До слова, вибірка людей, які беруть участь у таких проєктах, надзвичайно якісна. З ними хочеться підтримувати спілкування й опісля. Власне, ми періодично й зустрічаємося в онлайн-режимі, де я дізнаюся, як їм важливо було почути правду про Україну та донести її до соціально активних громадян своїх країн. Прикро, але чимало іноземців і надалі вважають нас частиною росії, тож упевнені, що тут триває громадянська війна.

Наївно гадати, що весь світ знає правду. Це не так. Велика частина людей досі в ілюзії, тому що російська пропаганда працює. Тож вважаю, що кожен з нас повинен певною мірою докластися, аби донести світові правду.

Дуже незвично відчувати себе в ролі дипломатки, коли ти – студентка-стоматологиня. Неформально ж на якийсь період часу нею стаєш, адже не їдеш за кордон розважатися. Міжнародний проєкт нині для українця – це не розвага, не навчання, а мінідипломатична місія. Коли чую, що у світі кажуть: «Ми втомилися від вашої війни», то завжди на це відповідаю: «Ви знаєте, а ми не втомилися жити. Тому продовжуємо боротися. У нас немає іншої опції».

– Ви мали нагоду побувати в різних країнах. Чи закралася думка залишитися в якійсь з них?

– Кожна поїздка – це унікальний досвід. Будь-яка подорож для мене – це відлення моєї свободи. Я вже давно для себе вирішила, що світ мені надзвичайно близький. Тож у кожній країні чудово – чи це величезний мегаполіс Стамбул, чи це мис Рока в Португалії, де лише – ти й океан. Були міста, які подобалися мені по-особливому. Зокрема, Відень. Але не знаю, як складеться моє майбутнє та де опинюся. Насправді Україна дуже комфортна для життя. Ми сповна це оцінили, коли почалося повномасштабне вторгнення рашистів на наші терени. Але щойно здобудемо Перемогу та настане мир, упевнена, Україна буде однією з найкомфортніших для життя країн у світі. І це не голослів'я. Такі людські стосунки, які побудовані в нас, у світі практично не зустрінеш.

– Про що мрієте?

– Найбільша мрія – бути щасливою в мирному світі. Дуже цього хочу.

– За що найбільше вдячні нашому університетові?

– Зізнаюся, жодного разу не пошкодувала, що вирішила здобувати фах стоматолога в ТНМУ. У нашому університеті вибудувана дуже якісна комунікація між студентами й викладачами, вона ґрунтується не на субординації, а на людських стосунках. Це унікально та надзвичайно цінно. Дуже вдячна керівництву за підтримку. Дякую й за визнання «Студент 2022 року ТНМУ», адже це теж підтримка, що спонукає йти далі. Дякую своїм викладачам за розуміння, позаяк кожен проєкт – це десятки відробок (усміхається). До слова, студентам не варто боятися їх. Це чудова можливість поспілкуватися з викладачем! Ось за таку відкритість до студента, щирість і можливості, що тут є, я й найбільше вдячна університетові.

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

Директорка ННІ медсестринства Світлана ДАНЬЧАК:

На посаді директорки навчально-наукового інституту медсестринства ТНМУ Світлана Даньчак – з торішнього жовтня. Втім, з нюансами керівної роботи вже добре знайома, адже впродовж шести років перед тим відповідала за дистанційну форму навчання ННІ медсестринства. Нині в неї чимало професійних ідей та планів, які, впевнена, вдасться реалізувати, адже завжди відчуває в університеті неймовірну підтримку, з якою, як зізнається сама, можна гори долати!

«СПРАВЖНІЙ КЕРІВНИК МОТИВУЄ ТА ВІРИТЬ У КОЖНОГО У СВОЇЙ КОМАНДІ»

– Світлано Володимирівно, з якими складнощами насамперед ви зіткнулися на посаді керівника?

– 2016 року мені запропонували керувати дистанційну форму навчання ННІ медсестринства. Це було для мене цілком новим, адже до того часу я викладала іноземним студентам 5-6 курсу на кафедрі внутрішньої медицини №2. Погодилася, тому що дуже люблю нові витки в житті. Доти звикла до щоденного очного спілкування із студентами, а тут – зовсім інша форма навчання, щось нове та

кожна людина впорається з такою роботою. Яким повинен бути керівник?

– Я стала директоркою у жовтні 2022 року. Ще немає навіть року, та я вже для себе винесла чимало уроків, багато чого зрозуміла. Керівник збоку і керівник в кріслі – це дві різні людини. Переконана, що будь-який керівник – це та людина, яка є лідером. Лідер – не той, хто лише роздає розпорядження, а той, хто йде першим та веде інших за собою. справжній керівник передусім повинен бути людяним, чітко розуміти суть роботи, але найважливіше – завжди залишатися людиною. Ставши директоркою, я не хотіла, щоб у колективі змінилися наші дружні взаємовідносини. Все змінюється в житті – крісла, кабінети, головне – при цьому зберегти моральні цінності, які є основою моєї особистості. Кажуть, що кар'єра змінює. Але



Бо мої колеги знають, що коли вони придуть – я їх почую, ми обов'язково домовимося та знайдемо вирішення будь-якої ситуації. Різні моменти трапляються, адже – новий керівник, нове бачення проблеми, новий перерозподіл обов'язків. Тим більше, зараз непростий час, ми всі перебуваємо у стресі, війна забрала резистентність до навколишніх обставин, кожному з нас потрібна підтримка. Тому без комунікації – дорога в один кінець.

«БАТЬКИ ДАЛИ МЕНІ ВЕЛИКИЙ ОКЕАН ЛЮБОВІ»

– Те, ким і де ви зараз є, – це те, про що ви мріяли?

– Коли я була маленькою, мріяла грати в кіно, бути акторкою (усміхається). Однак завжди мала перед очима неймовірний приклад гармонії в усьому, в професії зокрема. Ним для мене була та є моя мама Тетяна Михайлівна Соліляк – гастроентерологиня. Вона завжди дуже людяна та чуйна, я бачила, як до неї постійно зверталися по допомогу люди, навіть телефонували посеред ночі. Я із захопленням спостерігала, як вона допомагала всім з любов'ю та терпінням. Люди щасливі йшли від неї. Адже лікар лікує передусім словом. Лікар лише торкнеться руки й пацієнту стає краще. Моя мама мене надихнула й я пішла її шляхом. Знаєте, на цьому етапі життя я дійшла висновку, що дуже люблю власне життя й усе, що в ньому роблю.

– Такий оптимізм у вас від кого?

– Це все важке дитинство (сміється). Жартую. Моє дитинство було казковим. У ньому була безмежна батьківська любов. Хочете зробити своїх дітей щасливими в житті – любіть їх якнайсильніше! Я зро-

стала дуже товариською дитиною. Ми заселилися в новий будинок МЖК, де була дуже велика кількість молодих сімей з дітьми. А діти – це вам не дорослі. У них щодня в дворі такі виклики, де треба вміти відстояти себе та завоювати авторитет. Я завжди дружила з хлопцями та очолювала всі бунтівні групи (сміється).

Насправді я дуже товариська, дуже люблю людей. Усе це – із сім'ї. У мене – найкращий у світі батько. Володимир Миколайович Соліляк був дуже шанованою людиною, працював інженером-конструктором на комбайновому заводі, згодом був головою профкому. Батька вже немає, але він був неймовірним дарунком у моєму житті. Він дав мені великий океан любові, впевненість у собі та внутрішню гармонію. Саме батьківська сім'я передусім формує погляди на життя та його сприйняття. Я не завжди мала в житті те, чого хотіла, але з дитинства вміла в усьому знайти позитив і гарний настрій. І нині, коли трапляються прикрі ситуації, не сприймаю їх, як удар чи вироки, радше – як урок чи випробування. Є дуже гарна практика: за все в житті, що з тобою не траплялося б, треба дякувати. Треба вміти приймати все, й тоді складні ситуації не будуть тебе руйнувати, навпаки – стануть стартом.

