

# Учреждение образования «Высший медицинский колледж «Авиценна»

## Пульс



**СВЕЖИЕ НОВОСТИ:** «День здоровья»

**ИЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТА:**  
Интервью с лучшими студентами из КСССУ



**ПОЗДРАВЛЕНИЯ:** «С днем учителя!»

**ИТОГИ МЕСЯЦА:**  
Результаты аттестации учащихся за сентябрь



**МИР БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК:**

Профилактика курения



**NO SMOKING**

# «ДЕНЬ ЗНАНИЙ»

1 сентября — праздник начала нового учебного года, прежде всего для учеников и учителей, для студентов и преподавателей. По традиции в этот день в школах проходят торжественные линейки, посвященные началу учебного года. В нашем колледже данный праздник встречают чуть иначе, без традиционных линеек и белых бантов, ведь уже с этого дня наступает взросление и новый этап в жизни любого студента, но, несмотря на это, торжественность этого дня и легкое волнение сохраняются. поделитесь своими знаниями.



1 сентября 2018 года двери медицинского колледжа «Авиценна» открылись для студентов, только в этом году поступивших в наше учебное заведение и ставших частью очень большого коллектива, в котором всегда царит взаимопонимание. Уже завтра они впервые по праву наденут белый халат и отправятся постигать медицинские премудрости. Каждому из них предстоит преодолеть немало трудностей для достижения поставленных целей в учебе. Несомненно, помощь в этом им окажет наш замечательный педагогический состав — настоящие профессионалы своего дела, люди, которые всегда рады



По сложившейся традиции 1 сентября спортзал колледжа встречает гостей прекрасной атмосферой. Ведущими торжественного мероприятия были студенты старших курсов Жакенов Ерсин и Берикболова Аружан.

В официальной части к первокурсникам и их родителям, к студентам и преподавателям Обратилась с приветственной речью директор нашего колледжа Федорова Оксана Федоровна, которая поздравила всех с началом нового учебного года и пожелала будущим медикам терпения и целеустремленности на выбранном пути. Уже завтра начнутся трудовые будни студентов медицинского колледжа, полные интересных открытий, познавательных лекций и увлекательных практических занятий.

## В добрый путь!

## ОТЦЫ И ДЕТИ

«Все они жили долго и счастливо, и никому из них даже в голову не пришло, что источник, дарующий счастье, вовсе и не был волшебным»

Летит время, проходят годы, века, но даже со сменой эпох в жизни людей остаются моменты, которые сохраняются неизменными. Сейчас речь пойдет о проблеме, затрагивающей огромное количество семей и оказывающей пагубное воздействие в первую очередь на социально-психологический фактор развития ребенка:

### *I Отцы и дети – конфликт поколений.*

С появлением в семье ребенка, молодые родители зачастую не задумываются о том, с какими конфликтами в общении они могут столкнуться по достижении ребенком одного из самых сложных периодов их жизни - подросткового возраста.

*Подростковый возраст* – это период в развитии, обусловленный значительными физическими, психическими и физиологическими изменениями в организме.

Непосредственно этот период играет важнейшую роль в этапе становления личности. Происходит формирование жизненных ценностей, интересов, круга общения, установление равновесия между внешним и внутренним миром.

Это испытание не только для подростка, но и для его родителей.



Становясь тинейджером, ребенок стремится к самостоятельности, и тут он вынужден столкнуться с иными мотивами родителей, ограничивающими его вырывающуюся наружу волю.

Не всегда родители могут понять и полностью проникнуться проблемами и переживаниями ребенка, за счет многих факторов: особенностей характера, внутренних убеждений, преуменьшением значимости переходного возраста и др.

Но прежде чем вступать в конфликт, борясь с непониманием и с отсутствием должной поддержки, подумай, стоит винить семью или все-таки нужно обратить внимание еще и на себя?

### *II Прежде чем менять мир, следует изменить себя.*

Каждая достигнутая цель хранит за собой тонну непосильного труда, огромной работы над собой, своим сознанием и мотивацией.

*Конфликт* – это проблема. Проблемы не надо подавлять, с ними нужно бороться. Бороться с целью сохранения своего психического и физического здоровья. Работая над собой и своим психо-эмоциональным состоянием, ты сможешь не только избежать конфликтных ситуаций, но воспитать в себе Человека.

### ***III Правила поддержания мира в семье.***

#### **1. Умей уступать.**

Умение уступать в спорах – это не проявление слабости. Это проявление мудрости.

