

**Министерство здравоохранения Республики Северная Осетия - Алания**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение «Северо-Осетинский медицинский колледж»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по учебной работе  
ГБПОУ «Северо – Осетинский  
медицинский колледж»

\_\_\_\_\_ А.Г. Моргоева

« 7 » 06 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПМ 03. Проведение мероприятий по профилактике  
инфекционных и неинфекционных заболеваний.**

**Здоровый образ жизни.**

**МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика  
заболеваний в разные возрастные периоды**

**По специальности:**

**34.02.01. Сестринское дело**

Форма обучения: **очная**

Уровень подготовки – **повышенный (углубленная подготовка)**

Владикавказ 2024

Рассмотрена на заседании

ЦМК

Протокол № 9

От 29 мая 2024г.

Председатель Тер. ЦМК

Н.Б. Плиева Плиева

Программа разработана на основе  
Федерального государственного  
образовательного стандарта среднего  
профессионального образования для  
специальности 34.02.01. Сестринское дело.

Рассмотрена и одобрена на заседании  
методического с У СОМК

Ст. методист А.М. Караева

Разработчики:

ГБПОУ СОМК  
место работы

председатель Терапевтической ЦМК  
(занимаемая должность)

Н.Б. Плиева  
(инициалы, фамилия)

ГБПОУ СОМК  
место работы

методист, преподаватель 1 категории  
(занимаемая должность)

И.В. Засеева  
(инициалы, фамилия)

**Министерство здравоохранения Республики Северная Осетия - Алания**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение «Северо-Осетинский медицинский колледж»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

**Зам. директора по учебной работе  
ГБПОУ «Северо – Осетинский  
медицинский колледж»**

\_\_\_\_\_ **А.Г. Моргоева**

**«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПМ 03. Проведение мероприятий по профилактике  
инфекционных и неинфекционных заболеваний.**

**Здоровый образ жизни.**

**МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика  
заболеваний в разные возрастные периоды**

**По специальности:**

**34.02.01. Сестринское дело**

**Форма обучения: очная**

**Уровень подготовки – повышенный (углубленная подготовка)**

Владикавказ 2024

Рассмотрена на заседании

ЦМК

Протокол № \_\_\_\_\_

От 29 мая 2024г.

Председатель Тер. ЦМК

Н.Б. Плиева \_\_\_\_\_

Программа разработана на основе

Федерального государственного

образовательного стандарта среднего

профессионального образования для

специальности 34.02.01. Сестринское дело.

Рассмотрена и одобрена на заседании

методического совета ГБПОУ СОМК

Ст. методист \_\_\_\_\_ А.М. Караева

Разработчики:

ГБПОУ СОМК

место работы

председатель Терапевтической ЦМК

(занимаемая должность)

Н.Б. Плиева

(инициалы, фамилия)

ГБПОУ СОМК

место работы

методист, преподаватель 1 категории

(занимаемая должность)

И.В. Засева

(инициалы, фамилия)

## Содержание

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	8
3. Условия реализации учебной дисциплины	14
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	16

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

## «ПМ 03. ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НЕИНФЕКЦИОННЫХ И ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

### 1.1. Цель и планируемые результаты освоения профессионального модуля

В результате изучения профессионального модуля обучающихся должен освоить основной вид деятельности «Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни» и соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции:

#### 1.1.1. Перечень общих компетенций

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

### 1.1.2. Перечень профессиональных компетенций

<b>Код</b>	<b>Наименование видов деятельности и профессиональных компетенций</b>
ВД 3	Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни
ПК 3.1.	Консультировать население по вопросам профилактики заболеваний
ПК 3.2.	Пропагандировать здоровый образ жизни
ПК 3.3.	Участвовать в проведении профилактических осмотров и диспансеризации населения
ПК 3.4.	Проводить санитарно-противоэпидемические мероприятия по профилактике инфекционных заболеваний
ПК 3.5.	Участвовать в иммунопрофилактике инфекционных заболеваний

### 1.1.3. В результате освоения профессионального модуля обучающийся должен:

Иметь практический опыт	<p>проведения мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения;</p> <p>проведения работы по формированию и реализации программ здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;</p> <p>выполнения работ по проведению профилактических медицинских осмотров населения;</p> <p>выполнения работ по диспансеризации населения с учетом возраста, состояния здоровья, профессии;</p> <p>проведения санитарно-противоэпидемических мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний;</p> <p>выполнения работы по проведению иммунопрофилактики инфекционных заболеваний в соответствии с национальным календарем профилактических прививок и по эпидемическим показаниям</p>
Уметь	<p>проводить индивидуальное (групповое) профилактическое консультирование населения о факторах, способствующих сохранению здоровья, факторах риска для здоровья и мерах профилактики предотвратимых болезней;</p> <p>формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни и мотивировать пациентов на ведение здорового образа жизни;</p> <p>информировать население о программах снижения веса,</p>

	<p>потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;</p> <p>план проведения диспансеризации населения с учетом возрастной категории и проводимых обследований;</p> <p>проводить разъяснительные беседы на уровне семьи, организованного коллектива о целях и задачах профилактического медицинского осмотра, порядке прохождения диспансеризации и ее объеме, в том числе беседы с несовершеннолетними в образовательных организациях;</p> <p>проводить доврачебный профилактический осмотр с целью выявления факторов риска развития заболевания;</p> <p>проводить работу по диспансеризации населения, проводить опрос (анкетирование), проводить доврачебный осмотр и обследование по скрининг-программе диспансеризации;</p> <p>проводить работу по диспансерному наблюдению пациентов с хроническими заболеваниями с учетом возраста, состояния здоровья, профессии в соответствии с нормативными правовыми актами;</p> <p>обеспечивать инфекционную безопасность при оказании медицинской помощи, проведении профилактических медицинских осмотров и осуществлении сестринского ухода за пациентами с инфекционными заболеваниями;</p> <p>проводить профилактические и противоэпидемические мероприятия при выявлении пациентов с инфекционными паразитарными болезнями и лиц с подозрением на инфекционные заболевания, а также носителей возбудителей инфекционных заболеваний;</p> <p>выполнять работу по проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий при регистрации инфекционных заболеваний;</p> <p>выявлять заболевших инфекционным заболеванием, контактных с ними лиц и подозрительных на заболевания инфекционными болезнями;</p> <p>проводить работу по организации и проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) и ограничительных (карантинных) мероприятий при выявлении инфекционных заболеваний;</p> <p>проводить осмотр лиц и динамическое наблюдение за лицами, контактными с пациентами, заболевшими инфекционным заболеванием;</p> <p>использовать вакцины в соответствии с установленными</p>
--	--



