

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Воронежский государственный технический университет»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**к практическим занятиям**  
**МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение**  
для студентов специальности 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**

**Разработчик:**

ВГТУ Преподаватель высшей категории СПК  Е.Н. Шмалий

Методические указания составлены в соответствии с программой МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение на основе ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение должен:

**иметь практический опыт:**

-проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода.

**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.

**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».

После изучения МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение студент должен овладеть общими и профессиональными компетенциями:

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.

Были освоены следующие ОК:

ОК 1 Понимать сущность 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.

## Практическое занятие № 1

**Тема практического занятия:** Антенатальный и неонатальный периоды.

Цель занятия формирование:

1. умения выявлять:

- факторы, которые могут повлиять на плод во время беременности;
- признаки живорождения и доношенности новорожденного (внешние и функциональные), оценивать состояние новорожденного;
- степень недоношенности по данным антропометрии, владеть принципами выхаживания недоношенных детей в кувезе;

2. навыков проведения родовых патронажей, первого патронажа к новорожденному, подсчета баллов по шкале Апгар, определения групп здоровья детей, утреннего туалета новорожденного в палате (проведение гигиенической ванны новорожденному, пеленание новорожденного, туалет пупочной ранки, обработка глаз новорожденного обработка носовых ходов, подмывание ребенка и обработка естественных складок, умывание ребенка, проведение антропометрии, согревание недоношенного новорожденного с помощью грелок, уход за недоношенным ребенком в кувезе, навыков расчета разовой и суточной дозы пищи доношенному и недоношенному ребенку.

### Методические указания

1 Ознакомится с теоретическим материалом

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) *Понятие антенатального, или внутриутробного периода;*
- 2) *Неонатальный период;*
- 3) *Первичная обработка новорожденного;*
- 4) *Вакцинация новорожденных;*
- 5) *Пограничные состояния новорожденных.*
- 6) *Анатомо-физиологические особенности органов и систем новорожденного ребенка;*
- 7) *Недоношенный новорожденный ребенок;*
- 8) *Признаки недоношенности;*
- 9) *Основные потребности недоношенного новорожденного и способы их удовлетворения;*
- 10) *Этапы выхаживания недоношенных.*

3 Оценка состояния новорожденного по шкале Апгар

4 Определение степени недоношенности

5 Отработать практические навыки ухода за новорожденным на фантоме:

утренний туалет новорожденного, туалет пупочной ранки, применение грелок для согревания новорожденного, измерение температуры тела у новорожденного, обработка глаз новорожденного, обработка носовых ходов, подмывание ребенка и обработка естественных складок, умывание ребенка, проведение антропометрии, техника разведения и введения вакцины БЦЖ, применение грелок для согревания недоношенного новорожденного; уход за недоношенным ребенком в кувезе, расчета разовой и суточной

дозы пищи доношенному и недоношенному ребенку.

6 Тестовый контроль знаний по данной теме.

7 Решение задач по определению суточной потребности и разового кормления грудного молока для доношенного и недоношенного ребенка.

## Практическое занятие № 2

Тема практического занятия: **Периоды грудного возраста. Виды вскармливания.**

**Цель занятия формирование:**

- 1 умения:
  - оценивать нервно-психическое развитие (НПР) грудного ребенка, обучать родителей особенностям сохранения и укрепления здоровья и НПР ребенка в период младенчества, обеспечить безопасную окружающую среду для младенца, т.к. это имеет огромное значение для здоровья ребенка, оценивать параметры физического развития грудного ребенка (измерение массы и длины тела, окружность головы и грудной клетки);
  - собирать информацию о вскармливании ребенка, рассчитывать разовую и суточную дозу пищи, составлять схемы кормления ребенка в зависимости от возраста и характера вскармливания; проводить контрольное кормление;
- 2 навыков оценки физического развития по данным антропометрии; правил закаливания ребенка; составления меню для грудного ребенка при естественном вскармливании, профилактики гипогалактии, обучения и консультирования родителей по уходу за ребенком до 1 года.

