

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Воронежский государственный технический  
университет»  
Строительно-политехнический колледж

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ  
ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ  
по междисциплинарному курсу

**МДК.01.02 Основы профилактики**

Специальность: 34.02.01 «Сестринское дело»

Методические указания обсуждены на заседании методического совета СПК

19.03.2021 г. Протокол № 7.

Председатель методического совета СПК  Сергеева С. И.

Методические указания одобрены на заседании педагогического совета СПК

26.03.2021 г. Протокол № 7

Председатель педагогического совета СПК  Дегтев Д. Н.

**2021**

Разработчики:

ВГТУ Преподаватель высшей категории СПК \_\_\_\_\_ Н.Н. Кораблина

ВГТУ Преподаватель высшей категории СПК \_\_\_\_\_ М.В. Жданова

В результате освоения междисциплинарного курса МДК.01.02 Основы профилактики обучающийся должен обладать следующими умениями и знаниями, предусмотренными ФГОС СПО специальность 34.02.01

Сестринское дело.

В результате освоения междисциплинарного курса обучающийся должен **уметь**:

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;
- консультировать пациента и его окружение по вопросам иммунопрофилактики;
- консультировать по вопросам рационального и диетического питания;
- организовывать мероприятия по проведению диспансеризации;

В результате освоения междисциплинарного курса обучающийся должен **знать**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;
- основы иммунопрофилактики различных групп населения;
- принципы рационального и диетического питания;
- роль сестринского персонала при проведении диспансеризации населения и работе «школ здоровья».

В результате освоения междисциплинарного курса обучающийся должен **иметь практический опыт**:

- проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода;

Изучение междисциплинарного курса направлено на формирование у обучающихся следующих общих и профессиональных компетенций:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.

- ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
- ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.
- ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.
- ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.
- ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
- ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.

ПК 1.2 Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.

ПК 1.3 Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.

## **Практическое занятие 1**

### **Тема: «Знакомство с работой кабинетов профилактики и Центров здоровья»**

Цель занятия формирование:

- 1 умения:
  - организовать медицинскую помощь по участковому принципу в поликлинике, стационаре, на дому;
  - изучить структурные подразделения поликлиники, работу кабинетов профилактики и Центров здоровья и их задачи,
- 2 навыков проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода

#### ***Методические указания***

- 1 Ознакомится с теоретическим материалом: Технология и организация медицинской профилактики в первичном звене здравоохранения.
- 2 Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) *Задачи профилактики в первичном звене.*
  - 2) *Основные функции сотрудников лечебно-профилактических учреждений.*
  - 3) *Профилактические оздоровительные мероприятия, технологии медицинской профилактики.*
  - 4) *Классификация факторов риска развития заболеваний.*
  - 5) *Характеристика физических, психических, социальных и экономических факторов риска*
  - 6) *Методы, технологии и средства укрепления здоровья населения и профилактика его нарушений.*
3. Блок информации по теме: Организация работы Центров здоровья. Роль сестринского персонала в работе Центров здоровья.
4. Изучить структуру и функции центра медицинской профилактики.

## Практическое занятие 2

### Тема: Обучение навыкам проведения профилактических мероприятий по предупреждению заболеваний

Цель занятия формирование:

умения:

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;
- консультировать пациента и его окружение по вопросам иммунопрофилактики;
- консультировать по вопросам рационального и диетического питания;

навыков:

- проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода

#### *Методические указания*

1.Ознакомится с теоретическим материалом: Здоровье и образ жизни

| Категории факторов риска | Примеры факторов риска                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Доля, % |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Образ жизни              | Курение<br>Употребление алкоголя<br>Несбалансированное питание<br>Стрессовые ситуации (дистрессы)<br>Вредные условия труда<br>Гиподинамия<br>Низкая физическая активность<br>Потребление наркотиков, злоупотребление лекарствами<br>Напряженные семейные отношения<br>Напряженные психоэмоциональные отношения на работе<br>Низкий культурный и образовательный уровень | 50      |
| Внешняя среда            | Загрязнение воздуха канцерогенами и другими вредными веществами<br>Загрязнение воды канцерогенами и другими вредными веществами<br>Загрязнение почвы<br>Резкие смены состояния атмосферы<br>Повышенные гелиокосмические, радиационные, магнитные и другие излучения                                                                                                     | 20      |
| Генетические факторы     | Пredisположенность к наследственным болезням<br>Наследственная predisположенность к тем или иным                                                                                                                                                                                                                                                                        | 20      |

|                 |                                                                                                        |    |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|                 | заболеваниям                                                                                           |    |
| Здравоохранение | Неэффективность профилактических мероприятий<br>Низкое качество и несвоевременность медицинской помощи | 10 |