– З чим у житті вам впоратися було найважче?

– З втратою батька. Зараз з болем, що прийшов з війною, яка принесла в нашу країну стільки біди та горя.

– Скільки років вам було, як ви втратили батька?

– 25 років. Це дуже важко. Досі болить. Але ж любов не минає. Я дуже довго не могла усвідомити, що це сталося насправді. Перебувала саме на восьмому місяці вагітності. Здається, що мої очі тоді не були сухими жодного дня. Мені казали, що не можна плакати, надмірно хвилюватися, бо це відобразиться на дитині... Втім, народилася прекрасна донечка, дуже спокійна. На жаль, у житті нам доводиться багато всього пережити. Особливо зараз. Коли гинуть герої України, захищаючи нашу землю. Біль той самий.

– Як же побороти негативні почуття. Це вроджена риса?

– Ні! Це щоденний вибір. Це завжди залежить від нашого рішення. Найпростіше нарікати, шукати винних і не брати відповідальності на себе. Мої доньці

зараз 12 років й, знаєте, що я її передусім вчу? Кажу: «Знання ти здобудеш, коли захочеш, але насамперед треба навчитися бути відповідальною за власні слова та вчинки».

– Вам у школі вчитися подобалося?

– Не подобалося, тому що мені було нудно. Не розуміла, навіщо вчити те, що мені не цікаво. Я була дуже творча, писала вірші, грала на скрипці, любила співати, брала участь у багатьох колективах. Навчатися мені не подобалося лише через повсякденне шкільне слідування шаблону. Хоча пізнавати нове любила. На літніх канікулах читала багато книг, прагнула чогось глибшого, ніж шкільна програма. Вчителі мені теж подобалися – ті, які виходили за межі усталеного образу педагога. І досі моя улюблена вчителька – Ганна Дмитрівна Сидорко, яка на першому уроці поставила мені одиницю. Перший клас у Тернопільській ЗОШ № 11, англійська мова – й вона мені ставила одиницю через те, що Світлана рахує сорок на дереві (сміється). Нині ж, коли мене запитують, як я так вільно володію англійською мовою, читаю художню та наукову літературу, легко спілкуюся, відповідаю: «Полюбила англійську, бо полюбила вчительку». Вважаю, що таким повинен бути кожен вчитель: якщо хочеш, щоб твій предмет знали, треба викликати у дітей любов через себе до предмету.

– Чи маєте найкращу подругу?

– Маю дуже багато подруг. Щирих і добрих. Але єдина найкраща подруга – Оксана Прокочук. Найщиріша та найрідніша. Безмежно вдячна Богу, що дав мені такий дарунок – у рідній сестрі мати свою рідну душу. Що б не приносив новий день, знаю, ми все зможемо разом. Раніше ми жили разом (сміється), потім працювали на радіостанції разом – у мене був такий чудовий досвід, а тепер і далі разом, однак уже працюємо в університеті.

«МЕДИЧНА СЕСТРА – НЕ ПОМІЧНИК, А ПАРТНЕР ЛІКАРЯ»

– Вступати у медичний виш – це було ваше остаточне рішення чи все ж вагалися?

– Проблема нашої системи освіти в тому, що більшість старшокласників не знають, яку професію обрати. І коли я закінчувала школу, теж не знала, чого хочу насправді. Знала, що медицина – це дуже гарно, бачила маму в роботі, мені це подобалося, тож я й обрала ТНМУ. Адже наш університет – це завжди був дуже топовий заклад,



Різдво з найріднішими людьми. Світлана ДАНЬЧАК з батьками й сестрою (1996 р.)

ще незвідане. Вважаю, що нові виклики – це чудово. Я була заступницею Світлани Олександрівни Ястремської, яка на той час очолювала ННІ медсестринства. У нас з нею склалися прекрасні стосунки, ми відразу почали працювати в команді. Я обоюдно команду роботу!

Тепер, коли обійняла посаду директорки ННІ медсестринства, продовжую налаштовувати всіх у тому, що лише всі ми разом – велика сила. Які труднощі? Траплялися поодинокі моменти, коли була велика завантаженість, доводилося залишатися на роботі до 20-22-ої години та працювати вночі, але я не розцінюю це як труднощі, а як етап в житті, який просто потрібно подолати.

– Все ж, вважаю, далеко не мабуть, лише слабких. Я не така (сміється). справжній керівник не повинен змінюватися, він має укріплюватися, твердо стояти на землі, пускати глибші корені, рости якомога вище та найважливіше – давати достатньо сонця іншим, водночас прикриваючи їх від незгод своєю кроною. справжній керівник мотивує, вірить у кожного у своїй команді та підтримує.

– З іншого боку, який би добрий керівник не був, усім не догодиш. Завжди знайдуться недоволені. Ви з цим стикалися? Як вирішуєте такі ситуації?

– Люди всі різні, тому це цілком нормально, коли інколи виникають непорозуміння. Стикалася з таким не один раз. Як вирішую? Двері до мого кабінету завжди відчинені й у ньому завжди гамірно. Знаєте, чому?

«ОБОЖНЮЮ КОМАНДНУ РОБОТУ, АДЖЕ ЛИШЕ РАЗОМ МИ – ВЕЛИКА СИЛА!»

навчатися в медичному було дуже престижно. Пригадую, як я пишлася цим! Власне, все це стало такими невідворотними чинниками, що сприяли вибору професії. Тим більше, батьки не хотіли мене відпускати в інше місто. Я залишилася й аж ніяк не шкодую. Треба бути щасливим у цей момент.

– Хто з викладачів нашого університету найбільше вплинув на ваш світогляд?

– Наталя Євгенівна Лісничук власним прикладом абсолютно стерла образ педагога за звичними принципами. Вона себе поставила по-іншому – за європейськими та американськими мірками викладача. Надзвичайно сучасна й проста. Так, вона вимагала, але так круто викладала свій предмет, уміла запалити любов'ю до нього, що ми жили анатомією, знали підручники напам'ять, половина групи іспит склала автоматом. Згодом Світлана Іванівна Сміян, керівник моєї дисертаційної роботи, була саме тією людиною, яка сформувала мене як лідера, який знає, до чого йде та чого хоче досягти. Безмежно їй за це вдячна!

– Яка стежка після закінчення університету привела вас саме сюди?

– Після закінчення університету вступила в магістратуру, потім в аспірантуру, працювала над кандидатською дисертацією, викладала на кафедрі внутрішньої медицини №2. Згодом мені відкрився шлях в ННІ медсестринства. Звісно, трохи вагалася, адже перехід – це завжди щось незвідане, а я тоді була юна, навіть ще не захистила дисертацію. Втім, вважаю, ніколи не потрібно відмовлятися від шансу спробувати щось нове. Я так і зробила. І все склалося! Дуже вдячна за підтримку ректору Михайлові Михайловичу Корді. Ви знаєте, саме зараз – надзвичайно непростий період мого життя, дуже насичений працею. Зокрема, впродовж цього року ми акредитували три освітні програми. Максимально сприяв і допомагав нам у цьому проректор з науково-педагогічної роботи Аркадій Гаврилович Шульгай. У нашому університеті працює чудова злагоджена команда, винятком не стала наша кафедра вищої медсестринської освіти, догляду за хворими та клінічної імунології. У нас у колективі дуже гарні товариські стосунки.