Нередко в силу особенностей своего характера человек не может перешагнуть через свою самоуверенность и сделать уступку. Но в любом конфликте один должен быть умнее.

#### ***Помни!***

«Союз требует компромиссов»

#### **2. Умей извиняться.**

Извинение служит воображаемой точкой в завершении спора.

#### ***Помни!***

«Не всегда просит прощения тот, кто виноват. Прощения просит тот, кто дорожит отношениями»



#### **3. Умей прощать.**

Прощение – лучшее средство от обиды.

#### ***Помни!***

«Нужно уметь прощать людям их ошибки, ведь однажды ты ошибешься сам»



### ***IV Родители – это единственные люди, которые любят тебя сильнее, чем себя!***

Родители – это люди, которые дали нам самое ценное – Жизнь. Они наши учителя, воспитатели, пример для подражания и самые близкие люди.



Но они не машины, которые все могут и успевают. Им также требуется поддержка и понимание, эмоциональный отклик со стороны подрастающего поколения.

Счастье в семье вовсе не заключается в количестве материальных благ.

*Семейное счастье* – это когда к каждому члену семьи относятся с любовью и уважением.





## ИЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТА

*Редакция газеты «Пульс» побеседовала с лучшими студентами из КСССУ*

**Кайролла Данара**

**Ученицы группы Л-403**

**«Пульс»: Почему именно медицинский колледж?**

Ну, если честно, это просто какое-то стечение обстоятельств. Я с детства мечтала быть врачом, но потом эта мечта куда-то улетучилась, в голове было столько различных вариантов, куда же идти дальше после школы, и как не странно, о медицине я даже и не думала, но вскоре об этом пожалела. Поступала в колледж параллельно с учебой в университете и не возлагала особых надежд. Первые месяцы ходила на пары с полной уверенностью, что мне там не понравится и я заберу документы. Но не тут-то было! Учеба в нашем колледже меня затянула и я понимала, что мне это действительно нравится и это моё. Как говорится, что не делается, всё к лучшему.

**«Пульс»: Советы студентам?**

Пожалуй, они будут банальны. Конечно же, учиться, учиться и еще раз учиться: необходимо постоянно работать над собой и совершенствоваться. Практикуйтесь, применяйте свои теоретические знания на практике, это вам очень даже пригодится. Ставьте перед собой цели, достигайте их, радуйтесь своим маленьким победам и получайте от них удовольствие. Никогда и ничего не откладывайте «на потом», спланируйте ваше время, учитесь трудолюбию и не ленитесь. Будьте

уверены в себе, общайтесь соодногруппниками и преподавателями, будьте активны, принимайте участие во внеклассных мероприятиях и просто получайте удовольствие от студенческой жизни.

**«Пульс»: Как стать лучшим студентом?**

Даже и не знаю. Ну, наверное, нужно поставить перед собой эту цель и добиваться ее, идти к ней несмотря ни на что. Хотя, если признаться, у меня ее не было, и вообще была большая неожиданность, когда я узнала, что стала одним из лучших студентов колледжа.

**«Пульс»: Вообще, каково это – быть студентом?**

Быть студентом – это классно. Студенческая жизнь – это общение с интересными людьми, занятия тем, что тебе нравится, это время, когда ты можешь определиться чего хочешь добиться в жизни и учишься этому, это спорт, творчество, набор каких-то ярких впечатлений и воспоминаний. Студенчество – это действительно самая лучшая пора в жизни любого человека.



**Калкешов Али**  
**Ученик группы БЛ-402**

**«Пульс»:** Почему именно медицинский колледж?

Поступил, чтобы узнать много нового и интересного. В медицине много загадок и она развивается с каждым днём все больше и больше. Она не стоит на месте, и каждый из нас должен развиваться с ней вместе

**«Пульс»:** Советы студентам?

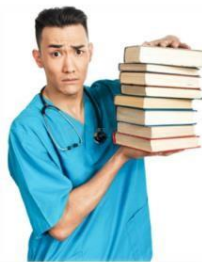
Советов можно дать много. Не опускайте нос и идите на встречу своей мечте. Учите и слушайте, что вам говорят преподаватели. И самый главный: любите медицину, иначе она ничего не стоит.

**«Пульс»:** Как стать лучшим студентом?

Для меня было шоком, когда я увидел себя в списке «Лучших студентов» Ну а так, участвовать в мероприятиях, и самое главное, наверно, учиться на «отлично»

**«Пульс»:** Вообще, каково это быть студентом?

Каково быть студентом? Это очень весело. Что ни день, то праздник. Ведь не зря говорят, что самые лучшие годы в жизни - это студенческие.



## ИЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТА

**Слово первокурсникам**

**Бидахметова Молдир**  
**БС-101**

**«Пульс»:** Расскажи про свою студенческую жизнь: ожидание/реальность

Мне нравится моя новая жизнь. Став студенткой, я почувствовала себя более взрослой. Я даже не думала, что у нас будут такие добрые и понимающие преподаватели. Они нам очень помогли адаптироваться. Очень много плюсов в студенческой жизни, например, мои бывшие одноклассники еще школьники, а я уже студентка. Также я хочу отметить, что у меня появилось много друзей и знакомых.

Из минусов я вижу только большой объем учебного материала, но думаю, со временем я привыкну. Самым большим для меня всегда было и остается просыпаться в 6 утра, но профессия того стоит.

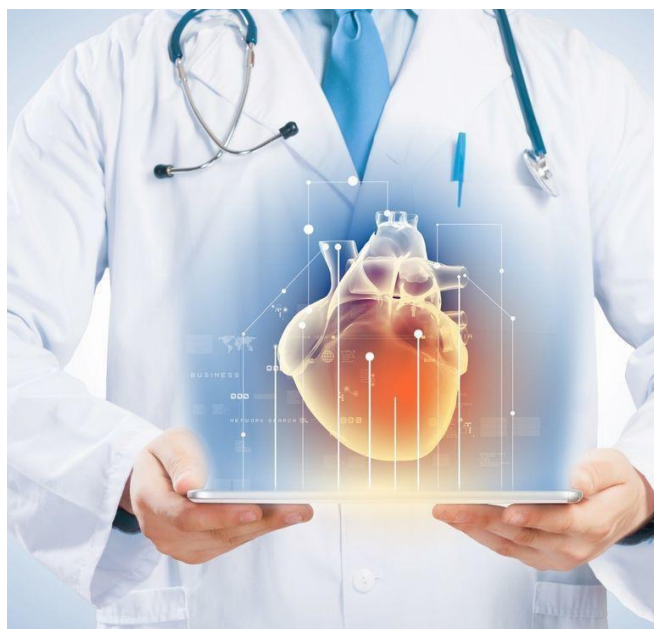
**«Пульс»:** Расскажи про буфет колледжа. Твое любимое блюдо из буфета.

Мне очень нравится буфет в колледже. Там очень вкусные булочки и сок. Цены приемлемые 😊 Больше всего мне нравятся пирожки с картошкой и сгущенкой. Каждый день обедаю там.



**Удивительное рядом: интересные факты медицины**

1. Кровяное давление в нашем теле достигает такой силы, что её хватит для «выстрела» на расстояние около 10 м.
2. За 70 – 80 лет жизни человеком вырабатывается не менее 400 кг красных кровяных телец, а слюны столько, что ею можно наполнить 2–3 средних бассейна.
3. Собрав все бактерии, которые населяют кишечник человека, можно набрать целую кофейную чашку.
4. В процессе речи у человека задействуется 72 мышцы.
5. Слух человека ухудшается, если он систематически переедает.
6. Язык – сильнейшая мышца в нашем теле.



7. Глаза человека различают 10 млн. оттенков цвета.
9. За 24 часа кровь в нашем организме преодолевает 97 тыс. км
10. Около 1,5 кг весит наша печень, она считается тяжелейшим органом человеческого организма.
11. Чихнуть с открытыми глазами невозможно.

