

2020 Gruodis  
Nr. 73

# PANACĖJA



Šie metai ypatingi, nes sukanka lygiai 20 metų, kai Farmacijos fakulteto bendruomenė gali džiaugtis savo savarankišku bei unikaliu leidiniu - Panacėja ! Akis į akį skiltyje ši kartą kviečiame susipažinti su 2000 ir 2010 metų Panacėjos redaktorėmis, kurios dalinasi maloniais prisiminimais apie laikraštį, farmacijos studijas bei dėstytojus !

**Rima Borusevičiūtė**



**Indra Jenciūtė**





**Indra, esate pirmoji Panacėjos redaktorė, dalyvavote laikraščio sukūrimo procese, papasakokite kaip viskas vyko?**

Taip atsitiko dėka Jurgitos Daukšienės. Esame abi baigusios Vilniaus licėjų, esu stebėjusi kaip ten vyko laikraščio kūryba, leidyba. Tai Jurgitai pasiūlius būti redaktore mielai sutikau, nes visada į iniciatyvininkus, draugijas, susibūrimus, kuriuose nepavykdavo atsidurti, žvelgdavau su ilgesiu, noru dalyvauti, prisijungti. Buvo nuostabi pradžia, nes Jurgita turėjo begalę idėjų ir buvo labai drąsi jas įgyvendinti, man labai pasisekė, kad galėjau stebėti tą procesą, dalyvauti, palaikyti idėjas, kurti. Kalbinti dėstytojus, rašyti straipsnius, susiburti su kolegomis buvo labai pripildanti, auginanti patirtis. Apskritai buvo labai įdomus laikas!!! Studentų Farmacininkų draugijos kelionės, renginiai, kurių daugelį, beje, taip pat organizavo Jurgita! Ačiū jai!!!

**Kaip buvo sutiktas universiteto bendruomenės pirmasis Panacėjos leidinys?**

Kūrėm laikraštį lengvai, žaismingai, greitai (prisimenu pertraukų metu bėgdavau pas redaguotoją vietoje grikių košės porcijos) ir tiesą pasakius nustebau, kad išėjus pirmam numeriui ir kitiems tiek sulaukėme atgarsių, nuomonių, kartais pasipiktinimų (prisimenu straipsnis apie fuksų krikštynas kažkuriame bendrabutyje sukėlė vedėjos nerimą, kad ji tinkamai neprižiūri tvarkos bendrabutyje). Panacėjos pavadinimas atrodo buvo vienintelis ir užtikrintas variantas, labai tinkamas farmacininkų bendruomenei, matyt dėl to ir tegyvuoja iki šiol. Tai buvo nuostabi proga pasireikšti studentų kūrybai, atrasti kitokį bendravimą su universiteto administracija. Taigi svarbu, kad Panacėjos leidinys tikrai buvo sutiktas, priimtas, laukiamas, skaitomas, aptarinėjamas, vartomas.



**Kaip vykdavo naujo numerio kūrimo procesas, papasakokite.**

Buvo sukurtos rubrikos, kurios kiek mačiau egzistuoja iki šiol! Žmonės, kuriems buvo įdomu rašyti, imtis iniciatyvos, apsiimdavo parašyti vienoje ar kitoje skiltyje, rubrikoje. Labai esu dėkinga redaguotojoms, kurios papildomai dirbdavo, kad sudėtų tekstus, nuotraukas į savo vietas. Taip pat universiteto vaistinė daug prisidėjo padedant išspausdinti laikraštį.

**Tai buvo 2000-ieji. Kokia atmosfera tvyrojo tarp farmacijos studentų bei dėstytojų?**

Studijuodama farmaciją jaučiausi labai savo vietoje, todėl klausyti, domėtis, kurti, mokytis buvo įdomu, lengva, tai ir atmosfera man jautėsi gyva, laisva. Tik aišku vis tiek pasitaikydavo vienas kitas stuobrys (juokiasi). Atsimenu universitete atsirado galimybė mokytis švedų kalbos ir aš norėjau jos mokytis, bet mokymosi laikas sutapo su laboratoriniais darbais, tai norėjau susikeisti laikus ir kai dėstytojo klausiau ar galima būtų į laboratorinius darbus ateiti su kita grupe, tai jo reakcija buvo: „Ką tu čia prisigalvojai?? Nei tu išmoksi tą švedų kalbą nei ką!“ Atsimenu nuėjau šiek tiek paverkti laiptinėje pasislėpus, nes tikrai tikėjau, kad noriu mokytis ir išmoksiu švedų kalbą. Na neišmokau aš tos kalbos tikrai, bet ta ciniška dėstytojo reakcija iki šiol skamba man galvoje... „na kaip taip galima!!?“

**Papasakokite apie savo studijų laikus, gal prisimenate kažkokį įsimintiniausią įvykį ar įvykius?**

Gimiau ir užaugau Vilniuje, tai mokytis į Kauną atvažiuavau šiek tiek užrietusai nosį. Tačiau Kaunas man tapo ypatingas miestas iki šiol! Kaune man jaučiausi daugiau atsipalaidavimo, malonumo, grožio, sporto. Studijų metai Kaune darė įspūdį dėl to, kad gyvenau be tėvų, lyg iš naujo atradau save, savo maistą, veiklas, draugus... O įvykių tai daug dabar prabėga mintyse... gal kelionė į Palangą vidury nakties, o gal kelionė į Švediją į farmacininkų draugiją, o gal darbas Portugalijos vaistinėje, o kur dar SFD teminiai vakarėliai universiteto vaistinėje, pasisėdėjimai universiteto kavinėje, o kartais taip patikdavo likti savaitgalį Kaune, bendrabutyje, kai visi išvažiuoja, rasdavau laiko pabėgioti ąžuolyne, sveikuoliškai pabadauti, pasidaryti namų darbus, jausdavausi labai kokybiškai pailsėjusi, pasiruošus naujiems susitikimams, šėlionėms (šypsosi).

**Kokie mokomieji dalykai buvo sunkiausi/lengviausi farmacijos studijų programoje?**

Kaip pagalvoju, tai visi dalykai nebuvo lengvi, reikėjo mokytis. Gal sunkiausia buvo rytinės paskaitos ir per kurias buvo tiesiog diktuojama iš tokių jau pageltonavusių užrašų. Niekaip nesuprasdavau dėl ko negalima tiesiog atšviesti tų lapų ir pačią paskaitą daryti „gyvą“. Farmacijos studijose vis tik labai buvo vertinama kruopštumas, disciplina, kas nėra blogai.



## Vaistininkas 2000 metais ir vaistininkas 2020, kokius matote skirtumus?

Vaistininko profesija naudinga kiekvienam žmogui, nes kaip ten bebūtų su kūnu, sveikatos klausimais tenka susidurti. Gyduolis visada reikalingas šeimai, vaikams, tai suteikia saugumą, nusiramimą. Stebiu savo ne medikus draugus kaip jie reaguoja, jei vaistininkas ar gydytojas pasakė vieną ar kitą dalyką apie sveikatą, apie vaistus, akys nervingai laksto, nežinia ką daryti. Mums vaistininkams šiuo atveju lengviau, nes žinome platesnę paveikslą, žinome daug kelių pasiekti gerą savijautą, sveikatą. Iš esmės didelio skirtumo nematau tarp vaistininko 2000 ir vaistininko 2020. Ir beje nežinau dėl ko, bet vaistininkai išmokę tiek chemiją, dažniausiai rekomenduoja natūralų, žolinį gydymą, o gal net žodinį. Tas smagu!

### **Kaip klostėsi Jūsų gyvenimas baigus farmaciją? Jei galėtumėte laiką atsukti atgal, ar stotumėte į farmaciją?**

Gana anksti (bent jau taip jautėsi man) pradėjau studijas derinti su darbu vaistinėje Vilniuje ir... šiek tiek nusivyliau, nes dauguma klientų nieko nediskutavo, neklausė, tik prašė paduoti vieną ar kitą vaistą, rankos nuolat purvinos nuo pinigų, sukiesi visą darbo laiką vienam kvadratiniam metre ir dažniausiai reikėjo dirbti savaitgaliais... Pradėjau jausti, kad nebesutampa mano laisvalaikio laikas su draugų laisvalaikiu.. Pradėjau norėti darbo, kad nereikėtų dirbti savaitgaliais. Pagalvojau, kad gali būti bet kokie darbiniai iššūkiai, bet kad savaitgaliai būtų laisvi. Todėl darbas farmacinėje kompanijoje atrodė daug patrauklesnis. Iki kol nesusidūriau su monotonija, sielą draskančia beprasmybe, tobulėjimo farmacinėje kompanijoje stoka. Labai patraukė bendražmogiški dalykai, psichologija. Viena kartą bedirbdama farmacinėje kompanijoje pagalvojau, kad labiausiai iš viso to darbo laikotarpio man patiko mokymų dalis ir noriu, kad didžiąją darbo dalį užimtų mokymai. Taip ir atsitiko: nuėjau dirbti į konsultacinę kompaniją su begale iššūkių, kurie tęsiasi iki šiol. Į farmaciją tikrai stočiau, nes išgyvenau labai gerą laiką Kaune, išmokau labai konkrečią profesiją, papuoliau į labai gerą bendruomenę, kuri leido susikurti tvirtus pamatus kitoms profesinėms „kelionėms“.

### **Ką iš dėstytojų labiausiai atsimenate? Gal kam norite perduoti linkėjimų?**

Audronis Lukošius labai draugiškas dėstytojas! Linkėjimai šilčiausi! Šiltai atsimenu Nijolę Savickienę, Arūną Savicką, dekaną, net gi Diršę, prof. Tarasevičių, Taurą Meką ir kitus! Farmacijos žmonių bendruomenė man visada yra ypatinga, nes esu prisilietusi ir prie senosios vaistininkystės, kai buvo gaminami vaistai, kai vaistinių dar nebuvo ant kiekvieno kampo. Pati esu dirbusi, aplankiusi turbūt visas Lietuvos vaistines, vaistininkus savo laiku, organizuodavau daug renginių vaistininkams, profesinio tobulėjimo kursus, tai man farmacininkų bendruomenė yra šventas reikalas!



