

7 АПРЕЛЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ!

газета Башкирского государственного медицинского университета
основана в 1968 г.



Медик

№4 (151) апрель 2023 г.

Победитель XII и XIV Всероссийских фестивалей искусств студентов-медиков и медицинских работников в направлении «Журналистика» «Регулярное печатное издание»

ДОРОГИЕ СТУДЕНТЫ, ОРДИНАТОРЫ И АСПИРАНТЫ! УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ!

Всемирный день здоровья – праздник, посвящённый заботе о своём здоровье и профилактике различных заболеваний. День, который решили сделать официальным днём здоровья – 7 апреля. И хоть многим может показаться, что этот праздник в основном для врачей, но это не так. Всемирный день здоровья – праздник для всех людей, которым небезразлично своё здоровье.

Важность этого праздника трудно переоценить, ведь он не просто напоминает нам о том, как важно следить за своим здоровьем, но ещё и во время этого праздника проводится ряд общественно полезных мероприятий.

Всемирный день здоровья – время для благотворительных мероприятий, связанных со здоровьем. Эти мероприятия проводятся каждый год и уже успели стать неотъемлемым атрибутом празднования. Их можно разделить на несколько видов: пропаганда здорового образа жизни, раздача информационных листовок волонтерами, агитация к заботе о своём здоровье от знаменитостей, проведение разных тренингов, выступлений, проведение спортивных мероприятий, мастер-классы от профессиональных спортсменов, спортивные соревнования для всех желающих. Доступная медицинская помощь – врачи-специалисты выезжают в районы и города республики, где проводят осмотры, консультации. Всем крепкого здоровья, долгих лет жизни!

Ректорат БГМУ

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



В номере

События	2	Галерея организаторов БМИ	8
В марте состоялось заседание учёного совета	3	Медицинский колледж	9
Медицинские династии.	4-5	Спорт - вторая профессия врача.	10
2023 год - Год педагога и наставника	6	Совет ветеранов.	11
Было напечатано в газете "Медик" БГМУ	7	Здоровый образ жизни	12

События

II Евразийский конгресс урологов



С 16 по 18 марта 2023 года в г.Уфе прошел II Евразийский конгресс урологов – масштабное научно-образовательное событие для мирового медицинского сообщества в области урологии.

Конгресс собрал более 3000 участников не только из России, но и из 14 зарубежных стран: Китая, Испании, Индии, Казахстана, Таджикистана, Узбекистана, Кыргызстана, Палестины, ОАЭ, Австрии, Армении, Иордании и Нидерландов, Турции. Среди них ведущие урологи со всего мира: академики и член-корреспонденты Российской академии наук, академии наук СНГ, а также вице-президент Международного общества урологов, профессор Жан де ля Розетт, генеральный секретарь Арабской ассоциации урологов, профессор Ясер Фаррахат.

В течении двух дней в режиме Live-surgery с онлайн-трансляцией из Клиники БГМУ для участников Конгресса и зрителей сети «Интернет» проведено 25 хирургических мастер-классов по лечению урологических и онкоурологических заболеваний ведущими урологами страны и ближнего зарубежья, более 15 тысяч просмотров в сети «Интернет» из 40 стран подтверждают большой интерес специалистов к такому формату.

Комплексный характер программы Конгресса и актуальность запланированных к рассмотрению тем демонстрируют международный научный статус Конгресса. В повестке дня – вопросы андрологии, онкоурологии, онкоиммунологии и генетики, нейроурологии, репродуктивной урологии, заболеваний почек и гемодиализа, различных воспалительных заболеваний мочеполовой системы, пластической и реконструктивной хирургии – всего 21 направление.

На сессиях Конгресса были продемонстрированы новейшие разработки, открытия и исследования в области урологии и смежных дисциплин,

проведенные за последний период. Отдельной группой представлены инновации в области клеточных технологий в лечении урологических заболеваний, урогинекологии.

Помимо этого, Конгресс включал в себя ряд образовательных программ. Одной из которых стала секция «Организация урологической службы и образования в урологии», в ней приняли заведующие кафедрами урологии и курсами медицинскими «классических» университетов. На секции принято решение об утверждении «Рабочей программы учебной дисциплины Урология» – 144 часа (4 з.е.) принять за основу для реализации основной профессиональной образовательной программы высшего образования по специальности – специальности 31.05.01 Лечебное дело.

Ведущими специалистами урологами Евразийского региона принято решение о создании Евразийского общества урологов. Инициативу поддержали кроме России, такие страны как Казахстан, Узбекистан, Таджикистан, Армения, Кыргызстан, Китай. Целью Евразийского общества урологов является укрепление делового партнерства между российским, европейским и азиатским урологическими сообществами, что позволит изучить и консолидировать последние достижения в области урологии и смежных наук.

Кроме того, участники II Евразийского конгресса урологов познакомились с культурой Башкортостана на концерте мастеров искусств Республики Башкортостан, подготовленном Министерством Культуры РБ.

На торжественном приеме участников Конгресса от имени Главы Республики Башкортостан, гости почтили минутой молчания подвиги Российского народа в Великой Отечественной войне и возложили цветы к памятнику легендарному командиру 112 башкирской кавалерийской дивизии

генералу Минигалли Шаймуратову.

18 марта в рамках проведения II Евразийского конгресса урологов ведущие представители зарубежных исследовательских команд в области урологии – профессор Жан де ля Розетт, вице-президент Международного общества урологов и профессор Ясер Фаррахат, генеральный секретарь Арабской ассоциации урологов – провели научно-образовательную стратегическую сессию с научными и клиническими сотрудниками Института урологии и клинической онкологии, открывшегося в Уфе в ноябре 2022 года.

В рамках встречи научные сотрудники лабораторий молекулярной генетики и лаборатории иммунологии представили промежуточные результаты проектов по разработке персонализированных подходов к терапии ингибиторами контрольных точек иммунного ответа и изучении микроокружения и иммунного ландшафта онкоурологических заболеваний, которые проходят при поддержке Научно-образовательного центра Республики Башкортостан и программы стратегического академического лидерства «Приоритет 2030». Иностранные коллеги оценили уровень научного и клинического потенциала Института, стороны выразили желание в организации взаимодействия в сфере изучения патогенеза онкологических заболеваний.

Дополнительно были представлены полученные результаты деятельности Института урологии и клинической онкологии в виде серийной продукции аллотрансплантатов для реконструктивной хирургии в урологии, которая уже сегодня применяется в клинической практике и доступна для применения в различных областях биомедицины.

Подготовил Ш.Кзыргалин
Фото из сети Интернет



Учёный совет

В марте состоялось традиционное заседание учёного совета



Во вторник 28 марта 2023 года в актовом зале УК№1 БГМУ состоялось традиционное заседание учёного совета БГМУ.

После экскурсии по терапевтическому и хирургическому корпусам, институту урологии и клинической онкологии, роддому Клиники БГМУ глава Администрации Уфы Ратмир Мавлиев открыл заседание мартовского учёного совета. На учёном совете он ознакомил присутствующих с планами по преобразованию нашего города, которое ведется по нескольким направлениям: вни-

мание было акцентировано на текущих проектах благоустройства "Зеленая Башкирия", "Уфа для детей", "Уфа спортивная", "Уфа для бизнеса", "Уфа туристическая" и многих других. Он также пообщался с членами учёного совета: с заведующими кафедрами, профессорами, врачами и ответил на их вопросы, большинство из которых касались городского хозяйства.

Начальник учебно-методического управления А. Мельникова представила отчет о самообследовании образовательной организации в рамках мониторинга эффективности деятельности вуза за 2022 г. Об итогах стратегического проекта "Международный инновационный офтальмологический кластер" в рамках реализации программы "Приоритет-2030" за 2022 г. доложил руководитель проекта, директор Уф НИИГБ БГМУ, профессор М. Бикбов.

Ответственный секретарь приемной комиссии, доцент Г. Чингизова представила на утверждение правила приема в ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России на обучение по образовательным программам высшего образования - программам ординатуры на 2023/2024 учебный год. Проректор по научной и международной деятельности, профессор И. Ахатов представил свой доклад на тему: "О поддержке кандидатуры заведующей кафедрой пропедевтики внутренних болезней



ФГБОУ ВО "Оренбургский государственный медицинский университет" Минздрава России, д.м.н., профессора К. Иванова, выдвинутой на присвоение почетного звания "Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации".

Начальник планово-финансового управления Л. Вдовыкина рассказала собравшимся о внесении изменений в Положение об оплате труда ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России. Кроме того, были представлены другие доклады.

