

# Гиппокрот



Выпуск №2

Март 2015 г.

В номере:



Символы  
медицины: Чаша со  
змеей



Интересный  
человек: Щеголев  
В.Ф. и Хоцко Е.А.



Наедине со всеми:  
Фитобар



Мероприятие  
месяца: Любовь -  
это...



Творчество в  
медицине



Сердечно  
поздравляем



Мы ими гордимся:  
Чупин Дмитрий и  
Долгачёва Людмила



Турнир по баскетболу



Знакомьтесь:  
Председатели  
старостата



Диалог доверия



Медицинский  
гороскоп



Доска объявлений

## СИМВОЛЫ МЕДИЦИНЫ

### Чаша со змеей



Вы боитесь змей? Пугают ли вас, студентов-медиков, мысли о змеях? А ведь одним из символов медицины является чаша со змеей. Эта эмблема

в течение многих веков символизировала труд представителей самой гуманной профессии в мире. А почему именно змея? Почему нельзя было выбрать, что-то более дружелюбное, внушающее спокойствие и защищенность?

Я проанализировала разные источники информации и вижу, что на этот счёт существуют различные мнения. Одни учёные полагают, что чаша со змеей – это сосуд для воды, другие – сосуд со специальным жертвенным составом (меликратоном). Некоторые историки трактовали символ медицины — змею, обвивающую чашу, — как утверждение целебного свойства змеиного яда и связывают ее появление с историей ядов и

противоядий (лекарства, как правило, состояли из многих компонентов и в том числе змеиного яда, которых хранили в специальных чашах). Но нельзя не согласиться с мнением, высказанным в журнале "Здоровье мира" (май 1970 г.), что эмблемой врачевания в античном мире стала не ядовитая змея, а безобидный, хорошо лазающий, водоплавающий уж, который по латыни носит название "Асклепиев уж" (coluber flavescens aesculapii).

Данные многочисленных античных авторов указывают на то, что змеи ползали в храмах во время "священного сна", часто вылизывали больные места (глаза, раны и др.). Даже считалось необходимым, чтобы больные притрагивались к змеям, так как в их облике якобы представлял сам бог медицины и врачевания Асклепий.

Хотя истинное значение этой эмблемы остается спорным можно с уверенностью сказать, что в эмблеме под названием «Гиппократова чаша» змея символизирует мудрость, знания, бессмертие и вообще все добрые начала.

Поэтому, дорогие студенты, безобидного ужа на чаше со змеей бояться не стоит!

ДОЛГАЧЁВА ЛЮДМИЛА,  
главный редактор газеты

## ПОЗДРАВЛЯЕМ!



27 февраля 2015 года в ГАПОУ ТО «Тюменский техникум индустрии питания, коммерции и сервиса» состоялась Областная научно-

практическая конференция студентов и школьников «Хочу всё знать!».

I место - Лезина Диана, руководитель Елизарова Т.В., доклад «Атмосфера Ишима»,

I место - Вороновская Ольга, руководитель Долгих С.Н., доклад «Моя профессия – фельдшер»

II место - Ермишикина Татьяна, руководитель Бражина А.А., доклад «Язык цифр в кардиологии»

Подробнее читайте на сайте колледжа [med-ishim.ru](http://med-ishim.ru)

**ИНТЕРЕСНЫЙ ЧЕЛОВЕК****Щеголев  
Василий Федорович***Уверенность и профессионализм*

Щеголев Василий Федорович – заместитель директора по учебной работе.

Родился Василий Федорович 15 мая 1963 года в Омской области. Учился в школе №1, города Ишина. После окончания школы поступил в Тюменский государственный университет по направлению «Биология».

Окончив институт в 1987 году начал работать в Ишимском медицинском училище в должности преподавателя анатомии, после стал заместителем

директором по учебной работе. В этой должности он работает уже 18 лет, а общий стаж работы в колледже 28 лет! Василий Федорович всегда основательно и серьезно подходит к решению любых вопросов, чем заслужил в коллективе уважение и доверие. Свое свободное время, Василий Федорович, проводит на рыбалке и охоте, как в зимнее время года, так и в летнее.

**Хоцко Евгения  
Александровна***Оптимизм и энергичность*

Хоцко Евгения Александровна – заместитель директора по воспитательной работе.

Евгения Александровна родилась 30 апреля 1986 году в Викуловском районе. После окончания школы поступила в Ишимский государственный педагогический институт на специальность «Учитель биологии и географии». Через несколько лет поступила повторно на факультет психолога, при этом совмещая работу в «Центре профилактики наркомании» главным специалистом. С 2011 года работала в медицинском колледже педагогом-организатором. А с августа 2014 года занимает должность заместителя директора по воспитательной работе.

