

**М.Р. Конорев**

*Витебский государственный медицинский университет  
(г. Витебск, Беларусь)*

### **ТЕХНОЛОГИЯ СОЗДАНИЯ СЛОВЕСНЫХ И СРАВНИТЕЛЬНЫХ МНЕМОНИЧЕСКИХ АББРЕВИАТУР В МЕДИЦИНСКОМ ВУЗЕ**

**Резюме.** В статье представлены словесные и сравнительные мнемонические аббревиатуры для использования в учебном процессе медицинского университета. Приведена технология создания и примеры словесных и сравнительных мнемонических аббревиатур.

**Ключевые слова:** словесные и сравнительные мнемонические аббревиатуры, внутренние болезни, клиническая фармакология, диагностические критерии заболеваний, факторы риска, схемы лечения.

---

**Marat Konorev**

*Vitebsk State Medical University (Vitebsk, Belarus)*

### **TECHNOLOGY OF CREATING VERBAL AND COMPARATIVE MNEMONIC ABBREVIATIONS IN THE MEDICAL UNIVERSITY**

**Annotation.** The article presents verbal and comparative mnemonic abbreviations for use in teaching of medical university. Technology creation and examples of verbal and comparative mnemonic abbreviations are given.

**Key words:** verbal and comparative mnemonic abbreviations, internal medicine, clinical pharmacology, diagnostic criteria of diseases, risk factors, treatment regimens.

---

**Введение.** Мнемоника (греч. mnēmōnikā – искусство запоминания; мнемотехника) – совокупность приемов и способов, облегчающих запоминание и увеличивающих объем памяти путем образования искусственных ассоциаций.

Слово «мнемоника» происходит от греческого mnēmōnikā - память и обозначает различные приемы, способствующие запоминанию информации. Такие упражнения использовались в Древнем Египте, Индии, Греции и Риме и дошли до нас во многих видах. Есть широко известные мнемонические приемы, которые учат в школе, для запоминания грамматических правил или исключений из них. Например, мнемоническое упражнение для запоминания слов, в которых после буквы «ц» пишется буква «ы»: «Цыган на цыпочках сидит и „цыц“ цыпленку говорит». В этом простом предложении, которое сразу врезается в память, содержатся четыре слова, в которых после буквы «ц» пишется буква «ы». Несмотря на то, что запоминание материала должно базироваться на его понимании, мнемонические упражнения позволяют быстро закрепить запоминание изучаемого материала. Все мнемонические упражнения основаны на внесении какой-либо ясности в бессмысленный материал, то есть хаос преобразуется в порядок посредством некоторой систематизации. Мы сталкиваемся с аббревиатурами каждый день, потому что их использование очень популярно. Мы уже привыкли к таким словам, как МВФ, ООН и т.д. Эти аббревиатуры не только сокращают длинные названия

организаций (Международный валютный фонд, Организация Объединенных Наций), но и способствуют их запоминанию [11, 12].

Принцип аббревиатуры также широко используется для фиксирования различного материала, не связанного логическими принципами, помогает нам лучше его запоминать и облегчает процесс вызывания из памяти нужной информации.

Аббревиатура может применяться для фиксирования самой различной информации. Например, для запоминания цветов радуги: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый - мы обычно пользуемся фразой: «Каждый охотник желает знать, где сидит фазан».

В этом выражении первые буквы слов, которые необходимо запомнить, совпадают с буквами слов простого и легко запоминающегося предложения, имеющего какой-то смысл. То есть запоминанию информации способствует и смысл простого предложения, и тот факт, что все слова этого предложения начинаются с первых букв слов, которые нужно запомнить. Это является своеобразным двойным эффектом [2].

Принцип аббревиатуры можно использовать для запоминания самой разной информации, в том числе медицинского характера. Если информация имеет смысл, она легко запоминается с помощью логических ассоциаций. С другой стороны, существует такая информация, которая не поддается логической систематизации и требует механического запоминания. Так, при постановке диагноза заболевания используется определенный набор диагностических методов и клинических симптомов, которые могут быть не связаны логическими принципами. Слова с неизвестными, абстрактными значениями, не связанные логически между собой, запомнить сложно. Если такие слова выучить наизусть, то они исчезнут из памяти через короткий период времени. Мнемоника используется для запоминания именно таких блоков информации, а также способствует усилению общей способности к удержанию и сохранению информации [1, 10]. Особенно это актуально при фиксировании информации медицинского характера, которая чаще всего не поддается логической систематизации.

