

Студенческий ПУЛЬС

№ 7 (17) январь-февраль 2017 г.



VOLUNTARIUS

СТР. 5

Наша страница «Вконтакте» vk.com/studpulse



НОВЫЙ ГОД В КРУГУ ПРЕСС-СЕМЬИ!

СТР. 6 - 7

Вы, как читатели нашей газеты «Студенческий пульс», наверняка видите уже интересные, отредактированные студенческие статьи. Они очень разнообразны по тематике. Наши молодые, но талантливые авторы пишут в них и о новостях родного университета, и о спортивных достижениях студентов, о сессии и даже о собственных переживаниях и чувствах!

МЕЧТЫ О ЧУДЕСАХ

СТР. 18

МОЕ БУДУЩЕЕ В МЕДИЦИНЕ

СТР. 19

БЫТЬ МОНСТРОМ

СТР. 21 - 24

Memento vivere*

Оглянитесь вокруг себя. Что вы видите? Рабочее место, учебную комнату, гостиную своего дома. Что еще вокруг вас? Нет, я говорю не о стуле, столе и обоях как таковых, я говорю о том, чем они для вас являются. Конечно, воспоминаниями. Каждый день в памяти не просто 1000 и 1 мелочь, нет... Каждый миг нашей жизни мы носим с собой целый храм наших воспоминаний: больших и маленьких, самых благородных и невероятно ужасных, удивительно радостных и пронзительно горестных.

Мы годами выстраиваем стены этого храма. В нем есть и просторные комнаты с литыми каминами, доступ к которым есть у многих наших знакомых, – ведь мы сами, стараясь окружить их заботой, радостно распахиваем двери этих залов. Есть и чердак с детскими игрушками: машинки и куклы, конструкторы и деревянные лошадки, первая коляска, любимый манеж – ход к этой комнате есть у всей семьи и близких друзей, с которыми мы «с пеленок» вместе. В этом храме есть старые кладовые, где наши вещи перепутаны с родительскими, бабушкиными и дедушкиными, а также одеждой наших друзей и знакомых семьи. С такими вещами-долгожителями обычно интересно, ведь в большом родственном кругу стоит только одному человеку заговорить о них, как воспоминания других обволокут и придадут им новую огранку. И так продолжается всю жизнь: сколько мы вспоминаем эти истории, столько метаморфоз с ними и происходит. А после мы снова прячем их в старую общую кладовую, где потом наши дети и внуки перемешают наше со своим, наделяя воспоминания новыми оттенками и тонами.

Есть в этом храме воспоминаний комнаты, к которым путь очень извилист – в них мы храним свои скелеты, ведь должно же было откуда-то пойти выражение «скелет в шкафу»?! В каждую такую комнату есть только определенный круг вхожих, ведь это уже то пространство, которое мы защищаем, пусть и не всегда особо ярко. И эта комната, может, и не отличается от остальных, но в ней, в отдельно стоящей тумбе, завалылась непристойная фотография, или возле окна лежит шпаргалка на самый важный экзамен, который был уже 5 лет назад, или справка о

заболевании, которого мы стыдимся. И мы, конечно, забыли об этом, но зоркий глаз нашего гостя подметил эту деталь.

Конечно, иногда мы ошибаемся с выбором человека, которому доверяем ключ от двери комнаты со скелетом. И тогда на всех путеводителях сразу же яркими стрелочками загорается направление в это помещение, и не успеваешь глазом моргнуть, как его двери срывают с петель, и оно больше не является тайной для остальных людей. И эти люди – знакомые, знакомые знакомых, праздные зеваки и все, кому ни лень, начинают критиковать твою комнату. Они говорят, что обои не того цвета, мебели много или слишком мало, стулья угловатые, сиденья жесткие, окна слишком большие, через них сильно гуляет сквозняк, освещение тусклое, что только глупец и человек без вкуса мог такое сотворить. И тогда одна комната с маленьким старым изъяном рушит все твоё, казалось бы, идеальное сооружение, и люди отступают от тебя, словно от прокаженного. Но бурные реки времени уносят эти слова, и в твой храм воспоминаний приходят новые люди...

Мы каждый день достраиваем его стены, чиним неисправности и устраняем утечки, ставим на полки новые лучшие моменты... Но нам нужно очень постараться не застрять в этом храме воспоминаний! Нам нужно выйти наружу, высунуть нос дальше своей зоны комфорта, не зацикливаться на том, что уже знакомо. Хотелось бы, чтобы мы усвоили то, что в этот самый момент где-то в мире происходит прекраснейший закат, райской красоты стаи птиц пролетают над вершиной горы где-то в тропиках, теплые пляжи омывают чистейшие океаны, в соседнем дворе маленькая девочка рассказывает стихотворение любимой маме, старики снова играют в домино, и пожилая дама высаживает в клумбу свои любимые пионы.

Каждый миг нашей жизни должен стать незабываемым. Да, храм воспоминаний велик и прекрасен, но следует помнить о настоящем, помнить о жизни!



ВИКТОРИЯ СЕРДЮК,
5 курс, медицинский
факультет № 1

*Memento vivere (лат.) – Помни о жизни



Нашему замечательному джазовому оркестру «Medicus Band» исполнилось 60 лет. Ребята подготовили грандиозный концерт. Это было не просто выступление, это было нечто грандиозное, великолепное, восхитительное. Зрители еще не скоро забудут этот юбилей.

На сцене выступали не только преподаватели и студенты, но и выпускники прошлых лет. Радостно, что появились новые лица – студенты 1 курса 4-го медицинского факультета: Никита Зайцев (труба), Андрей Журавлев (фортепиано), Ольга Куцая (ударные инструменты), – для которых этот концерт стал дебютом.

Нашим эстрадным оркестром руководит замечательный человек, наставник и врач ультразвукового исследования Алексей Олегович Овчаренко, который также играет на саксофоне и, благодаря которому, все зрители погрузились в джазовую феерию.

На концерте председатель профкома студентов Руслан Александрович Жилиев вручил почетные грамоты студентам, которые уже давно играют в оркестре: Халабузарю Владиславу (5 курс, 3 мед (педиатрия)), Глазкову Игорю (5 курс, 3 мед (педиатрия)), Проню Егору (4 курс, 1 мед), Обмачевской Ксении (4 курс, 1 мед), Бородаю Якову (4 курс, 1 мед), Крупке Владиславу (3 курс, 2 мед).



Оркестр сыграл множество известнейших зарубежных произведений, среди которых «Low rider», «Funky Club», «Georgia Braun», «Oyeme», «Old Time», «Darlin», «Sambita», «Respect», «Chikago», «It seems to me», а также «А снег идет», «Радость» и традиционно – «Прощальная».



Я сама участвовала в концерте, и хочу сказать, что эмоции, полученные там, еще не скоро покинут меня. Когда концерт закончился, я поняла, что хочу как можно больше таких выступлений: во-первых, это потрясающая музыка; во-вторых, незабываемые люди; и, в-третьих, это просто здорово! Музыка делает нашу жизнь лучше, ведь сейчас ни один студент не обходится без нее. Если задуматься о том, какая бы была наша жизнь без любимых мелодий, наверное, она бы была скучна. А мы живем в ритме, и наши жизни наполняются красками.

В общем, я хочу сказать: «Наслаждайтесь музыкой, и все у вас будет хорошо!»



ОЛЬГА КУЦАЯ,
1 курс, медицинский
факультет № 4



Военно-спортивные патриотические игры «Заря»

В январе 2017 года в городе Снежное проходили военно-спортивные патриотические игры «Заря». Впервые приехала команда из Луганской Народной Республики. Восемь команд отчаянно боролись за призовые места, а для этого им необходимо было посещать теоретические занятия, а также пережить два дня тяжелых физических нагрузок.



Результат не заставил себя ждать долго. Команда ДонНМУ им. М. Горького в составе Владимира Фоменко (капитан), Владислава Шишкина, Всеволода Белого, Романа Гасендича, Анатолия Щеглова, Шахзода Жуманиязова, Владислава Шарова, Анны Сибилевой, Инны Маршук, Анастасии Бабич, Евгении Потопахиной и Виктории Конкиной – сумела занять III место, уступив лишь Академии МВД и Донбасской юридической академии.

Поздравляем наших спортсменов с этим потрясающим достижением! Мы гордимся вами!

Своими впечатлениями поделился один из участников команды Всеволод: «Вот так выглядят те, у кого есть амбиции, желания, стремления, цели, сила и ум. Именно так выглядят патриоты. Те, кто действительно любят свою родину, культуру и веру...»

На 6 дней судьба свела абсолютно разных людей. Но за эти дни она сумела сплотить нас так сильно, что только она и может нас разъединить. Почти неделя упорной борьбы раскрывает людей, выворачивает наизнанку, выталкивает на поверхность самое тонкое... Именно так люди узнают друг друга.

Как вы уже заметили, я не склонен к сентиментальности, однако реально благодарен всем, кто поспособствовал проведению данного военно-патриотического мероприятия. За то, что я смог преодолеть себя, преодолеть достойных соперников и найти настоящих товарищей.

В общем и целом, наша команда «Медицина-Словенский Волк» заняла III место, что является довольно хорошим результатом. Мы уступили только МВД и ДЮОА, а эти команды действительно заслуживают те места, которые они заняли.

Спасибо всем! Я с Вами, «Медицина-Словенский Волк»!



ДМИТРИЙ ШЕВЧЕНКО,
5 курс, медицинский
факультет № 1

VOLUNTARIUS

ВОЛОНТЕР – ЧЕЛОВЕК, ДОБРОВОЛЬНО ЗАНИМАЮЩИЙСЯ ЗА СВОЙ СЧЕТ БЕЗВОЗМЕЗДНОЙ ОБЩЕСТВЕННО ПОЛЕЗНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ.

И вот, как и в 2015 году, так и два года спустя, в 2017-м, студенты-медики возобновили практику волонтерства в ДоКТМО и РТЦ. С первого февраля мы снова начали дежурить в травмпункте и в санпропускниках. И если в первую ночь работы было немного, то второго числа мы экстренно, вне графика, собрались в РТЦ. Прибыло нас много – 10 человек, и этого было достаточно, чтобы охватить весь спектр работы. С шести вечера студенты не покладая рук помогали врачам, медсестрам и санитаркам. Сначала помощь заключалась в кручении бинтов и повязок в период затишья, а когда началось движение в шоковом отделении, ребята убежали помогать хирургам и травматологам.

