Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского района «Средняя общеобразовательная школа п. Горноправдинск»

ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я

Шарабокова София Евгеньевна

Обучающиеся 11 класса
МБОУ ХМР СОШ п. Горноправдинск

«Будущий профессионал»



Зарождение интереса



«С самого детства меня тянуло к медицине. И дело не только в том, что мама работала врачом — меня действительно увлекала сама работа, её детали, сложности и интересные случаи. Я часто приходила к ней в больницу и с любопытством наблюдала за процессом: как мама проводит осмотр, ставит диагноз, подбирает лечение и руководит всем процессом в больнице. Мне нравилось разбирать медицинские термины, которые звучали в разговорах, пытаться понять логику её решений.

Иногда я подслушивала, о чём она говорит с пациентами, и даже пыталась давать простые советы — это было одновременно и забавно, и показательно. Именно тогда во мне закрепилось желание не просто «помогать», а уметь видеть картину целиком и принимать решения, от которых зависит самочувствие человека.

Интерес тогда: 50%

Интерес сейчас: 100%



Профессиональная мечта и долгосрочные цели

«Моя мечта — стать врачом-эндокринологом в больнице Ханты-Мансийска или в крупном межрайонном центре, чтобы помогать пациентам с сахарным диабетом, заболеваниями щитовидной железы и нарушениями обмена веществ. Я хочу не просто ставить диагноз и назначать лечение, а сопровождать человека в долгосрочной перспективе: объяснять, как жить с хроническим заболеванием, поддерживать и мотивировать.



Ближайшая цель:

Поступить в ХМГМА на лечебное дело.

Что для этого надо?

Сдать ЕГЭ, при этом улучшая знания на постоянной основе.



Цель через 8 лет:

Стать квалифицированным специалистом(врачом эндокринологом)



Цель через 10-12 лет:

Стать специалистом, который сочетает клиническую практику с просветительской работой: участвую в профилактических акциях и помогаю формировать культуру заботы о здоровье в регионе».





Соответствие личных качеств требованиям профессии.

Эндокринологу нужны: аналитическое мышление, внимание к деталям, эмпатия, стрессоустойчивость, готовность к постоянному обучению.

- **Аналитическое мышление и внимание к деталям.** Олимпиады по биологии и химии научили работать с данными и искать закономерности — это помогает выстраивать диагностические гипотезы и интерпретировать анализы.
- **Эмпатия и коммуникация.** Волонтёрский опыт развил умение слушать и объяснять сложное простыми словами — важно, чтобы пациент не тревожился и понимал план лечения.
- **Стрессоустойчивость и ответственность.** Курсы первой помощи тренировали действовать по алгоритмам и сохранять самообладание — нужно для работы в экстренных ситуациях и с тяжёлыми диагнозами.
- **Готовность к обучению.** Слежу за новыми протоколами и медицинскими обзорами — в эндокринологии знания нужно регулярно обновлять(паблики, научно-популярные медицинские медиа).

Раскрытие содержания профессии

География и условия труда:

«В Югре эндокринологи работают в городских поликлиниках, межрайонных центрах, ФАПах и вахтовым методом в удалённых посёлках. **Важную роль играет телемедицина:** дистанционные консультации позволяют охватить пациентов из труднодоступных районов».

Заработная плата и льготы:

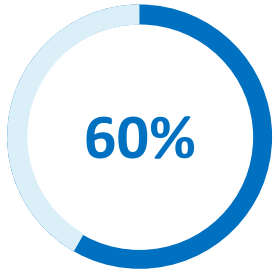
«Средняя зарплата врача-эндокринолога в ХМАО — от 130-150 тыс. руб. с учётом северных надбавок. Дополнительно действуют жилищные программы, компенсация аренды, льготы для молодых специалистов и возможность участия в целевых программах».

Профессионально важные качества (ПВК):

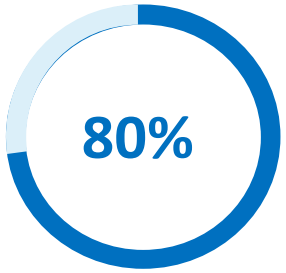
«**Эндокринологу необходимы:** клиническое мышление, умение интерпретировать лабораторные и инструментальные данные, навыки ведения пациентов с хроническими заболеваниями, коммуникация для мотивационного консультирования, владение цифровыми системами (ЕМИАС, электронные медкарты), готовность к междисциплинарной работе (с диетологами, кардиологами, психологами)».

Востребованность и перспективность, на рынке труда Югры

«По данным департамента здравоохранения ХМАО, в регионе сохраняется потребность в эндокринологах, особенно в первичном звене и в удалённых территориях».



Востребованность



Перспективы



Востребованность:

Рост доли населения с избыточной массой тела и сахарным диабетом 2 типа, а также старение населения повышают нагрузку на службу эндокринологии.

Перспективы:

Развитие нефтегазового сектора и вахтовых посёлков требует врачей, способных работать в условиях ограниченного доступа к специализированной помощи и активно использовать телемедицинские технологии.

Личный вклад:

«Моя цель — внести вклад в снижение дефицита кадров и повышение качества помощи: работать в межрайонном центре, вести диспансерное наблюдение, участвовать в профилактических программах и просвещении населения».

