

ТОРЖЕСТВЕННОЙ ЛИНЕЙКОЙ ОТКРЫТ УЧЕБНЫЙ ГОД В АМУРСКОЙ МЕДАКАДЕМИИ

На площади перед главным корпусом медакадемии собрались студенты первого и шестого выпускного курсов, преподаватели, деканы факультетов и заместители деканов по курсам



Для 376 студентов первого курса с торжественной линейки в День знаний начался новый этап жизни, посвященный овладению профессией врача.

Торжественно был поднят Флаг Российской Федерации, и **ректор академии Татьяна Заболотских** обратилась ко всем с приветственным словом.

«Дорогие наши студенты! Поздравляю вас с Днем знаний! Этот день особенный для каждого из вас, ведь вы выбрали одну из самых благородных профессий - медицину. Вы сделали первый шаг на пути к тому, чтобы стать настоящими врачами, способными помогать людям и спасать жизни.

В медицинской академии вы получите не только теоретические знания, но и приобретете практические навыки, которые помогут вам стать профессионалами. Ваша учеба - это интересные

лекции и практические занятия, стажировки на лечебных базах и занятие наукой в наших лабораториях.

Я желаю вам огромного терпения и настойчивости в обучении, ведь медицина - это сложное и ответственное дело. Пусть каждый из вас найдет свое место в медицине и станет настоящей звездой в своей области. Не забывайте о том, что медицина - это не только профессия, но и призвание. Будьте всегда готовы помочь людям, пусть ваше сердце будет наполнено состраданием и заботой о пациентах.

Дорогие наши преподаватели, коллеги! Я знаю, что каждый из вас к началу нового учебного года готовится с особой радостью. Я желаю вам интересной работы (а по ней вы точно соскучились за летние каникулы), внимательных и прилежных учеников, новых научных



проектов и исследований. Я уверена, что в десятилетие российской науки нам с вами многое удастся сделать, внести вклад в развитие передовой российской медицины.

Мы с вами всегда должны помнить о том, что труд и учеба каждого из нас - слагаемые успеха нашей большой любимой России!

Дорогие друзья! С праздником вас, с днем знаний! И с началом нового учебного года!»

По традиции на торжественной линейке первокурсникам представили руководителей академии - проректоров по направлениям, деканов курсов и заместителей деканов по факультетам.

Студенты шестого курса Игорь Черноморцев и Екатерина Осипова передали первокурсникам символический студенческий билет.





ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ

■ ГЛАВНЫЙ УЧЕБНО- АДМИНИСТРАТИВНЫЙ КОРПУС № 1

Адрес: Амурская область,
г. Благовещенск, ул. Горького, д. 95
Телефон канцелярии - 319-007

■ УЧЕБНЫЙ КОРПУС № 2, НПЛЦ «СЕМЕЙНЫЙ ВРАЧ»

Адрес: Амурская область,
г. Благовещенск,
ул. Ленина, д. 124, литер А
Телефон регистратуры - 770-613

■ УЧЕБНЫЙ КОРПУС № 3

Адрес: Амурская область,
г. Благовещенск, ул. Горького, д. 101
Телефон вахты - 319-051

■ УЧЕБНЫЙ КОРПУС № 4, КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С КУРСОМ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Адрес: Амурская область,
г. Благовещенск, ул. Кузнечная, д. 111
Телефон вахты - 55-35-17

■ МОРФОЛОГИЧЕСКИЙ КОРПУС

Адрес: Амурская область,
г. Благовещенск, ул. Горького, д. 103
Телефон вахты - 319-039

■ КЛИНИКА КАРДИОХИРУРГИИ

Адрес: Амурская область,
г. Благовещенск, ул. Горького, д. 97
Телефон - 77-06-02

■ УЧЕБНЫЙ ОТДЕЛ

Адрес: Россия, 675001,
Амурская область, г. Благовещенск,
ул. Горького, д. 95, каб. 136
Электронный адрес:
ychebotdel@AmurSMA.su
Телефон - 319-021
Начальник отдела - Бакланова
Елена Александровна

■ ОБЩЕЖИТИЕ 3-4

Адрес: ул. Трудовая, 9.
Заведующая общежитием -
Табола Ирина Алексеевна
Телефон вахты - 317-701

■ ЦЕНТР ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ

Центр осуществляет онлайн
психологическое консультирование
студентов 1-6 курсов, ординаторов,
преподавателей.

Индивидуальный прием
осуществляют д.м.н., профессор
Романцова Елена Борисовна и к.м.н.
Юткина Ольга Сергеевна
Время консультации уточняется при
записи по телефону или по
эл/почте: sra.amursma@gmail.com
Руководитель Центра Романцова
Елена Борисовна +79145502802

МИНИСТР ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РФ МИХАИЛ МУРАШКО ПОЗДРАВИЛ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ С НАЧАЛОМ УЧЕБНОГО ГОДА



День знаний объединяет миллионы тех, кто учится и учит. Для студентов ме-

дицинских университетов и колледжей особенно важно ответственно относиться к учебе - от ваших действий в последующем будут зависеть жизни и благополучие людей.

- Мы видим, что медицинскую специальность абитуриенты выбирают, невзирая на высокий конкурс. В этом году в медицинские вузы поступило свыше 70 тыс. человек, в медицинские колледжи - свыше 120 тыс. человек, что свидетельствует о значимости ме-

дицинской профессии и ее растущей популярности, - сказал Михаил Мурашко.

Министр уверен, что первокурсники станут профессионалами в своей области и внесут важный вклад в развитие медицинской науки и практики, а приобретенные знания и навыки помогут успешно решать самые сложные задачи и подчас в экстренных ситуациях.