2. Ответить на контрольные вопросы:

- 1) *Дайте определение понятию: здоровье, заболеваемость.*
- 2) *Параметры физического здоровья.*
- 3) *Основные требования к организации здорового образа жизни.*
- 4) *Задачи профилактики в первичном звене*
- 5) *Дайте определение понятию «фактор риска».*
- 6) *Какие факторы риска Вы знаете?*
- 7) *Сколько групп здоровья у взрослого и детского населения (перечислите).*
- 8) *Какие виды здоровья вы знаете.*
- 9) *Перечислите параметры физического здоровья.*
- 10) *Перечислите основные составляющие здорового образа жизни.*

3. Блок информации по теме: Обучение навыкам проведения профилактических мероприятий по предупреждению заболеваний

4. Выполните тестовое задание:

Выберите правильный ответ

1. Профилактика это:

- А) комплекс мероприятий, обеспечивающих развитие и воспитание здорового человека, предупреждение заболеваний и инвалидизации
- Б) изучение индивидуального здоровья человека
- В) охрана здоровья здоровых людей
- Г) предупреждение заболеваний

2. Первичная профилактика это:

- А) изучение резистентности организма
- Б) предупреждение заболеваний путем устранения причинных и предрасполагающих факторов
- В) раннее выявление заболеваний и функциональных нарушений
- Г) наблюдение за пациентами с хроническими заболеваниями.

3. Направление первичной профилактики:

- А) Формирование групп риска
- Б) Динамическое наблюдение за группами риска
- В) Мониторинг физического и психического развития.
- Г) Улучшение качества жизни

4. Вторичная профилактика это:

- А) наблюдение за пациентами с хроническими заболеваниями.
- Б) медико-социальная адаптация пациентов с хроническими заболеваниями и инвалидов к трудовой деятельности

- В) раннее выявление заболеваний и функциональных нарушений, предупреждение их прогрессирования  
Г) гигиенические мероприятия общие и индивидуальные
5. Направление вторичной профилактики:
- А) Планирование семьи  
Б) Систематическое наблюдение за беременной женщиной  
В) Организация рационального питания  
Г) Выявление предрасположенности или ранних признаков заболеваний
6. Третичная профилактика это:
- А) наблюдение за пациентами с хроническими заболеваниями.  
Б) диагностика уровня здоровья и его прогнозирование  
В) Эпидемиологический контроль  
Г) Контроль за экологической ситуацией
7. Направление третичной профилактики:
- А) Формирование групп риска  
Б) Динамическое наблюдение за группами риска  
В) Мониторинг физического и психического развития  
Г) Реабилитация пациентов с хроническими заболеваниями
8. Национальный проект «Здоровье» запущен в:
- А) 2000 году  
Б) 2002 году  
В) 2006 году  
Г) 2007 году
9. Одно из направлений национального проекта Здоровье:
- А) лечение заболеваний  
Б) развитие первичной медико-санитарной помощи  
В) противоэпидемические мероприятия в очаге инфекции  
Г) иммунизация населения

### **Практическое занятие 3**

#### **Тема: Проведение скрининга при различных заболеваниях.**

Цель занятия формирование:

умения:

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;

навыков:

- проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода

#### **Методические указания**

1. Ознакомится с теоретическим материалом: Скрининг. Методы скрининга, участие медсестры
2. Ответить на контрольные вопросы:

- 1) . Дайте определение понятию скрининг.
- 2) . Перечислите основные скрининговые методы.
- 3) Скрининг при онкологических заболеваниях.
- 4) Задачи профилактики в первичном звене
- 5) Дайте определение понятию «фактор риска».