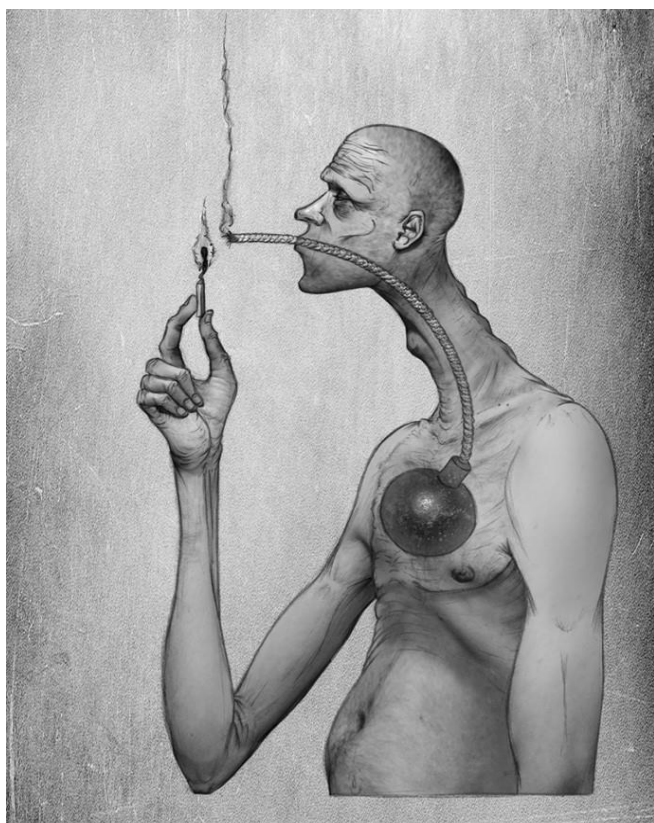
**Как медики видят смайлы:**

- 😡 - гиперемия
- 😈 - цианоз
- 😓 - невропатия
- 😬 - гиперсаливация
- 😓 - гипергидроз
- 😬 - блефароптоз
- 💔 - инфаркт
- 😎 - слепота
- 😬 - экзофтальм
- 😐 - вместе взятое
- 😬 - невроз
- 😬 - психоз
- 😓 - депрессия
- 😬 - инсульт

## МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ КУРЕНИЯ

На данный момент существует множество методик для отказа от курения. Это на первый взгляд может показаться, что бросить сложно. Самый распространенный способ — резкий отказ от табака. Именно эта мера позволяет забыть о сигаретах, но появляется другая проблема — синдром отмены. Тут поможет несколько хитростей:

- Избегать мест для курения.
- Избавиться от атрибутов курильщика: мундштуки, зажигалки, пепельницы и т. д.
- Подсчитать примерную экономию денег в месяц, которые раньше тратились на сигареты.
- Сообщить о решении бросить курить всем знакомым и родственникам, а лучше — бросать вместе.
- Ни в коем случае не заменять сигареты едой. Лучше покупать жевательную резинку или мятные конфеты.



## МИР БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



## ПРОФИЛАКТИКА КУРЕНИЯ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

Самым ужасным является то, что курить человек начинает с подросткового возраста.

Причин для приобретения табачной зависимости множество:

- Боязнь быть не таким, как сверстники. Желание доказать свою взрослость и завоевать уважение и популярность.
- Конфликты в семье. Несколько консервативные взгляды родителей и табу на многие вещи чаще всего ведут за собой протест со стороны подростков, которые начинают курить, употреблять алкоголь и иметь беспорядочные половые связи.
- Психологические проблемы. В этом возрасте у юношей и девушек постоянная эмоциональная нестабильность, которая приводит к депрессиям и впоследствии к сигаретам.

Действенная профилактика курения среди подростков заключается в том, что нужно объяснять, что здоровый образ жизни — это нормально, а зависимость от табака — нет. Как раз здоровый образ жизни делает человека своим среди всех. Это позволит не чувствовать себя «белой вороной» среди сверстников.



Результаты аттестации учащихся учреждение образования «Высший медицинский колледж «Авиценна»

По результатам проведённого мониторинга по итогам аттестации за сентябрь показали лучший результат учащиеся 1 курса следующих групп:

**1 место- БС-101**

**2 место-БЛ-101**

**3 место-Л-106**

**2 курса:**

**1 место- ЗТ-201**

**2 место- Л-204**

**3 место- БС-203**

**3 курса:**

**1 место- ЗТ-301**

**2 место- Ф-302**

**3 место -С-302**

**4 курса:**

**1 место- Л-401**

**2 место-БЛ-401**

**3 место- Л-405**





- Грандиозное посвящение в студенты (1 октября)
- «День учителя» (6 октября)
- Собрание нового состава КСССУ (20 октября)
- Родительское собрание 1-2 курсов (20 октября)
- Контрольная редактура концерта «Я люблю свой родной край» (27 октября)
- Концерт «Я люблю свой родной край» (30 октября)

**Пишете стихи или прозу?** Хотите увидеть их в нашей газете? Всё в ваших руках!

Обращайтесь к главному редактору газеты «Пульс» (Учебный отдел)

**Читайте в следующем номере:**

- ❖ Новый путь для первокурсников: посвящение
- ❖ Новые таланты нашего колледжа: как прошел концерт «Я люблю свой родной край»