### **Palinkėjimas jaunesniems kolegoms.**

Sėkmingų mokslų!!! Ką išmoksi ant pečių nenešiosi!!! Čia tai jau tikrai! Linkiu, kad farmacijos studijos būtų tvirtas pamatas profesinės kelionės pradžioje. Tvirtos draugystės, santykiai padeda gyvenime visada, tai linkiu puoselėti pažintį su kiekvienu sutiktu žmogumi.

**Nuoširdžiai dėkoju Indrai už pokalbį!  
Domantas**

### **Rima, Panacėjos redaktore buvote, kai Panacėja jau 10 metų gyvavo mūsų fakultete. Papasakokite, kaip nusprendėte tapti redaktore?**

Prie „Panacėjos“ komandos prisijungiau 2005-ųjų metų rudenį, tik įstojusi į universitetą. Rašiau eilėraščius, straipsnius, interviu, piešiau iliustracijas. 2008-aisiais metais, tuometinė redaktorė, Vaiva Kairytė, baigdama savo kadenciją, pasiūlė mane į redaktorės vietą. Sutikau priimti pareigas. Redaktoriavimas „Panacėje“ man buvo tarsi dovana, nukritusi iš dangaus – kūrybinio potencialo realizavimo niša.

### **Ką jums reiškia kūryba?**

Meniškos sielos žmogui kūryba yra būdas atskleisti save, išreikšti savo nuomonę ir bendrauti su žmonėmis per žodžius, vaizdus, judesius. Kitaip tariant, studijų laikais tai palaikė mano vidaus degimo variklį: rašiau ne tik į „Panacėją“, bet ir į „Njuspeipį“, kur kūriau komiksus, imdavau interviu iš praeivių Laisvės alėjoje, be to, lankiau dramą ir puse etato dirbau vaistinėje. Nepamirškime, kad visas veiklas reikėdavo sukaišioti į tarpus tarp paskaitų, laboratorinių, koliokviumų ir mokymosi, kas dažnai likdavo nakčiai. Suima juokas, kai prisimenu, kaip „kapodavausi“ su kalbos redaktore – ji atsiųsdavo pareduotą mano straipsnį, tai aš jai siųsdavau atgal, atsiredagavusi kaip turi būti. Va, kaip sunku su kūrėjais.



**Per dešimtmetį Panacėja užtarnavo garbingą vardą, todėl Jums buvo užkelta nemenka kartelė. Kaip vykdavo naujo numerio kūrimo procesas, papasakokite.**

Rūpintis „Panacėjos“ laikraščio naujo numerio gimimu – tai didžiulė atsakomybė. Tačiau man buvo malonumas atlikti šias garbingas pareigas. Kūrybinis procesas prasidėdavo narių susirinkimu, kurio metu aptardavome aktualijas, renginius, šventes ir pasiskirstydavome temomis bei užduotimis. Visi darbuodavosi iki sutartos galutinės datos ir man siūsdavo medžiagą redagavimui. Kalbos redaktorės pareigas atlikdavau pati, tad ištaisiusi straipsnius ir surinkusi reikiamą vaizdinę medžiagą, viską siūsdavau tiesiai maketuotojui, kuris laikraštuką kaip dėlionę dėliodavo keletą naktų. Sumaketuotą „Panacėją“ siūsdavom į leidyklą spausdinimui ir neužilgo savo bendrabučio pirmajame aukšte, prie įėjimo, rasdavau dėžes su kvepiančiom panacėjom.

**Kaip surinkote laikraščio komandą, kaip sekėsi dirbti, ar prisimenate pirmąjį narių susitikimą?**

Kiek pamenu, komandą teko iš naujo susirinkti, kadangi prieš pradėdant redaktoriauti, dauguma narių baigė universitetą. Su manimi liko vienintelis bendramintis – maketuotojas Mantas Giga. Sukūrėm plakatą ir skrajutes kūrybiškų žmonių paieškoms. Prisijungti prie laikraščio pasiūliau pažįstamiems ir draugams iš ketvirtojo bendrabučio. Pasinaudodami proga, prareklamavom „Panacėją“ net per fuksų krikštynas, siekdami jaunosios kartos susidomėjimo. Na ir ką, pamenu kaip šiandien: išpėjau bendrabučio budėtoją, kad pas mane į susirinkimą ateis daug svečių, susukau savo firminį tinginį, paruošiau užkandžių ir laukiau. Pirmieji pasirodė draugai iš bendrabučio, o paskui sulaukėme ir daugiau naujokų. Pradžia buvo puiki, kolektyvas jaunas ir aktyvus! Tačiau po kurio laiko, narių entuziazmas priblėso, susirinkimų lankomumas pablogėjo, tad temas dažnai paskirdavau telefonu ar skaipu, o ištikimiausieji nariai rašydavo po kelis straipsnius. Yra tekę net „išieškoti“ uždelstus straipsnius.



**Kas buvo Spirgis ir Kresnikė?**

Jubiliejaus proga atskleisiu paslaptį – po Spirgio ir Kresnikės pseudonimu slėpėmės mes – Mantas Giga ir aš. Per paskaitas užsirašinėdavom įdomius dėstytojų pasakojimus, posakius, mintis, o po to sukurdavom į eilėraščius, kuriuos buvo nedrąsu pasirašyti mūsų tikraisiais vardais. Mūsų bendrabučiai, ketvirtasis ir penktasis, radosi kone tam pačiam kieme, tad kūrybinėmis idėjomis apsimainyti pas kits kitą susitikdavome labai dažnai. Dalyvaudavau ir maketavimo etape: susėsdavom prie kompiuterio, Mantas dėliodavo puslapius, o aš stebėdavau procesą – tai mums buvo kaip tradicija. Tokių pasisėdėjimų metu prigeneruodavom labai daug nuostabių idėjų, tokių kaip horoskopai, kryžiažodžiai, drąsios nuotraukos, spalvotas vidurinis puslapis ir t.t.

**Tai buvo 2010 - ieji. Kokia atmosfera tvyrojo tarp farmacijos studentų bei dėstytojų?**

Savo dėstytojams jautėme pagarbą. Dalis dėstytojų buvo labai smagūs ir draugiški, o dalis – griežti ir pikti, kurių prisibijojome. Patyrėme daug įtampos ir nervų, tačiau linksmos akimirkos atperka visas kančias.

**Papasakokite apie savo studijų laikus, gal prisimenate kažkokį įsimintiniausią įvykį ar įvykius?**

Mums, nekauniečiams, Kaunas buvo labai įdomus ir išpūdingas, tad tyrinėjome jį. Pamenu, kaip su Mantu bėgom į troleibusą Laisvės alėjos stotelėje, jis netyčiom pakišo man koją, ir aš sulėtinto filmo stiliume skriejau ištiesus rankas į priekį, spėjau pasimesti striukę minkštam nusileidimui ir nukritau ant delnų. Laimei, išsiskau tik su nubrozdinimais. Kartą per mikrobiologijos laboratorinius, dėstytojas Veikutis pasakojo apie mikrobų, man pasidarė silpna ir nualpau. Atsipeikėjau koridoriuje – dėstytojas skaičiuoja pulsą ir persigandęs klausia: „Ar jūs nenėščia?“. Susikūriau specialią techniką, paremtą asociacijomis, kaip įsiminti augalų lotyniškus pavadinimus, pavyzdžiui, žemuogė – fragaria, nes labai skaniai kvepia. Vienąsyk, taip besimokant farmakognozijos atsiskaitymui, su lapais rankose užmigau centrinių rūmų koridoriuje. Yra net fotografinis įrodymas. Su savo ketvirtosios grupės kolegomis kūrėme ir patys montavome video apie antižiopliną, paremtą vaikiškų pasakų motyvais – farmacijos studentai pasakų herojams sukūrė vaistą nuo žioplumo.

**Kokie mokomieji dalykai buvo sunkiausi/ lengviausi farmacijos studijų programoje?**

Pats lengviausias mokslas buvo aukštoji matematika – dėstytojas Sapagovas atleido mane nuo paskaitų ir liepė pasirodyti atsiskaityme. Pats sunkiausias, berods, klinikinė farmacija. Pats įdomiausias – farmakognozija, smagiausias – analizinė chemija, o mylimiausias – filosofija.





### **Kaip klostėsi Jūsų gyvenimas, baigus farmaciją?**

Likau Kaune. Ketverius metus dirbau vaistininke ir vaistininke - vedėja Gintarinių vaistinių tinkle. Susitvarkiusi licenciją, išvažiavau į Angliją, kur vergavau apie penkerius metus, kol išsikovojuo vaistinės vedėjos poziciją. Šiuo metu vedėjauju, mokau

studentus ir teikiu profesionalias farmacines paslaugas pacientams.

### **Jeį galėtumėte laiką atsukti atgal, ar stotumėte į farmaciją?**

Tikiu, kad buvau ten, kur turėjau būti. Rinkausi savo gyvenimo išmintį, susipažinau su nuostabiais žmonėmis. Čia sutikau geriausią draugą, o per jį – savo gyvenimo meilę. Dažnai pasvajoju apie kūrybinį kelią...

### **Kaip vertinate vaistininų situaciją Lietuvos visuomenėje?**

Situacija nekokia. Lietuvoje vaistinininkai yra užsitarnavę pacientų pasitikėjimą, tačiau šios kažkada prestižinės profesijos atstovai yra spaudžiami darbdavių ir nelepinami vyriausybės. Norint įdiegti farmacines rūpybos paslaugas, reikėtų atsižvelgti į vaistinėse dirbančių žmonių kiekį. Užsienyje ši profesija sulaukia daugiau pagarbos.

### **Ką iš dėstytojų labiausiai atsimentate? Gal kam norite perduoti linkėjimų?**

Visuomet žavėjaisi prof. Nijole Savickiene. Jos paskaitos buvo pačios įdomiausios ir įsimintiniausios. Kai kurie dėstytojos pasakojimai išliko atmintyje dar iki šių dienų. Norėčiau perduoti linkėjimus filosofijos dėstytojui Žemaitaičiui. Buvau vienintelė farmacijos studentė iš savo kurso, savo noru laikiusi egzaminą. Atmintin įstrigo mūsų tuometinis dekanas, prof. V. Briedis, doc. T. Mekas, dėstytojos V. Grigaliūnienė, M. Sapragnienė, R. Mikalauskiene. Ačiū norėčiau pasakyti dėstytojui D. Bernatoniui.