	правилами.
Знать	<p>информационные технологии, организационные формы, методы и средства санитарного просвещения населения;</p> <p>правила проведения индивидуального и группового профилактического консультирования, современные научно обоснованные рекомендации по вопросам личной гигиены, рационального питания, планирования семьи, здорового образа жизни, факторов риска для здоровья;</p> <p>заболевания, обусловленные образом жизни человека;</p> <p>принципы здорового образа жизни, основы сохранения и укрепления здоровья;</p> <p>факторы, способствующие сохранению здоровья;</p> <p>формы и методы работы по формированию здорового образа жизни;</p> <p>программы здорового образа жизни, в том числе программы, направленные на снижение веса, снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;</p> <p>положения об организации оказания первичной медико-санитарной помощи взрослому населению;</p> <p>виды медицинских осмотров с учетом возраста, состояния здоровья, профессии в соответствии с нормативными правовыми актами;</p> <p>правила и порядок проведения профилактического осмотра;</p> <p>порядок проведения диспансеризации населения, порядок доврачебного осмотра и обследования населения по скрининг-программе диспансеризации;</p> <p>методы профилактики неинфекционных заболеваний, факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний, порядок проведения диспансерного наблюдения пациентов при хронических заболеваниях, задачи медицинской сестры;</p> <p>санитарно-эпидемиологическую обстановку прикрепленного участка, зависимость распространения инфекционных болезней от природных факторов, факторы окружающей среды, в том числе социальные;</p> <p>меры профилактики инфекционных заболеваний;</p> <p>порядок проведения санитарно-противоэпидемических мероприятий в случае возникновения очага инфекции, в том числе карантинные мероприятия при выявлении особо опасных (карантинных) инфекционных заболеваний;</p>

	<p>государственные санитарно-эпидемиологические правила и гигиенические нормативы, профилактические и противоэпидемические мероприятия при выявлении инфекционного заболевания;</p> <p>правила и порядок проведения вакцинации в соответствии с национальным календарем профилактических прививок; течение вакцинального процесса, возможные реакции и осложнения, меры профилактики.</p>
--	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и вид учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	86
Обязательная аудиторная нагрузка (всего)	80
в том числе:	
теоретические занятия	26
практические занятия	54
Итоговая аттестация в форме экзамена	

## 2.2. Тематический план и содержание профессионального модуля (ПМ)

Наименование разделов и тем профессионального модуля	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
<b>Раздел 1. Основы профилактики заболеваний</b>		
<b>МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний</b>		
<b>Тема 1.1. Здоровье и образ жизни</b>	Содержание <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определение понятий и правовые основы сохранения здоровья.</li> <li>2. Факторы, влияющие на формирование здоровья и принципы здорового образа жизни</li> <li>3. Заболевания, обусловленные образом жизни.</li> <li>4. Современный подход к профилактике неинфекционных заболеваний.</li> <li>5. Методы профилактики заболеваний, связанных с образом жизни. Коррекция факторов риска хронических неинфекционных заболеваний</li> </ol>	<b>2</b>
<b>Тема 1.2. Санитарно – гигиеническое просвещение населения</b>	Содержание <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Информационные технологии, организационные формы, методы и средства санитарного просвещения населения.</li> <li>2. Правила проведения индивидуального и группового профилактического консультирования.</li> <li>3. Современные научно - обоснованные рекомендации по вопросам личной гигиены, рационального питания, здорового образа жизни.</li> <li>4. Факторы риска для здоровья.</li> <li>5. Участие медицинской сестры в работе школ здоровья.</li> </ol>	<b>2</b>
	Практическое занятие 1 <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценка функциональных показателей здоровья.</li> <li>2. Составление рекомендаций по физической активности, рациональному питанию, закаливанию.</li> <li>3. Подготовка бесед по вопросам здорового образа жизни.</li> <li>4. Составление бесед, рекомендаций по снижению веса, потребления алкоголя и табака, по предупреждению потребления наркотических средств и психотропных веществ</li> </ol>	<b>6</b>

<b>Тема 1.3. Внутриутробный период и период новорожденности</b>	Содержание  1. Внутриутробный период и период новорожденности: закономерности роста и развития человека во внутриутробном периоде 2. Анатомо-физиологические особенности новорожденного; 3. Потребности новорожденного; основные проблемы периода новорожденности	<b>2</b>
	Практическое занятие 2  1. Осуществление ухода за новорожденным ребенком 2. Обучение родителей методам сохранения здоровья новорожденного ребенка.	<b>6</b>
<b>Тема 1.4. Период грудного возраста</b>	Содержание  1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста 2. Основные потребности ребенка, способы их удовлетворения. 3. Возможные проблемы	<b>2</b>
	Практическое занятие 3  1. Оценка физического развития детей грудного возраста 2. Составление рекомендаций по закаливанию, созданию безопасной окружающей среды. 3. Пропаганда грудного вскармливания. 4. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды.	<b>6</b>
<b>Тема 1.5. Период преддошкольного и дошкольного возраста</b>	Содержание  1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. 2. Основные потребности ребенка, способы их удовлетворения. 3. Возможные проблемы.	<b>2</b>
<b>Тема 1.6. Период младшего школьного возраста. Период старшего школьного</b>	Содержание  1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста 2. Основные потребности, способы их удовлетворения.	<b>2</b>

<b>возраста (подростковый, пубертатный)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Возможные проблемы.</li> <li>4. Принципы создания безопасной окружающей среды для детей младшего школьного возраста.</li> <li>5. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка старшего школьного возраста.</li> <li>6. Основные потребности ребенка, способы их удовлетворения.</li> <li>7. Возможные проблемы.</li> </ol>	
	<p>Практическое занятие 4</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление рекомендаций по адаптации в детском дошкольном учреждении.</li> <li>2. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды для детей преддошкольного и дошкольного возраста</li> <li>3. Составление рекомендаций по режиму дня для детей младшего школьного возраста. Составление рекомендаций по адаптации к школе.</li> <li>4. Обучение подростка и его окружения принципам создания безопасной окружающей среды. Обучение подростка принципам здорового образа жизни Обучение подростка и его окружения принципам создания безопасной окружающей среды. Обучение подростка принципам здорового образа жизни.</li> </ol>	<b>6</b>
<b>Тема 1.7. Здоровье лиц зрелого возраста</b>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского возраста. Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.</li> <li>2. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности и различия мужчин и женщин зрелого возраста. Основные потребности человека зрелого возраста, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.</li> </ol>	<b>4</b>
<b>Тема 1.8. Здоровье семьи</b>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие семьи. Типы, этапы жизненного цикла, основные функции семьи.</li> <li>2. Характеристика основных функций семьи. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека.</li> <li>3. Возможные медико-социальные проблемы семьи.</li> <li>4. Планирование беременности.</li> <li>5. Последствия искусственного прерывания беременности</li> </ol>	<b>2</b>

