



рецепт

№ 78

Департамент
здравоохранения
Белгородской области
СМК

Детский

Студенческий

Взрослый

Выдан: для студентов медицинского колледжа

Выдан: Студсовет СМК

Дата выдачи: сентябрь 2014

Добро пожаловать в
Старооскольский медицинский колледж!
Дорогие наши первокурсники!



Поступив в наше учебное заведение, вы сделали правильный выбор. И если вы понастоящему серьезно, вдумчиво, творчески отнесетесь к учебе, то ваша профессия по достоинству вознаградит Вас, открыв Вам все секреты мастерства.

*Вступив в большую жизнь свою,
Ты первокурсник, помни свято,*



*Что поступаешь к нам в семью
И береги честь белого халата!
Тем, кто выбрал медицину,
Гуманнейшую из наук,
Мы крепко пожимаем руки
и принимаем в наш
Студенческий союз!*

«Проба пера» наших первокурсников...

* * *

Все изменится, потерянется,
Разлетимся мы кто куда.
Будем жить по закону пятницы
и до встречи считать года.
Социальные сети, веселье -
все угаснет и вскоре вдруг
ты с подругой захочешь общения,
заведешь себе новых двух.
Чай горячий с утра с конфеткою -
все недорого, ты студент.
Опечалив карман монеткою,
купишь чипсы и весь обед.
А вся жизнь, как колеса катится,
в ритме времени и часов.
Не успела опять накрасится,
проспала без причин и слов.
Снова сессия, снова экзамены.
Денег нет и возможностей ноль.
А когда-то совсем еще маленькой
Ты стремилась к жизни такой.
Снова чипсы недорогие,
Чтобы было на что прожить.
Мы же все этой жизни хотели
И теперь будем ею жить!
ст-ка 227з/т Гнатчук А.

Красивая осень пришла в
ботанический сад колледжа...



Эмблемой этого выпуска стала разноцветная птичка колибри.



Колибри символизирует человека, который любит жизнь и умеет ей радоваться, который способен получать удовольствие от каждого нового дня, стремится жить в гармонии с окружающим миром и людьми, отличается чувственностью восприятия и нежностью души. Колибри – символ легкости, умиротворенности и доброты.



Наша жизнь полна радостных моментов, любви близких и родных, желаниям помогать всем тем, кто в этом нуждается! Цените жизнь!

*Бахматов А. студент 255ф/о,
специальность «Лечебное дело».*

Мы выбираем жизнь!

О пользе здорового образа жизни и вреде употребления психоактивных веществ не говорит только ленивый.

Конечно же, как люди, непосредственно отвечающие и за собственное здоровье, и здоровье пациентов, студенты Старооскольского медицинского колледжа должны владеть этой информацией. Будущим медицинским работникам важно

понимать не только медицинские аспекты этой проблемы, но и общечеловеческие, нравственные...

Под термином психоактивные вещества (ПАВ) понимают — вещества, употребление которых непосредственно приводят к изменениям психики. Они воздействуют на центральную нервную систему, их длительное применение является причиной возникновения как психической, так и физиологической форм зависимости.

В большинстве случаев с проблемой наркомании сталкиваются молодые люди. Именно эта категория населения является максимально уязвимой, что подтверждают данные статистики, с которыми согласны большинство экспертов.

В рамках профилактических мероприятий по употреблению ПАВ ежегодно среди студентов первого года обучения в нашем колледже проводится опрос. Учащимся предлагается ответить на вопросы анкеты «Вовлеченностъ студентов в употребление ПАВ». Анкета анонимная – таким образом, создаются условия для того, чтобы каждый из респондентов имел возможность безбоязненно ответить на непростые для себя вопросы по собственному отношению к употреблению токсических и наркотических веществ, табакокурению и употреблению алкоголя.

По итогам опросов, проведенных в 2012 и 2013 годах, было выявлено, что студенты впервые пробуют алкоголь в возрасте от 14 до 16 лет. Преимущественно это происходит на семейных праздниках и это чаще некрепкие напитки (шампанское). Так же выявляется около 10% опрошенных, ни разу не употреблявших алкогольных напитков.



Выясняя отношение наших учащихся к употреблению наркотических и токсических веществ, было выявлено, что подавляющее большинство студентов первого года не курят и не употребляют наркотиков. При этом нельзя говорить о полностью сознательном отказе от употребления ПАВ – есть значительная часть студентов, у которых нет собственной мотивации на отказ от наркотиков: их пугает реакция родителей или останавливают отсутствие возможностей. Не все студенты владеют информацией о зависимости. В среднем, около 40% не понимают разницу между физической и психической зависимостью. Если возникнет проблема употребления ПАВ, студенты намерены преимущественно обращаться за помощью к родителям, врачам и друзьям. По вопросу, насколько сложно достать наркотики, мнения разделились от «невозможно» и «сложно» до «просто» почти поровну. В основном, студенты принимают к вниманию информацию о ПАВ, которую получают из бесед в колледже.



Для снятия эмоционального напряжения студенты используют занятия спортом, музыку и танцы, общение. Вкусную еду также используют, как терапевтическое средство от стрессов.