### Методические указания

- 1 Ознакомится с теоретическим материалом
- 2 Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) *Анатомо-физиологические особенности детей периода младенчества (нервная система);*
  - 2) *Анатомо-физиологические особенности детей периода младенчества (кожа и ее придатки);*
  - 3) *Анатомо-физиологические особенности детей периода младенчества (дыхательная и сердечно-сосудистая система);*
  - 4) *Анатомо-физиологические особенности детей периода младенчества (пищеварительная и мочевыделительная система);*
  - 5) *Закономерности физического развития детей первого года жизни;*
  - 6) *Этапы нервно-психического и социального развития детей грудного возраста;*
  - 7) *Физическое воспитание и организация закаливания детей 1-го года жизни.*
  - 8) *Определение понятия «пища»;*
  - 9) *Виды вскармливания;*
  - 10) *Преимущества кормления грудью;*
  - 11) *Противопоказания и затруднения при грудном вскармливании;*
  - 12) *Режим кормления ребенка на 1-ом году жизни;*
  - 13) *Оценка достаточности питания;*
  - 14) *Коррекция питания с помощью пищевых добавок.*
  - 15) *Прикорм. Правила введения;*
  - 16) *Отлучение от груди;*
  - 17) *Гипогалактия;*

- 18) *Клинические признаки недоедания ребенка;*
- 19) *Докорм;*
- 20) *Классификация смесей;*
- 21) *Искусственное вскармливание.*

- 3 Изучить основные критерии нервно-психического развития ребенка в возрасте до 1 года.
- 4 Решить задачи по оценке параметров физического развития грудного ребенка (измерение массы и длины тела, окружность головы и грудной клетки).
- 5 Составте меню для грудного ребенка при естественном вскармливании по представленному алгоритму.
- 6 Подготовить рекомендации для родителей по уходу за ребенком до 1 года (по режиму дня, по одежде, по питанию, по купанию, по закаливанию воздухом и водой, по массажу и гимнастике, по профилактике заболеваний).
- 7 Составить таблицу положительного влияния естественного вскармливания для матери и для ребенка.
- 8 Тестовый контроль знаний по данной теме.

## Практическое занятие № 3

**Тема практического занятия: Особенности преддошкольного, дошкольного, школьного, подросткового и юношеского возраста.**

Цель занятия формирование:

1 умения оценивать параметры физического и психомоторного развития детей от 1 до 7 лет, оценивать параметры физического, нервно-психического и полового развития детей пубертатного и юношеского возраста, выявлять проблемы семьи, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области воспитания и стимуляции развития детей в разные периоды, обучать родителей особенностям сохранения и укрепления здоровья ребенка в периоды раннего возраста и первого детства.

2 навыков организации здорового образа жизни и безопасной окружающей среды для дошкольников, организации физического воспитания и закаливания детей преддошкольного и дошкольного возраста, профилактики инфекционных заболеваний, организации питания детей от 1 года до 7 лет, оценки полового развития девочек и мальчиков, оценки динамика физических показателей у детей предшкольного и дошкольного, школьного периода

### Методические указания

- 1 Ознакомится с теоретическим материалом
- 2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) *Анатомо-физиологические особенности периодов раннего возраста и первого детства (нервная система);*
- 2) *Показатели нервно-психического развития детей 2-го года жизни;*
- 3) *Анатомо-физиологические особенности периодов раннего возраста и первого детства (кожа и ее придатки);*
- 4) *Анатомо-физиологические особенности периодов раннего возраста и первого детства (дыхательная и сердечно-сосудистая система);*
- 5) *Анатомо-физиологические особенности периодов раннего возраста и первого детства (пищеварительная и мочевыделительная система);*
- 6) *Анатомо-физиологические особенности детей старшего возраста (нервная система);*
- 7) *Анатомо-физиологические особенности детей старшего возраста (дыхательная и сердечно-сосудистая система);*
- 8) *Анатомо-физиологические особенности детей старшего возраста (пищеварительная и мочевыделительная система);*
- 9) *Половое созревание и физическое развитие детей старшего возраста.*

3 Изучить основные критерии нервно-психического развития ребенка в возрасте от 1 года до 6 лет.

4 Составить режим дня для школьника.

5 Решить задачи по оценке динамики физических показателей у детей дошкольного и дошкольного, школьного периода по формулам.

### **Практическое занятие № 10**

**Тема практического занятия: Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста**

Цель занятия формирование:

1 умения выявлять и оценивать факторы, влияющие на продолжительность жизни и наступления старости, выявлять и оценивать особенности лиц пожилого и старческого возраста, анализировать изменения организма в процессе старения, выявлять проблемы, связанные с изменением способа удовлетворения универсальных потребностей стареющего человека;

2 навыков выявлять и оценивать особенности лиц пожилого и старческого возраста, составлять памятки по осуществлению самоконтроля состояния для людей пожилого и старческого возраста, заполнения сестринской карты гериатрического пациента и оценки способности пожилого человека к самообслуживанию.