Особые поздравления министра - преподавателям и наставникам.

- Вы не только передаете свои знания, но и воспитываете, вдохновляете и поддерживаете своих студентов. Ваш благородный ответственный труд всегда был и остается одним из самых почетных в мире. Понимая важность вашей профессии и призвания, Президент РФ Владимир Владимирович Путин объявил 2023 год Годом педагога и наставника, - особо подчеркнул министр.



НА ПЕРВЫЙ КУРС В АМУРСКУЮ МЕДАКАДЕМИЮ ЗАЧИСЛЕНО 376 СТУДЕНТОВ

«Отличие этой приемной кампании состояло в том, что цифровые сервисы однозначно лидировали по способу подачи документов. Ребята подавали заявление через Госуслуги или в личном кабинете на сайте вуза. Причем даже жители Амурской области подавали документы именно через электронные системы», - отметили в приемной комиссии.

В этом году в Амурскую ГМА было подано больше заявлений на поступление, больше абитуриентов с высокими баллами, в том числе и по результатам ЕГЭ. В два раза было выше количество желающих сдавать экзамены в вузе (почти 400 человек), в два раза больше иностранцев претендовало на поступление в академию.

Конкурс в среднем составил около 7 человек на место и был примерно одинаковым на оба факультета - «Лечебное дело» и «Педиатрию».

35 студентов приехали учиться из других стран - Таджикистана, Киргизии, КНР, Туркменистана, Азербайджана, Узбекистана и Конго. Трое иностранных студентов будут учиться по квоте Правительства РФ - двое из них приехали из Зимбабве и один - из Анголы.

«В этом году у нас должно быть немало профориентированных ребят, - говорят в приемной комиссии. Большая часть тех, кто учился в медклассах области, подали заявление на поступление в вуз и были зачислены».



ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ И СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

■ ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ АМУРСКОЙ ГМА

<https://www.amursma.ru>

■ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ АМУРСКОЙ ГМА

(с 9:00 до 17:00) +79140483307

■ РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ

<https://www.amursma.ru/obuchenie/raspisanie-zanyatiy-dlya-studentov/>

■ ЕДИНОЕ ОКНО

<https://eo-amursma.ru>

■ СИСТЕМА ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ (MOODLE)

<https://educ-amursma.ru/login/index.php>

■ ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

<https://www.amursma.ru/obuchenie/biblioteki/elektronnye-obrazovatelnye-resursy/>

■ СИМУЛЯЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

<https://t.me/ascentr>

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ АМУРСКОЙ ГМА

ТЕЛЕГРАМ -

<https://t.me/+1w3tT577sVQ4MDhi>

ВК - <https://vk.com/amursma>

RUTUBE - <https://rutube.ru/channel/24957389/>

СТУДЕНЧЕСКИЙ ЦЕНТР САМОУПРАВЛЕНИЯ

<https://www.amursma.ru/studencheskoe-samoupravlenie/o-studencheskom-samoupravlenii/>

ВОЛОНТЕРЫ-МЕДИКИ

<https://vk.com/volmedicamur>

МЕДИАЦЕНТР АМУРСКОЙ ГМА «INFORGI»

<https://vk.com/inforgi>

ЦИФРОВЫЕ ПРОДУКТЫ, РАЗРАБОТАННЫЕ В АМУРСКОЙ МЕДАКАДЕМИИ, БУДУТ ПРЕДСТАВЛЕНЫ НА ВЭФ

Амурская государственная медицинская академия представит свои научные разработки на Восточном экономическом форуме, который состоится с 10 по 13 сентября 2023 г. во Владивостоке. Команда сейчас готовит выставочную площадку на Улице Дальнего Востока на острове Русский, где проходит Форум

О том, что именно команда вуза будет демонстрировать участникам форума, рассказала **проректор по стратегическому развитию и цифровой трансформации Елена Борзенко**.

- Как родилась идея и появилась возможность представить разработки академии на столь высоком уровне?

- Мы участвовали в конкурсе «Приоритет-2030» со своим проектом опережающего развития образования «SIM-практика». Итогом работы стало создание четырех продуктов, которые можно будет использовать как в повседневной жизни, так и в специализированных медицинских условиях. Когда о наших разработках узнали в Правительстве Амурской области, в Агентстве по привлечению инвестиций, нас пригласили на Восточный экономический форум, где мы в составе делегации области будем представлять наши проекты. Я уверена, что сможем заинтересовать ими гостей и участников этого мероприятия.

- Есть ли уже готовые опытные образцы ваших разработок?

- Да, конечно, образцы уже есть. Самый компактный из них - умный брелок в виде сердца. Если поднести его к смартфону, в нем автоматически запустится страница цифрового сервиса с руководством по оказанию первой помощи, а также мультфильмом для детей, в котором также рассказывается, как правильно оказывать первую помощь.

Такое устройство может очень пригодиться в экстренной ситуации. Брелок не занимает много места, его всегда можно носить

с собой. И если произойдет так, что кому-то рядом потребуется срочно оказать первую помощь, человек может просто поднести брелок к своему смартфону и сразу же получить подробную видеоинструкцию о том, что нужно делать с пострадавшим до приезда скорой помощи.

- Кто это все придумал?

- Это придумала наша команда, состоящая из сотрудников академии. Мы разработали концепцию по продвижению в нашей стране информации о правильном оказании первой помощи, чтобы эти знания были доступны всем, в том числе и детям с самого раннего возраста.