Слушатель ОЖ ОКМР Р. Быков

Международная конференция "Инфекционные болезни на современном этапе: проблемы и пути решения"

11 марта 2023 года в БГМУ прошла Международная НПК «Инфекционные болезни на современном этапе: проблемы и пути решения». Организатором мероприятия выступил БГМУ совместно с ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора, Национальной ассоциации специалистов по инфекционным болезням им. академика В.И. Покровского, Бухарским ГМИ, Институтом иммунологии и геномики человека АН Республики Узбекистан.

Конференция была аккредитована в системе НМО (получила 6 баллов), а ее программа включала 26 лекционных докладов. В мероприятии приняли участие более 450 человек в очном и дистанционном формате из разных городов РФ, Узбекистана, Казахстана, Таджикистана.

Прозвучали доклады ведущих ученых и специалистов в области инфекционных болезней, эпидемиологии, клинической иммунологии, фтизиатрии и смежных специальностей. Открыли конференцию председатель правления Национальной ассоциации специалистов по инфекционным болезням им. академика В.И. Покровского, зам. директора по научной работе ЦНИИ эпидемиологии, академик РАН, д.м.н., профессор Горелов А.В. (г. Москва) и проректор по учебной работе,



зав. кафедрой инфекционных болезней с курсом ИДПО, д.м.н., профессор Валишин Д.А..

С докладами в очном формате выступили Мелехина Е.В., доцент, профессор ОЦ, ведущий научный сотрудник клинического отдела инфекционной патологии ФБУН ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора (г. Москва); Хасанова Г.М. профессор кафедры инфекционных болезней с курсом ИДПО БГМУ (г. Уфа); Шайхуллина Л.Р. доцент кафедры инфекционных болезней с курсом ИДПО БГМУ (г. Уфа), главный внештатный инфекционист МЗ РБ (г. Уфа); Мухаметзянов А.М., профессор, зав. кафедрой эпидемиологии БГМУ (г. Уфа), главный внештатный эпидемиолог МЗ РБ (г. Уфа); Зулкарнеев Р.Х., профессор кафедры пропедевтики

внутренних болезней БГМУ (г. Уфа), главный внештатный пульмонолог МЗ РБ (г. Уфа); Агеева К. А., доцент кафедры инфекционных болезней РГМУ (г. Рязань); Карасева Е.А., доцент кафедры инфекционных болезней РГМУ, (г. Рязань); Мартынов В.А., профессор, зав. кафедрой инфекционных болезней РГМУ, (г. Рязань)

В дистанционном формате выступили ведущие специалисты по инфекционным болезням Узбекистана, Казахстана, Таджикистана. Прозвучали доклады профессоров, доцентов, ведущих научных сотрудников института Иммунологии и геномики человека АН РУз (г. Ташкент, Узбекистан), Южно-Казахстанской Медакадемии (г. Шымкент, Казахстан), Медуниверситета Астаны (г. Астана, Казахстан), РСНПЦ эпидемиологии, микробиологии, инфекционных и паразитарных заболеваний (г. Ташкент, Узбекистан), Медуниверситета Семей (г. Семей, Казахстан), Бухарского ГМИ им. Абу Али Ибн Сино, (г. Бухара, Узбекистан), Таджикского ГМУ им. Абу Али Ибн Сино (г. Душанбе, Таджикистан).

Программа мероприятия была интересной и насыщенной.

Профессор Г. Хасанова
Фото автора

Медицинские династии

Врачебная династия Лазаревой-Плечевых

В нашей стране есть много врачей с громкими именами, которые прославились своими навыками, опытом и талантом. Человек, желающий стать профессионалом самого высокого класса, должен иметь такие черты характера, как трудолюбие, любовь к людям, терпение и упорство. По-настоящему успешным специалистом станет только тот, кому доставляет неподдельное удовольствие помогать окружающим. В первую очередь данные черты в нас воспитывают наши родители своим примером и прививая интерес к профессии с детства.

Но только желание потомков перенимать знания и опыт старших, продолжать себя в профессии может сформировать династию. Династии - это не только призвание, это имя, это имидж семьи и ее знамя. Быть похожим на предков - это значит взять от них все самое ценное, развиваться, совершенствоваться, приумножать и передавать накопленные знания и навыки своим детям.

Примером такой династии врачей являются представители семьи Лазаревой-Плечевых. Основоположником является Дина Наумовна Лазарева. Она родилась 11 сентября 1922 года в городе Миассе Златоустовского уезда Челябинской области. Выбор профессии был неслучайным. Помимо собственного желания помогать людям, большую роль в выборе сыграли наставления и желание ее отца - Лазарева Наума Григорьевича. Потеряв старшую дочь, он считал, что самая нужная профессия в этом мире - ВРАЧ! В 1940 году Дина Наумовна поступила в Харьковский медицинский институт. Училась блестяще. Досрочно сдала летнюю сессию, приехала на каникулы к родителям.

Это было 22 июня 1941 года - день начала Великой Отечественной войны. Учёбу продолжала уже в Башкирском медицинском институте. Окончив в 1943 году институт с отличием, поступила в аспирантуру при кафедре фармакологии, возглавляемой профессором Исаем Абрамовичем Лерманом. В 1946 году защитила кандидатскую диссертацию на тему: "К токсикологии бензина из башкирских нефтей". С 1951 года она - доцент кафедры фармакологии, а с 1953 по 1989 год возглавляла кафедру фармакологии БМИ. В 1961 году ею защищена докторская диссертация "Реакция сердечно-сосудистой системы животных на некоторые лекарственные препараты при патологических состояниях (сенсбилизация, паратифозной инфекции и лучевой болезни)". В 1961—1967 г. являлась проректором по научной работе БМИ. Под ее руководством создан ЦНИЛ и виварий.

На протяжении многих лет Дина Наумовна занималась изучением лекарственной флоры Башкирии. Ею установлена связь между силой воздействия и условиями произрастания растений, что способствовало рациональной заготовке и использованию лекарственного растительного сырья. Итогом этой работы стали выдержавшие несколько изданий книги «Лекарственные растения Башкирии» и «Целебные растения и их применение».

Классические исследования проф. Лазаревой в области патологической фармакологии составили основу монографии «Действие лекарственных веществ при патологических состояниях», которая переиздавалась несколько раз. Профессор



Д.Н. Лазарева (1922-2019)

Д.Н. Лазарева стояла у истоков становления иммунофармакологии, которой отдано более 44 лет.

Создан новый оригинальный иммуностимулятор оксиметилурацил, разрешенный Министерством здравоохранения РФ к медицинскому применению. Книги "Стимуляторы иммунитета" (1985) и "Иммунотропные свойства лекарственных средств" (1993), написанные совместно с Е.К. АLEXИНЫМ - первые монографические исследования в этой области стали настольной книгой для фармакологов, иммунологов и врачей различных специальностей.

Итоги многолетнего всестороннего изучения пиримидиновых производных обобщены в монографиях "Пиримидины и их применение в медицине" (1992) и "Иммурег" (2004).

Дина Наумовна организовала лабораторию по изысканию новых лекарственных средств в Институте органической химии Уральского отделения Российской Академии наук. Под ее руководством были изучены ряд классов соединений - сульфоны, различные гетероциклические соединения и др.

Весьма результативным оказался цикл работ Д.Н. Лазаревой, выполненный совместно с учеными Уральского научного центра РАН, по химии и фармакологии синтетических аналогов простагландинов, удостоенный Государственной премии Российской Федерации. Созданы препараты эстуфалан и клатрапростин, внедренные в ветеринарию, издана монография "Простагландины и их аналоги в репродукции животных и человека" (1989).

Профессором Д.Н. Лазаревой опубликованы свыше 350 работ, она автор и соавтор более 120 изобретений и 15 монографий.

В течение 36 лет она заведовала кафедрой фармакологии в Башкирском медицинском институте, явилась организатором преподавания клинической фармакологии. Ею создана школа фармакологов и токсикологов Башкортостана, среди них 12 докторов медицинских наук 45 кандидатов медицинских наук. Ее ученики трудятся в разных вузах и научно-исследовательских институтах страны и за рубежом. Большое внима-

ние Дина Наумовна всегда уделяла обучению студентов и молодых преподавателей. Ее блестящие лекции с демонстрацией опытов остались в памяти на многие годы, а методические разработки помогают преподавателям кафедры подавать учебный материал на современном уровне.

Многие годы она являлась председателем Совета медицинских научных обществ при МЗ Башкирии и фармакологического общества Республики Башкортостан, членом проблемных комиссий по фармакологии обмена веществ, по иммунофармакологии, проблемной комиссии №6 при МЗ РСФСР, членом Научного совета по серорганическим соединениям ГКНТ, членом ряда диссертационных советов (Башкирского, Казанского и Челябинского медицинских институтов).