### ***Методические указания***

1 Ознакомится с теоретическим материалом

2 Ответить на контрольные вопросы:

- 1) *Введение в геронтологию;*
- 2) *Теории старения организма;*
- 3) *Понятие биологического и календарного возраста;*
- 4) *Классификация возрастных периодов ВОЗ;*
- 5) *Демография пожилого возраста;*
- 6) *Факторы риска преждевременного старения.*
- 7) *Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (обмен веществ)*
- 8) *Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (сердечно-сосудистая система, органы чувств);*
- 9) *Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (опорно-двигательный аппарат, дыхательная система);*

- 10) Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (пищеварительная и мочевыделительная система);*
- 11) Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (нервная и эндокринная система);*
- 12) Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (особенности кожи).*

- 3 Проведите обследование пожилого человека по схеме сестринской карты гериатрического пациента.
- 4 Составьте памятки по осуществлению самоконтроля состояния для людей пожилого и старческого возраста.
- 5 Тестовый контроль знаний по данной теме.

## Практическое занятие № 11

**Тема практического занятия: Медицинская и социальная защита населения старших возрастных групп.**

Цель занятия формирование:

- 1 умение организации работы с лицами пожилого и старческого возраста, организовать эффективное общение с лицами пожилого и старческого возраста, способствовать сохранению социальных контактов престарелого человека, укреплению семейных связей, обеспечить безопасность лиц пожилого и старческого возраста.
- 2 навыков выявления проблем пациентов пожилого и старческого возраста, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области управления «здоровьем», оказания медицинских услуг пациентам старших возрастных групп, подготовки рекомендаций для пожилого человека по вопросам укрепления здоровья (режим дня, физические нагрузки, рациональное питание, фармакотерапия и др.)

### *Методические указания*

- 1 Ознакомится с теоретическим материалом
- 2 Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) *Медико-социальная помощь лицам пожилого возраста;*
  - 2) *Уязвимые группы престарелых, имеющие высокий риск ухудшения здоровья, социального и экономического положения;*
  - 3) *Законодательные аспекты медико-социальной помощи людям пожилого возраста;*
  - 4) *Дом – интернат;*
  - 5) *Проблемы адаптации лиц пожилого возраста к старению;*
  - 6) *Особенности ухода за пожилыми и старыми людьми.*
  - 7) *Представление о гериатрической фармакотерапии;*
  - 8) *Правила безопасного лечения пожилого человека фармпрепаратами;*
  - 9) *Основные принципы гериатрической фармакотерапии.*
- 3 Изучить особенности гериатрической фармакотерапии.
- 4 Подготовить рекомендации для пожилого человека по вопросам укрепления здоровья (питание, движение, исключение вредных привычек, своевременность обращения к врачу, фитотерапия и т.д.).

## Практическое занятие № 12

**Тема практического занятия: Медико-социальные и психологические аспекты смерти.**

Цель занятия формирование:

- 1 умение оказать психологическую поддержку умирающему человеку и его близким, осуществлять уход за телом умершего, организовать терапевтическое общение со скорбящими людьми, перенесшими утрату.
- 2 навыков по констатации смерти, уходу за телом умершего.

### *Методические указания*

- 1 Ознакомится с теоретическим материалом
- 2 Ответить на контрольные вопросы:
  - 1) Термин “танатология”;
  - 2) Понятие смерти;
  - 3) стадии умирания;
  - 4) Признаки клинической и биологической смерти;
  - 5) Констатация биологической смерти.
  - 6) 5 стадий горевания;
  - 7) Психологическая поддержка умирающего человека и его близких;
  - 8) Эвтаназия.
- 3 Составить таблицу отличия клинической смерти от биологической смерти
- 4 Выявить отличия пассивной и активной эвтаназии.

## *Литература*

### ***а) Нормативные правовые документы:***

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования» от 17 декабря 2020 г. № 747.

### ***б) Основная литература:***

1 Крюкова Д.А. Здоровый человек и его окружение: учеб.пособие/ Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса – Ростов н/Д: Феникс, 2019. - 605 с.

2 Соколова Н. Г. Сестринский уход за здоровым новорожденным: учебное пособие. / Н.Г. Соколова - Ростов-на-Дону: Феникс, 2018. - 278 с.

### ***в) Дополнительная литература:***

1 Коноплева, Е. В. Клиническая фармакология. В 2 ч. Часть 1: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Е.В. Коноплева. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 346 с.

2 Коноплева, Е. В. Клиническая фармакология. В 2 ч. Часть 2: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Е. В. Коноплева. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 340 с.

4 Денисова И.Н. Руководство по первичной медико-санитарной помощи/ И.Н. Денисова, А.А. Баранова – М., ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 320 с.

5 Оганова Р.Г. Руководство по медицинской профилактике / Р.Г. Оганова – М. ГЭОТАР-Медиа, 2017. – 210 с.