

ЛЕСН DAILY



Студенческий совет лечебного факультета

Его величество Деканат

Мы продолжаем знакомить наших дорогих первокурсников со структурой и организацией нашей дорогой Alma mater, и в этом выпуске спешим представить основу нашего факультета – деканат.

Руководит лечебным факультетом с 2004 года по настоящее время Алексей Игоревич Волоотовский. Алексей Игоревич – доктор медицинских наук, профессор, совмещает должность декана с работой на кафедре травматологии и ортопедии. Приоритетами в клинической практике являются хирургия кисти и запястья, артроскопическая хирургия суставов конечностей.

Безусловно, ни один декан не обходится без своих заместителей.

Заместитель декана – Проволоцкая Татьяна Александровна – курирует 1 и 2 курсы, работает на кафедре иностранных языков. Именно к этому человеку вы, первокурсники и второкурсники, можете обращаться с любыми своими вопросами. Но не забывайте, что помимо основных занятий, существуют и дополнительные

занятия в кружках. Это способствует не только укреплению и систематизированию своих знаний, но там же вы можете обзавестись новыми приятными знакомствами. Все это поможет вам стать частью нашей дружной семьи лечебного факультета.

А влиться в общественную жизнь нашего факультета вам поможет заместитель декана по воспитательной работе – Ярошевич Татьяна Михайловна. Татьяна Михайловна отвечает за культурно-массовые мероприятия в университете и за обширную волонтерскую деятельность. Благодаря ей в нашем университете и за её пределами проводится большое количество лекций, семинаров и других мероприятий на абсолютно разные тематики. Также Татьяна Михайловна является куратором совета студенческого управления, кото-

рый не только занимается жизнью факультета внутри вуза, но и принимает участие в городских событиях.

Деканат нашего факультета располагается на 5 этаже главного корпуса. Там находятся кабинеты декана и его заместителей, а также много полезной информации. На стендах вы можете узнать о расположении кафедр нашего университета, о размерах стипендий, найти шаблоны для заполнения различных заявлений, узнать о предстоящих мероприятиях и поездках, а также о многом другом.

Несомненно, сначала трудно ориентироваться в новых обстоятельствах, охватить столько нового, разобраться в открывшихся возможностях. Но мы знаем, что это такое, так как когда-то были на твоем месте, поэтому постепенно вливайся, заводи новые знакомства, ищи способы проявить свои таланты, участвуй в различных мероприятиях, посещай кружки – у тебя обязательно все получится! А деканат тебе в этом поможет.

Двери деканата всегда открыты для наших любимых студентов!

Анна Коровина, 4 курс

Студенческий научный кружок

Научная деятельность – неотъемлемая часть студенческой жизни в университете! Она помогает не только закреплять пройденный материал, но и узнавать что-то новое, развиваться в определённом направлении.

На данный момент в нашем университете существует 84 студенческих научных кружка. Посещать занятия может студент любого курса и факультета! Вы всегда можете посетить кружок любой кафедры, предварительно узнав на сайте СНО всю информацию о базе, на которой проходит кружок, о теме заседаний и о дате и времени проведения заседания. Там же есть и контактные телефоны старост и научных руководителей кружков. Попасть на сайт СНО с информацией о кафедрах можно перейдя по ссылке sno.bsmu.by/nashi_snk/nashi_snk

Справа предлагаем вашему вниманию перечень кружков, существующих на данный момент.

Также у каждого кружка есть своя группа в ВКонтакте. Найти ее можно в группе СНО БГМУ vk.com/snobsmu.

Будем рады каждому студенту, желающему посетить студенческий научный кружок. Ждём вас!