В свободное время она увлекается спортивным туризмом, читает книги. Евгения Александровна очень разносторонний и энергичный человек и поэтому ее любят дети и уважают коллеги по работе. Все свои знания, энергию, душу она отдает своему делу.

**ВОРОНОВСКАЯ ОЛЬГА,**  
главный редактор  
пресс-центра ИМК

**НАЕДИНЕ ВО ВСЕМИ****Фитобар**

Здравствуйте, дорогие читатели! До меня дошла такая новость, что у нас планируется открытие **фитобара**. Мне эта идея показалась замечательной, и я решила рассказать вам во всех подробностях об этом проекте.



Для начала познакомлю вас с организатором данной идеи:



Долгих Софья Николаевна – заведующая отделением повышения квалификации, преподаватель учебной дисциплины «Фармакология» первой квалификационной категории.

**– Что такое фитобар?**

– Фитобар - это специально оборудованное помещение для приема фиточая, - рассказывает Софья Николаевна - уголок уюта и спокойствия. В ассортименте будут различные фиточай, которые помогут восстановить силы, зарядиться энергией.

В нашем фитобаре можно будет отдохнуть от учебных нагрузок и попробовать ароматный чай, разнообразить свой рацион полезными веществами, которые содержатся в экологически чистых, целебных сибирских травяных чаях.

**– В чем польза фитотерапии?**

– У фитотерапии неоценимая польза для организма человека, ведь фитотерапия – это профилактика заболеваний с помощью лекарственных растений, а еще это

эффективный альтернативный дополнительный метод лечения.

У фитотерапии масса достоинств: низкая токсичность, меньшая способность вызывать побочные эффекты, доступность, простота использования, высокая терапевтическая эффективность, особенно при длительном применении. Основное свойство лекарственных растений – это то, что они не лечат в привычном понимании этого слова, а мобилизуют внутренние резервы организма для борьбы с болезнью. Растения как бы потенцируют данный природой человеку механизм защиты.

**– Как Вам пришла идея создания фитобара в нашем колледже?**

- Вообще, идея создания такого проекта возникла не случайно. Мы изучили результаты научно-исследовательской деятельности и выяснили, что профилактика методом фитотерапии в образовательных учреждениях снижает количество простудных заболеваний, по вине которых студенты пропускают учебные занятия. Принимать такие полезные напитки необходимо в специально отведенном для этого месте, то есть в фитобаре.

Нам пригодится опыт наших омских коллег, в свое время они смогли организовать на общественных началах Фитокомплекс «Зеленая аптека», в составе которого функционирует фитобар.

На мой взгляд, создание и реализация данного проекта будет решать воспитательные и профессиональные задачи обучения, будет способствовать формированию здорового образа жизни, ведь специалистам с медицинским дипломом необходимы не только профессиональные знания, но и умения конструктивно общаться, проявлять эмпатию, позитивно влиять на людей. Таким образом, функционирование фитобара будет являться частью образовательного процесса.

Безусловно, для открытия фитобара одного энтузиазма не достаточно, нам необходимы материальные ресурсы на приобретение необходимого оборудования и инвентаря. На сегодняшний день мы имеем не

большой запас лекарственного сырья и аппарат, в котором будем готовить наши целебные напитки.

**– Где вы приобретаете сырье для фиточая?**

– Фиточай мы закупаем у фармацевтических фирм. Мы следим за качеством продукции – все сборы для производства чаев имеют необходимые сопроводительные документы.



**– Какова технология приготовления фиточаев?**

– Подчеркиваю важность соблюдения технологии приготовления фиточаев, ведь не всегда, в домашних условиях можно приготовить качественный напиток. При не правильном приготовлении, теряется большая часть полезных веществ, содержащихся в травах и сборах. Мы же используем специальный инфундирный аппарат «Арника». Преимущества использования данного аппарата в том, что из лекарственного растительного сырья происходит максимально полное и быстрое извлечение биологически активных веществ.



А теперь о том, как происходит таинство создания «волшебных» напитков. При приготовлении настоев из сборов и трав исходная смесь засыпается в сетчатую

корзинку и вставляется в сосуд, предварительно наполненный водой. В процессе приготовления настой травяная смесь, находящаяся в сетчатой корзинке периодически отжимается с помощью рукожатки. Использованная смесь отжимается и вместе с корзинкой удаляется из сосуда. Приготовленный настой разливается по стаканам. Отжим существенно усиливает экстрагирование биологически активных веществ. Инфундирка «Арника» обеспечивает самый удобный, эффективный и гигиеничный способ приготовления настоя.

**– Когда можно будет попробовать Ваши фиточаи?**

– Мы планируем организовать дегустацию на одном из февральских мероприятиях в колледже. Приглашаем всех студентов и преподавателей участвовать в нашем проекте не только в качестве созерцателей, но и активных участников.

