



**Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение
«Северо-Осетинский медицинский колледж»
Министерство здравоохранения РСО-Алания**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ЛЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ**

ПМ 01. Проведение профилактических мероприятий

МДК 01.02. Основы профилактики

Преподаватель: Царахова М. М.

Владикавказ 2023 г.

Лекция № 1

Тема: Концепции охраны и укрепления здоровья

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Программой ФГОС третьего поколения среднего профессионального образования предусмотрены следующие требования к занятиям.

Студенты должны иметь представления:

1. О Государственной политике в области охраны и укрепления здоровья;
2. О нормативных документах, регламентирующих профилактическую деятельность.

Студенты должны знать:

1. Концепцию сохранения здоровья здоровых;
2. Понятие медицинской профилактики;
3. Основные принципы медицинской профилактики.

Лекционное занятие

Структура лекционного занятия: организационный момент, формулирование темы и ее обоснование, определение цели занятия, сообщение плана, изложение нового учебного материала, подведение итогов занятия и домашнее задание

По теме занятия приводится список литературы для самоподготовки, что не исключает возможность студентов самостоятельно расширить этот список с целью углубления знаний по данной теме, подбор научных источников полезен при подготовке студентами докладов, рефератов, презентаций или при выполнении самостоятельных работ

По форме организации лекционное занятие является:

1. лекцией с опорным конспектом
2. с элементами беседы

Оснащение занятия: таблицы, слайды и т.д.

Цели занятия

Учебные:

иметь представление

-Об общих вопросах мед. профилактики;

-Уровни профилактики заболеваний и нарушений состояния здоровья.

Знать

Критерии оценки качества профилактической помощи населению, определение понятия первичной, вторичной профилактики, основные задачи по улучшению здоровья населения;

Воспитательные:

Воспитать у студентов чувство высокой ответственности за здоровье и жизнь пациентов.

Воспитание наиболее важных профессиональных и личностных качеств мед. Работников.

Развивающие

Развить у студента познавательную активность и умения применять теоретические познания на практике, развить психологические функции мышления, способность к анализу, синтезу и обобщению полученной информации

Структура лекционного занятия. Этапы планирования занятия

	Название этапа	Краткое описание деятельности		Цель	Время	Оснащение
		Преподавателя	Студентов			
	Организация занятия	Отмечает отсутствующих. Уточняет готовность	Готовят лекционные тетради.	Мобилизовать студентов в на	1 мин.	Журнал успеваемости и посещаем

		студентов к занятию.		работу.		ости группы
	Формирование темы и её обоснование	Сообщает тему, акцентирует внимание на её значимости.	Записывают в тетрадь тему, слушают обоснование	Раскрыть теоретическую значимость темы	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
	Определение цели занятия.	Сообщает цели занятия.	Записывают цели занятия	Показать студентам конечный результат	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
	Сообщение плана занятия.	Сообщает план занятия.	Записывают план занятия	Конкретизировать внимание студентов	5 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
	Изложение нового учебного материала .	Излагает новый материал учащимся в соответствии с планом.	Записывают новый материал в соответствии с планом	Углубление и расширение знаний студентов в по теме	60 мин.	Тетрадь, таблицы, слайды, мультимед. установка
	Закрепление	Задаёт вопросы	Слушают	Контроль	5 мин.	Тетрадь,

	е материала.	по разделам лекции.	вопросы и отвечают на них	уровня усвоения нового материала		таблицы.
	Подведение итогов занятия.	Подводит итоги занятия, отмечает достижение результатов.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	2 мин.	Тетрадь, таблицы.
	Домашнее задание.	Называет объём материала для домашнего задания.	Записывают в тетрадь	Подготовка студента к семинарскому занятию.	3 мин.	Тетрадь.

План лекции

1. Теоретические основы укрепления здоровья и профилактика нарушений здоровья.

Профилактика. Виды, формы и уровни воздействия.

3. Государственная политика в области охраны и укрепления здоровья.

4. Роль м/с в области улучшения и укрепления здоровья населения.

Список использованной литературы: Учебник «Основы профилактики»:

Быковская А. Ю, Вязьмитина А. В.

Лекция № 2

Тема: Сестринские технологии в профилактической медицине.

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Программой ФГОС третьего поколения среднего профессионального образования предусмотрены следующие требования к занятиям.

Студенты должны иметь представления:

1. О Задачах центров и отделений медицинской профилактики в ЛПУ.
2. О нормативных документах, регламентирующих профилактическую деятельность

Студенты должны знать:

Основные виды деятельности учреждения здравоохранения, направленное на укрепление здоровья и профилактику заболеваний.

2. Понятие медицинской профилактики;

Специальные направления медицинской профилактики; факторы риска.

Лекционное занятие

Структура лекционного занятия: организационный момент, формулирование темы и ее обоснование, определение цели занятия, сообщение плана, изложение нового учебного материала, подведение итогов занятия и домашнее задание

По теме занятия приводится список литературы для самоподготовки, что не исключает возможность студентов самостоятельно расширить этот список с целью углубления знаний по данной теме, подбор научных источников полезен при подготовке студентами докладов, рефератов, презентаций или при выполнении самостоятельных работ

По форме организации лекционное занятие является:

1. лекцией с опорным конспектом
2. с элементами беседы

Оснащение занятия: таблицы, слайды и т.д.

Цели занятия:

Учебные:

Иметь представление о задачах центров и отделений медицинской профилактики, специальных направлениях медицинской профилактики

Знать:

- 1) Уровни медицинской профилактики;
- 2) Основные задачи по улучшению здоровья населения в России;

Воспитательные:

- Воспитать у студентов чувство высокой ответственности за здоровье и жизнь пациентов.

- Воспитать наиболее важные профессиональные и личностные качества медицинских работников.

Развивающие

Развить у студента познавательную активность и умение применять теоретические познания на практике, развить психологические функции мышления, способность к анализу, синтезу и обобщению полученной информации.

Структура лекционного занятия. Этапы планирования занятия.

№	Название этапа	Краткое описание деятельности		Цель	Время	Оснащение
		Преподавателя	Студентов			
	Организация занятия	Отмечает отсутствующих. Уточняет готовность студентов к занятию.	Готовят лекционные тетради.	Мобилизовать студентов на работу.	1 мин.	Журнал успеваемости и посещаемости группы

Формирование темы и её обоснование	Сообщает тему, акцентирует внимание на её значимости.	Записывают в тетрадь тему, слушают обоснование	Раскрыть теоретическую значимость темы	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
Определение цели занятия.	Сообщает цели занятия.	Записывают цели занятия	Показать студентам конечный результат	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
Сообщение плана занятия.	Сообщает план занятия.	Записывают план занятия	Конкретизировать внимание студентов	5 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
Изложение нового учебного материала .	Излагает новый материал учащимся в соответствии с планом.	Записывают новый материал в соответствии с планом	Углубление и расширение знаний студентов по теме	60 мин.	Тетрадь, таблицы, слайды, мультимед. установка.
Закрепление материала.	Задаёт вопросы по разделам лекции.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	5 мин.	Тетрадь, таблицы.
Подведение итогов занятия.	Подводит итоги занятия, отмечает	Слушают вопросы и отвечают	Контроль уровня усвоения	2 мин.	Тетрадь, таблицы.

		достижение результатов.	на них	нового материала		
	Домашнее задание.	Называет объём материала для домашнего задания.	Записываю т в тетрадь	Подготовка студентов к семинарскому занятию.	3 мин.	Тетрадь.

