

# МЕДИЧНА КАДЕМІЯ

№ 19 (324)

ГАЗЕТА ЗАСНОВАНА 1997 РОКУ  
6 жовтня 2012 року



ВІТАЄМО!

У НОМЕРІ

## ВИДАВНИЦТВУ

Стор. 6-7

## «УКРМЕДКНИГА» – 15 РОКІВ

Стор. 4-5

### МЕДИКО-СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПЕДІАТРІЇ, АКУШЕРСТВА ТА ГІНЕКОЛОГІЇ



Науково-практична конференція на цю тему, що відбулася в НОК «Червона калина», зібрала майже 150 відомих науковців і практиків у галузі педіатрії, акушерства та гінекології зі Львова, Вінниці та інших обласних центрів України. Шановних учасників тепло привітала проректор ТДМУ імені І.Я. Горбачевського з лікувальної роботи, професор Н.І. Ярема.

Стор. 8

### НА ЗУСТРІЧ ЗІ СТУДЕНТСЬКОЮ ЮНІСТЮ – ЧЕРЕЗ ПІВСТОЛІТТЯ

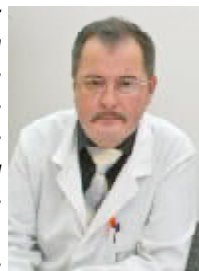


Для випускників Тернопільського державного медичного інституту (тепер – університету) 1962 року цей день був особливим – через півстоліття вони з'їхалися на побачення зі своєю альма-матер. З щемом і хвилюванням у серці переступили поріг навчального закладу, де минули їх найкращі молоді роки.

Стор. 10

### І ЛІКАР, І ПОЕТ, І НАУКОВЕЦЬ...

Талановитими людьми повніться наша Україна, зокрема Тернопільщина. Наша розповідь – про Івана Чонку, доцента кафедри хірургії Тернопільського медуніверситету ім. Горбачевського, лікаря-хірурга вищої категорії Тернопільської університетської лікарні, заслуженого винахідника України.



Видавництво ТДМУ «Укрмедкнига» створили 1997 року з ініціативи ректора університету, члена-кореспондента НАМН України, професора Л.Я. Ковальчука. За порівняно короткий час було сформовано важливий і невід'ємний від навчального процесу підрозділ. Нині тут друкують підручники, посібники, монографії, газети «Медична академія» та «Університетська лікарня», 12 журналів, 10 з яких затверджені ВАКом, створюють компакт-диски, навчальні таблиці. Завдяки видавництву студенти нашого університету цілком забезпечені навчальною літературою. Її замовляють медичні навчальні заклади усіх рівнів акредитації з інших областей України.

На фото: колектив видавництва «Укрмедкнига»

КОЛЕГІЯ

## ТЕРНОПІЛЬЩИНА Є ОДНІЄЮ З 6 ОБЛАСТЕЙ З НАЙНИЖЧОЮ ЗАХВОРЮВАНІСТЮ НА ТУБЕРКУЛЬОЗ

**Про стан захворюваності на туберкульоз в області та визначення заходів щодо профілактики захворювання доповів членом колегії облдержадміністрації начальник головного управління охорони здоров'я ОДА Михайло Буртняк.**

Він констатував, що протягом останніх років в області спостерігається стабілізація стану захворюваності на туберкульоз. Рівень захворюваності становить 27 випадків на 100 тисяч населення (2011 р. – 28,1), серед сільського населення – 28,6 на 100 тисяч населення (2011 р. – 30,4).

Тернопільщина є однією з шести областей України з найнижчою захворюваністю на туберкульоз.

З метою зниження рівня захворюваності та смертності від туберкульозу в області проводять профілактичні флюорографічні огляди, мікроскопії мазка мокротиння, серед дітей – профілактичні обстеження методом туберкулінодіагностики.

«Методом флюорографії виявлено 49,8% хворих на туберкульоз. Показник охоплення мешканців області профілактичними флюорографічними оглядами протягом останніх років збільшився», – каже Михайло Буртняк.

За державною програмою лише торік отримано медикаментів на суму 416997 гривень, за 6 місяців 2012 року – 2432576,66 гривень. Це суттєво вплинуло на якість лікувально-діагностичного процесу.

Водночас начальник головного управління охорони здоров'я ОДА вважає, що

наразі протитуберкульозні заклади потребують збільшення фінансування для покращення умов перебування хворих у стаціонарах, оновлення рентгенологічної апаратури, забезпечення дезінфекційними засобами, дезкамерами, сучасними очисними спорудами.

Він також зазначив, що поєднання бюджетних та позабюджетних коштів за останні роки дозволило зміцнити матеріально – технічну базу протитуберкульозних установ. Так, у Тернопільському обласному тубдиспансері розширено площу поліклініки, створено сучасну лабораторію, проведено реконструкцію системи опалення диспансеру, переобладнано пральню, проведено великий обсяг ремонтних робіт у відділеннях.

(Прес-служба ОДА)



Акція

# ТЕРНОПОЛЯНИ ЗІБРАЛИ ТРИ «КОШИКИ ЗДОРОВОГО СЕРЦЯ»

**У рамках Всеукраїнського тижня серця на Тернопільщині відбулися заходи медичного профілактично-просвітницького проекту.**

Боротьба із серцево-судинними захворюваннями є одним з пріоритетних завдань медичної галузі краю. «Заходи, що відбувалися, мали на меті привернути увагу до профілактики серцево-судинних захворювань, збереження здоров'я за допомогою правильного харчування, достатньої фізичної активності та свідомого ставлення до власно-

ня, надавали консультації кардіологи, невропатологи, дієтологи.

Широкомасштабну акцію медики розгорнули на Театральному майдані Тернополя. Тут працювали дві карети швидкої допомоги, де фахівці проводили безкоштовне ЕКГ-обстеження та вимірювання артеріального тиску.

Медичні працівники виміряли тиск понад 400 тернополянам і зробили електрокардіограми майже 60 бажаючим. Усі охочі також отримали консультації лікарів-кардіологів, невропатологів, дієтологів щодо лікування та профілактики серцево-судин-



нашій місцевості та помічні при серцево-судинних недугах. Другий наповнили ягодами, а третій — овочами та фруктами, які можна зібрати на присадибних ділянках.

— Для того, аби зберегти

мічна. Ще у нашому кошику є глід, який росте практично у кожній місцині, на узліссі, у вибалках, чагарниках. Цю рослину використовують не лише у народній медицині, а й у фармацевтичній промисловості. Приміром, настоянка глоду міститься у кардіовалені, допомагає позбутися порушень серцевого ритму. Ця рослина корисна за атеросклерозу, гіпертонії, аритмії серця, серцевої слабкості, її рекомендують тим, у кого вади серця, також порушення кровообігу в судинах серця. Поруч з глодом ми поклали обліпиху. Це надзвичайно корисна ягода. Активною фракцією обліпихи є стерини, які запобігають всмоктуванню холестерину, тобто розвитку атеросклерозу та всіх його неприємних ускладнень. Складова обліпихи — рідкісний у рослинах алкалоїд серотонін, який регу-



**Галина СВЕРГУН** (ліворуч), волонтер Товариства Червоного Хреста

го самопочуття», — наголосив начальник головного управління охорони здоров'я ОДА Михайло Буртняк.

У рамках Всеукраїнського тижня серця та Всесвітнього дня серця у лікувально-профілактичних закладах області мешканцям безкоштовно вимірювали артеріальний тиск, проводили ЕКГ-обстежен-



**Ганна ДУДЧЕНКО** та студентка медколеджу **Юлія КРУПНІЦЬКА**

них захворювань і спеціалістів КУТОР «Центр здоров'я» щодо здорового способу життя.

А ще мешканцям і гостям міста роздали рецепти здорового харчування та саносвітню літературу (як правильно вимірювати артеріальний тиск, як раціонально харчуватися, профілактика шкідливих звичок, дієти при серцевих захворюваннях).

З метою профілактики серцево-судинних захворювань проводили соціологічні опитування: «Чи треноване у вас серце?», «Як визначити реакцію серця на навантаження?», «Як зрозуміти сигнали серця?».

Долучилися тернополяни й до Всеукраїнської акції «Кошик здорового серця».

— Це проект, що залучає різні куточки України та різні вікові групи українців до естафети здорового способу життя, — каже терапевт обласного центру здоров'я Галина Зот. — Його ідея проста — Україна збирає у «Кошик» найбільш прикметний для цієї місцевості харчовий продукт, споживання якого сприятливо впливає на роботу серцево-судинної системи та зберігає здоров'я.

Варто зауважити, що тернополяни зібрали аж три «кошики здорового серця». До першого увійшли лікарські трави, які ростуть у



**Віра ГРЕЛЯ**, студентка медколеджу, вимірює тиск тернополянину

здоров'я, не потрібно дорогих заморських продуктів і пігулок, варто споживати ті рослини та овочі, які виростили на нашій українській землі, — наголошує Галина Зот. — До одного з кошиків ми поклали наш український символ — червону калину, яка у всі часи рятувала людей від багатьох недуг. Вона навіть за зовнішніми обрисами нагадує серце. На багатьох обійстях росте, але не всі чомусь вживають цю диво-ягоду, яка збагачує організм вітамінами, знижує рівень холестерину в крові. Червоні намистинки посилюють скорочення серцевого м'яза, підвищують еластичність судин. У лікуванні хронічної серцевої недостатності калина дуже по-

лює температуру тіла, кров'яний тиск, а також має протипухлинні властивості.

У тернопільських кошиках можна знайти ще й інші смачні та корисні продукти для вашого серця — яблука, помідори, груші, перець, виноград, капусту брокколи, волоські горіхи. Усіх їх можна без особливих труднощів придбати на ринку чи зібрати на власному городі.

У підсумку проведення Всеукраїнського тижня серця за результатами вимірювання артеріального тиску визначать найбільш здоровий та найбільш вразливий регіони.

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

ВИДАННЯ

## ЖИТТЄВА ЕНЦИКЛОПЕДІЯ

**Читали й перечитували окремим сторінкам вже 23-ї книги «Рівновага — основний закон природи», яку нещодавно видав член-кореспондент НАМН України, професор Іван Семенович Сміян.**

Кожен, хто читатиме глибоко філософсько-публіцистичні та автобіографічні роздуми, задумається: а що я корисного зробив, чи моє життя прожито не даремно? Використовуючи великий життєвий досвід, талант, автор сіє для сучасників й нащадків корисне:

про виховання здорового покоління, підготовку лікарських і наукових кадрів, здорові стосунки між людьми, про реформу сучасної охорони здоров'я, цінність часу, про широке коло відомих людей, прославляє медичні заклади, в яких навчався й працював, тощо.

Свої роздуми автор уміло пов'язує з кращими поетичними та літературними й філософськими творами українських, зарубіжних, а також давньогрецьких і римських поетів та філософів.

Ця безцінна життєва енциклопедія дорога не лише для родини Сміяна, але й для громадськості краю та для історії взагалі. Книжки заслуговують на ширшу

популяризацію серед студентів і випускників нашого ВНЗ.

Іване Семеновичу, бажаємо Вам подальшої творчої наснаги, життєвих сил і невичерпного життєвого запалу. Трудіться, доки дозволяють сили й роки!