– Який для вас найбільший виклик на цій посаді? Чого хотіли б досягти?

– Дуже прагну популяризації нашої програми як на українському ринку, так і міжнародному. Інститут медсестринства має представлений повний спектр освітніх послуг медсестринства – від бакалавра до магістра. Маємо також третій науковий



Світлана ДАНЬЧАК з родиною. Друга праворуч – Тетяна СОЛІЛЯК, мати Світлани ДАНЬЧАК (жовтень 2019 р.)

ступінь, що дозволяє вступати нашим магістрам медсестринства в аспірантуру, захищати дисертаційні роботи й ставати доктором філософії з медсестринства. Для України це щось нове, у світі ж це вже давня практика. У нас звикли, що медсестра – це ж просто медсестра, помічник лікаря. І на цьому я дуже хочу зацентувати увагу: медична сестра – не помічник лікаря, медична сестра – це партнер лікаря. Ці спеціальності йдуть паралельно та не перетинають одне одному дороги. Це дві паралельні професії, які працюють у тандемі. Якщо когось одного немає, то інший не зможе повноцінно виконувати свої обов'язки. Ось усвідомлення цього в суспільстві й хотілося б передусім досягти.

«РОБОЧИ КЛОПОТИ НІКОЛИ НЕ ПЕРЕНОШУ НА СІМ'Ю»

– Сім'я підтримала ваше рішення обійняти керівну посаду?

– Ніколи в житті я не відчула, щоб хтось у сім'ї мене не підтри-



Світлана ДАНЬЧАК із сестрою Оксаною (2023 р.)

мав. І це завжди було саме тим, що давало мені крила, особливо мій чоловік, який завжди мене підтримує та мотивує. З чоловіком ми, до речі, одногрупники. Ми дуже хороші друзі, партнери й, вважаю, що це найкраща модель побудови стосунків. Наші партнерські стосунки ми перенесли в сім'ю, тому я завжди відчуваю від чоловіка розуміння та підтримку. Навіть зараз, коли багато чого не встигає, змушена працювати в нічний час, відчуваю, як зранку зроблена чоловіком кава додає мені настрою та надії на новий день.

– Донька не скаржиться, що в мамі не вистачає на неї часу?

– Оксана дуже тішиться моїм успіхам, вона в період підлітковості, тож для неї, коли є Wi-Fi та немає мами вдома – це прекрасно (сміється). Нашому меншому синові чотири рочки, його звали Юрчик, але нам інколи здається, що ми дещо помилулися з іменем. Його слід було назвати Тайфун, тому що він на своєму шляху все зносить, не затримується ні на секунду (сміється), надзвичайно спритний і непосидючий. Якщо ж серйозно, мені найважливіше, щоб я своїм дітям давала достатньо любові. Коли ж моєї уваги дітям не вистачає – вони прямо мені про це говорять. І ми обіймаємося, багато (усміхається).

– Ваш чоловік Василь Ярославович – начальник відділу охорони здоров'я та медичного забезпечення Тернопільської міської ради. Два керівники у сім'ї – це, мабуть, не просто?

– На роботі я керівник, а вдома, коли переступаю поріг, стаю мамою, дружиною, тією людиною, якою завжди була й буду. Функція жінки на-

справді набагато глибша, ніж виконання лише деяких обов'язків. Звісно, це дуже складно бути завжди в ресурсі та генерувати гармонію. Але, напевне, у тому й полягає людська мудрість, щоб збалансувати все, щоб зробити життя людей навколо приємним. Якщо буваю розчарована, засмучена чи розгнівана через робочі моменти, не дозволю собі викинути ці емоції на своїх рідних.

– Чи вдалося вам якоюсь мірою реалізувати свою дитячу мрію?

– Так! Робота зі студентами – це завжди мінімальне акторство. Ти маєш їх захопити, моделюєш заняття так, щоб їм було цікаво.

– Сучасні студенти – ...

– ... вони чудові! Ми були злякані, обмежені, невпевнені у собі, нас вчили бути «правильними» й ми боялися відхилитися від усталеної норми. А теперішні діти вільні, прогресивні. Вони такі круті! У них немає лімітів. Теперішня молодь передусім має повагу до себе. Вони поводяться гідно, вони свідомі, мудрі, добрі, щирі, вміють товаришувати, досягати мети. Наше завдання – виховати особистість, яка зможе перед собою бачити проблему й знаходити шляхи її вирішення. Адже маємо будувати якісно нове суспільство. Якщо молоді нині така – це означає, що й наше покоління поступово змінюється. І в такому тандемі ми чекаємо Перемоги, прориву України в майбутнє. Переконана, що на наших випускників, зокрема тих, які мають дипломи бакалавра та магістра медсестринства, чекають в усьому світі. І водночас вірю та дуже хочу, щоб вони залишилися в Україні.

– За вашими спостереженнями, як вплинула повномасштабна війна на нашу молодь?

– Це дуже страшна річ, велика біда. Дуже багато є травмованих дітей. Водночас це був лакмусовий папірець, який насправді показав кожного з нас, показав, хто ми є, яка ми нація. Я так пишарюся нашими дітьми, тому що вони такі стійкі, такі патріотичні! Вони співають коли в дорослих стоїть клубок у горлі. Війна багатьох переродила, ми всі усвідомили, хто ми є. Війна і їх, і нас загартовувала. Тепер в Україні буде якісно нове суспільство, яке більше ніколи нікому не дозволить сказати, що українець – це меншовартісна особа. Українці – горда та дуже сильна нація, і наші діти таки виростають. Вони будувати-

муть те суспільство, яке дасть корінь новій генерації людей. Не маю сумнівів, що Україна буде дуже сильною та прогресивною країною. Я завжди так шкодувала, що в нас зникло козацтво. Ви знаєте, воно не зникло. Воно завжди було в нас – це наш дух, це генетичний код нашої нації, він нездоланний.

– Як особисто пережили перші дні великої війни? Де знаходили сили не впасти у відчай?

– Зараз згадую й до кінця не можу збагнути... Я завжди вважала себе людиною проєвропейською, бачила своє майбутнє в Європі чи у США. Та з першого дня повномасштабного вторгнення була непорушна, як моноліт. Мене закликали виїжджати, та я ні на секунду не мала сумнівів, що мені не треба їхати. Я була, наче залізобетон, знала, що все буде добре. Молилася, була переконана в цьому. Кажуть, що справжні українці в той момент своїми молитвами, своїми емоціями



Світлана ДАНЬЧАК з чоловіком та дітьми в парку (2022 р.)

боронили нашу землю. Ми й досі це робимо. Я така була люта в ті дні, мене так боліла душа за нашу землю, було страшно, але страх – це не критерій, яким варто керуватися. Страх – це той чинник, який нас загартовує. Лють – це те, що додавало кожному з нас сили, а віра в нашу країну – те, що сформувало нас, як націю.

– Про що мрієте зараз?

– Дуже хочу бачити наших людей щасливими. Ми стільки всього пережили... Хочу, щоб ми всі гуляли нашими затишними вулицями й наші обличчя сяяли. Ми – прекрасна, добра, щира нація, ми заслужили, щоб Україна нарешті стала такою країною, про яку мріяли століттями.

Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА

ПРЕССЕКРЕТАР ТНМУ ЯНІНА ЧАЙКІВСЬКА: «ГОЛОВНА ЗАПОВІДЬ ДЛЯ ЖУРНАЛІСТА, ЯК І ДЛЯ МЕДИКА, – НЕ НАШКОДЬ»

6 червня ми відзначили День журналіста. Редакція газети «Медична академія» щиро вітає з професійним святом усіх колег. Невичерпної вам, друзі, енергії задля втілення у життя всіх задумів, прагнень і мрій, натхнення, віри в значущість і силу нашої професії, а ще – Перемоги!

«Незвично щось розповідати про себе, адже я завжди по той бік інтерв'ю», – з усмішкою починає нашу розмову Яніна Чайківська, яка працює прессекретарем ТНМУ уже понад дев'ять років.

– Я прийшла в університет у період Революції Гідності – в лютому 2014-ого, – ділиться думками Яніна Чайківська. – За пів року до того один колега запитав, чи могла б працювати у пресслужбі ТНМУ, адже тодішній ректор Леонід Якимович Ковальчук хотів розвивати цей напрямок в університеті. Пропозиція змусила мене задуматися. Бо ж мені значно більше подобалася так звана «жива» журналістика, хоча з роботою пресслужби я теж була добре знайома – мала досвід праці у виборчих штабах, громадських організаціях. Зрештою, пішла на співбесіду, після чого зробила вибір і повідомила редакцію газети «Тернопіль вечірній», де працювала доти, що йду в пресслужбу медуніверситету.

– З чого довелося починати роботу на новій посаді?

– Відверто кажучи, я справді прийшла на ціліну. Ми розробили концепцію. Передусім треба було налагодити зв'язок з журналістами краю й працювати над іміджем університету, його впізнаваністю, медійністю.

– У тебе була команда?

– На той час ми співпрацювали лише з ректором Леонідом Ковальчуком. І я вдячна, що він дослухався до моїх думок. Коли ти сама медійник, чітко розумієш, що потрібно журналістам. Часто в університеті нам може бути щось цікаво внутрішньо, бо ми в цьому живемо, але треба розуміти, що інформація – це також продукт і товар. Кожен редактор передусім зважає на те, чи будуть це читати, чи зможе він цей продукт продати своїй читацькій аудиторії. І якщо ти прессекретар з медійним досвідом, то чітко знаєш, що потрібно ЗМІ: яка інформація годиться для них, а яка залишиться суто для висвітлення серед університетської спільноти на нашому сайті.

– І відповідно на нашій уні-

верситетській сторінці у фейсбуці. Вона надзвичайно фахова! Захоплююся, як ти її ведеш. На мій погляд, нині сторінка ТНМУ у цій соцмережі найкраща не лише серед тернопільських вишів, а й українських. Роботу над нею, очевидно, теж довелося починати з нуля?

– Якщо порівнювати з іншими вишами, то нам ще й важче просувати сторінку, адже ми моноуніверситет – вузькоспеціалізований. Там, де ширший спектр спеціальностей, більше факультетів, легше, бо більша аудиторія. Так, адміністрування соціальних мереж я також починала з нуля й ще пам'ятаю, як наша сторінка у фейсбуці мала 2-3 підписники. Мене постави-

ла, що є журналістські стандарти й їх дотримуватимуся, якщо ви хочете, щоб публікації були якісні, про вас читали та до вас зверталися. Саме цей бар'єр професійного нерозуміння впродовж першого року подолати було найважче. Але поступово, як мовиться, процес пішов. Утім, треба водночас розуміти, що в медиків дуже чітка ієрархія, що я й стараюся донести медійникам. Але крок за кроком – і наш університет став медійним, тобто впізнаваним суб'єктом медіасередовища та соціуму.

– Чи після того, як ти почала працювати прессекретарем, змінилося сприйняття тебе у журналістській спільноті?



ли перед фактом: ми сторінку створили, а ти її розвивай. А як це розвивати, куди рухатися?

– Де брала інформацію, щоб розвинути? Як це вдалося?

– Цьому вчуся постійно, адже алгоритми ведення соцмереж періодично змінюються. Щороку проходжу майже 20 вебінарів, аби розуміти, які в цій царині тенденції, впливи. Наразі дійшла висновку, що наш медійний принцип, коли на першому місці завжди людина, її світ і життя, працює найкраще. На це й орієнтуємося.

– Що було для тебе найважче у перший рік роботи?

– Перший рік я звикала до всіх, а всі звикали до мене. На факультеті журналістики мене вчили, що у журналіста не повинно бути ні кумирів, ні авторитетів, інакше він не зможе працювати об'єктивно. Тож коли до мене підходили й казали: «Я – професор, ви повинні робити так, як я хочу», то відповідала, що для мене ні статус, ні посада не мають значення.

– Уявляю, як на це реагували!

– Усі дивувалися. Та я відстоювала свою позицію, пояснюва-

«Кухня народів світу», в якому брали активну участь наші іноземні студенти. Це було дуже гарно. Гарна співпраця зі Світлою Шумною, Наталкою Андрушко, редакціями «RIA плюс» і «20 хвилин», «Вільне життя» та іншими.

– Яку найскладнішу професійну ситуацію довелося пережити впродовж цих дев'яти років?

– Ніколи не відмовляю медіа у коментарях, навіть якщо ситуація неприємна. У мене така позиція: якщо мовчиш – то винен. Якщо не хочемо, щоб хтось додумав щось своє, ми повинні дати офіційний коментар. Тож жодна ситуація, якою б неприємною вона нам не була, не залишилася без офіційного коментаря від університету. Це дуже добре, тому що знімає й у соціумі, і в журналістів різні версії, робить питання чіткішим, коректнішим і зрозумілішим. Мовчати не можна у будь-якому випадку. Я також проти виправдовувань. Вважаю: якщо виправдуєшся – отже, теж винен. Коментар має бути сухий, чіткий та фактичний, без будь-яких оцінювальних суджень. Це завжди дуже сприятливо спрацьовувало в різних ситуаціях. Вдячна, що ректор Михайло Михайлович Корда завжди підтримує мене в цьому.

Найважчий момент для мене – мабуть, пікет 2016 року, пов'язаний зі студентами з арабських країн. Це був досить важкий для університету період. Ми це витримали.

Втім, переконана, що кожна ситуація чогось вчить, а кожна криза передбачає нову можливість, лише треба вміти її побачити й скористатися нею. Скажімо, після того ми почали більше розповідати тернопольцям про наших іноземних студентів, їхній внесок у життєдіяльність міста, добродійні проекти. Згодом, уже 2021 року, якось я мала нагоду ознайомитися з неофіційним звітом МЗС, де було опитування в різних регіонах щодо ставлення до іноземних студентів та іноземців взагалі. І Тернопіль за толерантністю посідав перше місце. Мене тоді запитали: «Що ти таке робиш, що Тернопіль так гарно ставиться до іноземців?». Тоді я й оцінила, що це таке – постійна та стабільна інформаційна робота. Це не лише висвітлення, а ще й дуже масштабна робота з людьми, просто вона залишається вже за кадром.

– Як вплинула війна на твою роботу?

– До війни я була готова. Пам'ятаю прекрасно 4:30 ранку.

Нарахувала майже 30 ракет. У вухах стояв постійний гул. Та точно знала, що нікуди не поїду. До мене почали писати друзі з-за кордону, на що відповідала: «Гранати метаю чудово, якихось кілька москалів поклада, я залишаюся тут». Зібралася, прийшла на роботу. Наступного дня пішла здавати кров. Потім у нас розпочав роботу волонтерський центр і фактично дев'ять місяців я майже жила там й висвітлювала його роботу. У мене був такий інформаційний потік, що іноді під кінець вечора вже, як-то кажуть, не бачила на очі.

