

РЕФЕРАТ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ВИД ПИСЬМЕННОЙ РЕЧИ

Одним из видов реферата является реферат-обзор. Обзорный реферат представляет собой работу, написанную на основе не одного, а нескольких первичных текстов, посвященных одной проблеме.

Возможны две схемы написания обзорного реферата.

Первая схема представляет собой изложение содержания каждого из первичных текстов, посвященных исследованию общей проблемы. В конце реферата делается вывод о сходных и отличительных чертах в исследовании темы.

Вторая схема может содержать сопоставление различных точек зрения на одну и ту же проблему. Вывод в этом случае не обязателен, т.к. он вытекает из уже проделанной работы.

Образец обзорного реферата статей «Не только антитела» и «Антитела - Химеры» (Т.Р. Коренева. Пособие по развитию письменной речи для студентов-медиков)

В статье «Не только антитела» и «Антитела-химеры» поднимается проблема воздействия антител на организм человека.

В статье «Не только антитела» говорится о роли В и Т лимфоцитов, защищающих организм от инородных веществ. Автор указывает на различие функций, выполняемых этими лимфоцитами.

Далее в статье описываются опыты североамериканских учёных, в результате которых было доказано существование наряду с антителами ещё одной, сходной с ними, но всё же отличной и отдельной от них системы опознания антигенов.

В статье «Антитела-химеры» говорится о роли антител для профилактики и диагностики многих заболеваний.

Автор обращает внимание на то, что антитела состоят из двух частей: постоянной и переменчивой. Автор показывает, как на основе этих частей, взятых у различных организмов, были созданы антитела-химеры, помогающие в борьбе с аллергией.

В конце статьи автор выражает надежду, что создание антител-химер поможет медицине избавиться от аллергических заболеваний.

Таким образом, мы видим, что, несмотря на общую тематику, эти статьи имеют и существенные различия. Если в первой статье говорится о роли лимфоцитов в борьбе с различными заболеваниями, то во второй речь идёт о создании искусственного антигена, способного бороться с аллергией.

Тексты для написания рефератов

1. Железная диета. 2. Железо и живой организм.

1. ЖЕЛЕЗНАЯ ДИЕТА

Диетологи говорят о диете калиевой, магниевой, кальциевой и т.д. «Железная диета» - несколько вольное, но правомерное название.

Ещё в 19 веке врачи обратили внимание на болезнь, развивающуюся у девушек, которые учились в закрытых учебных заведениях. Зеленовато-бледный цвет лица, слабость, головокружение, обмороки, плохой аппетит – таковы были признаки заболевания, приобретавший характер эпидемии. Цвет лица и возраст пациенток дали основания назвать недуг «ранним хлорозом». Выдающиеся русские терапевты Г.А. Захарьин и С.П. Боткин оставили классическое описание болезни, известное также как «бледная немочь».

Ранний хлороз – это вариант железодефицитной анемии, нередко возникающей на фоне роста организма при недостаточном поступлении железа с пищей. Развитию болезни способствуют малая физическая активность и недостаточное пребывание на воздухе, а лечат её, во-первых, препаратами железа, и, во-вторых, диетой.

При железодефицитной анемии (малокровии) уменьшается число эритроцитов в крови и падает гемоглобин. Причиной могут быть естественные для женщины потери крови, острые и хронические кровотечения (при язвенной болезни, геморрое, родах и т. д.), заболевания кишечника, затрудняющее всасывание железа, наконец, неправильный рацион, при котором с пищей поступает слишком мало железа или оно поступает в трудноусвояемой форме. Средняя суточная потребность в железе составляет для мужчин 10, для женщин 18 мг, при беременности и кормлении грудью она ещё выше – соответственно 20 и 25 мг: увеличивается расход железа на рост плода и питание младенца.

Если длительное время питаться всё время растительными продуктами, однообразно. Также можно прийти к железодефицитному состоянию. Железо из растительных продуктов усваивается гораздо хуже, чем из продуктов животных. Поэтому длинная приверженность к строгому вегетарианству с исключением из диеты любых животных продуктов может привести к анемии. Не всегда безвредно и чрезмерно увлечение в наше время овощными и фруктовыми разгрузочными днями.

Перейдём теперь к препаратам железа, применяемым для лечения и профилактики упомянутых болезней. Эти лекарства надо применять только по назначению врача, и в указанных врачом дозах. Усвоение железа зависит от кислотности желудочного сока. Поэтому при секретной недостаточности препараты железа назначают вместе с соляной кислотой или желудочным соком. Улучшает всасывание железа и аскорбиновая кислота, а также белки пищи.

