

**СТАН НАВЧАННЯ, УСПІШНІСТЬ ТА ЗАВДАННЯ НА ПЕРСПЕКТИВУ****визначили на вченій раді академії**

10 лютого відбулося традиційне засідання вченої ради Вищого державного навчального закладу України «Українська медична стоматологічна академія».

Воно розпочалося з урочистого нагородження лауреатів премії Національної академії медичних наук України за значні успіхи у науковій діяльності.

Під щирі голосні оплески усіх присутніх, ректор академії професор Ждан Вячеслав Миколайович вручив дипломи, що засвідчують вагомі наукові досягнення наступним студентам: Єрошенко Анастасії, Пироговій Катерині, Олексієнко Богдану, Срипніку Миколаю, Олексієнко Ярославі.

Катерина Пирогова та Ярослав Олексієнко є членами ради Студентського наукового товариства нашої академії (куратор – професор К.С. Непорада), активно беруть участь в науковому житті вузу.

За командні досягнення у традиційній IX Спартакіаді серед співробітників ВДНЗУ «УМСА», директором Спортивного клубу «Медик» Саркіс Іриною Миколаївною, дипломами та кубками було нагороджено: чемпіонів з шахів, шашок та стрибків у довжину – команду факультету післядипломної освіти, з настільного тенісу та гирьового спорту – команду стоматологічного факультету, чемпіонів в загальнокомандному заліку Спартакіади – факультет післядипломної освіти, срібних призерів – стоматологічний факультет та бронзових призерів – команду АГР.



Першим питанням на вченій раді була заслухана доповідь начальника відділу з науково-педагогічної роботи та організації навчально-наукового процесу професора Білаша С.М. про стан навчання і успішність студентів за I півріччя та завдання науково-педагогічних колективів кафедр та медичного коледжу на II півріччя 2015-2016 навчального року.

Було представлено контингент студентів станом на 1.02.2016 рік та детально розглянуто динаміку змін кількості пропусків занять студентами усіх факультетів без поважної причини, надано порівняльний аналіз результатів складання зимової екзаменаційної сесії. Також Сергій Михайлович висвітлив позитивні результати запровадження електронного журналу успішності.

У цьому питанні визначили й головні завдання науково-педагогічних колективів кафедр на II півріччя 2015-2016 навчального року. Ними стали:

– Враховуючи позитивний ефект від введення платних відробок, підвищити вартість відробки занять пропущеного без поважної причини.

– Адміністрації медичного коледжу посилити кон-

троль за відвідуванням студентами практичних та лекційних занять.

– Зваживши на збільшення кількості пропусків занять без поважної причини у студентів медичного коледжу, вивчити питання про введення платних відробок для цієї категорії студентів.

– Завідувачам кафедр переглянути методологію проведення практичних (семінарських) занять, де спостерігається низький рівень якісної успішності студентів.

– Деканату факультету з підготовки іноземних студентів розробити і затвердити дієвий план заходів на зміцнення навчальної дисципліни студентами-іноземцями.

– Для покращення результатів складання ліцензованого іспиту «КРОК-1» ввести для студентів 2 курсів, як допуск до складання СПА, ректорський тестовий контроль з навчальних дисциплін: мед.біологія, анатомія, гістологія, фізіологія, біохімія, мікробіологія.

– Розробити та запровадити порядок відпрацювання пропущених занять з метою недопущення конфлікту інтересів між студентами та науково-педагогічними працівниками.

– Запровадити щорічне рейтингове оцінювання якості навчально-методич-

ної та організаційно-методичної роботи науково-педагогічних працівників з оприлюдненням результатів як «блоку» у електронному журналі академії.

– Головам циклових методичних комісій при плануванні роботи на 2016-2017 навчальний рік урахувати в планах роботи питання перевірок на кафедрах стану успішності студентів та процесу оновлення методичних комплексів.

– З метою покращення підготовки студентів до написання ЛІ «КРОК-2» передбачити введення підсумкової семестрової атестації після XI семестру.

Про підсумки державної атестації лікарів-інтернів на визначення знань і практичних навичок та пропозиції по удосконаленню післядипломної освіти змістовно доповів проректор з післядипломної освіти професор Скрипник І.М.

Було заслухано звіт про роботу спеціалізованої вченої ради Д 44.601.01 по захисту дисертацій зі спеціальності 14.01.22 – Стоматологія за 2015 рік, про що доповів голова спеціалізованої вченої ради проф. Ткаченко П.І.