Поэтому одним из наших продуктов также является игрушка в виде собаки, чтобы детям было интересно. В эту мягкую игрушку установлены специальные устройства, и ребенок в игровой форме сможет научиться правильной технике постановки рук и проведению сердечно-легочной реанимации. Мы считаем, что этот навык нужно воспитывать с раннего возраста, чтобы в тревожной или стрессовой ситуации ребенок мог сориентироваться. Мы сделали специальный мультфильм, в котором доступно показано, что нужно делать для оказания помощи, поэтому получить эти знания ребенок сможет уже с самых ранних лет.

- Кроме этого, есть «умный браслет»? Что это такое и для кого предназначен?

- Да, такая разработка у нас тоже есть. Представим, например, что у человека сахарный диабет или гипертоническая болезнь. В этом случае было бы очень кстати устройство, которое

будет автоматически мониторить его показатели в течение дня и передавать эти данные в специальную систему. Вот такое устройство мы также сделали и готовы продемонстрировать на ВЭФ. Весь смысл нашей разработки как раз и заключается в том, чтобы внедрить такие устройства в повседневную жизнь. Сегодня многие ориентированы на мониторинг собственного здоровья. При помощи различных устройств люди следят за своим весом, пульсом, уровнем сахара в крови. Но это фактические измерения, а мы хотим, чтобы наш продукт предоставлял еще и аналитические данные. И конечно, мы стараемся делать так, чтобы они были экономически доступны максимальному числу людей.

- Еще среди ваших разработок есть некая «умная одежда». Звучит очень интересно, что это такое?

- Для того, чтобы продемонстрировать умную одежду на ВЭФ, мы нарядили в нее один из роботов, которые используются в Аккредитационно-симуляционном центре медакадемии. В эту одежду встроены датчики, которые будут передавать на планшет со специальной программой электрофизиологические показатели - ЭКГ, показатели дыхания и прочие параметры. Такая одежда может использоваться, например, в спорте или в медицине.

Все прототипы, опытные образцы, которые мы покажем на Восточном экономическом форуме, - это разработка нашей команды. Занимаясь вопросами оказания первой помощи, мы пришли к тому, что нужно максимально упростить доступ к этим



знаниям для максимального количества людей. И такие гаджеты очень в этом помогут, поэтому нужно активно заниматься тем, чтобы внедрять их в настоящую повседневную жизнь.

Работаем над всеми этими продуктами мы силами исключительно нашей команды. Для этого создан специальный институт «SIM-практика» и лаборатория NeuroСHE. В перспективе мы ориентируемся и на международное сотрудничество, в частности, с КНР.

- А на ВЭФ первоочередная задача - просто показать свои разработки или же найти потенциальных инвесторов?

- Конечно, мы надеемся, что форум станет уникальной площадкой для того, чтобы показать наши продукты, а также позволит создать возможности знакомства с инвесторами и показать возможности для передового развития нашей страны и создания комфортной, здоровой и безопасной жизни для ее граждан.

АМУРСКАЯ МЕДАКАДЕМИЯ «ВПИСАНА» В ВЫСТАВОЧНУЮ ЭКСПОЗИЦИЮ ОБЛАСТИ НА ВЭФ

Амурская медакадемия готовится представить на Восточном экономическом форуме несколько цифровых решений. ВЭФ пройдет с 10 по 13 сентября на острове Русский во Владивостоке.

«Для нас это очень почетно. Академия еще ни разу не принимала участия в ВЭФ, и мы очень благодарны Правительству Амурской области за возможность поучаствовать в экспозиции и деловой программе форума. Я надеюсь, что наши разработки будут интересны участникам ВЭФ и инвесторам», - отметила ректор Амурской медакадемии Татьяна Заболотских.

Проектная группа Амурской

ГМА представит свои разработки на выставке «Улица Дальнего Востока». Официальная информация размещена на сайте выставки - <https://fareaststreet.ru/>

[participants/regions/amurskaya-oblast.php](https://fareaststreet.ru/participants/regions/amurskaya-oblast.php)

«Сотрудники медакадемии представят свои цифровые устройства, которые помогут в



оказании первой помощи и мониторинге здоровья: робот-собака, смарт-браслет и смарт-брелок с программой пошагового оказания первой помощи. «Умная одежда» подскажет уровень нагрузки для

спортсменов и военных, в том числе при выполнении военных задач с риском получить ранение, передадут биометрические и личные медицинские данные человека».

ДЛЯ СПРАВКИ:

Восточный экономический форум, выставка «Улица Дальнего Востока» - это уникальная площадка для взаимодействия ведущих российских и зарубежных профессионалов в сфере экономики, государственного управления и бизнеса из России и стран Азиатско-Тихоокеанского региона. Проводится по инициативе Президента России Владимира Путина.

Руководителем Организационного комитета Восточного экономического форума и выставки «Улица Дальнего Востока» является заместитель председателя Правительства Российской Федерации - полномочный представитель Президента Российской Федерации в Дальневосточном федеральном округе Юрий Трутнев.

По информации fareaststreet.ru

СОВЕТЫ ПЕРВОКУРСНИКУ

Данила Тен, 2 курс, лечебный факультет



Привет, дорогой первокурсник! Теперь ты - часть большой и дружной семьи под названием «Амурская ГМА». Я помню себя на 1 курсе, растерянного и вечно куда-то бегущего «перваша», но теперь все по-другому.

Хотел бы с тобой поделиться маленьким секретом - просто не бойся, и у тебя все получится. Я помню свои первые дни в академии - эти длинные лекции, шумная общага, незнакомый город, куча новых лиц. Но в этом и есть кайф учебы здесь.