План лекции

1. Общие вопросы медицинской профилактики. Уровни медицинской профилактики
2. Задачи центров и отделений медицинской профилактики в ЛПУ.
3. Основные виды деятельности учреждения здравоохранения, направленное на укрепление здоровья и профилактику заболеваний.
4. Основные задачи по улучшению здоровья населения России.
5. Специальные направления медицинской профилактики; факторы риска
 - а) дислипидемия;
 - б) табакокурение;
 - в) чрезмерное употребление алкоголя;
 - г) гиподинамия;
 - д) ожирение;

Список использованной литературы: Учебник «Основы профилактики»
Быковская А. Ю, Вязьмитина А.В.

Лекция № 3,4

Тема: Профилактика нарушений здоровья. Профилактика неинфекционных заболеваний.

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Программой ФГОС третьего поколения среднего профессионального образования предусмотрены следующие требования к занятиям.

Студенты должны иметь представления:

1. О нормативных документах, регламентирующих профилактическую деятельность.

Студенты должны знать:

1. Концепцию сохранения здоровья здоровых;

Понятие «факторы риска», «группа риска», «скрининг».

Роль медсестры в профилактике хронических неинфекционных заболеваний.

Лекционное занятие

Структура лекционного занятия: организационный момент, формулирование темы и ее обоснование, определение цели занятия, сообщение плана, изложение нового учебного материала, подведение итогов занятия и домашнее задание

По теме занятия приводится список литературы для самоподготовки, что не исключает возможность студентов самостоятельно расширить этот список с целью углубления знаний по данной теме, подбор научных источников полезен при подготовке студентами докладов, рефератов, презентаций или при выполнении самостоятельных работ

По форме организации лекционное занятие является:

1. лекцией с опорным конспектом

2. с элементами беседы

Оснащение занятия: таблицы, слайды и т.д.

Цели занятия:**Учебные:** иметь представление

- О здоровом образе жизни
- О неинфекционных болезнях, механизмах и причинах возникновения.
- О роли факторов риска в возникновении неинфекционных заболеваний.

Знать

- Основные принципы профилактики неинфекционных заболеваний, знать определения понятия «группы риска»;
- Проведение скринингов при неинфекционных заболеваниях;
- Требования по составлению памяток и инструкций для пациентов.

Воспитательные:

- Воспитать у студентов чувство высокой ответственности за здоровье и жизнь пациентов, добросовестное отношение к работе.
- Воспитать наиболее важные профессиональные и личностные качества медицинских работников.

Развивающие

Развить у студента познавательность и умения применять теоретические познания на практике, развить психологические функции как мышления, способность к анализу, синтезу полученной информации.

Структура лекционного занятия. Этапы планирования занятия.

№	Название этапа	Краткое описание деятельности		Цель	Время	Оснащение
		Преподавателя	Студентов			
	Организация занятия	Отмечает отсутствующих. Уточняет	Готовят лекционные	Мобилизовать студентов на	1 мин.	Журнал успевае

		готовность студентов к занятию.	тетради.	работу.		мости и посещаемости группы
Формирование темы и её обоснование	Сообщает тему, акцентирует внимание на её значимости.	Записывают в тетрадь тему, слушают обоснование	Раскрыть теоретическую значимость темы	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий	
Определение цели занятия.	Сообщает цели занятия.	Записывают цели занятия	Показать студентам конечный результат	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий	
Сообщение плана занятия.	Сообщает план занятия.	Записывают план занятия	Конкретизировать внимание студентов	5 мин.	Тетрадь для лекционных занятий	
Изложение нового учебного материала .	Излагает новый материал учащимся в соответствии с планом.	Записывают новый материал в соответствии с планом	Углубление и расширение знаний студентов по теме	60 мин.	Тетрадь, таблицы, слайды, мультимед.	

						устано вка.
	Закреплени е материала.	Задаёт вопросы по разделам лекции.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	5 мин.	Тетрад ь, таблиц ы.
	Подведение итогов занятия.	Подводит итоги занятия, отмечает достижение результатов.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	2 мин.	Тетрад ь, таблиц ы.
	Домашнее задание.	Называет объём материала для домашнего задания.	Записыва ют в тетрадь	Подготовка студентов к семинарском у занятию.	3 мин.	Тетрад ь.

План лекции

Хронические неинфекционные заболевания.

2. Понятие «факторы риска», «группа риска», «скрининг».

3. Роль мероприятий по профилактике неинфекционных заболеваний.

4. Роль медсестры в профилактике хронических неинфекционных заболеваний.

5. Формирование ЗОЖ. Влияние факторов образа жизни на здоровье.

*Список использованной литературы: Учебник «Основы профилактики»
Быковская А.Ю, Вязьмитина А.В.*

Лекция № 5

Тема: Профилактика нарушений здоровья. Профилактика инфекционных и

онкологических заболеваний.

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Программой ФГОС третьего поколения среднего профессионального образования предусмотрены следующие требования к занятиям.

Студенты должны иметь представления:

1. О нормативных документах, регламентирующих профилактическую деятельность;
2. Об основных задачах по улучшению здоровья населения России.

Студенты должны знать:

1. Концепцию сохранения здоровья здоровых;

Понятие «факторы риска», «группа риска», «скрининг».

Роль медсестры в профилактике инфекционных и онкологических заболеваний.

Лекционное занятие

Структура лекционного занятия: организационный момент, формулирование темы и ее обоснование, определение цели занятия, сообщение плана, изложение нового учебного материала, подведение итогов занятия и домашнее задание

По теме занятия приводится список литературы для самоподготовки, что не исключает возможность студентов самостоятельно расширить этот список с целью углубления знаний по данной теме, подбор научных источников полезен при подготовке студентами докладов, рефератов, презентаций или при выполнении самостоятельных работ

По форме организации лекционное занятие является:

1. лекцией с опорным конспектом
2. с элементами беседы

Оснащение занятия: таблицы, слайды и т.д.

Цели занятия:

Учебные: иметь представление

- О здоровом образе жизни;

- Об инфекционных болезнях, механизмах и способах передачи инфекции;
- О роли профилактических прививок в профилактике инфекционных заболеваний;
- Об онкологических заболеваниях.

Знать

- 1) Основные принципы профилактики инфекционных и онкологических заболеваний;
- 2) Проведение скринингов при инфекционных и онкологических заболеваниях;
- 3) Требования по составлению памяток и инструкций для пациентов;

Воспитательные:

- Воспитать у студентов чувство высокой ответственности за здоровье и жизнь пациентов, добросовестное отношение к работе.
- Воспитать наиболее важные профессиональные и личностные качества медицинских работников.

Развивающие

Развить у студента познавательность и умения применять теоретические познания на практике, развить психологические функции как мышления, способность к анализу, синтезу полученной информации.

Структура лекционного занятия. Этапы планирования занятия.

№	Название этапа	Краткое описание деятельности		Цель	Время	Оснащение
		Преподавателя	Студентов			
	Организация занятия	Отмечает отсутствующих. Уточняет готовность студентов к	Готовят лекционные тетради.	Мобилизовать студентов на работу.	1 мин.	Журнал успеваемости и посещаемости группы

		занятию.				
Формирование темы и её обоснование	Сообщает тему, акцентирует внимание на её значимости.	Записывают в тетрадь тему, слушают обоснование	Раскрыть теоретическую значимость темы	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий	
Определение цели занятия.	Сообщает цели занятия.	Записывают цели занятия	Показать студентам конечный результат	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий	
Сообщение плана занятия.	Сообщает план занятия.	Записывают план занятия	Конкретизировать внимание студентов	5 мин.	Тетрадь для лекционных занятий	
Изложение нового учебного материала .	Излагает новый материал учащимся в соответствии с планом.	Записывают новый материал в соответствии с планом	Углубление и расширение знаний студентов по теме	60 мин.	Тетрадь, таблицы, слайды, мультимед. установка.	