- 6) *Какие факторы риска Вы знаете?*
- 7) *Сколько групп здоровья у взрослого и детского населения (перечислите).*

3. Проведите скрининг при онкологическом заболевании (тема соответствует номеру в списке группы). Отчет запишите в тетради.

1. Рак трахеи;
2. Рак легкого;
3. Рак плевры;
4. Рак желудка
5. Рак желчного тракта
6. Рак печени
7. Рак поджелудочной железы
8. Рак пищевода
9. Рак тонкого кишечника
10. Рак прямой или ободочной кишки
11. Рак яичек
12. Рак тела матки
13. Рак яичников
14. Опухоли плаценты (хориокарциномы)
15. Рак ротовой полости
16. Рак гортани или глотки
17. Рак пазухи или полости носа
18. Базально-клеточная или сквамозно-клеточная карцинома
19. Лейкоз (лейкемия)
20. Первичные опухоли головного мозга и мозговых оболочек
21. Опухоли периферической нервной системы
22. Меланома
23. Опухоли почек
24. Рак мочевого пузыря
25. Опухоли костей и хрящей

4. Проведите скрининг при следующих заболеваниях: (тема соответствует номеру в списке группы). Отчет запишите в тетради.

- 1) Перечень заболеваний:
- 2) Инфаркт миокарда
- 3) Гипертоническая болезнь
- 4) Порок сердца
- 5) Нарушение ритма и проводимости
- 6) Ишемический инсульт
- 7) Геморрагический инсульт
- 8) Нейроциркулярная дистрофия
- 9) Варикозное расширение вен
- 10) Геморрой
- 11) Тромбоэмболия

- 12) Гастрит
- 13) Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки
- 14) Гастродуоденит
- 15) Колит
- 16) Энтерит
- 17) Острый бронхит
- 18) Пневмония
- 19) Астма
- 20) Туберкулез
- 21) Пиелонефрит
- 22) Гломерулонефрит
- 23) Мочекаменная болезнь
- 24) Острая почечная недостаточность
- 25) Остеохондроз
- 26) Системная красная волчанка
- 27) Системная склеродермия
- 28) Цирроз печени
- 29) Covid-19

5. Выполните тестовое задание по теме: «Скрининг. Методы скрининга, участие медсестры»

Выберите правильный ответ

1. Неонатальный скрининг проводится:

- А) беременным женщинам
- Б) новорожденным
- В) детям грудного возраста
- Г) детям в 1 год

2. Заболевание обмена, выявляемое при неонатальном скрининге:

- А) омфалит
- Б) фенилкетонурия
- В) пневмония
- Г) кефалогематома

3. Заболевание, выявляемое при неонатальном скрининге:

- А) муковисцидоз
- Б) гемофилия
- В) внутричерепная родовая травма
- Г) гемолитическая болезнь новорожденных

4. Заболевание, выявляемое при неонатальном скрининге:

- А) везикуллопустулез
- Б) склеродермия
- В) галактоземия
- Г) рахит

5. Заболевание эндокринной системы, выявляемое при неонатальном скрининге:

- А) аденогенитальный синдром
- Б) болезнь Дауна
- В) болезнь Вильсона
- Г) синдром гипервозбудимости

#### **Практические занятия 4**

**Тема: Профилактика болезней сердечно-сосудистой, эндокринной, дыхательной, нервной системы.**

Цель занятия формирование:

- 1 умения:
  - обучать население принципам здорового образа жизни;
  - проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;
- 2 навыков проведения профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья населения.

**Методические указания**

- 1 Ознакомится с теоретическим материалом по теме: Профилактика нарушений здоровья.
- 2 Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) *Методы и средства профилактики заболеваний.*
  - 2) *Гигиеническое воспитание населения разных возрастных групп. Основные принципы иммунопрофилактики.*
  - 3) *Виды биопрепаратов, используемые в активной иммунизации.*
  - 4) *Принципы проведения вакцинопрофилактики.*
  - 5) *Профилактика ОРВИ и гриппа.*
  - 6) *Профилактика болезней органов дыхания, сердечно-сосудистой, эндокринной, нервной системы.*
  - 7) *Понятие «Психическое здоровье».*
  - 8) *Факторы риска нарушений психического здоровья в разные возрастные периоды.*
  - 9) *Укрепление психического здоровья.*
  - 10) *Методы психопрофилактики.*