**Василь ПРИШЛЯК,**  
**заслужений лікар України,**  
**Наталія ГРИМАЛЮК**

Редактор **Г. ШИБАЛИНЧУК**  
Творчий колектив: **Л. ЛУКАЦУК,**  
**О. БУСЬКА,**  
**П. БАЛЮХ**  
Комп'ютерний набір і верстка:  
**Р. ГУМЕНЮК**

Адреса редакції:  
46001,  
м. Тернопіль,  
майдан Волі, 1,  
тел. **52-80-09; 43-49-56**  
E-mail [hazeta.univer@gmail.com](mailto:hazeta.univer@gmail.com)

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

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

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

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

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

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



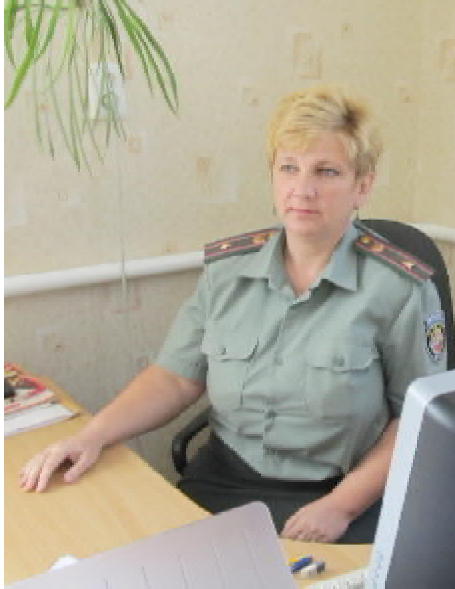
# ЛІКАР ДЛЯ УВ'ЯЗНЕНИХ

15 років минуло з того часу як Світлана Середюк після закінчення Дніпропетровського медінституту та інтернатури за спеціальністю «акушерство та гінекологія» прийшла на місце праці у медичну частину Збаразької виправної колонії № 63. Нині вона обіймає посаду начальника медчастини, дослужилася до звання майора внутрішньої служби.

Розповідає, що медичні послуги ув'язненим жінкам надають в амбулаторно-поліклінічному відділенні та стаціонарі на 9 ліжок. Колектив медпрацівників складають чотири лікарі та стільки ж медичних сестер. Серед захворювань переважають недуги терапевтичного профілю — серцево-судинні, кишково-шлункового тракту, органів дихання (адже чи не всі ув'язнені зловживають випивкою), паразитарні, є випадки сифілісу та гонореї. Не оминув колонію й СНІД — такої кількості ВІЛ-інфікованих в області годі й шукати, загалом 135 ув'язнених. Щоправда, за словами лікаря, обстеження на наявність антитіл до ВІЛ є доступним, диспансерне спостереження ВІЛ-інфікованих проводять згідно з клінічним протоколом антиретровірусної терапії ВІЛ-інфекції. Із засудженими по-

стійно ведуть бесіди щодо профілактики ВІЛ/СНІДу, інфекцій, що передаються статевим шляхом.

— Медичними препаратами для надання невідкладної допомоги та лікування опортуністичних інфекцій у ВІЛ-інфікованих нас забезпечують централізовано, — каже Світлана Володимирівна, — інші ж ліки пацієнтки, як



**Світлана СЕРЕДЮК, начальник медчастини**

і у інших медзакладах, купують власним коштом.

Загалом на рік у стаціонарі меддопомогу надають 200 особам, а амбулаторно її отримують понад 400 жінок. Є певна

категорія засуджених, що переохворіли на туберкульоз, тому на базі медсанчастини вони мають змогу безкоштовно отримати протирецидивне лікування.

У душі сучасних медичних реформ й ремонтні роботи, які і зараз проводять у лікарні, а торік за єврозразком облаштували палати для пацієнтів, маніпуляційну, ізолятор.

Чимало роботи у колонії мають й психологи. Адже у жінок пошкоджена психіка через вживання в минулому алкоголю та наркоманію. Однією з найбільшочіших є кадрова проблема.

— За п'ятнадцять років моєї роботи ситуація, по суті, не змінилася. Молодь оминає судову медицину, можливо, специфіка закладу їх не приваблює, та й зарплатня невисока, тому маємо вакансії і тепер, — каже Світлана Середюк.

Світлана Володимирівна, закінчивши медінститут, звісно, й гадки не мала, що її першим місцем праці стане тюремна лікарня, а пацієнтами — ув'язнені жінки. Але коли любов до професії переважає й стає змістом життя, то, напевно, стаття Кримінального кодексу вже не так важлива, бо для лікаря кожна засуджена передусім — пацієнт. Ясна річ, є особливості, труднощі спілкування із людьми, які переступили закон, порушили (і не раз) нор-

**Про медиків, які працюють у виправній колонії, в суспільстві, погодьтеся, знають мало. За ґратами вони рятують не одне людське життя. Їм доводиться здебільшого покладатися лише на самих себе: невідкладну допомогу вчасно надати й блискавично прийняти єдине правильне рішення. Самовідданою працею вони з дня у день доводять свою високу місію — бути лікарем.**

ми співжиття у суспільстві, але вміння медики набувають з досвідом і бажанням знайти свою нішу у цій професії.

У лікарні нині працюють, як



**Людмила ВИННИЧУК, лікар**

переконалася, віддані своїй справі та високопрофесійні фахівці. Людмила Винничук — акушер-гінеколог, випускниця нашого медуніверситету. Практичний досвід здобула на посаді сімейного лікаря у сільській

лікарській амбулаторії на Збаражчині. Згодом — кілька років праці у медичній частині виправної колонії на посаді інфекціоніста, а коли повернулася з декретної відпустки вирішила піти на курси спеціалізації. Вже рік як на цій посаді, а для лікарні вона «широкопрофільний» фахівець. Пані Людмилу керівництво пенітенціарної служби шанує, каже, що є у неї хист до лікарської справи, не одного хворого врятувала.

За кожною історією хвороби цих пацієнтів криється складна, а почасти і трагічна доля, яка часто віддзеркалює всі біди нашого суспільства. Життя для таких людей перестало нагадувати смугасту зебру й перетворилося на безцілну чорну лінію. І доки людина не перегляне власні погляди на життя, не з'ясує, що твориться у вирі її особистих почуттів, не знайде гармонії з оточуючим світом, доти її бажання йтимуть врозріз з тим, що є насправді... Для кожної душі — це свій, часто досить складний шлях. Добре тим, хто зустрине на ньому справжніх, відданих своїй справі фахівців.

**Лариса ЛУКАЦУК**

## ТЕМА

# ЦІЛИТЕЛІ ЧИ ПСЕВДОЦІЛИТЕЛІ?

**Поруч з науковою медициною і справжніми лікарями існували й існують представники немедикаментозної медицини, які почасти користувалися й користуються авторитетом у хворих. Останніми роками відчутна підвищена активність знахарів, цілителів, спасителів, екстрасенсів аж до відьом. Вони рекомендують свої методи профілактики й лікування.**

Цілителі й екстрасенси виступають як дипломовані, так і недипломовані народні «умільці». Згадаємо успіх Анатолія Кашпировського, на сеанси якого приходили десятки й сотні людей. Чимало з них твердили, що згадані сеанси повертали їм здоров'я. Минув час, закінчилися се-

анси й з періодичних видань зчезли публікації про успішне лікування.

Цілителі й знахарі частіше лікують словом, а також заговореною водою, власною сечею, фотографіями, гороскопами, бочкотерапією, харчовими добавками, цілющими буклетами тощо. Насамперед шаманські заговори і знахарство розраховані на довірливих людей з нестійкою психікою, без роздумів. Наведу лише два приклади.

Як писала преса, в Києві цілительки та дві знахарки-бабусі лікували практично всі хвороби знімання вроків, наговорами, чаклунством. Згідно з публікаціями в тернопільській пресі один з «відомих» знахарів і цілителів успішно лікує пияцтво, ожиріння, імпотенцію. Сприяють пропаганді таких методів лікування листи-відгуки схожі між собою від

пацієнтів. В них автори пишуть про вилікування хвороб, які не могли вилікувати представники класичної медицини.

Авторами таких листів виступають переважно жінки середнього та пенсійного віку. Вони легко піддаються навіюванню через з нестабільну та некритичну психічну діяльність. Це саме той прошарок населення, який створює авторитет цілителям, знахарям, екстрасенсам. Чи справді цілители допомагають хворим?

Цілителі, як правило, вмійють правильно оцінити психічний стан пацієнта, і часто-густо вгадують, що хоче почути пацієнт. Позитивний результат після таких сеансів буває в осіб з депресією, страхом, вегето-судинними розладами. Між тим ні одному хворому з тяжкою органічною патологією (інсульт, інфаркт міокарда, фатальні аритмії, профуз-

на кровотеча, рак) цілители і знахарі не допомогли і не допоможуть.

Кілька слів про фітотерапію, яку народні «умільці» широко рекламують. Її користь, як допоміжного методу лікування терапевтичних хвороб травами, не заперечує і наукова медицина. Але згадану фітотерапію не слід переоцінювати передовсім в онкології та хірургії. Скажімо, в пресі ви можете зустріти публікації цілителів про успішне лікування цукрового діабету льоном, що таким хворим не потрібний інсулін. Без інсуліну хворий з важким цукровим діабетом досить швидко помре. Погано, коли такі публікації підтримують навіть кандидати медичних наук.

Після успішного вилікування фізичних і психічних хвороб згідно із заявами пацієнтів деякі цілители рекламують себе члена-

ми маловідомих товариств і академій. Псевдоцілители в сфері надання медичної допомоги хворим провокують астрономічні витрати за їхні послуги. Пізніше таких осіб у важкому стані із закладеною патологією доправляють у державні лікувальні заклади. Пересічній людині важко зорієнтуватися в правдивості рекламних публікацій щодо послуг «народних лікарів».

Існує необхідність у контролі пропаганди з врахуванням конкретних випадків лікування знахарями та екстрасенсами, коли з їхньої вини не лише погіршився стан пацієнта, але й настала смерть. Засоби масової інформації повинні утримуватися від реклами шкідливих методів лікування. У пропаганді справжніх наукових знань щодо профілактики і лікування тих чи інших хвороб більш активну роль мають відігравати вчені-медики.

**Борис РУДИК, професор ТДМУ**

## СОЛОДКИЙ ЛІКАР

# ЛОЖКА МЕДУ — ЕНЕРГІЯ НА ЦІЛИЙ ДЕНЬ

Продукт, який підвищує імунітет, заряджає енергією та дозволяє легше переносити стресові ситуації — мед, про цілющі властивості якого відомо з давніх часів, на думку фахівців, продукт незамінний у період сезонних змін.

Звичайно, вживати мед мож-

на (і потрібно, за відсутності нього алергічних реакцій) цілий рік, однак саме на початку осені він набуває особливо важливого значення. Насамперед у здатності підвищувати імунітет.

Цьоденне вживання однієї чайної ложки меду не може замінити

жоден вітамінний комплекс, сприяючи ефективній профілактиці грипу і респіраторних захворювань.

Для тих же, хто страждає на «сезонні депресії», мед взагалі просто необхідний. По-перше, тому що він володіє заспокійливою властивістю. Звичка випива-

ти ввечері чай (або молоко) з медом поліпшить ваш сон, підвищить опір організму до агресивного впливу навколишнього середовища і допоможе ефективно боротися зі стресом.

А по-друге, мед має ще одну властивість — заряджати енергією. Для цього його треба пити зранку (розбавлений у воді). Таке поєднання діє краще будь-яких

енергетичних напоїв — не шкодить серцево-судинній системі і, наповнюючи організм глюкозою, живить клітини головного мозку та покращує кровообіг.

Додавши у свій раціон зовсім небагато меду, ви зможете не тільки пережити осінь без застуди, а й підвищити свій життєвий тонус, не завдаючи організму ніякої шкоди!



# МЕДИКО-СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПЕДІАТРІЇ, АКУШЕРСТВА ТА ГІНЕКОЛОГІЇ

Перше засідання було пленарне, присвячене глобальним проблемам педіатрії, акушерства та гінекології. З доповіддю «Медико-соціальні та екологічні проблеми дітей Тернопільської області» виступила професор ТДМУ О.Є. Федорців. Йшлося про основні проблеми здоров'я дітей краю, пов'язані з медичними, соціальними та екологічними факторами. На жаль, показник захворюваності серед дітей, як і дитяча інвалідність, зростає.