Профессор Лазарева принимала активное участие в общественной жизни, входила в состав правления Российского научного общества фармакологов и редакционного совета журнала «Экспериментальная и клиническая фармакология». Награждена орденом Дружбы народов и медалью Н.П. Кравцова «За выдающийся вклад в развитие фармакологической науки». Она является заслуженным деятелем науки Российской Федерации и Башкирской АССР, отличником здравоохранения Республики Башкортостан.

В коллекции покойного вице-мэра Уфы Владимира Лаврентьевича Кашулинского хранится автограф профессора Лазаревой, данный ею в дни празднования 80-летия. Дина Наумовна написала: «Самое главное в жизни - труд на благо человека, делать добро людям!». С этим утверждением нельзя не согласиться.

Ее супруг Плечев Вячеслав Георгиевич (1923-1998) родился в Златоусте. Окончил Первое Чкаловское военное авиационное училище лётчиков им. К. Е. Ворошилова. В начале войны был направлен в десантную роту контрразведки Южного фронта. Неоднократно бывал за линией фронта, имел 3 пулевых и 21 осколочное ранение. Награждён орденами Отечественной войны I и II степеней, двумя орденами Красной Звезды. До 1951 года был на инвалидности, но сумел восстановить здоровье — прежде всего, за счёт занятий спортом. После войны стал мастером спорта по лёгкой атлетике, чемпионом Центрального Совета российского ДСО «Буревестник» по тройному прыжку. Окончил Башкирский медицинский институт в 1950 году. Затем, после снятия инвалидности, был вновь призван в армию — уже как офицер-хирург. Служил в Сталинграде, вернулся в Уфу в 1957 году. Подполковник медицинской службы. Возглавил многопрофильную 2-ю городскую больницу. Будучи главным врачом, впервые в БАССР открыл отделение детской хирургии, став вместе с заведующей отделением, будущим профессором М. Г. Мавлютовой организатором детской хирургии в республике.

Сын Дины Наумовны - Плечев Владимир Вячеславович (р. 18 сентября 1949 г. г. Уфа) - главный кардиохирург РБ, доктор медицинских наук (1991), профессор, академик АН РБ, заслуженный врач РБ, заслуженный деятель науки РФ, член президиума Ассоциации хирургов РБ и Ассоциации ангиологов и сердечно-сосудистых хирургов РФ, руководитель Российского Федерального

Медицинские династии

центра пластической абдоминальной хирургии, руководитель Республиканского (Башкирского) Центра сердечно-сосудистой хирургии.

После окончания Башкирского государственного медицинского института (1966-1972) трудился в отделении общей, затем - абдоминальной хирургии ГКБ №6 г. Уфы. Работал в сельской местности, в с. Малояз. В 1976 году проходил стажировку у академика Виктора Сергеевича Савельева в 1-й городской больнице Москвы.

С 1976 года - ассистент кафедры госпитальной хирургии БГМИ, 1986 г. - доцент кафедры госпитальной хирургии БГМИ. С 1993 г. - зав. кафедрой госпитальной хирургии БГМИ.

В 1974 году защитил кандидатскую диссертацию на тему: "Стимуляция некоторыми производными пиримидина поглотительной способности ретикуло-эндотелиальной системы при её различных функциональных состояниях", а в 1991 году - докторскую диссертацию на тему: "Комплексные методы диагностики и хирургического лечения спаечной болезни брюшины".

Область научных интересов проф. Плечева - абдоминальная и сердечно-сосудистая хирургия. Им был разработан имплантационный способ антибиотикотерапии в хирургии и организовано производство оригинального шовного материала «Абактолат» с пролонгированным антибактериальным действием, создан и внедрен новый иммуностимулятор «Иммурег», обладающий антиоксидантным, репаративным, кардиооигепатопротекторным действием.

Им подготовлены 23 доктора медицинских наук и 55 кандидатов медицинских наук. Автор более 1000 печатных работ и 60 монографий. В.В. Плечев является лауреатом премии А.Н. Бакулева РАМН (2004), награжден золотой медалью академика РАМН В.И. Бураковского за вклад в развитие сердечно-сосудистой хирургии в РБ.

Его супруга: Елова Елена Владимировна - кандидат фармацевтических наук, автор 15 патентов. Заканчивает работу над докторской диссертацией по проблеме технологии лекарственных форм.

Дочь Дины Наумовны Лазаревой — Татьяна Вячеславовна Моругова (р.30.4.1953, Уфа), эндокринолог, доктор мед. наук (1998), профессор (2001). Заслуженный врач РБ (1999). После окончания БГМИ (1976) работала в РКБ им. Г.Г.Куватова, с 1984г. в БГМУ (с 1999 зав. каф. эндокринологии). Научная деятельность посвящена проблемам ранней диагностики, лечения и профилактики эндокринных заболеваний и их осложнений, иммуно-эндокринологии, патологии географической, в т.ч. зоба, изучению распространенности заболеваний эндокринной системы в Башкортостане.

При участии Татьяны Вячеславовны разработан способ прогнозирования развития сахарного диабета первого типа в популяциях народов республики. Автор около 350 науч. трудов и 3 изобретений, 9 монографий. С 1999 по 2019 главный эндокринолог - эксперт МЗ РБ, председатель Ассоциации эндокринологов РБ.

Супруг: Моругов Владимир Андреевич - врач анестезиолог - реаниматолог. Заведующий реанимацией и интенсивной терапией. Заслуженный врач Республики Башкортостан. Всю трудовую деятельность посвятил ГКБ №6 и продолжает там же трудиться на благо Клинике БГМУ.

Внук Моругов Евгений Владимирович - закончил Башкирский Государственный медицинский университет в 1997 году. С 1997-1998 гг. проходил интернатуру по специальности «анестезиология - реаниматология», с 1998 года работал врачом анестезиологом-реаниматологом в ГКБ №6.

Внучка Ирина Владимировна Моругова - кандидат медицинских наук, ассистент кафедры эндокринологии. В 2006 году защитила кандидатскую диссертацию на тему: Нарушение содержания гликозаминогликанов у больных сахарным диабетом 1 и 2 типа на разных стадиях диабетической нефропатии и у больных хроническим гломерулонефритом. По стопам матери (профессора Моруговой Т.В.), научную деятельность посвятила проблемам ранней диагностики, лечения и профилактики эндокринных заболеваний и их осложнений, иммуноэндокринологии, патологии географической, в т.ч. зоба, изучению распространенности заболеваний эндокринной системы в Башкортостане.

Супруг: Чакрян Сергей Арутюнович - тоже из династии врачей. Кандидат медицинских наук, врач уролог, высшей категории, эксперт Росздравнадзора РФ по Республике Башкортостан. Заместитель директора центра независимой экспертизы Медицинской палаты Республики Башкортостан.

Внучка Плечева Дина Владимировна - доктор медицинских наук, доцент кафедры госпитальной хирургии, руководитель Центра эстетической флебологии филиала НМХЦ им. Н.И. Пирогова. В 2004 году защитила кандидатскую диссертацию на тему: "Стимуляция репаративной регенерации кожи оксиметилурацилом". С 2006 года была ассистентом кафедры фармакология с курсом клинической фармакологии. С 2008 года являлась ассистентом кафедры госпитальной хирургии, с 2012 года и по настоящее время в должности доцента кафедры.

Имеет 43 печатных работ, из них 15 - в рецензируемых научных изданиях ВАК, 3 монографии, получено 8 патентов на изобретения. С 2007 года работает сердечно-сосудистым хирургом в отделении сосудистой хирургии Клиники БГМУ, с 2015 г. ведет прием в Клиническом госпитале "Мать и дитя".

В декабре 2018 года защитила докторскую диссертацию на тему: «Улучшение репаративной регенерации в хирургии».

Супруг: Рахметов Рустам Гареевич - врач-эндоскопист, работал главным врачом медсанчасти АО «Международный аэропорт УФА», в настоящее время является заместителем директора по лечебной работе ООО «Санаторий Красноуфольск». Он также является представителем врачебной династии.

Младшие внуки Дины Наумовны: Владислава и Вячеслав Плечевы - студенты пятого курса Башкирского государственного медицинского университета.

Д.Н. Лазарева, выбрав своей будущей специальностью медицину, привила интерес к профессии и своей младшей сестре Мурысовой Еве Наумовне. Ева Наумовна многие годы преподавала фармакологию в медицинском училище №1.