### **Palinkėjimas jaunesniems kolegoms.**

Visuomet eikite tuo keliu, kuriuo veda širdis. Mėgaukitės studijų metais: domėkitės, dalyvaukite, įamžinkite. Sėkmės!

**Dėkoju Rimai už prisiminimus!**

**Domantas**

## **Redaktoriaus žodis**



Paskutinį kartą sveikinuosi, kaip šio laikraščio redaktorius. Labai džiaugiuosi, jog buvo suteikta galimybė kuruoti 20 metų jubiliejaus „Panacėjos“ proginį numerį. Apskritai džiaugiuosi, kad ryžaisi šioms pareigoms, nes jos man davė nemažai įdomios patirties. Pradedant organizaciniais klausimais, interviu rinkimais bei baigiant maketavimu ir platinimu gyvai ar virtualiai. Stengiausi išlaikyti mėgstamas laikraščio tradicijas bei įnešti daugiau gyvų pokalbių, prisiminimų. Atlikę internetinę Panacėjos vertinimo apklausą, atsižvelgiame į skaitytojų nuomonę, pagal tai keičiame tam tikrus aspektus. Vienas iš mano tikslų buvo kuo labiau įtraukti fakulteto studen-

tus į laikraščio kūrimą, tačiau pasigedau studentų aktyvumo atsakant į apklausas ar siūlant naujas idėjas. Vis dėlto šios pareigos tik dar labiau užtvirtino, jog esu ten, kur ir turėjau būti – farmacijoje. Vaistininystė ne tik dabar, bet ir ateityje susidurs su daugybe iššūkių. Linkiu kolegoms dar universitete pradėti domėtis vaistinininko profesija ir jos galimybėmis, nebijoti klausyti dėstytojų nuomonės vienais ar kitais klausimais, sekti mūsų šalies sveikatos politiką, formuoti ir argumentuoti savo nuomonę, atstovauti universitetui ir savo profesijai. Nors viskas keliasi į elektroninę erdvę, išlaikykime šio laikraščio dvasią. Padėkime telefonus į šalį ir prie karštos arbatos puodelio pasidomėkime fakulteto bendruomenės gyvenimu. Prisijunkite prie komandos, atraskite save bei pasidalinkite savo mintimis su skaitytojais. Lai dėl vis besikeičiančių farmacijos studentų - Panacėja gyvuoja dar ne vieną dvidešimtmetį!

**Domantas Paulauskas**





# 2020 - 2021 m. SFD taryba

Rudenį per visuotinį SFD susirinkimą buvo išrinkta nauja taryba, todėl skaitytojus kviečiame susipažinti su naujais jos nariais, o kilus klausimams drąsiai kreiptis nurodytais kontaktais.

**Ieva Simanavičiūtė**, SFD Prezidentė, V k.  
**Evelina Valytė**, Viceprezidentė, IV k.  
**Greta Butkevičiūtė**, Sekretorė, III k.  
**Simona Volskytė**, Tobulėjimo gr. vadovė, IV k.  
**Jonas Šoliūnas, Ugnė Stočkelytė**, IT gr. vadovai, III k.  
**Simonas Milišauskas**, Visuomenės sveikatos gr. vadovas, IV k.  
**Greta Pukėnaitė**, Socialinių renginių gr. vadovė, IV k.  
**Greta Kačianauskaitė**, „Panacėja“ redaktorė, IV k.  
**Šarūnas Jansonas**, Marketingo gr. vadovas, III k.  
**Agnė Martišiūtė**, Finansininkė, III k.  
**Nida Abraitytė**, EPSA ir IPSF kontaktinis asmuo, III k.  
**Domas Urniežius**, buvęs SFD Prezidentas, V k.  
**Merūnas Šimkus** I k. koordinatorius  
**Toma Martinkutė**, II k. koordinatorė  
**Laura Petraitytė**, III k. koordinatorė  
**Justas Jokubaitis**, IV k. koordinatorius  
**Justė Kružinauskaitė**, V k. koordinatorė



Kontaktiniai duomenys:  
**sfd.president@gmail.com**  
**panacejaredakcija@gmail.com**  
**sfd.itgrupe@gmail.com**  
**sfd.tobulejimas@gmail.com**  
**sfd.visuomenessveikata@gmail.com**  
**sfd.socialiniainrenginiai@gmail.com**  
**sfdmarketingas@gmail.com**  
**epsa.is.lithuania@gmail.com**

## Prezidentės žodis



Mieli „Panacėjos“ skaitytojai! Su džiaugsmu sveikinuosi su jumis šiame 73- iame numeryje. Didžiuojuosi, kad taip puoselėjamos ir vis kuriamos tradicijos nenutrūksta, ypač tokiu iššūkių pilnu laikotarpiu. Per šiuos ilgus organizacijos metus mes pasiekėme labai daug, palietėme ne tik šios bendruomenės, bet ir mus supančių žmonių gyvenimus, sukūrėme projektų, kurie atnešė ne tik amžinas draugystes, bet ir darbo perspektyvas. Tad ir šie metai, kad ir bus kitokie, tačiau tikiu, kad taip pat turiningi, įvairiapusiai ir pilni galimybių. „Just when the caterpillar thought „I am incapable of moving,“ it became a butterfly.“ (Annette Thomas). Turint tokį gerą kolektyvinį konstruktą bei šviežias ir jaunas mintis galime prisitaikyti prie bet kokių pasikeitusių aplinkybių ir jas paversti mūsų stiprybėmis. Išnaudoję tinkamai resursus ir pasitelkę įkvėpimą žengiamo skaitmenizacijos link, pradėdame taikyti naujas strategijas ir naujus projektus, žinoma, neužmiršdami senųjų ir kasdien judame į priekį savo vizijos link. Tikiuosi, kad išnaudosite visas galimybes, kurias jums suteiks šis karantinas ir SFD šeima. Nebijokime daryti, klysti ir tobulėti. Visada sakiau, kad viena geriausių patirčių yra būti su JUMIS, ačiū, kad esate šios šeimos dalimi!

# Panevėžio vaistinės



Prieš 225-erius metus Panevėžyje įsteigta pirmoji vaistinė. Mieste buvusi „Aptiekos“ gatvė parodė, kad vaistininkui ir vaistinei buvo skiriamas ypatingas dėmesys. Pirmoji, Engelmano vaistinė, lokalizavosi dabartinėje Laisvės aikštėje. 1912 m. nuosavame name įkurta Antano Laurinaičio vaistų parduotuvė. Ji šiek tiek skyrėsi nuo tradicinių vaistinių, nes savininkas nebuvo kvalifikuotas vaistininkas, o veikia vertėsi medikamentų prekyba. Nepaisant to, ši įstaiga yra laikoma seniausia iki šiol išlikusia vaistine Panevėžyje. Lietuvai atkūrus nepriklausomybę, A. Laurinaitis kartu su J. Zaborskiu įsteigė vieną garsiausių Panevėžio vaistinių, kurioje vaistai buvo ne tik importuojami, bet ir gaminami. Sovietinės okupacijos metu A. Laurinaičio vaistinė nacionalizuota, tačiau

tęšė veiklą vadovaujama kolegės J. Zaborskio.

Nepriklausomos Lietuvos laikotarpiu dirbo dviejų rūšių vaistinės: privačios ir valstybinės. Panevėžio apskrities savivaldybės vaistinė minima nuo 1924 m., vėliau atsidarė ir antrasis filialas. Tuo metu vedėju dirbo L. Žemaitis, garsus to meto vaistininkas ir aktyvus visuomenininkas, miesto savivaldybės tarybos narys. Visuomenėje pasižymėjo ir kiti miesto vaistininkai, steigę draugijas, organizavę suvažiavimus, prisidėję prie žurnalo „Farmacijos žinios“ leidybos.

Seniausia išlikusi Laisvės aikštėje esanti vaistinė, dabar turinti „Gintarinės vaistinės“ pavadinimą, žinoma kiekvienam panevėžiečiui. Joje užsiimama gamyba preparatų, individualių kiekvienam pacientui. Vaistinės darbuotojai teigia, jog per pastaruosius dešimtmečius gamybos apimtis sumažėjusi, populiarėja fabrikuose pagaminti vaistai. Nepaisant to, farmacijos specialistai džiaugiasi galėdami padėti vaistinės lankytojams, konsultuoti sveikatos klausimais ir atsakingai parinkti reikalingus vaistus.

Greta Pečkytė

## „Fuksų“ stovykla

Laura Petraitytė

### LSMU pirmakursių stovykla 2020

Šiais metais pirmakursių stovykla dėl pasaulyje susiklosčiusios situacijos vyko kiek neįprastu metu – jau prasidėjus mokslo metams. Prieš metus pradėta vykdyti idėja bendradarbiaujant LSMU studentų organizacijoms rengti stovyklą kartu buvo įgyvendinta ir šiais metais. LSMU SFD, SA ir SOA organizuota stovykla pirmakursiams farmacijos ir odontologijos studentams vyko rugsėjo 11-13 dienomis.

Šiais metais stovyklos tema – **išlikimas**. Kaip ir kiekvienais metais „fuk-sai“ dalyvavo susipažinimo veiklose, fakultetų bei studijų programų pristatymuose, buvo supažindinti su universitete esančiomis studentų organizacijomis ir gavo progą paklausinti pačių studentų, kokia patirtis laukia pirmame kurse. Jauniesiems farmacininkams apie karjeros galimybes atvyko papasakoti „Tamro“ atstovas bei LSMU farmacijos alumni. Taip pat neužmirštamą įspūdį paliko ir tradiciniu tapęs naktinis žygis, kuris siejosi su stovyklos tema, bei tamsoje organizuotos estafetės, naktinis laužas.

Stovyklos pagrindinis tikslas – supažindinti pirmakursius su bendramoksliais ir kitų studijų programų studentais, pristatyti kas jų laukia studijų metu bei papasakoti apie studentišką veiklą ir ateities karjeros galimybes.