– Як у твоє життя увійшла журналістика? Мріяла про це з дитинства?

– Це взагалі комедійна історія. Оскільки батьки працювали, мене виховував дід Юліан. Він був з дуже інтелігентної родини, закінчив Краківську академію, володів шістьма мовами, прожив дуже важке життя, попри те, зумів зберегти людяність і вчив мене любити людей. Коли ми з ним гуляли, він завжди звертав мою увагу на те, хто як поводить себе. Тобто привчив бачити деталі. Коли ж мені було три роки, хтось приніс світліну головного корпусу Львівського державного університету. Я подивилася й сказала: «Я там буду вчитися». Усі, звичайно, розсміялися.

У школі всі вважали, що я обери атомну фізику, бо ж більше математичного складу. Але й журналістика – теж частково математика, адже це цифри, фактаж, аналітика. В 12 років я почала відвідувати клуб журналістики Товариства творчої молоді «Відродження». Перші мої публікації були в газеті «Ровесник». Навчаючись в 11-ому класі, іноді дописувала до газети «Тернопіль вечірній». Тоді, до слова, його редакційний колектив очолював Степан Климентійович Слюзар, який залишився для мене еталоном редактора на все життя. В ТТМ «Відродження» мені запропонували надіслати публікації на конкурс «Шанс». Тоді я вже зрозуміла, що атомна фізика мене не приваблює, тож вирішила вступати на іноземну філологію в педагогічний інститут. І ось під час іспиту мені телефонують з Львівського університету! Це був декан факультету журналістики Володимир Здоровега. Спочатку він зателефонував мені додому, дізнався, що я на вступному іспиті, знайшов номер телефону приймальні педагогічного інституту. Мене викликали з іспиту! Що я почула? «Я вас вітаю. Ви маєте перше місце у конкурсі «Шанс», запрошую вас пройти співбесіду та вчитися у Львові». (Продовження на стор. 9)

КОЛЕГИ

ПРЕССЕКРЕТАР ТНМУ ЯНІНА ЧАЙКІВСЬКА: «ГОЛОВНА ЗАПОВІДЬ ДЛЯ ЖУРНАЛІСТА, ЯК І ДЛЯ МЕДИКА, – НЕ НАШКОДЬ»

(Закінчення. Поч. на стор. 8)
Я, не чекаючи результату іспиту, забрала документи та поїхала до Львова.

– Хто твої найкращі вчителі у журналістиці?

– Весь факультет журналістики – то моя любов. Мене дивувало, що до нас там зверталися лише «колеги». Коли запитала у Володимира Здоровеги, чому так, відповів: «Час швидко збіжить, ви закінчите університет і ми станемо рівними. Якщо я не буду вас поважати вже – який же тоді зміст у всьому, чого ми вас навчаємо?». Втім, на першій сесії він мені вліпив трійку!

– Неочікувано. З якого предмета?

– Вступ до журналістики. У мене перед тим три іспити – «відмінно». Я відповідаю, предмет знаю, й раптом – три. Не можу зрозуміти, що ж відбувається, запитую: «За що?» Володимир Йосипович відповідає: «Ти сама повинна знати. Мені твоя оцінка взагалі не цікава, як і те, який у тебе буде колір диплома. Я тебе запросив сюди, як людину, яка пише. Чому за цей семестр у тебе немає жодного матеріалу? До мене без матеріалів на іспит більше не приходили. Якщо матимеш портфоліо своїх публікацій, буду впевнений, що ти на хліб собі заробиш». Для мене то було потрясіння! Але я зробила висновки, почала працювати з другого курсу й на державному іспиті в мене була вже цілком протилежна картина. Професор Здоровега взяв у мене «залікову» зі словами: «Я в тебе нічого питати не буду, маєш «відмінно», ти мене почула».

– Що є спільного для тебе між журналістикою та медициною?

– Наш декан на першому курсі завжди повторював, що головна заповідь для журналіста, як і для медика, – не нашкодь.

– Вигорання в професії тобі знайоме? Якщо так, як ти з ним даєш раду?

– Для мене дуже важливо, який психологічний мікроклімат у колективі. Я можу піти з роботи, якщо мені некомфортно психологічно. Якщо ж комфортно, можу багато працювати та не втомлюватися. Але в мене завжди, попри основну роботу, є танці, спортзала та подорожі. У людини мають бути психологічні опори: сім'я, стосунки, захоплення, відпочинок і відповідне фінансове забезпечення. І якщо одна опора тимчасово кульгає, то чотири інші дають їй стабільність.

– Нині ваша команда – це...

– Нещодавно нас об'єднали у відділ комунікації та маркетингу, бо досі ми були «розкидані» по різних підрозділах. У нашому відділі фотограф Микола Василечко, Надія Олійник – керівниця відділу й відповідальна за рекламу, та я – провідна фахівчиня та прессекретар.

– Знаю, є й студенти, які охоче пробують власні сили у журналістиці.

– Торік улітку ми створили проєкт TNMU Media Hub, який спрямований на розвиток креативності та освоєння медійних знань і навичок нашими студентами. У мене давно вже була така ідея. Першими долучилися Марта Струк, Олена Гачкевич і Софія Берегуляк. Вони стали фіналістками всеукраїнського конкурсу стартап-проєктів «Спробуй і ти!» серед студентів вищих навчальних закладів України та виграли можливість безкоштовно пройти дуже потужні тренінги. Пізніше до нас приєдналися ще десять студентів. Нині Марта Струк – адміністратор і СММник сторінки театральної студії «Арт-драма», Софія Берегуляк очолює інформаційний сектор Студентського парламенту, Олена Гачкевич досліджує вплив і розвиток соціальних мереж, висвітлює заходи в ТНМУ. Маємо також двох відеографів, це – Каушик Кумар і Авніш Панесар, які із задоволенням все знімають. Ще в нас є група хлопців-другокурсників, які створили власний проєкт «Пізнай наших» і роблять мініінтерв'ю з викладачами. До слова, всіх студентів я навчаю обов'язково ставити під світлинкою чи текстом своє авторство, бо ж дуже не люблю знецінення будь-якої роботи. Водночас пояснюю їм, що ім'я і прізвище під текстом – це не про славу, а про відповідальність. Переконана, що нашим студентам, як майбутнім лікарям, комунікація, репрезентація та ведення свого особистого блогу дуже знадобиться.

– Нещодавно журналістська спільнота відзначила професійне свято. День журналіста є для тебе святом?

– Є. Шкода, що впродовж останніх років через карантин і війну не збиралися з друзями-журналістами на каву. Особисто я цього дня беру вихідний та проводжу його для себе. Так, для мене це свято. Я люблю свою професію.

Мар'яна ЮХНО-ЛУЧКА

ЦВІТ БУЗИНИ – ВІД БАГАТЬОХ НЕДУГ ТА ДЛЯ ПРИЄМНОГО ЧАЮВАННЯ

Якщо сказати, що Матінка-Природа бузину чорну накрила білим мереживом цвіту, щоб вирізнити її, привернути увагу людей та комах, більшість з нас сприймуть це байдуже: цвіте, то й цвіте. А ще в IV ст. до н. е. Гіппократ використовував бузину як лікувальну рослину, в середні віки це дерево вважали деревом довголіття, надіяли магiчними властивостями, вірили, що в ньому живуть добрі духоохоронці. З тих далеких часів дійшов до нас і рецепт так званого напою довгожителів (2 ст. л. сушених плодів кип'ятити впродовж 6 хв. в 1 л води, перецідити, додати 4-5 ст. л. меду та пити гарячим), що оберігає організм від в'янення.