Про виконання умов Контракту за 5 років прозвітував завідувач кафедри післядипломної освіти лікарів стоматологів-ортопедів професор Нідзельський М.Я.

Також на вченій раді, після доповіді заступника декана факультету післядипломної освіти доцента Давиденко Г.М., було затверджено рекомендації лікарям-інтернам до участі у конкурсі при вступі до навчання у клінічній ординатурі.

**Єлизавета Золотарьова.**

# ДЕНЬ СТОМАТОЛОГА

**День стоматолога кафедра післядипломної освіти лікарів-стоматологів традиційно відсвяткувала проведенням Всеукраїнського професійного конкурсу лікарів-стоматологів «Шлях у світ майстерності», який в цьому році був вже сімнадцятим.**

8 лютого відбувся фінал конкурсу, якому передували півфінальні змагання на профільних кафедрах вищих медичних навчальних закладів України. Наш ВДНЗУ «УМСА» представляла команда Зінченко Катерина-Ковтун Роман. До Полтави з'їхалися команди з ХМАПО Сумської філії – Звягін Сергій–Жижжун Аліна; ХНМУ – Куценко Наталія-Салтіс Маргарита; ХМАПО – Деева Ганна-Кириченко Ганна; ДЗ «ДМА МОЗУ» Колісник Володимир-Ратушна Марія; ІФНМУ – Ціпх Ольга-Козак Єкатерина; ДВНЗ «ТДМУ ім. Горбачевського» – Гладій Вадим-Присяжна Олена.

9 лютого для підведення підсумків конкурсу був проведений семінар. З привітанням учасникам, гостям, присутнім виступили проректор з науково-педагогічної роботи та післядипломної освіти, д.мед.н. професор Скрипник Ігор Миколайович, зав. кафедри післядипломної освіти лікарів-стоматологів, д.мед.н. професор Скрипников Петро Миколайович. Вони відмітили важливість конкурсу для професійного становлення лікарів-інтернів, побажали успіхів та нових досягнень в оволодінні стоматологічною майстерністю. Далі доцент кафедри післядипломної освіти лікарів-стоматологів, Заслужений лікар України, головний лікар Дому «Аполонія» С.В. Радлінський провів захопливий, яскраво ілюстрований екскурс історією Дня стоматолога.

Професор кафедри післядипломної освіти лікарів-стоматологів, Заслужений лікар України Скрипнікова Таїса Петрівна відмітила впевнену, злагоджену роботу команд учасників. Подякувала журі, до якого входили викладачі вищих медичних навчальних закладів України, за співпрацю, підготовку та підтримку своїх конкурсантів.

До складу журі входили: проф. Скрипнікова Таїса Петрівна – голова, доц. Хміль Тетяна Андріївна – секретар, ас. Шевченко Василь Кирило-

вич, к.мед.н., ас. кафедри стоматології ФПО ХНМУ Сухіна Ірина Сергіївна, к.мед.н., ас. кафедри стоматології ФПО ІФНМУ Мельничук Арсен Степанович, к.мед.н., ас. кафедри стоматології та терапевтичної стоматології ХМАПО Іванов Олександр Євгенійович, к.мед.н., ас. кафедри стоматології ФПО Криворізьського філіалу

Що цікаво, симпатії он-лайн аудиторії щодо переможця повністю збіглися з думкою журі. За перебігом конкурсу, завдяки роботі сторінки конкурсу на сайті [www.dentaeuro.com](http://www.dentaeuro.com) (розробник ас. Дубина В.О.), мали змогу спостерігати та виказати свої вподобання користувачі з різних країн світу.



ДЗ «ДМА МОЗУ» Дрок Вікторія Олександрівна, к.мед.н., ас. кафедри стоматології та терапевтичної стоматології ХМАПО (Сумський філіал) Карпець Лідія Михайлівна.

Таїса Петрівна висловила вдячність керівництву стоматологічної академії та комунальній установи «Полтавський обласний центр стоматології – стоматологічна клінічна поліклініка» за надані робочі місця, аудиторії, технічне та матеріальне забезпечення конкурсу, співробітникам кафедри, особливо доц. Хміль Т.А. та ас. Шевченко В.К. за організацію конкурсу.

Безумовно, довгоочікуваною була доповідь про цьогорічні особливості проведення та результати конкурсу секретаря журі доц. Хміль Тетяни Андріївни.