Невпинне зменшення населення нашої країни, яке почалося ще 1990 року, набуло характеру демографічної кризи. Тому збереження життя і здоров'я кожної дитини набирає загальнодержавного значення. Основним інтегрованим показником, що відображає стан здоров'я дітей віком до 1 року, є показник ма-



**Галина ПАВЛИШИН, професор, Надія ЯРЕМА, проректор ТДМУ, професор, Іван СМІЯН, член-кореспондент НАМН України, професор**

раїні, які мають дітей віком до одного року, вважають постійне медичне спостереження за дитиною необхідним, а за даними

ВООЗ, смертність серед дітей може в 3-5 разів бути вищою у сім'ях з низьким рівнем освіти. Таким чином, високий рівень малюкової смертності потребує заходів, спрямованих на соціальну підтримку малозабезпечених сімей з дітьми та тих, які опинилися в складних життєвих умовах, підвищення рівня їхньої інформованості щодо здорового способу життя, створення безпечного для дитини середовища. Травми, нещасні випадки та отруєння займають у структурі смертності дітей віком до 14 років перше місце і становлять 26 відсотків, а у підлітків – 65 відсотків. Зростає рівень побутового, дорожньо-транспортного та шкільного травматизму, якого можна запобігти. Негативний вплив на формування здоров'я, у тому числі психічного, має насилля, жорстоке поводження з дитиною удома, в навчальних закладах. Це потребує заходів, спрямованих на запобігання травматизму та насиллю шляхом створення безпечного середовища для дитини на всіх етапах її життя, соціального супроводу сімей групи соціального ризику.

Зокрема, актуальною є проблема здоров'я підлітків, пов'язана з ризикованою поведінкою багатьох з них. За роки незалеж-

ності показник захворюваності підлітків зріс у 1,8 рази, в т. ч. на хвороби органів крові – в 6 разів, сечостатевої системи – в 3,5, нервової системи – вдвічі. Все це вимагає заходів з формування здорового способу життя, раннього виявлення та запобігання психічним відхиленням, захисту від ризикових форм поведінки, у тому числі зловживання тютюном, алкоголем, наркотиками, захисту від пасивного куріння, експлуатації дитячої праці, створення сприятливого середовища у сім'ї та суспільстві.

Насторожує той факт, збільшилась кількість дітей-інвалідів, шпиталізованих у ТОДКЛ, які потерпіли від аварії на Чорнобильській АЕС, зросла з 242 2010 року до 284. У віковому аспекті найбільший відсоток дітей, шпиталізованих в обласну дитячу лікарню, припадає на вік до 1-го року (16,4 відсотків) і після 15

**Науково-практична конференція на цю тему, що відбулася в НОК «Червона калина», зібрала майже 150 відомих науковців і практиків у галузі педіатрії, акушерства та гінекології зі Львова, Вінниці та інших обласних центрів України. Шановних учасників тепло привітала проректор ТДМУ імені І.Я. Горбачевського з лікувальної роботи, професор Н.І. Ярема.**

відсотка); четверте – хвороби органів зору – (8,6 відсотка). Збільшилась кількість хворих з вродженими вадами розвитку з 1097 (7,9 %) 2010 року до 1174 (8,3 %) торік.

2011 року померла 51 дитина (показник летальності – 0,36), з них – 37 дітей (72,6 %) – у віці до 1-го року життя. Серед померлих переважали жителі сільської місцевості.

В області ускладнилася епідемічна ситуація щодо захворюваності на туберкульоз, зокрема,

малюків грудного віку, в яких імунна система є недосконалою і не має ефективного захисту від туберкульозу. Значну кількість дітей, які захворіли на туберкульоз, становлять особи дошкільного віку. З року в рік зростає число померлих від туберкульозу. Вмирають не лише діти раннього віку, які є найчутливішими до туберкульозної інфекції, а й старшого. Наукові дослідження показали, що обсяг і якість профілактичних заходів, у тому числі раннє виявлення туберкульозної інфекції та ефективність специфічної профілактики БЦЖ в Україні, особливо останніми роками, були недостатніми. Серед причин несвоєчасного виявлення сухот: недостатня пильність педіатрів, їх неობізнаність в питаннях раннього виявлення та діагностики хвороби. Не налагоджено співпрацю між педіатрами і фтизіатрами. Про це свідчить тривале (від одного місяця до 1,5 року) помилкове лікування дітей, хворих на туберкульоз (почасти у кількох лікарнях і з приводу інших хвороб).

Дотримуючись розробленої методики організації протитуберкульозних заходів серед дітей в умовах епідемії туберкульозу, ефективність раннього виявлення туберкульозної інфекції підвищується у 2,8 раза.

У структурі алергічних захворювань дитячого віку одне з провідних місць займає бронхіальна астма (БА). Це пов'язано з щорічним ростом частоти захворюваності та важчанням перебігу цієї хвороби. Згідно з результатами багаточисельних епідеміологічних досліджень у розвинених країнах поширеність бронхіальної астми сягає 8 відсотків серед дорослих і 15 % серед дітей.

«Глобальна ініціатива щодо бронхіальної астми» (Global Initiative For Asthma, GINA), прийнята ВООЗ і визнана урядами багатьох країн, у тому числі Україною, визначає бронхіальну астму як проблему світового масштабу та пропонує регулярно поновлювати рекомендації з діагностики й лікування цього захворювання, які розробили провідні спеціалісти світу.

Атопічний дерматит в 1,7 рази частіше зустрічається в дітей з районів з підвищенням вмістом нітратів і важких металів у ґрунті. Різномісний вплив екопатологічних чинників на гомеостаз при алергічних захворюваннях вимагає ретельного вивчення патогенетичних механізмів та відповідної корекції.

**(Закінчення на стор. 5)**



**Ольга ФЕДОРЦІВ, професор ТДМУ**

люкової смертності, який визначає рівень соціально-економічного розвитку та ефективності діяльності системи охорони здоров'я. Згідно з даними ВООЗ, діти, які проживають у країнах з низьким і середнім рівнями достатку, мають ризик смерті до досягнення віку 5 років у 10 разів вищий, ніж діти в економічно розвинених країнах. На формування показника смертності впливає і рівень освіти та санітарної культури батьків. За даними соціологічних досліджень, лише 28 відсотків батьків в Ук-

раїні, які мають дітей віком до одного року, вважають постійне медичне спостереження за дитиною необхідним, а за даними

ВООЗ, смертність серед дітей може в 3-5 разів бути вищою у сім'ях з низьким рівнем освіти. Таким чином, високий рівень малюкової смертності потребує заходів, спрямованих на соціальну підтримку малозабезпечених сімей з дітьми та тих, які опинилися в складних життєвих умовах, підвищення рівня їхньої інформованості щодо здорового способу життя, створення безпечного для дитини середовища. Травми, нещасні випадки та отруєння займають у структурі смертності дітей віком до 14 років перше місце і становлять 26 відсотків, а у підлітків – 65 відсотків. Зростає рівень побутового, дорожньо-транспортного та шкільного травматизму, якого можна запобігти. Негативний вплив на формування здоров'я, у тому числі психічного, має насилля, жорстоке поводження з дитиною удома, в навчальних закладах. Це потребує заходів, спрямованих на запобігання травматизму та насиллю шляхом створення безпечного середовища для дитини на всіх етапах її життя, соціального супроводу сімей групи соціального ризику.

Зокрема, актуальною є проблема здоров'я підлітків, пов'язана з ризикованою поведінкою багатьох з них. За роки незалеж-



**Лариса МАЛАНЧУК, професор ТДМУ**

ності показник захворюваності підлітків зріс у 1,8 рази, в т. ч. на хвороби органів крові – в 6 разів, сечостатевої системи – в 3,5, нервової системи – вдвічі. Все це вимагає заходів з формування здорового способу життя, раннього виявлення та запобігання психічним відхиленням, захисту від ризикових форм поведінки, у тому числі зловживання тютюном, алкоголем, наркотиками, захисту від пасивного куріння, експлуатації дитячої праці, створення сприятливого середовища у сім'ї та суспільстві.

Насторожує той факт, збільшилась кількість дітей-інвалідів, шпиталізованих у ТОДКЛ, які потерпіли від аварії на Чорнобильській АЕС, зросла з 242 2010 року до 284. У віковому аспекті найбільший відсоток дітей, шпиталізованих в обласну дитячу лікарню, припадає на вік до 1-го року (16,4 відсотків) і після 15

серед дітей та підлітків. Так, протягом 10-ти місяців 2010 року захворіло 475 осіб, за аналогічний період 2011 року – 477 (йдеться про всі форми активного туберкульозу). Бациллярні форми туберкульозу 2010 року були зафіксовані у 405 осіб, з них – у трьох дітей, торік – у 412 осіб, з них у 5 дітей. На 9 випадків зросла захворюваність на туберкульоз серед підлітків: 3 випадки 2010 року, 12 – торік.



**Людмила ОСІННЯ, лікар НВТ «Житомирбіопродукт»**

років (17,7 відсотків). Торік у структурі шпиталізованих хворих перше місце займали захворювання органів дихання (21 відсоток); друге – хвороби органів травлення (12,6 відсотка); третє – травми та отруєння – (12,6





# МЕДИКО-СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПЕДІАТРІЇ, АКУШЕРСТВА ТА ГІНЕКОЛОГІЇ

**(Закінчення. Поч. на стор. 4)**

Нині, по суті, все населення України потерпає від йододефіциту. Більшість наших регіонів, де проживає 4/5 населення країни, мають недостатній вміст йоду в ґрунті, воді, продуктах харчування. Йодна недостатність є найпоширенішою в світі причиною церебральних порушень, затримки розумового та фізичного розвитку. Неприятливу роль у розвитку дефіциту йоду відіграє низьке споживання морської риби, морепродуктів, багатих йодом, м'я-

Ще однією важливою медичною проблемою є дефіцит заліза. Практично кожна 10-а дитина в Україні народжується з проявами гіпоксії внаслідок кисневого голодування. У 70% новонароджених від матерів з анемією виявляють перинатальні ураження нервової та серцево-судинної систем гіпоксично-ішемічного генезу, порушення гемолівородинаміки, імунної системи, метаболічної адаптації, різні дезадаптаційні синдроми.

Цікаві доповіді були присвячені лікуванню бронхообструктивного синдрому у дітей та застосуванню інгаляційних препаратів, які дають змогу ввести ліки безпосередньо у дихальні шляхи, актуальній проблемі полінозів.

З доповіддю «Сучасні погляди на лікування й профілактику гіперпластичних процесів матки і молочних залоз» виступила професор ТДМУ Л.М. Маланчук. Лариса Михайлівна акцентувала увагу на проблемі раку молочної залози, яка є дуже актуальною. Адже щороку в Україні діагностують 16 тисяч нових хворих на рак молочної залози, з них 24 відсотки звертаються до лікарів, маючи 3-4 стадію хвороби. Пацієнтів із занедбаною формою раку, по суті, неможливо врятувати.

Мовлячи про гіперпластичні процеси молочних залоз, зазначила доповідач, слід пам'ятати, що, власне, дифузні форми цього захворювання є тим тлом, на якому у жінки після 40-45 років може розвинути рак молочної залози. Акушер-гінеколог, здійснюючи профілактичний огляд, повинен використати всі необхідні методи візуального обстеження та пальпації молочної залози, щоб не пропустити фоніві захворювання, які надалі можуть призвести до онкопато-

логії. У скринінгову систему, крім клінічного огляду й пальпації, обов'язково входить мамографія або ультразвукове обстеження пацієнток після 40 років. Є чіткий алгоритм дій і лікар повинен його дотримуватися, як це передбачає відповідний наказ МОЗ України.