Каждый день ты будешь узнавать что-то новое и полезное. Запомни, на лекциях по анатомии садись за первую парту и будь готов к громким крикам и неожиданностям. На лекциях по гистологии и биологии лучше всего сидеть максимально тихо и спокойно. Готовься писать с утра, писать в обед, писать вечером и писать ночью лекции по любым предметам. Но этого не нужно бояться, просто не пропускай занятия - и все будет ок.

А вот культурно-общественная деятельность - это вообще отдельная тема, она в академии настолько многогранна, что любой найдет для себя близкое по душе направление, от волонтерства до спортивных кружков.

Просто будь смелее и заводи как можно больше друзей сразу, это тебе поможет освоиться.

Анастасия Иванова, 5 курс, лечебный факультет



Не паникуй, если тебе будет неуютно! Всегда, когда ты приходишь в новый коллектив, ты чувствуешь себя не на своем месте. Главное - вдумчиво воспринимать происходящее вокруг, стараться правильно выбирать новые связи, ведь тебе придется на протяжении нескольких лет видаться с этими людьми. Лучше осмотри и познакомься с местными правилами и традициями. Возможно, тебе придется немного подстроиться под них или поменять привычки и образ жизни.

При этом не бойся сохранять свою индивидуальность и выделяться из толпы. Не беда, что ты никого еще не знаешь. В первом же семестре следи за объявлениями и не пропускай ничего интересного.

Не бойся принимать участие в различных мероприятиях группы, курса и вуза - не замыкайся в самом себе и не стесняйся. Совместные занятия объединяют и помогают подружиться.

Друг, перед тем, как ты вольешься в студенческую жизнь, нам стоит сразу обговорить некоторые особенности обучения, с которыми тебе придется в дальнейшем справляться самостоятельно.

- Самообразование. Все мы привыкли, что на занятиях в школе нам объясняют новую тему, а мы ее записываем, теперь ты - студент, а это значит, что 80% учебы будет проходить в формате самостоятельной работы. На практическое занятие нужно приходить, зная не только название темы, но и освоив весь теоретический материал на лекциях, по литературе для подготовки, самостоятельно найденному материалу. На практических занятиях преподаватель в форме опроса или какой-либо письменной работы проверяет знания студентов. Кроме того, ты можешь задать вопросы, возникшие в процессе подготовки, чтобы лучше разобраться с данной темой.

- Учись быть самостоятельным. В университете за получение знаний ответственен только ты сам, больше никто. Тебе нужно самому следить за своей успеваемостью, дедлайнами, изменениями в расписании.

- Учись для себя. Очень хочется, чтобы этому пункту было уделено особое внимание, ведь именно на первых курсах закладывается основа основ, все самое необходимое и важное. Сначала ты работаешь на базу знаний, потом она работает на тебя. Учись не ради сегодняшней оценки - учись ради знаний, учись для себя, ведь все мы хотим быть знающими и образованными врачами.

Полина Могильник, 3 курс, лечебный факультет

Дорогой первокурсник, когда-то я тоже была на твоём месте и признаюсь честно: от моей дрожи в коленях стены академии тряслись. Весь свой первый курс я путала, какая пара в каком корпусе, как зовут преподавателя и почему эти старшекурсники вечно косятся на тебя? Поделюсь парой советов, как можно побыстрее адаптироваться.



Первое: не пытайся отсидеться в уголке - всегда проявляй инициативу, садись за первые парты, спрашивай, узнавай, иначе пожалеешь об упущенной возможности (уже на первой сессии поймешь, почему это так важно).

Второе: береги честь смолоду, а сон - с 1 курса! Будут дни, когда нужно посидеть до утра, но не стоит этим злоупотреблять (я на 3 курсе поняла, что сорвала себе свой здоровый сон, и последствия сейчас от этого неприятны). Пусть тебе кто-то расскажет из старших (например, тьюторы) или сам залезь в Интернет, почитай, как правильно распределять свое время.

И третий совет, который однажды может спасти тебе жизнь: не надевай свой белый халат вне стен академии - НИКОГДА, если не хочешь познать гнев какого-нибудь старшекурсника.

Дорогой первокурсник, даже если сначала тебе будет тяжело, непонятно - не смей опускать руки! Это еще один этап твоей жизни, который поможет идти прямо по пути прекрасной профессии врача. Ты со всем справишься. Верю в тебя!

Алина Нарочная, 2 курс, лечебный факультет

Первый курс - это совершенно не страшно. Самое тяжелое - большой объем информации, который нужно запоминать. Если делать все вовремя, не накапливать долги (а долги будут у всех), то проблем совсем не будет! Если заболел - обязательно иди на прием к врачу. Ты, конечно, можешь вылечиться сам, но некоторым преподавателям принципиально наличие справки. Кстати, о преподавателях! Насколько бы мнение преподавателя не казалось тебе неправильным, даже не думай спорить (можно вести уважительную дискуссию). Портить отношения - себе дороже. Если нормально учиться в первом семестре и до Нового года закрыть все зачеты - можно немного раньше уехать домой. Советую активную студенческую жизнь (особенно в секторе культмасса), так время идет быстрее и со вкусом). Заведи пару друзей - старшекурсников, к ним можно обратиться за советом. Иногда будут воз-



никать стрессовые ситуации, что-то будет казаться несправедливым - это нормально, нужно собраться силами и тратить на это поменьше нервов.

Дробяскина Ксения, 4 курс, педиатрический факультет



Дорогой первокурсник, осталось совсем чуть-чуть - и ты уже медик. А пока ты учишься, ты можешь познакомиться с чем-то большим, чем литература и лекции.