Ее дочь Мурысева Екатерина Николаевна также стала врачом. В 1972 году окончила с отличием

лечебный факультет Башкирского государственного медицинского института. После обучения в аспирантуре при кафедре общей гигиены (1972-1975 гг.) защитила кандидатскую диссертацию на тему «Условия труда и состояние кожных покровов, работающих в производстве стекловолнока». С 1975 по 1993 гг. работала в должности ассистента, с 1993 по 1995 гг. - в должности старшего преподавателя, с 1995 г. - в должности доцента кафедры общей гигиены.

Мурысева Е.Н. успешно сочетала педагогическую работу с научной деятельностью. За годы работы на кафедре занималась разработкой различных научных направлений: «Гигиеническая оценка условий труда и состояния здоровья работающих на промышленных предприятиях республики Башкортостан», «Биогеохимическая характеристика Башкирского Зауралья и здоровья населения», «Вопросы гигиенической регламентации новых биологически активных веществ и промежуточных продуктов их получения в объектах окружающей среды», «Здоровье населения по основным демографическим показателям в промышленно развитых городах РБ», «Внутрибольничные инфекции и их профилактика». Неоднократно являлась ответственным исполнителем НИР, выполняемых по заданию Академии наук РБ. Результаты исследований представляют научную и практическую значимость (разработаны гигиенические и лечебно-профилактические мероприятия по улучшению условий труда и оптимизации состояния здоровья работающих на ряде предприятий РБ, обоснованы гигиенические нормативы ряда новых химических веществ; разработаны основные направления профилактики внутрибольничных инфекций в ЛПУ г. Уфы.). Ею опубликовано 139 научных трудов, среди них 2 монографии, 2 патента на изобретения, 4 рацпредложения. Мурысева Е.Н. активно участвовала в различных областях деятельности университета. Неоднократно выполняла обязанности ответственного секретаря редакционных коллегий по выпуску сборников научных работ. С 1993 по 1998 годы являлась ответственным секретарем редколлегии журнала «Здравоохранение Башкортостана». В 1998-2003 гг. ученым секретарем диссертационного совета по защите кандидатских и докторских диссертаций по специальностям - общественное здоровье и здравоохранение и гигиена. В 2000-2003 гг. была членом ученого совета медико-профилактического факультета.

Супруг: Лапиров Сергей Борисович - кандидат медицинских наук, детский хирург, врач высшей категории, заслуженный врач Республики Башкортостан.

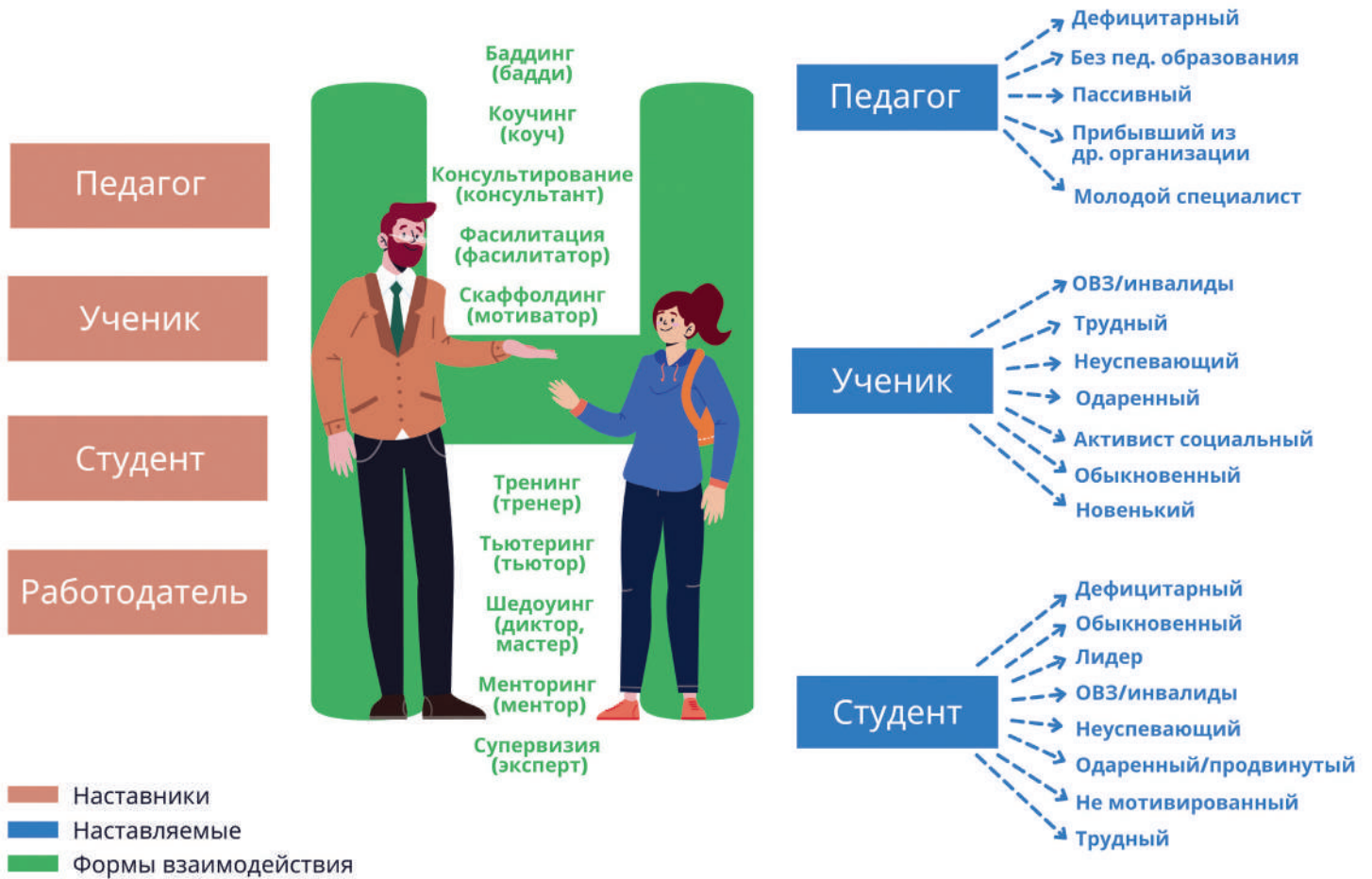
Конечно, все люди, избравшие эту профессию своим жизненным кредо, достойны уважения. В одной семье 16 врачей - 16 жизненных дорог! Ведь это целая история поколений и человеческих судеб, не только их самих, но и тех людей, которых они лечили, обучали и воспитывали, вкладывали и продолжают вкладывать в них свои знания и души.

Можно твердо сказать, что для этих людей быть врачом - это не просто профессия! Это - жизнь, судьба, призвание!

Подготовил А. Рахимкулов по материалам профессора Г. Максимова

2023 год - Год педагога и наставника

Об основных моделях наставничества



Существует общеизвестная статистика, 10% людей будут работать хорошо, независимо ни от чего. Еще 10% будут работать плохо, какие бы к ним меры стимулирования не применяли. Работа же остальных 80% зависит от искусства управления и стимулирования. В том числе немаловажно и от искусства наставничества.

Наставничество, как и любой процесс, имеет важнейшие структуры, благодаря которым организация деятельности имеет положительные результаты. В числе главных вопросов наставничества следует отметить:

1. Качество наставнической деятельности.
2. Добросовестность исполнения обязанности со стороны наставников.

В организациях, в которых система наставничества применяется впервые, в роли наставников могут выступать:

- добровольцы;
- работники, которые максимально соответствуют критериям.

Организация процесса наставничества должна составляться так, чтобы обучение подопечных положительно отражалось на непосредственных обязанностях самого наставника. В противном случае эффективность его основной деятельности значительно ухудшится. Лучшее количество подопечных не должно превышать 5-6 человек.

Создать идеальную концепцию наставничества, подходящую для всех не представляется

возможным. Существует множество методов и моделей обучения, которые дополняют друг друга и позволяют добиться хороших показателей.

Модель «Гуру и его последователь». В данной модели ученик оказывается в подчинении человека с авторитетом в профессиональном кругу, он становится последователем, чтобы перенять знания. Ученик должен наблюдать, пытаться подражать и запоминать. Наставник в таком случае ничего не разъясняет, просто может смотреть за их работой.

Плюсы модели: высокий профессионализм ученика, если удастся понять принципы работы гуру.

Минусы модели: включенность группы в обучение является низкой, обратной связи практически нет, проявляться результат может лишь через значительный период времени, и при этом не всегда.

Модель «Мастер и подмастерье». Мастер делится со своим подмастерьем. В случае с отзывчивым учеником, данная модель будет идеальной. В том числе такой подход предполагает равные пропорции «кнута» и «пряника». Количество учеников у мастера довольно велико, однако и наставник имеет достаточный опыт.

