

Не тільки сам лікар повинен вживати в справу все, що необхідно, але й хворий, й оточуючі, й усі зовнішні обставини мають сприяти лікарю в його діяльності.

ГИППОКРАТ

газета  
для здорових  
і хворих

ЙОГО ВЕЛИЧНІСТЬ —

# ПАЦІЄНТ

Щомісячна газета

Випускається з 2001 року

Вересень 2023 № 7 (226)

ОДЕСЬКИЙ МЕДУНІВЕРСИТЕТ — ОДЕСИТАМ

## У НОМЕРІ:

- |   |         |                                    |         |
|---|---------|------------------------------------|---------|
| • Зі 120-річним ювілеєм, бібліотеко ОНМедУ! | стор. 1 | • Вушні палички. Чи безпечні вони? | стор. 4 |
| • Попереджений — значить захищений          | стор. 2 | • Усе про користь зубної нитки     | стор. 6 |
|   |         | • Бджоли в екосистемі планети      | стор. 8 |

## ЗІ 120-РІЧНИМ ЮВІЛЕЄМ, БІБЛІОТЕКО ОНМедУ!

### Дорогі друзі!

Щиро вітаю вас зі святом — 120-річним ювілеєм бібліотеки нашого медичного університету. Одразу хочу наголосити, що разом із вами святкують професори, доценти, викладачі і студенти ОНМедУ — всі, хто є користувачами університетської бібліотеки.

Наша бібліотека має славу історію свого становлення від бібліотеки медичного факультету Новоросійського університету, заснованої у 1903 році на кошти студентів, до сьогоднішньої, оснащеної сучасною електронною інформаційно-бібліотечною системою, з широким спектром послуг та доступом до електронних мереж світових інформаційних платформ і власним книжковим фондом медичних і медико-біологічних видань — від раритетів минулих віків до найсучасніших публікацій, обсягом понад 800 тис. примірників.

За 120 років свого існування наша бібліотека пережила революційні та воєнні події ХХ століття. На



жаль, і тепер, у ХХІ столітті, вона зустрічає свій ювілей під час повномасштабного вторгнення росії в Україну та воєнного стану в усій країні.

Проте не зважаючи на час страшенних випробувань, бібліотека активно сприяє розвитку наукової й

навчальної діяльності університету та піднесенню інтелектуального рівня університетської спільноти.

Завдяки самовідданості та високому професіоналізму співробітників, бібліотека нашого університету є надійним флагманом в морі наукової інформації, ➤2

**К** забезпечує нерозривний зв'язок минулого і сьогодення, отримання повного огляду науково-медичної інформації зі світового простору. Відповідаючи на виклики часу, ви активно впроваджуєте інновації, водночас зберігаючи найкращі бібліотечні традиції. Широкий спектр сучасних послуг, цифровізація бібліотечних сервісів дають можливість найвибагливішому вашому читачеві оперативно знаходити необхідну інформацію, мати доступ до знань через користування глобальними світовими інформаційними джерелами.

Сьогодні ми відзначаємо і ще одне свято — Всеукраїнський день бібліотек, професійне свято, яким Україна віддає данину шани подвижникам бібліотечної справи, людям, які присвятили своє життя книзі, знанням, його Величності Інформації.

В реаліях сьогодення відомо, що працівники нашої бібліотеки проводять і волонтерську діяльність. Ви плетете маскувальні сітки, долучаєтесь до проєктів зі збору коштів на допомогу ЗСУ, допомагаєте постра-



ждалим від російської агресії. Це ваш внесок у спільну перемогу, яку неодмінно здобуде Україна.

Висловлюю вам вдячність за ваше велике добре серце, за надійність і вірність обраному фаху, ба-

гатогранну благородну діяльність, активну громадську позицію, високий рівень професіоналізму та ініціативність у нелегкій почесній справі.

Певнений, що ви і надалі будете зберігати та примножувати славні традиції бібліотечної справи, сприяти прогресу наукової думки, використовуючи свій потенціал, знання та вміння задля процвітання медуніверситету. Нехай наступний етап розвитку бібліотеки буде ще більш плідним у примноженні накопиченого досвіду, стійкості до всіх викликів, у динамічному розвитку та процвітанні, реалізації найсміливіших ідей і проєктів.

Бажаю найскорішої перемоги, миру та злагоди в нашій країні та ваших родинах, міцного здоров'я, щастя й добробуту, невичерпного джерела творчої енергії для здійснення прагнень і задумів у вашій благородній просвітницькій справі на благо розвитку Одеського національного медичного університету.

**Ректор ОНМедУ  
академік Валерій ЗАПОРОЖАН**

## ЦЕ ПОТРІБНО ЗНАТИ!

# ПОПЕРЕДЖЕНИЙ — ЗНАЧИТЬ ЗАХИЩЕНИЙ!

Меланома є найбільш інвазивним раком шкіри з найвищим ризиком смерті, оскільки вона швидко зростає і поширюється на будь-який орган. Уперше описав меланому Гіппократ як «чорну пухлину», бо грецькою «мелас» означає «темний», «ома» — «пухлина». Також про існування меланоми в глибоку давнину свідчать археологічні розкопки в Південній Америці, в результаті яких були виявлені метастази меланоми в кістках.

Джон Хантер був першим лікарем, який 1787 року прооперував пацієнта з меланомою.

У 1804 році Рене Лаенек уперше виділив меланому як окреме від інших захворювань із терміном «меланоз».

Семюел Купер 1844 року визнав, що прогресуюча меланома невилі-



ковна і що «єдиний шанс на одужання залежить від раннього усунення хвороби».

У 1892 році Герберт Сноу описав переваги видалення меланоми і підлеглих лімфатичних вузлів, оскільки пухлина швидко метастазує.