После познавательной беседы, лично у меня, остались только положительные эмоции. Сразу захотелось попробовать все эти чудо-чай, и, конечно же, рассказать вам обо всей пользе фитотерапии. Все, что я изложила в своей статье – это лишь малая доля того, что можно было бы рассказать, так как о пользе этих полезных фиточаев, настоев, отваров, можно говорить часами, особенно за чашкой ароматного, с огромным «букетом» полезных свойств, чудо-чай. По-моему, его никак иначе не назвать, как чудо-чай, ведь это настоящее чудо, великая сила природы в маленькой чашечке чая по доступной цене!

И если бы у меня спросили «Нужен ли нам в колледже фитобар?», я бы не задумываясь, ответила «Да!», потому что это намного полезней, чем пить горячий шоколад из «пакетика» и питаться ужасными калорийными булочками!

В общем, я только «за!». Буду ждать с нетерпением открытия фитобара! А в феврале, на презентации, буду стоять в первом ряду, чтобы одной из первых ощутить на себе всю пользу фитотерапии!

Наедине со всеми была, ваш обозреватель актуальных тем, ДОЛГАЧЁВА ЛЮДМИЛА.

## МЕРОПРИЯТИЕ МЕСЯЦА

# ЛЮБОВЬ – ЭТО...

11 февраля в стенах Ишимского медицинского колледжа прошел конкурс «Любовь -это...». Педагог-организатор **Белименко Ирина Николаевна** и студентка 101 группы **Вороновская Ольга** стали обаятельными и стильными ведущими этого романтичного вечера. Проверить свои чувства в интересной конкурсной программе решились студенческие пары нашего колледжа.

Конкурс «Love is...» проходил в 2 тура.

В первом туре участвовали свободные юноши и девушки. Перед началом конкурса они написали те качества, которые они хотели бы видеть в своем избраннике или избраннице и те черты характера, которыми обладают сами. После проведения соответствия качеств были созданы такие пары: **Кутовская Кристина и Лакизо Артем**, **Лопатина Мария и Лавров Илья**, **Соскина Алена и Долгушин Алексей**. Проходя испытания, ребятам пришлось, танцевать на газетном листе, представить себя семейными парами и решать бесконфликтно возникшие ситуации. А также целоваться как африканские аборигены!

После всех испытаний определилась лучшая пара, которая перешла во 2 тур. Во втором туре, пара Артема и Кристины, состязалась с уже создавшимися ранее медицинскими парами. Этими смельчаками стали пара **Чупина Дмитрия и Тельновой Юлии**, и семья **Михайловых - Владислав и Римма**. Пары проверялись на то, как они понимают, любят и уважают друг друга. Для этого для них были подобраны специальные задания. Дамам пришлось без слов объяснять ситуацию своему партнеру, а юноши объясняли зрителям абсолютно «женские» понятия, такие как мелирование, туника и многое другое. Девушкам пришлось вспомнить что такое хетч-бек и карбюратор, что тоже далось нелегко, но весело! Поразил всех своей находчивостью **Михайлов Владислав**, который находил

неординарные ответы на все вопросы ведущих!

Оценивали наших участников, не просто жюри, а медицинские семейные пары с многолетним стажем. Эти люди на протяжении многих лет посвящают себя медицинскому образованию и медицине в целом. Это **Татьяна Николаевна и Василий Федорович Щеголовы**, **Виктор Михайлович и Вера Кондратьевна Лобода**, **Александр Кондратьевич и Надежда Витальевна Гартунг**. В перерыве, пока жюри совещались, для гостей выступили с авторской композицией **Хабаров Артур и Лызлова Александра**, которые смогли создать интригующую атмосферу любви на расстоянии.

И после недолгого совещания, по мнению жюри:

– самой находчивой парой стали **Михайловы Владислав и Римма**!

– самой веселой парой стали **Кутырева Кристина и Лакизо Артем**!

– ПОБЕДИТЕЛЯМИ и самой медицинской парой стали **Чупин Дмитрий и Тельнова Юлия**!

Всем парам без исключения, были вручены грамоты и сертификаты на совместное катание на коньках на стадион «Центральный». Уверены, что совместный досуг еще больше сблизит наши студенческие пары и укрепит чувства!

Поделиться мнением об этом празднике, мы предложили заведующей отделением «Лечебное дело» **Давыденко Елене Федосовне**:



— «Хочу поблагодарить Хоцко Евгению Александровну, зам.

директора по воспитательной работе, и Белименко Ирину Николаевну, педагога – организатора за отличную организацию и проведение праздника «Love is...», посвященному Дню всех влюбленных, который прошел у нас 11 февраля.



Умение увлечь, организовать, повести за собой – это и есть талант воспитателя!