## Erasmus+ patirtis Prancūzijoje

**Emilija Nemickaitė** šiuo metu penktame kurse, tačiau su skaitytojais sutiko pasidalinti savo neišdildoma studijų mainų patirtimi Prancūzijoje. Atvirame jos pasakojime rasite daugybę patarimų, o tai ypač aktualu studentams, planuojantiems dalyvauti mainų projekte.

ERASMUS+ projektas buvo pati geriausia patirtis mano gyvenime. Aš studijavau Prancūzijoje, Université de Montpellier IV kurso rudens semestru. Prancūzijos farmacijos studijų programa daugiausia susideda iš žodinių paskaitų ir mažai praktinių ir laboratorinių užsiėmimų. Sunkiausia dalis buvo, žinoma, suprasti prancūzų kalbą, kadangi visos paskaitos vyko prancūziškai. Laimei, prancūzų kalbą mokiausi mokykloje ir universitete, tai suprasti nebuvo per daug sudėtinga. Be to, prancūzų studijų programa kiek sudėtingesnė nei lietuviška. Dėstytojai labai malonūs ir draugiški, jie skatina tave klausti ir susisiekti, jeigu kas nors yra neaišku. Mano ir kolegės nuostabai vietiniai studentai taip pat buvo draugiški ir padėjo atlikti kai kurias užduotis. Praktika vykdavo ganėtinai senoviskose laboratorijose, kitaip nei LSMU, jos buvo didesnės, galėjo sutalpinti 30-40 studentų. Išmokome naujų laboratorinių metodų ir gale kiekvieno užsiėmimo turėjome pateikti darbo ataskaitą. Džiaugiuosi, kad važiauvau ne viena, o su kolege, kadangi darbai turėjo būti atliekami poromis. Laboratoriniams darbams prireikė baltos chalato ir reikėjo nusipirkti laboratorinį mėlyną rinkinuką kartu su visais laboratoriniais įrankiais, kurį galėjai įsigyti studentų draugijos parduotuvėje.

Išgyventi egzaminų sesiją gruodį buvo pats sunkiausias išbandymas. Jų egzaminų sesija trunka savaitę laiko ir jie rašo 2-3 egzaminus į dieną, kurie rašomi po dvi valandas. Aš turėjau iš viso 6 egzaminus per tris dienas. Tačiau su geru pasirengimu ir stipria valia, Tu taip pat gali išgyventi visą tą savaitę. (Aš pažadu).

Buvo keblumų pildant Studijų sutartį (Learning Agreement), nes prancūzų kursai labai skiriasi nuo lietuviškų LSMU kursų. Prancūzai mokosi pagrinde moduliais, kurie susideda iš 2 ar 3 disciplinų. Metus jie įvardina ne tik skaičiais, bet dar ir raidėmis (pvz.: 3 metai vadinami DFGSP3, 4 metai – DFASP1 ir t.t.). Jei aš būčiau žinojus ankščiau arba mane būtų kas nors informavę, man būtų buvę lengviau viską išsiaiškinti. Nepaisant to, su kai kurių kolegų pagalbą susidariau savo Studijų sutartį ir gavau kitus reikalingus dokumentus. Jeigu bučiau tavo vietoje, pasiklausinėčiau kitų studentų pagalbos, kurie yra jau buvę Erasmus, ne tik Prancūzijoje, arba pasiklausti koordinatorių pagalbos. Bet yra dalykų, kuriuos teks pačiam/pačiai pasidaryti ar išsiaiškinti.

Turėjau progą patobulinti savo prancūzų kalbos įgūdžius, kadangi prancūzų universitetas pasiūlė kalbos kursus, kurie duoda papildomų kreditų. Pradžioje mano lygis buvo B1 ir jis šoktelėjo iki B2 lygio. Kai kurie studentai visai nekalbėjo angliškai, tai turėjau dar daugiau praktikos su vietine kalba.

„Welcome week“ („Pasitikimo savaitė“) buvo organizuojamas tiek mano universiteto, tiek ESN (Erasmus Student Network) Montpellier grupės. Buvo įvairios veiklos kaip pvz.: karaokė ir filmų vakarai, ekskursijos po miestą ir daug daugiau. Pažinome ne tik patį miestą, bet taip pat sutikome daug draugų. ESN Montpellier yra nuostabi organizacija, kuri organizuoja studentams vakarėlius, įvairius įvykius ir keliones į artimas turistines vietas. Aš aplankiau Nîmes, Sété, Perpignan, Tulūzos, Karkasonės miestus ir Nicą aplankiau savarankiškai su savo vaikinu atostogų metu. Labiausiai patikęs vakarėlis buvo UV fluorescencijos šviesų vakarėlis.

Gyvenau bendrabutyje, kuris buvo 20 minučių nuo mano farmacijos fakulteto, nes aš gavau medikų bendrabutį. Tačiau kambariai ir bendra virtuvė buvo geros būklės. Kambariai vienviečiai ir man patiko gyventi vienai, savarankiškai. Vienas iš privalumų buvo tramvajaus stotelė netoli mano bendrabučio ir buvo paprasta nuvažiuoti iki miesto centro.

Montpellier bendrai paėmus yra gan mažas, bet labai gražus ir pribloškiantis miestas, pasižymintis puošnia, prancūziška architektūra, klasikinio ir renesansiško stiliaus skulptūromis ir fontanais senamiestyje ir gražiais parkais. Mieste taip pat yra botanikos sodas, kuriame laisvai galima pasivaikščioti. Mieste labai daug mažų parduotuvėlių, kepyklėlių, konditerijos parduotuvėlių.





Miesto pagrindinė aikštė yra tikras brangakmenis, jis taip pat netoli prekybos centro ir turgaus. Naktinis gyvenimas tiesiog šurmuliuoja nuo lankytojų baruose ir restoranuose. Paplūdimys pasiekiamas važiuojant mašina 20-30 min, bet labai verta pamatyti kaip žydra Viduržemio jūra skalauja Pietų Prancūzijos pakrantes.



Pagrindinis trukumas yra aukštos kainos Prancūzijoje. Nuoma ir maisto pirkimas sudarė didžiąją dalį išlaidų. Laimei stipendija padengė visas mano išlaidas. Vasaros ir rudens pradžia yra beprotiškai karštos, o spalio mėnesį prasideda liūtys. Žiemos nėra tokios šaltos kaip Lietuvoje. Vietiniai vengia kalbėti angliškai, mano patarimas yra kalbėti ar bent jau bandyti kalbėti prancūziškai, bet jei matys, kad tau sunku, kai kurie šnekės angliškai jeigu jiems bus noras. Man bebūnant buvo keletas streikų, tačiau ne tokie kaip Paryžiuje. Miestas gan ramus ir draugiškas.

Bendrai patirtis buvo be galo nuostabi ir nepamirštama. Galima pasakoti ir pasakoti ir galų gale knygą parašyti, bet geriausia patirti ją patiems. Ne tik išmoksti naujų dalykų universitete, bet ir gauni galimybę pakeliauti, išmokti prancūzų kalbą ir susipažinti su naujais žmonėmis. Taip pat įgauni įgūdžių kaip gyventi savarankišką gyvenimą. Jeigu tu vis dar dvejoji, tai nebedvejok! Aš lygiai kaip ir tu bijojau, bet patikėk manim, tikrai verta. Kuo anksčiau, tuo geriau. Tai visokeriopa nauda ir galimybė, kurios nevalia praleisti!

Emilija Nemickaitė

## 2017-2022 metų laidos mediumas

Nors atrodo, kad neseniai pradėjome farmacijos studijas ir štai – jau švenčiame savąjį mediumą – lygiai pusę laiko, praleisto universitete. Šiais metais vasario 8 dieną Kauno Doke gausiai rinkosi 2017 metų laidos farmacijos fakulteto studentai ir pakviesti dėstytojai. Vakaras neprailgo, nes atlikome įvairias užduotis, teikėme apdovanojimus – Oskarus pagal mūsų sugalvotas nominacijas, dalinomės gera nuotaika ir visais prisiminimais, kuriuos bendrai patyrėme kartu per dvejus su puse metų. Be abejonės, dar daug smagių ir įsimintinų įspūdžių išliks kiekvieno mūsų atmintyje iš šios gražios šventės!



## Twinnet Lietuva - Slovakija

2019 metų gruodžio 12-16 dienomis Slovakijoje mūsų dešimties studentų iš SFD komanda dalyvavo tarptautiniuose mainuose TWINNET. Ten susipažinome su Slovakijos farmacijos fakulteto studentais iš Košicės miesto. Kiekvieną dieną dalyvavome jų surengtose veiklose bei mokymuose – lankėmės ir pamatėme jų universitetą, laboratorijose atlikome laboratorinį darbą, diskutavome workshope ir varžėmės smagiose orientacinėse varžybose. Į Slovakiją kaip tik nuvykę Kalėdiniu laikotarpiu vieną vakarą apsilankėme gražioje šventinėje Kalėdų mugėje ir ragavome Slovakų virtuvės maisto. Bet greičiausiai visiems labiausiai įsiminė kelionė į Aukštuosius Tatrus, kur smagiai leidome laiką kopdami į kalną, gerėjomės mus

supančiais nuostabiais gamtos vaizdais su daug sniego. Ne vienas užmezgėme gražią pažintį su draugiškais Slovakijos studentais. Taigi, Twinnet projekto metu ne tik susipažįstama su naujais žmonėmis, bet taip pat keliaujama, aplankomos naujos vietos, sužinoma apie kitos šalies kultūrą, tradicijas ir įgyjama naujos patirties.



Simona Volskytė





# „Kaip gyvenate, kolega?“

Tęsiame pažintis su mūsų universiteto farmacijos absolventais ir šį kartą esame paruošę ne vieną pokalbį. Pradėkime nuo 2018 metų absolventės **Justinos krukonytės**, kuri sėkmingai darbuojasi UAB „Actiofarma“ farmacinės veiklos vadovo pavaduotoja.