	<p>Практическое занятие 5</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оказание консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья. Составление рекомендаций по здоровому образу жизни (гигиена половой жизни)</li> <li>2. Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности.</li> <li>3. Консультирование по способам контрацепции.</li> <li>4. Составление рекомендаций по профилактике аборт и их осложнений.</li> </ol>	<b>6</b>
<b>Тема 1.9. Период беременности</b>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности беременной.</li> <li>1. Процесс оплодотворения и развития плодного яйца.</li> <li>2. Признаки беременности.</li> <li>3. Влияние вредных факторов на развитие эмбриона и плода.</li> <li>4. Дородовые патронажи.</li> </ol>	<b>2</b>
	<p>Практическое занятие 6</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определение признаков беременности.</li> <li>2. Определение предполагаемого срока родов.</li> <li>3. Составление планов дородовых патронажей.</li> <li>4. Составление рекомендаций беременной женщине по режиму дня, питанию; обучение специальным физическим упражнениям.</li> <li>5. Обучение беременной основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов.</li> </ol>	<b>6</b>
<b>Тема 1.10. Физиологические роды</b>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роды и послеродовой период.</li> <li>2. Изменения в организме женщины в послеродовом периоде</li> </ol>	<b>2</b>
	<p>Практическое занятие 7</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проблемы роженицы, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области поведения во время родов и профилактики патологии родового акта.</li> <li>2. Составление плана беседы с супружескими парами по подготовке к родам и грудному вскармливанию.</li> </ol>	<b>6</b>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Основные проблемы женщины в послеродовом периоде.</li> <li>4. Особенности ухода за женщиной в послеродовом периоде.</li> </ol>	
<b>Тема 1.11. Климактерический период</b>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза».</li> <li>2. Причины возникновения климакса.</li> <li>3. Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде.</li> <li>4. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин.</li> <li>5. Возможные проблемы женщин и мужчин в течение климактерического периода и пути их решения</li> </ol>	<b>2</b>
	<p>Практическое занятие 8</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проблемы человека в климактерическом периоде.</li> <li>2. Составление рекомендаций по адекватному рациональному и диетическому питанию, адекватной двигательной активности в климактерический период.</li> </ol>	<b>6</b>
<b>Тема 1.12. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b>	<p>Содержание</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятия «геронтология», «старость», «старение».</li> <li>2. Основные гипотезы старения.</li> <li>3. Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.</li> <li>4. Проблемы, возникающие при старении, в том числе связанные с изменением возможности удовлетворять универсальные потребности, способы их решения.</li> <li>5. Способы сохранения здоровья в пожилом и старческом возрасте.</li> </ol>	<b>2</b>
	<p>Практическое занятие 9</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление рекомендаций по адекватной физической нагрузке, рациональному режиму дня, обеспечению безопасной окружающей среды для людей пожилого и старческого возраста.</li> <li>2. Обучение оказанию помощи пожилому человеку и его окружению при нарушениях зрения и слуха.</li> </ol>	<b>6</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

**3.1. Для реализации программы профессионального модуля должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет Основ профилактики, оснащенный оборудованием:

Рабочее место преподавателя.

Посадочные места по количеству обучающихся.

Доска классная.

Учебно-наглядные пособия.

Стенд информационный.

Плакаты санитарного просвещения.

Столы манипуляционные

Фантомы, муляжи, приборы, в том числе измерительные, изделия медицинского назначения, необходимые для отработки практических навыков по основам профилактики (глюкометры, тонометры, фонендоскопы, сантиметровые ленты, ростомер, весы и др.)

Емкости-контейнеры для сбора медицинских отходов.

Образцы документации (карта ЗОЖ, сертификат о профилактических прививках, контрольная карта диспансерного наблюдения, маршрутная карта диспансеризации и др.).

Образцы препаратов для иммунопрофилактики.

Образцы дезинфицирующих средств, зарегистрированных в РФ и применяемых для дезинфекции медицинского оборудования, инвентаря, помещений, медицинского инструментария, а также рук медицинского персонала

Компьютерная техника с лицензионным программным обеспечением и возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Мультимедийная установка или иное оборудование аудиовизуализации

Оснащенные базы практики, в соответствии с п 6.1.2.3 примерной программы специальности.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и



информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Крюкова Д.А., Лысак Л.А., Фурса О.В. Здоровый человек и его окружение под ред.Б.В. Карабухина.- Ростов н/Д: Феникс 2022.-474.:ил. – (Среднее медицинское образование).
2. Проведение профилактических мероприятий: учебное пособие/ С.И. Двойников, Ю.А. Тарасова, И.А. Фомушкина, Э.О. Костюкова; под ред. С.И. Двойникова. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва, 2022. – 480с.

### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. ЭБС Лань – электронная библиотека.
2. ЭБС ГЭОТАР –МЕДИА Консультант студента

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 5-е изд. , испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 560 с. : ил.
2. Волков С.Р. Здоровый человек и его окружение: учебник / С.Р. Волков, М.М. Волкова. – Москва :ИНФРА-М, 2022. -641с.- (Средне профессиональное образование)

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Код и наименование профессиональных и общих компетенций формируемых в рамках модуля	Критерии оценки	Методы оценки
3.1. Консультировать население по вопросам профилактики	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие составленных планов обучения населения принципам здорового образа жизни возрастной категории пациентов, их индивидуальным особенностям и рекомендациям центров медицинской профилактики;</li> <li>- качество и полнота рекомендаций здоровым людям разного возраста по вопросам питания, двигательной активности, профилактике вредных привычек в соответствии с информацией проекта «Кодекс здоровья и долголетия».</li> <li>- грамотная разработка планов гигиенического воспитания (первичная профилактика) по преодолению и уменьшению факторов риска развития различных заболеваний на основании результатов опроса и обследования пациентов.</li> <li>- составление планов санитарно-гигиенического воспитания (вторичная и третичная профилактика) в зависимости от патологии пациентов и в соответствии с рекомендациями центра медицинской профилактики</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение выполнения практических работ Экзамен по модулю</p>
ПК 3.2. Пропагандировать здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие подготовленных информационно-агитационных материалов для населения требованиям к оформлению и содержанию средств гигиенического обучения.</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение выполнения практических работ Экзамен по модулю</p>
ПК 3.3. Участвовать в проведении профилактических осмотров и диспансеризации населения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение профилактических осмотров в соответствии правилами и порядком</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение выполнения практических работ Экзамен по модулю</p>
ПК 3.4. Проводить санитарно-	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснованный выбор объема и вида санитарно-противоэпидемических</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение</p>

противоэпидемические мероприятия по профилактике инфекционных заболеваний	мероприятий в зависимости от инфекционного заболевания	выполнения практических работ Экзамен по модулю
ПК 3.5. Участвовать в иммунопрофилактике инфекционных заболеваний	- соответствие составленных рекомендаций пациенту и его окружению по вопросам иммунопрофилактики Федеральному закону "Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» и национальным календарем прививок	Экспертное наблюдение выполнения практических работ Экзамен по модулю
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	- соответствие выбранных средств и способов деятельности поставленным целям; - соотнесение показателей результата выполнения профессиональных задач со стандартами	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	- демонстрация полноты охвата информационных источников и достоверности информации; - оптимальный выбор источника информации в соответствии с поставленной задачей; - соответствие найденной информации поставленной задаче	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	- получение дополнительных профессиональных знаний путем самообразования, - проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности.	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- соблюдение норм делового общения и профессиональной этики во взаимодействии с коллегами, руководством, потребителями	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке	- соответствие устной и письменной речи нормам государственного языка	Экспертное наблюдение выполнения практических работ

Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста		работ
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	- обеспечение взаимодействия с окружающими в соответствии с Конституцией РФ, законодательством РФ и другими нормативно-правовыми актами РФ;	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	- организация и осуществление деятельности по сохранению окружающей среды в соответствии с законодательством и нравственно-этическими нормами	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- демонстрация позитивного и адекватного отношения к своему здоровью в повседневной жизни и при выполнении профессиональных обязанностей; - готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную профессиональную деятельность на основе принципов здорового образа жизни	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	- оформление медицинской документации в соответствии нормативными правовыми актами	Экспертное наблюдение выполнения практических работ

Тесты по дисциплине  
«Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные  
возрастные периоды»

Впишите пропущенные слова:

**1. Укажите виды здоровья:**

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

**Перечислите уровни здоровья:**

1-й \_\_\_\_\_

2-й \_\_\_\_\_

3-й \_\_\_\_\_

4-й \_\_\_\_\_

**3. Назовите показатели (индикаторы) общественного здоровья:**

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

**4. Перечислите стадии формирования полового влечения:**

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

**5. Назовите фазы внутриутробного развития человека:**

\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_

**6. Перечислите периоды течения родов:**

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

Выберите один правильный ответ

**7. Мужские половые железы – это:**

1) яички

2) яичники

3) надпочечники

**8. Основным мужским половым гормоном является:**

1) эстроген

2) прогестерон

3) тестостерон

**9. В женских половых железах образуются:**

1) сперматозоиды

- 2) яйцеклетки
- 3) антитела.

