



# Медицинский вестник

Студенческая газета

Декабрь 2024  
№4 (113)

Издается ежемесячно с октября 2012 года

## В НОМЕРЕ:

**ДЕНЬ  
КОНСТИТУЦИИ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**  
стр.2

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ  
ДЕНЬ  
ИНВАЛИДОВ**  
стр.3-4

**ПРОФИЛАКТИКА:  
ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ  
БОРЬБЫ СО  
СПИДОМ**  
стр.5

**ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ  
БОРЬБЫ С  
БРОНХИАЛЬНОЙ  
АСТМОЙ**  
стр.6

**СТИПЕНДИАТ  
ГУБЕРНАТОРА  
СВЕРДЛОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ**  
стр.7

Доступ к  
выпускам  
по QR-коду



## ПОЗДРАВЛЯЕМ С НАСТУПАЮЩИМ НОВЫМ 2025 ГОДОМ!



Этот долгожданный и всеми любимый праздник входит в наши дома под бой курантов, принося с собой надежды на лучшее и наполняя сердца ожиданием перемен.

Новогодняя пора – удивительное время, когда все мы, независимо от возраста, начинаем верить в чудеса.

Сухоложский филиал искренне желает, чтобы наступающий год принес Вам удачу, а успех и процветание стали Вашими неизменными спутниками!

Счастья Вам, неиссякаемой энергии и оптимизма в достижении намеченных целей!



**СУХОЛОЖСКИЙ ФИЛИАЛ**

**С традициями милосердия  
в век инноваций**

# БУДНИ И ПРАЗДНИКИ

## ДЕНЬ КОНСТИТУЦИИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



**12 декабря - День Конституции Российской Федерации.**

День Конституции Российской Федерации - одна из значимых памятных дат российского государства, отмечается ежегодно 12 декабря. В этот день в 1993 году всенародным голосованием была принята Конституция Российской Федерации.

**Конституция** — главный документ страны определяет устройство Российского государства, в нем прописаны свободы, права и обязанности людей, закреплены самые главные правила и нормы, которые лежат в основе остальных законов. Конституция — крепкий фундамент успешного существования нашего государства.

Всех нас объединяет глубокое уважение к этому фундаментальному документу, который еще раз подчеркивает единство и неделимость нашей страны, взаимное уважение ее многонациональных народов.

Мы ценим возможность жить и работать в правовом поле, цивилизованно отстаивая свои права и создавая условия для дальнейшего развития нашей страны. Перед нами стоит общая задача — беречь ценности, провозглашенные Российской Конституцией. От нашей общей ответственности зависит настоящее и будущее страны.

**Российская Конституция** — прочный фундамент демократического развития российского государства. Это не просто декларация добрых намерений, это реально работающий документ прямого действия.

Конституция для гражданина любой страны — Закон, который он должен знать в первую очередь, ведь знание и грамотное применение законов — норма цивилизованной жизни, мощный рычаг для повышения её качества.



# ПРОСВЕЩЕНИЕ

## «СИЛЬНЫЕ ДУХОМ»



**3 декабря отмечается Международный День инвалидов.**

Согласно Конституции РФ, люди с ограниченными возможностями имеют равные права со всеми гражданами страны. Между тем свою особенность они ощущают уже в детские годы...

В 1992 году Организация Объединенных Наций приняла решение о праздновании Международного дня инвалида. Ежегодное проведение Международного дня инвалидов направлено на привлечение внимания к проблемам инвалидов, защиту их достоинства, прав и благополучия, на привлечение внимания общества на преимущества которые оно получает, от участия инвалидов в политической, социальной, экономической и культурной жизни.

Есть среди инвалидов люди, которые не хотят мириться с таким положением. Они ведут борьбу с собой, своим увечьем и достигают при этом поразительных результатов.

Одна из самых удивительных личностей сегодняшнего мира - австралиец сербского происхождения **Николас Джеймс Вуйчич** или **Ник Вуйчич**.

Ник Вуйчич родился 4 декабря 1982 года. Мальчик, который родился без рук и ног...

Сначала Ник посещал специализированную школу для инвалидов, но когда, в начале 90-х, в Австралии изменился закон об инвалидах, он настоял на том, чтобы ходить в обычную школу наравне с простыми ребятами. Надо ли говорить, что жестокие дети издевались, ненавидели так отличающегося от них сверстника.

Благодаря силе духа он научился работать на компьютере, ловить рыбу, играть в футбол, кататься на сёрфе и скейтборде, обслуживать себя в бытовом плане и даже передвигаться.