Людмила Макоед, 6 курс



1. Акушерство и гинекология
2. Иностранные языки (английский язык)
3. Анестезиология и реаниматология
4. Биологическая химия
5. Биология
6. Биоорганическая химия
7. Болезни уха, горла, носа
8. Внутренние болезни (кафедры 1, 2, кардиологии и внутренних болезней)
9. Военная эпидемиология и военная гигиена
10. Военно-полевая терапия
11. Военно-полевая хирургия
12. Гигиена детей и подростков и валеология
13. Гигиена труда
14. Гистология, цитология и эмбриология
15. Глазные болезни
16. Дерматовенерология
17. Детская хирургия
18. Детские болезни (кафедры 1, 2)
19. Детские инфекционные болезни
20. Инфекционные болезни
21. Клиническая фармакология
22. Латинский язык
23. Лучевая диагностика и лучевая терапия
24. Медицинская и биологическая физика
25. Медицинская реабилитация и физиотерапия
26. Микробиология, вирусология, иммунология
27. Морфология человека
28. Нейрохирургические болезни
29. Нервные болезни
30. Нормальная анатомия
31. Нормальная физиология
32. Общая гигиена
33. Общая стоматология
34. Общая химия
35. Общая хирургия
36. Общественное здоровье и здравоохранение
37. Организация медицинского обеспечения войск и экстремальная медицина
38. Онкология
39. Организация фармации
40. Ортодонтия
41. Ортопедическая стоматология
42. Патологическая анатомия
43. Патологическая физиология
44. Поликлиническая терапия
45. Пропедевтика внутренних болезней
46. Пропедевтика детских
47. Психиатрия и медицинская психология
48. Радиационная медицина и экология
49. Детская кардиохирургия
50. Стоматология детского возраста
51. Судебная медицина
52. Терапевтическая стоматология (кафедры 1, 2, 3)
53. Топографическая анатомия
54. Травматология и ортопедия
55. Трансплантология
56. Урология
57. Фармакология
58. Фтизиопульмонология
59. Хирургические болезни (кафедры 1, 2)
60. Хирургическая стоматология
61. Белорусский и русский языки
62. Челюстно-лицевая хирургия
63. Эндокринология
64. Эпидемиология
65. Социально-философские науки
66. Детская анестезиология и реаниматология
67. Детская неврология
68. Взрослая кардиохирургия

Кружок в анатомичке

Едва ли найдется на лечебном факультете студент, который ни разу не приходил на заседания кружка в анатомичке. А если ты еще там не был, то бегом туда! СНК кафедры нормальной анатомии – один из самых активных и многочисленных. Давайте познакомимся со старостой кружка, студенткой 4-го курса Екатериной Суворцевой, и узнаем о том, как сегодня развивается кружок.



Dream Team

Расскажи, на каком курсе ты пришла в СНК нормальной анатомии? В каких отделах занималась?

В кружке я с 1-го курса. Посещала теоретические занятия (в ходе которых студенты-консультанты объясняли новые темы по анатомии на следующую неделю и давали дополнительный материал по смежным дисциплинам) и практические занятия (препаровка). Далее на 2-м курсе нам с подружкой посчастливилось стать консультантами для 1-го курса. Мы загорелись этой идеей. Придумывали игры, запоминки, рисовали рисунки для ребят. Пытались объяснить, что анатомию нужно понимать и представлять, а не просто зубрить. Не знаю уж, насколько хорошо нам удалось это сделать, но это было весело.

Какие функции выполняешь в кружке на сегодняшний день?

Поиск заинтересованных в научной деятельности студентов и приглашение врачей, преподавателей для выступлений на научных заседаниях.



Научное заседание СНК нормальной анатомии

Расскажи, пожалуйста, как кружок помогает студентам влиться в научную работу?

Мы в этом году стараемся максимально агитировать студентов к научной деятельности. Пока все наши идеи в тестовом режиме, рано говорить о результате. В сентябре мы организовали встречу со студентами старших курсов, которые рассказывали 1-2 курсу с чего начать, как выбрать тему,

научного руководителя, как выглядит студенческая научная работа, предлагали темы работ. Ребята из научного отдела кружка консультируют студентов по любым вопросам. Будут желающие - сделаем ещё одну такую встречу, пригласим преподавателей. По субботам в каждой группе консультанты рекомендуют так называемые УИРСы для кружковцев, лучшие из выступлений могут быть приглашены и на научные заседания, которые проходят раз в месяц.

Где можно узнать о проведении научного заседания кружка? Как проходят заседания?

В группе ВКонтакте vk.com/anatomy_bsmu, инстаграме [@anatom.by](https://www.instagram.com/anatom.by), развешиваются объявления по университету. На них присутствуют в основном студенты 1-2 курсов. Если есть приглашённые гости, заглядывают и курсы постарше. Заседания проходят либо на кафедре, либо в лекционных аудиториях. Студенты, стараясь уложиться в лимит времени, представляют свои доклады с презентациями. Некоторые студенты пытались преподнести доклад в формате TEDx. Однажды мы практиковали заседание в формате дебатов.

Недавно на кафедре прошла открытая лекция на тему введения в функциональную анатомию. Подобные лекции проводились и раньше. Они тоже организованы на базе кружка?

Да.