**10. В 1-ю фазу менструального цикла в яичниках вырабатывается:**

- 1) прогестерон
- 2) пролактин
- 3) эстроген.

**11. Нормальная микрофлора влагалища представлена преимущественно:**

- 1) палочками Додерлейна
- 2) бациллами Коха
- 3) простейшими.

**12. Расположите фазы маточного менструального цикла в правильной последовательности:**

- 1) секреция, регенерация, десквамация, пролиферация
- 2) десквамация, регенерация, пролиферация, секреция
- 3) секреция, пролиферация, регенерация, десквамация.

**13. К комбинированным оральным контрацептивам (КОК) относятся средства, содержащие:**

- 1) гестагены и эстрогены
- 2) тестостерон и соматостатин
- 3) андрогены и альдостерон.

**14. Абсолютным противопоказанием для приёма КОК является:**

- 1) хроническое воспаление половых органов
- 2) возраст женщины до 30 лет
- 3) заболевания с нарушением функции печени.

**15. Женщина должна стать на учёт в женской консультации при сроке беременности до:**

- 1) 6 недель
- 2) 12 недель
- 3) 20 недель

**16. Пигментацию кожи относят к признакам беременности:**

- 1) сомнительным
- 2) вероятным
- 3) достоверным

**17. Одним из вероятных признаков беременности является:**

- 1) изменение аппетита и вкуса
- 2) прощупывание частей плода
- 3) прекращение менструаций

**18. Нормальная прибавка массы тела за неделю во 2-й половине беременности составляет (в граммах):**

- 1) 300
- 2) 600
- 3) 900

**19. Второй дородовой патронаж проводят при сроке беременности:**

- 1) 10-12 недель
- 2) 20-22 недели
- 3) 30-32 недели

**20. Дородовой декретный отпуск выдается при сроке беременности:**

- 1) 30 недель
- 2) 32 недели
- 3) 36 недель

**21. К периоду новорождённости относят возраст:**

- 1) от рождения до одного месяца
- 2) от одного месяца до одного года
- 3) от одного года до 3 лет

**22. Для детей периода грудного возраста характерны:**

- 1) процессы адаптации организма
- 2) высокие темпы роста и развития
- 3) перестройка эндокринной системы

**23. В кишечнике ребёнка, находящегося на естественном вскармливании, преобладают:**

- 1) бифидобактерии и лактобактерии
- 2) кишечная палочка и простейшие
- 3) стафилококки и стрептококки

**24. Рекомендуемый возраст введения прикормов грудному ребёнку составляет:**

- 1) 3 месяца
- 2) 6 месяцев
- 3) 9 месяцев

**25. Выберите формулу для определения должествующей массы тела ребёнка во втором полугодии жизни:**

- 1)  $M_d = m_p + 800 \times n$
- 2)  $M_d = m_p + 800 \times 6 + 400 \times (n - 6)$
- 3)  $M_d = 10 + 2n$



**26. Поправочный коэффициент к массе тела ребёнка трех лет составляет:**

- 1) 10% от МД
- 2) 3 кг
- 3) 6 кг

**27. Потребность в общении со сверстниками формируется у детей к возрасту:**

- 1) 12 месяцев
- 2) 3 года
- 3) 7 лет

**28. Климактерический период у женщин начинается в возрасте:**

- 1) 40-45 лет
- 2) 45-55 лет
- 3) 50-65 лет

**29. Геронтология — это наука о:**

- 1) процессе умирания
- 2) закономерностях старения
- 3) физиологии человека

**30. Наука о болезнях людей пожилого и старческого возраста носит название:**

- 1) педиатрия
- 2) гериатрия
- 3) фтизиатрия.

**31. К периоду пожилого возраста относят людей:**

- 1) 44-59 лет
- 2) 60-69 лет
- 3) 70-90 лет

**32. К долгожителям относят людей старше:**

- 1) 100 лет
- 2) 90 лет
- 3) 70 лет

**33. В старческом возрасте приоритетной становится потребность:**

- 1) двигаться
- 2) общаться
- 3) отдыхать

**34. Выделяют стадий горевания:**

- 1) 3;
- 2) 4;
- 3) 5

**35. Намеренное ускорение смерти или умерщвление носит название:**

- 1) экстирпация
- 2) эктомия
- 3) эвтаназия

Приведите в соответствие левую и правую стороны задания.

36.

Название вакцины	Доза, место и путь введения вакцины
1. Против туберкулёза. 2. Против вирусного гепатита В.	А. 0,1 мл Б. 0,5 мл В. Внутривенный Г. Внутримышечный Д. Плечо Е. Бедро.

37.

Порядковый номер родового патронажа	Цели патронажа
1. Первый патронаж. 2. Второй патронаж.	А. Подготовка семьи к появлению новорождённого. Б. Выявление факторов риска у беременной. В. Информирование о признаках начинающихся родов. Г. Составление индивидуального плана охраны плода.

38.

Периоды онтогенеза	Сроки внутриутробного развития
1. период имплантации 2. период эмбриогенеза 3. период фетогенеза	А. от зачатия до 7-10-го дня Б. от 3 месяцев до родов В. от 7-10 дня до 3 месяцев

39.

Психомоторные навыки младенца	Возраст формирования навыка

1. Непродолжительно удерживает голову.	А. 6 месяцев
2. Самостоятельно стоит.	Б. 11 месяцев
3. Начинает ползать.	В. 12 месяцев
4. Начинает самостоятельно ходить	Г. 2 месяца

40.

Пол ребёнка	Признаки полового созревания
1. Мужской	А. Формирование молочных желёз
2. Женский	Б. Оволосение лобка
	В. Оволосение подмышечных впадин
	Г. Начало менструального цикла
	Д. Оволосение лица
	Е. Мутация голоса
	Ж. Рост хрящей гортани

**Вопросы для**  
**КВАЛИФИКАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА**  
**«ПМ 03. ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ**  
**НЕИНФЕКЦИОННЫХ И ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ,**  
**ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»**  
**МДК. 03.02 Сестринское дело в системе первичной медико-**  
**санитарной помощи**

**МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в**  
**разные возрастные периоды**

1. Понятие «здоровье», «образ жизни», факторы, влияющие на здоровье.
2. Понятие «возраст». Возрастные периоды. «Хронологический возраст». «Биологический возраст». Основные потребности человека в разные возрастные периоды.
3. Основные правила искусственного вскармливания.
4. Факторы, оказывающие негативное влияние на плод (тератогенные) их выявление и профилактика.
5. Скрининг – программа для защиты новорожденных от инвалидизации и ранней гибели.
6. Ежедневный туалет новорожденного.
7. Вакцинация новорожденных, проводимая в родильном доме.
8. Виды грудного молока и преимущества грудного вскармливания.
9. Виды вскармливания. Правила введения прикорма и докорма.
10. Правила введения прикорма.
11. Правила кормления грудью. Абсолютные противопоказания к прикладыванию к груди со стороны матери и ребенка.
12. Признаки гипогалактии, профилактика и лечение.
13. Правила закаливания по Сперанскому.
14. Составление рекомендаций родителям по подготовке ребенка к поступлению в детское дошкольное учреждение (ДДУ).