В этот день царила действительно праздничная и в то же время семейная атмосфера. А как иначе? Ведь мы одна дружная СЕМЬЯ! Замечательно, когда есть с кого брать пример. Как удачно были подобранны влюбленные пары – зрелость и молодость. Прекрасное музыкальное сопровождение, замечательные праздничные наряды и костюмы, море положительных эмоций – и все это объединило нас, преподавателей и студентов. По – моему, все присутствующие были в восторге! Очень понравилось!»

И конечно же приятно было смотреть на наших студентов. Зал буквально был переполнен. Не было свободных мест. Одни переживали за своих избранников, другие активно болели за них и как могли с желанием и очень бурно поддерживали их. Здорово! А сколько испытаний влюбленным пришлось преодолеть... пусть это маленькая, но все - таки победа. Ведь любовь и дружба всегда побеждают!

Желаю всем любить и быть любимыми!»

**ВОРОНОВСКАЯ ОЛЬГА,**  
главный редактор  
пресс-центра ИМК

# Творчество в медицине

В настоящее время, творчество конечно же в моде, так как человек развивается, ему интересны новые горизонты и границы своего таланта. Медицинские работники тоже очень разносторонние люди, они являются прекрасными специалистами в своем деле, также находят время и для творческого развития.



**Алла Николаевна Соболенко** – врач офтальмолог Областной больницы №4, является режиссером театра медицинских работников «Улыбка». Алла Николаевна не только «врач от Бога», но еще и замечательный, лучезарный человек, который вселяет радость к жизни и вдохновляет весь коллектив на блестящие выступления.

Театр существует с 2002 года, в течение этого времени было сыграно 9 спектаклей, которые всегда получали великолепные отзывы от зрителей, имели популярность и успех у публики. Многие отмечают выступление хорошей режиссерской

находкой и музыкальностью исполнения, говоря, что время пролетает незаметно за просмотром увлекательных и позитивных выступлений. Театр «Улыбка» является единственным самодеятельным театром «медиков» в Тюменской области.

У театра есть одна особенность, играющий актер должен обязательно иметь медицинское образование. В театре принимает участие большой коллектив, среди которых врачи, медсестры и студенты медицинского колледжа. Известные врачи - профессионалы своего дела такие как: Иванов Андрей Валерьевич, Тимофеев Юрий Юрьевич, Лобода Виктор Михайлович и др. выступали во множестве спектаклей, но не смотря на статус, бывшие студенты медицинского колледжа нисколько им не уступали, такие как Жуков Артур, Береснев Леонид, Княжев Виктор.

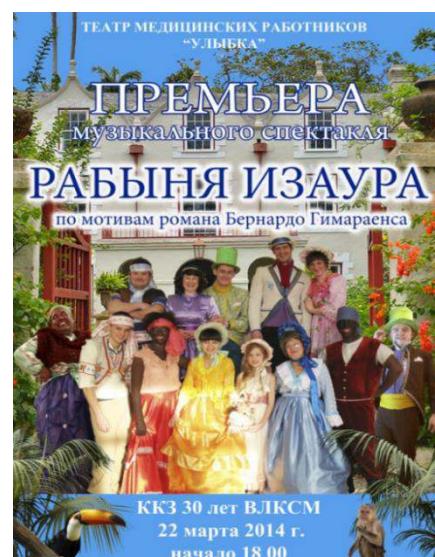
В прошлом году состоялась премьера музыкального спектакля под названием «Рабыня Изaura». Творческий коллектив пополнили студенты нашего колледжа: Лопатина Мария (рабыня Изaura), Галактионова Ирина (Таис), Дивисин Виктор (сеньор Балешор) и Эрбес Роман (Энрике). Открытостью и приветливостью сплоченного коллектива поразили актеры, удивительные люди играют в этом театре, всегда помогут и подскажут в трудную минуту!

Талант театра медицинских работников является признанным в



обществе. Зрители с нетерпением ждут новых спектаклей. Театр приглашают на гастроли в соседние города и часто выступают на фестивалях народного творчества.

**МАРИЯ ЛОПАТИНА,**  
журналист



## СЕРДЕЧНО ПОЗДРАВЛЯЕМ

# С Днём Рождения!

Родились в январе:

Гашкова Валентина Поликарповна  
Борисов Александр Прокопьевич  
Белова Наталья Николаевна  
Козырева Юлия Петровна  
Овчарова Валентина Михайловна  
Щеголова Татьяна Николаевна  
Носкова Оксана Витальевна  
Голда Светлана Сергеевна

Родились в феврале:

Давыденко Елена Федосовна  
Бочковская Надежда Николаевна  
Долгих Софья Николаевна  
Зверев Сергей Георгиевич  
Козлова Альбина Федоровна  
Ромашенко Ирина Михайловна

Родились в марте:

Семенюк Валерий Михайлович  
Борисова Светлана Юрьевна  
Овсянкина Татьяна Анатольевна  
Кашлак Олеся Степановна



**МЫ ИМИ ГОРДИМСЯ**

# ЧУПИН ДМИТРИЙ

второе место  
в областных соревнованиях  
по боксу



В январе в городе Ишиме прошло Первенство Тюменской области по боксу, в котором участвовал в категории до 60 кг наш студент 201 группы –

Чупин Дмитрий!