Отже, переможцями цього року були оголошені:

Третє місце – Звягін Сергій-Жижжун Аліна, Гладій Вадим-Присяжна Олена.

Друге місце – Зінченко Катерина-Ковтун Роман.

Перше місце – Колісник Володимир-Ратушна Марія.

Особливої теплоти та святковості семінару надали виступи лікарів-інтернів першого року навчання, організовані доц. Ступак О.П. Із запальним танком виступили солісти народного самодіяльного ансамблю танцю «Юність» Бондарець Богдан та Коломейчук Денис (худ. керівник Матюніна О.В.). Та зачарували аудиторію виконаними піснями юнаки вокального ансамблю «Plica Vocalis», соліст Тищенко Олександр.

Незабутнім для конкурсантів залишиться і нагородження цінними призами від спонсорів – Дому «Аполонія», фірм «Colgate» (представник Кравченко Катерина), «Dentsply» (представник Антонова Марія) та пам'ятні фото з метрами стоматології – професором Скрипніковою Таїсією Петрівною та заслуженим лікарем України Радлінським Сергієм Володимировичем.

Чекаємо наступного року у Полтаві!

**Т.А. Хміль.**

**Доцент кафедри післядипломної освіти лікарів-стоматологів.**

## ПАМ'ЯТКА ПАЦІЄНТОВІ СТОМАТОЛОГА

*Якщо зуби у тебе болять*

*То не можеш ні їсти, ні пити...*

*Та не смій в самоті горювати:*

*Лікар зможе тобі підобити.*

*Стоматолога вправна рука*

*Поверне до життя без аскези,*

*В нього славна робота така:*

*Ставить пломби, вініри, протези.*

*Полюби ти його, привітай,*

*Не скупись і на вдячні щедроті!*

*Хай він буде щасливим, нехай*

*Оминають його всі турботи!*

(09.02.2016)

Щиро вклоняюся – пацієнтка стоматолога Т.О. Лещенко, завідувачка кафедри українознавства та гуманітарної підготовки ВДНЗ України «УМСА»

## БРЕЙН-РИНГ ДО ДНЯ СТОМАТОЛОГА

Усім вже відомо, що 9 лютого – важливий день для кожного стоматолога, адже це свято вже не один рік дарує радісні емоції студентам та викладачам. Кожен, хто бажав цікаво та корисно провести час, мав змогу спостерігати за інтелектуальними змаганнями студентів-стоматологів. Саме в честь Дня стоматолога в аудиторії №5 нашої академії відбувся брейн-ринг «Мое покликання – стоматологія».

Чарівні ведучі Валентин Миколайович Дворник і Анна Дворник змогли створити гарний настрій та приємну атмосферу.

Для всіх присутніх, захоплених дійством глядачів, виступали вокальний колектив



«Ріса Vocalis» (керівник Дмитро Лузановський), ансамбль бально-спортивного танцю «Орхідея» (керівник Ірина Пелипенко) та ан-

самбль естрадного танцю «Мелліор» (керівник Марія Кириленко).

Відбірні тури та цікаві завдання виявили найкращих

студентів-стоматологів.

Тож вітаємо наших переможців – команду «СДYDENT» (Павловська Христина, Пахомов Єгор, Веропотвелян Семен). Друге місце зайняла команда «Зубная Мафия» (Дондик Ксенія, Сай Богдан, Лацуновська Вікторія). Не менш ефектною була команда «Роберт: Дами» (Шишлевський Артем, Василенко Марія, Шинкаренко Вікторія). Тож бажаємо всім учасникам наснаги та прагнення здобувати знання й надалі. І пам'ятайте – кожен студент зможе перемогти, якщо буде гарно навчатись!

Студентський парламент

## АКАДЕМІЯ ВШАНУВАЛА ДЕНЬ СОБОРНОСТІ

У Полтаві, з нагоди Дня Соборності України, студенти та викладачі нашої академії поклали квіти до пам'ятника Тарасу Григоровичу Шевченку.

Проголошення Акту Злуки Української Народної Республіки і Західноукраїнської Народної Республіки відбулося 22 січня 1919-го року. Тому саме цей день і відзначають на держав-

ному рівні в усіх містах України.

Студенти продемонстрували солідарність Акту Злуки, що став могутнім виявом волі українців до етнічної й територіальної єдності, свідченням їхнього самоусвідомлення, важливою віхою процесу становлення політичної нації.