- 15.** Обязанности медицинской сестры детского дошкольного учреждения (ДДУ).
- 16.** Составление рекомендаций школьникам по формированию здорового образа жизни.
- 17.** Роль медсестры в профилактике рисков для здоровья подростков (травмы, депрессия, суициды, ВИЧ, насилие, преждевременная беременность, недостаточное питание и ожирение, низкая физическая активность).
- 18.** Роль медсестры в профилактике рисков для здоровья подростков (травмы, депрессия, суициды, ВИЧ, насилие, преждевременная беременность, недостаточное питание и ожирение, низкая физическая активность).
- 19.** Проблемы, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области сохранения и укрепления здоровья мужчин зрелого возраста.  
Роль медсестры в решении этих проблем
- 20.** Составление рекомендаций по методам контрацепции.
- 21.** Роль медицинского персонала в оказании консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья. Центры планирования семьи.
- 22.** Признаки беременности. Определение даты предстоящих родов.
- 23.** Физиологические изменения в организме беременной.
- 24.** Составление рекомендаций по режиму, гигиене и питанию беременной женщины.
- 25.** Периоды физиологических родов. Задачи медсестры по подготовке беременной и ее семьи к родам
- 26.** Особенности течения раннего и позднего послеродового периода.  
Составление рекомендаций по гигиене и питанию родильницы.
- 27.** Проблемы пациентки в послеродовом периоде. Роль медицинской сестры в решении этих проблем.

- 28.** Возможные проблемы женщины в климактерическом периоде и роль медсестры в их решении.
- 29.** Составление рекомендаций по адекватной физической нагрузке, рациональному режиму дня, обеспечению безопасной окружающей среды для людей пожилого и старческого возраста.
- 30.** Дать рекомендации пожилому человеку по диетотерапии.
- 31.** Соблюдение основных принципов фармакотерапии у лиц пожилого и старческого возраста.
- 32.** Проблемы, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области сохранения и укрепления здоровья женщин зрелого возраста.  
Роль медсестры в решении этих проблем

## Профессиональн Профессиональная задача № 1

Медицинская сестра детской поликлиники осуществляет первый дородовый патронаж к 20 летней беременной женщине. Во время беседы выяснилось, что беременность у женщины первая, желанная, брак зарегистрирован. Она состоит на диспансерном учёте по поводу хронического заболевания почек, работает на предприятии по производству удобрений, в цехе. Со слов женщины, через месяц ей обещали перевод из цеха на другое рабочее место. До наступления беременности курила, сейчас старается этого не делать. хотя считает, что одна сигарета в день не может нанести существенного вреда ребёнку. На момент проведения патронажа состояние будущей матери удовлетворительное, беременность протекает хорошо, женщину ничего не беспокоит.

### **Задания:**

1. Какую дополнительную информацию необходимо собрать медсестре при проведении первого патронажа?
2. Назовите оптимальные сроки проведения и цели дородовых патронажей.
3. Составьте план сестринского ухода с мотивацией



## Эталон ответа

1. При проведении первого дородового патронажа необходимо выяснить следующую информацию:

- характер и режим питания
- режим двигательной активности и степень физических нагрузок
- перенесённые во время беременности острые заболевания
- наличие вредных привычек (алкоголь, наркотики)
- акушерский анамнез (выявление факторов риска)
- социально–бытовые, материальные условия
- здоровье и наличие вредных привычек у отца будущего ребёнка

2. Кратность проведения дородовых патронажей - 2

Оптимальный срок проведения 1-го патронажа – после постановки беременной на учёт в женской консультации.

Цель: обеспечение оптимальных условий для развития плода.

Оптимальный срок проведения 2-го патронажа – 32-34 неделя беременности

Цель: подготовка будущей матери к грудному вскармливанию, уходу за ребёнком.

3. План сестринского вмешательства

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
<p>1. Медсестра проведёт беседу с беременной женщиной о влиянии курения на развитие плода.</p> <p>2. Медсестра расскажет об угрозе жизни и здоровья будущего ребёнка из-за профессионального контакта беременной с химическими веществами.</p> <p>3. Медсестра порекомендует немедленный отказ от курения и исключение профессиональной вредности.</p> <p>4. Медсестра даст рекомендации по организации правильного питания, режима дня и физических нагрузок для будущей матери</p> <p>5. Медсестра проведёт беседу о факторах риска для развития плода с будущим отцом.</p> <p>6. Медсестра порекомендует медицинскую популярную литературу для будущей матери</p> <p>7. Медсестра порекомендует тщательное наблюдение за функцией почек беременной женщины (регулярный лабораторный контроль); обоснует необходимость регулярного посещения и наблюдения в женской консультации.</p> <p>8. Медсестра ответит на возникшие у женщины вопросы и постарается мотивировать её к здоровому образу жизни.</p>	<p>Ликвидация дефицита знаний беременной</p>
<p>Медсестра заполнит документацию о проведении дородового патронажа.</p>	<p>Осуществление динамического наблюдения за беременной</p>
<p>Медсестра пригласит женщину на занятия в школу молодых матерей.</p>	<p>Подготовка к рождению ребенка</p>

## **Профессиональная задача № 2**

Вы проводите 2-й дородовый патронаж к беременной 20 лет. Беременная просит дать ей советы по приобретению детских вещей, аптечки, организации детской комнаты.

### **Задание:**

1. Сформулируйте настоящие проблемы.
2. Составьте план сестринских рекомендаций с мотивацией.

### Эталон ответа:

1. Проблема: дефицит знаний.
2. План сестринского вмешательства

Действия медицинской сестры	Мотивация
1. Приобретать детские вещи из натуральных тканей, приятных для глаз расцветок.	Для профилактики потёртостей, опрелостей.
2. Для первых месяцев жизни приобрести: Байковое и шерстяное одеяло, 10-12 тонких пелёнок, 5-7 тёплых пелёнок, 5-7 тонких и 3-4 тёплых распашонок Марлевые подгузники, Памперсы (для пользования ночью, для прогулок и т.п.) В зависимости от времени года, легкий или тёплый комбинезон, шапочку, носочки. Детские вещи хранить и стирать отдельно от белья взрослых, гладить с обеих сторон, для стирки использовать детское мыло или специальные детские стиральные порошки	Для предупреждения охлаждения и перегревания ребёнка.  Для профилактики инфицирования ребёнка и раздражения кожных покровов.
3. Приобрести детскую ванночку, коляску, аптечку, которая включает в себя: -стерильную вату, марлю -3%раствор перекиси водорода, -70% и 95% спирт, -перманганат калия, -вазелиновое масло, -детский крем, присыпку, -5% спиртовой раствор йода, -2% раствор бриллиантового зелёного, -специальные детские ножницы, -термометры: медицинский, комнатный, водный. Рекомендовано приобрести фитосбор для купания грудных детей, соски-пустышки, бутылочки, газоотводная трубка, резиновый грушевидный баллон, интерферон, смекту.	С целью организации режима и гигиенического ухода.  Для организации гигиенического ухода.
4. Приобрести детские игрушки, которые должны быть яркими, моющими (пластмассовые или резиновые).	Для организации психомоторного развития.
5. Приготовить детскую комнату, уголок. Светлое, сухое, хорошо проветриваемое помещение (без ковров, открытых книжных стеллажей). В этой комнате не должны жить животные. Кровать поставить в светлом месте, но не на сквозняке. Необходимо иметь пенальный столик.	Для организации гигиенического ухода.