Проводя данный опрос, мы задаемся целью не только выяснить общую картину того, как наши студенты относятся к употреблению ПАВ, но и выясняем круг наиболее актуальных вопросов и проблем, связанных с этой темой, стараемся восполнить недостаток знаний о необратимости последствий употребления ПАВ, пополнить знания по профилактике.

Если Вы чувствуете, что попали в проблемную ситуацию, не знаете, как с ней справиться, то вспомните, что в нашем колледже работает команда неравнодушных людей, специалисты, к которым стоит обратиться за помощью: социальный педагог, психолог, Ваш куратор – не оставят в беде, помогут добрым советом, окажут поддержку.

Педагог-психолог
О.В. Литинева



Выбирай!..

Рекорд на стометровке!
Летел я – не бежал.
Свой опыт с тренировки
На помощь я призвал.

Едкий дым наполняет грудь,
В голове оседает туман.
Сигарета указает путь
Покороче к могиле вам... .

На поле выбегаю,
Футбольный мяч там ждёт.
Я в жизни выбираю
Движение вперёд!

Кто закашлял? Может, старик?
Ему много, наверно, лет?
Кашель уже переходит в хрип –
«Старичку» же семнадцати нет...

К корзине я взмываю –
Цель так уже близка!
Победу вырываю –
Не прогнула рука!

Рука почему-то дрожит?
Это известный синдром.
Сердечко гулко стучит –
Болезнь зарождается в нём...

Характер формирую,
Хоккей мне даст урок.
Ворота атакую!..
Есть гол! Я это смог!

В подворотне ветер затих,
Банок жестко застыла в руках...
Неужели судьба ваша в них,
В угаре и в пьяных снах?

Ах, что за чудо с грацией
Фигурно режет лёд?
С трибун восторг, овации,
Пленённых душ полёт!
Камень кто-то в душу положил,
Бесприничный смех вдруг.
Ты сегодня что-то покурил –
В ад ты стремишься, друг!..

Приветствую с татами!
Все скажут: «Патриот!»
И президент наш с нами,
На честный бой зовёт.

Снова шприц тебя победил,
Твои вены в кровь искалоб.
Ты лишишься последних сил,
Свою ломку не поборов...

Отвага и упорство?
Несчастий череда?
Как в жизни всё непросто.
Чему ты скажешь ДА?

Сохрани нацию нашу,
От привычек дурных откажись,
Чтобы жить было не страшно,
Выбирай без них свою жизнь!

Студенты 115 с/о группы

Неравнодушные размышления
«Я не ощущаю себя реальной.
Я должна быть кем-то другим...»

Аноним.

Дневник Алисы (Синяя трава. Дневник пятнадцатилетней наркоманки)

А чем занять ваш ребенок? Этот вопрос стоит задать каждому родителю. Нет, я не про школу, колледж или университет. Есть ли у него мечта? Хорошо, если хотите, - цель. Но лично мне больше нравится «мечта».

Потому что мечты – это не эфемерное понятие, которое обязательно исчезает с возрастом. Это и есть сам человек. Это сила, ради которой хочется начинать день. День во имя чего-то.

По статистике, наибольшее количество наркоманов – в возрасте от 16 до 30 лет. Также известно, что одна из основных причин пагубных привычек – это взаимоотношения внутри семьи и особенности воспитания. Мы боремся с наркоманией, токсикоманией бесконечными лекциями о вреде и последствиях, однако число смертей от употребления наркотиков за последние годы выросло в 12 раз, а среди детей - в 42 раза. На самом деле, причина лежит гораздо глубже. Когда человек интересуется миром, ему не интересны ощущения, вызываемые наркотиком. Слишком дорого это ему



обойдется. Для него удовольствие – сама жизнь, если она наполнена смыслом.

Каждый из нас в какой-то степени ответственен за то, что происходит вокруг. Задача родителей – поддерживать ребенка, показать ему, что каждый человек – как маленькая звездочка, наполняющая светом пустоту. Задача государства – поощрять всестороннее развитие личности. Дать возможность каждому искать свое предназначение. Наша общая задача – перестать осуждать других за их «неспособности».

А научили ли вы своего ребенка мечтать? Из каждого угла нам кричат: «Будь собой. Следуй своей мечте» и тут же в ответ мятят головами: «Нет, ну какой музыкант. Разве на этом заработкаешь». И лишь единицы готовы видеть своего ребенка художником или писателем, историком искусства или даже послом доброй воли в ООН. Торговые центры появляются с неуловимой скоростью. А между тем музыкальные школы пустуют. Творческие занятия становятся непопулярны. Или слишком дорогостоящими.



Из младших классов убирают уроки танцев, сокращают часы музыки и рисования. Изначально школа задает тон: «музыка – это не обязательно, а математику ты обязан знать на отлично». А ведь в каждом есть своя внутренняя энергия, которая требует выплеска. Иначе мы очерствеем, как Кай из сказки «Снежная королева» и оледенеем к любым моральным принципам.

*Малашенко К., студентка 234 группы
специальность «Фармация»*

Старооскольский медицинский колледж	Ответственные за выпуск: Соколова Е. В. Малашенко К., Летов В. Ф., Олейникова А.В.	Отпечатано в типографии СМК Тираж 200 экз.
-------------------------------------	---	---