Я говорю о собственном пути в науку. У нас в академии, прямо в главном корпусе, расположена студенческая научная база, а именно НОМУС. Мы проводим эксперименты с животными, исследуем микромир и изобретаем новое! Ты уже на пути в медицину, смело шагай. Двигайся по пути познания и сам активно познавай вместе с нами, молодыми учеными!

Евгений Ким, 3 курс, лечебный факультет

Привет, дорогой первокурсник! Твоя жизнь в академии начинается с тяжелой лекционной недели с перерывами в 10 минут. Поэтому бери с собой что-нибудь перекусить, ведь очередь в столовой будет очень длинной. Не пугайся таких слов, как «анатомия», «латинский язык» и так далее. Постарайся сразу влиться в коллектив, ведь это твои братья и сестры на ближайшие 6 лет. Часть команды - часть корабля.



В МОСКВЕ ПРОШЕЛ ВСЕРОССИЙСКИЙ ФОРУМ ВОЛОНТЕРОВ-МЕДИКОВ

Во VII Всероссийском форуме волонтеров-медиков в Москве приняли участие 300 неравнодушных и инициативных молодых россиян. На форуме обсудили развитие региональных и местных отделений движения. Открытие прошло в Культурном центре Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики»

В работе форума приняла участие координатор АРО ВОД «Волонтеры-медики», студентка 6 курса Амурской государственной медицинской академии Алина Панова.

Главная цель форума - поддержка молодежных инициатив в сфере здравоохранения и создание коммуникационной среды для развития медицинского добровольчества. Экспертами и спикерами станут лидеры в сфере здравоохранения, молодежной политики и НКО.

«Созданное 10 лет назад наше Движение объединило во всех регионах страны энергичных, неравнодушных и чутких к чужой беде людей с активной гражданской позицией. Продолжая благородные традиции добровольчества и подвижни-



чества, вы выполняете важную миссию - участвуете в решении

актуальных задач, стоящих перед отечественным здра-

воохранением. Уверен, что в ходе нынешнего форума его

участники смогут обменяться накопленным опытом, знаниями и практиками, предложить новые подходы к повышению эффективности деятельности Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» и, конечно, ваши социально-значимые проекты получат поддержку», - отметил в послании к участникам форума Президента РФ Владимир Путин.

«За последние годы форум стал авторитетной площадкой для обсуждения путей поддержки молодежных инициатив в сфере здравоохранения и создания среды для коммуникации и развития медицинского добровольчества», - сказал, обращаясь к участникам мероприятия, **министр здравоохранения России Михаил Мурашко.**

ДАРЬЯ ХЛЫБОВА РАБОТАЛА МОДЕРАТОРОМ НА ПЛОЩАДКАХ ВСЕРОССИЙСКОГО ФОРУМА «ТЕРРИТОРИЯ СМЫСЛОВ»

Дарья Хлыбова, помощник проректора по воспитательной работе, в конце августа работала в качестве модератора на площадках Всероссийского форума «Территория смыслов»

Она приняла участие в двух сменах - «Учить» и «Открывать».

Работа смены «Учить» была посвящена моделированию систем воспитания и образования. Целевая аудитория, с которой работала Дарья, - молодые учителя и преподаватели, проректоры по воспитательной работе, советники директоров школ, а также представители частного образования. Говорили о воспитании личности, изучали новые формы образования и систему формирования взаимоотношений человека и мира в процессе обучения.

«Для меня работа на федеральном уровне - всегда большая ответственность и возможность собственного роста. Мне нравится заниматься модерацией групп, приводить участников к результату, наблюдать за групповой динамикой. «Территория смыслов» это - отличная площадка для опыта и новых знакомств. Я привезла много новых эффективных инструментов, которые можно будет использовать в работе в нашей академии», - говорит **Дарья Хлыбова.**

Форум «Территория смыслов» - это крупнейшая образовательная площадка России, которая ежегодно собирает молодых профессионалов из самых разных отраслей со всей страны. В



2023 году молодежный форум «Территория смыслов» в пятый раз прошел на площадке образовательного центра президентской платформы «Россия - страна возможностей» - Мастерской управления «Сенеж» в подмосковном Солнечногорске. Проведение форума «Территория смыслов»

совпал с пятилетием президентской платформы «Россия - страна возможностей», указ о создании которой был подписан Президентом РФ 22 мая 2018 года. «Территория смыслов» - 2023 - это 8 смен с 26 июля по 2 сентября 2023 года. Девиз форума этого года: «Делай больше, чем можешь!».

В НОВОМ УЧЕБНОМ ГОДУ СТУДЕНТЫ АКАДЕМИИ БУДУТ ИЗУЧАТЬ НОВУЮ ДИСЦИПЛИНУ «ВВЕДЕНИЕ В ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»

Курс разработан кафедрой медицинской физики

«Введение в искусственный интеллект» будут изучать студенты 4 курса лечебного факультета и 6 курса педиатрического факультета», - рассказывает **ректор Амурской медакадемии Татьяна Заболотских.**

Искусственный интеллект сегодня является одним из самых быстрорастущих сегментов здравоохранения. С одной стороны, он помогает автоматизировать работу врачей и делать ее более эффективной, с другой - используется в поисках решений для кардинального продления человеческой жизни. Искусственный интеллект может оказаться полезным при постановке диагноза и выборе подходящего лечения, при анализе больших объемов медицинских данных и пр.

«Возможности, которые открывает использование искусственного интеллекта, безграничны. И мы понимаем, что без знания современных технологий врач не сможет сейчас эффективно работать. Поэтому наши студенты будут изучать и эту дисциплину тоже. Кроме того, и у нас в академии в рамках проекта стратегического развития создаются цифровые решения, которые мы планируем выводить на рынок. Некоторые из них, созданные в рамках проекта «НейроСНЕ» мы представляем на Восточном экономическом форуме», - отмечает Татьяна Заболотских.