Коли йдеться про гіперпластичні захворювання молочних залоз, то фахівці насамперед згадують мастопатію (дифузну її форму чи вузлову). Нині розроблена тактика, чітко визначені методи як консервативного лікування, так і покази до хірургічного втручання. Проблема гіперпластичних процесів виникає на тлі гіперестрогенемії, однак у виникненні гіперпластичних процесів має значення не лише збільшення естрогенів в крові, але й чутливість до них рецепторів. У цьому випадку маємо порушення рівноваги між апоптозом і проліферацією, що є тлом для розвитку гіперпластичних процесів. Які чинники їм сприяють? Нині жінки є соціально активними й перебувають під впливом різних факторів, у тому числі і негативних. Зокрема, шкідливим може бути вплив навколишнього середовища, поганих звичок (куріння, вживання алкоголю), неправильного харчування. Позначаються на здоров'ї також хронічні стреси. Все це є підґрунтям для гормональних змін і, як наслідок, гіперпластичних процесів не лише в геніталіях, а й у молочних залозах жінок. А це водночас породжує ризик виникнення онкозахворювань.

Під час роботи секції акушерства та гінекології йшлося також про невиношування вагітності, що призводить до народження недоношених, з надто малень-

кою вагою малюків. У майбутньому в таких дітей можуть виникнути проблеми зі здоров'ям і догляд за ними потребує великих коштів. Тому питання профілактики передчасних пологів дуже важливе. Нині відомі нові чинники, що дозволяють спрогнозувати пролонгацію вагітності й сприяють народженню здорових немовлят.

Учасники конференції розглянули також сучасні підходи до лікування зовнішнього генітального ендометріозу. Його називають

лікуванню рецидивуючих форм мікст-інфекцій геніталій, які теж є одними з основних чинників збоїв репродуктивної системи. Не менш актуальною була тема, що стосувалася лактаційної функції у породіль з преєклампсією.

Мовлячи про лікарні, доброзичливі до дитини, фахівці акцентували увагу на нововведеннях і реорганізаційно-структурних особливостях в акушерсько-гінекологічній практиці. Зокрема, йшлося про трирівневе надання медичної допомоги, формування перинатальних центрів, а відтак не лише про планування вагітності, а й про благополучне виношування і народження здорових малюків.

Після пленарного відбулися секційні засідання. Педіатрична секція розпочалася з виступу гостей з Житомира. Л.М. Осіння розповіла про використання інноваційної продукції НВТ «Житомирбіопродукт» при серцево-судинній та урологічній патології. Ці рослинні препарати – протипаразитарні, для покращення стану травної системи, дихальної, імунної вже довели свою ефективність. Зараз триває розробка препаратів проти онкологічних захворювань. Розпочата співпраця з університетською лабораторією, яка досліджуватиме їх ефективність.

На секційних засіданнях розглянули й інші важливі питання охорони здоров'я дітей. Після закінчення конференції її учасники ухвалили спільну резолюцію. Своє відображення в ній, зокрема, знайшли основні набутки з досвіду запобігання передчасним пологам у жінок з обтяженим акушерським анамнезом, важливі рекомендації стосовно нових схем лікування генітального ендометріозу, алгоритмів дій лікаря при виявленні раку молочної залози.

**Оксана БУСЬКА,  
Павло БАЛЮХ (фото)**



**Ірина СТОРОЖУК, доцент  
Вінницького національного  
медуніверситету ім. М. Пирогова**

са, молочних продуктів. Негативним є і відсутність масової йодної профілактики. З даними ЮНІСЕФ, діти, народжені в ендемічних щодо йоду регіонах, мають в середньому на 10 відсотків нижчий коефіцієнт інтелектуальних здібностей порівняно з тими, які народилися в звичайних регіонах. 120 країн визнали, що дефіцит йоду – серйозна проблема, яка гальмує належний розвиток суспільства.



**Олександр ОРЛОВ, кандидат  
меднаук (м. Житомир)**

захворюванням століття. Дуже різноманітна клініка ендометріозу. Найхарактерніші його прояви – больовий синдром, порушення менструального циклу. Жінки, що потерпають від ендометріозу, частіше звертаються до лікаря зі скаргами на те, що не можуть завагітніти. Тобто такі подружні пари можуть залишитися безплідними, а це вже не лише медична, а й соціальна проблема.

Цікавими були виступи учасників конференції, присвячені

## Медсестра

### ПРИСВЯТИЛА ЖИТТЯ МИЛОСЕРДЮ

**Майже сорок років віддала медсестринській справі медична сестра денного стаціонару обласного веншкірдиспансеру Раїса Сергіївна Аганісян.**

Наше знайомство відбулося на її робочому місці. Ця миловидна приємна у розмові жінка так щиро й захоплено розповідала про свою роботу, професію, що навіть не вірилося, яких жажіть довелось їй зазнати, коли мешкала із сім'єю у Степанкерті. Військовий конфлікт у середині дев'яностих втягнув у свою орбіту й мирних мешканців, серед яких була й сім'я Раїси Сергіївни. Усі страхиття війни у Нагірному Карабаху – бомбардування, голод, холод їй довелось пізна-

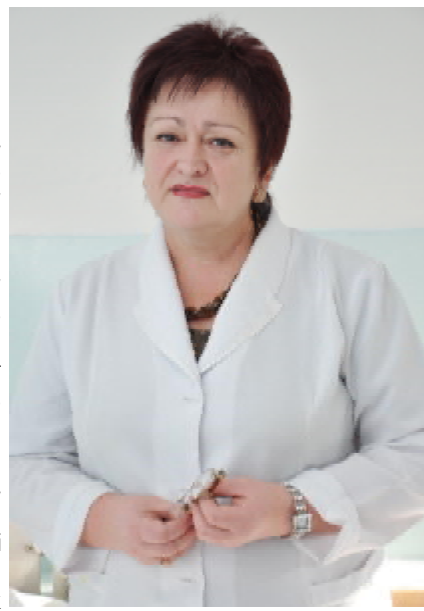
ти не з екрана телевізора, а пережити.

— Нині намагаюся не згадувати ті часи, — із сумом у голосі каже Раїса Сергіївна. — Хіба заїде мова, чи хтось запитає про мою біографію, то вже «відкрию» і цю сторінку. Приїхала до родичів у Тернопіль, як кажуть, в чому була, адже саме повідомили, що є літак до Москви і ми під свистом куль бігли не озираючись, аби встигнути. Дуже переживала, бо залишилася донька, але згодом і вона дісталася мирних теренів. Ще довго не могла заспокоїтися від тих жажіть, прокидалася вночі від страшних снів.

Згодом пані Раїса почала шукати місце праці. З'ясувалося, що у шкірвендиспансері є вакансія медсестри. Не гаячи часу, звернулася до головного лікаря.

— Олександр Іванович Хара, почувши мою історію, надзвичайно тепло зустрів мене, і запропонував роботу у денному стаціонарі, — пригадує Раїса Сергіївна. — Згодом я дізналася, що і йому дісталася не одна крапля з гіркої афганської чаші.

Коли переступила поріг денного стаціонару, колектив одразу прийняв мене за свою. В Азейбарджані я працювала в стоматологічній поліклініці, а тут довелось освоювати нову роботу. Але це не ті труднощі, які не можна здолати. Отож опанувала усе, як годиться. Нині мої обов'язки полягають передусім в організаційній роботі: облікую ліки, оформлюю документацію, веду облік недужих у денному стаці-



онарі. В нашому медсестринському колективі п'ять молодших спеціалістів та три молодших медсестри. Колектив, як бачите, невеликий, але дружний згурто-

ваний, як кажуть, один за всіх та всі за одного.

Сімнадцять років минуло, як приїхала до Тернополя, щиро полюбила це місто, своїх колег, які завжди поруч у хвилини радості чи смутку, тернополян, серед яких маю багато друзів. Усе, що довелось пережити в житті, вони допомагають долати виявом своєї любові, теплим ставленням, щирими взаєминами. Звісно, це гріє душу і серце, а головне, — вселяє віру в добрих людей.

Найбільше в житті Раїса Сергіївна цінує такі людські якості, як чуйність, вміння співпереживати, доброту. І переконана, що праця медика на цьому й тримається. А ще — на любові, милосерді, терпінні та доброті. Розпач і сльози швидко минаються, а щире слово відгукнеться радістю у серці та проросте зернами любові, Раїса Сергіївна в цьому впевнена.

**Лариса ЛУКАЧУК**



# ВИДАВНИЦТВО «УКРМЕДКНИГА» – 15 РОКІВ

Видавництво ТДМУ «Укрмедкнига» створили 1997 року з ініціативи ректора університету, члена-кореспондента НАМН України, професора Л.Я. Ковальчука.

— За порівняно короткий час, — розповідає заступник ректора з видавничих питань Любов Логін, — було сформовано важливий і невід’ємний від навчального процесу підрозділ. Нині тут друкують підручники, посібники, монографії, газети «Медична академія» та «Університетська лікарня», 12 журналів, 10 з яких затвердженні ВАКом, створюють компакт-диски, навчальні таблиці. Завдяки видавництву студенти нашого університету цілком забезпечені навчальною літературою. Її замовляють медичні навчальні заклади усіх рівнів акредитації з інших областей України.

За роки роботи видавництва підготовлено до друку і видано 711 назв книг, у тому числі: 126 підручників (9 — з них англійською мовою), 208 навчальних посібників (з них 17 — англійською, один — німецькою), 78 монографій (дві — англійською мовою), 114 збірників матеріалів конференцій, 154 книги видано повторно, 31 інше видання.

Щороку доробок поліграфістів «Укрмедкниги» поповнюється новими виданнями. «Укрмедкнига» — активний учасник престижних книжкових виставок, про що свідчать численні дипломи та інші відзнаки.

У видавництві працюють досвідчені та висококваліфіковані фахівці.

Вітаємо колектив з 15-річчям з часу створення видавництва. Здоров’я зичимо і успіхів у здійсненні планів, талановитих авторів і пухкого редакційного портфеля, нових престижних нагород у книжкових виставках, добра, щастя й радості.

**Фото Павла БАЛЮХА**



**Заступник ректора з видавничих питань Любов ЛОГІН**



**Помічник проректора з НПР і соціальних питань Оксана ГУЛЬКО**



**Технолог Оксана СЕНЧУК, оператор паперорізальної машини Мирослав АНДРІЄВСЬКИЙ**



**Друкар Ганна ЗВАРИЧУК**



**Спеціалісти відділу комп’ютерної верстки Оксана ПУХАЛЬСЬКА, Наталія БЕНЬКО, Ярослава ТЕСЛЮК, Зоряна ЯСКІЛКА, Наталія НИЖЕГОРОВА, Світлана ЛЕВЧЕНКО, Ірина ПЕТРИКОВИЧ і Галина ЖМУРКО**



**Керівник відділу реклами і збуту Ольга КОРЧЕВСЬКА, спеціалісти Віктор ФЕДЮК і Микола МОЧУЛЬСЬКИЙ**



**Літературні редактори Оріса ШПАК і Віта СИТАР**



**Палітурниці Оксана НОСАЛЬ, Оксана СТУП’ЯК, Ольга ГАЙДА, монтажист Світлана КОЗАК, палітурниця Ірина СМОЛІЙ**

## ДОСЛІДЖЕННЯ

### ЧОРНИЙ ХЛІБ І ГРЕЧКА ЗМІЦНЮЮТЬ ЗІР

Вчені сільськогосподарської дослідницької служби лабораторії харчування і зору при університеті Тафтс у Бостоні проаналізували раціон понад 4 тисяч чоловіків і жінок у віці від 55 до 80 років. Дослідників

цікавило, які поживні речовини учасники одержують окремо і в різних комбінаціях, і як їжа впливає на офтальмологічні захворювання, зокрема, на вікову макулярну дегенерацію (ВМД).