Участвовало 5 областных команд: Тюмень, Тюменский район, Ишим, Уват и Тобольск. Соревнования длились 3 дня: 1 день – отборочный тур, 2 день – полуфинал, 3 день – финал.

У Дмитрия на соревновании было 4 соперника. Он провел 2 боя: 1 бой в полуфинале и 1 бой в финале, и занял почетное **2 место**.

**– Дмитрий, как началась твоя карьера в боксе?**

– Моя карьера началась 20 января 2002 года. Папа предложил походить на бокс, и я согласился. После этого предложения в моих глазах загорелась искра, и я понял, что мне это интересно.

**– Как ты совмещаешь учебу с тренировками? Сложно ли?**

– Бывает, иногда отпрашиваюсь с 5 пары потому, что тренировка начинается в 4 часа. Поначалу было конечно не привычно все время торопиться доехать до стадиона или 4 школы, ну а сейчас привык.

**– Что планируешь дальше? Нравится ли работать тренером?**

– Планирую развиваться и расти дальше в карьере тренера. И работать очень нравится – это мое!

**– Как дети занимаются? Есть ли перспективы?**

– Дети очень исполнительные, всегда выполняют, что я им говорю, стараются взять максимум из моих тренировок. Все мои боксеры перспективны, где-то внутри себя. А моя задача раскрыть их и провести в большой спорт.

**– Какие у тебя ощущения после победы? Трудно ли было?**

– Было обидно, что занял 2 место, хотя рассчитывал на 1. Но я занял, хоть и не очень желанное, но все-таки заслуженное призовое 2 место.

**ДОЛГАЧЁВА ЛЮДМИЛА,**  
главный редактор газеты

# ДОЛГАЧЁВА ЛЮДМИЛА!

первое место в городских  
соревнованиях  
по армспорту и жиму штанги  
лёжа



В селе Стрехнино 6 декабря в Районном Дворце Культуры прошли соревнования на Первенство Ишимского района по армспорту среди молодёжи, в котором приняли участие следующие команды: Стрехнинское, Карасульское, Мизоновское, Прокуткинское, Неволинское и 2-Песьяновское сельские поселения.

В личном первенстве среди девушек в весовой категории до 65 кг по армспорту I место заняла наша студентка 101 группы Долгачёва Людмила, и была награждена золотой медалью и дипломом!

Кроме того, это не единственная её победа за учебный год – 22 февраля прошли лично-командные соревнования города Ишима по жиму штанги лёжа, на которых Людмила

заняла I место в весовой категории до 63 кг. В качестве приза Людмила получила золотую медаль, диплом и памятную спортивную футболку!

**– Людмила, как ты попала на соревнования по армспорту и жиму штанги лёжа?**

– Когда я была на тренировке в зале, мне предложили попробовать себя в армрестлинге. Я подумала, что было бы неплохо поучаствовать, показать себя, побороться за призовое место, и я согласилась. А к соревнованиям по жиму штанги лёжа я упорно готовилась! У нас в городе такие соревнования проходят раз в год, как правило, в феврале. В прошлом году, 23 февраля, я заняла первое место и стала абсолютным чемпионом среди девушек, поэтому я была обязана выступить и в этом году, побороться за победу, и думаю, мне это удалось!

**– Ты раньше увлекалась спортом? Каким?**

– Раньше занималась дзюдо, но поняла, что этот вид спорта не мое. А сейчас я уже больше двух лет занимаюсь тяжелой атлетикой, в частности пауэрлифтингом. Пауэрлифтинг – это силовое троеборье, в которое входят три упражнения: приседания со штангой на спине (точнее на верхней части лопаток), жим штанги, лежа на горизонтальной скамье и тяга штанги – которые в сумме и определяют квалификацию спортсмена. Вот в этом виде спорта я нашла себя, – улыбаясь рассказывает Люда – это то, что мне нравится!

**– Какие ощущения после победы? Планы на будущее?**

– Ощущения незабываемые! Я не ожидала взять первое место. Было только желание поучаствовать и занять одно из призовых мест. Но вот как вышло – я оказалась сильнейшей в своей весовой категории! А мои планы таковы: заниматься пауэрлифтингом, совершенствовать себя и свое тело, добиваться побед и продолжать брать призовые места.