Плюсы модели: включенность группы достаточно высокая, с оперативной адаптацией, достижением отличных результатов «на выходе», формируется команда единомышленников.

Минусы модели: при уходе мастера есть веро-

ятность потери всей команды. Некоторые ученики постоянно ориентируются на наставника, не развивая самостоятельные качества.

Модель «Творческий тандем». Немногие наставники готовы к подобным отношениям. Предполагается прием нового, молодого специалиста как равного, позволяет ему это почувствовать. Такой тандем работает совместно, с разделением ответственности за результат, становясь единой рабочей единицей. Отмечается эффект синергии 1 + 1 = 3.

Плюсы модели: способствует высокой включенности группы, быстрой адаптации, формированию полноценной команды, отличным результатам «на выходе».

Минусы модели: мини-группа остается обособленной в коллективе; обычно уход одного представителя тандема из компании приводит к уходу и другого.

Методики наставничества могут быть использованы наставниками в нужной комбинации, в соответствии с ситуациями и личностью обучаемого сотрудника. В таких ситуациях рекомендуется искать «моменты для обучения» для того, чтобы «расширить или реализовать потенциальные возможности обучаемых сотрудников». При этом необходимо учитывать то, что личное доверие к наставнику так же важно в обучении, как и его профессиональные навыки.

Слушатель ОЖ ОКМР БГМУ Н. Гайдов
Фото из сети Интернет

Было напечатано в газете "Медик" БГМИ

Газета "Медик" БГМИ № 12 (892) за 17 апреля 1991 года

МЕДИК № 12 (892)

17 апреля 1991 г.

ЭЛИКСИР ЖИЗНИ ПОРФИРИЯ ИВАНОВА

«У человека должно быть три качества живых: совесть, разум, любовь к природе».
П. К. ИВАНОВ.

Мы ждем чуда. Совсем недавно, едва проснувшись, включали телевизор, чтобы «зарядиться» без всякой физкультуры с помощью Алава Чумака. Вечерами вникали установкам Анатолия Кашпировского. Спасаясь от хворей и недугов, голодали по Николаеву, ели, согласно наставлениям Шатаповой или Поля Брегга, дышали по Бутейко, не щадя живота своего (в прямом смысле) пили яблочный уксус по Джарвису, меняли магнитные браслеты на медные и т. д. и т. п.

Этому жгучему интересу к необычному удивляться незачем. Естественное стремление человека быть здоровым. Ведь на протяжении веков люди ищут эликсир жизни, который сделал бы их существование на Земле долгим и радостным. Мы хотим быть здоровыми, крепкими, работоспособными, хотим подольше оставаться «в форме».

Система П. К. Иванова включает такие народные средства, как закалка холодом и голодом, дыхательные упражнения и, главное, приемы самовоспитания характера, воли, нравственности. Человек, подвергая себя такому суммарному воздействию, становится способным наводить «порядок» в теле и психике, у него развиваются способности, мышление. Все это достигается без специальных средств, только собственным трудом в природе, т. е. через воздух, землю, психическими усилиями. Ценность системы Иванова в том, что это «не скороспелый плод», а польза выношенный, всесторонне проверенный и выстраданный.

П. К. Иванов родился в 1898 году на Украине в селе Ореховка Луганской области. Начиная жизнь, как все. С пятинадцати лет работал. Был женат, имел двоих детей. Воевал. После гражданской войны устанавливал шахты в Донбассе, участвовал в колхозном движении, руководил артелью лесных рабочих. И так до 35 лет. Затем наступил резкий поворот в его жизни. Порфирий Корнеевич не просто задал себе вопрос: «Для чего человек на земле живет?», а вдруг понял, что смысл «человековой жизни» в единении с природой, в жизни без потребностей, даже таких, как одежда, пища и жилой дом. Именно из-за своих привычек к «теплым» и «приятным» стали люди изолироваться от природы и болеть.

П. К. Иванов начал изучать воздействие «плохих природных качеств на своем открытом теле». Пятьдесят лет он проводил небывалый эксперимент по закаливанию себя в природе, испытывая самые суровые ее качества: холод, стужу, ледяную воду, длительное воздержание от пищи и воды. Иванов не только воздвигнул барьер для заболеваний, но мог более ста дней обходиться без еды (из них пятьдесят — и без воды), или выйти в одних шортах, босиком в метель на целую неделю, несколько минут находиться под водой в проруби.

В поруганом, оклеветанном лживыми лозунгами краю Иванов искал пути выздоровления, физического и духовного спасения людей. На глазах непопыхающих современников, под градом насмешек, не взирая на запреты и противодействие властей, Природа осуществляла уникальный эксперимент дальнейшей эволюции человека. Многие могли бы рассказать, об этом периоде жизни Порфирий Корнеевич, но рамки газетного очерка лишают этой возможности.

Система Учителя — именно так назвали в последующем П. К. Иванова — состоит из двенадцати правил (передаем их в том варианте, который составил Порфирий Корнеевич):

«ДЕТКА»

1. Два раза в день, купайся в холодной природной воде, чтобы тебе было хорошо. Купайся в чистом озере, реке, ванной, принимай душ или обливайся. Это твои условия. Горчее купание заверши холодным.
2. Перед купанием или после него, а если возможно, то совместно с ним, выйди на природу, встань босыми ногами на землю, а зимой на снег, хотя бы на 1—2 минуты. Вдохни через рот несколько раз воздух и мысленно пожелай себе и всем людям здоровья.
3. Не употребляй алкоголя и не кури.
4. Старайся хоть раз в неделю: полностью обходиться без пищи и воды — с пятницы 18—20 часов до воскресенья 12 часов: это твои заслуги и покой. Если тебе трудно, то держись хотя бы сутки.
5. В 12 часов дня воскресенья выйди на природу босиком и несколько раз походи и помысли, как написано выше. Это праздник твоего дела. После этого можешь кушать все, что тебе нравится.

6. Люби окружающую тебя природу. Не плайся вокруг и не выплевывай на себя ничего. Привычки к этому: это твоё здоровье.

7. Здоровайся со всеми везде и всюду, особенно с людьми пожилого возраста. Хочешь иметь у себя здоровье — здоровайся со всеми.

8. Помогай людям чем можешь, особенно бедному, больному, обиженному, нуждающемуся. Делай это с радостью. Отзовись на его нужду душой и сердцем. Ты приобретешь в нем друга и поможешь делу МПРА!

9. Победи в себе жадность, лень, самодовольство, стужательство, страх, лицемерие, гордость. Верь людям и люби их. Не говори о них несправедливо и не принимай близко к сердцу недобрые мнения о них.

10. Освободи свою голову от мыслей о болезнях, недомоганиях, смерти. Это твоя победа.

11. Мысль не отдавай от дела. Прочитай — хорошо, но самое главное — ДЕЛАЙ!

12. Рассказывая и передавая опыт этого дела, но не хвались, и не возвышайся в этом. Будь скромным.

Я прошу, я умоляю всех людей: остановись и займай свое место в природе. Оно никем не занято и не покупается ни за какие деньги, а только собственными делами и трудом в природе себе на благо, чтобы тебе было легко».

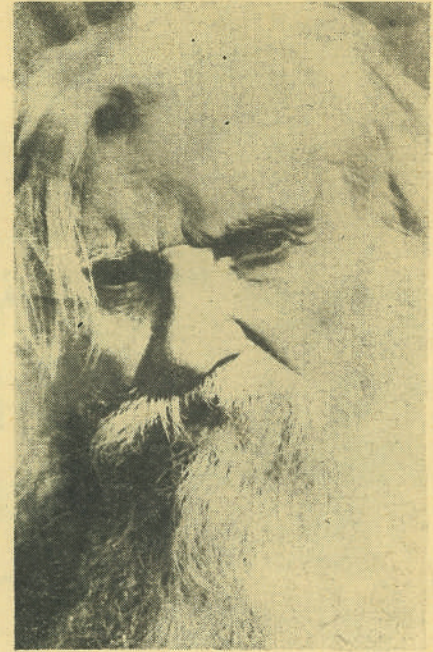
За пятьдесят лет своего подвижничества Иванов нашел механизмы взаимодействия различных качеств природы с психикой и телом человека. Естественная, природная закалка — вот путь восстановления здоровья. Нужно принять природу такой, какая она есть, и не отгораживаться от «сурового» и «холодного». По свидетельству А. Б. Егорова, психолога, члена Всесоюзной социологической ассоциации, — что естественно для природы, должно быть естественно и для нас, ведь мы ее часть. Суровые испытания закаляют организм, тогда как «теплым» и «хорошим» защитные свойства ослабевают.