## **Kodėl pasirinkote farmacijos studijas? Jei galėtumėte atsukti laiką atgal, koks būtų pasirinkimas?**

Farmacijos studijas pasirinkau, nes visada turėjau noro padėti žmogui ir esu gan altruistiška. Kaip ir daugelis svarsčiau tarp kitų biomedicinos mokslo sričių. Pasirinkta studijų programa sudomino, nes pasirodė ganėtinai plati profesinė prasme. Ir svarbiausia, kad ir kurioje farmacijos srityje bedirbtum, pagrindinis tikslas - žmonių gerovė bei rūpinimasis jų brangiausiu turtu - sveikata. Taip pat mokykloje kiek atidžiau stebėjau ir gilinausi įvairių kremų ir kitų produktų chemines sudėtis ir jų galimą poveikį. Tad ir pati chemija viliojo, domino, kaip medžiagos gali veikti. Stodama nebuvau „nusipiešus“ savo profesinės ateities, tai formavosi palaipsniui pačių studijų metu. Savo pasirinkimu tikrai nesigailiu, įgautos žinios padeda šiuo metu ir prisideda prie profesinio augimo. Baigus šias studijas galiu save realizuoti ir tikslingai siekti užsibrėžtų tikslų. Tad ir atsukus laiką atgal savo pasirinkimo nekeisčiau, tik su dar mažesne dvejuose pasirinkčiau tą patį.

## **Kokie prisiminimai iš studijų laikų? Kokia įsimintiniausia akimirka?**

Prisiminimų yra įvairių įvairiausių, nuo pirmųjų dienų ir pasimetimo tarp katedrų iki kelionių svetur kartu su kursiokais ar kitų kursų studentais. Vieni ryškiausi - pirmieji cheminių reakcijų bandymai ir nuo jų dėmėti chalatai, kiek daug emocijų tuomet buvo patirta laboratorijose. Taip pat labai įstrigo kelios vasaros, kai teko priimti ir koordinuoti iš kitų užsienio šalių atvykusius farmacijos studentus. Per tas vasaras teko atlikti praktiką gamybinėse vaistinėse, pažinti studentus iš skirtingų pasaulio žemynų bei pasistengti tinkamai pristatyti Lietuvą. Tikrai buvo labai įdomi ir įvairiapusiška patirtis. Ar norėčiau grįžti ir visa tai kartoti? Dar apie tai nebuvau pagalvojus, labiau stengiuosi žiūrėti į priekį ir gal net vis kyla minčių tęsti mokslus toliau...

## **Kaip atrodo Jūsų eilinė darbo diena? Su kokiais sunkumais susiduriate?**

Eilinių dienų darbe retokai pasitaiko, vis tenka susidurti su kiek neįprastomis situacijomis ir jas spręsti. Matyt, tai labiausiai tinka ir patinka man, nes darbe nėra rutinos, nuolat turi domėtis ir mokytis. Džiaugiuosi, kad pasitaikė galimybė pakliūti į tokią specifinę farmacijos sritį, kurioje susipina kelios skirtingos veiklų rūšys, tad nuobodžiauti tikrai netenka. Šiuo metu dirbu įmonėje, kuri vykdo lygiagrečių vaistinių preparatų importą į Lietuvą, būtent šioje srityje pradėjau dirbti dar studijuojant ir toliau kryptingai dirbu. Didžioji dalis darbo laiko prabėga ofise, čia ir gimsta idėjos kaip galima toliau augti bei vystyti veiklą. Daug išvalgų bei pastebėjimų gauname iš kolegų, kurie dirba Švedijos rinkoje, supratimas apie lygiagrečių vaistinių preparatų importą ten yra kitoks nei Lietuvoje. Bendrovei svarbus vaistų saugumas, pakuotės saugumas, paciento interesų apsauga ir atsakingas bei nuoseklus laikymasis ES reikalavimų bei standartų. Verslas turi būti itin atsakingas, socialiai orientuotas. Tad visuomet reikia ieškoti balanso tarp verslo tikslų ir visuomenės interesų užtikrinimo.



## **Gal kažką prisimenate iš dėstytojų bei norite perduoti linkėjimus?**

Linkėjimus siunčiu visiems! Tikrai visus dėstytojus prisimenu. Su dauguma jų sutardavau gerai, visi dėstytojai suteikė žinių ir įdomios patirties. Su kai kuriais dėstytojais tenka susitikti darbo reikalais, tad ir dabar bendraujame. Žinoma, dėkingiausia esu savo baigiamojo darbo vadovui – A. Pavilionui, už kantrybę, visada gerą nuotaiką, kai gaunami rezultatai nevisada džiugindavo, bei gyvenimiškas pamokas.

## **Kaip vertinate dabartinę farmacijos sektoriaus situaciją Lietuvoje?**

Gan platus klausimas, sunku keliais sakiniais į tai atsakyti, jei kam įdomi mano nuomonė – susitikime, pasidalinsiu (šypsosi). Tik noriu pridurti, kad būtent mes patys formuojame farmacijos sektorių. Svarbu to nepamiršti ir veikti dėl gerovės.

## **Ką patartumėte būsimiems kolegoms?**

Linkiu aistros ir noro atrasti savo kelią. Nežiūrėti ką veikia ir ko siekia kiti, o stengtis kiekvieną dieną pralenkti patį save ir taip tikslingai judėti norima kryptimi. Būkite tais, kurie mažiau kalba, bet daug daro.

# „Kaip gyvenate, kolega?“



Antrasis mūsų šio numerio pokalbis su Linu Stulgaičiu (2018 metų laida), kuris nuo pat pirmųjų studijų metų domėjosi farmacijos verslo ypatumais, todėl jais pasidalins su jumis.

## **Kodėl pasirinkote farmacijos studijas? Jei galėtumėte atsukti laiką atgal, koks būtų pasirinkimas?**

Laukiate iš manęs atsakymo, kad rinkausi farmacijos studijas dėl noro padėti kitiems? Ar kad tęsiu giminės tradicijas būti vaistininku? Visai ne! Mane visada intrigavo sąvoka „farmacijos verslas“. Todėl nuo pat pirmųjų studijų metų įsiliesiu į farmacijos verslą ir save norėjau išbandyti, siekiant sukurtą gydymo technologiją įdiegti į pacientų vartojimo praktiką.

Koks būtų mano sprendimas jei studijas reikėtų rinktis iš naujo? Tai farmacijos studijų pasirinkimą priimčiau ilgai nedvejodamas! Nieko nuostabaus, kad studijų pasirinkimo akivaizdoje teko nemažai svarstyti, kuo norėčiau būti. Todėl šiandien vienareikšmiškai, tai būtų farmacija, tik be jokių dvejonų! Esu laimingas galėdamas būti vaistininku ir tuo didžiuojuosi.

## **Kaip atrodo Jūsų eilinė darbo diena? Su kokiais sunkumais susiduriate??**

Po studijų pasirinkau galimybę išpildyti savo svajonę ir išbandyti save farmacijos versle. Todėl šiandien esu didmeninės vaistų kompanijos narys. Kuomet kiekvieną dieną ieškau optimaliausio sprendimo kaip pasitelkiant farmacijos verslą prisidėti prie pacientų sveikatos būklės gerinimo. Analizuoju, kiek svarbu ne tik sukurti naują efektyvią technologiją, bet ir įdiegti ją į kasdieninio vartojimo praktiką.

## **Gal kažką prisimenate iš dėstytojų bei norite perduoti linkėjimus?**

Smagu prisiminti visus juos ir jų įdėta indėlį formuojant mane, kaip farmacijos specialistą. Pirmiausiai, linkėjimus norėčiau perduoti savo magistrinio darbo vadovei Dr. Jurgitai Daukšienei, kuri mane skatinimo kiekvieną dieną būti geresniu, imtis iniciatyvos, plėsti savo vaistininko pasaulėžiūrą. Taip pat noriu paminėti farmacinės chemijos dėstytoją Virgilijų Žitkevičių, kuris yra puikus pavyzdys, kaip farmacijos žinias galima suderinti versle. Puikus iniciatyvumas, verslumas, gebėjimas tinkamai komunikuoti, skatino mane iš jo išmokti farmacijos verslui reikalingų savybių. Linkėjimai Jums visiems, smagu Jus prisiminti!

## **Kaip vertinate dabartinę farmacijos sektoriaus situaciją Lietuvoje?**

Farmacijos sektorius labiausiai išsiskiriantis iš kitų sektorių. Visų pirma dėl griežto teisinio reglamentavimo, reklamos ribojimų ir išskirtinės reikšmės vaistininko - gydytojo bendradarbiavimo, parenkant vaistinį preparatą galutiniam pacientui. Iš tiesų matome, kaip pasikeitė vaistininko profesija. Turėta viena pagrindinių vaistininko funkcijų - vaistų gamyba vaistinėse, jau nebeaktuali. Matome persikvalifikavusį vaistininką, kuris suteikia farmacinę paslaugą pacientui, geba teikti farmacinės rūpybos ar papildomas paslaugas. Vaistininko profesija pakito, todėl nenuostabu, kad per ateinančią dešimtmetį vaistininko laukia nauji iššūkiai farmacijos sektoriuje su naujomis funkcijomis. Puikiai matome, kaip vaistininkas geba prisitaikyti prie visuomenei reikalingų pokyčių. Kuomet pasaulį krečia pasaulinė karantino pandemija, puikiai matome, kiek svarbus yra farmacijos sektorius. Apimantis vaistų/vakcinų sukūrimą trumpo laiko intervale iki reikiamų vaistų prieinamumo užtikrinimo vaistinėse. Todėl farmacijos sektorius yra itin svarbus kasdieninėje žmogaus praktikoje.

## **Ką patartumėte būsimiems kolegoms?**

Būsimiems kolegoms patarčiau didžiuotis, kad esate farmacijos studentai! Padaryti puikūs sprendimai pasirenkant farmacijos studijas, todėl dabar svarbu gebėti iš studijų pasiimti kuo didesnę farmacinių žinių kraitį ir būti svarbia sveikatos priežiūros dalimi.