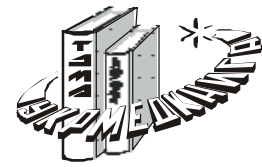
З’ясувалося, що продукти з низьким глікемічним індексом, так звані повільні вуглеводи, захищають від ВМД. Людям, які піклуються про збереження зору, варто щодня додавати до раціону чорний хліб, макарони

з твердих сортів пшениці, гречану і вівсяну каші, картоплю та інші овочі. Підсилити захисний ефект допоможуть вітаміни С і Е, цинк, лютеїн і омега-3 жирні кислоти. Вікова макулярна дегенерація — одна з основних причин втрати зору у людей віком понад 40 років. За статисти-

кою ВООЗ, з цієї патологією до офтальмолога звертаються 300 осіб з кожних 100 тис. населення. До 2020 року лікарі прогнозують помітне збільшення кількості випадків цього захворювання, що призводить до погіршення зору і навіть — сліпоті.



# ВИДАВНИЦТВУ «УКРМЕДКНИГА» – 15 РОКІВ



Оператори комп'ютерного набору Марія ГРИЦИШИН, Юлія ПНЬОВА, діловод Леся ЛІСОВЕНКО, завідувача складом Мирослава КРАСОВСЬКА, оператор комп'ютерного набору Марія ШОБСЬКА



Монтажист Галина БОЙКО



Технічний редактор Світлана ДЕМЧИШИН, літературні редактори Наталія МАРТЮК і Лілія ГАЙДА



Інженери-програмісти Руслан ГУМЕНЮК та Олег КІНДРАТ



Перекладач Віта КРАВЧУК, редактор Лариса МЕЛЬНИК



Коректор Леся КАПКАЄВА, спеціаліст відділу реклами та збуту Антон ВІННИЦЬКИЙ

## Новини



● Друкар Оксана ЦИБУЛЬКА (ліворуч); фотокореспондент Павло БАЛЮХ, працівник відділу реклами та збуту Павло ГАЙДА (праворуч) ●



## УСПІХ

### ДРУГЕ МІСЦЕ – В КОНКУРСІ МОЛОДИХ ВЧЕНИХ

26-28 вересня у Києві відбувся XIII національний конгрес кардіологів України. В його засіданні взяла участь і тернопільська делегація. З доповіддю тут виступив лікар-кардіолог комунального закладу обласної ради «Тер-

нопільська університетська лікарня», аспірант ДЗ «Національний науковий центр інститут кардіології ім. М. Стражеска» Анатолій Буртняк.

Асоціація кардіологів України відзначила нашого лікаря-

кардіолога А.М. Буртняка та нагородила його дипломом за друге місце в конкурсі молодих вчених. Тож вітаємо дипломанта та зичимо йому здоров'я, наснаги, творчих успіхів. Так тримати!

### ОСЕРЕДОК ЗДОРОВОГО ДОЗВІЛЛЯ

Проект «Осередок здорового дозвілля» відкрили в парку «Топільче» у Тернополі. Проект спрямований на задоволення потреб суспільства у фізичному розвитку. Його метою є створення загальнодоступних, комфортних і безпечних умов для занять фізкультурою та спортом.

«Особливістю проекту є його універсальність. «Осередок здорового дозвілля» – це комплекс вуличних споруд, який дозволяє одночасно та змістовно проводити своє дозвілля у Тернополі батькам та їхнім дітям, молоді та людям похилого віку. Відкриття такого центру в Тернополі є досить актуальним, адже 2012 рік в Україні проголошено Роком спорту та здорового способу життя», – зазначив міський голова Сергій Надал.

Комплекс «Осередок здорового дозвілля» містить майданчик для занять вуличним фітнесом, ігровий майданчик для дітей та зону для відпочинку, де можна перекусити, переглянути пресу, почитати книгу та взяти напрокат спортивний інвентар.

### У ДИТЯЧІЙ ЛІКАРНІ ЗАПРАЦЮВАВ СУЧАСНИЙ ДИХАЛЬНИЙ АПАРАТ

Апарат керованої та допоміжної штучної вентиляції легень ФАЗА-21 презентували у дитячій міській лікарні. Пристрій вартістю 114 тисяч гривень встановили за кошти міського бюджету.

«Апарат, який ми презентуємо сьогодні, – це універсальний транспортний пристрій для штучної вентиляції легень. Він дає можливість контролювати вентиляцію легень по об'єму і тиску в дітей, які старші 6-ти років. Пристрій годиться для оперативного реагування – як в умовах стаціонару, так і поза його межами. Перевагами цього апарату є його компактність та можливість, в комплекті із зволожувачем, використовувати його для довготривалої вентиляції легень», – зазначив начальник відділу охорони та медичного забезпечення міської ради Ростислав Левчук.

(Прес-служба Тернопільської міськради)



# НА ЗУСТРІЧ ЗІ СТУДЕНТСЬКОЮ ЮНІСТЮ – ЧЕРЕЗ ПІВСТОЛІТТЯ

Випускники-шістдесятники дивувалися, як оновилися, змінився їх рідний ТДМУ: знайомилися з новими приміщеннями, оглядали аудиторії, в яких колись навчалися. Тепер вони добре обладнані й відповідають сучасним стандартам вищої освіти.

Відтак усі зібралися в конференц-залі ректорату за «круглим столом». Дружними оплесками зустріли випускники свого колишнього викладача, професора Івана Александровича Ситника, першого проректора ТДМУ, професора Ігоря Романовича Мисулу.

Радо привітавши гостей, Ігор Мисула передав щирі вітання від ректора ТДМУ ім. І. Горбачевського, члена-кореспондента НАМН України, професора Леоніда Ковальчука. Ігор Романович коротко розповів про ті зміни, які сталися в університеті впродовж останніх років. Нині ТДМУ в числі найкращих медичних закладів України. Тому колишні випускники можуть по праву гордитися своєю альма-матер.

Серед визначних подій – відкриття фармацевтичного та

**Минула п'ятниця у ТДМУ, здавалося б нічим не вирізнялася від інших трудових університетських буднів – біля входу, як завжди юрмилися студенти, викладачі квапилися на лекції... Та для випускників Тернопільського державного медичного інституту (тепер – університету) 1962 року цей день був особливим – через півстоліття вони з'їхалися на побачення зі своєю альма-матер. З щемом і хвилюванням у серці переступили поріг навчального закладу, де минули їх найкращі молоді роки. І ожили у рідних стінах спогади про студентське життя, про друзів і подруг, про наставників, викладачів, що дали путівку в життя. Ніби й не було отих 50 років, поважні й сивочолі люди раділи зустрічі й жартували, згадуючи час, сповнений романтики й молодечого завзяття. Вони знову почувалися монолітним, згуртованим, завзятим до науки студентським товариством.**

Слово мав і професор Іван Александрович Ситник.

– Літа на осінь повернули, летять в осінній хмурості, а я люб-

рою мікробіології, а згодом передав наукову естафету своєму учневі, а нині професору Сергію Климнюку. В його активі – підготовка 6 докторів наук, 26 кандидатів медичних наук. Хіба може бути більша радість для вчителя?

Іван Александрович згадував шістдесяті, своїх випускників, становлення інституту:

– Це були найкращі роки, я щойно приїхав до Тернополя, молодий, сповнений творчих сил та енергії, ми разом росли, розвивалися, я вчився у вас, а ви у мене.

Важко словами передати ту теплу й щирю атмосферу, яка панувала на святі.

– Так зворушливо нині знову почути у цих рідних стінах свої імена, бо раніше тут й справді все було для нас – блискучі лекції викладачів, батьківські поради наставників, тут нам давали знання, тут ми закохувалися, одружувалися, а дехто навіть народжував дітей, – сказала, звертаючись до присутніх, організатор зустрічі Надія Ярош. – Ніколи не забудемо студентські роки. Такі зустрічі – це справжнє свято душі.

Від імені усіх випускників вона висловила велику подяку ректорам та всьому організаційному комітету за ці зворушливі побачення зі студентською юністю. Потім слово надали випускникам, щоб розповісти про своє життя після закінчення ВНЗ. Кожен з учасників зустрічі ніби розгортав книгу прожитого. Після закінчення навчання вони роз'їхалися по Україні і нині живуть та працюють у містах і невеличких містечках, різних областей:

Донецькій, Сумській, Чернігівській, Київській, Харківській, на Волині. Дехто пов'язав свій професійний та життєвий шлях з Тернополем і Тернопільщиною. Хтось досягнув успіхів в науці і став керівником. Як приміром, Леонід Ситар. Нині він один з провідних кардіохірургів України – професору, завідувач відділу Інституту серцево-судинної



**Леонід СИТАР, завідувач відділу Інституту серцево-судинної хірургії імені ак. М. Амосова НАМН України, професор**

лю, люблю, люблю, люблю як юності. Люблю вас, науку, нинішнє студентство, поезію та все прекрасне у цьому світі, – так поетично звернувся до своїх колишніх вихованців професор-наставник.

Нещодавно Іванові Александровичу виповнилося 85, п'ятдесят п'ять з них він віддав науці та студентству. Впродовж понад тридцяти років завідував кафе-



**Зустріч через півстоліття**

хірургії імені академіка М.М. Амосова НАМН України, заслужений діяч науки і техніки України, лауреат Державної премії України, почесний професор ТДМУ. Відкрив новий напрям хірургічного лікування – аневризм грудної аорти в Україні. За 50 років виконав понад 6 000 операцій при захворюваннях серця.

А Віктор Ринденко – професор кафедри травматології та ортопедії, куратор відділу політравми в Харківській медичній академії післядипломної освіти.

Запам'ятався виступ Аркадія Цверчкова, лікаря-невропатолога, який займався рятувальництвом в екстремальних ситуаціях, допомагав не лише нашим співвітчизникам, а й пацієнтам у Кореї, Індії, нагороджений орденом «Шахтарська слава» III ступеня. Автор кількох поетичних збірок, нині редактор місце-

не зітрутись з нього, залишаючись радісними миттєвостями незабутньої юності.

**Лариса ЛУКАЩУК,  
Юрій ВІКАРЧУК (фото)**

## ДРУЗЬЯМ

*Всё меньше нас  
на перекличке  
По истеченью стольких лет.  
Нет слева Жени  
по привычке\*  
И справа Лёни\*\* тоже нет.*

*Ушли... Неизвестно куда-то,  
Как говорится, в синь небес.  
О, сколько с вами мы,  
ребята,  
В подлунье создали чудес!*

*А нынче, среди немногих,  
ковьяля,  
Сокурсников и ваших  
и моих,  
Увековечить каждого желая,*



**Навіть під час зустрічі професор Віктор РИНДЕНКО консулював пацієнтів**

вого періодичного видання у Червонограді. Для зустрічі він приготував поетичний сюрприз своїм одногрупникам.

Колишні однокурсники розповідали і про своїх уже дорослих дітей, про найбільшу радість в своєму житті – онуків.

«Спогади про ті роки живуть в душі кожного з нас», – мовили випускники. Хвилиною мовчання вони вшанували пам'ять однокурсників і викладачів, які відійшли за вічну межу.

П'ятдесят років – вік з висоти прожитого сприймається дещо по-іншому, але студентські роки

*Я робко конструирую  
свой стих.*

*Вращайтесь в светлой  
памяти орбите,  
Пусть помнят вас и дети  
и друзья,  
В моих стихах застенчивых  
живите,  
Строкою ненавязчивой  
скользя!*

**\*\*Леонід Шаповалов і Євген Пеньковський, однокурсники**

**Аркадій ЦВЕРЧКОВ,  
випускник 1962 року,  
м. Червоноград  
Львівської області**



# ЛЮДМИЛА ПАПІНКО: «МЕДИЦИНА МЕНІ ПОДОБАЄТЬСЯ З ДИТИНСТВА»

**Людмила Папінко – студентка третього курсу медичного факультету. Медицину обрала, бо вона їй близька та подобається з дитинства.**

— Слухаючи розповіді батьків (вони обоє – медики), – розповідає Людмила, – я теж мріяла допомагати людям, яких спіткала хвороба, повертаючи їм життя і надію. Щоб продовжити родинну справу, вступила до ТДМУ імені І.Я. Горбачевського. І ніколи, ні на одну секунду, про це не пошкодувала. Наш університет – справжня перлина вищої медичної освіти України. Тут працюють чудові викладачі, навчання зорганізоване з урахуванням досвіду провідних медичних ВНЗ Європи і США, розвинута матеріально-технічна база. Студенти, які успішно навчаються й прагнуть займатися науковою діяльністю, мають можливість працювати в наукових гуртках.