Закрепление материала.	Задаёт вопросы по разделам лекции.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	5 мин.	Тетрадь, таблицы.
Подведение итогов занятия.	Подводит итоги занятия, отмечает достижение результатов.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	2 мин.	Тетрадь, таблицы.
Домашнее задание.	Называет объём материала для домашнего задания.	Записывают в тетрадь	Подготовка студента к семинарскому занятию.	3 мин.	Тетрадь.

План лекции.

1. Понятие « Инфекционные заболевания», «инфекционный процесс».
2. Пути и механизмы передачи инфекционных заболеваний.
3. Роль профилактических прививок в профилактике инфекционных болезней.
4. Факторы риска возникновения инфекционных заболеваний:
 - туберкулёза;
 - гепатита В и С;
 - СПИД;
5. Скрининг и профилактика заболеваний:

туберкулёза;

гепатита В и С;

СПИД;

6.Скрининг и профилактика рака легкого, рака молочной железы,рака шейки матки.

7. Роль м/с в профилактике инфекционных и онкологических заболеваний.

*Список использованной литературы:*Учебник «Основы профилактики»
Быковская А.Ю,Вязьмитина А.В.

Тема: Школы здоровья.

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Программой ФГОС третьего поколения среднего профессионального образования предусмотрены следующие требования к занятиям.

Студенты должны иметь представления:

1. О нормативных документах, регламентирующих профилактическую деятельность;
2. Об основных задачах по улучшению здоровья населения России.

Студенты должны знать:

1. Концепцию сохранения здоровья здоровых;
- Понятие «факторы риска», «группа риска», «скрининг».
- Роль медсестры в работе «Школ здоровья».

Лекционное занятие

Структура лекционного занятия: организационный момент, формулирование темы и ее обоснование, определение цели занятия, сообщение плана, изложение нового учебного материала, подведение итогов занятия и домашнее задание

По теме занятия приводится список литературы для самоподготовки, что не исключает возможность студентов самостоятельно расширить этот список с целью углубления знаний по данной теме, подбор научных источников полезен при подготовке студентами докладов, рефератов, презентаций или при выполнении самостоятельных работ

По форме организации лекционное занятие является:

1. лекцией с опорным конспектом
2. с элементами беседы

Оснащение занятия: таблицы, слайды и т.д.

Цели занятия:

Учебные:

иметь представление

- О школах здоровья для лиц с факторами риска и пациентов;
- О роли м/с в обучении пациентов в школах здоровья.

Знать

Задачи и цели Школ здоровья для пациентов с бронхиальной астмой, гипертонической болезнью, сахарным диабетом.

Воспитательные:

- Воспитать у студентов чувство высокой ответственности за здоровье и жизнь пациентов, добросовестное отношение к работе.
- Воспитать наиболее важные профессиональные и личностные качества медицинских работников.

Развивающие

Развить у студента познавательную активность и умения применять теоретические познания на практике, развить психологические функции мышления, способность к анализу, синтезу и обобщению полученной информации.

Структура лекционного занятия. Этапы планирования занятия.

№	Название этапа	Краткое описание деятельности		Цель	Время	Оснащение
		Преподавателя	Студентов			
	Организация занятия	Отмечает отсутствующих. Уточняет готовность студентов к занятию.	Готовят лекционные тетради.	Мобилизовать студентов на работу.	1 мин.	Журнал успеваемости и посещаемости группы

Формирование темы и её обоснование	Сообщает тему, акцентирует внимание на её значимости.	Записывают в тетрадь тему, слушают обоснование	Раскрыть теоретическую значимость темы	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
Определение цели занятия.	Сообщает цели занятия.	Записывают цели занятия	Показать студентам конечный результат	2 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
Сообщение плана занятия.	Сообщает план занятия.	Записывают план занятия	Конкретизировать внимание студентов	5 мин.	Тетрадь для лекционных занятий
Изложение нового учебного материала .	Излагает новый материал учащимся в соответствии с планом.	Записывают новый материал в соответствии с планом	Углубление и расширение знаний студентов по теме	60 мин.	Тетрадь, таблицы, слайды, мультимед. установка
Закрепление материала.	Задаёт вопросы по разделам лекции.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	5 мин.	Тетрадь, таблицы.

	Подведение итогов занятия.	Подводит итоги занятия, отмечает достижение результатов.	Слушают вопросы и отвечают на них	Контроль уровня усвоения нового материала	2 мин.	Тетрадь, таблицы.
	Домашнее задание.	Называет объём материала для домашнего задания.	Записывают в тетрадь	Подготовка студентов к семинарскому занятию.	3 мин.	Тетрадь.

План лекции

1. Организация работы Школ здоровья для лиц с факторами риска и пациентов.
2. Основные цели и задачи Школ здоровья.
3. Общие положения о работе Школ здоровья для пациентов.
 - а) организация занятий в Школе здоровья;
 - б) учетно-отчетная документация для Школ здоровья;
 - в) оценка эффективности Школ здоровья;
4. Принцип работы школ здоровья для пациентов с:
 - а) бронхиальной астмой;
 - б) гипертонической болезнью;
 - в) сахарным диабетом;

➤ Задачи м/с в Школах здоровья для пациентов.

Список использованной литературы: Учебник «Основы профилактики»
Быковская А. Ю, Вязьмитина А.В

Практическое занятие № 1

Тема: Сестринские технологии в профилактической медицине.

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Цели занятия:

Образовательные:

Формирование практических навыков и умений в профилактической деятельности.

Развивающие:

Формирование у студентов:

- Навыки анализа и синтеза изучаемого материала;
- Способности осуществлять межпредметные связи;
- Навыков проведения санитарно-просветительной работы

Воспитывающие:

- Воспитание профессиональной исполнительности, ответственности к порученному делу;
 - Воспитание у студентов наиболее важных личностно-профессиональных качеств мед.работника;
 - Умение осознавать ответственность за жизнь пациента;
 - Умение работать по стандартам, алгоритмам;
 - Формирование чувства ответственности за своевременные и качественные проведения мероприятий по профилактике ВБИ;

Тип урока: проблемный. Сообщение новых знаний

Метод обучения: Методика актуализации знаний

Форма организации: Индивидуальная. Групповая.

Средства технологической поддержки учебной работы: Таблицы, муляжи, памятки, слайды.

Таблица по структурным элементам урока

№	Структурные элементы	Содержание занятия	Методы
---	----------------------	--------------------	--------

	Введение в тему	Приветствие	Монолог
	Мотивация учебной деятельности	Прослушивание диалога	Монолог Тестирование
	Решение ситуационной задачи	Выбор правильного решения по предложенной ситуации.	Кейс-метод
	Рефлексия	Высказывание собственного мнения о проделанной работе	Обмен мнениями

Ход урока

1. Организационный момент.

2. Мотивация учебной деятельности.

3. Организация самостоятельной работы студентов

- ✓ Инструктаж по проведению практического занятия.
- ✓ Выдача методических указаний.
- ✓ Выполнение задания.
- ✓ Проверка выполненных работ, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция.