Žinai, ką galėtume pakalbinti kitame numeryje? Pasidalink pasiūlymais:

[panacejaredakcija@gmail.com](mailto:panacejaredakcija@gmail.com)

Dėkoju už pokalbį, Simona



## Naujausi farmaciniai atradimai

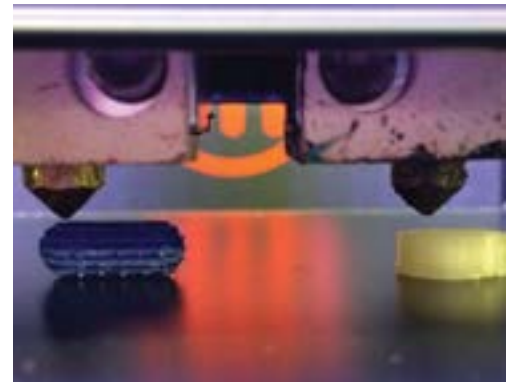
Greta Kačianauskaitė

Farmacija- atradimų nestokojanti sritis. Mūsų srities mokslininkai ne tik sparčiai išranda vaistus nuo žmonių žudančių ligų, tačiau susivieniję su kitų sričių specialistais, sugeba sukurti novatoriškus sprendimus, kurie padės pacientams lengviau pasveikti, personalizuoti jų gydymą, susigyventi su savo liga, o galbūt, ateityje, ligų išvengti. Šiame straipsnyje pateikiama keletas pavyzdžių, kaip farmacija keičiasi šiandien ir kokia gali būti farmacijos ateitis.

**1. Išmanieji inhaliatoriai.** Tai inhaliatoriai su keliais papildomais išmaniais priedais. Šie priedai yra susieti su programėle telefone ir taip pacientams, sergantiems astma, padeda geriau kontroliuoti savo ligą, o tokių pacientų šiuo metu pasaulyje yra net 334 milijonai. Taip pat, kai kurie išmanūs inhaliatoriai, per programėlę telefone gali pranešti apie būvimą ypač užterštoje aplinkoje, ar įspėti pacientą, kad šis netinkamai naudoja inhaliatorių. Jie automatiškai seka, kiek kartų prietaisas yra naudojamas, tad pacientams nereikia to daryti. Šiuo metu šie prietaisai yra dar testuojami, tad įsigyti jų nepavyks, tačiau jau greit jie palengvins žmonių gyvenimus.



**2. 3-D spausdinimas.** Šiuo būdu galima gauti ne tik puikiai funkcionuojančius organus, bet ir vaistus, kurie daro perversmą farmacijos srityje ir padeda sukurti gydymą, orientuotą į paciento poreikius. Kiekvieną dieną milijonai žmonių vartoja tabletes ir kapsules. Tyrimai rodo, kad didelis skaičius pacientų patiria sunkumus, stengdamiesi vartoti vaistus: kai kuriems pacientams juos sunku nuryti, vaikams kyla problemos dėl nemalonaus vaisto skonio. Mokslininkų, dirbančių su 3-D spausdinimu vizija – sukurti vaistus, atitinkančius kiekvieno paciento poreikius. Taip bus galima pritaikyti vaisto dydį, formą, išvaizdą. Visi šie veiksniai palengvins kiekvieno paciento kasdienį vaistų vartojimą. Pirmas spausdintuvu sukurtas vaistas, „Spritam“, sukurtas gydyti epilepsiją, buvo gautas 2015 metais ir yra patvirtintas FDA (food and drug administration). Ši sritis yra sparčiai besivystanti, galbūt ir mes galėsime prisidėti prie šių inovacijų kūrimo?



**3. Virtuali realybė** – tai ne tik žaidimai. Medicinoje VR pamažu apima vis daugiau sričių. Tokiu būdu ne tik galima paruošti pacientus operacijoms, ar sėkmingai aptikti Alzheimerio ligą. VR šiuo metu sėkmingai galima palengvinti gyvenimą pacientams su Parkinsono liga, padedant jiems vaikščioti. Nauji mokslininkų tyrimai rodo, kad naudojant šį metodą yra sėkmingai atkuriami pacientų pusiausvyros įgūdžiai, todėl žmonės, gyvenantys su šia liga, jaučiasi geriau tiek naujoje, tiek įprastoje aplinkoje. Vaikščiojimas sergantiems Parkinsono liga yra didelis iššūkis, nes jie patiria pastovų raumenų įtempimą ir tremorą, todėl šis gydymo metodas yra labai sparčiai populiarėjantis.

## Lietuvos kariuomenės Sanitarijos skyrius 1918-1923 metais

*Krašto apsaugos ministerijos Sanitarijos skyriaus įsteigimo 102-ųjų metinių proga*

Viktorija Šimkutė

1918 metų vasario 16 dieną Lietuvos Taryba pasirašė Lietuvos Nepriklausomybės Aktą ir paskelbė apie atkuriamą Lietuvos valstybę. Nors lietuviams šis dokumentas reiškė naują pradžią, ją dar reikėjo apginti ginklu. Iš kaimyninių šalių besiveržiančios lenkų, bolševikų ir bermontininkų kariuomenės kėsinosi į Lietuvos teritoriją ir neliko nieko kito kaip sukurti savo kariuomenę. Ji pradėta formuoti tų pačių metų lapkričio 23 dieną ir iškart įsitraukė į Nepriklausomybės kovas. Natūralu, jog kovų metu netrūko sužeistųjų bei sergančiųjų. Jų gydymui gruodžio 4 dieną buvo įkurtas Lietuvos Respublikos Krašto apsaugos ministerijos Sanitarijos skyrius.

Kuriant Sanitarijos skyrių buvo manoma, jog pagrindinė šios įstaigos užduotis bus rūpintis sužeistais kariais. Vis dėlto daugiausiai darbo teko skirti užkrečiamųjų ligų, kurios tuo metu vadintos „limpamomis“, prevencijai ir gy-

dymui. Vykstant intensyviausiems mūšiams 1919-1920 metais, karo ligoninėse iš viso buvo gydomi 2463 kovose sužeisti kariai, kai tuo tarpu sergančiųjų užkrečiamosiomis ir parazitinėmis ligomis buvo 13875. Labiausiai Lietuvos karius vargino lytiškai plintančios ligos, įvairios šiltinių epidemijos, dizenterija, ispaniškas gripas. Šių ligų plitimą skatino prasta kariuomenės dalinių sanitarinė būklė, gydymo įstaigų, personalo bei medikamentų trūkumas, menkos karių žinios apie higieną bei ligų prevenciją.



Sanitarijos skyrius greitai ėmėsi visų būtinausių priemonių sustabdyti užkrečiamųjų ligų plitimą. Kartu su Tiekimų skyriaus pagalba buvo tvarkomos kareivinės, įrenginėjamos pirtys, praustuvės, tualetai. Kariai buvo aprūpinami apranga, avalyne, čiužiniais (šienikais) bei patalyne. Daug dėmesio buvo skiriama rūbų ir patalpų dezinfekcijai. Buvo vykdoma karių izoliacija, skiepijimai nuo raupų, vidurių šiltinės, choleros, dizenterijos, stabligės ir difterijos. Užkrečiamosiomis ligomis sergantys kariai daugiausia buvo gydomi specialiose ligoninėse- lazaretuose, stengiantis užtikrinti, kad ligos dar labiau neišplistų. Daug dėmesio skirta švietimui. Rengtos parodos, paskaitos, kinematografiniai vakarai. Kariai ir medicinos personalas buvo aprūpinami knygomis apie užkrečiamąsias ligas, jų gydymą bei prevenciją. Apie šias ligas daug buvo kalbama kariuomenės periodiniuose leidiniuose. Žurnale „Kariškių žodis“ buvo rašoma, kad „kiekvienos pasaulį kariuomenės gerovė priklauso nuo trijų faktorių- rikiuotės, intendantūros ir sanitarijos. <...> vienai jų kiek nusilpnėjus- žiūrėk ir kariuomenės galybė nyksta“.

Ryškiausia asmenybė visoje Sanitarijos skyriaus veikloje buvo šio skyriaus viršininkas generolas Vladas Nagius- Nagevičius. Almanache „Skydas“ apie jį buvo rašoma taip: „*Tik atsistojus priešaky generolui Nagevičiui, viskas ėmė sparčiai augti ir plėtotis. Jo milžiniškos pastangos, neišsemiama energija, griežtumas, nepaprastas organizatoriaus talentas, mokėjimas skubiai orientuotis susidariusiose aplinkybėse, mokėjimas pasirinkti iš gydytojų tarpo viršininkus atsakingoms vietoms skubiai pataisė karo sanitarijos reikalus*“. V. Nagevičius buvo vertinamas ne tik Lietuvos kariuomenėje, bet ir užsienio valstybėse. Jo dėka buvo užmegzti glaudūs ryšiai su Amerikos Raudonojo kryžiumi, JAV gyvenančiais lietuviais, užsienio šalimis bei pačios Lietuvos piliečiais. Tai pagerino kariuomenės aprūpinimą ir stipriai prisidėjo prie bendros sanitarinės būklės gerėjimo bei užkrečiamųjų ligų plitimo mažėjimo.

Reikia pabrėžti, kad be generolo Nagevičiaus didžiules pastangas užkrečiamųjų ligų valdymui bei sužeistų karių gydymui skyrė gausybė gydytojų, sanitarijos puskarininkių, medicinos felčerių, farmaceutų (farmacininkų) ir kitų sveikatos priežiūros specialistų. Jie buvo ne tik gydymu užsiimančios, bet ir dezinfekciją vykdančios, žinias apie užkrečiamąsias ligas platinančios bei karių psichologine gerove besirūpinančios specialistai. Daugelis jų taip pat neišvengė užsikrėtimų, tačiau toliau tęsė savo darbą. Toks atvejis vaizduojamas pulkininko Konstantino Žuko prisiminimų knygoje „Žvilgsnis į praeitį“: „*Negaliu užmiršti, kaip vienas kareivis buvo stabo ištiktas ir smarkiai kankinosi. Dr. Trumpauskas, pats sirgdamas kruvinąja, dieną ir naktį prie ligonio budėjo, ir tas kareivis pasveiko. Reikėjo matyti dr. Trumpausko džiaugsmą. Po to jis „leido“ ir sau kelias dienas laisvai pasirgti*“.