Я почти все время провела в операционном блоке, делала все, о чем только меня просили: подавала вещи операционной сестре, помогала мыться хирургам, после операций с санитаркой вымывали операционную и ставили ее на кварц, – но люди шли, как на конвейере. Операции проходили параллельно друг другу. В двух операционных № 1 и № 2 были мужчины разного возраста и степени тяжести, оба лежали на операционном столе не зная, что их ждет дальше. Они были абсолютно разными: Вова, молча глядя в стенку, терпеливо ждал, пока хирурги ушивали дефекты на ноге и руках, ставили аппарат Илизарова; Виталик говорил без умолку, читал патриотические стихи, сыпал фразами из советских фильмов и все ждал, когда же уже можно будет спустить 300 рублей на «покушать». А в коридоре находился третий пациент с открытым перелом обеих костей правого предплечья. Виталика подлатали первым, сразу отправили в отделение в сопровождении наших ребят. В это время Антон Куцый уже помылся на операцию к Вове – «Лишних рук не бывает!» Кирилл Шлыков был на подхвате, помогал, делал все, что необходимо, и о чем просила операционная бригада. Потом мальчики сидели и поражались: огромные дефекты ткани, более ста швов, аппарат Илизарова и мастерство хирургов, – а он все переживал, что у машины лобовое стекло осколками выбило!

Но эти раздумья были поздней ночью, а пока я помогала готовить комнату оперблока для следующего пациента, каталка которого уже подпирала двери операционной № 2.

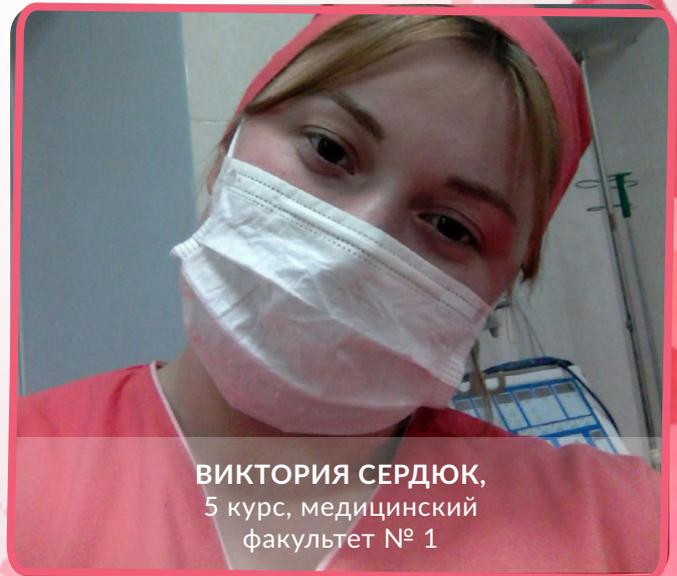
Пока комната кварцевалась, как положено по протоколам, врачам ничего не осталось, как в «полевых» условиях вводить анестезию. Его операция была крайней в эту ночь. Врачи буквально собрали ему руку заново. Убедившись в успехе своей работы на рентгеновских снимках, Родион Викторович – хирург-травматолог, объявил о завершении операции. Вся кутерьма закончилась к трем часам ночи уже следующего дня.

Но, подводя итоги этого вечера, мы поняли, что сделали очень много: подсобная помощь в оперблоке, шоковом отделении и санпропускнике; мы посмотрели и прослушали краткий курс анестезиологии от профессионала своего дела; студент второго курса помылся на операцию, а я выстояла три операции подряд на ногах, но главное – это чувство выполненного долга!

Эти операции были совсем не похожи на те, которые мы посещаем на парах со своими преподавателями, и это чувство нельзя заменить. Мы уходили утром, когда город едва просыпался. В троллейбусе № 8 только и было разговоров, что за сон. А еще мы уже строили планы, некоторые из дежуривших во вчерашнюю ночь по графику выходят и в эту.

Я бы сказала, что все были довольны и счастливы, рассуждали о том, что эти дежурства, как яркие моменты в нашей дружной медицинской компании, через много лет мы будем с задором рассказывать нашим внукам.

А пока троллейбус № 8 объявил остановку на ДонНУЭТ им. Туган-Барановского – и в этой истории мы поставили точку. Но уже следующей ночью дежурные смены в ДоКТМО и РТЦ откроют новую страницу и впишут в историю имена студентов-волонтеров Донецкого национально медицинского университета им. М. Горького.



ВИКТОРИЯ СЕРДЮК,
5 курс, медицинский
факультет № 1



Вы, как читатели нашей газеты «Студенческий пульс», наверняка видите уже интересные, отредактированные студенческие статьи. Они очень разнообразны по тематике. Наши молодые, но талантливые авторы пишут в них и о новостях родного университета, и о спортивных достижениях студентов, о сессии и даже о собственных переживаниях и чувствах! Но мало кто задумывается, что наша редколлегия – не просто компания молодых акул пера, а целое семейство! И как носители почетного титула «редакционной семьи ДонНМУ», накануне Нового года, собрались вместе не столько для очередной рабочей планерки, а скорее – по доброй традиции встретить новогодние праздники в теплой и дружной компании.



Во всеоружии!

Признаться честно, несмотря на временные неурядицы в моей жизни и некий творческий перерыв, я была очень счастлива, когда наша редакция решилась собраться в праздничной неформальной обстановке. Естественно, такое событие уж точно нельзя было пропускать! Чтобы наша встреча была более интересной и воистину праздничной, главный студенческий редактор Виктория Сердюк предложила игру в «Тайного Санту». Суть ее была в том, чтобы каждый гость мероприятия рандомно получил имя человека, которому можно сделать любой подарок. Тут скрыто одновременно 2 момента: это приятно (кто не любит подарки?!) и это интересно, так как ты должен сам угадать, кто именно сделал этот сюрприз! От такого эксперимента, конечно, никто не отказался. Но Вика решила не останавливаться и анонсировала лотерею, «в которой нет проигравших». Цена символическая – 10 рублей, а собранные средства уйдут в нашу копилку для покупки микрофонов. И тут мое сердце вошло в режим предвкушения – хорошая компания, подарки и желанные микрофоны, – что может быть лучше?!

Время X

Наступила дата 22 декабря, а каждый из нас думал на паре о том, что сегодня, вместо скучных ленивых посиделок в «ВКонтакте», мы все дружно придем в «профком», выпьем по стаканчику «неигристого» сока, или что потяжелее – вредной кока-колы – и проводим 2016 год! Некоторые решили прийти как можно раньше, чтобы поучаствовать не только в поедании вкусностей, но и в самом процессе накрытия праздничного стола. Елена Викторовна Щуцкая, как глава семьи – самая первая,

кто был готов накрывать столы (не мудрено, ведь Елена Викторовна была там, где положено – на рабочем месте). Время близилось к вечеру, пришло много желающих и помочь, и потом все это съесть. А кушать было что – Вика ведь не только умеет статьи да стихи писать, но и вкусно готовить! Несмотря на инициативность и кулинарный талант, мы придумали новую традицию – в следующем году каждый принесет свое любимое фирменное блюдо на стол. И легче, и интереснее, и посмотрим, на какие еще шедевры способны наши коллеги по медицине и перу! Не успели моргнуть, как уже стол накрыт и в сборе почти весь наш коллектив, – не хватало лишь теплых слов в адрес друг друга и уходящего года. Пронзительно-теплые слова прозвучали не только от Елены Викторовны, но и от председателя студенческого профкома Руслана Александровича Жиляева.

кто же мне его подарил?! Лишь спустя 10 минут заметила, что пресловутая Вика Сердюк также надела воротник своей работы, – и мне все стало ясно! Пришло время для лотереи. Билеты были оформлены, как настоящие, с защитным напылением, которые нужно стирать монеткой. Без призов не остался никто: имбирные печенки, конфеты, а суперпризами были настоящие вязаные варежки и книги. Море эмоций, отличное новогоднее настроение и тепло коллектива – вот что мы получили в этот вечер!



Чем бы дети ни тешились...

Когда мы справились с вкусной едой и душевными беседами, пришло время для подарков и новогодних развлечений! Я пришла на мероприятие с бутылкой детского шампанского для Олега Верича и чуть было не прокололась в начале, ведь подарок должен быть тайным! Но, благо, Олег является парнем, а им свойственно не замечать мелких деталей, потому сохранить интригу мне все же удалось. Чего только не нашли мы у нашей елки: и конфеты, и сувениры, и украшения... Я нашла там и свой подарок: красивый, белый кружевной воротник, ручной работы... Стала думать-гадать,

На правах рекламы

Помимо того, что Ваша статья попадает в главное студенческое издание вуза, Вы получаете уникальную возможность проводить время не только с пользой, но и с удовольствием. Приходите в редколлегию, у нас есть печенки!



ЕКАТЕРИНА БЛАЖКО,
5 курс, медицинский
факультет № 3

В НОВОМ ГОДУ О СТАРОМ

Что мы обычно делаем в новогоднюю ночь? Сидим за шумным столом с друзьями и родителями, или отдыхаем на квартире у знакомых. Работающим студентам, конечно же, выпало дежурство. Но все мы заняты одним и тем же – вспоминаем все достижения этого года, все яркие моменты, все свои триумфы. В эту ночь у нас нет провалов или ошибок, ведь мы знаем, о чем человек думает, то ему и выпадет по жизни.

Что же студенты ДонНМУ им. М. Горького могли вспоминать в этом учебном году? Чтобы хоть как-то рассказать обо всем, что мы делали с начала уже ушедшего года, нужно составить летопись событий. Давайте вспоминать вместе!

23.09.2016 г. На базе отряда «Легион» состоялось торжественное открытие Военно-спортивных игр «Заря». Участие в играх приняли 11 команд высших учебных заведений. Самые активные и сильные представители нашего вуза были в числе команд участников. Они прошли множество испытаний, в том числе и полевыми условиями.

