

Summary

BALANCED DIET FOR OVERWEIGHT PREGNANT AS A COMPONENT OF HEALTHY LIFESTYLE

Tarasenko K.V., Gromova A.M., Nesterenko L.A., Mamontova T.V.

Key words: body weight, obesity, pregnancy, good nutrition, physical activity, prevention of obstetric complication.

The purpose of this work is to determine the role of rational nutrition of pregnant women with obesity as an integral component of healthy lifestyle in the prevention of negative effects which might be caused by obesity. The article deals with the basic principles of nutrition of pregnant women with obesity in combination with physical activity that is highly effective measures of non-pharmacological correction of body weight and ensures the maintenance of health of the mother and her growing baby. This paper emphasizes the importance of continual correction of diet and modification of life style in overweight patients. To reach the maximum effectiveness of the treatment and to prevent obstetric complications in pregnant women with obesity it is necessary to develop an integrated approach, which would be based on a balanced diet, lifestyle modifications, and a comprehensive medical control and self-control of body weight.

УДК 378.147+378.661

Тарасенко Л.М., Непорада К.С., Омельченко О.Є., Білець М.В., Цубер В.Ю.

СИСТЕМАТИЧНА САМОСТІЙНА РОБОТА СТУДЕНТА – ЗАПОРУКА ПІДГОТОВКИ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНОГО ЛІКАРЯ

ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

Мета даної роботи – розкрити високу значимість систематичної самостійної роботи студента у підготовці майбутнього висококваліфікованого лікаря. Підкреслена значимість працелюбності як елемента духовного життя людини. Тільки систематична робота студента забезпечує інтеграцію знань і глибоку професійну підготовку майбутнього лікаря. Розуміння внутрішнього зв'язку між окремими дисциплінами формує у студентів всебічні знання фундаментальних наук, а на їх основі стає доступним обґрунтування складних питань патогенезу окремих нозологічних одиниць у клінічній медицині, принципів біохімічної і функціональної діагностики, профілактики та терапії окремих захворювань. Без засвоєння методів диференційної діагностики, розуміння ролі провідних патогенетичних зв'язків між окремими захворюваннями та їх специфічних особливостей є неможливим вирішити складні питання коморбідності в клінічній практиці лікаря. Таким чином, сучасна медицина ставить питання про необхідність систематичної роботи студента під час навчання в медичному закладі та на наступному післядипломному етапі.

Ключові слова: безперервний професійний розвиток, самостійна робота студента, медична освіта, коморбідність, базисні знання.

У сучасних умовах до загальнолюдських цінностей належать: прагнення набувати новий досвід, орієнтація у своїй діяльності на сьогочасне майбутнє, повага до сучасних досягнень науки і техніки, прагнення до високого рівня вихованості, культ Матері і Батька, Родини, прагнення жити по совісті, пріоритет духовного над матеріальним [4].

Кожне суспільство будує своє життя відповідно до загальнолюдських цінностей. Ціннісні орієнтири є найважливішим регулятором правил поведінки людини. В системі цінностей особистого життя, які визначають принципи поведінки, підкреслюють такі важливі критерії як пріоритет задоволення духовних потреб, мудрість, доброзичливість, оптимізм, творчу активність, працьовитість, цілеспрямованість тощо [Вишневецький О.; цит. по 4]. На наш погляд, орієнтація на загальнолюдські цінності має особливе значення для виховання майбутнього лікаря.

Мета даної роботи – показати роль самостійної роботи в інтеграції професійних знань майбутнього лікаря.

Працелюбність – елемент духовного, інтелектуального життя. Праця об'єднує три

поняття: необхідно, важко і прекрасно [5]. Гармонія цих понять у великій мірі залежить від систематичної роботи студента. Збереження нових знань ґрунтується на якості засвоєння на попередньому етапі навчання та від інтеграції з ними. Систематична навчальна робота студента гарантує формування всебічних глибоких знань з основних дисциплін для вирішення актуальних проблем патогенезу, діагностики, профілактики і терапії захворювань. Сучасна медицина розглядає ці проблеми на підставі аналізу метаболічних порушень, функціональних та дисрегуляторних змін в організмі. Вкрай важливо для розв'язання цих питань залучати головні положення анатомії, фізіології, біохімії, генетики, імунології та патології, тобто здійснювати інтеграцію попередніх і нових знань.

Чи можна зрозуміти природу патологічного процесу без глибокого аналізу його фізіологічної та біохімічної сутності? Ні. Існує тісний взаємозв'язок між функцією фізіологічних систем та органів і обміном речовин, що проявляється закономірними змінами метаболічних процесів та обґрунтовує вибір біохімічних критеріїв їх діагностики.