## Профессиональная задача № 3

Вы медицинская сестра родильного дома. При проведении утреннего осмотра ребенка 3 дней, находящегося на естественном вскармливании выявлено: состояние удовлетворительное, сосет грудное молоко активно, лактация у матери достаточная, масса тела 3400 г. (при рождении масса тела 3600 г), стул у ребенка после каждого кормления кашицеобразный, желтый, без примесей слизи. Мама обеспокоена появлением желтушности кожных покровов.

### **Задание:**

1. Оцените состояние ребенка.
2. Назовите причины данных состояний, укажите сроки их появления и исчезновения
3. Составьте план сестринского ухода. Дайте рекомендации маме по уходу за новорожденным.

### Эталон ответа

1. Состояние ребенка удовлетворительное, имеются признаки физиологических переходных состояний новорожденного – физиологическая убыль первоначальной массы тела и физиологическая (транзиторная) желтуха.
2. Потеря массы фиксируется с первых часов после рождения, потеря массы связана с отхождением мекония, мочи, срыгивания околоплодных вод, незначительная лактация в первые дни после родов. У здоровых доношенных детей составляет до 10 % от массы при рождении. Максимум потери к 3 – 4 дню, восстановление к 5 - 6 дню.  
Желтушное окрашивание кожных покровов, слизистых оболочек, общее состояние не нарушено, стул моча – в норме. Происходит вследствие распада фетальных эритроцитов и выхода в свободное кровяное русло токсической формы билирубина. Функционально незрелая печень не справляется с переводом токсической формы билирубина в нетоксическую. Появляется на 3–й день, исчезает к 10–14 дню.
3. План сестринского ухода.

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Объяснить маме о преимуществах грудного вскармливание по требованию ребенка.</li> <li>2. Обеспечить совместное пребывание ребенка и матери в родильном доме.</li> <li>3. Раннее прикладывание ребенка к груди (не позднее 2 часов после родов).</li> <li>4. Ежедневные гигиенические мероприятия по уходу за новорожденным.</li> <li>5. Ежедневный контроль массы тела новорожденного и составление графика убыли массы тела.</li> <li>6. Ежедневный осмотр цвета кожных покровов и слизистых.</li> <li>7. При сохранении желтухи более 14 дней по назначению врача взятие крови на биохимический анализ (билирубин, АЛТ)</li> </ol>	<p>Восполнения дефицита знаний мамы</p> <p>Осуществление свободного режима вскармливания. Профилактика гипогалактии, дальнейшее успешное грудное вскармливание. Получение молозива. Соблюдение гигиены, профилактика заболеваний кожи и слизистых.</p> <p>Контроль прибавки и убыли массы тела, определение предельного процента убыли массы тела (до 10%), восстановление на 6 с. Оценка динамики физиологической желтуха. Сроки исчезновения не позднее 14 дн. Обследования с целью выявления других причин желтухи новорожденного.</p>

### **Профессиональная задача № 4**

На патронаже к новорождённому медсестра выяснила, что ребёнок родился от первой беременности, преждевременных родов при сроке гестации 35 недель с массой 2200г, длиной 47см, закричал сразу, оценка по шкале Апгар 7/8 баллов. Мама просит дать рекомендации по уходу за ребёнком.

#### **Задание:**

Составить план ухода за данным ребёнком.

## Эталон ответа

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
1.Рекомендовать создать благоприятную домашнюю обстановку. Поддерживать температуру воздуха в комнате 20-22С, при купании 22-24С	Организация правильного развития.  Профилактика охлаждения и перегревания.
2.Рекомендовать приобрести весы.	Необходимость регулярного контроля за весовыми прибавками и количеством высосанного молока.
3.Рекомендовать режим свободного вскармливания, по требованию ребёнка.	Для стимуляции лактации и развития сосательного рефлекса.
4.Ежедневно проводить гигиенические ванны. Тщательно ухаживать за кожными покровами.	С целью закаливания и профилактики заболеваний кожи.
5.Выкладывать на живот 3 – 4 раза в день перед кормлением на жесткую поверхность.	Для укрепления мышц живота и профилактики метеоризма.
6.С 4,5 месяцев проводить воздушные ванны по 1 – 3 мин 3 – 4 раза в день в сочетании с поглаживающим массажем.	С целью закаливания и организации физического и психомоторного развития.
7.Ежемесячно посещать врача педиатра.	Для оценки физического и психомоторного развития.
8.Выполнять назначение врача по профилактике рахита, анемии.	Для профилактики заболеваний.
9.Провести осмотр ребёнка специалистами: ортопеда, офтальмолога, невролога, других по показаниям.	Для профилактики заболеваний.
10.Проводить вакцинацию по календарю прививок.	Для профилактики инфекционных заболеваний.
11.Сдать анализы крови, мочи в 1 мес. 3 мес. повторно, по показаниям.	Для профилактики заболеваний.

### **Профессиональная задача № 5**

Вы пришли на 1-й патронаж к новорождённому 5 дней.

После беседы с мамой выяснили: ребёнок родился от первой беременности, первых срочных родов с массой 3,500г, длиной 50см, по шкале Апгар 8/9 баллов. Беременность и роды без патологии, родители молодые, профессиональных вредностей нет, папа курил. Родители просят дать рекомендации по уходу за ребёнком.

#### **Задание:**

Составьте план ухода за ребёнком.



### Эталон ответа

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
1.Квартиру, комнату содержать в чистоте, проводить ежедневно влажную уборку, тщательно проветривать, температура воздуха должна быть 20-22С.	Профилактика заболеваний новорождённого
2.Кормить ребёнка по потребности, давать ему грудь столько раз, сколько он хочет. Рекомендации по профилактике гипогалактии.	Грудное молоко является идеальным пищевым продуктом, необходимым для правильного физического и психомоторного развития.
3.Рекомендации по уходу за кожей, ежедневно проводить утренний туалет, подмывать после дефекации, проводить гигиеническую ванну, тщательно подбирать одежду, не кутать.	Профилактика заболеваний кожи (потёртостей, опрелостей, потницы, пиодермии)
4.Рекомендации по уходу за слизистыми, ногтями.	Для профилактики заболеваний.
5.Рекомендации по организации прогулок.	С целью закаливания и профилактики заболеваний.

## **Профессиональная задача № 6**

Вы участковая медицинская сестра. Проводите патронаж ребенку 5 дней. При осмотре ребенка обратили внимание на умеренное, симметричное увеличение грудных желез, кожа над ними обычной окраски. Со слов мамы самочувствие ребенка не нарушено, сон спокойный, грудь сосет активно, лактация достаточная, в весе прибавляет удовлетворительно.

### **Задание:**

1. Оцените состояние ребенка
2. Назовите причину увеличения грудных желез у ребенка. Укажите срок появления и исчезновения данного состояния.
3. Перечислите возможные осложнения, обусловленные данным состоянием.
4. Составьте план сестринского ухода. Дайте рекомендации по организации гигиенического ухода за новорожденным.