В настоящее время технологии создания мнемонических аббревиатур и созданные на их основе мнемонические аббревиатуры широко используются в преподавании учебных дисциплин «фармакология» и «клиническая фармакология» на кафедре общей и клинической фармакологии с курсом ФПК и ПК для студентов 3-6 курсов различных факультетов Витебского государственного медицинского университета [3-9].

**Цель** разработать технологию создания словесных и сравнительных мнемонических аббревиатур.

**Материалы и методы.** Основу работы составили практические результаты, полученные при проведении занятий на кафедре общей и клинической фармакологии с курсом ФПК и ПК. Использованы учебники, учебные пособия, лекции по клинической фармакологии, метод создания мнемонических аббревиатур (акронимов).

**Результаты и обсуждение.** Словесные мнемонические аббревиатуры можно условно разделить на три варианта: слово, словосочетание, аббревиатура в аббревиатуре (известная аббревиатура с другим смыслом).

**В собственно словесных мнемонических аббревиатурах** используется какое-либо легко запоминающееся слово.

Например, три основных этиологических фактора, вызывающих жировой гепатоз (**О**жирение, **Д**иабет, **А**лкоголь) по первым буквам слов складываются в слово «**ОДА**».

Для лучшего запоминания побочных реакций интерферонов существует мнемоническое **правило «ГАД»**, в основе которого лежит словесная мнемоническая аббревиатура: Гриппоподобный синдром (лихорадка, головные боли, миалгия); Аллергические реакции (крапивница, кожный зуд); Диспепсический синдром (тошнота, вздутие живота, анорексия).

Для лучшего запоминания наиболее частых побочных реакций низкофракционированных гепаринов существует мнемоническое **правило «КОТ»**, в основе которого также лежит словесная мнемоническая аббревиатура: **К**ровотечение; **О**стеопороз; **Т**ромбоцитопения.

Для запоминания четырех основных причин, приводящих к клиническим проявлениям синдрома Жильбера (общая слабость, абдоминальный дискомфорт, иктеричность склер) их нужно расположить в определенном порядке - **С**тресс (простудные заболевания, физические перегрузки), **М**енструации, **О**безвоживание, **Г**олод. Первые буквы четырех слов складываются в слово «**СМОГ**».

Для лучшего запоминания четырех основных причин, приводящих к функциональной диспепсии (боль, вздутие и тяжесть в эпигастрии, тошнота, отрыжка) их также можно расположить в определенном порядке - **К**урение, **О**жирение, **С**тресс, **А**лкоголь. Первые буквы четырех слов складываются в слово «**КОСА**».

Следующий пример для запоминания перечня ЛС, которые можно вводить эндотрахеально. Это **Л**идокаин, **А**дреналин, **Д**иазепам (при судорогах), **А**тропин, **Н**алоксон (при передозировке наркотических веществ). Выставляя в такой последовательности данные ЛС можно по первым буквам сложить слово «**ЛАДАН**».

Первоочередные действия по контролю побочных реакций антипсихотических лекарственных средств хорошо запоминаются через слово «**ПЛАН**»: **П** - подумай, прежде всего, о других способах лечения. Антипсихотические ЛС иногда назначаются необоснованно (например, в качестве седативных ЛС), в этом случае можно применить другие ЛС. При ажитации или других поведенческих расстройствах сначала попробуйте поработать над обстановкой вокруг больного или применить другие нефармакологические методы. **Л** - лишь наименьшие дозы антипсихотических ЛС можно считать оправданными, раз уж эти ЛС необходимы в данном случае. Помните, что у большинства пожилых пациентов эффект развивается на гораздо меньших дозах, чем в более молодом возрасте. **А** - анализируйте снова и снова, насколько оправданно продолжение терапии нейролептиками, особенно если больной поступает к тебе из другого отделения. Например, больной с острым делирием, возникшем в реанимации, обычно нуждается лишь в нескольких днях лечения антипсихотическими ЛС для контроля ажитации. При планировании лечения таких больных на перспективу, не продляй автоматически применение данных ЛС. Помни, что поддерживающие дозы этих ЛС обычно ниже, чем дозы, необходимые в острую фазу лечения. **Н** - насколько позволяет ситуация, отмени антипсихотики как можно скорее.

