

робітники кафедри сімейної медицини СумДУ приділяють значну увагу підвищенню якості підготовки лікарів-інтернів зі спеціальності «ЗП-СМ» за рахунок вдосконалення методик викладання та контролю засвоєння інформації.

Кращому засвоєнню матеріалу сприяє використання в навчальному процесі мультимедійних технологій, віртуального доступу до інформаційних ресурсів інституційного репозитарію СумДУ, бібліотек, робота із закордонними платформами та комбінація різних методик, таких як робота в малих групах, семінари-тренінги, клінічні задачі тощо.

Водночас, ефективність навчання залежить і від відповідного систематичного контролю, який є невід'ємним його компонентом. У підготовці лікарів-інтернів широко використовуються поточний, тематичний та заключний види контролю. Традиційно переважають усний, письмовий, тестовий варіанти, а також перевірка практичних навичок та умінь.

На високому рівні зарекомендували себе клінічні завдання/задачі, як один із варіантів контролю рівня знань засвоєного матеріалу при позааудиторному навчанні. В ході роботи лікарі-інтерни акцентують увагу на ймовірних варіантах розвитку подій залежно від впливу різних чинників, коректують тактику ведення пацієнта. Поетапне «розв'язання» різномірних ситуативних завдань сприяє систематизації засвоєного матеріалу і формуванню відповідного «маршруту» пацієнта, дозволяє аналізувати помилки. Молодий спеціаліст має можливість напрацювати алгоритми дій як в найбільш типових життєвих ситуаціях так і в нестандартних, що сприяє формуванню достатнього рівня професіоналізму та самостійності.

Слід відмітити позитивний вплив на процес навчання участі лікарів-інтернів в on-line семінарах і конференціях, які відбуваються у вигляді телемосту.

Таким чином, можна зазначити, що в сучасній Україні існує потреба у висококваліфікованих фахівцях зі спеціальності «загальна практика — сімейна медицина», високий професійний рівень яких не можливий без відповідної мультидисциплінарної підготовки і безперервного вдосконалення теоретичних знань, практичних навичок і умінь. Запорукою максимально ефективною підготовки молодих спеціалістів є впровадження інноваційних методів у процес навчання та кропітка праця всіх його учасників.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ НА ПОЧТОВЫХ МАРКАХ

Бугаевский К.А.

Классический приватный университет г. Запорожье, Украина

История медицины в изучении заболеваний, их лечения, осложнения и профилактики может быть представлена не только в учебниках или справочниках, но и в средствах коллекционирования, например таких, как филателия. Не является исключением и изучение вопросов, касающихся сахарного диабета, в его отражении на почтовых марках. Упоминания о диабете есть в папирусе из Эберса, у Гиппократ и Зретеуса (13-200 гг. н.э), который предложил этот термин, ведические книги [1, 2, 6-8]. Почтовые марки, посвященные изучению сахарного диабета в древности, представлены на рис. 1.



Рис. 1. Марки, посвящённые истории изучения сахарного диабета



Рис. 2. Учёные, изучавшие сахарный диабет

На рис. 2 представлены почтовые марки, касающиеся вопроса изобретения инсулина и посвящённые учёным, его открывшим. Это Ф. Бантинг, Н. Паулеску, О. Минковски, Ч. Бетс, Дж. Макклауд, Э. Джорлес [1-9].



Рис. 3. Марки, посвящённые строению и производству инсулина

Существуют почтовые марки, посвящённые инсулину, расшиф-

ровке его формулы и промышленному производству. Они представлены на рис. 3 [3-9].

Образ жизни больных сахарным диабетом, его проявления и профилактика осложнений имеют важное значение в течении этого заболевания. Почтовые марки, посвящённые жизни больных с диабетом, представлены на рис. 4 [3-9].



Рис. 4. Марки, посвящённые жизни с сахарным диабетом

Осложнениям диабета, посвящены марки, представленные на рис. 5 [3-9].



Рис. 5. Марки, посвящённые осложнениям сахарного диабета

Выводы: Почтовые марки, посвящённые сахарному диабету, его диагностике, лечению и осложнениям, истории открытия инсулина — широко представлены в мировой филателии и являются чудесным дополнением к изучению истории медицины и эндокринологии для всех желающих.