Урочистості з нагоди Дня Соборності у Полтаві розпочались



проведенням мітингу біля пам'ятника Т.Г. Шевченку, продовжились біля меморіальної дошки Голові Директорії, Головному отаману військ УНР Симону Петлюрі, та покладанням квітів до пам'ятника українському громадсько-політичному та державному діячеві, теоретику і організатору кооперативного руху, педагогу Борису Мартосу.

## ДЕНЬ ПАМ'ЯТІ ГЕРОЇВ КРУТ

29 січня студенти нашої академії та медичного коледжу академії, викладачі, лікарі-інтерни взяли участь в урочистій ході і покладанні квітів до пам'ятного знаку «Загиблим українським козакам» з нагоди відзначення Дня пам'яті Героїв Крут.



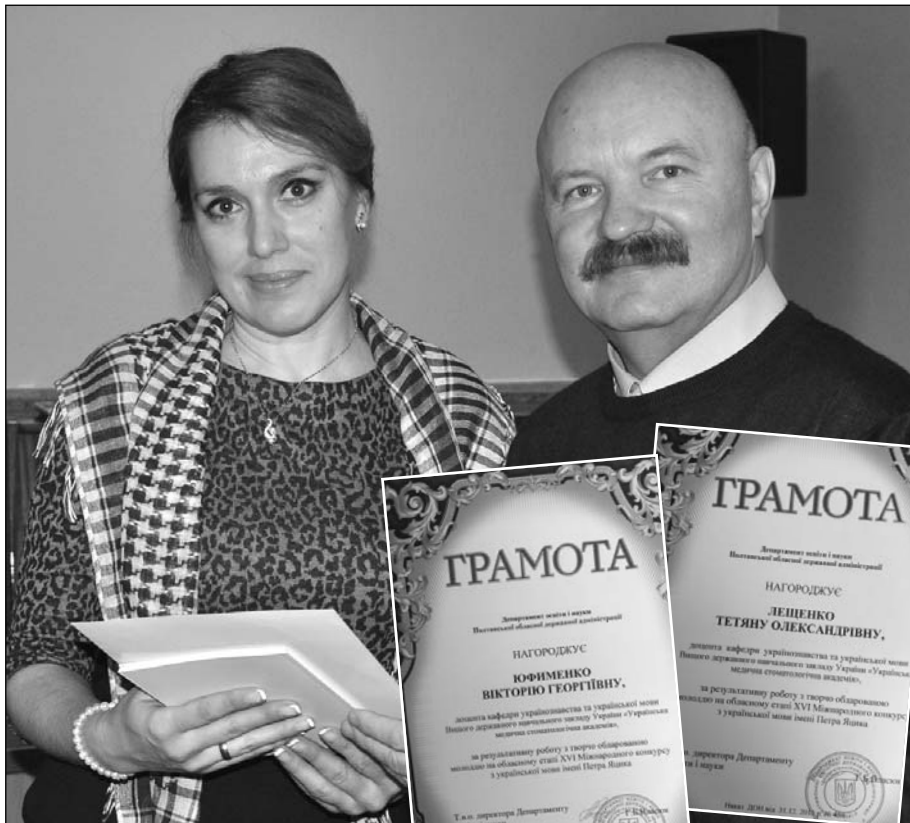
Україна має безліч героїв. Одними з таких героїв є Герої Крут. Рівно 98 років тому на залізничній станції Крути, що на Чернігівщині, маленький загін київської студентської та учнівської молоді зійшовся у нерівному бою з більшовиками, аби собою зупинити наступ та відстояти УНР. Бій під Крутами стримав більшовицький наступ на 4 дні. І це були вирішальні дні для української дипломатії, аби домогтися від міжнародної спільноти визнання України.

Тому саме цього дня Україна вшановує мужній подвиг 300 українських студентів, які віддали своє життя за право українського народу жити у власній державі, загинули за незалежність, суверенітет і територіальну цілісність нашої країни та власною кров'ю вписали нову героїчну сторінку в історію боротьби за волю України.

Квіти до підніжжя пам'ятного знаку «Загиблим українським козакам» поклали міський голова Полтави Олександр Мамай, депутати міської ради, керівники департаментів та управлінь, громадські активісти, студенти, військові та всі небайдужі полтавці.

Архієпископ Полтавський і Кременчуцький Федір відслужив панахиду за полеглими героями.