Для своєї першої наукової роботи я обрала дуже цікаву, як на мене, тему: «Особливості автономної регуляції діяльності серця молодих осіб з різним ризиком розвитку артеріальної гіпертензії». Моїми науковими керівниками були професор кафедри нормальної фізіології Степан Несторович Вадзюк та доцент Неля Євгенівна Зятковська. У березні отримала запрошення

взяти участь у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт з природничих, технічних і гуманітарних наук 2011-2012 начального року, що відбувався в Івано-Франківську. Але спершу надіслала свою наукову роботу на розгляд журі конкурсу. Студентів, які, як і я, хотіли взяти



участь у цьому форумі, було багато. Роботи надходили з усієї України. Місяць тривав відбір. Приємно, що моя наукова робота виявилася серед найкращих.

**– Чи хвилювалися перед поїздом?**

— Ще й як! Адже я вперше брала участь у Всеукраїнському конкурсі разом із студентами-медиками старших, 3-4 курсів.

**– З Івано-Франківська ви повернулися з дипломом II ступеня, який отримали за кращу наукову роботу у галузі «Теоретична медицина». Це відмінний результат. Поділіться секретом вашого успіху.**

— Треба працювати та вірити в перемогу. Користуючись нагодою, хочу подякувати керівництву університету, і, зокрема, нашому ректорові, члену-кореспонденту НАМН України, професорові Л.Я. Ковальчуку за гарні умови для студентської наукової діяльності. До наших послуг – нове сучасне обладнання. І викладачі всіляко підтримують студента в його щирому прагненні вчитися та працювати над обраною тематикою. На кафедрі нормальної фізіології, приміром, гуртком молодих науковців опікується доцент Неля Євгенівна Зятковська, сприяючи реалізації потенціалу молоді.

**– У студента-медика напружений ритм життя. Чи залишається час на дозвілля? І як зазвичай ви його проводите?**

— Коли є вільний час – граю на скрипці. Або читаю. У мене вдома дуже багато книг. Гарна книжка, музика – потреба душі. Любов до читання перейняла від тата, а до пісні – від бабусі. У свої 72 роки вона знає багато пісень

і сама чудово співає. Моєму духовному розвитку сприяла й дитяча хорова школа «Зоринка», відома далеко за межами Тернополя. Завдяки керівнику «Зоринки» Ізидору Олексійовичу Доскочу навчилася розуміти музичну культуру. Я грала на скрипці, співала в хорі, в ансамблі. А після репетицій поспішала додому, щоб встигнути зробити уроки. Звісно, було нелегко, втомлювалася, але почувалася щасливою. Бо музика робила цей світ ще кращим, ближчим до гармонії. Разом з друзями із «Зоринки» ходила на концерти в філармонію, на вистави в драматичний театр, брала участь у багатьох фестивалях і конкурсах.

Школу закінчила із золотою медаллю. Коли вступила до ТДМУ, переконалася, що тут теж дбають про гармонійний розвиток особистості, тож моє студентське життя запам'ятовується не лише семінарами й сесіями, а й концертами, конкурсами та іншими цікавими подіями. Та це після занять, бо знання для студента-медика – головне.

**– Яка галузь медицини вас приваблює найбільше?**

— Мій вибір ще попереду. Поки що однозначно не скажу. Давайте повернемося до цього питання через два-три роки. В одному впевнена: я буду хорошим лікарем.

**– Успіху вам, Людмילו!**

**Оксана БУСЬКА**

## РОЗРОБЛЯТЬ КОНЦЕПЦІЮ ОБЛАСНОЇ ПРОГРАМИ БОРотьБИ З ТУБЕРКУЛЬОЗОМ

Відповідне доручення за підсумками засідання колегії облдержадміністрації було дано головному управлінню охорони здоров'я облдержадміністрації.

Також профільному управлінню доручено забезпечити ефективне використання ліжкового фонду, обґрунтовану профільність госпіталізації, своєчасну повноту діагностичного процесу, доцільність призначення і раціональне використання медикаментів та забезпечити проведення контрольованого лікування хворих на туберкульоз на всіх етапах згідно із стандартизованими схемами.

Крім того, рекомендовано при формуванні обласного бюджету на 2013 рік вишукати можливість збільшення видатків на харчування хворих у протитуберкульозних закладах та передбачити видатки на проведення реконструкції приміщення Тернопільського обласного комунального протитуберкульозного диспансеру під відділення для лікування мультирезистентного туберкульозу.

Головам райдержадміністрацій, виконкому Тернопільської міськради належить при формуванні місцевих бюджетів на 2013 рік передбачити видатки на придбання туберкуліну з метою профілактики туберкульозу у дітей, а також – вишукати можливість надання соціальної підтримки хворим на туберкульоз для заохочення їх до повноцінного, ефективного лікування на амбулаторному етапі.

**(Прес-служба ОДА)**

## КРАСА

# ДІЄТА ДЛЯ ОБЛИЧЧЯ

**Не буває дієт, які б впливали лише на одну частину тіла. Але якщо дотримуватися певних правил, ваше обличчя «схудне» в першу чергу. Зникне подвійне підборіддя, шкіра виглядатиме чистішою й здоровішою. Перші результати з'являться вже через кілька днів, і це стане гарним стимулом у боротьбі із зайвими кілограмами.**

**Крок 1.** Пийте не менше 2 л води на день.

Якщо ви п'єте занадто мало, ваш організм автоматично переходить на режим економії та прагне зберегти якомога більше дорогоцінної вологи. Отож рідина «відкладається» й спричиняє набряки обличчя, рук і ніг. Якщо п'єте достатньо, зайва волога виводиться з організму. Найкорисніше – мінеральна вода без газу або зелений чай.

**Крок 2.** Не менше трічі на

день їжте свіжі овочі та фрукти.

В овочах і фруктах теж міститься велика кількість рідини. Крім того, вони багаті клітковиною. І якщо в перерві між обідом і вечерею ви з'їсте яблуко або морквяний салатик, то насититесь, а отже, не потягнетесь за тістечками. Нехай у вас на робочому столі буде тарілка з фруктами, а не пачка з печивом. І не треба думати, що від фруктів гладшають, бо в них багато цукру. У десертах цукру набагато більше.

**Крок 3.** Відмовтеся від алкоголю.

Будь-який алкогольний напій – вино, пиво чи дорогий коньяк – зневоднює організм. Нестача ж вологи, як знаємо, призводить до набряків. Не кажучи вже про те, що алкоголь – один з найкалорійніших продуктів.

**Крок 4.** Приймайте більше, ніж зазвичай, кальцію.

Якщо кожного дня в організм надходить не менше 1,2 мг кальцію, ви худнете швидше. Для цього досить випивати три склянки молока. Кальцію також

удосталъ у риби. Дозвольте собі поласувати консервами із сардин або лосося з кістками. А можна поєднати приємне з корисним: мигдаль, арахіс і сухофрукти теж містять кальцій (до речі, любі жінки, достатня кількість кальцію робить передменструальний синдром менш болісним і відчутним).

Їжте побільше молочних продуктів. І аж ніяк не обов'язково вибирати знежирені продукти: тваринний жир у розумних кількостях потрібен людині: добова потреба жирів становить 90 г, у тому числі рослинних – не менше 25 г.

**Крок 5.** Кожного дня 250 ккал вилучайте і 250 – спалюйте.

Щоб схуднути на 0,5 кг, у середньому вам потрібно спалити 3500 ккал. Спробуйте позбуватися від 500 ккал на день, і дуже скоро помітите зміни – спочатку на обличчі, а згодом і у фігурі. Ці 500 ккал ділимо навпіл: 250 потрібно спалити завдяки фізичним навантаженням, а 250 – «вирізати» з меню на день. Спа-

лити 250 ккалорій можна під час 30-хвилинної прогулянки швидким кроком або інтенсивної 20-хвилинної зарядки. А вилучити з меню найпростіше десерти. Замініть вершкове морозиво замороженим йогуртом, шоколадний торт – низькокалорійним пудингом, цукерки та печиво – сухофруктами.

**Крок 6.** Менше солі.

Що більше солі споживаєте, то більший ризик виникнення набряків. Найбільше солі та консервантів – у напівфабрикатах. І ще існує думка, що соевий соус набагато корисніший за звичайну сіль, але насправді набряки він спричиняє такі ж, як і кухонна сіль. Крім напівфабрикатів, до групи ризику належать: всі солоні страви східної кухні, консервовані супи та овочі, рибні й м'ясні консерви, чипси, солоні горішки, сирокочені закуски. Знайте, що відмова від солі ще й нормалізує підвищений артеріальний тиск.

**Крок 7.** Силві тренування.

Якщо позбуваєтеся зайвих кілограмів лише за рахунок дієти, шкіра неминуче стане в'ялою та обов'язково почне провисати. Тому дієту потрібно поєднувати

із силовими тренуваннями. Так ви підтримуватимете м'язи в тонусі, а що більше у вас м'язів, то більше калорій спалюєте під час руху. Зарядка для обличчя – це масаж, схуднення обов'язково має супроводжуватися курсом масажу.

**Гімнастика для обличчя.**

— Розтягніть якомога ширше губи в посмішці, максимально напружте м'язи та вимовляйте літери і-і-і, а-а-а, у-у-у.

— Широко відкрийте рота та якомога далі потягніться кінчиком язика до язичка.

— Сядьте прямо перед дзеркалом. Втягніть щоки, потім надміть їх. Спочатку одну, потім іншу.

— Усміхніться однією половиною рота, опускаючи й піднімаючи куточки рота. Те ж саме з іншою половиною. Вправа корисна за повних щік.

— Сядьте прямо, подивіться на стелю, витягнувши шию. У цьому положенні обережно поверніть голову так, щоб дивитися на стелю над правим плечем. Опустіть підборіддя до правого плеча. Те ж саме в інший бік.

**Підготувала  
Лілія ЛУКАШ**



Славетні

## «ТИ ПРОСТИ, РІДНИЙ КРАЮ, ЗА РОЗЛУКУ З ТОБОЮ!»

Невеличке галицьке село Гнилички, що на Тернопіллі, має свою історію, яку пише із сивої давнини й донині. Тутешні мешканці — здавна люди гостинні, щедрі, люблять працю й пісню, а також добре зберігають у пам'яті сторінки історії рідного села, починаючи від його перших поселенців і дотепер. Тож недарма, мов ті бджілки, збирають нектар і несуть до вулика, так і вся сільська громада збирала-вишуквала експонати, щоб зорганізувати музей історії села. Його відкриття 2004 року стало великим святом не лише для Гниличок. Нині в його фондах є багато цікавого матеріалу.

Чимало експонатів розповідають про нелегке життя уродженця с. Гнилички доктора **Нестора Процика**, який ще юним почув зболений голос рідної землі й став на шлях жертвовної боротьби за волю й долю рідного народу.

Він — селянський син, закінчивши Тернопільську українську гімназію, продовжував навчання в Ягелонському університеті на медичному факультеті. Студентом не раз брав участь у дискусіях з майбутніми медиками, висловлював свою позицію: «Людина повинна обирати професію за покликанням, тим більше, професію лікаря. Гадаю: щоб бути хорошим фахівцем, треба глибоко, в деталях, опанувати свою професію, любити її, удосконалюватися, рости з кожним днем».