**3 Заполните пробелы недостающими словами**

- 1) Валеология - это теория и практика формирования, \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ здоровья человека с использованием \_\_\_\_\_ технологий.
- 2) Предметом валеологии является \_\_\_\_\_ здоровье человека, умение \_\_\_\_\_ к условиям среды, способность к \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_.
- 4) Объектом валеологии выступает относительно \_\_\_\_\_ человек или человек, находящийся в состоянии \_\_\_\_\_.
- 5) Цель валеологии – \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ здоровья человека
- 6) Конституция человека – это совокупность \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ особенностей, сложившихся на основе \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ свойств организма и определяющих его \_\_\_\_\_.

**4 Согласны ли вы с утверждением, выберите один ответ.**

- 1).Первичная профилактика состоит в предупреждении заболеваний путем устранения причинных и предрасполагающих факторов.
  - 7) **Да. Нет.**
- 2).Третичная профилактика – наблюдение за пациентами с хроническими заболеваниями.
  - 8) **Да. Нет.**
- 3).Качество сестринской помощи не определяется внедрением новых организационных форм ухода за пациентами,
  - 9) **Да. Нет.**

4).Оккупациональная терапия состоит из комплекса знания, умений и навыков, которые помогают лицам с ограниченными возможностями сохранять здоровье.

10) Да. Нет

11)

5.Решить ситуационные задачи по теме:

**Задача 1.** Ваш сосед Федор Иванович – пенсионер 55 лет, бывший майор спецназа, воевал в горячих точках. Год назад у него умерла жена. Сын и дочь взрослые, живут за границей. Диету не соблюдает, любит солености, копченую рыбу, часто есть всухомятку. Выпивает по вечерам 3 – 4 раза в неделю, курит по две пачки сигарет в день. Любимый отдых - стрельба в тире, но ходит туда все реже. Предпочитает полежать на диване и посмотреть боевики. Единственный светлый луч в его жизни – женщина, с которой он познакомился на кладбище, посещая могилу жены. Его беспокоит, что он стал плохо спать, устает, он боится, что нервы совсем сдадут, а он один, рассчитывает, может только за себя С.С. просит у вас совета о том, как избежать заболевания нервной системы.

**Задание** Дайте рекомендации Ф.И. , как избежать заболеваний нервной системы

**Задача 2** Вашему брату Пете, студенту 2 курса медучилища, дали задание составить план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья. Петя прогулял много занятий и обратился к Вам за помощью. Просит объяснить ему, что такое репродуктивное здоровье и помочь выполнить внеаудиторную самостоятельную работу.

**Задание.** Объясните Пете: что означает понятие «репродуктивное здоровье» и помогите составить план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья.

**Задача3** Зоя Петровна, женщина 25 лет. Не работает, домохозяйка. Стаж курения семь лет, выкуривает по две пачки сигарет в день. Вышла замуж три года назад. Находится на втором месяце беременности. Бросить курить отказывается. Муж курит с 10 лет. Зоя Петровна встала на учет в женской консультации по беременности. Не понимает, какой вред наносит своему еще не родившемуся ребенку. Оба супруга курят дома во всех помещениях.

**Задания**

1. Какие факторы риска могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье супругов?
2. Составьте план и тезисы индивидуальной беседы для супругов «О вреде табакокурения»

**Задача4.** Екатерина Степановна, женщина 23 лет. Не работает, студентка второго курса ПТУ. Стаж курения девять лет, выкуривает по две пачки сигарет в день. Вышла замуж три года назад. Находится на третьем месяце беременности. Бросить курить отказывается. Муж не вмешивается, так как сам курит с 13 лет. Екатерина Степановна встала на учет в женской консультации по беременности. Не понимает, какой вред наносит своему еще не родившемуся ребенку. Оба супруга курят дома, на кухне.

**Задания:**

- 1.Какие факторы риска могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье супругов?
- 2.Составьте памятку для супругов «О вреде табакокурения при беременности».