Самостоятельность мышления и аргументация (для эндокринолога)

Наблюдая за работой мамы, я обратила внимание на одну важную вещь: в эндокринологии даже небольшие нюансы могут сильно менять тактику лечения. Например, один и тот же уровень глюкозы у двух пациентов может требовать разного подхода — если у одного есть проблемы с сердцем, а у другого — с почками.



1

Хороший эндокринолог опирается не только на протоколы, но и на умение анализировать контекст: учитывать сопутствующие болезни, образ жизни, особенности приёма лекарств и бытовые условия человека (возможность регулярно измерять сахар или соблюдать диету).



2

Этот подход подтверждается данными о приверженности терапии: пациенты лучше следуют рекомендациям, когда врач объясняет, как лечение встраивается в их реальную жизнь, а не просто выдаёт список правил.



3

Мой опыт на олимпиадах по биологии и химии как раз тренировал навык сопоставлять разные данные и искать закономерности — это помогает не «застревать» на одном показателе, а видеть общую картину. А волонтёрская работа научила задавать правильные вопросы и замечать то, что человек не формулирует прямо

Работа в междисциплинарной команде и учёт сопутствующих состояний





Эндокринология почти никогда не существует отдельно: гормоны влияют на все системы организма, а лечение одного состояния может влиять на другое.

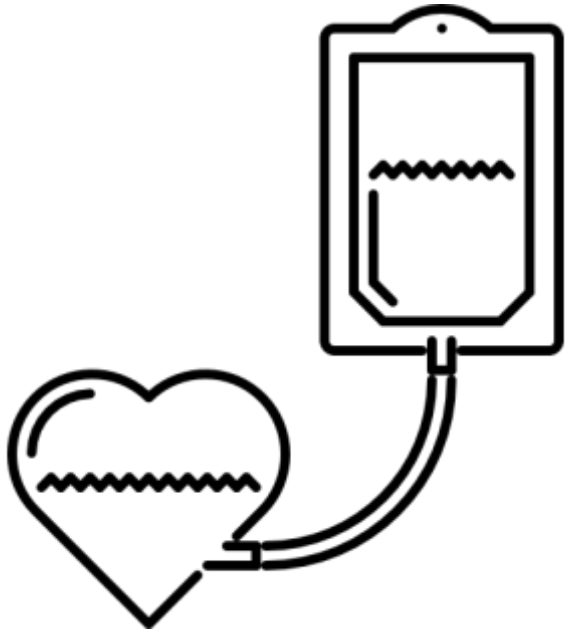
Поэтому принципиально важно работать в связке с другими специалистами: кардиологами (при диабете и риске сердечно-сосудистых осложнений), диетологами (чтобы подобрать питание, реально применимое в быту пациента), нефрологами (если есть проблемы с почками) и гинекологами (при гормональных нарушениях, влияющих на репродуктивное здоровье).

На практике это значит, что нельзя ограничиваться «своими» анализами, а надо собирать полную картину: смотреть не только на ТТГ, Т4 или глюкозу, но и на давление, вес, липидный профиль, креатинин, микроальбуминурию — и соотносить это с рекомендациями смежных врачей. Такой комплексный подход позволяет подбирать терапию, которая будет не просто «по протоколу», а безопасной и выполнимой именно для этого человека.

Мой волонтёрский и просветительский опыт оказывается здесь неожиданно полезным: умение структурировать информацию помогает не упустить важные детали в разговоре с пациентом, а навык модерировать обсуждения — выстраивать конструктивное взаимодействие с коллегами. В итоге пациент получает не разрозненные рекомендации, а согласованный план, который реально помогает контролировать заболевание и сохранять качество жизни.

Обобщающие выводы:

1. Мой выбор эндокринологии — это осознанное решение, выросшее из детского интереса к маминой врачебной работе и постепенно оформившееся в чёткое понимание специфики специальности.
2. **Медицина для меня — это не про абстрактную помощь, а про персональную ответственность и системную работу.** Опыт наблюдения за мамой показал, что хороший врач опирается не только на протоколы, но и на умение видеть контекст: учитывать сопутствующие болезни, бытовые условия и психологическую готовность пациента к лечению.
3. **Готовность к постоянному обучению — обязательное условие.** Эндокринология быстро развивается: появляются новые препараты, методы мониторинга, протоколы. Я уже сейчас слежу за актуальными обзорами и понимаю, что профессиональный рост — это непрерывный процесс, без которого невозможно поддерживать высокий уровень помощи.
4. **Эмпатия и понятная коммуникация — не «дополнение» к лечению, а часть терапии.** Волонтёрский опыт и модерация встреч с медработниками помогли научиться снимать тревожность и объяснять сложное простыми словами.
5. **Стрессоустойчивость и следование алгоритмам — основа безопасности в острых ситуациях.** Курсы первой помощи тренировали действовать чётко при дефиците времени и информации — этот навык напрямую переносится на работу с острыми состояниями вроде гипогликемии, где каждая минута и каждый шаг по протоколу имеют значение.



Моя цель — стать врачом, который сочетает доказательную медицину с бережным сопровождением пациента. Я хочу работать в Югре, где востребованность эндокринологов высока, а специфика региона (северные условия, вахтовые посёлки, телемедицина) требует гибкости и умения адаптировать современные подходы к реальным условиям. Моя задача в будущем — не просто назначать лечение, а помогать человеку жить с диагнозом, сохранять качество жизни и чувствовать поддержку на всём пути.