Студіюючи медицину, вів ак-

**Цей матеріал для нашого часопису підготувала Ганна КИЧУК з Нового Села, що в Підволочиському районі. Коли ж вийшла на заслужений відпочинок, зайнялася пошуковою справою — збирала матеріали до музею села, віднаходила по крупинках цінну, розкидану по усіх-усюдах інформацію про видатних особистостей — вихідців Підволочищини. Серед таких постатей височіє над часом ім'я лікаря Нестора Процика. Розповідь про цю легендарну людину із уст Ганни Кичук ми пропонуємо вашій увазі.**

тивну боротьбу з алкоголізмом і курінням. Цьому він присвятив свій реферат «Про здоровий спосіб життя», який виголосив перед односельцями, коли приїхав на вакації в Гнилички. На одному з молодіжних вечорів прочитав свій вірш «Сміло, сміло всі до бою»:

*Сміло, сміло всі до бою:  
Проти врага алкоголю,  
Проти гиді та облуди —  
Схаменіться, добрі люди!  
Час вже, час вже перестати  
Свої гроші пропивати.  
Тож беріться всі до діла,  
Боротьба, щоб аж кипіла.  
Разом, разом всі скажім,  
Ні одного не лишім:  
«Киньмо пити і курити —  
Будем добре в згоді жити!»*

За приналежність до ОУН студента не оминули арешти. Тож обставини склалися так, що Несторові Процику довелося продовжувати медичні студії в Берліні. І знову арешт. Кат Вірзінг так мorduвав студента, що зламав йому ребро. І

почалося його мученицьке життя в німецьких тюрмах і концтаборах.

Там в'язень часто згадував: «Рідні околиці!.. Рідне село!.. Дім!.. Вигін!.. Як найдорожчий скарб, я бережу в серці своїм згадки про вас. А мамину пісню, як сонце, мило, ніколи не забуду!..»

Про те, що пережив у таборовому пеклі, сказати важко словами. Але колючі драти, тяжка праця, грати були безсилим зламати, бодай похитнути сталеву волю цього українця.

І ось та довгоочікувана, в муках вистраждана Воля!

«Воля! Скільки людських почуттів, щастя й радості криється в цім малесенькім слові!», — вдвляючись у весняне сонечко, роздумував учорашний в'язень.

У той час життя поставило перед ним як лікарем запитання: як, чим допомогти українцям-емігрантам? І він знайшов-таки відповідь. У Мюнхені на вул. Дахаувер, 49, зорганізував службу Червоного Хреста, щоб надавати

медичну допомогу українським біженцям. Але німцям дуже була не до вподоби назва «ЧХ», тож Н. Процик змушений був змінити її на СХС (Санітарна консультативна служба).

Провідник Степан Бандера призначив лікаря Н. Процика відповідальним за організаційну мережу ОУН у Франції. І простелила доля йому довгий рушник аж у далекий Париж. Там пан Нестор виконує завдання організації та вирішує остаточно завершити медичні студії.

Цього разу доля усміхнулася йому. Адже після наполегливої праці в Сорбонні Нестор Процик успішно захистив французькою мовою (а знав дев'ять іноземних мов) докторську дисертацію на тему: «Причини серцевих недуг у вагітних жінок». Через деякий час хвилі життя закинули його в м. Грінсбі (Канада), де він працював шпитальним лікарем і вночі був співорганізатором АБН на закордонні, довголітнім головою Української централі ПАБНА і президентом ради ПАБНА, йдучи пліч-о-пліч з Ярославом Стецьком.

Згодом доктор Нестор Процик разом зі своєю сім'єю переселився у м. Буффало (США), де працював професором психіатрії університету. Там же 1958 р. разом з доктором Євгеном Стецьковим організує відділ Українського лікарського товариства Північної Америки (УЛТПА), членом яко-

го залишається до кінця свого життя.

Багато й наполегливо в цей час працював доктор Н. Процик над написанням закону «Тиждень поневолених народів», який схвалив 1959 р. американський конгрес. Президент Дуайт Ейзенхауер — творець закону — високо оцінив участь доктора Н. Процика в підготовці цього важливого документа.

Нелюдські тортури в польських в'язницях і нацистських концтаборах, часті голодування, «пам'ять» Вірзінгового слідства не зламали сили волі доктора Процика, але підірвали його здоров'я. Хвороба смертоносною косою замахнулася на його життя.

І як лікар, розуміючи та відчуваючи, до чого йде, в передостанні хвилини свого земного життя ледь чутно мовив до дружини: «Україно! Україно моя!.. Ти завжди пахнеш мені м'якими споринами, чебрецем і калиною. З любов'ю до тебе відходжу я у Божу Вічність!.. Ти прости, рідний краю, за розлуку з тобою!»

І увірвав мову!.. Стихнув серцем!.. Обірвалася струна його земного життя.

Отаким був доктор Нестор Процик, який Богом дарованим лікарським талантом подовжував людям сонячні дні життя й борювався за Україну — вільну й незалежну. За те шану здобув вічну та любов безмежну, пам'ять про нього донині живе в серцях його односельців.

З роси і води

## І ЛІКАР, І ПОЕТ, І НАУКОВЕЦЬ...

**Свого часу Стендаль сказав: «Талановитих людей набагато більше, ніж ми звикли думати». Саме такими талановитими людьми повніться наша Україна, зокрема Тернопільщина. Хочу розповісти про Івана Івановича Чонку — доцента кафедри хірургії Тернопільського медуніверситету імені І.Я. Горбачевського, лікаря-хірурга вищої категорії Тернопільської університетської лікарні, заслуженого винахідника України.**

Народився Іван Іванович на прекрасній закарпатській землі, в селі Красна Тячівського району, де, здається, гори підпирають небо і від тої краси природи аж дух перехоплює. Після закінчення Дубівської середньої школи в 1974 році працював слюсарем на заводі. Та бажання стати лікарем не покидало молодого енергійного хлопця ні на мить. Іван Іванович згадує, як його, малого хлопчика, неймовірно тягнуло до розмаїтих медичних маніпуляцій. Вже у шкільному віці Іван Чонка твердо вирішив стати лікарем. Тому вступив до Тернопільського медичного інституту, який закінчив 1981 року. Гуцульський запал і бажання відтворити

культуру Закарпаття наводять молодого студента на думку створити ансамбль народних інструментів «Ехо Карпат», який під його керівництвом в майбутньому стає лауреатом всесоюзного конкурсу народного мистецтва.

З 1982 року Іван Чонка — ординатор, а згодом завідує відділенням опікової травми та пластичної хірургії Хмельницької обласної клінічної лікарні. Та, працюючи там, він щоразу дивиться «на Захід», молиться і просить Бога, щоб якнайшвидше повернутись на Західну Україну. А справа в тому, що на Хмельниччині всі змушували розмовляти лише російською мовою, заповнювати історії хвороби, читати лекції, здавати звіти. Від цього на душі у молодого хірурга лежав неймовірний тягар, який не давав спокою. Адже він — українець, син українських сільських вчителів, потомок Довбуша, внук і правнук справжніх українців, які все своє життя шанували свої звичаї та культуру і вчили цьому своїх дітей. Тому в лікаря Чонки є завжди своя чітка життєва позиція.

Так Іван Іванович витримав аж 8 років, і 1988 року подає документи в клінічну ординатуру Тернопільського медінституту. З роботи його не відпускали, грози-

лися «лишити партбилета». Вони і гадки не мали, що лікар такого рангу, обласний спеціаліст і... безпартійний.

У Тернополі Іван Чонка кидається у вир наукової та хірургічної роботи. 1996 року отримує звання доцента. Через важку травму хреб-



та майже три місяці був прикутий до ліжка. За цей час він вивчає Біблію, занотовує потрібні вирази. Починає дещо по-іншому дивитися на певні життєві ситуації.

Сильний біль в спині змушує Івана Чонку придумати голковий біологічно-активний аплікатор. Згодом з'явилася унікальна «Раноза-

гоюча пов'язка Чонки для лікування трофічних виразок». З Божою допомогою лікар-хірург стає «на ноги». І знову поринає у вир активного життя.

Іван Іванович розробив новітні методи лікування трофічних виразок, оперативного лікування синдрому діабетичної ступні. Він — автор майже 50 наукових праць, 18 запатентованих винаходів.

Треба сказати, що Іван Іванович прекрасний літератор, який видав не одну книжку. Його видання «Коли я приїжджаю у Карпати» — це згадка про дитинство, розповідь про роки його становлення, є розділ «Наукові розробки автора», «Поезія у піснях», «Про Боже». А ще він прекрасний поет-пісняр, лауреат конкурсу «Пісенний вернісаж-2008». Пісні на слова Івана Чонки виконує колега Івана Івановича — лікар-хірург Юрій Футуйма, який створює до них прекрасні мелодії. Пісні на слова І. Чонки глибоко бентежні, бо в них душа поета, його переживання, радість і страждання за свій край, за всю Україну. Це — «Вігер з полонини», «Серце хірурга», «Красна», «Пісня про Тернопіль» (отримала гран-прі фестивалю-конкурсу «Ліра Гіппократа-2007»), «Помолось», «Цвіт тернового поля», присвята 50-річчю лікарні «Білий цвіт черешні», «На лезі бритви», а також кілька ліричних, які можна почути на різних заходах і концертах нашого краю у виконанні Ю. Футуйми.

Ім'я Івана Чонки занесене до Енциклопедичного словника Тер-

нопільщини. Його портрет красується серед портретів видатних людей рідної Тячівщини «Вони прославляють Закарпаття» на дошці в міській управі.

З приємністю додаю, що тернопільського лікаря-хірурга Івана Івановича Чонку люблять і шанують не лише рідне село, вся Тячівщина, куди він спішить, дочекавшись своєї відпустки, а й Тернопільський край. Доводилося чути, як люди дякували йому за допомогу в лікуванні чи консультації. До нього за консультацією звертаються ледь не з усієї України. Коли ж І. Чонка їде до свого рідного села, то краєни вже наперед про це знають і стараються з ним зустрітися, навіть список черги складають. І він не відмовляє, хоч їде на відпочинок після тривалого року напруженої та такої відповідальної праці.

25 серпня Івану Чонці виповнилося славних і прекрасних козацьких 55 років. Це пора не юної весни, але й не пізньої осені, це пора прекрасної вершини літа!

Хочеться Вам побажати, щоб Ваше життя ніколи не було «на лезі бритви», а осяяне Божою благодаттю. Хай Ваша творчість не знає втоми, Ваша праця буде благословенна Всевишнім, а доля буде щасливою, бо Ви — лікар і поет від Бога!

**Леся ЛЮБАРСЬКА,  
член Асоціації  
українських письменників  
і журналістів України**



ЛІКУЄ ПРИРОДА

## ОСІННЯ СМАКОТА

*Осінь потішила нас роз-  
маїттям овочів. Саме цієї  
пори можна «сісти» на  
низькокалорійну овочеву  
дієту та радувати себе і  
своїх близьких смачними і  
корисними стравами.*

Коренева **селера** — з розря-  
ду корисних дарів осені. У  
свіжому вигляді її викорис-  
товують для приготування салатів,  
а також додають у м'ясні та  
овочеві страви як смачну при-  
праву. Селера містить багато  
біологічно активних речовин і  
вітамінів, а також клітковину,  
що стимулює травлення.

**Капуста**, мабуть, можна на-  
звати найбільш уживаним ово-  
чем. Традиційно на Русі кваси-  
ли капусту на зиму в діжках або  
в інших ємностях. При цьому  
зберігалися всі корисні речови-  
ни, що містяться в соку і листі,  
а продукти природного бро-  
діння посилювали їхню дію.  
Квашена капуста популярна і в  
наші дні, робити її можна у до-  
машніх умовах, додаючи за  
смаком додаткові складники —  
буряк, моркву, хрін, листя смо-  
родини і т.п. Зі свіжого листя  
червонокочанної та білокочан-  
ної капусти роблять салати, го-  
лубці, різноманітні гарніри. Ка-  
пусту додають до овочевого  
рагу, борщу та супу, вона доб-  
ре доповнення до риби і м'я-  
са, роблять з неї і начинки для  
пирогів.