Користувалися люди й цвітом цього куща-дерева, про що свідчать рецепти помічних сумішей, що передавалися з покоління до покоління. Щоб зрозуміти, коли й чому він стає в пригоді людині, варто нагадати тепер уже вивчений біохімічний склад квітів: вітамін С (82 мг/100 г), рутин, дубильні речовини, цукри, органічні кислоти, ефірна олія, слиз, глюкоза. Ось ці речовини зумовлюють потогінну, жарознижувальну, протизапальну та відхаркувальну дію. Тому настій квітів – це ліки в разі різних хвороб дихальної системи: бронхіту із сухим кашлем і хрипом у грудях, ларингіту, грипу, застуди. Потрібно 1 ст. л. сухих квітів залити склянкою окропу, настояти впродовж 20-30 хв., перецідити. Пити гарячим, додавши меду, по 0,5 склянки 3-4 рази на день.

Квіти бузини – неодмінна складова багатьох лікувальних сумішей. Приміром, у разі бронхіту, пневмонії, плевриту п'ють по чверті склянки 4 рази на день за півгодини до їди настій такої суміші: по 1 ч. л. квіток бузини, листя підбілу, трави споришу (заливають 1 склянкою окропу, настояти півгодини). У разі грипу змішують порівну сухі квіти бузини та акації білої. 4 ст. л. суміші залити трьома склянками окропу, обкутати, настояти 1 годину, перецідити. Випити впродовж дня ковтками. Часто, особливо в дітей, запалення горла поширюється на середнє вуха, спричиняючи біль і гарячку. На цей випадок польські лікарі радять приготувати суміш:

квітки бузини та шавлії – по 1 частині, кора верби та корінь лопуха – по 2 частини. Половину чайної ложки суміші залити пів склянки окропу, варити 10 хв. Маленьким дітям давати по пів ложечки тричі на день, старшеньким – по 1-2 ч. л. (навіть якщо використовують антибіотики). Як протизапальний засіб препарати квіток застосовують зовнішньо: для полоскань і примочок у разі ангіни та інших запалень слизової оболонки ротової порожнини, хвороб очей та вух, за ревматичного болю й подагричних опухів, а також гемороїдальних шишок.

Щоб позбутися кон'юнктивіту, готують настій з 15 г суміші (цвіт бузини, пелюстки волошки синеї, трава льонку звичайного – порівну) в 2 склянках окропу, настояти 8 годин, перецідити крізь вату. Настояєм можна промивати очі, закапувати по кілька крапель у кожне око, а також робити з нього компреси. Хворим на ревматизм, подагру та артрит М.А. Носаль приписував пити по 3 склянки на день напар 20 г квіток бузини в 1 л води (залити окропом і настоювати в печі, духовці чи добре обкута-

в нуну та кровоспинну дію. У народі настій (1 ч. л. квіток залити 1 склянкою окропу, настояти 10-20 хв.) п'ють ковтками по 1 склянці 3-4 рази на день перед їдою у разі серцевих набряків, атеросклерозу, фурункульозу, висипань на шкірі, грижі. Можливо, таке лікування дає ефект тому, що цвіт бузини містить холін (ця речовина належить до вітамінів групи В, запобігає передчасному старінню організму, стимулює серцеву діяльність, бере участь у нормалізації діяльності печінки та жовчного міхура, зниженні рівня холестерину в крові).

Отож, настій бузини – хіба це не напій довголіття? Хіба не захисник багатьох органів від запалення та болю? А до того ж висушений цвіт бузини має дуже приємний запах, тому його додають у тісто, печиво набуває мигдалевого смаку. В Італії лікувально-профілактичний хліб з бузиновим цвітом можна й нині купити в крамниці. Готують його приблизно так: висушені квіти, відокремлені від суцвіття, в довільній кількості (можна 1 жменю на 1 кг тіста) потримати пів години у воді, здушити, до-



дати під час замішування в тісто, яке готують за будь-яким рецептом.

А ще квіти смажать. Ось рецепт цієї страви: взяти 6-8 китиць цвіту, помити в кількох водах. Кожну обкачати в борошні, вмочити в збиті зі сметаною (2-3 ст. л.) яйця (2 шт.), обкачати в білих сухарях і смажити в жирі, доки не зарум'яняться. Тоді обрізати «хвостик» і так само підсмажити з другого боку. Подавати гарячими, поливши розтопленим маслом. Використовують бузиновий цвіт для чайної заварки: додають у пропорції 1:3 до звичайного чаю або 1:1 до липового цвіту. Із пелюсток готують варення. Наприклад, можна додати висушений (вмочений) цвіт під час приготування варення з яблук.

Підготувала Лілія БАСК

ДО ВСІХ ПАЦІЄНТІВ – ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПІДХІД

Кожен, хто потрапляє до Тернопільської комунальної міської лікарні №2, зауважує, як змінився та оновив свій імідж цей комунальний медичний заклад. Життя в лікарні насичене подіями – тут оновлюють відділення, відкривають нові підрозділи, закуповують медичну апаратуру.

Торік стало до ладу оновлене неврологічне відділення з інсультним блоком і можливістю постійного моніторингу стану пацієнта. Сотні мешканців міста та громади з цереброваскулярною патологією отримують тут невідкладну медичну допомогу, ефективне лікування, зокрема, тромболітичну терапію та реабілітаційні послуги. Потреба такого відділення визріла давно, адже з 2019 року лікарня надає допомогу хворим з інсультом та іншими складними неврологічними розладами. З відкриттям у лікарні профільного, технологічно оснащеного підрозділу ця категорія хворих нині в полі зору фахівців, які лікують за сучасними стандартами.

Очолила підрозділ лікарка-неврологиня вищої кваліфікаційної категорії Оксана Луків. Після закінчення Тернопільського медичного університету вона вже понад двадцять років у практичній охороні здоров'я. Чималий досвід і сучасні підхо-



(Зліва направо) фізичний терапевт неврологічного відділення Тернопільської комунальної міської лікарні №2 Руслан ВОЩЕНКО, професорка кафедри терапії та сімейної медицини ФПО ТНМУ Наталія СОХОР і завідувачка неврологічного відділення Тернопільської комунальної міської лікарні №2 Оксана ЛУКІВ

ди до лікування допомагають їй організувати роботу на найвищому рівні. Каже, що постійно тримає руку на пульсі сучасних медичних подій, цікавиться новинками неврологічного напрямку, а також із задоволенням читає наш часопис «Медична академія», де також черпає чимало цікавої інформації. Сучасний лікар повинен і мислити, і діяти по-новому, таким правилом керуються в колективі.

Переступивши поріг відділення, зауважуємо, як добротно та зі смаком тут провели внутрішнє оздоблення приміщень, облаштували палати, «озеленили» коридори кімнатними рослинами. Сучасний інтер'єр створює

відчуття затишку та домашнього благополуччя.

– Наше відділення розраховане на 35 ліжок-місць, є дві палати покращеного планування, – ознайомлює з підрозділом Оксана Луків. – Нещодавно провели реконструкцію відділення, модернізували палати, біля кожного ліжка в інсультному блоці вмонтували консолі з централізованою подачею кисню, встановили монітори, які фіксують і відображають життєво важливі показники організму та передають на центральний пост медичного персоналу. Придбали сучасну систему відеоспостереження для того, аби вести медичний

нагляд за пацієнтом в режимі реального часу.