24.09.2016 г. По старой традиции на 2-м медицинском факультете неофициально прошло посвящение первокурсников в ряды студентов. В пикник-парке «Роща» был проведен своего рода «обряд», квест-знакомство. У каждого, кто поехал, была возможность



31.08.2016 г. В стенах нашего университета вновь появились юные студенты, наши дорогие первокурсники. На стадионе ДонНМУ прошло торжественное мероприятие – «Посвящение в студенты». По традиции первокурсники дали клятву студента-медика, с гордостью надели белые медицинские халаты и постарались настроиться на долгую, но такую увлекательную работу.

13.09.2016 г. Студенты-волонтеры медицинского факультета № 2 поздравили 11 ветеранов с Днем освобождения Донбасса.

14.09.2016 г. – 17.09.2016 г. Студенты-активисты из профкома ДонНМУ защищали честь вуза в пгт Седово на XIV Форуме лидеров студенческих профсоюзных организаций и органов студенческого самоуправления. Результатом всех их тягот и испытаний стало то, что команда заняла почетное «серебряное» – второе место – за «визитную карточку», и «бронзовое» – третье – за профсоюзную песню.

21.09.2016 г. Состоялось большое собрание волонтеров среди первого курса всех факультетов. Студентам рассказали о работе и направлениях волонтерского клуба, а само заседание разнообразили играми с целью командообразования.

почувствовать себя частью большой и дружной семьи 2-го медицинского факультета, познакомиться между собой, а также со старшими курсами.

26.09.2016 г. Состоялась спартакиада, где команда медиков под говорящим названием «Адреналин» соревновалась с оппонентами из ДонНУ. Наши студенты показали себя настоящими профи, заняв лидирующие позиции практически во всех состязаниях. Кроме того, в соревновании по мини-футболу обыграли противника со счетом 3:0. И в этот же день наши волонтеры посетили отделение детской онкогематологии и провели занятие по лепке из соленого теста, которое увлекло не только детишек, но и их родителей.

28.09.16 – 29.09.16 г. В общежитии № 9 проходил турнир по настольному теннису. Первое место осталось в стенах этого общежития, но здоровый дух соперничества и спорта разошелся по всем общежитиям нашего студгородка в сердцах участников соревнования.

30.09.2016 г. В стенах университета, во Всемирный день сердца, прошла акция «Здоровые сердца Донбасса». Это мероприятие обращает внимание на то, как важен здоровый образ жизни для профилактики различных заболеваний, в том числе и сердечно-со-



судистых. Также студенты продемонстрировали свою любовь к спорту, в том числе и в конкурсе по перетягиванию каната.

06.10.2016 г. Студенты-медики посетили «закрытую вечеринку Медухи» и показали своим младшим коллегам, как задорно мы отдыхаем!

10.10.2016 г. Состоялась традиционная школа профактива. Именно на таких собраниях студенты могут полностью открыть для себя профком студентов. Информативный доклад о работе профсоюза представил председатель профкома студентов Р.А. Жилиев, а представители комиссий выступили с яркими презентациями по своим направлениям.

13.10.2016 г. Прошло открытие литературного сердца ДонНМУ им. М. Горького – заседание первой литературной гостиной в новом учебном году «Чертова Дюжина», выставка картин талантливых художниц Софии Игнатъевой (1 курс, медицинский факультет № 2), Яны Садрицкой (5 курс, медицинский факультет № 2) и Александры Зятъевой (1 курс, медицинский факультет № 1). Музыкальное сопровождение: Михаил Камуз, Дмитрий Костюков – гитара.

19.10.2016 г. Командой "MedTV" снят первый выпуск передачи «Таланты ДонНМУ».

20.10.2016 г. Вышел очередной выпуск газеты «Студенческий пульс», 1-й с начала 2016-2017 учебного года, но 15-й в череде наших работ.

22.10.2016 г. Волонтеры ДонНМУ им. М. Горького продуктивно поработали, убрали листья и подарили заботу и внимание милым животным в питомнике.

26.10.2016 г. Состоялось открытие фестиваля «Дебют первокурсника». В этом году в череде ярких концертов первыми себя публике представили студенты медицинских факультетов № 4 и № 3.

27.10.2016 г. На стадионе Донецкого государственного института здоровья, физического воспитания и спорта прошел «Спортивный дебют». Наша команда, в составе 22 спортсменов, представила университет на высшем уровне. Среди 10 команд ребята одержали головокружительную победу в номина-

циях по перетягиванию каната (I место), «Челночный бег» (III место) и, по результатам общего зачета, привезли «домой» II место.

28.10.2016 г. Студенты-медики приняли участие в волонтерской акции по сбору картофеля.

28.10.2016 – 30.10.2016 г. В г. Харцызск прошли соревнования в открытом первенстве ДНР по классическому пауэрлифтингу. Итоги: Влад Авраменко занял I место, Дмитрий Куршин – II место, Анастасия Мягкая, Амир Велиханов, Александр Куриный (выполнил норматив КМС) – III место.

31.10.2016 г. На базе Республиканского многопрофильного лицея-интерната при ДонНУ начал работу первый Молодежный бизнес-форум «Поколение Республики – 2016». Участники Форума – школьники и студенты Донецкой Народной Республики, молодые люди в возрасте от 15 лет до 20 лет, ставшие создателями лучших молодежных проектов социальной проблематики, направленных на преодоление последствий войны в Донбассе. Наши представители: Виталий Махно, Татьяна Гафарова и София Осипенко.

03.11.2016 г. Продолжение фестиваля «Дебют первокурсника». Герои вечера – медицинский факультет № 1 и фармацевтический факультет.

07.11.2016 г. Студенты ДонНМУ приняли участие в акции «Улица Героя». Ее цель – рассказать жителям г. Донецка о том, в честь кого названы улицы, на которых мы живем. Актив профсоюза проводил акцию на ул. Харитонова.

09.11.2016 г. Прошел кастинг на участие в Республиканском проекте «Новая Я!» По результатам собеседования во II-й этап прошла Виктория Конкина.

10.11.2016 г. Завершился фестиваль «Дебют первокурсника» выступлениями стоматологического и медицинского факультета № 2. Итоги этого мероприятия таковы: медицинский факультет № 1: 6 первых мест и 2 вторых, что в командном зачете их вывело на I-е место; медицинский факультет № 2: 3 первых места и 4 вторых – II место, медицинский факультет № 4: 3 первых места, 3 вторых и 1 третье – III место.

Не последними по яркости и мощности событий стали медицинский факультет № 3, стоматологический и фармацевтический факультеты.

16.11.2016 г. Состоялся Межвузовский конкурс «Фотоквест», посвященный празднованию Всемирного дня студента. Наша «женская сборная» под говорящим названием «Дети Горького» приняла активное участие в этом мероприятии. Юлия Сысоева, Марина Радычук, Ирина Коленская, Инна Супрун и Оля Токарева, несмотря на погоду, леденящий холод и здоровую конкуренцию, заняли I место.

17.11.2016 г. В День студента в морфологическом корпусе и в студенческом клубе ДонНМУ им. М. Горького прошло мероприятие «Импровизация».

В этот же день состоялась ежегодная церемония «За Дело!» В этом году наш университет победил в номинации «За полезное дело». Почетную статуэтку и сертификат победителя председателю профкома студентов ДонНМУ Р.А. Жилияеву и руководителю волонтерского клуба ДонНМУ Ирине Кириленко вручил директор ИНВХ им. В.К. Гусака Э.Я. Фисталь.

23.11.2016 г. В ЗСГ начался цикл лекций на патриотические темы, свои работы представили студенты и преподаватели ДонНМУ им. М. Горького. Мы гордимся нашим прошлым.

28.11.2016 г. Родная Alma Mater отпраздновала 86 лет. Студенты и сотрудники, а также гости нашего университета присутствовали на праздничном концерте в актовом зале ДонНМУ им. М. Горького.

02.12.2016 г. Подошел к финалу конкурс видеороликов «Стоп, СПИД! Я выбираю ЖИЗНЬ», посвященный Всемирному дню борьбы со СПИДом, в котором наш вуз также принял участие. Подготовленный нами ролик вошел в тройку лучших с почетным III местом.

Волонтеры медицинского факультета № 1 посетили деток в Доме малютки и привезли им сладкие угощения.

05.12.2016 г. Студенты ДонНМУ им. Горького провели флешмоб «Манекен Челлендж» в рамках проекта «Капсула времени» для людей XXII века. В здании вуза была организована фотосессия, а снимки были переданы будущим поколениям.

06 - 09.12.2016 г. - Прошел открытый просветительский проект Фестиваля актуального научного кино ФАНК, в рамках которого в стенах нашей родной Alma Mater студенты имели возможность посмотреть научно-популярные фильмы «Terra», «Лимб», «Тайны мозга» и обсудить актуальные вопросы экологии с Алексеем Геннадьевичем Козаковым, а также прослушать лекцию «Информационные войны» президента фонда «Остров Крым» Никиты Сергеевича Томилина.

08.12.2016 г. Волонтеры посетили ветерана ВОВ – лаборанта кафедры гигиены Марию Ивановну Писаренко. Мария Ивановна – замечательная женщина, которая в свои 92 года продолжает работать медсестрой и помогать людям!

14.12.2016 г. В Центре Славянской культуры состоялся межвузовский фестиваль «Дебют первокурсника-2016». По итогам мероприятия вокал-группа нашего университета принесла в родные стены I-е место.

15.12.2016 г. Оркестру «Medicus Band» – 60 лет! В актовом зале ДонНМУ состоялся юбилейный концерт нашего непревзойденного эстрадного коллектива.

29.12.2016 г. В актовом зале ДонНМУ состоялся фееричный Новогодний концерт.

23 - 29.12.2016 г. Подведены итоги конкурса смотра общежитий: I место – общежитие № 9, II место – общежитие № 5 и общежитие № 4, III место – общежитие № 6.