# ВІТАЄМО З НАГОРОДАМИ!



ВДНЗ України «УМСА», колектив кафедри українознавства та гуманітарної підготовки вітає завідувачку кафедри, доцента **ЛЕЩЕНКО Тетяну Олександрівну** та старшого викладача кафедри українознавства та гуманітарної підготовки **ЮФИМЕНКО Вікторію Георгіївну** з нагородами – Грамотами Департаменту освіти та науки Полтавської обласної державної адміністрації за результативну роботу з творчо обдарованою молоддю (наказ №26 від 31.12.2015р.).

*Бажаємо і надалі не втрачати натхнення в роботі, міцного здоров'я та подальшої самовідданої праці на освітянській ниві...*

## КОНКУРС ІМ. ПЕТРА ЯЦИКА

ВДНЗ України «УМСА», кафедра українознавства та гуманітарної підготовки (зав. кафедри доц. Лещенко Т.О.) щиро вітає **Шкодіну Анастасію Дмитрівну**, студентку 12 групи I курсу медичного факультету, за **I місце** та **Шевченко Дар'ю Володимирівну**, студентку 16 групи I курсу стоматологічного факультету, за **II місце** в III (обласному) етапі **XVI Міжнародного конкурсу знавців української мови імені Петра Яцика!**

Студенток до участі в конкурсі підготували доцент кафедри українознавства та гуманітарної підготовки **Лещенко Т.О.** та старший викладач кафедри українознавства та гуманітарної підготовки **Юфименко В.Г.**

Цей конкурс сприяє вихованню патріотизму, шанобливого ставлення до культури українського народу, його духовних надбань.

Щороку викладачі кафедри українознавства та гуманітарної підготовки виявляють серед студентів-першокурсників найкращих знавців рідного слова. Цей навчальний рік не став винятком. Студенти академії охоче відгукнулися на конкурс й узяли в



ньому активну участь. Спочатку змагалися на рівні груп і факультетів, а потім право представляти нашу академію на III (обласному) етапі вибороли ці студентки.

**6 лютого 2016 року на Полтавщині, як і по всій Україні, проходив IV етап (Всеукраїнський) XVI Міжнародного конкурсу з української мови імені Петра Яцика.**

Цей захід відбувся на базі Полтавського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти ім. М.В. Остроградського.

Учні та студенти області,

переможці III етапу, виконували завдання, запропоновані Лігою українських меценатів.

О 9 годині відбулося вшанування переможців обласного етапу.

Їх вітали: представник Ліги українських меценатів – письменник, краєзнавець Неживий О.І., ректор ПОІП-ПО ім. М.В. Остроградського Зелюк В.В., ректор ПНПУ ім. В.Г. Короленка Степаненко М.І., місцева поетка Вовченко Г.В.

Переможцям вручили дипломи Ліги українських меценатів, книжки; учителям та

викладачам – грамоти Департаменту освіти і науки Полтавської облдержадміністрації.

Організатори конкурсу та постійні співорганізатори (Департамент освіти і науки Полтавської облдержадміністрації, Полтавський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти ім. М.В. Остроградського) отримали Подячні дипломи Ліги українських меценатів.

**В.Г. Юфименко.**

**Викладач кафедри українознавства та гуманітарної підготовки.**

# ПРОФІЛАКТИКА ГРИПУ: ПРАВИЛА ЖИТТЯ

**На сьогодні в новинах багато інформації про зростання захворюваності на грип в Україні та про летальні випадки від грипу А / H1N1. Яка ж ситуація з грипом у Полтавській області?**

В Україні, як і у всьому світі, в епідемічному сезоні 2015-2016 рр. циркулюють три штами вірусу грипу. Два з них – це тип А: H1N1(California) і H3N2 (Швейцарія), й один типу В (Phuket). Щодо штаму H1N1, який на сьогодні є причиною найбільшого занепокоєння в суспільстві, слід зазначити, що цей вірус не новий. Він продовжує циркулювати в світі з 2009 р. і в цьому році його поява була прогнозована. У Полтавській області, як і в інших областях України, відзначається сезонне зростання захворюваності на грип та ГРВІ, але показники не перевищують епідпороговий. За даними досліджень в області циркулюють віруси грипу А, в тому числі штаму А/H1N1, який був причиною пандемії 2009-2010 рр.