Недужих доправляють сюди іноді в дуже важкому стані, тому лікарям доводиться чимало докласти зусиль, аби надати їм кваліфіковану допомогу та повернути до життя. Але коли це люди, які мають бажання вчитися, оновлювати свої знання та прихильні до пацієнта, то результати, як мовиться, добрі. Колектив неврологічного відділення – це досвідчені фахівці, висококваліфіковані спеціалісти, але є й молодь. Усі пройшли навчальні тренінги з надання допомоги за гострого мозкового інсульту. У штаті команди працює мультидисциплінарна бригада, а також є досвідчений кардіолог, нейрохірург.

Організувати комплексну допомогу пацієнтам з цереброваскулярною патологією в багатопрофільній лікарні, де є нейрохірургічна, ендovasкулярна, кардіологічна служба, набагато простіше, ніж у вузькопрофільних медичних установах, каже завідувачка. Отож, за потреби долучають необхідних спеціалістів. Практично з перших днів мозкової катастрофи працюють з хворими фахівці мультидисциплінарної бригади – реабілітолог, психотерапевт, ерготерапевт, логопед.

Окрім інсультних пацієнтів, кваліфіковану та високотехнологічну медичну допомогу тут отримують й інші хворі з різноманітною неврологічною патологією –

захворюваннями периферичної нервової системи, дегенеративними недугами хребта, демієлінізуючими хворобами, епілепсією тощо. У відділенні працює два лікарі з вищою лікарською категорією та один з першою. У тісному співтоваристві професорки кафедри терапії та сімейної медицини ФПО Тернопільського національного медичного університету Наталії Сохор тут впроваджують нові методи діагностики, лікування, виносять колегіальні рішення щодо складних нозологічних хворих.

– За три роки активної діяльності в лікуванні пацієнтів з ураженнями центральної та периферичної нервової системи ми переконалися, наскільки важливими в лікуванні є ранні реабілітаційні заходи – в найгострому, гострому та підгострому періодах, – каже Оксана Луків. – Рання вертикалізація та інші сучасні методики, які втілюємо в щоденну практику, забезпечують безперервний реабілітаційний процес з урахуванням потреб кожного недужого. Працюємо й з родичами пацієнтів. Вони охоче вливаються у відновне лікування, що продовжується вже в домашніх умовах. Індивідуальний підхід до кожного пацієнта – кредо нашого відділення, яке повсякчасно втілюємо в життя.

Лариса ЛУКАЦЬУК
Світлина
Миколи ВАСИЛЕЧКА

НА ПРИЙОМ – ДО ОРТОПЕДА-ТРАВМАТОЛОГА

Цього року до послуг тернопільян став оновлений кабінет ортопеда-травматолога Тернопільського міського лікувально-діагностичного центру. Відремонтували його за кошти міської скарбниці.

– Наш кабінет тепер на першому поверсі у корпусі, що за адресою вул. Князя Острозького, 7 у приміщенні більше відомому мешканцям міста, як колишня перша поліклініка, – розповів ортопед-травматолог Володимир Бабій. – Понад сорок років він був розташований на другому поверсі, що складало певні труднощі пацієнтам, бо погодьтеся, на другий поверх людині на милицях, з ціпком чи хворими суглобами, дуже не просто дістатися. Відтак адміністрація нашого лікувального закладу прийняла рішення, погодивши його у відповідних службах міської ради, про перенесення цього кабінету. Раніше тут була аптека, тепер маємо оновлений медичний підрозділ. Загалом приміщення розподілене на три зони – кабінет лікарського прийому, оглядово-гіпсувальна та операційно-перев'язувальна кімнати.

Володимир Бабій закінчив

1993 року наш університет. Інтернатуру пройшов на базі альма-матер. Лікарську діяльність розпочав в Тернопільській лікарні швидкої допомоги на посаді ортопеда. Загальний досвід в ортопедії – майже 30 років. Останніми роками працює ортопедом-травматологом Тернопільського міського лікувально-діагностичного центру.

Каже, що за рік у кабінеті ортопеда-травматолога отримують медичну допомогу майже п'ять тисяч пацієнтів. Переважно це люди, які мають захворювання опорно-рухового апарату – артрози, артрити, коксартрози, також чимало є й недужих з травмами кінцівок, грудної клітки, забійними ранами. Певний відсоток складають пацієнти після ендопротезування суглобів та інших оперативних втручань. Невідкладну допомогу їм надають у травмпункті, а тут продовжують лікування. Є відвідувачі, які оформляють групу інвалідності й потребують висновку лікаря-ортопеда або ж мають вроджені вади розвитку опорно-рухового апарату, а також хворі на дитячий церебральний параліч.

«Роботи вистачає. Ось сьогодні з 9 до 14 години я вже оглянув та приписав лікування 26

пацієнтам. Понеділок та п'ятниця у нас «гарячі» дні, бо звертаються хворі, яким потрібно продовжити або ж «закрити» листок непрацездатності, – знайомить зі своєю «господаркою» Володимир Степанович. – Па-



Володимир БАБІЙ, ортопед-травматолог Тернопільського міського лікувально-діагностичного центру

цієнтів приймаємо лише за електронним скеруванням від сімейного лікаря, а повторні огляди призначаємо вже безпосередньо в нашому кабінеті»

Звичайно, спочатку лікар першого контакту вирішує, чи пролікувати пацієнта самостійно, а чи скерувати на другу ланку.

Паперовий документообіг залишився в минулому. Електронний сервіс нині дозволяє пацієнтові планувати візит до лікаря та уникнути черги під кабінетом, а лікарям розподілити ту кількість пацієнтів, які в змозі прийняти. Взагалі ж електронна система ведення документації значно спрощує «паперову» роботу, скажімо, лікарняні листки видають нині лише в електронному вигляді й це дуже зручно як для лікаря, так і пацієнта, бо він не переживає, що може десь загубити чи втратити цей документ. Цифрова трансформація процесів охорони здоров'я відкрила ширші можливості для пацієнтів – вони можуть нині обрати медичний заклад та отримати послуги за Програмою медичних гарантій, незалежно від місця реєстрації, тому до ортопеда-травматолога Тернопільського міського лікувально-діагностичного центру звертаються люди з усього міста й навіть області.

Надають у кабінеті також послуги військовим, але вони обов'язково повинні мати скеру-

вання лікаря медичного пункту військової частини. На тиждень мають 5-6 таких пацієнтів. Звертаються з розмаїтими проблемами – хтось відчуває біль в коліні або ж має забої м'язів тканин, лікують нескладні вивихи та травми.

Розпитали ми Володимира Степановича й про травмування. Цьогорічна зима несніжна, й ожеледиця нас оминула, а відтак логічно, що пацієнтів з переломами значно поменшало. Взагалі ж останні чотири роки випадків травмування значно менше, можливо, люди готуються, підбирають спеціальне взуття. Більше травмуваних останніми роками навпаки ранньої весни та пізньої осені, бо пильність знижується, зауважує лікар. Адже взимку під час ожеледиці людина йде дуже обережно, знаючи, що ділянка дороги, якою вона ходить на роботу чи до крамниці, може бути слизькою, й готова до цього. Володимир Бабій зауважив, що наразі більше хворих з постковідними захворюваннями, зокрема, проблемами суглобів, спричиненими коронавірусною інфекцією.