4. Домашнее задание.

5. Рефлексия.

План практического занятия.

1. Сбор информации, анализ и учет факторов риска здоровью и факторов определяющих здоровье.

2. Изучение методов, технологий и средств укрепления здоровья населения и профилактика его нарушений.

3. Основные виды деятельности учреждений здравоохранения, направленных на укрепление здоровья.

4. Задачи центров и отделений медицинской профилактики в ЛПУ.

5. Специальные направления медицинской профилактики; факторы риска

- а) дислипидемия;
- б) табакокурение;
- в) чрезмерное употребление алкоголя;
- г) гиподинамия;
- д) ожирение;

6. Составление памяток для пациентов.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Студентам предлагаются карточки с тестовыми заданиями.

1. Дайте определение понятия «здоровье»

- 1) здоровье - состояние психического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма
- 2) здоровье - состояние физического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма
- 3) здоровье - состояние физического, психического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма

2. Дайте определение понятия «медицинская помощь»

- 1) комплекс мероприятий, направленных на поддержание здоровья и включающих в себя предоставление медицинских услуг
- 2) медицинская помощь - комплекс мероприятий, направленных на поддержание и (или) восстановление здоровья и включающих в себя предоставление медицинских услуг

3. Дайте определение понятия «медицинская услуга»

- 1) медицинское вмешательство или комплекс медицинских вмешательств, направленных на профилактику, диагностику и лечение заболеваний,

медицинскую реабилитацию и имеющих самостоятельное законченное значение

2) медицинское вмешательство или комплекс медицинских вмешательств, направленных на профилактику, диагностику и лечение заболеваний, и имеющих самостоятельное законченное значение

4. Дайте определение понятия «медицинское вмешательство»

1) выполняемые медицинским работником по отношению к пациенту, и имеющие профилактическую, исследовательскую, диагностическую, лечебную, реабилитационную направленность виды медицинских обследований и (или) медицинских манипуляций, а также искусственное прерывание беременности

2) выполняемые медицинским работником по отношению к пациенту, затрагивающие физическое или психическое состояние человека и имеющие профилактическую, исследовательскую, диагностическую, лечебную, реабилитационную направленность виды медицинских обследований и (или) медицинских манипуляций, а также искусственное прерывание беременности

5. Дайте определение понятия «профилактика»

1) комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннее выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания

2) комплекс мероприятий, включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннее выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания

6. Дайте определение понятия «качество медицинской помощи»

1) совокупность характеристик, отражающих своевременность оказания медицинской помощи, правильность выбора методов профилактики, диагностики, лечения и реабилитации при оказании медицинской помощи, степень достижения запланированного результата

2) совокупность характеристик, отражающих своевременность оказания медицинской помощи, степень достижения запланированного результата

7. Перечислите виды медицинской помощи

1) первичная медико-санитарная помощь

2) специализированная, в том числе высокотехнологичная, медицинская помощь

3) скорая, в том числе скорая специализированная, медицинская помощь

4) паллиативная медицинская помощь

5) все вышеперечисленные

8. Медицинская помощь может оказываться в следующих условиях

1) вне медицинской организации

2) амбулаторно

3) в дневном стационаре

4) стационарно

5) все перечисленное верно

9. Формами оказания медицинской помощи являются

1) экстренная

2) неотложная

3) плановая

4) все перечисленное верно

10. Дайте определение понятия «качество медицинской помощи»

1) совокупность характеристик, отражающих своевременность оказания медицинской помощи, правильность выбора методов профилактики, диагностики, лечения и реабилитации при оказании медицинской помощи, степень достижения запланированного результата

2) совокупность характеристик, отражающих своевременность оказания медицинской помощи, степень достижения запланированного результата

Эталоны ответов на тестовые задания:

«Сестринские технологии в профилактической медицине»

1-3

2-2

3-1

4-2

5-1

6-1

7-5

8-5

9-4

10-1

Ситуационная задача

Светлана Никифоровна, женщина 44 года, замужем, детей нет, работает продавцом в небольшом магазине. Любит покушать, особенно ей нравится жирная и соленая пища, очень часто покупает выпечку. В выходные обязательно обедает в сети «МакДоналдс». При росте 175 см весит 110 кг.

Вредные привычек не имеет. По вечерам и в выходные дни смотрит телевизор, очень любит телесериалы. Спорт считает бесполезной тратой времени. На работу ездит на общественном транспорте, хотя до места работы всего 300 м. Живет на 3 этаже многоквартирного дома, поднимается к себе на этаж только на лифте. Наследственность отягощена сахарным диабетом 2 типа.

Задание: Укажите на самые основные факторы риска развития ХНИЗ у Светланы Никифоровны и предложите способы их устранения.

Ответ к ситуационной задаче №1

Основные факторы риска развития ХНИЗ и способы их устранения:

- Уважаемая Светлана Никифоровна! Контролируйте свой вес. Постарайтесь сбросить лишние килограммы, придерживаясь здорового образа жизни: питание в соответствии с энергетическими потребностями и достаточный уровень физической активности. Снижение рисков ХНИЗ наступает сразу же после избавления от избыточного веса; так, сбросив 7% вашего веса, вы снижаете риск заболевания многих ХНИЗ более чем в два раза. Если у Вас уже развились заболевания, после похудения может наступить значительное улучшение, прогнозы на будущее будут более оптимистичными.
- Питайтесь правильно: старайтесь есть большое овощей, фруктов, сложных углеводов (каши, зерновой хлеб), нежирных белков (обезжиренные молочные продукты, нежирная рыба, белое мясо птицы).
- Готовьте пищу в пароварке!
- Нормализуйте свой рацион: питайтесь в соответствии с энергетическими тратами, употребляйте не более 170 г мяса в день, ограничьте потребление сахара (не больше 6 чайных ложек в день) и соли (не больше 5 г – примерно чайная ложка).
- Наиболее вредный в плане влияния на риски развития ХНИЗ рацион питания включает в себя обилие жирных блюд и легкоусвояемых углеводов с высоким содержанием сахара, а также жареного, копченого, соленого, продуктов, повышающих уровень холестерина в вашей крови.
- Избегайте слишком соленых блюд, откажитесь от жарки на масле.
- Больше двигайтесь. Минимальный уровень физической активности составляет 150 минут любых физических упражнений в неделю, включая прогулки и работу по дому. Ходите на работу пешком. Поднимайтесь на этаж по лестнице.

- Если вы не имеете возможности или недостаточно здоровы для того, чтобы заниматься спортом или фитнесом, включите в свое ежедневное расписание пешие прогулки и другие несложные дела, которые повысят ваш уровень физической активности.
- Контролируйте артериальное давление. Пройдите обследование, назначенное врачом, в том числе биохимические анализы крови. Если у вас повышенное артериальное давление, тщательно выполняйте все рекомендации своего лечащего врача и регулярно контролируйте уровень давления. Следите за своим самочувствием; при значительном повышении артериального давления принимайте меры, рекомендованные врачом.

Практическое занятие №2

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Тема: Профилактика неинфекционных заболеваний

Цели занятия:

Образовательные: Формирование практических умений в профессиональной деятельности.

Развивающие: Умение анализировать, обобщать, оценивать конкретную ситуацию, развить у студента навыки проведения санитарно- просветительной работы.