## Эталон ответа

1. Состояние ребенка удовлетворительное, имеются признаки физиологического переходного состояний новорожденного – половой (гормональный) криз.
2. У мальчиков и девочек двустороннее нагрубание молочных желез (физиологическая мастопатия). Увеличение симметричное, кожа над железой не гиперемирована, безболезненна, из желез может выделяться содержимое – бело-молочного цвета, у девочек возможны кровянистые выделения из влагалища. Состояние обусловлено переходом эстрогенов от матери к плоду и после рождения – через грудное молоко. Появляется на 3 – 4 день жизни, исчезает – к 7 – 14 дню.
3. При нарушении гигиенического ухода за новорожденным возможно осложнение - гнойный мастит.
4. План сестринского ухода.

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
1. Объяснить маме о том, что данное состояние является физиологическим. Нельзя выдавливать секрет из грудных желез, растирать и накладывать давящие повязки.	Восполнения дефицита знаний мамы.
2. Ежедневные гигиенические мероприятия по уходу за новорожденным.	Профилактика заболеваний кожи и осложнения физиологического нагрубания.
3. При выраженном нагрубании сухое тепло под распашонку на область грудных желез.	Ускорение рассасывания нагрубания грудных желез.

## Профессиональная задача № 7

Вы участковая медицинская сестра. При проведении патронажа к ребенку 1 мес. Выявлено: состояние ребенка удовлетворительное, масса тела 3700 г. (при рождении 3500 г.) получает грудное вскармливание. Мама обеспокоена тем, что в течение последней недели ребенок капризный, засыпает с трудом, при кормлении плачет, перерывы между кормлениями сократились с 3 часов до 1,5 -2 ч, общая продолжительность сна 15 часов в сутки. Стул 3 раза в день желтый кашицеобразный, без слизи.

### Задание:

1. Оцените состояние ребенка и прибавку массы тела за месяц.
2. Выделите приоритетную проблему.
3. Составьте план сестринского ухода. Дайте рекомендации маме по профилактике гипогалактии.

### Эталон ответа:

1. Прибавка массы тела 200 г. за месяц - недостаточная. Средняя прибавка массы тела ребенка до 6 месяцев 800 г ежемесячно.
2. Беспокойство мамы связано с недостаточным вскармливанием ребенка из-за снижения лактации. Данное состояние называется гипогалактией. Необходимо провести дополнительное исследование – контрольное кормление. Цель – определить количества высосанного молока за одно кормление.
3. План сестринского ухода.

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
<p>1. Объяснить маме о преимуществах естественного вскармливания. Создать психологический настрой и уверенность в способности кормить грудью.</p> <p>2. Мероприятия по повышению лактации:</p> <p>Соблюдение режима дня, достаточный сон.</p> <p>Увеличить объем жидкости матери до 3 л. за сутки.</p> <p>Частые прикладывания к груди ребенка, особенно ночью.</p> <p>Рациональное сбалансированное питание матери, дополнительное введение в рацион (при отсутствии аллергии) грецких орехов, кураги, изюма, зелени.</p> <p>Контрастный душ, растирание грудных желез по часовой стрелке, не затрагивая область ареолы по 10 мин за 30 мин до кормления.</p> <p>По назначению врача прием препаратов, повышающих лактацию: апилак, глутаминовая кислота, сборы трав (анис, одуванчик, укроп).</p>	<p>Восполнение дефицита знаний мамы.</p> <p>Грудное молоко является незаменимым в питании ребенка, источник факторов иммунной защиты, психоэмоциональной связи с матерью.</p>

### **Профессиональная задача № 8**

На приём к педиатру пришла мама с ребёнком 2-х месяцев. Мама обеспокоена, что ребёнок плохо спит, не выдерживает интервал между кормлениями, стал реже мочиться. За месяц прибавил в массе 400 грамм.

#### **Задание:**

- 1.Объяснить ситуацию, выявить потребности, проблемы.
- 2.Составить план действия медицинской сестры с мотивацией.

**Эталон ответа:**

- 1.Нарушена потребность в питании в связи с гипогалактией.
2. План сестринского вмешательства

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
1.Провести контрольное кормление	Определение количества высосанного молока с целью выявления гипогалактии.
2.Рекомендовать: Чаще прикладывать к груди ребёнка; Маме – соблюдать режим питания, отдыхать; Убедить маму и других членов семьи в необходимости грудного вскармливания.	Для стимуляции лактации.
3.Рекомендовать приём лактогенного фиточая, настоя из семян тмина, укропа, аниса, фенхеля.	Для стимуляции лактации.
4.По назначению врача принимать апилак, комплекс специальных поливитаминов, провести УФО, ультразвук, иглорефлексотерапию.	Для стимуляции лактации.
5.После курса лечения провести повторное контрольное кормление, при отсутствии эффекта от лечения, назначить ребёнку докорм.	Для обеспечения достаточного питания и правильного физического и психомоторного развития.

## **Профессиональная задача № 9**

Вы – участковая медицинская сестра детской поликлиники.

Ситуация: при проведении диспансерного осмотра мальчика 6 месяцев выявлено, что состояние ребенка удовлетворительное, имеет следующие показатели антропометрии – длина тела 66 см, масса -8000 г., окружность груди – 44 см, окружность головы – 43 см. Ребенок на грудном вскармливании, лактация у мамы достаточная. Ребенок последние 3 недели получает тертое яблоко по 4 чайные ложки. Мама обеспокоена, достаточно ли полноценное питание получает ее ребенок.

### **Задание:**

1. Сформулируйте проблему, имеющуюся в данной ситуации
2. Оцените физическое развитие ребенка
3. Составьте план сестринского ухода
4. Перечислите правила введения прикормов



### Эталон ответа

1. Дефицит знаний мамы по питанию ребенка.
2. Физическое развитие оценивается по центильным таблицам – среднее, мезосоматотип, гармоничное.
3. План сестринского ухода

Действия медицинской сестры	Мотивация
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Объяснить маме, что ребенок получает полноценное питание, что подтверждает нормальное физическое развитие ребенка.</li><li>2. По возрасту ребенка можно начинать введение первого прикорма – овощное пюре.</li><li>3. Стремиться сохранить кормление грудным молоком.</li><li>4. Продолжить введение фруктового пюре до полного объема, ввести постепенно и поочередно корректирующие добавки (фруктовый сок, яичный желток)</li></ol>	<p>Восполнения дефицита знаний мамы.</p> <p>Восполнение возросших потребностей ребенка в пищевых ингредиентах.</p> <p>Грудное молоко является незаменимым в питании ребенка, источник факторов иммунной защиты, психоэмоциональной связи с матерью.</p> <p>Восполнение водо- и жирорастворимых витаминов.</p>

#### Правила введения прикорма:

- вводить только здоровому ребенку;
  - не вводить при изменении условий жизни ребенка (например, переезде);
  - первый прикорм во второе кормление;
  - прикорм вводится перед кормлением грудью в теплом виде;
  - дается только с ложки;
  - вводится постепенно, с малых количеств, доводя до полного объема (не более 150 г);
  - переход к новому виду продукта возможен только после привыкания к предыдущему;
- густота прикорма с возрастом должна возрастать.

## Профессиональная задача № 10

Вы медицинская сестра детской поликлиники кабинета «Здорового ребенка». При проведении диспансерного осмотра ребенка 6 месяцев выявлено: масса тела 8200 г, длина тела 66 см, окружность головы – 43 см, окружность груди – 43 см.