Лариса ЛУКАЦЬУК
Світлина
Миколи ВАСИЛЕЧКА

ЮВІЛЕЙ

2 червня відзначила ювілейний день народження доцентки кафедри дитячих хвороб з дитячою хірургією ТНМУ Світлано Олексіївна НИКИТЮК

Вельмишановна Світлано Олексіївно!
Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!
У стінах університету Ви здобули вищу медичну освіту, а після закінчення інтернатури успішно пройшли 33-літній трудовий шлях асистентки, згодом – доцентки кафедри дитячих хвороб з дитячою хірургією.

Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас як одну з талановитих випускниць третього



покоління, відому науковицю, висококваліфіковану клініцистку-педіатриню, досвідчену педагогиню та виховательку

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

Ваші порядність, працелюбність, інтелігентність, 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 Світлано Олексіївно, міцно-

го здоров'я, невичерпного творчого натхнення, нових успіхів у Вашій благородній діяльності, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя й затишку, довгих років радісного, щасливого життя.

Нехай вам сонечко світить, а серце співає,
Нехай печаль дороги до серця не знає,
Нехай щастя буде у вашому домі

І радість нехай з вами буде завжди,
Здоров'я міцного і справедливої долі
Нехай Господь Бог дає на довгі роки!

Ректорат і профком ТНМУ імені І.Я. Горбачевського

2 червня виповнилося 50 років завідувачу кафедри загальної хімії ТНМУ, кандидату хімічних наук, доценту Григорію Ярославовичу ЗАГРИЧУКУ

Вельмишановний Григорію Ярославовичу!
Сердечно вітаємо Вас з 50-літтям!

Після закінчення Тернопільського державного педагогічного інституту з відзнакою, навчання в аспірантурі, захисту кандидатської дисертації у стінах Тернопільського національного медичного університету імені І.Я. Горбачевського Ви успішно пройшли 22-літній трудовий шлях доцентки кафедри хіміко-фармацевтичних дисциплін, неорганічної та органічної хімії, фармацевтичної хімії, загальної хімії, завідувача кафедри неор-



ганічної та органічної хімії, завідувача кафедри загальної хімії.

З вашою невгамовною творчою енергією Ви здобули диплом провізора за спеціальні-

стю «Фармація», а організа-торський талант був запитаний на посадах начальника навчального відділу та помічника першого проректора.

Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас як відомого науковця, висококваліфікованого хіміка та фармацевта, талановитого педагога й вихователя студентської молоді за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових і громадських обов'язків.

Ваші порядність, працелюбність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є прикладом для наслідування новими поколіннями

студентів, науковців і викладачів.

Бажаємо Вам, вельмишановний Григорію Ярославовичу, міцного здоров'я, невичерпного творчого натхнення, нових успіхів у Вашій шляхетній діяльності, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя й затишку, довгих років радісного та щасливого життя.

Вам лише 50. Це зовсім небагато.

Коли серце співає і хочеться свята.

Коли руки умілі до праці готові.

Коли мудрість зоріє у кожному слові.

Тож живіть же стільки ж в пошані й здоров'ї!

Ректорат і профком ТНМУ імені І.Я. Горбачевського

5 червня відзначила ювілейний день народження провідна фахівчиня, лікарка-лаборантка вищої кваліфікаційної катедри міжкафедральної навчально-дослідної лабораторії ТНМУ Лариса Богданівна МЕЛЬНИК

Вельмишановна Ларисо Богданівно!
Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви успішно пройшли 42-літній трудовий шлях: спочатку лаборантки кафедри інфекційних хвороб, а згодом – старшої лаборантки, провідної фахівчині, лікарки-лаборантки вищої кваліфікаційної кате-



дології міжкафедральної науково-

клінічної лабораторії, у стінах якої проводите висококваліфіковані діагностичні та наукові дослідження.

Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових і громадських обов'язків.

Ваші порядність, працелюбність, жіночність, інтелігентність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є

прикладом для наслідування новими поколіннями науковців і молодих спеціалістів.

Бажаємо Вам, вельмишановна Ларисо Богданівно, міцного здоров'я, невичерпного оптимізму, миру, добробуту, людського тепла, душевного спокою, родинного благополуччя й затишку, довгих років радісного, 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 червня відзначила ювілейний день народження старша лаборантка кафедри медичної біохімії ТНМУ Лідія Степанівна КАЛІНОВСЬКА

Вельмишановна Лідіє Степанівно!
Сердечно вітаємо Вас з ювілейним днем народження!

У стінах університету Ви успішно пройшли понад 30-літній трудовий шлях старшої лаборантки кафедри медичної біохімії, виконуєте одну з найважливіших ділянок роботи – організаційне забезпечення навчального процесу, проведення висококваліфікованих наукових досліджень.



Ректорат, профком і весь колектив університету глибоко поважають і щиро шанують Вас за багаторічну невтомну працю, високий професіоналізм, сумлінне виконання своїх службових і громадських обов'язків.

Ваші порядність, працелюбність, чуйність, уважне ставлення до людей, прагнення робити добро заслуговують найвищої оцінки та є прикладом для наслідування студентами, науковцями та молодими фахівцями.

Бажаємо Вам, вельми-

шановна Лідіє Степанівно, доброго здоров'я, успіхів у Вашій благородній діяльності, людського тепла, душевного спокою, добробуту, родинного благополуччя й затишку, миру, довгих років радісного та щасливого життя.

Здоров'я й 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 та профком ТНМУ імені І.Я. Горбачевського

ВІДАЄТЕ?

ЯК ПО ОЧАХ РОЗПІЗНАТИ ПІДВИЩЕНИЙ РІВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНУ ТА ХТО В ГРУПІ РИЗИКУ

Підвищений рівень холестерину можна розпізнати по очах, а точніше, за змінах на повіках. Такі утворення називають ксантелазмами та ліпоїдними дугами, їх не варто плутати з косметичними дефектами.

Що таке ксантелазми

Це доброякісне новоутворення шкіри, яке має вигляд припіднятої жовтої пляшки в товщі повіки або навколо очей. Розміри її різні, та можуть коливатися від величини головки шпильки голки до невеличкої квасолини.

Ксантелазми з'являються внаслідок порушення ліпідного обміну, розташовуючись у ділянці повік і навколо очей.

За своєю природою ці утворення є доброякісними й не становлять загрози для життя пацієнта. Безліч людей стикаються з цією проблемою й не звертають на неї уваги доти, доки новоутворення не досягне значних розмірів і деколи це впливає на зір пацієнта.

Хто в групі ризику?

Найчастіше ксантелазми з'являються в жінок після 45 років. Але й у чоловіків ціні відкладення також зустрічаються.

Однією з причин появи ксантелазми є підвищений рівень холестерину. Тому, крім відвідин косметолога-дерматолога, таким пацієнтам показане лабораторне дообстеження-ліпідограма (визначення вмісту добрих і поганих холестеринів в крові).

Адже пацієнти з холестеринівими утвореннями повік мають більший ризик інфаркту (на 48% порівняно з людьми без ксантелазми) та інших серцево-судинних захворювань.

Ліпоїдна дуга на повіках

Це сіре або білувате коло по краю рогівки. Воно може бути неповним й окреслювати райдужку лише зверху або знизу. Ліпоїдну дугу рогівки ще називають «сенільною аркою».

До 60% людей між 50 і 60 роками мають цю ознаку. Після 80-ти – ліпоїдну дугу можна побачити у кожного. Вона з'являється через відкладення ліпідів.

Коли це проблема?

Якщо після п'ятдесяти вона може й не бути пов'язана з високим рівнем холестерину, то в молодому віці ліпоїдна дуга може свідчити про проблему з холестерином або тригліцидами.

І в цьому випадку теж буде корисним визначити спектр ліпідів крові пацієнтам.