В конкурсе «Лучшая комната» среди всех общежитий I место заняла 709 комната (общежитие № 9), II место – 94 комната (общежитие № 5), III место – 18 комната (общежитие № 4). Результат среди каждого общежития: общежитие № 3 – I место, 84-я комната; II место – 53-я комната, III место – 105-я комната. Общежитие №4: I место – 18-я комната, II место – 91-я комната, III место – 21-я и 31-я комната. Общежитие № 5: I место – 94-я комната, II место – 84-я комната, III место – 52-я комната. Общежитие № 6: I место – 502-я комната, II место – 307-я комната, III место – 409-я комната. Общежитие № 9: I место – 709-я комната, II место – 801-я комната, III место – 805-я и 226-я комната.

30.12.2016 г. Подведен итог конкурса «Республиканская Снегурочка – 2017». Студентка ДонНМУ им. М. Горького 1 курса 2 медицинского факультета Вера Толмачева отвоевала победу у своих конкуренток и заняла 1 место.

Вот так и подошел к завершению 2016 год, полный наших начинаний и побед. В летописи указаны только основные мероприятия, но стоит сказать, что студенты-волонтеры более 10 раз посещали детей с арт-терапиями, также были проведены субботники. Ну а в наших блокнотах уже записаны планы мероприятий на год вперед! Мы готовы «бросаться на амбразуру» событий и вступать в ярые бои с коллегами-конкурентами, чтобы наш вуз прославлялся сейчас, как и много лет назад. Впереди будет много событий: победы на патриотических играх, конкурсы патриотической песни и литературы, праздники в стенах родного университета, наш город снова подвергнется обстрелам, и вновь соберется коллектив волонтеров, готовых помогать и работать на износ, чтобы спасти жизни.

Но это уже совсем другая история...



ВИКТОРИЯ СЕРДЮК,
5 курс, медицинский
факультет № 1

ЦИРК КАК ЧАСТЬ ЖИЗНИ

Довольно часто мелькают статьи или передачи о талантливых певцах, художниках, танцорах. Но есть ведь в каждом коллективе свой самородок. Например, на 1 курсе 4-ого медицинского факультета учится замечательная девушка Ольга Исаева – выпускница циркового училища. Сегодня – она наша собеседница.

– Оля, у тебя такое необычное увлечение. Не могла бы ты рассказать, как попала в цирковое училище, что сподвигло тебя к этому?

– Все было, в общем-то, довольно просто. В детстве я была очень любознательным ребенком, много чем увлекалась, и родители решили отдать меня в цирковой коллектив для того, чтобы направить всю мою энергию в одно русло.

– Ты сказала, что это был выбор родителей. А были какие-нибудь ссоры по этому поводу, хотелось ли все бросить?

– Нет, это увлечение пришлось мне по душе: с 5-ти лет меня начали водить туда, потому большая часть моей жизни была связана с коллективом, который в этом году отмечает свой юбилей – 35-летие.

– Это очень здорово, что увлечение пришлось по душе, но не могла бы ты поподробнее рассказать о самом процессе обучения. Тяжело ли это было?

– Обучение проходит очень увлекательно. Малыши выполняют акробатические упражнения, развивающие их способности, которые пригодятся в дальнейшем. Подростки уже знают свои возможности и слабые места. После общей разминки каждый идет заниматься выбранным направлением: массовые номера, трапеция, жонглирование, акробатические пары, полотна, антипод, клоунада и другие. Выпускники отрабатывают свои номера, передают опыт подрастающему поколению. В конце каждого учебного года проходит отчетный концерт, в котором участники демонстрируют свои успехи. Сказать тяжело – не совсем верно, было иногда сложно, трудно, требовало немало усилий и времени, но когда видишь результат своих стараний, то понимаешь, что оно того стоило.



– Это все очень увлекательно, но не могла бы ты поделиться тем, чему именно там научилась? Считаешь ли это полезным для жизни?

– В цирковом искусстве очень много направлений, но мне пришлось по душе два из них – жонглирование и ходули. Благодаря занятиям я научилась трудолюбию и целеустремленности, а также тому, как правильно вести себя на сцене. Весь наш коллектив очень дружный, а руководители вкладывали в нас все самое доброе и светлое, отдавали частичку себя. Они поддерживали в трудную минуту, направляли на верный путь.

Я считаю, что все это очень полезно, потому как сочетаются и физическая подготовка, и моральное воспитание. Это обучение позволяет раскрыть новые возможности своего тела.

– А было ли в обучении что-то такое интересное, чем хотелось бы поделиться?

– Очень интересно было побывать за кулисами Донецкого цирка «Космос» во время участия в различных фестивалях. Испытываешь просто непередаваемые эмоции, когда выходишь на арену и даришь людям радость. Цирк вносит в жизнь яркие моменты, превращая ее в волшебную сказку. Выходя на сцену, ты даришь зрителю частичку себя, а взамен получаешь лучшую награду – улыбки детей и громкие аплодисменты.



ЕКАТЕРИНА БАРТОВЦУК,
1 курс, медицинский
факультет № 4

ВЫПЕЧКА – ЭТО ПРОСТО



«Жизнь слишком коротка, чтобы тратить ее на диеты», – говорила незабвенная Фаина Раневская. А тем временем английские ученые неустанно доказывали пользу шоколада, итальянцы превозносили преимущество макарон, гордо именуемых пастой, французы налегали на круассаны с бланманже, а русские люди пекли блины, пироги, ватрушки и, конечно, праздничные куличи.

Согласитесь, что в выпечке мы видим не маленький кусочек теста, а маленький кусочек настоящего счастья. А если это «счастье» еще и вкусное, и выглядит красиво – так это счастье вдвойне. Я убедилась в этом лично!

Началось все еще в раннем детстве, когда я, будучи маленьким ребенком, уютными зимними (а то и осенними, весенними) вечерами пропадала с мамой на кухне. Мы часто готовили какую-то вкусную выпечку, и в доме всегда пахло свежерастопленным сливочным маслом, карамелью, цукатами, шоколадом и фруктовым чаем. Это было, наверное, а скорее – точно, самым счастливым и прекрасным временем моей детской жизни.

Сначала ты внимательно слушаешь маму, потом пытаешься тщательно перемешать что-то в миске, создать нечто красивое и прекрасное, и ждешь с нетерпением, когда это самое «прекрасное» наконец можно будет достать из горячей духовки и скорее попробовать! А мама немножко строго, но в то же время с улыбкой, пригрозит пальцем, что горячее тесто есть нельзя.

Когда я подросла, то уже хотелось попробовать что-то испечь самой. И, так скажем, порадовать маму маленьким и вкусным сюрпризом. Я начинала с простого. А именно – с печенья. Это было совершенно нетрудно и очень забавно – вырезать из обычного песочного теста разные сердечки, звездочки и другие фигурки. А потом посыпать все это сахарной пудрой.

Но с возрастом хотелось как бы «повышать свой уровень» в кулинарии и готовить блюда посложнее. Я стала читать кулинарные журналы и смотреть тематические передачи. Так, когда я была в 10 классе, ко мне пришел рецепт знаменитых сейчас «капкейков».

Сарсаке – это «маленький тортик», а вернее сказать – американский кексик размером с кофейную чашку. «Сар» – (в переводе с английского) чашка, «sake» – торт, пирожное.

Прочтя рецепт в кулинарном журнале, я загорелась идеей и принялась «творить». Но признаюсь честно, в первый раз времени на готовку ушло много. Правда, оно того стоило. Сотворив то самое сладкое «чудо», я конечно, решила пригласить к себе подругу на чай и похвастаться результатом. И она, как многие мои ровесники, почему-то удивилась, что я испекла это самостоятельно и что вообще умею готовить. Но пекла я часто и помногу. Помню, приносила частенько разные вкусности в класс (капкейки, пончики, тортики) и угощала всех без всякого повода. Мне было интересно испечь

«ВСЯ НАША ЖИЗНЬ – ЭКЗАМЕН»



Жизнь постоянно ставит человека в ситуации, когда ему приходится сдавать экзамены. Но когда они позади, нервная система приходит в себя, мы часто задумываемся: «Зачем я так сильно переживал, тратил свои нервные клетки. В жизни много еще испытаний, а зачеты – не самый страшный этап моей жизни». Ночью перед временем «Ч» меня тоже посетила эта мысль, но успокоиться так просто я не могла. Выпив пару таблеток валерьянки, я пошла искать способы успокоения на просторах интернета. Нашла не так много советов, но некоторые из них мне помогли. И я решила их включить в свою статью. Впереди у нас всех еще не одна сессия, да и вообще – «вся наша жизнь – экзамен».

Совет первый. Успокоиться перед экзаменом поможет осознание того, что полученная по его итогам оценка не определяет главного – человеческой ценности, а всего лишь отражает уровень знаний на данный период времени.

Если не углубляться в совет, например, «недоброжелательное отношение преподавателя к студенту», главное – это ваши знания и неважно, насколько их оценивают.

Совет второй. Когда вы находитесь непосредственно перед аудиторией или кабинетом, постарайтесь не поддаваться общей панике. Сделайте дыхательную гимнастику, чтобы успокоиться, привести в порядок мысли и нервы. Вдохните глубоко, представьте, что воздух проходит сквозь вас от головы до ног, а затем резко выдохните. Представьте, что вместе с воздухом вы выдыхаете все проблемы. Положите руку на живот, медленно вдохните и так же выдохните. Размеренное дыхание позволит вам успокоиться. Повторите упражнение несколько раз.

В совете не зря упоминается об «общей панике», так как в большинстве случаев именно она будет вас подавлять, настраивать на плохой исход сдачи. Лучше никого не слушать, а, стоя в сторонке, сделать дыхательную гимнастику, пролистывая свои конспекты.

Совет третий. Самое главное – готовьтесь к экзамену. Учите нужный материал не накануне ночью, а распределив понемногу на весь срок подготовки. Повторяйте пройденное. Устройте с друзьями или родственниками мини-опрос, чтобы понять, не осталось ли темы, на которую вы не обратили внимание.

Увереннее всех чувствует себя человек, который изучил все вынесенное на экзамен.

Если хорошо все выучить, тогда даже недоброжелательное отношение преподавателя к вам не испортит экзаменационную оценку.