Боротьба лікарів з меланомою за життя людей триває і в наші дні.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, щорічно у світі реєструється близько 132 000 нових випадків меланоми.

В Україні щороку діагностують близько 3000 нових хворих із меланомою.

Найвищі показники захворюваності на меланому спостерігаються в Австралії, Новій Зеландії, Данії, Нідерландах, Норвегії, Швеції, Швейцарії, Німеччині, Словенії, Фінляндії, а також у країнах Північної Америки.

Меланома за поширеністю посідає 17-те місце серед різних видів раку у світі, 13-те місце серед найпоширеніших видів раку у чоловіків і 15-те місце серед ракових захворювань у жінок.

То що ж таке меланома? Меланома — це злоякісна пухлина з піг-

ментних клітин шкіри (меланоцитів), основна і головна функція яких захищати шкіру людини від шкідливого ультрафіолетового впливу.

Сам ультрафіолетовий вплив призводить до ушкодження ДНК пігментної клітини, що, в свою чергу, впливає на ріст і поділ клітин. Ушкоджені меланоцити починають хаотично, атипово ділитися, що й дає початок виникненню меланоми. Однак точний механізм прогресування меланоцита в меланому до кінця залишається не вивченим. Цей процес є підходящим предметом для майбутніх наукових досліджень.

Міжнародне агентство з вивчення раку (IARC) підкреслює небезпеку меланоми, якій можна запобігти, нагадуючи людям, що засмагла шкіра є ознакою ушкодження сонцем — здорової засмаги не існує.

А для того щоб запобігти захворюванню, потрібно знати про основні фактори ризику розвитку меланоми.

Вплив ультрафіолетових променів — головний фактор розвитку меланоми, причому не тільки вплив сонячних променів, а також ультрафіолетове випромінювання від соляріїв було визнано Всесвітньою організацією охорони здоров'я канцерогеном, що збільшує ризик розвитку меланоми.

Другий фактор ризику розвитку меланоми — це сімейний анамнез. Близько 10 % усіх людей із меланомою мають близьких родичів першого ступеня (батьків, братів, сестер), у яких була меланома.

Наявність атипичних (диспластичних) невусів — це третій фактор ризику розвитку меланоми. Диспластичні невуси одночасно можуть мати клінічні та дерматоскопічні ознаки родимки та меланоми.

Четвертий фактор ризику розвитку меланоми — це люди зі світлою шкірою, з рудим або світлим волоссям, блакитними або зеленими очима (I і II фототипи шкіри за Фіцпатріком).

До п'ятого фактора ризику розвитку меланоми можна зарахувати людей, у яких в анамнезі були меланома, базальноклітинний або плоскоклітинний рак шкіри.

Ослаблена імунна система є шостим фактором ризику розвитку меланоми. Вона може спостерігатися у людей із системними імунними захворюваннями, які перенесли трансплантацію органів, інфікованих ВІЛ-інфекцією.

Рідкісне спадкове захворювання — пігментну ксеродерму — можна



включити до сьомого фактора ризику розвитку меланоми, за якого знижується здатність клітин шкіри відновлювати ушкодження своєї ДНК.

Згідно з науковими спостереженнями, лише 20–30 % меланом виникають із невусів, решта злякисних новоутворень з'являються на незмінній нормальній шкірі. Ось чому важливо проводити огляд шкірних покривів самостійно або за допомогою дзеркала, близьких людей, оскільки раннє виявлення меланоми добре піддається лікуванню.

На що ж насамперед звертати увагу під час огляду шкіри? Для виявлення попереджувальних ознак меланоми Американська академія дерматології ввела аббревіатуру ABCDE, яка розшифровується:

**A (asymmetry)** асиметрія: одна половина новоутворення не відповідає іншій половині.

**B (border)** краї: нерівні

**C (color)** колір: забарвлення плямисте і нерівномірне, з відтінками коричневого, чорного, сірого, червоного або білого.

**D (diameter)** діаметр: пляма більше ніж 6,0 мм.

**E (evolving)** еволюція: новоутворення нове або змінюється в розмірі.

Проте деякі меланоми не відповідають правилу ABCDE, тож однією з ознак розпізнавання меланоми є ознака «бридкого каченяти», тобто якщо одна з родимок відрізняється від інших, то потрібно звернутися до дерматолога. Але щоб не доводити до розвитку меланоми, потрібно проводити відповідні профілактичні заходи, адже профілактика набагато безпечніша і дешевша, ніж лікування.

Профілактичні заходи включають в себе:

— уникнення сильного прямого сонячного світла, особливо в літні місяці та з 11:00 до 15:00;

— носіння сонцезахисних окулярів із захистом від ультрафіолету;

— носіння вільного одягу з довгими рукавами і крилатим капелюхом;

— використання сонцезахисного крему з фактором захисту від сонця (SPF) не менше ніж 30, регулярно його використання кожні 2 години;

— уникати використання солярію.

Хочеться зазначити, що як для виявлення, так і для профілактики меланоми використовується неінвазивний метод — дерматоскопія.

Дерматоскопія дає змогу візуалізувати морфологічні структури епідермісу та сосочкового шару дерми, які невидимі для неозброєного ока, що є більш точним методом, ніж клінічне обстеження. Майже всі дерматоскопічні структури мають чітку морфологічну кореляцію. Асоціація таких структур в одному елементі та їхнє розташування дуже часто дають змогу чітко визначити тип новоутворення шкіри.

Дерматоскопія допомагає знизити кількість операцій внаслідок помилково діагностованих меланом та онкологічних новоутворень шкіри.

Будьте здорові!

**Лариса КОВТУН,**  
к. мед. н., доцент кафедри  
дерматології та венерології