Воспитывающие: Способствовать формированию интереса студентов к предмету, воспитывать чувство ответственности за результаты работы, способствовать воспитанию чувства взаимодействия и сотрудничества, воспитывать чувство ответственности за здоровье и жизнь пациента.

Тип урока: проблемный. Сообщение новых знаний

Метод обучения: Методика актуализации знаний

Форма организации: Индивидуальная. Групповая.

Средства технологической поддержки учебной работы: Таблицы, муляжи, памятки, слайды.

Таблица по структурным элементам урока

№	Структурные элементы	Содержание занятия	Методы
	Введение в тему	Приветствие	Монолог
	Мотивация учебной деятельности	Прослушивание диалога	Монолог Тестирование
	Решение ситуационной задачи	Выбор правильного решения по предложенной ситуации.	Кейс-метод
	Рефлексия	Высказывание собственного	Обмен

Ход урока

1. Организационный момент.

2. Мотивация учебной деятельности.

3. Организация самостоятельной работы студентов

- ✓ Инструктаж по проведению практического занятия.
- ✓ Выдача методических указаний.
- ✓ Выполнение задания.
- ✓ Проверка выполненных работ, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция.

4. Домашнее задание.

5. Рефлексия.

План практического занятия:

1. Общее понятие о факторах, формирующих здоровье человека.

2. Основные факторы риска развития неинфекционных заболеваний:

- а) заболевания сердечно-сосудистой системы;
- б) заболевания эндокринной системы;
- в) онкологические заболевания;

3. Самостоятельная работа:

- Оценка уровня здоровья по объективным показателям: (рост, масса, ЧСС, ЖЕМ, ЧДД, АД, t тела).
- Оценка уровня здоровья по субъективным показателям: (самочувствие, работоспособность, аппетит).
- Составление памяток пациентам по профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы, , заболеваниях эндокринной системы
- Проведение скринингов:
 - а) заболевания сердечно-сосудистой системы;
 - б) заболевания эндокринной системы;

4. Решение задач

5. Итог

Тестовые задания

1. Предболезнь это:

а) разгар болезни б) рецидив болезни в) латентный период г) ремиссия

2. Болезнью называется:

а) нарушение жизнедеятельности организма с изменением функций б) состояние равновесия в) привыкание к проблемам здоровья г) привычные интоксикации

3. Болезни делятся на:

а) инфекционные б) неинфекционные в) смешанные

4. На первом месте по частоте смертности среди заболеваний стоят:

а) болезни почек б) онкологические в) сердечно-сосудистые г) нервные

5. Укажите факторы риска развития неинфекционных заболеваний:

а) здоровый образ жизни б) курение в) гиподинамия г) злоупотребление алкоголем д) сбалансированное питание

6. Найдите соответствие показателей холестерина крови:

1) норма а) 7,8 ммоль/л и выше 2) легкая гиперхолестеринемия
б) ниже 5,0 ммоль/л 3) умеренная гиперхолестеринемия в) 6,5-7,8 ммоль/л
4) выраженная гиперхолестеринемия г) 5,0-6,5 ммоль/л

7. Ожирением 2 степени считается превышение индекса массы тела на:

а) ИМТ-25 б) ИМТ-30 в) ИМТ-35 г) ИМТ-40 и выше

8. Укажите основной метод оценки физического развития человека:

а) радиометрия б) антропометрия в) термометрия г) дозиметрия

9. Жизненная емкость легких у мужчин в норме колеблется от:

а) 2000-2500 литров б) 2500-3000 литров в) 3000-3500 литров г) 3500-4000 литров

10. Медицинская профилактика включает в себя:

а) первичную б) вторичную в) третичную г) постоянную

11. К мерам первичной профилактики заболеваний относятся:

а) противорецидивное лечение; б) оздоровление окружающей среды; в) санаторно-курортное лечение; г) физиотерапия. 3

12. На показатели состояния здоровья влияют:

а) условия и образ жизни; б) наследственность; в) курение и алкоголь; г) все верно.

13. Скрининговое исследование предусматривает:

а) проведение обследования с применением анализаторов (анкет); б) целенаправленное углубленное обследование лиц с факторами риска; в) подготовку населения к массовому обследованию; г) лабораторное и инструментальное обследование.

14. К нездоровому образу жизни относится:

а) отказ от курения; б) гиподинамия, нерациональное питание; в) частое дробное питание; г) занятие спортом.

15. Рациональное питание — это:

а) соблюдение баланса поступающей и расходуемой энергии; б) удовлетворение потребностей в любимом блюде; в) частое дробное питание; г) исключение легкоусвояемых углеводов.

16. Один из принципов рационального питания:

а) соблюдение распорядка питания; б) рациональное распределение блюд на завтрак, обед, полдник и ужин; в) пища должна содержать балластные вещества; г) ограничение булочных изделий. 4

17. Правила закаливания включают:

а) постепенность, систематичность; а б) учет потребностей организма и физических возможностей; в) максимальные нагрузки; г) минимальные нагрузки.

18. Средствами закаливания являются:

а) физические упражнения, терренкур, ходьба; б) солнце, воздух, вода; в) физиотерапия, ЛФК, бальнеотерапия; г) массаж, гимнастика, бег.

19. В основе паллиативного ухода лежит:

а) система поддержки пациента, помогающая ему жить настолько возможно качественно; б) уход, реабилитация, профилактика; в) психотерапия, симптоматическое лечение, фармакотерапия; г) симптоматическое лечение.

20. К естественному движению населения относятся: (Выбрать два ответа)

а) рождаемость б) смертность в) заболеваемость г) физическое развитие

21. Чему равен коэффициент фертильности, обеспечивающий воспроизводство населения:

а) 3,0 б) 2,5 в) 2,1 г) 1,1

22. Какие заболевания вносят наибольший вклад в смертность от ХНИЗ:

а) онкологические б) бронхо-легочные в) сердечно-сосудистые г) сахарный диабет

23. Индекс массы тела равен 43, что соответствует:

а) нормальной массе тела б) 1 степень ожирения в) 2 степень ожирения г) 3 степень ожирения

24. Чему равен индекс массы тела, если рост 156см, а вес 98кг:

а) 18,5 б) 36 в) 25,4 г) 40,3

25. Медсестра может проводить санитарное просвещение населения в виде:

а) доклады б) беседы в) рефераты г) кружковая работа

26. Назовите два фактора, определяющие здоровье населения:

а) демографические показатели б) работоспособность населения в) заболеваемость г) диспансеризация

27. Какой коэффициент фертильности в России:

а) 3,0 б) 2,5 в) 2,1 г) 1,1

28. Основной функцией семьи является:

а) воспроизводство б) сохранение здоровья в) материальное благополучие г) все верно

29. Чему равен индекс курильщика выкуривающего за сутки 5 «тонких» сигарет:

а) 40; б) 60; в) 80; г) 120

30. Выберите нормальный показатель индекса массы тела:

а) ИМТ = 18,5-24,5 б) ИМТ = 25-29,9 в) ИМТ = 30-34,5 г) ИМТ = 35-39,9 7

Ответы к тестовым заданиям: «Профилактика неинфекционных заболеваний»

1. – в 16. – в 2. – а 17. – а 3. – а, б. 18. – б 4. – в 19. – а 5. – б, в, г. 20. – а, б. 6. – 1-б, 2-г, 3-в, 4-а. 21. – в 7. – в 22. – в 8. – б 23. – г 9. – г 24. – г 10. – а, б, в. 25. – б 11. – б 26. – а, в. 12. – а 27. – г 13. – в 28. – а 14. – б 29. – б 15. – а 30. – а

Практическое занятие №3

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Тема: Профилактика инфекционных и онкологических заболеваний.