Ник Вуйчич получил два высших образования - он бакалавр в сфере финансов и бухгалтерии. Однако и эта высокая заслуга не дала ему личностной передышки: Ник, с виду хрупкий и беспомощный, продолжал самосовершенствоваться.

Он побывал в десятках стран, прочитал сотни лекций о том, что никакая беда не страшна, если у тебя есть сила и воля жить и помогать другим.

### *Ник Вуйчич*



*Австралийский мотивационный оратор, меценат, писатель и певец, рождённый с синдромом тетраамелии - редким наследственным заболеванием, приводящим к отсутствию четырёх конечностей*

2010 году вышла первая и самая известная книга Ника Вуйчича - «Жизнь без границ: Путь к потрясающе счастливой жизни». На ее страницах Ник откровенно рассказал о своей жизни, лишениях и трудностях и опыте их преодоления. Книга стала бестселлером и заставила сотни тысяч читателей пересмотреть своё отношение к жизни и стать счастливыми.

Той же теме были посвящены и следующие работы: «Неудержимый», «Будь сильным», «Любовь без границ», «Безграничность». Переведенные на несколько языков мира, они являются не просто чтивом психологического жанра, они позволяют увидеть решения даже сквозь призму глубокого отчаяния.

У Ника Вуйчича есть благотворительный фонд, развернувший кампанию в мировых масштабах. За существенный вклад в развитие человечества он отмечен множеством наград - начиная от родной Австралии («Молодой австралиец года») и заканчивая Россией («Золотой диплом»).

### **Людвиг ван Бетховен**



16 декабря 1770 года в немецком городе Бонн родился Людвиг ван Бетховен - один из самых гениальных композиторов, дирижер, пианист, ставший ещё при жизни легендой. Он был невероятно талантливым и целеустремлённым. Систематического музыкального образования у Бетховина не было. Тем не менее, еще при жизни Бетховен считался одним из трех главных композиторов эпохи помимо Гайдна и Моцарта.

В возрасте 28 лет у Людвигу появляются первые признаки глухоты. Постепенно, но уверенно у Бетховена развивается тиннитус (потеря слуха), не давая никаких шансов на выздоровление. Людвигу удалось скрывать свою болезнь на протяжении десяти лет. Он вел себя так, чтобы окружающие не заподозрили о развивающейся глухоте: часто отвечал невпопад или оговаривался, но все считали, что это просто чудачества талантливого маэстро.

В 1813-1815 годах Людвиг уже не может работать в полную силу, он глохнет окончательно. Однако и в таком положении не сдаётся. Для того, чтобы «слышать» ноты, он использует тонкую деревянную палочку. Один кончик палочки зажат у него в зубах, второй он устанавливает на переднюю часть инструмента. Во время вибрации композитор чувствует, как звучит инструмент. В произведениях, созданных в эти годы, чувствуется глубина, трагизм и философский смысл. Они становятся классикой на все времена.

Именно на последнюю декаду жизни композитора приходится написание самых великолепных произведений, которыми и по сей день не устают восхищаться слушатели.

Международный День инвалида - это возможность обратить внимание на проблемы, с которыми сталкиваются люди с ограниченными возможностями, и принять активное участие в их решении. Этот день напоминает нам о важности толерантности, уважения и понимания. Мы должны стремиться к тому, чтобы каждый человек чувствовал себя ценным и уважаемым, независимо от своих физических или психических особенностей.

**Щипачева Полина, Щипачева Анастасия,  
члены кружка «Калейдоскоп»**

# ПРОФИЛАКТИКА

## ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ СО СПИДОМ



1 ДЕКАБРЯ  
ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ  
**БОРЬБЫ  
СО СПИДОМ**  
#СТОПВИЧСПИД



### Что такое ВИЧ?

Много лет назад в нескольких городах в Америке врачи заметили, что к ним стали обращаться больные, которым они не могли поставить точный диагноз. Врачи лечили их, но обычные лекарства не помогали и люди начали умирать.

Врачи и ученые задумались, что за болезнь у этих людей? Почему их организмы не могут сопротивляться болезни? Началось изучение этого заболевания.

В 1983 году французский профессор Люк Монтанье доказал, что причина болезни этих людей ВИРУС! Он объяснил, что причина болезней этих людей в том, что у них в организме живет вирус, который делает организм человека беззащитным перед любыми заболеваниями.

Внутри человека есть уникальная защитная система - иммунитет. Это специальные клетки в крови человека, которые как солдаты армии нападают на микробов и обезвреживают их. Таким образом, организм человека борется с любой болезнью.