## Практические занятия 5

### Тема: Профилактика нарушений репродуктивного и психического здоровья. Профилактика онкологических заболеваний.

Цель занятия формирование:

умения:

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;

навыков проведения профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья населения.

#### **Методические указания**

1. Ознакомится с теоретическим материалом по теме: Профилактика нарушений здоровья.
2. Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) *Определите задачи первичной профилактики заболеваний человека.*
  - 2) *Определите задачи вторичной и третичной профилактики заболеваний человека.*
  - 3) *Охарактеризуйте мероприятия первичной, вторичной и третичной профилактики.*
  - 4) *Какие реализационные цели предусматривает санитарное просвещение.*
  - 5) *Профилактика болезней нарушений репродуктивного и психического здоровья. Профилактика онкологических заболеваний.*
3. Выполните тестовое задание По теме: «Профилактика нарушений здоровья»
  1. Охрана и укрепление здоровья здоровых проводится в отношении:
    - А) больных людей в стадии реконвалесценции
    - Б) больных при острых заболеваниях
    - В) больных при хронических заболеваниях
    - Г) здоровых людей
  2. Принципы охраны здоровья здоровых:
    - А) доступность мероприятий по экспресс-оценке состояния здоровья
    - Б) непрерывность оздоровительных мероприятий в течение всей жизни человека;
    - В) ответственность человека за свое здоровье и здоровье своих близких
    - Г) все ответы правильны
  3. Роль медсестры в реализации концепции Здоровья:
    - А) проводить диспансеризацию населения
    - Б) проводить сан-эпид. работу
    - В) формировать у населения психологию здоровья
    - Г) наблюдение за пациентом при остром заболевании
4. Выполните расчетные задания и зафиксируйте ответы:

1. Определите прогнозируемый рост мальчика, если рост отца-189 см, матери-170 см.  
Ответ: рост \_\_\_\_\_
2. Определите прогнозируемый рост девочки, если рост отца-185 см, матери-166 см.  
Ответ: рост \_\_\_\_\_
3. Рост женщины стоя 155 см, рост сидя 82 см. Рассчитайте коэффициент пропорциональности (КП)  
Ответ: КП \_\_\_\_\_ (норма 87-92%)
4. Рост мужчины стоя 172 см, рост сидя 89 см. Рассчитайте коэффициент пропорциональности  
Ответ: КП \_\_\_\_\_
5. Масса женщины - 60 кг, рост- 168 см. Рассчитайте индекс Кетле и сделайте выводы.  
ИК менее 18 – недостаточная масса  
ИК= 18-20 – показатель стройности  
ИК =20-25 – норма  
ИК более 25 – избыток массы  
Ответ: ИК \_\_\_\_\_.

#### **Эталоны ответов**

1. 179,5
2. 175,5
3. 89.02
4. 93.25
5. 26,97

### **Практическое занятие 6** **Тема: Работа в школах здоровья**

Цель занятия формирование:

умения:

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;

навыков:

- проведения профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья населения.

#### **Методические указания**

1. Ознакомится с теоретическим материалом по теме: «Школа здоровья».
2. Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) Понятие «школы здоровья».
  - 2) Какие цели в «школе здоровья»?
  - 3) Какие задачи в «школе здоровья»?

- 4) Какие выделяют основные «школы здоровья»?
- 5) Структура занятия в «школе здоровья».
- 6) Как комплектуются группы в «школе здоровья»?
- 7) Основная учетно-отчетная документация.
- 8) Основные аспекты работы «школы здоровья» для больных артериальной гипертензией

3 Решить ситуационные задачи по теме:

**Задача.** Мария Ивановна, женщина 30 лет. Работает вахтером в общежитие.

Страдает ожирением, при массе тела-120 кг, ее рост 165 см. Она очень любит покушать: тортики, конфеты, бутерброды с салом и ветчиной и т.д. Двигается мало. Живет на первом этаже, рядом с домом. После работы идет в магазин, и весь день смотрит сериалы по телевизору, лежа на диване. И что-нибудь кушает при этом. Она не замужем. Родители умерли, живет одна. Работа, еда и телевизор - это вся её жизнь. Больной себя не считает.

**Задания:**

1. Выявите факторы риска, имеющиеся у Марии Ивановны. Определите ИМТ и объясните его значение.