**ВОРОНОВСКАЯ ОЛЬГА,**  
главный редактор  
пресс-центра ИМК

# Турнир по баскетболу

В колледже уже прошел Турнир среди групп первого курса, по итогам которого выявились победители: I место – 103 группа, II место – 101 группа, III-IV место поделили между собой 108 и 110 группы, набравшие одинаковое количество очков и V место заняла команда 102 группы! Сегодня мы узнаем о текущих соревнованиях у заведующей кабинетом физического воспитания Овчаровой Валентины Михайловны.

– Валентина Михайловна, какие группы участвуют в

- февральском баскетболу?
- В турнире по баскетболу участвует 2 курс - это группы 201, 202, 208 и 210.
- Когда подведут итоги Турнира? Что планируется по окончанию Турнира?
- Турнир по баскетболу проходит со 2 по 20 февраля. После 20 февраля будут подведены итоги. Далее мы планируем проведение Турнира между командами победителей на курсах и выявление лучшей команды колледжа.
- С какой целью проводится Турнир по баскетболу?
- В течение проведения Турнира планируем выявить лучшие команды курса и лучшего игрока. Также закрепляем и совершенствуем технику игры в баскетбол у обучающихся 2-го курса.
- Охотно ли студенты участвуют в соревнованиях?
- В соревнованиях студенты участвуют охотно, проявляют интерес и активность.
- Будет ли Турнир по баскетболу для других курсов?
- К сожалению, для других курсов игра не планируется.
- По итогам Турнира уже выявились победители!
- 1 место – 201 группа,  
2 место – 208 группа,  
3 место – 202 группа.
- Поздравляем ребят, желаем им дальнейших успехов в спортивной деятельности.  
Так держать!

АНЖЕЛИКА ЛИСИЦИНА,  
журналист

## Председатели старостата



Ударцева Мария, староста 402 группы.  
С 2011 по 2014 год – Председатель Старостата

– Мария, хотелось бы узнать, чего ты достигла, обучаясь в медицинском колледже?

– Поступив колледж я приложила немало усилий для того, чтобы стать председателем кружка "Vita", также заслужила звание председателя Старостата, которым являлась с 1 по 4 курс. За отличную учебу и активную деятельность мне дважды была присвоена именная стипендия директора и мэра.

– Чего ты ожидала при поступлении в колледж и нравится ли тебе в нём учиться?

## ЗНАКОМЬТЕСЬ

– Я ожидала, что будет очень сложно учиться и запоминать разные лекарственные препараты. Сначала так оно и было, но потом я освоилась и с интересом стала получать новые знания. Вскоре учебный процесс поглотил меня полностью. Стало интересно узнавать темы намного шире, чем нам преподают, часами сидела в библиотеке в поисках нужного материала.

– Чтобы вы пожелали нашим студентам?

– Самое главное, как говорил Ленин: "Учиться, учиться и ещё раз учиться!". Также хотелось пожелать легко закрывать все предметы и только на отлично! Не унывать, а быть активным, позитивным и добрым, как настоящим врачам!



Салтанова Ольга, староста 210 группы.  
С декабря 2014 года – Председатель Старостата

– Итак, Ольга, я узнала, что ты получила новую должность – председателя Старостата. Нравится ли тебе на новом посту?

– Да, мне очень нравится. Я добросовестно отношусь к своей работе, стараюсь выполнять все поставленные задачи качественно и в срок. Желаю продвинуться дальше по карьерной лестнице на протяжении всего обучения в медицинском колледже.

– За время обучения в медицинском колледже чего ты добилась?

– Я получила много знаний, связанных с медициной. Также нашла много друзей и единомышленников, которые меня поддержали на выборах на должность старости группы и председателя Старостата.

– Ваши пожелания студентам ИМК?

– Всем студентам хочется пожелать старания и упорства, а также добросовестно относиться к учебе, побольше хороших оценок и конечно же с уважением относиться к преподавателям!

КУТОВСКАЯ КРИСТИНА,  
журналист

## ДИАЛОГ ДОВЕРИЯ



Кирюхина Анастасия Валерьевна.

— «Меня часто раздражают близкие люди. Я срываюсь на них, иногда кричу, злюсь. Подскажите, как избавиться от этого и наладить отношение с окружающими?»

— Главное здесь выявить причину раздражения, что в дальнейшем позволит избежать его и спокойно общаться с окружающими. Нужно четко осознать, что после любой неурядицы должно последовать примирение, и нельзя откладывать решение проблемы в долгий ящик.