Назовём некоторые препараты, применяемые в медицинской практике. *Железо восстановленное* – таблетки или капсулы – принимают во время еды или сразу после еды. *Железа лактат* – в порошках, капсулах, пилюлях. Таблетки «Гемостимулин» (с сухой кровью) принимают во время еды, запевая разведённой соляной кислотой (15-20 капель на полстакана воды, пить отдельными глотками); препарат содержит медь, которая активизирует всасывание железа. Драже «Ферроплекс» содержит сульфат

железа и витамин С, его принимают после еды. *Сироп алоэ с железом* – по ½-1 чайной ложке на прием в четверти стакана воды. Гемофер – указанное врачом количество разводят в воде или в молоке и пьют за 15 мин до еды, лучше через соломинку. Этот список, конечно, не полный.

И последнее (может быть, самое главное) – о питании при железодефицитных состояниях, как протекающих скрытно, так и появляющихся в виде анемии (малокровии).

Главный совет может показаться слишком общим, но в нём вся суть: питание должно быть разнообразным. В рацион необходимо включать и растительные, и животные продукты. Мясо, рыба, яйца, творог – всё это источник усваиваемого железа, их надо есть повседневно. Фруктоза, содержащаяся в овощах, фруктах, соках, мёде, создаёт благоприятные условия для усвоения железа, так же как аскорбиновая кислота. Поэтому при диетотерапии железодефицитных состояний полезны разнообразные овощи, фрукты и т. п.; к тому же они сами по себе содержат железо.

Ниже приведены данные о содержании железа в некоторых продуктах (в мг на 100 г съедобной части).

Продукты, богатые железом: говяжья печень – 9, свиная печень – 12, лёгкое – 10,7, почки – 7,8, гречневая крупа – 8, овсяные хлопья «Геркулес» – 7,8, пшено – 7, фасоль – 12,4, какао-порошок – 11,7, морская капуста – 15, плоды шиповника – 11,5 (свежие) и 28 (сухие), тахинная халва – 50, черника – 7.

Продукты, содержащие от 2 до 6 мг железа: говядина, баранина, куриное мясо, варёная колбаса, лещ, сазан, скумбрия, куриные яйца, манная, овсяная, перловая крупы, хлеб, шоколад, айва, абрикосы, белые грибы, кизил, слива, персики, шпинат, щавель, яблоки.

Продукты, содержащие от 1 до 2 мг железа: свинина, телятина, цыплята, сардины, макароны, рис, ячневая крупа, арбуз, дыня, вишня, садовая земляника, черешня, капуста, зелёный лук, морковь, петрушка, редис, свёкла, помидоры, укроп, брюква.

2. ЖЕЛЕЗО И ЖИВОЙ ОРГАНИЗМ

Пигмент крови, состоящий из железосодержащего соединения и белка глобина, называется гемоглобином. Гемоглобин выполняет одну из важнейших функций – доставку кислорода живой клетке. Он же окрашивает нашу кровь в красный цвет.

Но не везде, где требуется доставка кислорода к живой клетке, природа использует железо. В крови кальмаров, улиток, ракообразных и пауков растворён дыхательный пигмент гемоцианин, содержащий вместо железа медь. Кровь, вернее, гемолимфа этих животных окрашена в голубой цвет.

Кроме гемоглобина есть ещё два дыхательных пигмента, содержащих железо. Правда, присутствуют они в гемолимфе только некоторых видов кольчатых червей. Один из них гемеритрин, как и гемоглобин, заключён в эритроцитах (благодаря гемеритрину кровь этих животных окрашена в

розовый цвет); другой, хлорокруорин, растворён в кровяной плазме подобно гемоцианину. Хлорокруорин придаёт крови зелёный цвет. Интересно, что у некоторых многощетинковых червей встречаются одновременно хлорокруорин, и гемоглобин, причём у молодых особей преобладает гемоглобин, у взрослых же – хлорокруорин.

И всё же почему наша кровь красная, а не голубая или зелёная? То, что цвет нашей крови красный и что в ней содержится гемоглобин, а не, скажем, хлорокруин - это не случайность, а эволюционная закономерность. Гемоглобин, гемеритрин и гемоцианин в тканях соответствующих животных работают в совершенно различных условиях, от которых тоже зависит, и иногда в решающей степени, способность переносить кислород.