Совет четвертый. Положительный настрой на экзамен. Представьте заранее ситуацию, которая происходит во время испытания, прокрутите мысленно все пути решения. Обязательно подумайте о положительном результате. Вспомните все успешные случаи сдачи экзамена, подумайте, что из прошлого опыта вы можете применить сейчас. К тому же, думая о прошлых успехах, вы имеете шанс повторить их, ведь таким образом вы программируете себя на удачу. Попросите ваших близких говорить вам только хорошие слова и напутствия. Уверенность родных и друзей в положительном результате поможет вам справиться с волнением и поверить в свои силы. Зная, что окружающие люди любят вас не за отметку, полученную на экзамене, а просто за то, что вы есть, сможете успокоиться и почувствовать себя увереннее.

Советы основаны на психологии. В нашем мире, на мой взгляд, мысли материализуются, если запрограммировать себя на удачу и успех, даже если просто представить хороший результат экзамена, – все обязательно сбудется. Но нужно не забывать готовиться к экзамену, так как мы знаем, что все с неба не падает!

Ну, вот и все советы, впереди меня ждут три интересных и важных испытания. На них и апробируем эти советы. Главное, что хочу сказать, – никогда нельзя забывать о своем здоровье. Все проблемы рано или быстро решатся, а вот здоровье никто не вернет. Мы врачи, как никто другой, знаем, что нужно и важно беречь здоровье смолоду!



ЮЛИЯ ПОДОЛЬСКАЯ,
2 курс, медицинский
факультет № 3



ДНЕВНИКИ ПЕРВОКУРСНИЦЫ-2 ИЛИ КАК ПЕРЕЖИТЬ 1-Ю СЕССИЮ...

22.12.16, четверг

В ожидании чуда

Вот и четверг, последнее занятие по анатомии. Мы надеялись, что преподаватель обрадует нас и скажет, что модуля, который по расписанию должен быть 05.01.17 (а это будут новогодние каникулы), не будет. НО НЕТ. Модуль перенесли на следующее занятие – половина группы поседела.

23.12.16, пятница

Ура-а-а, конец недели

С одной стороны – конец недели, а с другой – последняя неделя рая. Ведь начинаются модули. Конечно, старшекурсники думают, что модули – это пустяки, но нам, первокурсникам, немного страшно. У нас это впервые, мы только окончили школу, и это как бы первые экзамены во взрослой жизни...

26.12.16, понедельник

Понедельник – самый легкий день!

Может быть, в следующей жизни, но не сегодня. Это был самый ужасный день, ведь у меня был первый модуль, да еще и химия... Я жутко волновалась, но в итоге написала на «4». Я молодец, хотя немного обидно, что не хватило два правильных ответа до «5».

27.12.16, вторник

Надежда умирает последней

И вот прошел второй модуль, теперь по физике, я очень хотела получить «5», не тут-то было, у меня «4». Очень обидно, временами даже хотелось плакать. Но плакать из-за оценок – это по-детски, поэтому я не плачу...

28.12.16, среда

210 пословиц

Да, именно 210 пословиц нам задала выучить преподаватель по латыни с начала семестра, но кто учил?! Все начали учить в последний момент. И в итоге половина группы рассказала на «2», к сожалению, и я – в их числе. Какие-то пословицы я выучила, какие-то знала, но чтобы все – не смогла... Но есть одна приятная новость: по анатомии на модуле будут только тесты...

29.12.16, четверг

Тот злосчастный день

Это была анатомия. Написав тесты, мы все поняли, что лучше бы была устная часть. Я написала не очень хорошо, но и не плохо, хотя подпортила себе рейтинг. У меня был лишь один плюс, не надо было идти на пересдачу. Но в сегодняшнем дне есть тоже положительные моменты: я получила первый зачет по английскому языку. И сегодня я выступала на Новогоднем концерте – мне очень нравится появляться на сцене.

30.12.16, пятница

Последний день...

Конец года... Этот год оказался для нас, наверное, самым трудным: окончание школы, поступление в университет, новые знакомства, первая сессия... Университет – это новый этап нашей жизни! Надеюсь, что и 2017 год удивит меня своими красками и эмоциями.



ОЛЬГА КУЦАЯ,
1 курс, медицинский
факультет № 4



2016-Й ПОДАРИЛ МНЕ НАСТОЯЩУЮ СКАЗКУ

2016 год. Каким же сложным и одновременно замечательным он был! Уйма приятных событий и желанных побед – окончание школы и вступление во взрослую жизнь. Семнадцатого июня мы, первокурсники, попрощались с детством, надев красивые платья и дорогие костюмы. Родители плакали и умилялись в то время, как сотни ножек выпускниц, обутые в туфли на высоких каблуках, сделали уверенный шаг вперед, вступив в новый этап своей жизни.

Тогда, стоя на торжественной сцене, я вдруг поняла, что ни дорогое платье, ни прическа, ни непривычный макияж не характеризует тебя как взрослого человека, что в душе ты по-прежнему ребенок, которому нужна поддержка семьи и любовь. Мы отмечали свой первый праздник юности, все еще оставаясь детьми.

А впереди всех ожидало еще более волнительное лето. Каждому присвоили такое непривычное слово «абитуриент» и заставили до конца июля ждать результатов. А потом будто во сне: зачисление, поселение в общежитие, посвящение в студенты. Жизнь стала до предела насыщенной и порой казалось, что просто некогда поднять глаза к небу и спокойно вздохнуть. Едва успев привыкнуть к новому статусу «студент», мы писали свои первые микромодули и познавали страшное слово «пересдача».

Но была и другая, обратная сторона медали. Это замечательные люди, с которыми нас свела судьба. Друзья, которые поддерживают, вдохновляют, учат. Моменты, прожитые с этими ребятами, всегда будут оставаться в моей памяти и сердце. Я бесконечно благодарна им за то, что они есть в моей жизни.

Нельзя не сказать о влюбленности, которая приходит внезапно, где-то между анатомией и химией, после чего последняя ну уж никак не хочет укладываться в голове. Ты летишь окрыленный на пару и ловишь себя на мысли, что в голове вместо темы о буферных системах у тебя розовая кашка, заставляющая думать только об одном человеке. И это вовсе не плохо! Что может быть замечательнее тех эмоций, которые мы можем ощущать в студенческие годы?!



День за днем, неделя за неделей летит время – и вот мы уже сдаем модули и прощаемся с преподавателями, к которым только успели привыкнуть. Наш первый семестр окончен, и мы уже едем домой с ошалевшими глазами от нового расписания. Но душу греет и волнует все то новое и неизведанное, что в будущем преподнесет нам учеба в меде.

Новогодние огни, которые зажглись в преддверии Нового 2017 года, были поистине теплыми и желанными, потому что уходящий 2016-й подарил мне самую настоящую сказку. Именно этот год запомнится как один из самых лучших по многим причинам, самой основной из которых будут, несомненно, близкие люди, появившиеся в моей жизни за эти полгода. Спасибо вам за то, что вы есть!

Мне хочется пожелать студентам, чтобы волшебство, окутавшее их в новогодние праздники, не развеялось до следующей зимы, а хорошие моменты только преумножались. С наступившим Новым 2017 годом! Будьте счастливы!



ЕКАТЕРИНА СЫПЛЕНКО,
1 курс, медицинский
факультет № 1

ЧТО ТАКОЕ СЧАСТЬЕ?



Что такое счастье? По-моему, это особое внутреннее состояние: эйфория чувств, эмоций, невероятная радость и блаженство. Что же может сделать нас счастливыми? У каждого на этот вопрос свой ответ. Для кого-то счастье заключается в крепкой семье и воспитании детей. Кто-то чувствует себя хорошо, когда занимается любимым делом, когда погружается в творчество. Для кого-то счастье – это успешная карьера, слава, деньги и всеобщее признание. А кто-то видит счастье в самых простых вещах, и ему не нужно ожидать, пока произойдет что-то необычное, ведь он наслаждается жизнью и чувствует себя счастливым ежедневно.

Именно умения находить счастье в простых вещах иногда нам не хватает. Счастье для нас – это чудо, но в его поисках мы часто остаемся слепы. В произведении «Старикашка с крыльями» Фредерико Гарсиа Маркес с иронией утверждает, что, говоря о чуде, мы имеем в виду что-то неземное, нереальное. Мы разучились восхищаться самыми обычными вещами. Когда же происходит настоящее чудо, наше неверие требует от него: «Докажи, что ты – это ты, убеди в своей исключительности». А если увиденное не соответствует нашим представлениям о чудесном, – отворачиваемся от него. Неверие обедняет нас духовно. Мир из объемной картинке, играющей различными гранями, превращается в плоскую и однозначную, и мы, как те жители небольшой колумбийской деревушки, о которой рассказал Маркес, готовы настоящий подарок судьбы променять на цирковое представление, ведь оно красочнее и понятнее для каждого.

Порой бывает, что как раз самые обычные на первый взгляд вещи заставляют нас улыбнуться и окрыляют. Возможно, однажды счастье придет в ваш дом щенком, каким оно появилось в нашем. Весной прибудил к нам маленький черный комочек – ушки с белыми кисточками. Мордашка такая смешная, что, глядя на нее, невозможно сдержать улыбку. Он стал общим любимцем. Я была счастлива, когда играла с ним, заботилась о нем, наблюдала, как он растет. Летом нам пришлось уехать. Тимку, так был назван щенок, отдали друзьям. Почти через полгода мы вернулись домой и были поражены: первым, кто встретил нас у дверей,

был Тимка. Друзья рассказали, что каждый день он приходил к двери нашей квартиры и ожидал нас. Такая верность трогает до глубины души. Вот оно – чудо любви, вот оно – счастье! Подаренные нами когда-то тепло и забота вернулись безграничной верностью.

А еще счастье для меня – это воскресные бабушкины пироги. Как только меня окутывает запах ванили, – душа наполняется теплом. Вот он, запах семейного уюта. Сейчас бабушка передает мне свое мастерство, и я стараюсь, чтобы приготовленное мною было сделано с любовью. Уверена, мои дети тоже будут радоваться семейному счастью – вкусным воскресным пирогам.

Да, все это не что-то необычное, не что-то удивительное. Вот почему я считаю, что счастье заключается в обычных вещах, оно все время рядом с нами:

А счастье – близко, рядом с нами.

Такое нежное, без грима.

С простыми, добрыми глазами.