Приведем ряд словесных мнемонических аббревиатур, которые можно использовать в ревматологии.

**Слово «КРЭСТ» («КРЭСТ» синдром):** диагностические критерии прогрессирующего системного склероза (генерализованная форма) -

Кальцинофики, Рейно синдром, Эзофагит (нарушение пищеводной моторики), Склеродактилия, Телеангиоэктазии.

**Слово «САД»:** Классическая триада клинических симптомов системной красной волчанки – Серозит, Артрит, Дерматит.

**Слово «СОК»:** Рентгенологические признаки остеоартроза (остеоартрита) - Сужение суставной щели (ассиметричное), Остеосклероз (субхондральный) и/или Остеофиты, Кисты (субхондральные, внутрикостные).

**Слово «ПАТ»:** Клинические проявления подагры - Почки (МКБ, нефропатия), Артрит, Тофусы (нелеченная подагра).

Приведем ряд словесных мнемонических аббревиатур, которые можно использовать в онкологии.

**Слово «ДОКТОР» (правило «ДОКТОР»):** факторы риска развития меланомы – Диспластические невусы (>5), Обилие невусов (>50), Кожа (фототипы I и II), Тяжелые солнечные ожоги до 14 лет, Отягощенный семейный анамнез (меланома у близких родственников), Рыжие волосы, веснушки.

**Слово «ФИГАРО» (правило «ФИГАРО»):** дифференциация меланомы от других пигментных опухолей – Форма выпуклая при боковом освещении (меланома in situ и акральная лентигиозная могут быть плоскими), Изменение размеров, ускорение роста, Границы неправильные (изрезанные края), Асимметрия, Размеры крупные, более 6 мм, Окраска неравномерная.

**Слово «АКОРД» (правило «АКОРД»):** дифференциация меланомы от других пигментных опухолей – Асимметрия (образование неправильной формы), Край (неровный), Оттенок цвета (сочетание нескольких цветов одновременно), Размер (> 0,5 мм), Динамика (увеличение в размерах, изменение формы).

Для лучшего запоминания схем лечения отека Квинке и крапивницы подойдут два слова «ПЛАКСА» и «ГАД»

**Слово «ПЛАКСА»:** схема лечения отека Квинке – Преднизолон, Лазикс (фуросемид), Антигистаминные лекарственные средства, Контрикал, Сальбутамол, Аминокапроновая кислота.

**Слово «ГАД»:** схема лечения крапивницы – Глюкокортикоиды, Антигистаминные лекарственные средства, Десенсибилизирующие лекарственные средства (хлористый кальций, гипосульфит натрия).

Для оказания первой помощи при остром инфаркте миокарда помогает запомнить набор лекарственных средств **слово «НАНО»:** Наркотик (морфин в/в), Аспирин (разжевать и проглотить), Нитроглицерин (под язык), Оксиген (кислород).

Для запоминания схем антихеликобактерной терапии первого выбора, при использовании вместо омепразола другого ингибитора протонной помпы подойдут **слова «ЛАК» и «РАК».**

**Слово «ЛАК»:** Лансопразол 60 мг/сутки, Амоксициллин 2 г/сутки, Кларитромицин 1 г/сутки, длительность приема 10-14 дней, кратность приема 2 раза в день.

**Слово «РАК»:** Рабепразол 40 мг/сутки, Амоксициллин 2 г/сутки, Кларитромицин 1 г/сутки, длительность приема 10-14 дней, кратность приема 2 раза в день.

При выборе лекарственных средств необходимо иметь определенную информацию по каждому ЛС, основанную на данных доказательной медицины. В англоязычной литературе для лучшего запоминания необходимых характеристик ЛС существует мнемоническое **правило «STEP»:** Safety

(безопасность) – процент серьезных побочных реакций ЛС; Tolerability (переносимость) – процент прекращения приема ЛС; Efficacy (эффективность) – терапевтическая эквивалентность с инновационным ЛС; Price (стоимость) – прямые и непрямые затраты при использовании ЛС.

**В мнемонических словосочетаниях** используется легко запоминающееся предложение или группа слов.

Для лучшего понимания сущности фармакокинетики существует мнемоническое словосочетание **«фармакокинетика – это все то, что делает организм с лекарственным веществом»**.

Для лучшего понимания сущности фармакодинамики существует словосочетание **«фармакодинамика – это все то, что делает лекарственное средство в организме»**.