Програма підготовки майбутніх лікарів

побудована з урахуванням внутрішнього зв'язку між окремими дисциплінами. Це вимагає від студента глибоких знань основ фундаментальних дисциплін, що вивчаються на початковому етапі медичної освіти. Саме вони відкривають широкі шляхи для обґрунтування патогенетичних механізмів розвитку типових патологічних процесів та принципів їх профілактики та терапії.

Оволодіння базисними знаннями у сполученні з вмінням аргументовано аналізувати структурні, молекулярні і функціональні зміни, які виникають у пацієнтів на різних стадіях розвитку захворювань, є основою успішного засвоєння клінічних дисциплін.

Вміння самостійного аналізу метаболічних змін та біохімічних показників студент набуває у тісній взаємодії з викладачем спочатку на кафедрі біохімії, а потім удосконалює їх при вивченні окремих дисциплін та нозологічних одиниць протягом навчання у медичному закладі.

Сучасна освітня педагогіка передбачає зростання значимості самостійної роботи студента, яка є такою ж вагомою як інші види навчальних занять – лекції та практичні заняття. В сучасних умовах самостійна робота студента є на просто важливою формою освітнього процесу, а повинна стати його основою. Вона базується на орієнтації на активні методи оволодіння знаннями, розвиток творчих здібностей студентів, перехід від поточного до індивідуалізованого навчання з урахуванням потреб і можливостей особистості. Тому навчально-виховний процес у вищому учбовому медичному закладі повинен бути побудований так, щоб розвивати вміння вчитись, формувати у студента здібності до саморозвитку та творчого застосування отриманих знань. При цьому роль викладача не менш важлива, оскільки він не є джерелом змістовної інформації, а лише організовує пізнавальну діяльність, консультує і здійснює систематичний контроль аудиторної самостійної роботи студента, орієнтуючи на пріоритет діяльності творчого характеру. Цьому сприяє атмосфера високої вимогливості до знань студентів [2].

В структурі навчального процесу суттєве значення надається вмінню вирішувати тестові завдання, які, поряд з базовою підготовкою, є основою успішного складання ліцензійного іспиту «Крок-1» та «Крок-2». Даний вид самостійної роботи може бути цікавим і плідотворним тоді, коли він набуває творчого характеру з аргументованим формулюванням відповіді з консультативною допомогою викладача.

Науковий рівень підготовки студентів забезпечують всі види навчального процесу, але

особливу роль відіграє лекція. На жаль, в навчальних планах медичних закладів зменшилась кількість лекційних годин. Відмова від лекцій та недооцінка їх ролі знижує наукову підготовку студентів. Значимість лекцій дуже важлива на початковому етапі навчання студентів, оскільки дає широту бачення проблеми, її сучасного стану та перспективи використання знань у майбутньому.

Характерною рисою сучасної медицини є коморбідність, тобто існування двох і більше синдромів або захворювань, патогенетично взаємозв'язаних між собою або співпадаючих у часі в одного пацієнта незалежно від активності кожного з них [3]. Узагальнена практика сімейних лікарів свідчить, що поширеність коморбідності складає від 69% у пацієнтів молодого віку до 93% серед осіб середнього віку і до 98% у пацієнтів старшої вікової групи. При цьому число хронічних захворювань варіює від 2,8 у молодих пацієнтів до 6,4 – у хворих старшого віку. Отже, з віком підвищується число коморбідних захворювань. Це вимагає від лікаря необхідності всебічно вивчати клінічну картину основного, супутнього, перенесених захворювань, їх комплексної діагностики і раціонального лікування, тобто індивідуального підходу до кожного пацієнта [3].

Вирішення цих задач вимагає від лікаря систематичного удосконалення знань та вміння співпрацювати з колегами, пропагувати здоровий спосіб життя та бути власним прикладом його ведення. Витоки формування глибоких знань та вмінь беруть початок вже зі школи і особливо відповідальну роль відіграє самостійна робота студента протягом навчання в медичному закладі.

Нині розроблена концепція безперервного професійного розвитку лікарів, яка успішно з 2010 року впроваджується на Україні і базується переважно на самостійному навчанні [1]. Це концепція постійного добровільного пошуку нових знань, який надихається як професійними, так і особистими мотивами. Для лікаря такий підхід до освіти не тільки сприяє його особистому професійному зростанню та підвищенню конкурентоспроможності на трудовому ринку, але й підвищує рівень медичного обслуговування в державі та є важливим фактором у ефективності лікування пацієнтів. Безперервний професійний розвиток лікаря не можна уявити без особистої мотивації. Концепція полягає в добровільному навчанні та робить наголос на особистісних характеристиках професіонала. Роль вищого навчального медичного закладу полягає в тому, щоб закласти міцні підвалини для майбутнього безперервного професійного розвитку лікаря шляхом створення міцного фундаменту

теоретичних знань та практичних навичок й закладення основних навиків активного пошуку та отримання знань.