Закреплены случаи излечения многих тяжелых болезней у людей, следующих системе П. К. Иванова. По данным белорусских ученых, в результате использования методов естественно-природного оздоровления практически все заболевания системы П. К. Иванова излечились, от простудных заболеваний и отказались от приема лекарств; у имевших хронические заболевания значительно сократились периоды обострения. Кроме этого, люди отмечают улучшение психологического климата на работе и в семье, повышается продуктивность рабочей деятельности и сопротивляемость к стрессовым ситуациям. Почти три четверти опрошенных отметили возрастание своей социальной активности.

Когда человек начинает вести образ жизни, соответствующий законам природы, гармоничные связи с миром трансформируются в гармоничные внутренние духовные силы. Включаясь в творческий процесс самой природы, становясь ее инструментом, человек ощущает активизацию творческого начала, возрастает интерес к искусству — люди начинают писать стихи, музыку, рисовать, стремятся выразить открывшееся по-новому чувство красоты, понимание природы. Своим учением Порфирий Корнеевич показал, насколько далеко можно отодвинуть границы человеческих возможностей. Не случайно, кроме ученых, особый практический интерес к системе проявил Центр подготовки космонавтов.

Человек и природа едины. Однако неразумное, жестокое воздействие человека на природу, безжалостное вмешательство в нее поругало некогда прочные связи. И сейчас мы расплачиваемся за то, что сами натворили. Отравленные воздух и вода, вырубленные леса, загаженные реки мстят нам болезнями — аллергиями, инфекциями и т. д. К счастью, кажется, наступает такая пора, когда природоохранительным мероприятиям будет уделяться первостепенное значение. Но во многом время уже упущено. И будет ли уделяться столь же пристальное внимание оздоровлению нашего народа в условиях тяжелого экологического состояния страны? Выполнение требований системы Иванова — это практический путь выработки экологического сознания человека и повышения сопротивляемости функциональных систем его организма к неблагоприятным влияниям окружающей среды.

В прошлом году в Казани прошла Всесоюзная научно-практическая конференция «Система природного оздоровления П. К. Иванова», посвященная вопросам влияния системы на организм человека. В основном обсуждались медицинские аспек-



ты закаливания и процессы мобилизации резервов организма при занятиях по системе Учителя.

Результаты благотворного влияния системы Иванова на человека просто поразительны. Выявлены случаи выздоровления от ряда болезней сердечно-сосудистой системы, улучшения многих функций организма при неврологической патологии, заболеваний аллергической природы и т. д. Официальные органы здравоохранения начинают проявлять интерес к данной системе природного оздоровления. Свидетельством является проведенный недавно в Москве «круглый стол», за которым встретились последователи Учителя, медицинские работники и представители Министерства здравоохранения СССР. Одни за другим выступали люди, которые, благодаря методике природного оздоровления, сумели вновь обрести здоровье.

К сожалению, должного внимания этой уникальной системе оздоровления ученые пока не уделяют, проводимые научные исследования малочисленны. В настоящее время создан Всесоюзный научно-координационный совет по изучению влияния системы природного оздоровления П. К. Иванова на организм человека. В него вошли ученые из Москвы, Киева, Казани и автор этих строк. Совет призван не только скоординировать научные исследования в этой области, но и обобщить, систематизировать опыт врачей из различных регионов нашей страны, применяющих на практике систему природного оздоровления. Кроме того, совет должен способствовать пропаганде учения П. К. Иванова и внедрению системы в детские дошкольные учреждения и школы, детские дома, учреждения практического здравоохранения и т. д.

В Уфе создан и действует вот уже год на базе лечебно-физкультурного диспансера клуб природного оздоровления по системе П. К. Иванова, называется он «Возрождение». В Демском районе Уфы сотрудничают детского сада оздоравливаются сами и закалывают своих питомцев по системе Учителя. В Башкирском медицинском институте создан коллектив единомышленников, который проводит крупномасштабный эксперимент по изучению влияния дозированных холодных нагрузок, составляющих основу учения Иванова, на функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и вегетативную реактивность. Научные данные, указывающие на благотворное воздействие холода, полученные в ходе данного эксперимента, обсуждались на научно-практических конференциях в Киеве, Казани и Москве.

Заканчивая разговор о системе П. К. Иванова, отметим, что в этом учении много неразгаданного. Но то, что оно получает все большее распространение в различных регионах нашей страны и за рубежом, вызвало необходимость обрисовать его хотя бы в общих чертах. Сегодня с уверенностью можно заявить о появлении новой школы здорового образа жизни. К сожалению, школы до сих пор стихийной, требующей не только углубленного изучения со стороны врачей и ученых, но и заинтересованного внимания общественности и тех, кто обществом руководит.

А. МУТАЛОВ,
кандидат медицинских наук.

Галерея организаторов БМИ

Мельников Николай Иванович



Мельников Николай Иванович родился 16 декабря 1894 года в селе Покча Чердынского уезда Пермской губернии (ныне Чердынского района Пермского края). Обучался в Чердынском городском 4-х классном училище, а затем в 1-й Пермской гимназии. В 1914 году поступил в Киевский университет. В 1916 году был призван на военную

службу. В 1925 году окончил медицинский факультет Пермского университета.

С 1925 года по 1936 год работал в Пермском институте эпидемиологии и микробиологии. С 1926 года по 1931 год состоял преподавателем микробиологии и лабтехники в ПМТ, а с 1930 по 1936 год ассистентом кафедры микробиологии ПМИ. В 1936 году перевелся в Свердловский институт эпидемиологии и микробиологии, где до 1937 года был зав. вакцинным отделом. С 1936 года по 1941 год работал зав. лабораторией Свердловского института О.И.М. С 1940 года по 1941 год работал ассистентом кафедры микробиологии СМИ.

В 1936 году постановлением ВАК и приказом НКЗ присуждена ученая степень кандидата наук без защиты диссертации, в 1943 году в совете ВИАМ защитил докторскую диссертацию, в 1944 году утверждён в учёном звании профессора.

С августа 1941 года по 1967 год был заведующим кафедрой микробиологии БМИ, с 1945 по

1946 год работал зам. директора по Уч. С 1943 по 1946 год зав. микробиологическим отделом УфНИИ им. Мечникова, с 1946 по 1957 год одновременно зам. директора по науч. работе УфНИИ вакцин и сывороток им. И.И.Мечникова.

Н.И. Мельников являлся членом ученого совета Минздрава РСФСР и БАССР, председателем экзаменационной комиссии в Казани. Организовал и 25 лет (1941-1966) возглавлял БО ВО микробиологов, эпидемиологов и инфекционистов.

Создал научную школу микробиологов БАССР. Под его руководством подготовлено 3 доктора и 26 кандидатов медицинских наук. Автор более 70 научных работ, в т.ч. 6 монографий.

В 1946 году награжден медалью «За доблестный труд в Великой Отечественной войне». В 1947 году, 1949 году награжден почетной грамотой Президиума ВС БАССР. В 1955 году награжден почетной грамотой Президиума ВС БАССР и значком «Отличнику здравоохранения». В 1954 году награжден орденом Ленина. В 1957 году присвоено почетное звание «Заслуженный деятель науки БАССР».

Умер Николай Иванович 5 сентября 1979 года в г. Уфа.

Подготовил А. Рахимкулов по материалам личного дела Мельникова Н.И. из архива БГМУ (зав. архивом З. Усманова)

Романкевич Владимир Михайлович



Владимир Михайлович Романкевич родился 13 октября 1889 года в г. Гродно.

Отец был офицером царской армии. Мать была учительницей. Владимир Михайлович учился сначала во 2-м реальном училище Петербурга, затем – Морском кадетском корпусе. В 1907 году

гардемаринном ушел в Военно-медицинскую академию Петербурга. За участие в студенческих беспорядках в 1913 года был исключен из академии и продолжил обучение на медицинском факультете г. Харькова.

В 1915 году был мобилизован в армию, два года служил младшим врачом 106-го пехотного Уфимского полка на Западном фронте, затем – в лазарете Архангельского военного порта и врачом ледокола «Микула Селянинович», на котором был в кругосветном плавании, за что был удостоен Георгиевского креста по указу императора Николая II.

В 1918 году в г. Харькове окончил 5-й курс университета, работал хирургом в г. Ярославле. В апреле 1919

году вступил в Красную Армию.

После демобилизации осенью 1922 году работал хирургом в Уфе. Осенью 1931 года, по предложению Башкирского народного комиссариата здравоохранения, занялся организацией Башкирского медицинского института в г. Уфе и ор-

ганизовал здесь три морфологические кафедры Башкирского медицинского института: анатомии человека, гистологии и топографической анатомии.