Планируете еще проводить такие лекции?

Да, конечно! Провели опрос на нашей страничке кружка в инстаграме [@anatom.by](https://www.instagram.com/anatom.by), прислушиваемся к желаниям студентов и займемся поиском заинтересованных в этом врачей (ведь все подобные лекции существуют на альтруизме, не каждый согласится).



Открытая лекция Николая Вотчицева

Какие новости в кружке?

В этом году мы впервые организуем выставку анатомического рисунка. Экспозиция работ состоится 18-29 ноября 2019 года на базе кафедры нормальной анатомии БГМУ. К участию в конкурсе приглашаются студенты 1-6 курсов всех факультетов БГМУ. Для участия необходимо зарегистрироваться и прислать свои данные и творческую работу на электронную почту, адрес которой указан в посте, посвященному выставке, в сообществе ВКонтакте «Кружок в анатомичке БГМУ». Там же вы найдете подробности конкурса и требования к работам.

Мария Макаенко, 5 курс

МИНИ-ВЕСТИ

от **Анны Горбачевой**

Начались масштабные испытания вакцины против ВИЧ. Медики готовы протестировать новую вакцину от ВИЧ на человеке. Причём испытания не ограничатся небольшой группой людей. Вакцину будут проверять на огромном количестве добровольцев сразу на трех континентах.

Бактерия *Helicobacter pylori*, ответственная за развитие нескольких заболеваний: гастрита, язвенной болезни и рака желудка, - стала в два раза более устойчивой к антибиотикам за 20 лет. Учёные обнаружили, что устойчивость к кларитромицину, одному из наиболее изученных средств против этой инфекции, у *H. pylori* увеличилась с 9,9% в 1998 году до 21,6% в 2018 году.

Исследователи из Научного института Вейцмана в Израиле заявили, что нашли эффективный способ лечения бактериального вагиноза — распространённого заболевания половых органов женщин. Свое исследование специалисты опубликовали в научном журнале *Nature Medicine*. Новый вариант лечения заболевания предполагает пересадку бактерий, собранных у здоровых женщин, во влагалища пациенток. По заверению врачей, так им удалось достигнуть устойчивой ремиссии у четырёх из пяти испытуемых в возрасте от 27 до 47 лет, страдающих от вагиноза. Побочных эффектов выявлено не было.

Белорусским пациентам с блокадами сердца и брадикардией начали устанавливать новейшие кардиостимуляторы. Появилась новая технология, когда мы можем поставить электрод в область межжелудочковой перегородки. Импульс от стимулятора идет по естественным проводящим путям сердца, тогда левый и правый желудочки и клапаны начинают работать нормально. Технология появилась в мире недавно. Беларусь является первой в СНГ и одной из первых стран в мире, начинающих её использование.

В Украине вспышка дифтерии, за последние две недели её обнаружили у около двух десятков человек. 17 октября с диагнозом «дифтерия» госпитализировали студента-иностранца, который учится на 5-м курсе медицинского факультета Ужгородского национального университета, а в Киеве дифтерией заболел непривитый девятилетний школьник.

В основном сейчас дифтерию находят в Закарпатье, этот регион напрямую не граничит с Беларусью, но ближе всего к нему находится наша Брестская область. В Киеве уже зафиксировано два лабораторно подтвержденных случая дифтерии, Киев от Гомеля – в 260 километрах. Заболевшим в Украине вводят противодифтерийную сыворотку.

Здоровый взгляд

17 октября в общежитии №10 БГМУ состоялась беседа о сохранении здоровья глаз и профилактики заболеваний органов зрения с представителем кафедры глазных болезней, кандидатом медицинских наук, доцентом Далидович Анастасией Александровной.

Тема сохранения здорового зрения с каждым годом приобретает все большую популярность. Наиболее часто встречаемая проблема людей молодого «студенческого» возраста – миопия. «Близорукость – настолько распространённое в мире явление, что в некоторых странах умеренная степень проявления данной патологии принята за норму», – рассказывает Анастасия Александровна. Прежде всего, рост количества людей с миопией связан с широким использованием гаджетов. Из-за эффективной развлекательной функции устройств, родители часто используют их как отвлекающий манёвр и забаву для малышей практически с пелёнок. Как результат – гораздо большее количество людей и в более раннем возрасте имеют проблемы со зрением.