Таким чином, базисні знання та клінічна підготовка, отримані систематичною працею в студентські роки, є запорукою підготовки висококваліфікованого лікаря.

Література

1. Боярчук О.Р. Досвід Грузії у реалізації концепції безперервного професійного розвитку лікарів / О.Р. Боярчук, М.В. Гребеник, М.М. Корда // Медична освіта. – 2014. – № 4. – С. 14-17.
2. Булак Г.В. Сучасні умови організації навчального процесу в медичному вузі / Г.В. Булак // Медична освіта. – 2014. – № 3. – С. 25-26.
3. Вёрткин А.Л. Коморбидность / А.Л. Вёрткин, А.С. Скотников // Лечащий врач. – 2013. – № 6. – С. 66-68.

4. Винничук Р.В. Загальнолюдські цінності в глобалізаційному вимірі / Р.В. Винничук // Імідж сучасного педагога. – 2014. – № 10 (149). – С. 11-13.
5. Сухомлинский В.А. О воспитании / В.А. Сухомлинский. – [2-е. Изд.]. – М. : Политиздат, 1975. – 272 с.

References

1. Boyarchuk O.R. Dosvid Hruziji u realizatsiyi kontseptsiyi bezperernvnoho profesiynoho rozvytku likariv / O.R. Boyarchuk, M.V. Hrebenyk, M.M. Korda // Medychna osvita. – 2014. – № 4. – S. 14-17.
2. Bulak H.V. Suchasni umovy orhanizatsiyi navchal'noho protsesu v medychnomu vuzi / H.V. Bulak // Medychna osvita. – 2014. – № 3. – S. 25-26.
3. Vortkin A.L. Komorbidnost' / A.L. Vortkin, A.S. Skotnikov // Lechashchiy vrach. – 2013. – № 6. – S. 66-68.
4. Vynnychuk R.V. Zahal'nolyuds'ki tsinnosti v hlobalizatsiyomu vymiri / R.V. Vynnychuk // Imidzh suchasnoho pedahoha. – 2014. – № 10 (149). – S. 11-13.
5. Sukhomlinskiy V.A. O vospitanii / V.A. Sukhomlinskiy. – [2-ye. lzd.]. – M. : Politizdat, 1975. – 272 s.

Реферат

СИСТЕМАТИЧЕСКАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА – ЗАЛОГ ПОДГОТОВКИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННОГО ВРАЧА

Тарасенко Л.М., Непорада К.С., Омельченко А.Е., Билець М.В., Цубер В.Ю.

Ключевые слова: непрерывное профессиональное развитие, самостоятельная работа студента, медицинское образование, коморбидность, базисные знания.

Цель данной работы – раскрыть высокую значимость систематической самостоятельной работы студента в подготовке будущего высококвалифицированного врача. Подчеркнута значимость трудолюбия как элемента духовной жизни человека. Только систематическая работа студента обеспечивает интеграцию знаний и глубокую профессиональную подготовку будущего врача. Понимание внутренней связи между отдельными дисциплинами формирует у студентов всестороннее знание фундаментальных наук, а на их основании становится доступным обоснование сложных вопросов патогенеза отдельных нозологических единиц в клинической медицине, принципов биохимической и функциональной диагностики, профилактики и терапии отдельных заболеваний. Без усвоения методов дифференциальной диагностики, понимания роли ведущих патогенетических связей между отдельными заболеваниями и их специфических особенностей невозможно решить сложные вопросы коморбидности в клинической практике врача. Таким образом, современная медицина ставит вопрос о необходимости систематической работы студента во время обучения в медицинском вузе и на последующем последипломном этапе.

Summary

SYSTEMATIC STUDENTS' INDEPENDENT AS ESSENTIAL CONDITION IN TRAINING HIGHLY EXPERIENCED HEALTH CARE PROFESSIONALS

Tarasenko L.M., Neporada K.S., Omelchenko A.Ye. Bilets M.V., Tsuber V.Yu.

Key words: continual professional development, independent work, students, medical instruction, comorbidity, basic knowledge.

This work is aimed to reveal the high importance of systematic students' independent work in training highly experienced health care professionals. It emphasizes the importance of diligence as part of the spiritual life of a person. Only the systematic work of students provides the integration of knowledge and deep professional training of future doctors. Understanding the internal interrelations between different disciplines significantly contributes to the development of extensive knowledge of basic sciences. Comprehension of these sciences make accessible students to substantiate more complex issues of the pathogenesis of certain disease entities in clinical medicine, the principles of the biochemical and functional diagnosis, prevention and treatment of diseases. Without mastering the methods of differential diagnosis, understanding the role of leading pathogenetic connections between specific diseases and their specific features it seems to be impossible to solve the complex issues of comorbidity in further clinical practice. Thus, present-day medicine makes systematic students' independent work during the course at the medical school and further post-graduate learning the corner-stone.