*А мы хотим, чтоб в оперенье,
В обертке яркой и блестящей.*

*О, как порой подводит зренья,
Что видит блеск ненастоящий!...*

(Автор неизвестен)

Часто счастье не только рядом с нами, а в наших руках. Мы и сами можем сделать кого-то счастливым: подарить веру в лучшее, семейный уют, верность, дружбу, заботу, любовь. А разве все это не самое настоящее счастье?! Эдвард Булвер-Литтон утверждал: «Сколько бы мы ни странствовали, счастье наше всегда будет находиться в узком кругу и среди вещей, находящихся в нашей непосредственной обстановке».

Давайте же восхищаться миром вокруг нас, делать его лучше! Если ваше сердце будет чутким и открытым для всего нового, неизведанного, если оно станет гореть желанием творить, жизнь обязательно подарит множество счастливых моментов.



ЮЛИЯ АБРАМОВА,
1 курс, медицинский
факультет № 4

МЕЧТЫ О ЧУДЕСАХ

Когда по телевизору начинают показывать рекламу Coca-Cola, а город заметает снегом и твои коллеги-одногруппники вовсю чистят мандарины в перерывах – невольно начинаешь ощущать дух Нового года, праздника и чудес.

Существует множество способов загадать желание под бой курантов. Одни пишут свое желание на бумажном листе, поджигают его и выпивают вместе с шампанским. Другие пытаются съесть двенадцать виноградинок, веря, что их желание исполнится. Третьи загадывают сокровенное в прыжке, полагая, что чем выше ты подпрыгнешь, тем скорее оно исполнится. Все хотят, чтобы самая заветная их мечта поскорее сбылась.

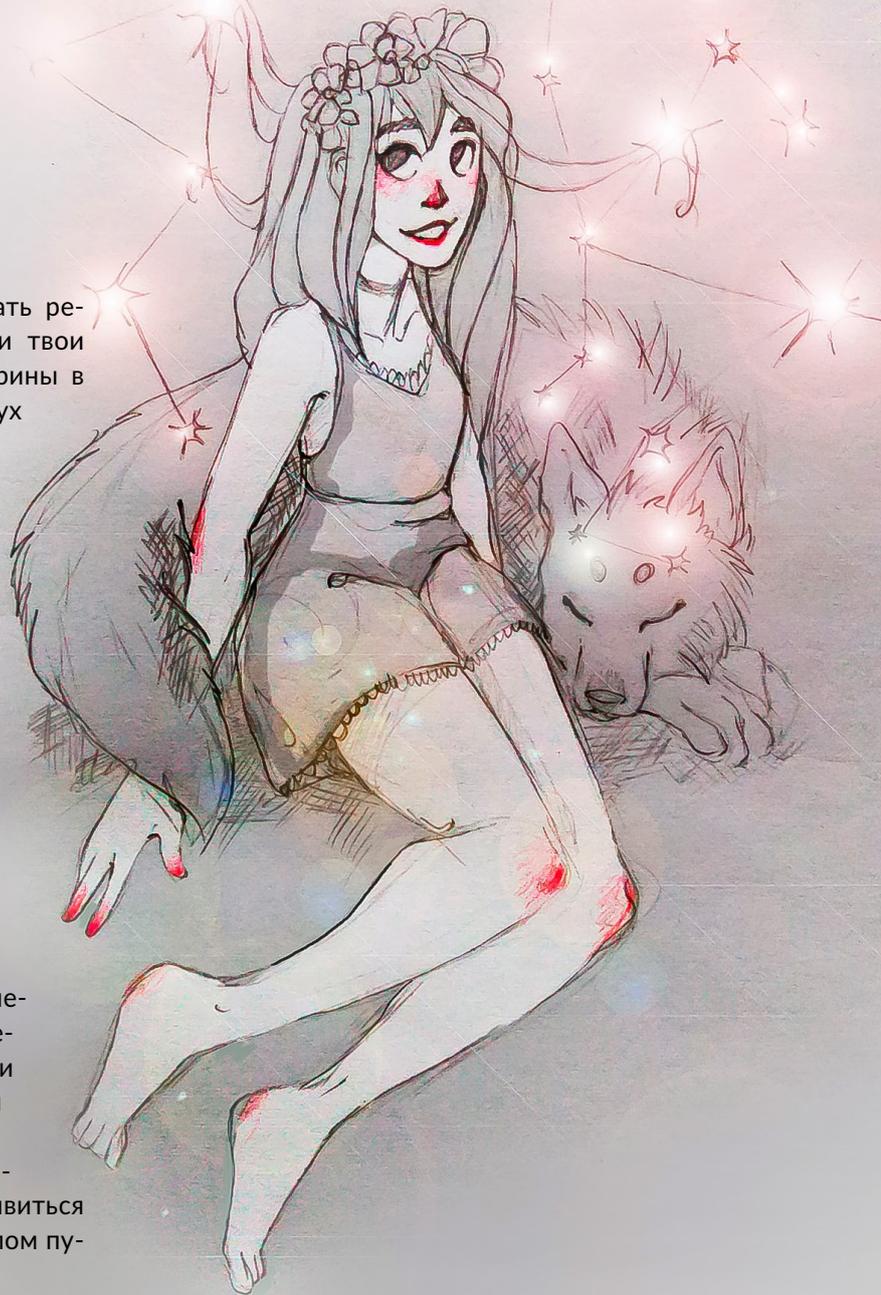
Однако желания осуществляются не всегда. С чем это связано? Я очень часто задаюсь этим вопросом. И, кажется, недавно нашла ответ.

Проблема в том, что люди перестали замечать чудеса вокруг себя. Как часто, спеша с учебы домой, мы оглядываемся по сторонам или по вечерам и смотрим в ночное небо? Что мы испытываем, глядя на первый настоящий снегопад? Обилие дел просто не дает нам остановиться, посмотреть на мир иными глазами, удивиться человеку в смешной шапке или собачке в теплом пуховике.

Многие люди хотят чего-то глобального, чего-то такого, что в одно мгновение перевернет их жизнь с ног на голову. В погоне за журавлем очень часто забывают про синицу, которую держат в своих руках. Миллион событий происходит каждый день, множество людей проходит мимо, и каждый из них каким-либо образом оставляет свой отпечаток в нашей жизни.

Некоторые желаемые события так и не происходят. И в таких случаях мне на ум всегда приходит простая, но невероятно правдивая фраза: «Все, что не делается – все к лучшему». Может, событие, которое не случилось, дало тебе больше счастья, чем если бы оно произошло?

Чудеса не случаются в новогоднюю ночь, они не происходят за один день и не меняют жизнь в одно мгновение. Счастливые мгновения приходят и уходят в течение всего года, оставляя в душе свой след.



Чудеса – это творение рук самого человека. Чтобы тебя приняли на работу – нужно постараться туда устроиться. Чтобы научиться делать инъекции – нужно практиковаться. Чтобы выиграть в конкурсе – нужно подать заявку. Нельзя просто сидеть на диване и ждать.

Если вы чего-то хотите по-настоящему, то возьмите – и сделайте это. Лучше сожалеть о содеянном, чем всю жизнь корить себя за то, что могли, но не сделали. И не забывайте остановиться на мгновение и задуматься – может, у меня уже есть все, что нужно?!



ОЛЬГА ТОКАРЕВА,
5 курс, медицинский
факультет № 2

МОЕ БУДУЩЕЕ В МЕДИЦИНЕ



Все мы с вами мечтали поступить в ДонНМУ им. М. Горького. Наши мечты сбылись – мы тут. Теперь перед каждым из нас, начиная от первокурсника и заканчивая выпускниками, стоит вопрос о будущем в медицине. Каждому предстоит выбрать специальность. Возможно, кто-то уже пришел с определенной целью в отрасль медицины и знает, каким врачом он хочет стать, а кто-то точно решил идти по семейным стопам. Ну что же, в любом случае, всем следует очень внимательно относиться к выбору будущей специальности, и в этой статье мы постараемся вам в этом помочь.



Совет 1.

Если Вы уже являетесь студентом(кой) нашего вуза, тогда мы советуем посещать кружки, которые предлагает любимый университет. Именно благодаря им, Вы сможете ближе познакомиться со спецификой выбранной Вами профессии и изучить ее изнутри.

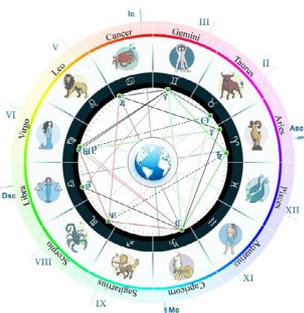


Совет 2.

Вы можете подписываться на различные каналы на Ютубе, посвященные медицинским специальностям и понять, подходит ли это Вам. Так будущие светила хирургии могут «поприсутствовать» на операциях и осознать, какое направление хирургии им подходит.

Совет 3.

Для любителей необычных способов решения жизненных задач и тех, кто верит в гороскопы, тоже есть нестандартный выход. На просторах интернета Вы можете создать свою натальную карту, после загрузить ее на специальный сайт, где знатоки звезд подробно расскажут о том, какая отрасль медицины Вам ближе.



Совет 4.

Если Вы всегда мечтали помогать людям, но не знаете, как именно это сделать, попробуйте разузнать, в каких специалистах больницы нуждаются больше всего. Возможно, Вы сможете найти что-то для себя, и в итоге это окажется той самой желаемой профессией.

Совет 5.

Один из крупнейших медицинских университетов США – университет Вирджинии – опубликовал результаты многолетнего исследования личностных характеристик врачей различных специальностей. Ученые определяли наиболее типичные и характерные особенности темперамента, жизненных позиций и пр. Тест состоит из 130 вопросов. Итог – своеобразный рейтинг Вашей предрасположенности к различным специальностям. Как утверждают авторы, Ваша будущая профессия либо номер 1 в списке (точность – около 87%), либо в первой пятёрке (точность – 92%).



Надеемся, наши способы помогут в выборе будущей профессии, и Вы найдете для себя то, что Вам по душе. А тем, кто уже сделал это, желаем успехов на карьерном пути!