Цели занятия:

Образовательные: Формирование практических умений в профессиональной деятельности.

Развивающие: Умение анализировать, обобщать, оценивать конкретную ситуацию, развить у студента навыки проведения санитарно- просветительной работы.

Воспитывающие: Способствовать формированию интереса студентов к предмету, воспитывать чувство ответственности за результаты работы, способствовать воспитанию чувства взаимодействия и сотрудничества, воспитывать чувство ответственности за здоровье и жизнь пациента.

Тип урока: проблемный. Сообщение новых знаний

Метод обучения: Методика актуализации знаний

Форма организации: Индивидуальная. Групповая.

Средства технологической поддержки учебной работы: Таблицы, муляжи, памятки, слайды.

Таблица по структурным элементам урока

№	Структурные элементы	Содержание занятия	Методы
	Введение в тему	Приветствие	Монолог
	Мотивация учебной деятельности	Прослушивание диалога	Монолог Тестирование
	Решение ситуационной задачи	Выбор правильного решения по предложенной ситуации.	Кейс-метод
	Рефлексия	Высказывание собственного мнения о проделанной работе	Обмен мнениями

Ход урока

1. Организационный момент.

2. Мотивация учебной деятельности.

3. Организация самостоятельной работы студентов

- ✓ Инструктаж по проведению практического занятия.
- ✓ Выдача методических указаний.
- ✓ Выполнение задания.
- ✓ Проверка выполненных работ, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция.

4. Домашнее задание.

5. Рефлексия.

План практического занятия.

1. Понятие об инфекционных болезнях: грипп, гепатит В и С, туберкулёз, ЗППП.
2. Пути и механизмы передачи инфекционных заболеваний
3. Значение профилактических прививок в профилактике инфекционных заболеваний.
5. Онкологические заболевания (рак легкого, рак молочной железы, рак шейки матки)

4. Самостоятельная работа:

- Составление памяток пациентам по профилактике:

- а) онкологических заболеваний;
- б) гепатита В и С;
- в) туберкулёза;
- г) СПИДа;

- Проведение скринингов:

- а) онкологических заболеваний;
- б) гепатита В и С
- в) туберкулёза
- г) СПИДа;

5. Роль м/с в профилактике инфекционных и онкологических заболеваний.

6. Решение ситуационных задач

7. Итог.

ПАМЯТКА 10 ШАГОВ В БОРЬБЕ ПРОТИВ РАКА

Здоровый образ жизни – это то, что доступно каждому. Физическая

активность и спорт, правильный режим труда и отдыха, разумное питание – вот и все составляющие здорового образа жизни. Придерживаясь здорового образа жизни, Вы сможете предотвратить возникновение многих онкологических заболеваний. Ниже приведены 10 шагов, которые помогут Вам в борьбе против рака:

1. Употребляйте в пищу много фруктов, овощей и грубо-волокнистой пищи.

Природа – это естественная кладовая полезных веществ, нельзя недооценивать ее возможности.

2. Употребляйте пищу с низким содержанием жиров

Сократите потребление жирных продуктов питания, они должны составлять не более 30% всех потребляемых ежедневно калорий.

3. Следите за своим весом

Рацион питания, богатый жирами, особенно в сочетании с отсутствием физической активности, может привести к избыточному весу – одной из «весомых» причин возникновения опухолей.

4. Ведите активный образ жизни - 30 минут физических упражнений три - четыре раза в неделю уменьшат риск возникновения онкологических заболеваний.

5. Не злоупотребляйте спиртными напитками

Злоупотребление алкоголем может привести к необратимым разрушительным процессам. Специалисты рекомендуют мужчинам выпивать не больше двух порций алкоголя в день, женщинам – в два раза меньше. Порция – это 250 мл пива; 50 мл крепких спиртных напитков; один бокал вина.

6. Откажитесь от курения

Некурящий человек живет в среднем на 15 лет дольше курящего. Если Вы курите, это значительно увеличивает риск возникновения рака легкого, мочевого пузыря, поджелудочной железы, полости рта, носоглотки, гортани, пищевода, желудка, шейки матки, почки, печени и острого лейкоза. Помните, что бросая курить сегодня, Вы обеспечиваете себя здоровьем завтра.

7. Следите за состоянием Вашей кожи

Появление новых пигментных пятен, кровотокающие, не заживающие, вызывающие зуд, быстро растущие родинки - сигналы тревоги. Избегайте прямого солнечного воздействия, особенно с 10.00 утра и до 16.00 дня. Если Вам необходимо находиться на улице, позаботьтесь о защите открытых участков кожи. Не забывайте использовать солнцезащитные крема с фактором защиты 15 и более. Загорайте используя пляжные зонтики.

8. Женщины, следите за здоровьем вашей груди

Женщинам после 18 лет необходимо ежемесячно проводить самообследование молочных желез, ежегодно проходить обследование в смотровом кабинете.

9. Женщины, регулярно посещайте гинеколога

Каждая женщина должна не реже одного раза в год быть осмотрена врачом-гинекологом с обязательным ультразвуковым исследованием и взятием мазков с шейки матки.

10. Ежегодно проходите профилактические осмотры

Обращайтесь к врачу, если испытываете какие-либо из перечисленных симптомов:

- не проходящий кашель или охриплость;
- одышка;
- боль в груди;
- длительное повышение температуры тела;
- затруднение глотания;
- значительное снижение веса (по неочевидной причине);
- потеря аппетита;
- чувство тяжести в животе;
- заметное, не проходящее изменение ритма дефекации по неочевидной причине;

ПАМЯТКА БОЛЬНОМУ ТУБЕРКУЛЕЗОМ

Основные симптомы туберкулеза:

- Кашель в течение 3 недель и более.
- Снижение массы тела (похудение).
- Общая слабость и утомляемость.
- Лихорадка или незначительное повышение температуры тела.
- Потение ночью.
- Боль в грудной клетке.
- Одышка.
- Ухудшение аппетита.
- Кровохарканье.

При наличии одного или нескольких упомянутых симптомов необходимо обратиться на обследование к врачу!

Посещать диспансер нужно обязательно в установленные лечащим врачом сроки, а при ухудшении самочувствия немедленно обратиться к врачу.

Антибактериальные препараты важно принимать аккуратно, длительно и непрерывно, согласно всем указаниям врача. Самовольное прекращение лечения вредно отражается на течении болезни, а нерегулярный прием препаратов приводит к формированию лекарственной устойчивости и неэффективности дальнейшей терапии.

Необходимо воздерживаться от спиртных напитков и курения, эти вредные привычки затрудняют лечение туберкулеза.

Необходимым для лечения и профилактики туберкулеза является соблюдение режима питания, содержащего достаточное количество белков и витаминов.

Народные методы лечения дополняют, а не заменяют лекарственные препараты! Перед их применением необходимо посоветоваться с лечащим

врачом, так как в некоторых случаях народные средства могут вызвать ухудшение.

Больной туберкулезом должен проживать в отдельной от других членов семьи комнате, или при невозможности выделить ему целую комнату нужно часть ее отгородить ширмой.

В комнате больного нужно оставить только сами необходимые вещи, которые легко мыть, чистить и дезинфицировать. Мягкую мебель нужно покрывать чехлами.

Больной обязательно должен иметь отдельное полотенце и отдельное постельное белье. Все вещи больного должны храниться отдельно от вещей других членов семьи. Грязное белье также нужно держать отдельно.