Литература

1. Резников А.Г. Фредерик Бантинг и открытие инсулина (к 75-летию со дня трагической гибели) / А.Г. Резников // МЭЖ. 2016. №5 (77). URL: <http://cyberleninka.ru> (дата обращения: 03.02.2017).
2. Сахарный диабет — Эндокринология. URL: <http://www.medportal.ru> > Энциклопедия > Эндокринология (дата обращения 03.02.17).
3. Diabetes Awareness Postage Stamp, Philatelic News. URL: http://www.encyclopediofstamps.com/freestamps/philatelic_news (дата обращения 03.02.17).
4. Diabetes Postage Stamps URL: <http://www.thegiftmd.com/ZMarket/zDiabetes/postage.php> (дата обращения 03.02.17).
5. Postage Stamp, Discovery Of Insulin. URL: <http://www.tudiabetes.org/forum/t/postage-stamp...of.../47257> (дата обращения 03.02.17).
6. Shafir E. History and perspective of diabetes illustrated by postage stamps. — London. — 1999. — 28 p. URL: <http://www.worldcat.org/...diabetes...postage-stamps/> /48968625 (дата обращения 03.02.17).
7. Sanders L.J. The philatelic history of Diabetes. In Search of a Cure / L.J. Sanders // American Diabetes Association. Virginia. — 2001. — 126 p.

8. Scott specialized catalogue of Worlds stamps. (2015). New York: Scott. HE6185.U5 S3 55th. — 876 p.
9. Shulman S.T. Metabolic Syndromes / S.T. Shulman // *Pediatric Annals*. — 2012. — Volume 41. — Issue 2. — P. 43-44.

ВЛИЯНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО БЕГА НА ОРГАНИЗМ

Гоц О.В., Кудимова О.В.

Харьковский национальный медицинский университет, Украина

Неотъемлемыми составляющими валеологии, как науки о здоровом образе жизни, являются спорт и физкультура.

Студенты, находящиеся на дневном обучении, проводят основную часть своего времени в учебном заведении. В связи с этим они зачастую испытывают усталость, напряженность и чувство голода, что приводят к развитию отрицательных эмоций и стрессу, присутствие в окружающей среде болезнетворных микроорганизмов и проблемы с экологией ослабляют организм, повышая возможность заражения различными вирусными или инфекционными заболеваниями, поэтому студентам необходимо иметь возможность поддерживать и укреплять свое здоровье.

Как известно, спорт положительно влияет на физическое состояние человека. На занятиях по физическому воспитанию студентам предоставляется возможность, выполняя различные упражнения, не только улучшить функциональные возможности организма, но и переключиться с задействованной ранее умственной деятельности на двигательную, и здесь большое влияние и значение оказывает оздоровительный бег, на котором мы хотим акцентировать внимание.

Общее влияние бега трусцой, на ускорение, со сменой темпа заключается в улучшении состояния центральной нервной системы, укреплении сердечно-сосудистой системы, увеличении компенсаторных возможностей системы дыхания, укреплении опорно-двигательного аппарата и иммунитета.

Занимаясь оздоровительным бегом, улучшается сократительная и насосная функции сердца, происходит укрепление миокарда, увеличивается эластичность сосудистых стенок сердца, что ведет к нормализации давления и повышению работоспособности человека.

Также бег приводит к нормализации углеводного и липидного обмена. Улучшается функционирование печени и желудочно-кишечного тракта, улучшается отток желчи и уменьшается количество холестерина в крови. Нормализуется масса тела, предотвращается ожирение, снижает риск развития атеросклероза.

Легкие вибрации и сотрясения, возникающие в организме во время бега, укрепляют кости, хрящи, связки и в общем опорно-двигательную систему, препятствуя развитию артроза и остеопороза.

Бег значительно влияет на эмоциональную сферу человека, устраняя отрицательные эмоции. Во время бега происходит активная выработка гормонов гипофиза — эндорфинов (гормонов счастья). Они придают человеку состояние эйфории, более оптимистичный настрой, избавляя от депрессивного состояния. После бега в крови повышается количество иммуноглобулинов, которые увеличивают сопротивляемость организма к различным вирусным агентам и способствуют снижению заболеваемости.