Во время Великой Отечественной войны работу в БГМИ совмещал с работой на кафедре оперативной хирургии 1-го Московского медицинского института, эвакуированного в город Уфу, консультировал и оперировал в госпиталях, читал лекции на курсах медсестер и переподготовки врачей. Вел в БГМИ курс военно-полевой хирургии и травматологии и госпитальную хирургию.

Опубликовал 50 научных работ по анатомии и хирургии. Докторскую диссертацию защитил в 1962 году (кандидатом медицинских наук стал в 1930 году без защиты диссертации). До конца жизни работал заведующим кафедрой оперативной хирургии и топографической анатомии.

Награжден медалью «За доблестный труд в Великую Отечественную войну», Почетными грамотами Президиума Верховного Совета Башкирской АССР и Обкома профсоюза медработников БАССР, удостоен звания «Заслуженный врач Башкирской АССР». Награжден орденом Ленина.

Умер Владимир Михайлович 6 ноября 1966 года, похоронен в Уфе на Сергиевском кладбище.

Подготовил А. Рахимкулов по материалам личного дела Романкевича В.М. из архива БГМУ (зав. архивом З. Усманова)

МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Открытие выставки в честь Ерминии Жданко



3 марта 2023 года, в день рождения одной из первых женщин-исследовательниц Арктики Ерминии Жданко, в конференц-зале научной библиотеки БГМУ состоялось открытие выставки Музея полярников им. В.И. Альбанова «Ерминия Жданко – образец сестры милосердия».

Ерминия Жданко – сестра милосердия и единственная женщина на шхуне "Святая Анна" в экспедиции 1912-1914 гг., предпринятой

Георгием Львовичем Брусиловым с целью впервые в истории пройти Северным морским путём под российским флагом.

Экспедиция обернулась затяжным неконтролируемым дрейфом оказавшегося в капкане судна, во время которого эта хрупкая девушка проявляла невероятную выдержку, мужество и твёрдость духа, самоотверженно ухаживая за больными, взяв на себя обязанности врача.

Мероприятия по профориентации для школьников



Студенты колледжа посетили школу в Языково, где встретились с учениками старших классов естественно-научного профиля.

Благодаря данной встрече учащиеся школы узнали об особенностях работы в сфере

здравоохранения, о тонкостях работы медицинского работника, о функциональных обязанностях медицинских сестер, о возможностях получения среднего специального и высшего медицинского образования, о перспективах трудоустройства.

Акция "Подари мне жизнь"



Студенты колледжа присоединились к информационно-просветительской акции «Подари мне жизнь!».

Инициатором проведения акции является Фонд социально-культурных инициатив.

Россия относится к странам с высокой частотой аборт. И хотя за последние десятилетия число аборт

в стране снижается, искусственный аборт, как сообщают в Минздраве РБ, продолжает оставаться основным средством регулирования рождаемости.

Между тем прерывание беременности наносит здоровью женщины вред, поэтому профилактике аборт врач уделяют большое внимание.

Фестиваль "Будь за спорт!"



2 марта 2023 года на базе Школы высшего спортивного мастерства прошел фестиваль спорта и физической культуры ССУЗов и общеобразовательных школ "Будь за спорт!", в котором приняли участие студенты нашего колледжа.

Мероприятие приурочено 100-летию Министерства спорта РБ.

В соревнованиях приняли участие 12 команд со всей республики. В программу фестиваля вошла спортивная эстафета ГТО, конкурс знатоков.

Подготовила А. Валиева
Фото автора

Спорт - вторая профессия врача

Сборная БГМУ - лучшая по мини-футболу среди медицинских и фармацевтических вузов ПФО



Соревнования в рамках второго этапа I Спартакиады среди медицинских и фармацевтических вузов России «Физическая культура и спорт – вторая профессия врача» прошли 1-2 марта 2023 г. на базе УСК БГМУ №10. На торжественной церемонии открытия участвовали: заведующий кафедрой физической культуры БГМУ Руслан Гайнуллин, главный судья соревнований – представитель Федерации футбола РБ Владимир Воронин, руководитель спортклуба БГМУ Раиль Абзалилов и участники.

– Разрешите приветствовать от имени руководства вуза всех участников соревнований! Приятно видеть сборные команды медицинских и фармацевтических вузов Приволжского федерального округа в стенах нашего вуза! Стала доброй традицией проведение соревнований по мини-футболу. Всем желаю успехов, уважения к сопернику и по меньше травматизма. Пусть победит сильнейший! – отметил в своем приветственном обращении Руслан Анварович.

После вручения благодарственных писем ректорам, направивших сборные команды для участия, был дан официальный старт соревнованию.

В соревнованиях по мини-футболу приняло участие 8 команд представляющие следующие вузы: Башкирский государственный медицинский университет, Ижевская государственная медицинская академия, Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского, Пермский государственный медицинский университет, Пермская государственная фармацевтическая академия, Кировский государственный медицинский университет, Оренбургский государственный медицинский университет, Казанский государственный медицинский университет.

Команды были разделены на две группы. С каждой группы в полуфинал вышло по две команды. Сборная БГМУ в полуфинале обыграла сборную ПГФА и вышла в финал. В решающем матче сборная нашего Университета обыграла сборную Саратовского ГМУ и в ранге чемпиона ПФО отобралась во Всероссийский финал. Тем самым, сборная БГМУ повторила свой успех трехлетней давности. Финал состоится в конце апреля в г. Воронеж. Искренне поздравляем спортсменов и тренера, преподавателя кафедры физической культуры БГМУ Амозова Евгения Валентиновича и пожелаем новых побед.

Командный зачет:

- 1 место – Башкирский государственный медицинский университет;
- 2 место – Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского;
- 3 место – Пермская государственная фармацевтическая академия;
- 4 место – Кировский государственный медицинский университет;
- 5 место – Ижевская государственная медицинская академия;

6 место — Пермский государственный медицинский университет;

7 место — Казанский государственный медицинский университет;

8 место — Оренбургский государственный медицинский университет.

Лучшие в номинациях:

«Лучший игрок» — А. Мамлеев (Башкирский государственный медицинский университет);

«Лучший вратарь» — М. Петренко (Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского);

«Лучший защитник» — А. Эммануэл (Кировский государственный медицинский университет);

«Приз зрительских симпатий» — М. Фахд (Пермская государственная фармацевтическая академия).

Победители и призеры были награждены медалями и грамотами. Так же, были определены лучшие в номинациях.

Соревнование закончилось фотосессией.

Преподователь кафедры физкультуры БГМУ А. Закиев

Совет ветеранов

Ахмерова Светлана Герценовна (к 60-летию со дня рождения)

Ахмерова Светлана Герценовна родилась 10 марта 1963 года в городе Уфа. В 1980 году окончила с золотой медалью среднюю школу № 1 г. Уфа. В 1986 году окончила с отличием БГМИ им. 15-летия ВЛКСМ.

Трудовую деятельность начала в больнице № 5 Советского района г. Уфы, затем с 1988 года работала в Башкирском государственном педагогическом институте в должности старшего преподавателя, доцента, профессора.

В 1991-94 гг. обучалась в аспирантуре Государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины МЗ РФ (г. Москва). По окончании аспирантуры была защищена диссертация по теме: «Оптимизация гигиенического воспитания студентов в учебном процессе (на примере Башкирского государственного педагогического института)». В 2000 году Ахмерова С.Г. защитила докторскую диссертацию по теме: «Современные подходы к формированию здоровья учащихся и педагогов в общеобразовательных учебных заведениях методами и средствами гигиенического воспитания».

В 2002-2005 годы работала в Башкирском институте развития образования в качестве проректора по научной, затем по учебной работе. В 2005 году вернулась на кафедру охраны здоровья и безопасности жизнедеятельности Башкирского государственного педагогического университета. В 2008 году принята на должность профессора кафедры общественного здоровья и организации здравоохранения ИДПО Башкирского государственного медицинского университета.

Ахмерова С.Г. является автором инновационного научного направления «Этнорегиональная система здоровьесбережения участников образовательного процесса». Научные исследования проводятся в следующих аспектах: определение стратегии и технологии сохранения здоровья школьников, студентов, педагогов в учебном процессе, изучение особенностей образа жизни современных детей, подростков, молодежи, организация, оптимизация деятельности и определение эффективности работы Центров содействия укрепления здоровья учащихся, воспитанников образовательных учреждений, профилактика социально обусловленных заболеваний и девиантного поведения среди подрастающего поколения, формирование здорового образа жизни,



С.Г.Ахмерова являлась членом оргкомитетов по проведению научно-практических конференций: республиканских НПК «Проблемы и перспективы сохранения здоровья школьников и педагогов в образовательном процессе», «Современный образовательный процесс: опыт, проблемы, перспективы», международной НПК «Здоровье и безопасность жизнедеятельности молодежи: проблемы и пути их решения». Неоднократно принимала участие в международных, Всероссийских, межрегиональных и республиканских конференциях.