«С использованием подрастающим поколением устройств желательно повременить хотя бы до 5-6 летнего возраста» – рекомендует Анастасия Александровна. Альтернативой отказа от использования гаджетов может стать перенос основной части работы и развлечений с мобильных и планшетов на стационарные компьютеры, ноутбуки и прочие устройства, находящиеся в более или менее неподвижном состоянии. Таким образом снижается спровоцированная движением и вибрацией чрезмерная нагрузка на глазные мышцы.



При подготовке рабочего места важно грамотно выбрать освещение. Естественный и искусственный тёплый свет лучше всего подходит для сохранения здоровья глаз. Холодный спектр в связи с физическими особенностями создает менее четкое изображение, что влечет за собой усиление работы зрительного аппарата. На устройствах рекомендуется включить режим снижения вредного синего света. У разных марок и производителей эта настройка может иметь название «фильтр синего», «защита зрения», «режим чтения», «ночной режим».

Не менее опасным является и ультрафиолетовое излучение, бороться с негативным воздействием которого можно, используя качественные очки, подходящие по площади защиты (диаметр стёкол) и имеющие специальное покрытие (по-

метка «UV»).

Необходимо отложить гаджет как минимум за 60 минут до сна – в этой рекомендации офтальмологов поддерживают и неврологи. Стимулирующее воздействие информации накануне засыпания, а также нарушение нормального метаболизма гормона мелатонина из-за излучения синего света способны вызывать бессонницу, головные боли, снижение зрения, нарушение концентрации и усталость.

Если полноценное зрение сохранить всё-таки не удалось, то стоит трепетно отнестись к выбору средств коррекции: выбирать только качественные очки и линзы, а также соблюдать гигиенические правила их использования. Зарядку для глаз и приём витаминов можно назвать бесполезными, когда нарушение функции зрительного аппарата уже существует. Без сокращения времени работы с сильной зрительной нагрузкой также невозможно остановить потерю зрения. Офтальмологи рекомендуют помнить о перерывах для снятия напряжения с глаз и, с этой же целью, заниматься спортом.

Своевременное хирургическое лечение является наиболее эффективным. Коррекция назначается и подбирается индивидуально, учитывая особенности возрастного изменения зрения в будущем.



Как сказала Анастасия Александровна, студентам рекомендуется повременить с хирургическим лечением до окончания процесса обучения и прекращения прогрессирования ухудшения зрения. Людям, профессионально связанным с работой, требующей хорошего зрения на близком расстоянии от глаз, радикально лечить миопию вовсе не советуем.

К прочим распространённым офтальмологическим проблемам, вызывающим дискомфортные ощущения, относится синдром сухого глаза. Факторами риска развития этого состояния относятся длительное использование гаджетов, ношение линз, возраст 55+ лет. Частое проявление также связано с повсеместным гиперосвещением.

Для Беларуси характерен бессимптомный тип такого заболевания, как глаукома. Высокая вероятность развития патологии наблюдается у людей 50+-летнего возраста, а также у лиц с наследственной предрасположенностью. Повышенное внутриглазное давление часто не сопровождается болевым синдромом. Наблюдается прогрессирующая потеря зрения, которая при отсутствии диагностики и лечения приводит к слепоте.

По окончании встречи все желающие получили от приглашённого врача-офтальмолога индивидуальные советы. Из-за быстрых и непредсказуемых перемен в развитии современного мира, невозможно дать долгосрочные прогнозы по распространению заболеваний органов зрения у всего человечества. Однако соблюдение рекомендаций врачей может стать посильным вкладом в здоровье своего зрения.

Александра Марченко, 4 курс

Что посмотреть?

Подготовила Валерия Синенкова

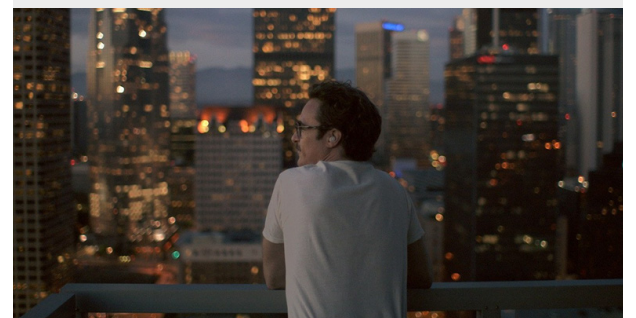
«Она» – фильм Спайка Джонса, ставший для него своеобразным витком зрелости: это его первый оригинальный сценарий. Лента, не покидающая рейтинги «самых красивых фильмов в истории кинематографа», по настоящему эстетичная и теплая, задевающая довольно деликатную для нашего поколения тему: одиночество среди людей... И компьютеров.