В ходе изучения данной дисциплины студентами будут рассмотрены следующие вопросы: основы искусственного интеллекта и применение систем искусственного интеллекта в медицине, разработка медицинских баз данных в Microsoft Access: «Поликли-



ника», экспертные системы на основе системы искусственного интеллекта, изучение принципов создания продукционных баз знаний, создание прототипа экспертной системы, основанной на технологии искусственного интеллекта, нейронные сети и их применение в медицине, диагностика с использованием искусственного интеллекта.

КАК ПЛАВНО ВЫЙТИ ИЗ РЕЖИМА КАНИКУЛ И ОТПУСКА И НАЧАТЬ НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД

Переход от режима отдыха к режиму работы - актуальная проблема. Я работаю в академии 21 год, и каждый раз выход на работу 1 сентября - это с одной стороны большая радость, а с другой - стресс», - Ольга Юткина, ассистент кафедры детских болезней, к.м.н., рассказала, как преодолеть постотпускную депрессию

С возрастом этот переход все более ощутим, но приходит мудрость и опыт - рецептов безболезненного перехода становится тоже больше. А вообще, существует постотпускной синдром, или депрессия (post-vacation blues) - состояние, когда после возвращения к работе или учебе человек испытывает негативные эмоции, стресс, раздражительность, лень, усталость, опустошение, грусть, хандру и другие неприятные вещи. Трудовые будни кажутся серыми и унылыми, работать, учиться совсем не хочется, появляется рассеянность, а обычные задания становятся невыносимым бременем. Обычно это состояние длится не более пяти-семи дней, но даже они причиняют сильный психологический дискомфорт.

- Наверное, труднее всего детям и студентам - у них самые длинные каникулы. Организм привыкает к отдыху чисто психологически или на уровне физиологии и тоже (возможно, какие-то процессы перестраиваются)?

- Все дело в том, что у одних людей это состояние протекает относительно безболезненно для психики, быстро заменяется положительными моментами в жизни: продуктивной деятельностью, общением с друзьями, веселыми фильмами, приятными событиями. А у других апатичный настрой и эмоции надолго «застывают», не уходят, накапливаются, вызывая физиологические сдвиги в организме в виде обострения старых болезней или появления новых соматических заболеваний. И здесь без помощи специалистов уже не обойтись.

- Можно ли подготовиться к переходу в «рабочий режим»? В чем заключается такая подготовка и как задолго ее надо начинать? Первые дни в рабочем графике должны выглядеть как-то особенно? Советы практические - как выстроить свою рабочую (учебную) деятельность, чтобы «не выгореть» быстро (не пойдешь больше в школу, в институт) и как можно дольше сохранить то, что накоплено за каникулы?

- Каникулы или отпуск оказывают благоприятное воздействие на человека, но имеют одно отрицательное свойство - рано или поздно они заканчиваются. В первые рабочие дни после отдыха кажется, что небеса разверзлись и обрушились тебе на голову разом дождь проблем и задач, которые требуют немедленного решения.



Для плавного перехода из состояния покоя в активный режим работы я использую простые рецепты.

ВОССТАНОВИТЬ РАБОЧИЙ РЕЖИМ ДНЯ, РЕЖИМ СНА И ПИТАНИЯ

Режим дня в отпуске или на каникулах может резко отличаться от рабочего режима. Переходить на рабочий режим дня необходимо за 10 дней до предполагаемого дня выхода на работу или учебу. Восстановить время пробуждения и отхода ко сну, время приема пищи, вспомнить, сколько времени понадобится на дорогу, сборы и др.

ПРИВЕСТИ В ПОРЯДОК СВОЕ РАБОЧЕЕ МЕСТО

Глобально вернуться в рабочее состояние поможет подготовка рабочего места, для студентов - рабочее место дома или в общежитии: подготовить компьютер, канцелярию, расставить всё по своим местам. Для студентов очень важно заблаговременно решить бытовые вопросы: обустроить максимально комфортное пространство для жизни и учебы, где и какие продукты покупать, освоить простые рецепты для приготовления себе еды, свой одежде, обуви, отработать время и маршрут до учебного заведения, познакомиться с деканом и старостой своей группы.

ПОСТЕПЕННО ВТЯГИВАТЬСЯ В РАБОЧИЙ РИТМ

Постотпускной синдром - проблема людей, которые не умеют плавно возвращаться к обязанностям. Они сразу же пытаются успеть абсолютно все, получают бешеную рабочую нагрузку. Это огромный стресс, который повлечет за собой нервные срывы, проблемы с функциональностью и здоро-

вьем. Необходимо постепенно набирать обороты рабочего темпа, только таким образом можно избежать неприятностей - в среднем это тоже примерно 10 дней, чтобы вернуть рабочий ритм и избавиться от постотпускного синдрома.

ГРАМОТНО РАССТАВИТЬ ПРИОРИТЕТЫ

Определение приоритетных задач - отличная возможность избавиться от проблем с авралами. Изначально нужно делать наиболее простые вещи - составить список задач, являющихся действительно важными в ближайшее время. Воспользуйтесь матрицей дел от Эйзенхауэра - это отличная возможность корректно расставить приоритеты и определить действительно важные моменты.

МАКСИМАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ

Эффективная коммуникация с коллегами, одногруппниками, однокурсниками - важная составляющая успеха. Совместная работа, учеба - отличная возможность наладить коммуникацию, постепенно вернуться или наладить процесс работы или учебы. Отсутствие общения - признак того, что неправильно расставлены приоритеты, возможно, будет тяжело продуктивно работать или учиться.