ВИЧ - вирус иммунного дефицита человека. Попадая в кровь человека, он нападает на самые главные клетки - на лимфоциты и разрушает их. Иммунитет перестает работать и защищать организм. Для человека становится опасно все - любая простуда и даже небольшая ранка.

ВИЧ может попасть в организм человека только от другого человека, больного ВИЧ. Это происходит, когда в кровь или на слизистые оболочки (глаза, рот, нос) здорового человека попадает зараженная ВИЧ кровь.

**ВИЧ очень опасен, но защитить себя очень легко:**

Никогда не прикасайся к тем предметам, где есть чужая кровь, особенно если на твоей коже есть ранки или порезы.

- Очень опасны чужие шприцы, найденные на улице. Никогда не прикасайся к ним!

- У тебя должны быть свои личные: зубная щетка, расческа, маникюрные ножницы, эпилятор, бритвенный станок. Эти правила гигиены должен соблюдать каждый человек!

- Делать прокол ушей, пирсинг можно только у косметолога и только одноразовым инструментом.

- Самый опасный путь передачи ВИЧ-инфекции - это употребление наркотиков. Почти 50% людей, употребляющих наркотики имеют ВИЧ-инфекцию.

- Не менее опасным является половой путь передачи ВИЧ-инфекции.

**Будь ответственным  
за свое здоровье!**

# ПРОФИЛАКТИКА

## ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ



Всемирный день борьбы с бронхиальной астмой проводится каждый год 11 декабря.

Бронхиальная астма - это заболевание дыхательной системы, при котором периодически возникают затрудненное дыхание, одышка, удушье, приступы кашля или свистящее дыхание, слышное на расстоянии.

Руководителем волонтерского отряда "Российский Красный Крест" для студентов Сухоложского филиала ГБПОУ "СОМК" проведен час информации "Бронхиальной астма", в котором отмечены главные понятия о заболевании и методы его профилактики.

Члены научно-практического кружка «Доброта» по руководством Кузьминой Е.В. разработали буклеты о бронхиальной астме и ее профилактике, а так же провели акцию на улицах города Сухой Лог с раздачей памяток населению.



### Профилактика бронхиальной астмы

1. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.
2. По возможности смените место жительства (если ваш дом находится в экологически неблагоприятном месте).
3. Не заводите животных, рыбок и птиц в доме. Если завели, следите за их гигиеной, тщательно пылесосьте ковры, игрушки, чаще делайте влажную уборку.
4. Не используйте духи, дезодоранты, освежители воздуха, ароматические свечи.
5. Покупайте гипоаллергенные стиральные порошки и дезинфектанты.
6. Закаляйтесь.
7. Вовремя лечите респираторные заболевания.
8. Занимайтесь спортом, ведите здоровый образ жизни.
9. Чаще гуляйте.
10. Летом выезжайте на море.
11. Не курите. Избегайте прокуренных помещений.
12. Старайтесь, чтобы в вашем доме было как можно меньше ковров и мягких игрушек. Мягкие игрушки не забывайте стирать при температуре 60 градусов. Если их стирать нельзя, можно упаковать в полиэтиленовый пакет и поместить в морозильную камеру. Как и белье, периодически выносите на мороз на балкон.
13. Меняйте постельное белье не реже 1 раза в 2 недели.
14. Уменьшите количество комнатных растений.
15. Замените тяжелые плотные шторы легко стирающимися.
16. Уберите все книги в застекленные полки.

# НАША ГОРДОСТЬ

## СТИПЕНДИАТ ГУБЕРНАТОРА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

10 декабря 2024 года в ФГАОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет» прошла торжественная церемония чествования стипендиатов Губернатора Свердловской области, которые определены Указом Губернатора Свердловской области от 27.11.2024 № 524-УГ «О назначении стипендий Губернатора Свердловской области обучающимся по очной форме обучения по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, специалитета, магистратуры, подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), ординатуры, ассистентуры-стажировки, имеющим государственную аккредитацию, образовательным программам среднего профессионального образования - программам подготовки специалистов среднего звена, имеющим государственную аккредитацию, в 2024 году».



Садыхова Карина, студентка 2 курса специальности 31.02.01 Лечебное дело Сухоложского филиала ГБПОУ "СОМК" стала стипендиатом Губернатора Свердловской области 2024 года!!!

**ПОЗДРАВЛЯЕМ!!!!**



### Напиши свою новость!

Хотите принять участие в выпуске газеты?! Тогда присылайте свои сообщения, статьи о событиях, новости на электронную почту [kl\\_sokolova@mail.ru](mailto:kl_sokolova@mail.ru)

Руководитель пресс-центра: Соколова К.Л.