- Научитесь определять причину своего раздражения.
- Не оставайтесь со своими неприятностями наедине. Попробуйте поговорить о том, что вас тревожит, с человеком добродушным и рассудительным. Это принесет вам большое облегчение.
- Учитесь на некоторое время забывать про свои заботы. Какие бы не были большие проблемы и неприятности, которые свалились на вашу голову, пытайтесь время от времени освобождаться от гнета тяжелых мыслей. Отвлекаться какими-нибудь насущными потребностями на учебе или по дому.
- Страйтесь не заразить окружающих своим плохим настроением. Ведь какие бы неприятности не случились, жизнь продолжается, и никто не имеет право наезживать другим мрачные мысли и плохое настроение.
- Будьте тактичными. Не впадайте в гнев. Избегайте фраз, сказанных сгоряча и ударов в слабые места. Это только лишь усугубит ситуацию.
- Не предъявляйте сверхмерных требований. Тот, кто слишком

Рада вам, дорогие читатели, представить новую рубрику нашей газеты! В ней на ваши вопросы будет отвечать педагог-психолог с высшим психологическим образованием —

много требует от окружающих, постоянно нервничает и раздражается от того, что они часто не отвечают его планам, мечтам, желаниям.

- Принимайте людей такими, какими они есть, ведь каждый имеет право на индивидуальность. Замечайте в людях достоинства и в общении опирайтесь именно на них.

— «Я рассталась с парнем. Но через некоторое время поняла, что еще люблю его. Как мне с ним помириться?»

— У людей часто так бывает, что наломают дров, а затем думают, как все вернуть назад? Особенно это касается отношений с любимым человеком. Разлад может произойти и из-за какого-то пустяка. Сожаление и осознание своих ошибок приводит к желанию снова наладить отношения.

Кто бы ни был инициатором расставания, в первую очередь важно разобраться в себе и обдумать, что могло не устраивать в отношениях вашего бывшего парня. Бороться со следствием, не обращая внимания на причину — это лишь траты времени и нервов. Даже если отношения наладятся, если не учесть причины, то они могут вновь разрушить их, как карточный домик.

Важно не терять время на депрессии и истязания себя воспоминаниями о минутах расставания. Отдохните пару дней, если вам это нужно, придите в себя, очистите разум. Потом возьмите себя в руки и начнайте решительно действовать.

Поговорите искренне и откровенно с молодым человеком. Попросите у него прощения за свою глупость. Скажите, что были неправы. Увидев его реакцию, вы поймете, хочет ли он вернуть ваши отношения или нет.

Не проявляйте агрессии по отношению к любимому человеку, обвиняя его в разладе. Кто прав, а кто виноват — сейчас выяснять поздно, да и разговор может просто дойти до взаимных обвинений, что еще больше оттолкнет вас друг от друга.

Если вы вообще общаетесь друг с другом и согласны на откровенный разговор, то это очень хороший знак. Если люди решили

окончательно разорвать отношения, то и говорить им не о чем. Если же вы договорились откровенно пообщаться, то значит, подсознательно вы готовы к воссоединению, вам просто нужно проложить мостик между пропастью непонимания.

— «У меня не получается наладить контакт с некоторыми преподавателями. Как найти с ними общий язык?»

— Преподаватели бывают разные, впрочем, как и студенты. И мне в годы учебы не всегда удавалось найти общий язык с отдельными преподавателями.

Однако на самом деле с каждым преподавателем можно найти общий язык! Преподаватель ценит красноречие и понимание сути предмета. Отсюда можно вывести ряд психологических приемов для нахождения общего языка с преподавателем.

- **Уверенность в себе.** Встретив преподавателя поздоровайся и улыбнись!
- **Не допускай «жестов волнения»** — не верти в руках ручку и листик.
- **Показывай свой интерес к предмету.** Преподаватель обожает, когда студент признается, как ему интересно было готовиться, искать материалы, как много нового и ценного он узнал!

В общем, не показывай преподавателю, что ты волнуешься или не знаешь материала! **Правильный тон — спокойная доброжелательность!** Так ты действительно найдешь общий язык любым преподавателем!

Дорогие студенты! Пишите свои вопросы и присылайте нам. На первом этаже второго корпуса по ул. Ленина, 56 на стенде будет висеть специальный ящик с надписью **«Вопросы психологу»**. Будем рады помочь вам!

**ДОЛГАЧЁВА ЛЮДМИЛА,**  
главный редактор газеты

## МЕДИЦИНСКИЙ ГОРОСКОП

### Март:



**Овен** рекомендуется в марте ходить в шапке. Не исключены спазмы сосудов головного мозга; склонность к внутричерепному давлению.

Следите за зубами - хорошо бы сходить на прием к стоматологу и не грызть твердые орехи. Не надо соревноваться что крепче - зубы или продукты питания.



**Телец** - берегите голосовые связки. Заодно ухаживайте за щитовидной железой - время от времени потребляйте йодосодержащие продукты. Из-за

малоподвижия вероятны проблемы лишнего веса. Занимайтесь спортом - желательно гиревым или штангой. Сил прибавится, иммунитет укрепится - станете крепкими как бычок. На котором пахать и пахать. Но это другая история...



**Близнецы** - обмен веществ в марте будет быстрый, но при этом может нарушиться насыщение крови кислородом. Это может вызвать сыпь на коже. Откажитесь от

курения. Лучше навсегда. Рекомендуется чуть больше спать. И, конечно, развлекайтесь - гоните скуку прочь! С кислородом по жизни!