ХВАЛИТЬ СЕБЯ ЗА НЕБОЛЬШИЕ ДОСТИЖЕНИЯ

В первое время (а лучше - всегда) хвалить себя за каждую выполненную задачу. Чтобы первые рабочие дни не превратились в охваченную огнем веселую карусель, позволяйте себе в качестве награды небольшие перерывы по 5-10 минут или больше. Можно вести запись выполненных задач, чтобы контролировать, как и на что потрачены силы и время.

ДОСТАВЛЯТЬ СЕБЕ МАЛЕНЬКИЕ РАДОСТИ

Часто мы тоскуем по отпуску или каникулам из-за синдрома отложенной жизни. Когда верим, что все самое лучшее случается с нами только в отпуске или на каникулах. Это не так, и в наших силах это изменить. Периодически полезно устраивать себе маленькие приятности: поход в спортзал, прогулки, поход в кино, театр, музей, хобби и т.д.

ЕСЛИ НИЧЕГО НЕ ПОМОГАЕТ...

Если по возвращении из отпуска или после каникул категорически не хочется работать или учиться и никакие методы не помогают, важно разобраться с причинами. Они могут быть как ситуативными, так и хроническими. В Амурской ГМА работает Центр психологической адаптации для студентов, ординаторов и преподавателей, сотрудником которого я являюсь. В центре проводятся индивидуальные консультации, групповые тренинги на самые актуальные проблемы: конфликты, как снять стресс, тайм-менеджмент, эффективная коммуникация и др. К нам можно обращаться по любым вопросам нарушения адаптации к учебному процессу.

- Последние дни отдыха люди стараются отдохнуть «как в последний раз» - набегаться, нагуляться и пр. Это правильно?

- Последние дни отдыха лучше провести спокойно. Не нужно загружать их излишней активностью - насыщенными экскурсионными программами, экстремальными видами отдыха, спортивными подвигами, бегом по магазинам. Особенно последние 10 дней отдыха перед выходом на работу или учебу нужно потратить на полноценный релакс, просто погулять, сходить в кино, театр, отрегулировать режим дня, перейти на правильное и полноценное питание, спать по 8-10 часов.

- То, что 1 сентября празднуют День знаний, - это тоже такой элемент «перехода»?

- День знаний, который по давней традиции празднуется 1 сентября во всех учебных заведениях, - это замечательное событие и своего рода ритуал, который ставит точку в конце каникул и является отправным моментом для нового этапа в жизни. Это как водораздел - отделяет один замечательный период (каникулы, отпуск) от другого (учебная, рабочая деятельность) и вселяет надежду,

что в конце этого периода будет опять отдых, отпуск, каникулы. В мире все циклично, все повторяется. Я очень люблю 1 сентября, и всегда посещаю праздничные мероприятия.

- Особенно тяжело студентам 1 курса и школьникам 1 класса? Или нет никакой разницы?

- Студенты 1 курса и школьники 1 класса составляют, примерно, одинаковую группу риска по нарушению адаптации. У первокурсников - смена игровой деятельности на учебную деятельность и кризис 7 лет. У первокурсников тоже идет кардинальная смена привычного образа жизни: новая обстановка, режим, иные учебные нагрузки и требования, новые социальные отношения, новый уровень отношений с родителями, иное отношение к себе и самое главное - новая социальная роль - роль студента. У бывшего школьника навыков выполнения такой роли нет. Студенты-первокурсники методом проб и ошибок пытаются освоить ожидаемое от них поведение и на его основе строить взаимоотношения со сверстниками и преподавателями. Студент-первокурсник замечает принципиально отличные учебные нагрузки и форм организации учебной деятельности в ВУЗе от таковых в школе. Кроме того, в ходе первого года обучения студент понимает, что возможно сделал неверный выбор будущей профессии. Все эти факторы создают напряжение и повышают тревожность у первокурсников, усугубляя проблему адаптации. И отсюда объемный комплекс как внутренних, так и внешних конфликтов связанных с трудностями принятия и дальнейшего выполнения норм, соответствующих социальной роли студента.

- А если перерыв очень большой (например, отпуск несколько месяцев или академ) - сложнее ли себя вернуть в рабочее русло?

- Да, если отпуск большой или академический отпуск у студентов, который длится целый год, конечно, сложнее вернуться в рабочее русло. Нужно больше времени на подготовительный период - 2-3 недели и период адаптации с началом учебы, работы может тоже затянуться, возможен срыв адаптации. Студентов, которые выходят из академических отпусков, мы приглашаем в наш Центр психологической адаптации - здесь возможна индивидуальная работа по проживанию негативных эмоций и коррекции депрессивных состояний.

Фото: Freepik.

ЗАВЕДУЮЩИЙ КАФЕДРОЙ ТРАВМАТОЛОГИИ ИВАН БОРОЗДА ОППОНИРОВАЛ НА ЗАЩИТЕ ДОКТОРСКОЙ ДИССЕРТАЦИИ В ТАШКЕНТЕ

Заведующий кафедрой травматологии с курсом медицины катастроф, д.м.н., профессор Иван Борозда в рамках научного обмена побывал в Республике Узбекистан

Он был оппонентом на защите докторской в Ташкентской медицинской академии. Кроме того, он привез на подписание Меморандум о сотрудничестве с Амурской ГМА.

В ходе поездки удалось посетить Ташкент и Самарканд.