**Словосочетание «Рыбий жир надо пить в месяцы с буквой «Р»**: рыбий жир содержит большое количество витамина А, D и полиненасыщенных жирных кислот, которые особенно необходимы осенью, зимой и весной – сентябРь, октябРь, ноябРь, декабРь, янваРь, февРаль, маРт, апРель.

**Словосочетание «Митральная регургитация порождает митральную регургитацию»**: митральная регургитация (недостаточность митрального клапана) приводит к дилатации левого желудочка, которая в свою очередь ведет к расширению кольца митрального клапана и **увеличивает митральную регургитацию**.

**Словосочетание «Первый обморок у мужчины старше 55 лет может быть последним в его жизни»**: чем старше пациент, тем больше вероятность серьезной причины обморочных состояний – необходимо обследование на выявление патологии сердца.

**Словосочетание «Большой и Маленький» (Правило «Большой и Маленький», Таблица)**: используется для проведения дифференциальной диагностики между острым миелобластным лейкозом (ОМЛ) и острым лимфобластным лейкозом (ОЛЛ).

*Таблица. - Правило «Большой и Маленький»*

ОМЛ	ОЛЛ
<b>большие</b> пациенты (взрослые)	<b>маленькие</b> пациенты (дети)
<b>большие</b> бластные клетки	<b>маленькие</b> бластные клетки
<b>большое</b> количество цитоплазмы в клетке	<b>малое</b> количество цитоплазмы в клетке
<b>большое</b> количество ядер в клетке (3-5)	<b>малое</b> количество ядер в клетке (1-3)
<b>большое</b> количество гранул в клетке и наличие палочек Auег (азурофильные гранулы в лизосомах)	гранулы отсутствуют
<b>большая</b> токсичность ЛС	<b>малая</b> токсичность ЛС
<b>большой</b> уровень смертности	<b>малый</b> уровень смертности

**Аббревиатура в аббревиатуре**. В этом случае используется известная аббревиатура с другим смыслом. К ним относятся:

**Аббревиатура «СОЭ»**: в клинической практике расшифровывается как скорость оседания эритроцитов. Аббревиатуру «СОЭ» можно также использовать для запоминания рентгенологических признаков ревматоидного

артрита - Сужение суставной щели, Остеопороз, Эрозии или узур (на первом месте в диагностике РА стоит остеопороз и узур).

**Аббревиатура «СОС»:** широко известна как просьба о помощи. Аббревиатуру «СОС» можно также использовать для запоминания классической триады клинических симптомов аортального стеноза, появляющихся на шестом десятке жизни – Стенокардия, Одышка, Синкопальные состояния (кратковременные потери сознания).

**В сравнительных мнемонических аббревиатурах** используется принцип сходства с каким-либо предметом или животным.

**Симптом «чайки»:** Рентгенологические признаки остеоартроза (остеоартрита) межфаланговых суставов кистей - белая полоска на каждой стороне кости, прилежащей к суставу, напоминающая **крылья летящей чайки**.

**Симптом «вид паука»:** при целиакии наблюдается вздутие живота (метеоризм в результате нарушения всасывания) в сочетании с тонкими конечностями (вследствие атрофии мышц), что **по виду напоминает паука**.

**Симптом «голова медузы»:** при циррозе печени, в связи с развитием портальной гипертензии, отмечается расширение подкожных вен на коже живота, богатой сосудистой сетью, с множеством ответвлений. Такая клиническая картина напоминает **мифический персонаж – Медузу**, из головы которой вместо волос росли змеи.

**Выводы.** Таким образом, при создании словесных мнемонических аббревиатур можно использовать какое-либо легко запоминающееся слово, предложение или группу слов (словосочетание), известную аббревиатуру с другим смыслом. При создании сравнительных мнемонических аббревиатур можно использовать принцип сходства с каким-либо предметом или животным. Словесные и сравнительные мнемонические аббревиатуры можно использовать для запоминания различной медицинской информации, в частности, этиологических факторов, факторов риска, дифференциально-диагностических критериев, клинических симптомов, оказания первой помощи и схем лечения различных заболеваний, а также побочных реакций лекарственных средств.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Букин, Д. Развитие памяти по методике спецслужб / Д. Букин. - М.: Альпина Паблишер, 2014. – 486 с. - ISBN 978-5-9614-4730-9.