## **Чим відрізняються грип від ГРВІ?**

Грип і ГРВІ – близькі один до одного захворювання – і по способу зараження, і по основним проявам, однак це не одне і те ж. Термін «ГРВІ» охоплює велику кількість захворювань, що спричиняються різноманітними вірусами (аденовіруси, риновіруси, респіраторно-синцитіальні віруси та ін.). Захворювання на грип викликає безпосередньо вірус грипу, тому є некоректним називати всі ГРВІ грипом.

На відміну від ГРВІ, грип завжди починається раптово та бурливо – хворий може точно вказати час початку симптомів. Інкубаційний період при грипі дуже короткий – від зараження до перших клінічних проявів зазвичай проходить 1-2 доби. На тлі гарного самопочуття швидко підвищується температура тіла до 39-40°C, з'являється сильний головний біль, біль у м'язах, суглобах, очних яблуках, світлобоязнь, рясне потовиділення. Дещо пізніше (на 2-3 добу) «приєднуються» сухий кашель, задишка, запаленість носу, незначна нежить. У разі важкого перебігу грипу можливі судоми, галюцинації, носові кровотечі, блювання. При звичайному ГРВІ гарячка та озноб поступаються місцем іншим неприємним симптомам, таким як сильна нежить, чхання, біль у горлі. Температура тіла інколи буває вищою 38,5°C.

## **В чому відмінність пандемічного та сезонного грипу?**

Пандемічні штами вірусу грипу здатні викликати захворювання у великій кількості людей по всьому світу, спричиняючи пандемії. Зазвичай ці віруси вражають працездатне населення та осіб, що мають надмірну вагу, хронічні захворювання легень, серця, цукровий діабет, вагітних. Перебіг грипу спричиненого пандемічними вірусами характеризується частішим розвитком ускладнень та вищою летальністю. Вони надзвичайно мінливі і непередбачувані, здатні викликати тяжкі ускладнення та призводити до летальних випадків протягом короткого часу – від декількох днів до трьох-п'яти днів.

Сезонні штами вірусу грипу реєстру-

ються щороку та є причиною підвищеної захворюваності на грип в епідсезон. Сезонний грип перебігає з меншою частотою ускладнень та летальних наслідків.

Смертність від сезонного грипу становить 0,1% і менше, а від пандемічних штамів вірусу грипу може досягати навіть 10%.

## **Як саме передається грип?**

Грип легко передається від людини до людини. Найбільш розповсюджений шлях передачі – повітряно-крапельний. При кашлі, чханні чи просто розмові навколо хворого утворюється заражена зона (близько 2-3 метрів) із максимальною концентрацією аерозольних частинок, що містять вірус. Тому зараження здорових людей відбувається безпосередньо через повітря, при тісному контакті з хворою людиною, а також через брудні руки та при спільному з хворим використанні предметів побуту.

## **Чому всі так бояться грипу?**

Грип небезпечний своїми ускладненнями. Можливі первинні і вторинні ускладнення. Первинні пов'язані із впливом самого вірусу – тяжкі форми пневмоній, що розвиваються в перші дві доби з моменту захворювання та є причинами смерті пацієнтів. Вторинні ускладнення розвиваються на 4-5 добу при нашаруванні бактеріальної флори. Серед них найбільш поширеними є гайморити, фронтити (запалення придаткових пазух носа), отити (запалення вух), пневмонії (запалення легень), бронхіти (запалення бронхів), менингоенцефаліти (запалення мозку та його оболонок) та інші.

Рідкісним тяжким ускладненням грипу є синдром Рея, що виникає після вживання препаратів ацетилсаліцилової кислоти (аспірин). Захворювання проявляється незворотними змінами мозку та печінки. Прояви синдрому Рея виникають не одразу, а після стихання клінічних проявів грипу чи ГРВІ. Тому рекомендується при вірусних інфекціях замінити прийом ацетилсаліцилової кислоти на парацетамол чи ібупрофен.

## **Всі говорять про необхідність вакцинації проти грипу. А чи є певна категорія населення, яким необхідно зробити щеплення в першу чергу?**

Вакцинація – це найбільш ефективний спосіб профілактики грипу. В першу чергу прищепитися проти грипу необхідно особам з так званим «груп підвищеного ризику зараження» (особи, які за видом діяльності контактують з великою кількістю людей – медичні працівники, вчителі, працівники громадського транспорту, торгівлі, громадського харчування), а також «підвищеного ризику розвитку ускладнень», а саме:

- \* діти віком до 5 років (особливо до 2 років);
- \* вагітні;
- \* особи віком старше 65 років;
- \* люди з надмірною масою тіла;
- \* хворі на цукровий діабет;
- \* пацієнти з хронічними серцево-судинними захворюваннями;
- \* пацієнти із хронічними захворюваннями легень;

\* особи з іншими тяжкими хронічними захворюваннями;

\* хворі, що отримують імуносупресивну терапію.