Психомоторное развитие: ребенок способен различать свое и чужое имя; берет игрушку из разных положений и подолгу ею занимается, перекладывает из одной руки в другую; может переворачиваться с живота на спину, не сидит.

В полости рта 2 нижних резца.

### Задание:

1. Оцените физическое развитие ребенка.
2. Оцените психомоторное развитие ребенка
3. Составьте план сестринского ухода. Дайте рекомендации маме по режиму дня и занятиям с ребенком данного возраста.

### Эталон ответа

1. Физическое развитие ребенка оценивается по центильным таблицам: физическое развитие среднее, мезосоматотип, гармоничное.
2. Психомоторное развитие ребенка.  
 «способен различать свое и чужое имя» - соответствует возрасту  
 «берет игрушку из разных положений и подолгу ею занимается, перекладывает из одной руки в другую» - соответствует возрасту  
 «переворачиваться с живота на спину» - соответствует возрасту  
 «не сидит» - для данного возраста свидетельствует о замедлении темпа развития общих движений.  
 Наличие 2 нижних резцов соответствует возрастной норме, формула расчета количество зубов:  $N - 4$  (где N – количество месяцев жизни ребенка).

### 3. План сестринского ухода.

Действия медицинской сестры	Мотивация
<p>1. Рассказать маме об организации режима ребенку данного возраста.            Режим II: бодрствование – 2 ч.            сон – 16-17 часов в сутки–            Режим кормления: 5-разовое с интервалов в 4 часа.</p> <p>2. Массаж и развивающая гимнастика:            Массаж ручек. Попеременное сгибание и разгибание ручек перед грудью «бокс» 6-8 раз. Массаж ножек и стоп, «Скользящие шаги» 6-8 раз. Активное потягивание ручек вверх за игрушкой 4-6 раз. Сгибание и разгибание ножек поочередно вместе 6-8 раз. Круговые движения согнутых ножек в положении на животе 4-6 раз. Прогибание спинки с поддержкой взрослого в положении на спине 2-3 раза. Массаж животика по часовой стрелке. Поворот с животика на спинку и обратно 3-4 раза. Массаж спинки и ягодичек. Присаживание за одну ручку 3-4 раза.            Приподнимание за отведенные ручки до положения стоя.            Ползание на четвереньках за игрушкой.            Перекрестные движения ручек перед грудкой «кучерские движения» 5-8 раз.            Круговые движения ручек в положении лежа.</p> <p>3. Закаливание:            Ежедневные гигиенические ванны,            Ежедневные прогулки не менее 4 часов в день и при температуре воздуха не ниже <math>-10^{\circ}\text{C}</math>.</p>	<p>Восполнение дефицита знаний мамы.</p> <p>Своевременное развитие физических навыков.</p> <p>Профилактика заболеваний.</p>

## Профессиональная задача № 11

На приём в поликлинику пришла мать с годовалой девочкой. По результатам антропометрии вес ребёнка - 9,5 кг, рост - 75 см, окружность груди - 49 см; психомоторное развитие соответствует возрасту. Во время приёма медсестра рассказала матери о том, каких врачей-специалистов ей необходимо посетить, дала направления на лабораторные анализы. Мать считает, что это необязательно, т.к. ребёнок здоров. Кроме того, интересуется, какой режим дня должен быть у дочери на втором году жизни.

### Задание

1. Оцените физическое развитие ребёнка по центильной таблице.
2. Составьте план сестринского вмешательства.
3. Расскажите о диспансерном наблюдении ребёнка раннего возраста в детской поликлинике.

### Эталон ответа

1. Физическое развитие ребёнка мезосоматическое, гармоничное.
2. План сестринского ухода.

Действия медицинской сестры	Мотивация
<ul style="list-style-type: none"><li>• Медсестра расскажет матери о необходимости и содержании диспансерного наблюдения за ребёнком раннего возраста для обеспечения полноценного развития и профилактики заболеваний.</li><li>• Медсестра расскажет матери об организации рационального режима дня на втором году жизни</li><li>• Медсестра порекомендует матери популярную медицинскую литературу.</li></ul>	Ликвидация дефицита знаний мамы об организации ухода за ребёнком

3. Медсестра будет принимать участие в организации и проведении диспансерных осмотров ребёнка.

Частота осмотров специалистами: 1 раз в квартал.

При проведении профилактических осмотров осуществляется контроль за режимом дня, питания, проведением гимнастики и закаливающих процедур, выполнением рекомендаций по воспитанию, профилактике рахита, подготовке к детскому дошкольному учреждению.

При объективном осмотре: особое внимание обращается на динамику массы тела и роста, зубную формулу, состояние прикуса, поведение, состояние кожных покровов, костно-мышечной системы, состояние зубов и характер прикуса, состояние внутренних органов.

Дополнительные методы обследования: антропометрия 1 раз в квартал, клинический анализ крови, мочи и кала на яйца глистов 1 раз в год. Определяется прогноз адаптации к детскому учреждению. По результатам диспансеризации дается комплексная оценка состояния здоровья и назначается комплекс профилактических и оздоровительных мероприятий.

Критерии эффективности диспансеризации: показатели психомоторного и физического развития, данные клинического обследования и частота заболеваний, степень тяжести адаптации к детскому учреждению.

## Профессиональная задача № 12

К медицинской сестре детского сада обратилась мать 3 летней девочки, которая только что начала ходить в детский сад (4 день посещения). Она волнуется за здоровье дочери, так как дома перестала есть, беспокойно спит ночью, стала плаксивая. Во время беседы с матерью медсестра выяснила, что девочка привыкла к тому, что мать ее кормит, одевает, перед сном укачивает в кровати.

### Задание:

1. Определите причину и последствия данного состояния ребенка.
2. Перечислите основные показатели нервно-психического развития ребенка 3 лет.
3. Составьте план сестринских мероприятий по уходу за ребенком.

### Эталон ответа

1. Нарушение адаптации ребенка к ДДУ. Риск формирования невротических состояний, нарушения здоровья.
2. Показатели нервно-психического развития
  - Словарный запас 1200-1300 слов
  - Употребляет сложные предложения, задает вопросы
  - Знает основные цвета
  - Проявляет элементы простой сюжетной игры
  - Самостоятельно одевается, может застегнуть пуговицы
  - Самостоятельно ест.

### 3. План сестринского ухода.

<b>Действия медицинской сестры</b>	<b>Мотивация</b>
<p>Медсестра ДДУ осуществляет в полном объеме мероприятия по смягчению периода адаптации ребенка к ДДУ:</p> <p>Постепенное увеличение времени пребывания ребенка в детском саду</p> <p>Разрешит присутствие матери с ребенком в течение нескольких дней,</p> <p>Индивидуальный подход к кормлению ребенка, Учет индивидуальных особенностей и привычек,</p> <p>Постепенный переход к общим требованиям,</p> <p>Исключение негативных факторов,</p> <p>Заинтересовать ребенка времяпровождение в детском саду совместно в воспитателями</p>	Профилактика осложнений периода адаптации
Провести беседу с матерью о необходимости отучения ребенка от вредных привычек, формирование самостоятельных навыков при одевании, приеме пищи	Устранение дефицита знаний матери
Не проводить прививки в течение 1 месяца от начала поступления в детский сад	Профилактика соматических заболеваний в период адаптации
Осуществлять контроль над созданием в ДДУ безопасных условий для гармоничного развития ребенка.	Контроль за развитием ребенка, профилактика осложнений