**Груші**, як і яблука, дозріва-  
ють до осені. Краще вибирати  
сорти місцевого походження, а  
не привезені, що гарно вигля-  
дають, — користі від непоказ-  
них дрібних плодів набагато  
більше, ніж від південних. З  
груш варять варення і компо-  
ти, вичавлюють сік, роблять  
начинки для пирогів і т. п.  
Стигли плоди містять кліткови-  
ну, вітаміни, корисні мінеральні  
сполуки.

**Морква** — смачний та ко-  
рисний, дуже яскравий, со-  
нячний і вітамінний осінній ко-  
ренеплід. У м'якуші та соку  
моркви багато каротину, необ-  
хідного для підтримки нор-  
мальної гостроти зору і поліп-  
шення стану шкіри. Регулярне  
споживання цього овоча до-  
поможе вам підвищити імуні-  
тет, запобігти авітамінозу, поз-  
бутися деяких неприємних зах-  
ворювань. Моркву додають до  
салатів у свіжому та вареному  
вигляді. Її також використовують  
для приготування гарнірів,  
соусів, овочевих рагу, оригі-  
нальних солодких страв.

Не слід забувати і про **гри-  
би**. Вони малокалорійні, тож за  
відсутності протипоказань мо-  
жуть входити до вашого  
дієтичного раціону. Гриби  
можна сушити та заморозува-  
ти, а також маринувати, соли-  
ти, готувати з них гарніри й  
певні страви, додавати їх до  
тушкованого м'яса, риби,  
овочів.

# УКРАЇНА І УКРАЇНЦІ ОЧИМА ЧУЖИНЦІВ КОЛИ БУВАЛИ В УКРАЇНІ ІНОЗЕМЦІ, ЇХ ДИВУВАЛА ВЕЛИКА НАША КУЛЬТУРА

Так, архідиякон-сирієць Пав-  
ло Алепський, подорожую-  
чи Україною 1654 і 1656 рр. у  
своєму щоденнику записав такі  
враження про Україну. «Дорога  
через Україну йшла здебільшо-  
го серед численних садів, що їм  
немає ліку, і ланів усякого збіжжя  
заввишки з людину, неначе те  
море безкрає, широке та довге.  
О, яка це благословенна країна!  
Що за благословенний народ!  
По всій козацькій землі — пише  
він — дивний та гарний факт  
спостерігали ми: всі жителі краю,  
за малим винятком, грамотні,  
навіть більшість їхніх жінок та  
дочок уміють читати й знають  
порядок служб церковних та цер-  
ковні співи; священники навчають  
сиріт і не дають їм тинятися не-  
уками по вулицях... А дітей у їх  
більше ніж трави, і всі діти вміють  
читати, навіть сироти... В козаць-  
кому краю в кожному місті та  
кожнім селі побудовані дома для  
бідних сиріт. Хто туди заходить,  
дає їм милостину, — не так, як у  
молдавському чи волоському  
краю, де вони юрбою ходять по  
церквах і заважають молитися. У  
Києві є багато дуже гарних ко-  
зацьких малярів, великих знавців  
своєї справи, про це свідчили  
портрети Феофана, патріарха  
Єрусалимського і інших. Козаць-  
кий спів радує душу і зцілює від  
суму, бо їхній наспів приємний,  
іде від серця і виконується, ніби,  
одними вустами. Населення при-  
страсно любить нотний спів, ніжні  
і чарівні мелодії».

Відвідавши Софійський собор  
у Києві, він пише: «Людському  
розумові не сила їх охопити —  
такі різноманітні барви його мо-  
заїк, такі її сполуки, такий гар-  
монійний розклад частин її бу-  
дови, та безліч високих колон,  
такі високі її бані і вся вона про-  
стора, має багато портиків і при-  
творів». «Серед монастирських  
— Київської лаври та інших —  
наставників є люди вчені, прав-  
ники, промовці, знають логіку і  
філософію та працюють над гли-  
бинними питаннями... Ми мали  
змогу відвідувати маєстатичні  
церкви...з пребагатими скляними  
вікнами, які радували наші сер-  
ця, всі вони побудовані недавно  
— від часу, як до керма приї-  
шов гетьман Зіновій Хмель».

У місті, зазначає Алепський,  
«при кожному домі, неначе при  
якихось палатах, є великі сади,  
де ростуть фруктові дерева,  
алепська шовковиця, горіхові  
дерева. Багато в цих садах рос-  
те винограду. Серед прегарних  
грядок, поруч із огірками, рос-  
туть крокос, рута, і гвоздика  
різних барв. Київські жінки гар-  
но вдягнуті, зайняті своїми спра-  
вами і ніхто не кидає на них на-  
хабним оком».

Про Київську друкарню Пав-

ло Алепський пише: «поблизу  
великої церкви є прегарний дру-  
карський дім для цієї країни. Із  
нього виходять всі церковні кни-  
ги дивовижного друку, різного  
вигляду і кольору, а також ри-  
сунки на великих листках, па-  
м'ятки країн, ікони святих, вчені  
дослідження і ін».

З України П. Алепський та си-  
рійський патріарх поїхали до  
Москви, де пробули майже два  
роки. Повертаючись звідти з  
Москви через Україну, П. Алеп-  
ський перед Києвом, на березі  
Дніпра, знову занотовує у що-  
деннику свої враження про Ук-  
раїну: «Цієї ночі ми спали на  
березі ріки, зовсім задоволені та  
спокійні, бо від тієї хвилини, коли  
ми лише побачили Печерську

козацької України благоден-  
ствують і живуть приспівуючи.  
Козаки продають і скуповують  
різні товари, займаються якими  
бажають ремеслами і чим хочуть  
промишляють. Вони невеликий  
податок платять гетьманові. Ко-  
заки ходять у церкву з молитов-  
никами в руках, тоді, як моско-  
віти, навіть бояри, не грамотні і  
навіть не знають основ Віри, яку  
в Данії знають діти...»

Про українців зауважує, що  
«Козаки, будучи народом  
вільнолюбним, незадоволені ца-  
рем, який призначив до їхніх  
фортець московських комен-  
дантів... Вважаючи себе вільним  
народом, вони стурбовані, що  
постійно змушені виконувати  
його накази».



П. АНДРУСІВ. Два козаки в поході

лавру, що здалеку виблискувала  
своїми банями, та як лише до  
нас долетіли премилі пахощі цих  
квітучих земель, наші душі зат-  
ремтіли від радощів та вітхи, сер-  
ця наші порозкривалися. І ми  
розливалися в подяках Господові  
Богові. Цілі два роки у Москві  
колода висіла на наших серцях,  
а розум був геть-чисто стисне-  
ний і придушений, бо в тій країні  
ніхто не може почувати себе хоч  
трохи вільним і задоволеним, хіба  
лише ті люди, що там виростили,  
а всі інші, от хоч би ми, навіть став-  
ши панами цілої країни — як  
патріарх! — ніколи не переста-  
ють бентежитися та відчувати в  
серці неспокій. Зате Козацька  
країна була для нас начебто наш  
власний рідний край, а її меш-  
канці були нашими добрими  
приятелями та людьми, неначе  
ми самі!»

Арабські манускрипти А.  
Алепського були видані 1829-  
1831 рр. англійською і 1896-1900  
рр. російською мовами.

Данський посол Юст Юль, який  
був послом при Петрі Великому  
(1709-1712 рр.), відвідав Україну  
1711 р.. Він зазначив, що «Жителі

Про місто Кроловець він пише:  
«Місто велике і гарне. Вулиці в  
ньому прекрасні, таких я не ба-  
чив у Росії; будинки гарні, міцні,  
охайні, виступають на вулицю, як  
в Данії, а не стоять у глибині  
дворів як в Росії. Все населення  
козацької України відрізняється  
великою вічливістю і охайністю,  
і в чистоті утримують хати».

Відвідуючи різних українських  
достоїнників, як-от Генерально-  
го суддю, київського митропо-  
лита та інших, підкреслює їхню  
велику вихованість, освіту. Він  
здивований тим, що не лише всі  
українські достоїнники прекрас-  
но володіють латинською мовою,  
але й прості монахи Києво-Пе-  
черської лаври її знають.

Оповідючи про ціни про-  
дуктів, посол підкреслює, що  
борошно, риба, сіль, горілка кош-  
тують дуже дешево і вони доб-  
рої якості.

Про свою подорож Україною  
Юст Юль зазначає, що скрізь  
його вітали, пригостили і вияв-  
ляли особливу увагу не лише в  
містах, а й у селах, чого не було  
в Росії.

1816 р. «Украинский весник»

опублікував листи росіянина  
Олексія Левшина, який тривалий  
час проживав в Україні. В одно-  
му з них Левшин пише, що «ук-  
раїнці релігійні, чесні, мужні, на  
диво терпеливі, дотримуються  
свого слова, бездоганно збері-  
гають довірені їм таємниці,  
відрізняються сімейною добро-  
чесністю, завжди поважали і по-  
важають приватну власність і що  
природа їх наділила веселою  
вдачею. Крадіжка у них вважа-  
лася найганебнішим вчинком.  
Міцна будова тіла, високий ріст,  
розумні обличчя, вуса, надають  
їм величавого вигляду. Пошана  
і любов, до яких вони привчені  
із дитинства, роблять їх слухня-  
ними синами, добрими чолові-  
ками і гарними батьками, а под-  
ружня вірність виганяє із сім'ї  
ревності — найлютішого ворога  
спокою».

Левшин з великою похвалою  
відгукується про полум'яну лю-  
бов українців до Вітчизни і по-  
вагу до пам'яті предків. У Білій  
Церкві він хотів купити в одного  
міщанина рушницю з написом:  
«Белоцерковського полка», але  
той нізащо не хотів її продати,  
бо рушниця дісталася йому у  
спадок.

Українці, пише О. Левшин, по-  
лум'яно люблять свою вітчизну,  
шанують пам'ять козаків під про-  
водом Свирговського, Хмель-  
ницького, Наливайка.

Далі він пише, що «українські  
села розташовані здебільшого  
на горах, поблизу річок, чи на  
прекрасних долинах, і хати, ви-  
білені як із зсереди, так і зовні,  
мають дуже гарний вигляд. Їхні  
хати — прекрасні кімнатки, про-  
сто, але гарно прибрані і роз-  
ділені значною частиною на дві  
половини. Про те, що вони люб-  
лять живопис, свідчать розвішені  
на стінах картини. Природна  
їхня їжа — вареники, галушки,  
жирний борщ — дуже смачний.  
Їжа, що залишилася після обіду,  
не вживається пізніше, — го-  
тується нова».

Українські жінки, зауважує ав-  
тор листів, не лише турбуються  
про дітей, але виконують всілякі  
роботи нарівні з чоловіками, з  
якими живуть у згоді, виконують  
бажання і їхню волю, проте не в  
рабській повинності.

«Молоді чоловіки хоча вільно  
жартують з дівчатами, та звикли  
обмежувати свої бажаннями  
лише цілунками в щоку. Якщо ж  
хтось із них переступить межу  
безчестя, а це бувало дуже рідко,  
то сором і навіть презирство  
чекає не лише їх, а й батьків».

Українські танці запальні й  
прекрасні. Пісні — ніжні, почуттєві  
і часто протяжні... Гнучкістю, чи-  
стотою, приємністю голосів вони  
перевішали майже всіх жителів  
Росії. Придворні співаки склада-  
ються лише з українців».

До недоліків українців Левшин  
зараховує їхню гордість і непос-  
тупливість, нестримний гнів,  
якщо українця вивести з терпін-  
ня, і неприхильність до велико-  
русів.

Минули віки. Чи знову б так  
сказали про Україну П. Алепсь-  
кий, Юста Юль і залюблений в  
Україну і в українців О. Левшин?

**Валерій ДІДУХ,  
доцент ТДМУ**