## **Чи всім можна робити щеплення від грипу?**

Вакцинація проти грипу протипоказана:

- \* особам з алергічною реакцією на компоненти вакцини (курячий білок);
- \* при наявності в минулому алергічних реакцій на попереднє введення вакцин;
- \* під час загострення хронічних захворювань;
- \* при гострих інфекційних захворюваннях, що супроводжуються підвищеною температурою (відносно протипоказання, вакцинація відкладається до одужання).

## **Які реакції можуть бути на введення вакцини?**

На введення вакцини можливий розвиток місцевих і загальних реакцій. Частіше спостерігаються саме місцеві реакції в місці ін'єкції – почервоніння шкіри, припухлість, болючість, які минають за 2-3 дні. Із загальних реакцій можливий розвиток грипозподібних симптомів (головний біль, ломота в тілі, слабкість), незначний підйом температури (до 37,5°C), вкрай рідко виникають алергічні реакції.

## **Де краще зробити щеплення проти грипу і яку вакцину обрати?**

Вакцинація повинна проводитися тільки в умовах лікувального закладу, як правило, в поліклініках за місцем проживання. Вакцину для цього можна придбати в аптеках, але обов'язково повинні бути дотримані умови зберігання, а саме при температурі від 2°C до 8°C. Що стосується питання вибору вакцини, то всі вакцинні препарати, представлені в аптечній мережі, є ефективними проти вірусів грипу, які циркулюють в цьому епідсезоні. Перед вакцинацією Вас обов'язково повинен оглянути лікар для визначення протипоказань до щеплення.

## **Яка ймовірність того, що людина, щеплена проти грипу, захворіє?**

Імовірність того, що після вакцинації проти грипу людина захворіє на грип є, але не висока. Основна мета вакцинації попередити розвиток ускладнень і тяжкий перебіг захворювання. Тобто, щеплені можуть захворіти на грип, але захворювання у них буде перебігати легше, ніж у нещеплених, і, як правило, без ускладнень.

## **Чи може щеплення зроблені торік захистити від захворювання в цьому епідсезоні? Чи має сенс вакцинуватися щорічно?**

Імунітет після вакцинації зберігається близько року і тільки до тих штамів вірусу, що входять до складу вакцини. Але вірусам грипу притаманна висока мінливість, у зв'язку з чим щорічно з'являються нові штами. Тому грипом людина може хворіти кілька разів у житті. Склад вакцин змінюється щорічно і відповідає

*(Продовження на 6-й стор.)*



Волонтерський центр «В ритмі молоді» постійно бере участь в конкурсі «Волонтер року», що проводиться виконавчим комітетом Полтавської міської ради, та здобуває нагороди у

номінаціях. У 2015 році наші волонтери здобули перемогу у номінації *Кращий волонтерський загін у сфері по роботі з військовослужбовцями*, що перебувають чи перебували в зоні АТО, та

## ВОЛОНТЕР РОКУ

членами їх родин.

В рамках Дня волонтера наші студенти-активісти долучилися до святкування Дня захисту тварин: вони відвідали перетримку для безпритульних тварин благодійної організації «Юний європеєць», що розташована по вул. Південна 4. На жаль, Полтава не має офіційного притулку для тварин і ми маємо підтримувати саме такі перетримки.

Йде зима і продуктів харчування катастрофічно не вистачає. Тому волонтери принесли перетримці таку

необхідну їм крупу (близько 20 кг). Переступивши поріг цього місця, ми зрозуміли, що їм завжди не вистачає продуктів харчування, адже на території перетримки перебуває близько 40 безпритульних собак. З розповідей власників перетримки ми дізналися, що 20 кг крупи вистачить приблизно на 10–11 днів, якщо не буде нових надходжень тварин. Для себе ми зрозуміли, що просто повинні і надалі підтримувати наших чотирилапих друзів!

**Студентський парламент.**

## Даруємо радість дітям

14 лютого – День не лише закоханих, але й любові загалом. Тож наш завзятий Волонтерський відділ Студентського парламенту відвідав дитячу лікарню.