ЗЛАТА ШУЛАК,
1 курс, медицинский факультет № 2



ВЕРА ТОЛМАЧЕВА,
1 курс, медицинский факультет № 2

Интересно знать Стрессия

ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ ИЛИ ЛУЧШИЕ ТРАДИЦИИ СТУДЕНТОВ

Зима – прекрасное время года! Зимой сбываются все мечты, а если еще она и снежная, то на улице царит прекрасная белокипенная сказка. Тут стоит вспомнить прекрасные строки стихотворения А.С. Пушкина «Зимнее утро»: «Мороз и солнце; день чудесный», которые каждый, хоть раз в своей жизни, говорил, когда на улице была похожая под описание погода. «Под голубыми небесами, великолепными коврами, блестя на солнце, снег лежит» – какое все же красивое время года!

Но у студентов зимой есть одна маленькая проблема – сессия. Пока она еще не началась, ведь недавно только закончился семестр. И я очень рада, что закрыла его вовремя. Хотя на последней неделе у меня одна за другой и возникали проблемы, но мне удалось их решить вовремя. Не знаю, было ли это зимнее волшебство или просто при подготовке к модулю мне нужно было приложить больше сил. Но я закрыла семестр и очень рада этому!

Получив неделю отдыха после Нового года, можно было бы за это время отлично подготовиться к экзамену. Но зачем готовиться за неделю, когда у студента есть целая ночь перед ним?! Я уверена, что много именно таких студентов, а также не будем забывать о студенческих традициях, которых я подобрала около 10, причем из разных стран:

1. Во многих западных университетах существует традиция «первоыбитного крика» (англ. «The Primal Scream»), который продолжается от пяти до десяти минут: каждый вопит, кто во что горазд. Считается, что так снимается напряжение от сессии.

2. Традиция университета португальского города Коимбра стала местной легендой. Это церемония «сжигания лент»: студенты сжигают в специальных горшках широкие ленты, окрашенные в цвета своего факультета, что символизирует окончание их студенческой жизни.

3. Во Вроцлавском университете (Польша) у выпускников есть традиция «одевать» в дурацкую одежду статую фехтовальщика, установленную перед Университетом, в ночь перед вручением диплома.

4. У русских студентов существует традиция звать «халяву» перед экзаменом. Нужно в 12 часов ночи перед экзаменом открыть форточку, открыть зачетку и в окно проорать: «Халява, приди!» – после чего закрыть

окно, положить в зачетку сахара, перевязать ее резиновой лентой и положить в морозилку.

5. Если экзамен предстоит уж очень сложный, можно попробовать выскочить на улицу в нижнем белье с криком: «Шара!»

6. В Йельском университете вообще организуется забег гошьом.

7. Если вы взяли займы конспект у старших курсов, за это придется платить. Должник должен «отработать» несколько часов перевозчиком у своего спасителя. Бедняге рисуют зеленкой «фингалы» под глазами, чтобы походило на фары. Если должников двое, они могут «катать» своего спасителя вдвоем на носилках.

8. В Принстонском университете (США) студенты сдают письменные экзамены при отсутствии в аудитории преподавателей. Все дело в «Кодексе честности» – торжественной клятве, которую дают первокурсники. В соответствии с ней студент, как порядочный человек, обязуется не списывать.

9. В Джорджтаунском университете (США) студенты откручивают стрелки с часов башни Healy Hall и отправляют посылкой в Ватикан. Несмотря на усиление охраны и мольбы администрации, стрелки по-прежнему пропадают с часов раз в 5–6 лет.

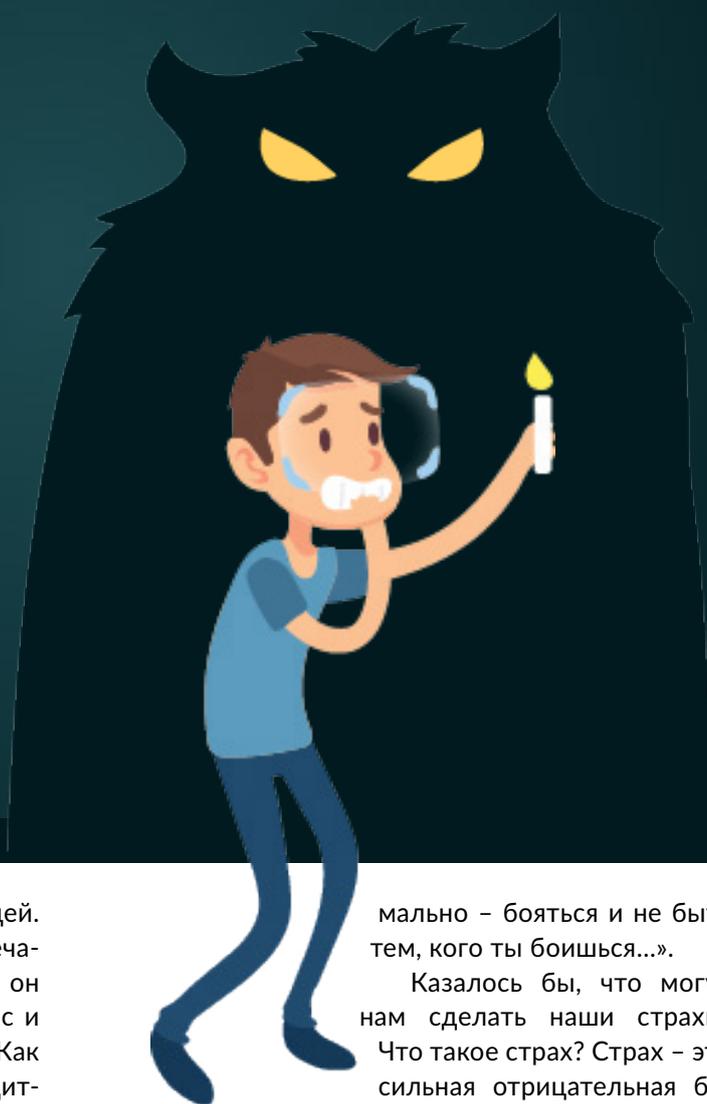
10. Однажды в Оксфордском университете студент во время экзамена потребовал у преподавателя кружку пива, сославшись на древнюю традицию вуза. Поскольку в XVIII веке в университете такая традиция действительно существовала, требуемую кружку студенту подали. Но экзаменатор не остался в долгу: он вспомнил об еще одной давней традиции Оксфорда и оштрафовал студента за то, что он явился на экзамен без шпаги.

У всех университетов традиции разные, но смысл всегда один – надежда на «халяву». Может, вам эти советы и пригодятся, но запомните: «На халяву надейся, а сам не плошай».



ЮЛИЯ ПОДОЛЬСКАЯ,
2 курс, медицинский
факультет № 3

БЫТЬ МОНСТРОМ



Страхи и боязни наблюдаются у всех людей. Только представьте, невротический страх отмечается у каждого третьего жителя Земли, но если он достигает силы аффекта, то превращается в ужас и это выводит человека из-под контроля сознания. Как следствие – происходит оцепенение, паника, защитная агрессия, бегство. В этом случае эмоция страха выступает обоснованной и служит для выживания индивида.

Но в бочке меда всегда есть ложка дегтя, и иногда страх может принимать патологические формы, которые будут нуждаться во вмешательстве врачей. Суть страха заключается в том, что человек, боясь, старается избегать ситуаций, которые провоцируют отрицательную эмоцию. Но сильный страх является токсичной эмоцией и вызывает развитие различных заболеваний. Но как бы ни было, стоит помнить, что каждый страх выполняет определенную функцию и возникает не просто так.

У каждого из нас было такое: сердце вырывается из груди, ноги становятся ватными, ты не можешь произнести и слова, все валится из рук, воздух становится тяжелым и его так мало, да и еще тебя одергивают и спрашивают, все ли с тобой хорошо, ведь твои щеки залились ярким румянцем?! Верно? Когда меня посещает это чувство, когда я чего-то боюсь, то вспоминаю слова одного моего хорошего друга: «Это нор-

мально – бояться и не быть тем, кого ты боишься...».

Казалось бы, что могут нам сделать наши страхи? Что такое страх? Страх – это сильная отрицательная ба-

зовая эмоция, относящаяся к врожденным, которая имеет генетические, физиологические компоненты и возникает в результате воображаемой или реальной опасности. Если так, то значит, люди правы, когда говорят, что страх лишь у нас в голове?

«Таня К., 27 лет, не любит ездить в лифте, в походах не спит в спальнике, предпочитает работать на свежем воздухе, живет в своем доме с большой лужайкой. Посещая своих друзей или коллег, она готова идти пешком на девятый этаж, только бы не заходить в «коробку с зеркалом» и подниматься на этом «благе» механического происхождения. Таня помнит, когда стены сомкнулись впервые... ей было 5 лет. Они приехали к бабушке в деревню. Вся природа буйствовала яркими красками, полевыми цветами. Комбайнеры косили пшеницу и запах скошенного сена разносился по всей округе. Она с деревенскими ребятами играла в прятки. Чтобы ее не нашли быстро, Таня села за старым деревянным колодцем. Дедушка рассказывал ей, что его забросили, так как он давно высох, только ил на дне все еще был вогким.

Ребята так долго искали ее, что девочка уснула, опершись на сруб колодца. Доски сруба, старые и пересушенные, прогнулись под весом хрупкой девочки, и Таня провалилась вниз. Ей казалось, что самый страшный сон воплотился в жизнь. Запах свежескошенного сена смешался с вязким запахом ила на дне



колодца. Перепачканная девочка сидела в нем, казалось, так долго, что о ней могли уже давно забыть, ведь для ребят она чужачка. Она звала их, звала маму и папу, дедушку. Колодец был на отшибе между пахотой и лесом, никто бы и не догадался... Солнце светило сверху прямо в колодец, и Тане казалось, что еще мгновение – и ее спасут, но никто не шел. Во рту пересохло, лицо горело, она кричала так громко, как могла, но то и дело крик срывался в шепот. Прошло время, и солнце ушло дальше по небосводу. Тане стало казаться, что камни колодца стали ближе к ней, что раньше эта стена напротив была дальше. Воздух стал такой вязкий, что она начала жадно вдыхать его так часто, как только могла. Слезы и крики бедной девочки спустя несколько часов услышали комбайнеры, идущие на перерыв. Ее достали из колодца. Несколько царапин и ссадина на коленке, казалось, – просто сильный испуг и эмоциональное истощение, но для Тани стены уже сомкнулись. Она понимает, что стены колодца в детстве и лифта сейчас могут двигаться на нее и тем более раздавить. Она пытается бороться со своим страхом, но видит воочию движение стен, даже когда другие люди стоят неподвижно и этого не замечают. Для нее все это реально, и никто ее не переубедит».