**Задача.** Петр Иванович, мужчина, 40 лет. Работает вахтером в общежитие. Страдает ожирением, при массе тела=120 кг его рост 165 см. Он очень любит покушать: тортики, конфеты, бутерброды с салом и ветчиной и так далее. Двигается мало. Живёт П.И. на первом этаже, работает рядом с домом. После работы идёт в магазин, и весь день смотрит боевики по телевизору, лёжа на диване. И что-нибудь кушает и выпивает при этом. Родители умерли. С женой в разводе, детей нет, живет один. Работа, еда и телевизор-вся его жизнь. Больным себя не считает.

- Задания:**
1. Выявите факторы риска, имеющиеся у Петра Ивановича.
  2. Составьте памятку о ЗОЖ (здоровом образе жизни) для Петра Ивановича.

4 Подготовьте и проведите беседы по ЗОЖ с пациентами и их родственниками

**Пример тем для проведения беседы с пациентом и его окружением по ЗОЖ**

Задание: Составьте план и тезисы индивидуальной беседы

1. Профилактика пищевых отравлений в летний период.
2. Профилактика детского травматизма в летний период.
3. Профилактика школьного травматизма.
4. Правила поведения для пациента пожилого возраста в летний период.
5. Профилактика табакокурения у подростков.
6. Профилактика гиподинамии у подростков.
7. Профилактика гиподинамии для пациента пожилого возраста.
8. Здоровое питание для подростков.
9. Здоровое питание для пациента пожилого возраста.
10. Профилактика пищевых отравлений в летний период.

11. Профилактика детского травматизма в летний период.
12. Профилактика школьного травматизма.
13. Правила поведения для пациента пожилого возраста в летний период.
14. Профилактика табакокурения у подростков.
15. Профилактика гиподинамии у подростков.
16. Профилактика гиподинамии для пациента пожилого возраста.
17. Профилактика алкоголизма у подростков
18. Профилактика употребления современных наркотиков
19. Здоровое питание для пациента пожилого возраста.
20. 11 Красивые зубы – залог красоты и здоровья
21. 12 Профилактика заражения ВИЧ- инфекцией
22. 13 Профилактика простудных заболеваний в холодный период

## Литература

а) Нормативные правовые документы:

1. Приказ № 527 Министерства просвещения Российской Федерации от 04.07.2022 г. «Об утверждении ФГОС СПО по специальности 34.02.01 «Сестринское дело».
2. Приказ № 762 Министерства просвещения Российской Федерации от 24.08.2022 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам СПО».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования» от 17 декабря 2020 г. № 747.

Основные источники:

- 1 Барышева, Е. С. Культура здоровья и профилактика заболеваний [Электронный ресурс] : Учебное пособие для СПО / Е. С. Барышева, С. В. Нотова. - Саратов : Профобразование, 2020. - 214 с.

Дополнительные источники:

- 1 Эпидемиология и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи [Электронный ресурс] / Л. П. Зуева [и др.]. - Эпидемиология и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи ; 2024-12-25. - Санкт-Петербург : Фолиант, 2017. - 287 с.
- 2 Мисюк, Марина Николаевна. Основы медицинских знаний : Учебник и практикум Для СПО / Мисюк М. Н. - 3-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2020. - 499 с.
- 3 Петрушин, Валентин Иванович. Психология здоровья : Учебник Для СПО / Петрушин В. И., Петрушина Н. В. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 381.
- 4 Эпидемиология и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи [Электронный ресурс] / Л. П. Зуева [и др.]. - Эпидемиология и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи ; 2024-12-25. - Санкт-Петербург : Фолиант, 2017. - 287 с.
5. Сестринское дело в терапии. Учебник для СПО / Петров В.Н., Лапотников В.А., Эмануэль В.Л., Петрова Н.Г. – 2-е изд.; испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2023. – 475с.

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»,  
необходимых для освоения дисциплины:**

- 1 Министерство здравоохранения и социального развития РФ – <http://www.minzdravsoc.ru>.
- 2 ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека - <http://www.rospotrebnadzor.ru>.
- 3 Информационно-методический центр «Экспертиза» - <http://www.fegsen.ru>.