Nuo susikūrimo 1918 metų pabaigoje iki 1923 metų Sanitarijos skyrius atliko milžinišką darbą. Buvo pasirūpinta daugybe sužeistų ir sergančių karių. Stipriai sumažėjo sergamumas užkrečiamosiomis ir parazitinėmis ligomis: jei 1919 metais šiomis ligomis sirgo 55,3% karių, 1923 metais tokių karių buvo jau tik 8,7%. Įgyvendinę svarbiausius uždavinius, Sanitarijos skyrius 1923 metais susiaurino savo veiklą. Buvo uždaryti lazaretai ir kitos nebereikalingos ligoninės. Visi skyriai perkelti į pagrindines karių gydymo įstaigas. Viena iš tokių įstaigų buvo Karo ligoninė Kaune, kuriai 1926 metais buvo suteiktas dr. Jono Basanavičiaus vardas.



Skubi medicinos pagalba sužeistiesiems fronte (1920 m.). Nuotrauka iš Lietuvos medicinos ir farmacijos istorijos muziejaus archyvo



Karo sanitarijos viršininkas Vladas Nagevičius inspektuoja sanitarinius dalinius (1921 m.). Nuotrauka iš Lietuvos medicinos ir farmacijos istorijos muziejaus archyvo.

# Geidžiamiausias darbdavys – Gintarinė vaistinė

Šiais kupiniais iššūkių metais, UAB „Gintarinė vaistinė“ pasiekė aukštas pozicijas dviejuose „Verslo žinių“ reitinguose: įmonė pripažinta geidžiamiausiu mažmeninės prekybos darbdaviu, o „Lietuvos sektorių lyderiai 2020“ sąraše, tarp 283-ių prekybos įmonių, įsitvirtino šeštoje vietoje, o tarp vaistinių – pirmoje.

## Vidinė atmosfera paremta vertybėmis

UAB „Gintarinė vaistinė“ generalinė direktorė Rūta Bagdonavičienė įsitikinusi, jog abu šie reitingai tarpusavyje susiję. „Geidžiamiausio darbdavio rinkimuose vertinamas buvo ne tik atlyginimo dydis, bet ir pačių darbuotojų įvertinimai, atsiliepimai ir rekomendacijos, kas mums, kaip įmonei, itin svarbu. Abu šie reitingai koreliuoja per vidutinį darbuotojo atlyginimo vertinimą. Akivaizdu, kad gerų finansinių rezultatų nepavyktų pasiekti be geros komandos“, – teigia įmonės vadovė.

R. Bagdonavičienė sako, jog Geidžiamiausio darbdavio laimėjimas – didelis ir džiugus įvertinimas, kuriam įtaką galėjo daryti keli aspektai: įmonės vidinė atmosfera ir komandinis darbas, darbdavio ir darbuotojų vertybių sinergija bei, žinoma, nuoširdus rūpestis darbuotojais.

## Išskirtinis požiūris į darbuotoją ir klientą

Generalinės direktorės teigimu, UAB „Gintarinė vaistinė“ tikrai skiriasi nuo kitų sektoriaus įmonių. „Visų pirma, mus išskiria požiūris į klientą ir darbuotoją. Mūsų siekis - būti geriausiu jiems. Klausimas - kaip? Galima būti vaistininku, kuris gerai išmano savo sritį ir gerai parduoda farmacinius produktus. Tačiau galima būti sveiko gyvenimo partneriu šalies žmonėms, siūlančiu jiems reikalingus ir sveikatą saugančius sprendimus. Mūsų kelias – antras. Tai yra vertybinis kelias. Vertybėmis grįsti pasirinkimai visuomet kuria geresnę visuomenę, kurioje laimi visi: klientai, pacientai, darbuotojai, darbdaviai, valstybė. Toks kelias svarbus ir pritraukiant darbuotojus, nes vertybėmis grįsta veikla suteikia žmonėms prasmės jausmą: jiems visada patraukliau bus daryti tuos darbus, kurie ne tik turi finansinį atlygį, bet turi ir prasmę.

Antra, mes siekiame būti geriausi darbuotojui - su pagarba ir nuoširdžiu rūpesčiu. Svarbu tai, jog rūpestis darbuotojais mūsų įmonėje yra ne tik skambi deklaracija, o realybė, kurianti saugią, palankią, jaukią vidinę atmosferą darbovietėje. Be to, tarp darbuotojų ir vadovų visada jaučiama ir puoselėjama abipusė pagarba ir rūpestingas bendradarbiavimas, leidžiantys kurti tvarią ir lojalią komandą, kuri laikui bėgant tik stiprėja ir pasipildo naujais nariais. Geriausi įmonės ambasadoriai – mūsų darbuotojai, kurie imasi iniciatyvų, dalinasi patirtimi ne tik komandos viduje, bet ir visuomenėje, vadovaujasi savo ir atliepia įmonės puoselėjamas vertybes, bei neša žinutę aplinkiniams ir kuria patrauklų įmonės veidą“, – džiaugiasi vadovė.

## Skatinamas tobulėjimas

Rūta Bagdonavičienė teigia, jog nuolatiniai darbuotojų mokymai, siekiant kelti jų kompetenciją, kolektyvą suburiančios, jo bendrystę skatinančios metinės šventės, įmonės dovanos darbuotojams ir jų vaikams – vienos iš priemonių, leidžiančių išlaikyti motyvuotus darbuotojus. Taip pat, šiais metais įmonėje pradėta vykdyti nauja mentorystės programa vaistinėse – iš visų vaistinių darbuotojų buvo atrinkta 20 vaistininkų, pasižyminčių lyderio savybėmis bei turinčių didžiausią patirtį. Jie, kaip mentoriai, keliauja po skirtingas vaistines ir padeda kolegoms jų kasdieniame darbe.

Personalo vadovas Mindaugas Vinkus, kalbėdamas apie rūpestį darbuotojais, akcentuoja ir įmonės vykdomą „Naujokų programą“, kuri padeda kuo greičiau ir lengviau adaptuotis naujai prisijungusiam darbuotojui. Jis nurodo, kad visiems įmonėje įsidarbinusiems vaistininkams informacija apie bendrovę, karjeros galimybes, klientų aptarnavimą pateikiama vaizdo formatu.

„Naujokų programos trukmė priklauso nuo to, ar naujas darbuotojas jau yra anksčiau dirbęs šį darbą, ar dar tik žengia pirmus žingsnius šioje profesijoje. Įprastai naujoko įvedimo procesas trunka iki 3 mėnesių, tačiau jau po pirmos savaitės tiesioginis vadovas vertina, kaip pavyko darbuotojui įsisavinti pagrindinius įgūdžius ir ar jis gali savarankiškai aptarnauti klientus“, – teigia M. Vinkus.

Personalo vadovas taip pat pabrėžia, jog Gintarinės vaistinės, šįmet tapusios geidžiamiausiu mažmeninės prekybos darbdave, organizacinės kultūros DNR – rūpinimasis darbuotojais.



## Vienas iš sektoriaus lyderių

Gintarinė ir Norfos vaistinės yra vienos iš farmacijos sektoriaus lyderių, nuolat ieškančios inovatyvių sprendimų. Bendrai įmonėse šiuo metu dirba daugiau nei 1300 darbuotojų. Vaistai į Lietuvos vaistines, gydymo įstaigas ir e.vaistinėje apsipirkusiems žmonėms keliauja tiesiai iš UAB „Limedika“ modernaus ir šiuolaikiško vaistų logistikos centro, įsikurusio Ramučiuose, Kauno rajone. UAB „Gintarinė vaistinė“ vaistininkai net du metus iš eilės tapo Lietuvos metų vaistininkais: 2018 m. Metų vaistininkės titulas atiteko Kristinai Vaičaitienei, o 2019 m. lyderiu Lietuvoje pripažintas Tadas Labanauskas. Šie laimėjimai rodo, jog geriausi vaistininkai Lietuvoje dirba Gintarinėje vaistinėje.



**Laikraščio kūrybinė komanda ir studentų farmacininkų draugija dėkoja „Gintarinė vaistinė“ už bendradarbiavimą bei pagalbą puoselėjant leidinį.**

## Penktakursių mintys apie studijas

**Kristina Ročkutė, 1 grupė.** Stodama į universitetą buvau nusiteikusi gana prastai, daug kas minėjo, jog bus sunku, prarasi savo laisvą laiką, negalėsi dirbti, bet viskas buvo tikrai ne taip baisu :) Aišku, neslėpsiu, buvo ir sunkių dienų ar net savaitių, tačiau jau beveik 5 metai praėjo taip greitai... Studijos buvo įdomios, o mokslo kokybei nei Covid19 nepakenkė - dėstytojai puikiai tvarkėsi su nuotolinėmis studijomis! Įdomiausias ir linksmiausias nuotykis universitete - dėst. T. Meko suorganizuota išvyka į Rygą. Didžiausia pagarba ir patys geriausi atsiliepimai apie šį dėstytoją, jo optimizmą, draugiškumą ir su šypsena vestas paskaitas! Linkiu visiems dėstytojams sėkmės ir kantrybės šiuo visiems gana sunkiu metu!

**Neringa Valentukonytė, 2 grupė.** Kai neseniai laikėme paskutinį koliokviumą, pirma šovusi mintis į galvą buvo „Negaliu patikėti, kad viskas neužilgo baigsis!“. Per tuos beveik penkerius studijų metus buvo tiek džiaugsmo, tiek liūdesio, tiek sukalbamų dėstytojų, tiek griežtesnių, tiek pakilimų, tiek nuosmukių... Svarbiausia, jog sugebėjome užsimerkti į kartais buvusią neteisybę, išlipti iš visų duobių, siekėme savo tikslo ir atėjome iki taip lauktos praktikos, kurioje galėsime panaudoti viską, ką išmokome anksčiau. Tikriausiai nuskambės banaliai, bet itin įsiminė kurso šventės, o labiausiai – Mediumas. Tą dieną užplūdo toks džiaugsmas, kad jau pusę studijų įveikėm! Dėkojame dėstytojams, kurie stengėsi atiduoti kuo daugiau žinių, bendradarbiavo, patarė, o kartais ir griežtesnį žodį pasakė. Norisi perduoti linkėjimus visiems Universiteto dėstytojams, ypač A. Kubilienei, Z. Kalvėnienei, Z. Barsteigienei, J. Daukšienei bei Prodekanui V. Jakštui ir Dekanei R. Morkūnienei už malonų bendravimą, bendradarbiavimą su studentais ir visuomet veidą puošiančią šypsena! Ačiū Jums, Dėstytojai, už viską, ką mums davėte! Sėkmės!