Теодор Туомбли – писатель, который занимается непростой работой: составлением писем на заказ для тех, кто не может (или не хочет) самостоятельно найти нужные слова. Его письма – по-настоящему чувственные, искренние и проникновенные, а главный герой – действительно колоритный персонаж. Его хочется слушать, за ним хочется наблюдать. Теодор долгое время пытается оправиться от неудачных отношений, делясь нерастраченными чувствами с незнакомыми людьми в разных точках Земли, ведь живя в многомиллионном городе, в недалеком и благополучном будущем, он абсолютно одинок. Чувствует ли он себя комфортно в этой эпохе? Определенно нет.

Однажды популярная IT-компания представляет миру первую операционную систему с искусственным интеллектом. Программу, способную смеяться с ваших шуток и поддерживать беседу, сортировать вашу почту и фотографии и.. Любить.

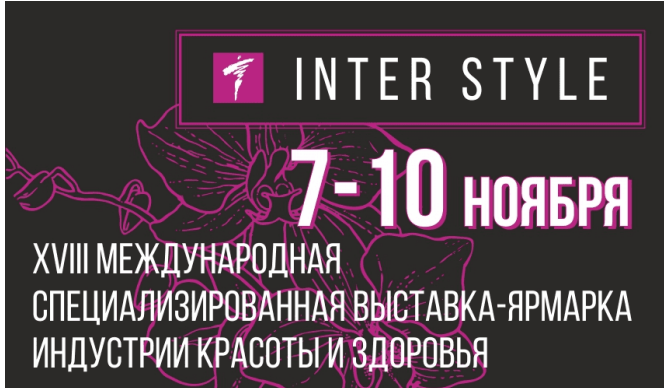
Это фильм о еще одной форме любви, отходящей от норм и канонов, но трогательной до слез. История не подается как кризис или трагедия человечества: возможно, наоборот, именно это – выход, способный спасти каждого из нас от неизбежного одиночества. Между Теодором (Хоакин Феникс) и операционной системой Самантой (Скарлетт Йоханссон) возникает особое чувство, которое меняет их обоих. Учит компьютерную программу чувствовать и напоминает человеку, что он еще способен на любовь.

Это фильм, полный нежности. С вкраплениями хулиганских эпатажных сцен, с задевающими за живое диалогами, с воистину гениальными музыкой и цветовой палитрой. Это фильм с великолепной историей, снятый как классическая, без всяких скидок на причудливость одного из ее субъектов, мелодрама – с очарованием постепенно пробуждающейся влюбленности, блаженством узнавания себя в другом, болью первых ноток ревности и первого разочарования. Это фильм о том, что, вопреки нашим убеждениям, настоящая любовь существует. Все, что не подходит под рамки обыденности, все, что далеко не просто и не однозначно, – это она и есть.



Лучшие события ноября

Надоела эта холодная погода? Хочется только кружечку какао или кофе и греться в одеялке? Не спеши! Ведь мы подготовили для тебя лучшую подборку мероприятий ноября. Меладзе, «Баста», международный день веганства, «Фуд шоу» и многое другое для ваших ушек и животиков читай ниже.



1) 6 ноября – Концерт Валерия Меладзе.

Валерий Меладзе покоряет публику с первых нот своим сильным голосом с бархатным тембром. Удивительное сочетание пылкого грузинского темперамента с интеллигентностью, качественный репертуар из лирических баллад, вокал редкого диапазона. Минск-Арена, пр. Победителей, 111

2) 9 ноября – Концерт группы «Баста»

Песни БАСТЫ слушают, поют, перепевают, а на концертах собирается совершенно разная публика: от молодёжи и знатоков уличной культуры, до взрослых людей, которые приходят на шоу семьями и с детьми! Минск-Арена, пр. Победителей, 111

3) 24 и 25 ноября группировка «Ленинград»

Минск всколыхнет вихрь безудержного веселья. Финальный концерт группировки «Ленинград» примет «Минск-Арена». Шнуров уже

собирал площадку: в 2017-2018 годах концерты прошли с аншлагом, а билеты на них были раскуплены задолго до часа икс. Вангуюм: этот раз исключением не станет.

4) С 7 по 10 ноября – ИнтерСТИЛЬ 2019

Международная специализированная выставка индустрии красоты и здоровья. Минский футбольный манеж.