В квартире, где живет больной нельзя подметать сухой щеткой, так как при этом в воздух поднимается пыль (вместе с микобактериями туберкулеза). Необходима ежедневная влажная уборка мокрой тряпкой с применением моющих или дезинфицирующих растворов.

Все помещения в квартире, где живет больной туберкулезом необходимо регулярно проветривать.

Мухи могут переносить микобактерии туберкулеза в помещении. Не следует оставлять открытой пищу. Периодически нужно избавляться от мух с помощью липких лент или фумигаторов.

При уборке помещения больного туберкулезом, обработке вещей, сборе и стирке белья нужно надевать марлевую повязку и резиновые перчатки, а после окончания работ тщательно мыть руки с мылом.

Для обеззараживания предметов используемых больным, посуды, белья, плевательниц и помещения необходимо использовать в точном соответствии с инструкцией дезинфицирующие препараты, выдаваемые участковым фтизиатром.

Чтобы уменьшить вероятность заражения окружающих и членов своей семьи больной туберкулезом должен придерживаться следующих правил:

➤ Прикрывать рот тыльной стороной руки или платком и отворачиваться при кашле. При разговоре не нужно стоять близко к собеседнику и дышать в лицо. Необходимо избегать рукопожатий и чаще мыть руки с мылом.

➤ Во время еды за общим столом больной должен воздерживаться от разговоров и кашля.

➤ Нельзя плевать на пол! Мокроту нужно выплевывать только в карманную плевательницу (баночку с плотно закрывающейся крышечкой).

➤ Пользоваться отдельной посудой и не позволять пользоваться ею другим.

➤ Посуду больного нужно мыть и хранить отдельно и вытирать отдельным полотенцем. Лучше, чтобы ее мыл сам больной.

➤ Все предметы, которыми пользуется больной (посуда, белье, носовые платки, плевательница) должны регулярно обрабатываться с целью дезинфекции.

➤ Дезинфицировать мокроту, плевательницу, белье и другие предметы и вещи больной по возможности должен сам. Ни в коем случае нельзя поручать это детям, так как их организм очень восприимчив к туберкулезной инфекции.

➤ Нельзя выливать мокроту на землю, так как возможен ее разнос мухами, а также заражение детей и домашних животных. Можно сжигать мокроту, поместив ее на кусок бумаги.

Микобактерия туберкулеза способна сохраняться живой:

1. В пыли и высохшей мокроте – 1 — 3 месяца,
2. В воде – 3 месяца,
3. На земле (в тени) — несколько лет.

Микобактерия туберкулеза погибает при воздействии:

- Яркого солнечного света – через 20 – 30 минут, обычный дневной свет задерживает их рост.
- Ультрафиолетовых лучей – через 2 – 3 минуты.
- Кипячения — через 30 минут, а при кипячении в 2% растворе соды – через 15 минут.

Обработка белья: Кипячение в 2% растворе соды (20 грамм соды на 1 литр воды) в течение 15 минут. Кроме того, белье, носовые платки, одежду и постельные принадлежности больного необходимо регулярно проветривать и гладить горячим утюгом. Можно обеззараживать одеяла, шерстяные и хлопчатобумажные вещи проветриванием и вывешивание их на ярком солнечном свету.

Обработка посуды: Кипячение в 2% растворе соды (20 грамм соды на 1 литр воды) в течение 15 минут.

Обработка плевательниц и мокроты: Кипячение в 2% растворе соды (20 грамм соды на 1 литр воды) в течение 15 минут. После обеззараживания мокроту можно вылить в унитаз, а плевательницы и посуду в которой обрабатывалась мокрота вымыть в горячей воде.

Мокроту и другие выделения больного можно обеззараживать, засыпая хлорной известью (200 г на 1 литр мокроты), или заливая раствором хлорамина (50 г на 1 литр воды), в количестве 2 объема дезинфицирующего раствора на 1 объем мокроты. Время обработки 2 – 3 часа в закрытой посуде.

Предметы, которые используются для ухода за больным: нужно регулярно кипятить в 2% содовом растворе в течение 15 минут или протирать тряпкой смоченной дезинфицирующим раствором. Мыть пол в квартире, где живет больной, нужно теплым 2% мыльно содовым раствором.

Посуду, в которой проводилось обеззараживание, в бытовых целях использовать нельзя!

Практическое занятие №4

Учебная дисциплина: Основы профилактики

Тема: Школы здоровья

Цели занятия:

Образовательные: Формирование практических умений в профессиональной деятельности.

Развивающие:

Формирование у студентов:

- Навыка анализа и синтеза изучаемого материала;
- Способности осуществлять межпредметные связи;
- Навыка проведения санитарно-просветительной работы

Воспитывающие:

- Воспитание профессиональной исполнительности, ответственности к порученному делу;
- Воспитание у студентов наиболее важных личностно профессиональных качеств мед.работника;
- Умение осознавать ответственность за жизнь пациента;
- Умение работать по стандартам, алгоритмам;
- Формирование чувства ответственности за своевременные и качественные проведения мероприятий по профилактике ВБИ;

Тип урока: проблемный. Сообщение новых знаний

Метод обучения: Методика актуализации знаний

Форма организации: Индивидуальная. Групповая.

Средства технологической поддержки учебной работы: Таблицы, муляжи, памятки, слайды.

Таблица по структурным элементам урока

№	Структурные элементы	Содержание занятия	Методы
---	----------------------	--------------------	--------

	Введение в тему	Приветствие	Монолог
	Мотивация учебной деятельности	Прослушивание диалога	Монолог Тестирование
	Решение ситуационной задачи	Выбор правильного решения по предложенной ситуации.	Кейс-метод
	Рефлексия	Высказывание собственного мнения о проделанной работе	Обмен мнениями

Ход урока

1. Организационный момент.

2. Мотивация учебной деятельности.

3. Организация самостоятельной работы студентов

- ✓ Инструктаж по проведению практического занятия.
- ✓ Выдача методических указаний.
- ✓ Выполнение задания.
- ✓ Проверка выполненных работ, обсуждение допущенных ошибок и их коррекция.

4. Домашнее задание.

5. Рефлексия.

План практического занятия.

1. Организация работы школ здоровья для пациентов. Основные цели и задачи.

Участие сестринского персонала в работе школ здоровья.

3. Школы здоровья для пациентов:

- а) бронхиальной астмой;
- б) гипертонической болезнью;
- в) сахарным диабетом;
- г) остеопорозом;

4. Самостоятельная работа:

- Оценка уровня здоровья по субъективным показателям: (самочувствие, работоспособность, аппетит)
- Оценка уровня здоровья по объективным показателям: (рост, масса, ЧСС, ЖЕМ, ЧДД, АД, t тела).
- Обучение пациентов, слушателей Школ здоровья основным навыкам самообслуживания;
- Составление индивидуальных оздоровительных программ для пациентов , слушателей школ здоровья;
- Составление памяток и рекомендаций пациентам, слушателям Школ здоровья

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Назовите признаки факторов риска неинфекционных заболеваний в соответствии с критериями Эванса:

- а) распределение факторов риска среди населения соразмерно с распределением заболеваний;
- б) заболеваемость у лиц с факторами риска достоверно выше, чем у лиц не имеющих факторы риска;
- в) воздействие факторов риска предшествует заболеванию;
- г) снижение или прекращение воздействия фактора риска приводит к снижению заболеваемости;
- д) все выше перечисленное.