2. Козаченко, В. А. Учебник мнемотехники. Система запоминания «Джордано» [Электронный ресурс] / В.А. Козаченко. – 2007. – Режим доступа: <http://mnemonikon.ru>. – Дата доступа: 07.04.2021.

3. Конорев, М. Р. Мнемонические аббревиатуры в образовательном процессе медицинского вуза / М.Р. Конорев, Л.А. Юргель, Г.Д. Тябут, Н.Г. Гурин // Социальное воспитание. – 2015. – Т.5, №1. – С. 73-81.

4. Конорев, М.Р. Технология создания цифровых и числовых мнемонических аббревиатур / М.Р. Конорев, Н.В. Ковова // Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации. Материалы 71-й научной сессии сотрудников университета, Витебск, 27-28 января 2016 г. / Витебский гос. мед. ун-т; редкол.: А.Т. Щастный [и др.]. – Витебск, 2016. – С. 102-103.

5. Конорев, М.Р. Технология создания буквенных, буквенно-цифровых и буквенно-числовых мнемонических аббревиатур / М.Р. Конорев // Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации. Материалы 72-й научной сессии сотрудников университета, Витебск, 25 янв.-26 янв. 2017 г. /

Витебский гос. мед. ун-т; редкол.: А.Т. Щастный [и др.]. – Витебск, 2017. – С. 387-389.

6. *Конорев, М.Р.* Технология создания цифровых и числовых мнемонических аббревиатур в медицинском вузе / М.Р. Конорев // Социальное воспитание. – 2017. – Т.9, №1. – С. 76-58.

7. *Конорев, М.Р.* Внедрение мнемонических приемов запоминания информации в образовательный процесс медицинского университета: технология создания и использования мнемонических аббревиатур / М.Р. Конорев, А.А. Солкин, Н.Ю. Лескова, В.А. Нестеренко // Инновационные обучающие технологии в медицине: материалы Республиканской научно-практической конференции с международным участием, Витебск 2 июня 2017 г. / Вит. гос. мед. ун-т; редкол.: А.Т. Щастный [и др.]. – Витебск, 2017. – С. 57-61.

8. *Конорев, М.Р.* Применение технологии создания и использования мнемонических аббревиатур для формирования академических компетенций в образовательном процессе медицинского университета / М.Р. Конорев, А.А. Солкин, Н.Ю. Лескова // Медицинское образование XXI века: компетентностный подход и его реализация в системе непрерывного медицинского и фармацевтического образования: сборник материалов Республиканской научно-практической конференции с международным участием, Витебск 15 декабря 2017 г. / Вит. гос. мед. ун-т; редкол.: А.Т. Щастный [и др.]. – Витебск, 2017. – С. 282-288.

9. *Конорев, М.Р.* Технология создания буквенных, буквенно-цифровых и буквенно-числовых мнемонических аббревиатур в медицинском вузе / М.Р. Конорев // Социальное воспитание. – 2018. – Т.12, №2. – С. 53-56.

10. *Матвеев, С.* Феноменальная память. Методы запоминания информации / С. Матвеев. - М.: Альпина Паблишер, 2013. – 160 с. - ISBN 978-5-9614-1876-7.

11. *Kuhn, I.F.* Abbreviations and acronyms in healthcare: when shorter isn't sweeter / I.F. Kuhn // *Pediatr. Nurs.* – 2007. – Vol.33, №5. – P. 392-398.

12. *Laszlo, S.* The acronym superiority effect / S. Laszlo, K.D. Federmeier // *Psychon. Bull. Rev.* – 2007. – Vol.14, №6. – P. 1158-1163.

#### СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

**Конорев Марат Русланович** - заведующий кафедрой общей и клинической фармакологии с курсом факультета повышения квалификации и переподготовки кадров УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет», доктор медицинских наук, профессор (Витебск, Беларусь).

*Адрес для переписки:* ВГМУ, проспект Фрунзе, 27, 210023 Витебск, Беларусь.

*E-mail:* mar\_kon@tut.by

#### AUTHOR'S DATA

**Konorev Marat Ruslanovich** - Head of the Chair of Basic and Clinical Pharmacology with the course faculty training and retraining Vitebsk State Medical University, MD, PhD, ScD, Professor,

*Address for correspondence:* VSMU, Frunze Avenue, 27, 210023 Vitebsk, Belarus.

*E-mail:* mar\_kon@tut.by