Фобии способны приводить к частому и сильно-му переживанию отрицательной эмоции человеком независимо от времени. Под фобией понимают нелогичный, навязчивый страх, связанный с определенной ситуацией или предметом, когда самостоятель-но человек не может с ним справиться.

«Саша Т., 25 лет, с детства очень любил свою бабушку, с которой они весело проводили время, прогуливаясь в парке, где кормили голубей и кидали хлеб уткам в пруд. Но ездить к своей бабушке он не любил. Женщина она была пожилая, плохо слышала, и ее кот вечно царапал полы под дверью комнаты, которая была отдана под детскую. Но не это было причиной его страха.

У бабушки была небольшая коллекция старых кукол. Страшные уродливые игрушки, казалось, смотрят на Сашу, когда он гостит у бабушки. Мальчику грезилось, что каждый его шаг, каждое слово отслеживают эти жуткие создания. Саша привозил к бабушке машинки и самолетики с солдатиками, но они всегда куда-то пропадали. Когда же он приезжал снова, куклы восседали на самом видном месте, а его игрушек и след простыл.

Но самое страшное случилось, когда его оставили ночевать у бабушки. Весь вечер он смотрел с ней вместе телевизор, выстраивал флотилию своих корабликов к бою, но потом бабушка почувствовала себя не очень хорошо и отправила внука спать. Саша неохотно отправился в злосчастную комнату.

Глаза кукол в свете уличного фонаря блестели злым огнем. Он заснул с трудом, крепко сжав в кулачке своего солдатика. Проснулся мальчик от того, что в коридоре кто-то шумно говорил, там было много людей, на улице горели огни «машины скорой помощи». Не зная о том, что в комнате есть ребенок, дверь случайно подперли стулом и, второпях забрав пациентку, врачи уехали, заперев дверь. Мальчик не сразу сообразил, почему стало тихо. Машина отъехала от дома.

В его комнате было темно, куклы смотрели на мальчика, и теперь ему казалось, что они разговаривают, перешептываются. Он стучал кулачком в дверь, звал бабушку, но никто не шел ему на помощь, только старый кот царапал когтями полы за дверью. Шум часов, перешептывание кукол, блеск в их глазах – страх захлестнул его, и теперь не было никого, кто мог бы его защитить. Он так долго пытался открыть дверь, что устал и сел возле нее в уголке. Глядя на страшных кукол, Саша выстроил блок из солдатиков в углу и, крепко зажав в кулачке одного из них, уснул.

Спустя полтора часа папа уже нес его на руках в машину, а мама укутывала сына на ходу в одеяльце. Утром ему сказали, что бабушке стало плохо и она вызвала врачей, открыла им двери, а потом потеряла сознание. Врачи просто не знали, что маленький Саша спит в своей комнате и случайно заперли его



самого. А уже из больницы позвонили по номеру на бумажке, которую пожилая женщина держала в руке. Родители сразу приехали за Сашей.

Инфаркт не помешал бабушке прожить еще пятнадцать лет. После выхода из больницы, узнав о страхе внука, она тут же убрала свою коллекцию в коробку, спустив ее в чулан. Саша стал приезжать к бабушке чаще и даже полюбил старого кота. Когда ему исполнилось 23 года, эта квартира досталась любимому внуку. Будучи студентом строительного техникума, Саша решил сделать в квартире ремонт, чтобы боль от потери была не так сильна. Разбирая чулан, он нашел старую большую коробку. Уже к вечеру он отвез ее на пустырь и сжег. Он очень любил бабушку, но, когда открыл коробку, все ее куклы снова смотрели на него и перешептывались. Саша взрослый и знает, что это невозможно. Но в своих снах он все еще видит их яркие глаза на уродливых лицах.

У его дочери нет кукол, он осыпает ее мягкими плюшевыми мишками. Малышка счастлива, ее отец тоже!»

Признаками страха часто являются вынужденное молчание, пассивность, отказ от действия, избегание общения, неуверенное поведение, заикание и вредные привычки, такие как оглядывание, сутулость, обгрызание ногтей, теревение в руках предметов. При этом человек стремится к уединению и обособленности, что способствует развитию депрессии, в некоторых случаях провоцирует суицид. Люди, испытывающие боязни, жалуются на навязчивость идеи, что в итоге мешает им жить полноценной жизнью. Обманные видения и миражи при этом сопровож-

ждают человека; он боится, пытается спрятаться или убежать. Часто такие люди говорят, что у них земля уходит из-под ног, происходит внутреннее оцепенение и онемение, мы замечаем, что у них теряется адекватность и контроль над ситуацией.

«Олег С., 25 лет, заключенный исправительной колонии. За свою недолгую жизнь он лишил жизни больше десятка человек. Его целями были мужчины. Но почему?»

Детство Олега было обычным. Отец работал на заводе, ответственный и добросовестный сотрудник, под его руководством было 10 человек. Юбилеи и торжества в семье были особенными. Всегда собиралась дружная семья, коллеги по работе и друзья. Тихие, спокойные дети – гордость отца, отличники и спортсмены. Мать была бухгалтером, но по просьбе отца оставила работу и занялась поддержанием домашнего очага. Культурная и тихая женщина, готовила отменно, в доме чисто и уютно, рубашки и брюки выглажены, обувь начищена – «находка для везучего человека», – говорили люди отцу.

Но разве они могли знать, что только их нога ступит за порог дома, как настроение хозяина менялось на противоположное. Что ремень, который висел в спальне на стуле, был не столько для наглаженных брюк, сколько для воспитания. Что его супруга безоговорочно уволилась, только бы ее не били кулаками. Кто бы знал, что тихий и компанейский человек может держать в страхе целую семью? Кто знал, что за полученную четверку в полугодии по английскому языку отец расщипывает и избивает сына пряжкой ремня до огромных синяков на спине и руках, что не-

делю после этого он будет сидеть дома? Кто знал, что у отличника в учебе не будет друзей, не будет девочки, которой он бы посвящал стихи? Олег боялся, что если о зверствах отца узнают, он убьет и его, и сестру, и мать. Но больше всего Олег боялся, что ему не поверят, ведь образцового семьянина и работника в подобном никто и не заподозрил бы...

Но, как бы это не звучало, хорошие дни начались у семьи тогда, когда вследствие аварии на производстве их отец погиб. Как трудно было им держать траур, а все сочувствовали им – потеря кормильца, потеря опоры. Но и мать, и сестра больше не выглядели затравленными, больше не боялись ударов за пережаренную котлету или пыль на верхней антресоли. Казалось бы, этот кошмар ушел, жизнь приобрела смысл, наладилась.

В один пасмурный день Олег помогал товарищу по институту с переездом. Он увидел картину, которая запустила этот злосчастный цикл снова. Во дворе многоэтажки остановилась машина. Дружно помавав руками уезжающим родственникам, семейство отправилось в дом. Казалось, это идеальная семья, но то, что услышал Олег, возродило в нем ненависть, беспомощность и ужас. Отец, стоя в ожидании лифта, ругал своего четырех-пятилетнего сынишку за то, что тот был слишком активным и не очень уси-

дчивым. Ребенок явно не хотел быть спокойным в праздник и не слушал отца. Тогда мужчина совершил действие, после которого началась череда ужасов и горя. Он замахнулся на сына и ударил его по лицу. Когда супруга кинулась защищать его, он ухватил ее за волосы и втолкнул в распахнутые двери лифта. Идиллия рушилась на глазах. Олег понял, что нужно делать.

Через неделю во дворе дома прохожие нашли тело мужчины, – он был зверски избит до смерти. Соседи горевали и приносили свои соболезнования вдове и ее сыну, но Олег искренне верил, что ее скорбь – это маска, ведь и он носил такую же в свое время.

По городу прокатилась волна преступлений, полиция не могла их связать, но почерк был один. Нелюдимый, живущий отдельно от семьи, перебивающийся подработками Олег получил цель в жизни. Он уничтожал семейных монстров. Когда его поймали, парень сказал, что еще в детстве дал себе обещание никогда не стать таким зверем, как его отец. И он делал все, чтобы такого монстра не было нигде».

Часто мы не замечаем, что наши поступки становятся ужаснее в погоне за целью. Мы забываем, что боязнь высоты, пауков, теней – просто у нас в голове, так же, как страх грома и молнии у маленького ребенка. А ведь для того, чтобы этот страх прошел, нам хватало просто объятия мамы, папы или бабушки. Всю свою жизнь мы уничтожаем страх, страх перед человеком или событием, страх перед предметами или словами. Я поняла, что монстры существуют, и это нормально – бояться их, но позволять побеждать им себя – ненормально. И неправильно быть одним из них.



ВИКТОРИЯ СЕРДЮК,
5 курс, медицинский
факультет № 1

Газета «Студенческий ПУЛЬС» – издается при поддержке ректората ДонНМУ.
И. о. ректора – д.м.н., профессор, чл.-кор. НАМНУ Игнатенко Григорий Анатольевич
Руководитель проекта: Елена Щуцкая

Редакционная коллегия профкома студентов:

Редактор:	Виктория Сердюк (мед. ф-т № 1, 5 курс)
Технический редактор:	Валерий Чалых (мед. ф-т № 1, 4 курс)
Фотограф:	Ольга Токарева (мед. ф-т № 2, 5 курс)
Консультант:	Жилиев Р. А., председатель профкома студентов
Корректор:	Кобзарь И. Н.

Наша страница «Вконтакте» vk.com/studpulse

Более подробную информацию вы можете узнать по тел.: 050-42-83-186, Елена Викторовна.

В выпуске использовались графические материалы из Интернета.
На обложке: коллектив редакционной коллегии профкома студентов.

Подписано в печать 20.02.2017 г.
Отпечатано в типографии ДонНМУ им. М. Горького.
Тираж 60 экземпляров.