**Рак** - если Вы женщина, обратите внимание на молочные железы и лимфатическую систему. Берегите желудок и другие органы пищеварения. Позаботьтесь о душевном здоровье, не переживайте по пустякам. Все пройдет, как белый дым. Ничего не останется...



**Лев** - пациент обманчивый - выглядит хорошо даже в больном состоянии. Однако, подвержен приступам и инфарктам. В

марте тренируйте сердечную мышцу, радуйтесь жизни естественно и красиво. "Жить надо непременно хорошо, выбирая сердцем, то, что мило" - из песни Меладзе слов не выкинешь. Кстати, у Львов должна быть пышные волосы. Если грива лысеет - признак, что проблемы есть. В крайнем случае, купите супершампунь. Это не реклама, это добрый совет.



**Дева** рекомендуется разумное голодание, очищение кишечника. Следовать принципам диетологии

лучше, чем объедаться на ночь. Вообще, Девы чрезвычайно мнительны и, всерьез принимают свои расстройства за неизлечимые недуги. В марте показаны процедуры иглоукалывания, массажа, рефлексотерапия. Недаром из Дев получаются врачи с энциклопедическими знаниями - лечат от всего, что найдут у себя.



**Весы** - Обмен веществ для Весов в марте особенно важен. Если всё-таки заболели, то мягкость и вежливость в отношениях с окружающими ускорят процесс выздоровления не по дням, а по часам. Хорошее настроение - залог здоровья и внутренней красоты.



**Скорпион** - Не лечитесь самостоятельно - обратитесь к специалистам. В марте хорошо пройти УЗИ и

рентгенологические исследования, проверить свое здоровье.



**Стрелец** - Стрельцу в марте все оптимистично. Знает, что вредно переедать и перепивать из-за перегрузки печени, а хочется. Поэтому соблюдает диету и режим дня. И перед сном не кушает!



**Козерог** - Самое страшное в марте - депрессивные состояния. Будьте в хорошем настроении и поддерживаете других! Обязательно рекомендуем избегать сырости и переохлаждений. Вам полезен сухой горный воздух. Хотите особую примету? Если Козерог в детстве слабый, болезненный, то с возрастом становится выносливый, стойкий. Чего и всем желаю.



**Водолей** - Обратите внимание на варикозное расширение вен - побольше двигайтесь и ухаживайте за своими ногами. Рекомендуется носить удобную обувь и массировать ступни. При заболевании не ждите внезапного выздоровления и не лечитесь народными средствами.



**Рыбы** - В марте можно скатиться к госпитализации, даже будучи здоровым, но мнительным человеком. И тогда: анализы, медикаменты (любимое занятие - поглощение микстур), бредовые состояния. Не доверяйте собственным ощущениям в диагностике здоровья. Лучший метод лечения - верить, что будете здоровы! Это мощный стимул для качественного выздоровления.

**СЫЗДЫКОВА АЙСУЛУ,**  
**журналист**



## ДОСКА ОБЪЯВЛЕНИЙ

**Дорогие студенты!**

Пишите свои объявления

и присылайте нам.

На 1 этаже корпуса по

ул. Ленина, 56 на стенде

будет висеть специальный ящик с надписью «Пресс Центр ИМК».

Перед объявлением

укажите название рубрики

«Объявления». Мы будем

размещать их на страницах

нашей газеты!

**Возьму котенка**  
в хорошие руки  
(маленького, пушистого).  
Буду заботиться,  
кормить.  
Тел 8-992-308-32-24

**Конкурс  
МЕДИЦИНСКИХ АНАГРАММ!**

ВТЕЧЕНИЕ МЕСЯЦА НА СТЕНДЕ  
КОРРЕСПОНДЕНТСКОГО ЦЕНТРА

**2 КОРПУС 3 ЭТАЖ**

будет расположена анаграмма загаданного медицинского термина.

Если Вы знаете ответ обращайтесь во 2 корпус 27 кабинет на 3 этаже. Студент, отгадавший наибольшее количество медицинских анаграмм, получит ПРИЗ от воспитательного отдела!

Будьте внимательны, анаграммы меняются каждую неделю!!!

Ответы принимаются  
в течение недели.

?

?

?



Главный редактор Пресс-центра: Вороновская Ольга

Главный редактор газеты: Долгачёва Людмила

Технический редактор газеты: Широков Евгений Юрьевич





Адрес редакции: 627750, Тюменская обл., г. Ишим, ул. Ленина, 56 каб. 27.  
Электронная версия газеты: <http://med-ishim.ru/content/gazeta>

Авторы несут ответственность за достоверность информации.  
при использовании материалов ссылка на «Гиппократ» обязательна.