**Justė Kružinauskaitė, 3 grupė.** Studijų metai priminė tikrus amerikietiškus kalnelius. Atrodo taip neseniai buvo pirmosios paskaitos, o dabar jau parašyti paskutiniai koliokviumai. Žvelgiant į visus praeitus metus apima toks keistai malonus jausmas, nes tai, kas tuo metu atrodė neįveikiama, dabar atrodo kaip geras iššūkis, išmokęs kažko naujo ir naudingo. Tai, kas atrodė nereikalinga, dabar įgauna prasmę. Studijų metai ir universitetas pakeitė visapusiškai, padėjo atrasti savo pašaukimą ir norą toliau mokintis. O sutikti draugai neleido pasiduoti ir nuvertinti savo galimybių. Priminimas mums visiems: jei labai nori - tu rasi būdą kaip tai pasiekti.

**Viktorija Juozapaitytė, 4 grupė.** Galėčiau pasakyti, jog man farmacijos studijos davė išties labai daug - ne tik kaip būsimai specialistei reikiamų žinių, bet prisidėjo ir prie mano asmeninio tobulėjimo. Nors studijos buvo išties sunkios, pareikalavusios daug kantrybės ir darbo, džiaugiuosi, kad pasirinkau šį kelią. Nors naudingos buvo visos disciplinos, labiausiai man patiko ir įsiminė farmacinės technologijos bei farmacijos pramonės technologijos. Todėl noriu ypatingai padėkoti šios disciplinos dėstytojoms už jų kantrybę, gerumą ir supratingumą. Taip pat daug naudos davė disciplinos, kuriose buvo daug praktinių dalykų - pirmosios pagalbos mokymai, slaugos užsiėmimai bei farmacinės rūpybos disciplina, kurioje mokėmės, kaip tinkamai suteikti kokybišką farmacinę paslaugą vaistinės pacientui. Džiaugiuosi, jog per šias studijas mokėmės tiek daug įvairiausių ir skirtingų dalykų, kurie suteikė galias žinias ir tikiuosi, jog visi po jų tapsime puikūs farmacijos specialistai!

**Gabija Urbanavičiūtė, 5 grupė.** Farmacijos studijos buvo kupinos įvairių iššūkių, tačiau labai įdomios, turinčios ir ugdančios būsimos farmacijos specialisto asmenybę. Kadangi ši studijų programa buvo pirmas mano pasirinkimas, nebuvau niekad pagalvojusi, kad galėčiau būti kažkur kitur. Farmacijos fakultetas – modernus, turintis inovatyvias laboratorijas ir auditorijas bei daug aukšto lygio savo srities žinovų – puiki vieta mokytis ir tobulėti. Labiausiai džiaugiuosi studijų metu sutiktais žmonėmis, nes jų dėka iš pirmo žvilgsnio neįveikiamos užduotys tapdavo aiškesnės ir nepalyginamai lengvesnės. Nuolatinis studijų draugų palaiky-

mas padėjo net sunkiausiose situacijose išvelgti teigiamų pusių ir į viską žvelgti paprasčiau. Taip pat esu labai dėkinga visiems dėstytojams su kuriais teko susidurti. Kiekviename išvelgiau savybių, iš kurių galėjau kažko išmokyti, tiek kaip iš specialistų, tiek kaip iš asmenybių. Dar ilgai nepamiršiu nuotolinio mokymo ir su juo susijusių kuriozų, ypač ligų valdymo modulio egzamino, bet viskas baigėsi gerai. Savo kursiokeams norėčiau palinkėti sklandaus studijų užbaigimo, o dėstytojams – kantrybės, žingeidumo ir nuoširdaus noro savo žinias perduoti mums, studentams.

**Gabrielius Steponaitis, 6 grupė.** Farmacijos studijos - rimtas pareiškimas sau. Tad "išlikti" 5 metus čia nebuvo taip lengva. Buvo ir ašarų, bemiegių naktų, nevilties akimirku, panikos, kartais net mokytis tekdavo... Ir net nežinau kiek kartų sau ir aplinkiniams sakiau: "man jau gana", "metu studijas", bet dabar panašu į tai, kad gal jas ir užbaigsiu. Na bet nepaisant to, nebuvo juk taip blogai. Linksma prisiminti kai laboratorinių darbų metu, nieko nenutuokdamas kas vyksta aplink, tekdavo nutaisyti protingą veido grimasą prieš dėstytoją ir apsimesti, jog aš puikiai žinau ką darau. Tik aišku kartą nepasisėkė ir taip sugadinau visos grupės darbo rezultatus (grupė nepyko). Bet kad ir kas benutiko per tuos studijų metus, atminty vis vien ryškiausi išliko teigiami bei linksmi atsiminimai. Kolegoms kursiokeams linkiu sėkmingai užbaigti tai ką pradėjo, o dėstytojams kantrybės su ateinančiom kartom bei supratingumo, jog jaunyste norim mėgautis šiandien.

**Deimantė Čepulytė, 7 grupė.** Šios penkerių metų studijos buvo įvairiausių emocijų mišinys – nuo didžiausio džiugesio gavus teigiamą iš organinės chemijos iki visiško liūdesio, kai iš kelinto karto neišeina išlaikyti kolidiumo. Didžiausią įspūdį paliko anatomijos paskaitos – prisiliesti prie tikrų žmogaus organų buvo vienas iš įdomiausių dalykų. Studijos leido suprasti kiek daug galiu protiškai nuveikti per tikrai trumpą laikotarpį. Studijų metu pasigedau daugiau individualaus darbo laboratorijose, kas galbūt būtų padėję daugiau susikoncentruoti į tai, kokį darbą atlieku. Šie mokslai suteikė nemažai žinių, tačiau ne tik – jie į mano gyvenimą atnešė žmones, kuriuos atsiminsiu visą savo gyvenimą ir tikiuosi, kad nepaleisim to ryšio, kurį susikūrėm per šiuos penkerius metus. Noriu palinkėti visiems dėstytojams nesustoti tobulėti ir ieškoti būdų kaip studentus sudominti jų mokamu dalyku. O studentams linkiu rasti būdų kaip sau padėti, kai yra beprotiškai sunku.

**Eglė Balčiunaitytė, 8 grupė.** Kai stojau į universitetą, penki metai mokslų atrodė labai daug, tačiau jie praskriejo kosminiu greičiu ir galima sakyti liko vienas žingsnis iki diplomo rankose! Kiekvienis mokslo metai buvo kupini įvairių linksmų nuotykių, lengvai praeinančių dalykų ir taip pat sunkiai įkandamų. Dėl Covid-19 pandemijos "sunkiausias" ketvirtas kursas buvo pabaigtas be streso ir be blogų pažymių.. Labai smagu prisiminti farmacininkų mediumą, buvo išties smagus vakarėlis su visais grupiokais ir kursiokeais. Taip pat ilgai atminty išliks ilgi vakarai bibliotekoje, kai mokėmės anatomiją ir įvairiausias chemijas. Norėčiau pagirti ir padėkoti dėstytojams, kurie mums suteikė daugybę specialybinių žinių, kurias tikiuosi panaudosime ateityje! Ir taip pat naujiems studentams noriu palinkėti universitete atrasti balansą tarp studijavimo ir studentavimo, tik tada visi šie penki metai praeis labai smagiai ir lengvai!

**Viktorija Utkinaitė, 9 grupė.** Studijų metai suvedė su nuostabiomis grupiokėmis, kurios tapo labai geros draugės. Neįsivaizduoju laboratorinių darbų be jų. Komandinis darbas visada buvo lydimas bendrų sprendimų, juoko bei gerų rezultatų (dažniausiai). Palaikymas ir priminimas, kad viskas bus gerai ir gausim teigiamą visada suteikdavo drąsos. Farmakognozijos herbarų mokymasis įstrigęs iki šiol. Daug laiko reikėjo įsiminti visai informacijai, bet dėstytojas D.Burdulis vertindavo pastangas ir atsiskaitymas praeidavo puikiai! Daug gerų prisiminimų išliks dar ilgai, kurie primins studijų metus.

**Skirmantas Rastenis, 10 grupė.** Studijos buvo keistos kaip ir visi metai, visiems teko prisitaikyti prie nuotolinio darbo sąlygų ir linksmai pasijuokti tiek iš savęs, tiek iš kitų prisijungimo klaidų, ne vietoje įjungtų kamerų ir pokalbių su savimi (kai supranti, jog praėjusias į 5 minutes tavo mikrofonas buvo išjungtas). Labiausiai patikęs dalykas buvo teismo toksikologija, kurios metu šauni dėstytoja net ir globalinės pandemijos metu sugebėjo linksmai išaiskinti teismo toksikologijos pagrindus, supažinti su teisminiais procesais bei tyrimų struktūra. Norėčiau palinkėti visiems dėstytojams išlikti sveikais ir laimingais bei užmiršti tiek metų turėtus popierinius kolius ir atsiskaitymų variantus bei drauge su studentais pereiti į technologinį amžių.

## Kūrybinė grupė:

Redagavo ir maketavo: Domantas Paulauskas (V k.)

Rašė: Greta Pečkytė (III k.), Greta Kačianauskaitė (IV k.), Simona Volskytė (IV k.), Viktorija Šimkutė (V k.), Laura Petraitytė (IV k.), Emilija Nemickaitė (V k.), Ieva Simanavičiūtė (V k.)

Labai dėkojame visiems prisidėjusiems prie šio leidinio išleidimo. Visos autorių teisės saugomos. Leidinyje panaudotos SFD narių, Lietuvos medicinos ir farmacijos istorijos muziejaus bei asmeninių archyvų nuotraukos.