«Можно сказать, что наяву передо мной ожила восточная сказка - легенды «Тысячи и одной ночи» и сказания о Ходже Насреддине, которые прочел в детстве. Я увидел, что динамично развивающаяся с тысячелетними традициями Республика Узбекистан открыта современному миру. Искреннее, доброжелательное отношение жителей этой удивительной многонациональной страны к гостям подкупает и заставляет чувствовать себя очень комфортно, даже невзирая на жаркий климат. Восхитила столица и, конечно, древний Самарканд. Полный



исторических достопримечательностей, этот город просто овеян духом древности. Узнаваемая архитектура мавзолеев, мечетей, древних крепостных стен, старого города, толчея восточного базара, как настоящая машина времени, будоражит сознание и заставляет по-новому взглянуть на историю человечества. Надо ли говорить, что эти впечатления об удивительной восточной стране - Узбекистане навсегда останутся в душе благодарного путешественника».



«КАДРЫ РЕШАЮТ»

С 1 сентября начался отбор для участия в Программе стажировок при Правительстве Амурской области «Кадровые решения»

В ганах государственной власти Амурской области, обучение и подготовка молодых специалистов к работе в исполнительных органах государственной власти Амурской области, создание непрерывно действующей системы развития компетенций молодых профессионалов - отмечают в Министерстве проектного управления и кадровой политики Правительства области.

Для участия в программе претенденты должны заполнить анкету, выбрать направление стажировки, прикрепить видеопрезентацию и пройти тестирование.

Претенденты, допущенные ко второму отборочному этапу, пройдут индивидуальное собеседование. Участники стажировки

получат бесценный опыт работы в команде и пройдут обучение по развитию профессиональных и личностных навыков. Лучшие попадут на стажировку в исполнительные органы государственной власти, чтобы разработать проект, направленный на развитие Амурской области. Призеры стажировки получат благодарственные письма Губернатора Амурской области, сертификаты, дающие дополнительные баллы при участии в конкурсе при поступлении на госслужбу, а также денежное поощрение

Более подробную информацию о Программе можно найти здесь: <https://or28.amurobl.ru/kadry-reshaut/>

Программа успешно работает в Амурской области четвертый год. Участвовать в ней могут молодые люди от 20 до 25 лет, студенты старших курсов ВУЗов, выпускники ВУЗов в течение одного года после получения диплома.

Главные необходимые качества - ответственность, нацеленность на результат, позитивное мышление.

Задачей проекта является отбор и привлечение инициативных и перспективных кадров к работе в исполнительных ор-

ОРДИНАТОРЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ СМОГУТ РАБОТАТЬ ВРАЧАМИ-СТАЖЕРАМИ

Хорошая новость для ординаторов второго года обучения.

Принят закон о допуске ординаторов к работе на должностях врачей-стажеров по получаемой специальности! В настоящее время внесены изменения в Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» в статью 69 часть 5.

«Лица, обучающиеся по программам ординатуры по одной из специальностей укрупненной группы специальностей «Клиническая медицина», могут быть допущены к осуществлению медицинской деятельности на должностях врачей-стажеров в порядке и на условиях, установленных уполномоченным федеральным органом исполнительной власти».

Ординаторы смогут допускаться к работе и иметь право трудоустроиваться врачами-стажерами по получаемой специальности с 1 апреля 2024 года.

Условия и порядок такого допуска будут утверждены приказом Минздрава России.

В проекте приказа прописаны следующие условия допуска ординаторов к работе врачами-стажерами:

- успешно пройденная первичная аккредитация;
- обучение в ординатуре не менее 1 года;
- успешное прохождение промежуточной аттестации ординаторами;
- работа под руководством наставника.

1 сентября

Месяц осведомленности о болезни Альцгеймера

8 сентября

Международный день физиотерапевта

10 сентября

Всемирный день оказания первой медицинской помощи

11 сентября

Всероссийский день трезвости, или День отказа от алкоголя в России

15 сентября

День всемирной борьбы с лимфомами

15 сентября

День трансфузиолога в России

17 сентября

Международный день хирурга

17 сентября

Всемирный день безопасности пациентов

21 сентября

Международный день распространения информации о болезни Альцгеймера

24 сентября

Международный день глухих (последнее воскресенье сентября)

26 сентября

Всемирный день контрацепции

28 сентября

Всемирный день борьбы против бешенства

28 сентября

Международный день безопасного аборта

29 сентября

День отоларинголога. Всемирный день сердца

30 сентября

Международный день ортодонта

По информации minzdrav.gov.ru

Газета «АМУРСКАЯ МЕДИЦИНА» издается с апреля 2004 года (16+)

Редакция «Амурская медицина»: 675001, Амурская область, г. Благовещенск, ул. Горького, 95.
Гл. редактор - Эльвира Геннадьевна Оверченко.
E-mail: editorial.dep@amursma.su
приемная ректора - 8 (4162) 319-009
редакция - 8 (4162) 319-017

Газета «Амурская медицина» отпечатана в ООО «Издательский дом «Гранд экспресс». г. Хабаровск, Уссурийский бульвар, 9 а. Тел. 8 (4212) 30-99-80.
№2 (2) от 8 сентября 2023 года.
Тираж: 999 экземпляров. Распространяется бесплатно.
Заказ: № 05-09

Учредитель и издатель газеты - ФГБОУ ВО Амурская государственная медицинская академия Минздрава России, Амурская область, г. Благовещенск, ул. Горького, 95.
Аудитория газеты - профессорско-преподавательский состав, сотрудники и обучающиеся ФГБОУ ВО Амурская государственная медицинская академия Минздрава России, сотрудники лечебно-профилактических учреждений Амурской области.