С.Г.Ахмерова является доктором медицинских наук по 2 специальностям: 14.00.33 - Общественное здоровье и здравоохранение и 14.00.07 - Гигиена (2000г.). Имеет звание профессора по кафедре охраны здоровья (2005г.). Под руководством С.Г.Ахмеровой защищены 2 диссертационные работы, выполняются диссертационные исследования по проблемам педагогического и медико-социального обеспечения подготовки школьников к военной службе, охране здоровья учащихся лицейских и общеобразовательных классов, охране здоровья и оздоровлению образа жизни педагогов.

изучение возможностей использования народных традиций, народной педагогики при формировании культуры здоровья, развитие системы медико-социального обеспечения подготовки школьников к военной службе.

Научно-исследовательские работы (в том числе студенческие), выполненные под руководством С.Г.Ахмеровой, неоднократно становились лауреатами Всероссийских конкурсов научных и научно-исследовательских работ.

В рамках экспериментальной деятельности по модернизации Российского образования на период до 2010 года С.Г.Ахмерова является членом Координационного совета и членом рабочей группы по реализации широкомасштабного Федерального эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования в образовательных учреждениях Республики Башкортостан.

В составе авторского коллектива принимала участие в разработке республиканской программы «Духовно-нравственное воспитание подрастающего поколения» (2004г.).

Ахмерова С.Г. является автором более 200 печатных научных и научно-методических работ. В их числе 3 монографии, базовый учебник по основам здорового образа жизни, около 30 методических рекомендаций и пособий, из них 3 с грифом Министерства здравоохранения Республики Башкортостан и 6 с грифом Министерства образования Республики Башкортостан.

Является отличником образования Республики Башкортостан, награждена медалью «Профессионал России», награждена Почетной грамотой Государственного собрания – Курултай Республики Башкортостан. Имеет сертификат специалиста по специальности «Организация здравоохранения и общественное здоровье».

Коллектив Башкирского государственного медицинского университета, Коллектив кафедры общественного здоровья и организации здравоохранения ИДПО БГМУ, Редакция газеты «Медик» БГМУ, многочисленные коллеги сердечно поздравляют Светлану Герценовну с Юбилеем, желают ей крепкого здоровья и новых творческих успехов

Здоровый образ жизни

Составляющие здорового образа жизни

Здоровый образ жизни — это индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая ему физическое, душевное и социальное благополучие в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное долголетие.

Здоровый образ жизни создает наилучшие условия для нормального течения физиологических и психических процессов, что снижает вероятность различных заболеваний и увеличивает продолжительность жизни человека.

Здоровый образ жизни помогает нам выполнять наши цели и задачи, успешно реализовывать свои планы, справляться с трудностями, а если придётся, то и с колоссальными перегрузками. Крепкое здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полную радостей жизнь. Здоровье — бесценное богатство каждого человека в отдельности, и всего общества в целом. Как же укрепить свое здоровье? Ответ прост — вести здоровый образ жизни.

1. Режим дня и здоровье человека.

Вся жизнь человека проходит в режиме распределения времени, частично вынужденного, связанного с общественно необходимой деятельностью, частично по индивидуальному плану. Так, например, режим дня студента определен учебным планом занятий в учебном заведении, режим военнослужащего — распорядком дня, утвержденным командиром воинской части, режим работающего человека — началом и концом рабочего дня.

Таким образом, режим — это установленный распорядок жизни человека, который включает в себя труд, питание, отдых и сон.

2. Рациональное питание и его значение для здоровья.

Правильное, научно обоснованное питание — это важнейшее условие здоровья, работоспособности и долголетия человека. С пищей человек получает все необходимые элементы, которые обеспечивают организм энергией, необходимой для роста и поддержания жизнедеятельности тканей. Правильное питание — это, прежде всего разнообразное питание с учетом генетических особенностей человека, его возраста, физических нагрузок, климатических и сезонных особенностей окружающей среды.

Для того чтобы питание отвечало требованиям здорового образа жизни, оно должно обеспечивать организм всеми необходимыми пищевыми элементами в необходимом количестве и нужном сочетании. Человеческий орга-



низм — сложный механизм. Здоровье человека зависит от того, сколько человек получает энергии и сколько он ее расходует и как гармонично при этом работают все его органы, обеспечивая необходимый уровень жизнедеятельности.

3. Влияние двигательной активности и закаливания

Физическая культура всегда занимала ведущее место в подготовке человека к активной плодотворной жизнедеятельности. Она успешно может решить проблему нарушенного равновесия между силой эмоциональных раздражителей и реализацией физических потребностей тела. Это верный путь к укреплению духовного и физического здоровья.

Закаливание — это повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию ряда факторов окружающей среды (например, низкой или высокой температуры) путем систематического воздействия на организм этих факторов.

4. Отказ от вредных привычек. Вред курения.

К вредным привычкам относятся злоупотребление алкоголем, курение, наркомания и токсикомания. Все они отрицательно влияют на здоровье человека, разрушающе действуя на его организм и вызывая различные заболевания.

Курение табака является одной из наиболее распространенных вредных привычек. С течением времени она вызывает физическую и психическую зависимость курильщика.

Вред алкоголя.

Алкоголь разрушающе действует на все системы и органы, так как хорошо растворяется в крови и разносится ею по всему организму.

Злоупотребление спиртными напитками приводит к тяжелым нарушениям в деятельности желез внутренней секреции, прежде всего поджелудочной и половой. Пивной алкоголизм формируется быстрее водочного!

Основными направлениями профилактики пьянства и алкоголизма являются трудовое воспитание, организация полноценного отдыха, повышение культуры и санитарной грамотности населения, а также меры психологического, педагогического и административно-правового характера.

5. Наркотическая зависимость.

Организм молодого человека в среднем выдерживает потребления наркотиков не более 7 лет. Детский организм — намного меньше. Средняя продолжительность жизни наркомана — 25 лет. Число детей наркоманов растет с ужасающими темпами. Стремительный рост наркотизации, алкоголизма среди детей и подростков влияет на здоровье нации.

Здоровье во многом зависит от образа жизни, однако, говоря о здоровом образе жизни, в первую очередь имеют в виду отсутствие вредных привычек. Это, конечно, необходимое, но вовсе не достаточное условие. Главное в здоровом образе жизни — это активное творение здоровья, включая все его компоненты. Таким образом, понятие здорового образа жизни гораздо шире, чем отсутствие вредных привычек, режим труда и отдыха, система питания, различные закаливающие и развивающие упражнения; в него также входит система отношений к себе, к другому человеку, к жизни в целом, а также осмысленность бытия, жизненные цели и ценности и т.д. Следовательно, для творения здоровья необходимо как расширение представлений о здоровье и болезнях, так и умелое использование всего спектра факторов, влияющих на различные составляющие здоровья (физическую, психическую, социальную и духовную), овладение оздоровительными, общеукрепляющими, природосообразными методами и технологиями, формирование установки на здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни во многом зависит от ценностной ориентации студента, мировоззрения, социального и нравственного опыта. Общественные нормы, ценности здорового образа жизни принимаются студентами как личностно значимые, но не всегда совпадают с ценностями, выработанными общественным сознанием.

Подготовила О. Требова
Фото из сети Интернет

Учредитель газеты: БГМУ
Издатель газеты: БГМУ
Шеф-редактор: А.С. Рахимкулов
Верстка: О.Р. Султанов
Корректор: Р.Р. Мансурова
Фотограф: Э.Р. Камалиева
e-mail: medik.rb@bashgmu.ru

Рукописи и иллюстрации не рецензируются и не возвращаются. Обязательной переписки редакция не ведет. Редакция может не разделять мнение авторов и оставляет за собой право литературной обработки материалов. Перепечатка допускается по согласованию с редакцией. При перепечатке ссылка на газету обязательна.

Адрес издателя, редакции: 450008 г. Уфа, ул. Ленина, 3
Тираж 50 экземпляров. Заказ № 12
Распространяется бесплатно. Выходит ежемесячно.
Отпечатано в БГМУ с готового оригинал-макета, представленного редакцией на цифровом оборудовании.
Адрес: 450008 г. Уфа, ул. Ленина, 3. Подписано в печать 04.04.23. сдача по графику в 13.00, фактически в 13.00.