5) С 29 ноября по 1 декабря «Фуд шоу» Минск 2019

Огромнейший фестиваль еды и напитков. Вы любите еду? Вы хотите перепробовать море еды? Или вы просто хотите отлично покушать? Вам сюда. У нас найдётся еда для любого ценителя или привереды. Дворец спорта.

6) Минский международный фестиваль «Лістапад»



Без преувеличения можно сказать, что «Лістапад» – крупнейший кинофестиваль в Беларуси. В его рамках демонстрируются новые фильмы, причем участвуют как игровые, так и документальные картины. Там точно будет, что посмотреть.

7) 3 ноября – World Vegan Day in Minsk 2019

Минск, как известно, очень зеленый город. В нем прекрасно себя чувствуют себя как любители

природы, так и сторонники урбанизации.



Гастрофест растительной кухни, где будут рады вегетарианцам, сыроедам и тем, кто души не чаёт в правильном питании пройдет в Минске. Уроки кулинарии, растительный фастфуд, дегустация, общение с единомышленниками и обмен знаниями сделают это день лучшим!

8) 18 – 25 ноября – Международный фестиваль «Тэатральны Куфар»



В эти дни пройдет один из самых масштабных фестивалей молодёжных театров в Европе. 15-20 театров, более 250 участников со всего мира и тысячи зрителей ждут вас с эту театральную неделю ноября.

Юлия Щавлева, 5 курс

Ко дню отказа от курения

День отказа от курения традиционно празднуется 21 ноября, начиная с 1977 года. Целью установления ВОЗ этой даты является снижение распространённости табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения и врачей всех специальностей, профилактика табакокурения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.

Лучший из возможных советов для тех людей, которые даже не пробовали курить, – НЕ НАЧИНАТЬ! И хотя запретный плод сладок, лучше воздержаться от его дегустации, ведь алгоритм развития привычки очевиден. Попробовал в первый раз -> не понравилось -> не распробовал -> попробовал во второй раз -> попробовал в третий раз.... К сожалению, по тем или иным причинам, многие вступили на этот застеленный табачной дымкой путь.

Однако для тех, кто убедился в том, что курение – это яд и что вред, который оно наносит здоровью на 1000 пунктов превышает положительные свойства (непродолжительное снижение стресса и аппетита), мы сделали подборку лайфхаков, которые помогут быстрее отказаться от этой привычки.

1. Замотивируйте себя. Если укрепление и восстановление здоровья – слишком баналь-

ная и недостаточная для вас цель, попробуйте просто доказать себе, что это в Ваших силах – бросить курить. Ведь Вы достаточно сильны и не позволите привычкам контролировать Вашу жизнь, не так ли?

2. Создавайте себе препятствия для курения: покупайте по одной пачке сигарет, а не блок сразу; не носите с собой спички и сигареты; записывайте стоимость каждой пачки, напоминая себе о возможной экономии на курении; не докуривайте сигареты до конца; делайте затяжки менее глубокими и продолжительными и так далее.



3. Бросайте курить в тот момент, когда негативные факторы внешней среды и окружения будут оказывать на Вас наименьшее влияние. Во время отпуска, во время повышенной занятости, если Вы любитель покурить «за компанию» или же во время совместных проектов или отдыха

с семьёй и друзьями, если Вы курите для того, чтобы сосредоточиться на деле и не отвлекаться.

4. Питайтесь 3-4 раза в день, пейте больше жидкости, включайте больше фруктов и овощей в рацион, делайте физические упражнения. Данные меры направлены на недопущение прибавки в весе, обусловленной отказом от курения.

5. Используйте никотиновые пластыри, жевательные резинки, проконсультируйтесь с врачом на предмет поливитаминовых комплексов и лёгких седативных препаратов, чтобы максимально ослабить синдром отмены.

6. Дайте себе зарок, что с этого мгновения к курению Вы больше никогда не вернётесь. И не пытайтесь заменить сигарету куском торта или другой сладкой и жирной пищей. Ведь Вам не нужна пищевая зависимость вместо табачной.

Следует сказать, что курение – это личное дело каждого.

И всё же важно помнить, что один активный курильщик делает пассивными курильщиками всех, кто находится рядом с ним. Поэтому имеет значение не только то, что Вы делаете, но и то, как Вы это делаете и к каким последствиям в дальнейшем для мира, окружающих и для Вас лично могут привести эти действия.

Яна Шоломицкая, 3 курс