Саме в гематологічному і в травматологічному відділеннях діточки мали змогу гратися з нашими студентами.

Волонтери робили із дітьми різні поробки, щось на зразок валентинок та сердечок.

День закоханих – свято не лише для закоханих, але й для дітей.

Тому пам'ятайте, що необхідно дарувати дітям радість, і не лише в свята.

**Студентський парламент.**



## ПРОФІЛАКТИКА ГРИПУ: ПРАВИЛА ЖИТТЯ

*(Продовження.*

*Початок на 5-й стор.)*

штамам, які будуть циркулювати в цьому епідемічному сезоні. Тому вакцинуватися проти грипу потрібно щорічно до початку епідемічного сезону.

**Коли слід вакцинуватися проти грипу?**

Імунітет на вакцинацію виробляється через 1 місяць після введення вакцини. Тому оптимальними термінами для проведення вакцинації є жовтень-листопад місяць до початку епідемічного сезону.

**Що треба робити, щоб не захворіти на грип, якщо людина не вакцинувалася?**

Слід пам'ятати наступні правила:

- уникати контакту з хворими людьми;
- при контакті з хворими одягати маску;
- мити руки з милом або антибактеріальними засобами для запобігання поширення інфекції;
- уникати місць великого скупчення людей (видовищних заходів, зборів, зустрічей);
- менше користуватися міським транспортом, не ходити в гості;
- регулярно провітрювати приміщення;
- не чіпати брудними руками очі, ніс і рот;

• вести здоровий спосіб життя (повноцінний сон, свіже повітря, активний відпочинок, збалансована їжа, багата вітамінами);

• не переохолоджуватися, уникати стресових ситуацій, що пригнічують імунну систему.

**Що робити якщо ви все-таки захворіли на грип?**

\* залишайтеся вдома, щоб не наражати на небезпеку інших людей і уникнути небезпечних ускладнень;

\* дотримуйтеся ліжкового режиму;

\* пийте більше вітамінізованих рідин, а також настоїв на журавлині, брусниці, що володіють жарознижжучими властивостями;

\* харчування має бути дієтичним і обов'язково включати кисломолочні продукти та фрукти з високим вмістом вітаміну С (ківі, мандарини, апельсини);

\* по можливості ізолюйте себе від інших членів сім'ї, слід виділити для хворого окремі посуд;

\* всі члени сім'ї повинні дотримуватися правил гігієни – використання масок, часте миття рук, протирання рук дезінфікуючими засобами;

\* при перших симптомах захворювання викличте лікаря – **самолікування при грипі неприпустиме, адже перебіг грипу може бути непередбачуваним, а**

**ускладнення можуть розвиватися з перших днів захворювання, тільки лікар може правильно оцінити стан хворого і призначити необхідне лікування;**

\* виконуйте всі призначення лікаря і приймайте препарати, особливо протівірусні, чітко за схемою;

\* уважно стежте за своїм станом, щоб при можливому погіршенні самопочуття своєчасно звернутися до лікаря і отримати необхідне лікування.

**Чи можна лікувати грип антибіотиками?**

Грип антибіотиками не лікується! Збудником захворювання є вірус, і антибіотики на нього не діють. Антибіотики при грипі можуть застосовуватися, але тільки за наявності ускладнень. Питання про призначення антибіотиків вирішує тільки лікар!

**Бережіть себе та своїх близьких і вчасно звертайтеся за медичною допомогою!**

**Кафедра інфекційних хвороб з епідеміологією.**

**Д.мед.н., професор Дубинська Г.М., к.мед.н., асистент кафедри Приймченко Н.О., к.мед.н., асистент кафедри Котелевська Т.М., студент 6 курсу медичного факультету №2 Палько Валерій.**

**«Трибуна лікаря» № 1-2 (208-209), січень-лютий 2016 р.**

**Редактор Є. Золотарьова**

Засновники: Українська медична стоматологічна академія, Полтавське обласне управління охорони здоров'я.

Реєстраційне свідоцтво, № 142. Виходить щомісяця.

Наша адреса: 314024, м. Полтава, вул. Шевченка, 23, тел.: 2-57-46

Оригінал-макет виготовлено за допомогою комп'ютерно-видавничої системи

Верстка – **Лідії Пащенко**, фото – **Євгена Гармаша**.

Підписано до друку 19.02.2016 р. Тираж 200 прим. Зам. № 50.

Віддруковано в редакційно-видавничому відділі УМСА.