2. Медицинскими характеристиками здоровья населения являются:

- а) инвалидность;
- б) физическое развитие;
- в) медико-демографические данные;
- г) все выше перечисленное.

3. Социальными характеристиками здоровья населения являются:

- а) санитарно-гигиенические характеристики;
- б) образ жизни;
- в) показатели социально-экономического развития страны;
- г) группы здоровья.

4. «Первичным» звеном в системе профилактики являются:

- а) врачи центра медицинской профилактики;
- б) участковые ЛПУ;
- в) участковые медицинские сестры ЛПУ и фельдшера ФАПов;
- г) врачи Роспотребнадзора.

5. Вторичная профилактика – это:

- а) предупреждение воздействия факторов риска развития заболеваний;
- б) предупреждение клинического проявления заболевания;
- в) предупреждение возникновения инвалидности;
- г) распространение печатной продукции медицинского содержания.

6. Задачами третичной профилактики (реабилитации) являются:

- а) профилактики нарушений функционального состояния органов и систем;
- б) ускорение течения процессов регенерации поврежденных органов и тканей;
- в) стимуляция восстановления нарушенных функций;
- г) обеспечение оптимального уровня реадaptации больного в социальной среде;
- д) все выше перечисленное.

7. Укажите медицинский документ, который содержит информацию о динамике выявленных факторов риска неинфекционных заболеваний у пациентов ЛПУ:

- а) вкладыш регистрации факторов риска в медицинской карте амбулаторного больного;
- б) единый талон амбулаторного пациента, ф025-8/у-95;
- в) карта учета диспансеризации, ф 131/у-86;

г) контрольная карта диспансерного наблюдения, ф№030/у.

8. Показателями эффективности и качества проведения диспансеризации могут быть:

а) показатель частоты обострения, системность наблюдения;

б) показатель частоты проведения лечебно-профилактических мероприятий;

в) переход больных, находящихся на ДН, из одной группы наблюдения в другую;

г) среднее число дней госпитализации диспансеризуемых.

9. Назовите, в какой модели измерения, количественно наиболее адекватно может быть охарактеризовано здоровье человека:

а) мономерной модели здоровья;

б) с учетом активности, пассивности, физического, психического здоровья и свободы жизни;

в) двумерной модели здоровья;

г) трехмерной модели здоровья.

10. Тренирующим эффектом для сосудистой и дыхательной систем обладает физическая активность:

а) продолжительностью 30 и более минут 5 раз в неделю;

б) продолжительностью 20 и более минут 1-2 раза в неделю;

в) продолжительностью 10 и минут 3 раз в неделю;

г) независимо от продолжительности 4 раза в неделю.

11. Тренирующий эффект физических упражнений осуществляет за счет:

а) увеличения периферического сосудистого сопротивления;

б) увеличения сердечного выброса;

в) уменьшения периферического сосудистого сопротивления;

г) повышения стрессоустойчивости.

12. Недостаточная физическая активность (гиподинамия) это:

а) универсальный и независимый фактор риска неинфекционных заболеваний;

б) занятие какой-либо физической деятельностью 5 раз в неделю по 30 минут;

в) один из способов профилактики остеопороза;

г) работа, сидя за столом в течение 5 часов и более в течение суток.

13. Оптимальный тренирующий уровень ЧСС при занятиях физическими упражнениями составляет:

а) 50-70% от максимальной возрастной ЧСС;

б) 30-50% от максимальной возрастной ЧСС;

в) 80-100% от максимальной возрастной ЧСС;

г) более 100% от максимальной возрастной ЧСС.

14. Максимальная ЧСС для мужчины 35 лет составляет:

а) 195 уд/мин;

б) 185 уд/мин;

в) 175 уд/мин;

г) 170 уд/мин.

15. Нерациональный двигательный режим это:

а) упражнения на уровне субмаксимальной ЧСС от возрастной нормы;

б) тяжелый физический труд;

в) вынужденное положение тела в течение длительного времени;

г) занятия, физическими упражнениями умеренной интенсивности более 5 часов в день.

16. В группу по профилактики гиподинамии необходимо включить:

а) лиц подвергающихся профессиональной гиподинамии более 5 часов в день;

б) инвалидов;

в) лиц пожилого возраста;

г) подростков;

д) все выше перечисленное.

17. Укажите количественные характеристики факторов риска неинфекционных заболеваний:

- а) регулярное курение;
- б) алкоголь;
- в) индекс массы тела менее 18,5 или более 24,9;
- г) гиподинамия. Работа сидя за столом более 5 часов в день;
- д) все выше перечисленное.

18. Какой тип энергообеспечения оказывает наиболее положительное воздействие на здоровье человека:

- а) анаэробный;
- б) аэробно-анаэробный;
- в) аэробный;
- г) исключаящий из обмена гликоген.

19. Назовите основной механизм снижения повышенного АД в результате регулярных занятий физическими упражнениями:

- а) увеличение физической работоспособности;
- б) повышение периферического сосудистого сопротивления;
- в) увеличение общей тренированности;
- г) восстановление взаиморегуляции сердечного выброса и периферического сопротивления сосудов при стрессовых нагрузках.

20. Принципы, рекомендуемые к соблюдению при занятиях физическими упражнениями:

- а) оптимальная частота занятий не менее 5 раз в неделю, лучше ежедневно;
- б) занятия должны начинаться с разминки;
- в) интенсивность нагрузки увеличивается постепенно;

г) типы рекомендуемых физических упражнений могут включать комплексы с легкой, умеренной и тяжелой нагрузками, в зависимости от уровня тренированности;

д) все выше перечисленное.

21. При выборе режимов физической нагрузки необходимо принимать во внимание:

а) состояние здоровья в настоящий момент;

б) тренированность сердечно-сосудистой системы;

в) гибкость и мышечную силу;

г) выраженность дислипидопротейнемии.

22. Является ли пассивное курение фактором риска неинфекционных заболеваний:

а) безусловно, подтверждено исследованиями и признано ВОЗ в 1992 году;

б) нет, но требуются дополнительные сравнительные исследования;

в) только для детей дошкольного возраста;

г) да, ведь 60% некурящих в РФ, не менее 1 часа в неделю вынуждены дышать табачным дымом, т.е. «пассивное» курение является насильственным.

23. Согласно определению ВОЗ, профилактика заболеваний — мероприятия, направленные на предупреждение болезней:

а) укрепление здоровья, контроль над факторами риска;

б) первичная, вторичная профилактика;

в) реабилитация;

г) саморегуляция, аутотренинг.

24. Биологическая роль белков:

а) являются пластическим материалом;

б) участвуют в синтезе гормонов;

в) участвуют в синтезе ферментов;

г) участвуют в синтезе антител;

д) все выше перечисленное.

25. Биологическая роль жиров:

- а) являются важным источником энергии;
- б) улучшают вкусовые свойства пищи;
- в) являются источником фосфатидов и полиненасыщенных жирных кислот;
- г) являются источниками жирорастворимых витаминов;
- д) все выше перечисленное.

Эталоны ответов:

- 1) д; 2) г; 3) а,б,в; 4) в; 5) б; 6) д; 7) а; 8) а,б,в; 9) а,г; 10) а; 11) б,в,г; 12) а,г; 13) а; 14) б; 15) б,в; 16) д; 17) д; 18) в; 19) г; 20) д; 21) а,б,в; 22) а,г; 23) а,б,в; 24) д; 25) д.