

Медицинский колледж при АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»

Методические рекомендации для занятий

Дисциплина: «Укрепление здоровья»

Специальность: 0302000 «Сестринское дело»

Квалификация: 0302043 «Медсестра общей практики»

Курс: 4

Семестр: 7

Форма контроля: Экзамен

Общая трудоемкость всего часов/кредитов KZ:72/3

Аудиторные занятия: 24

Шымкент, 2025 г.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	2 стр из 36

Методические рекомендации составлены на основе рабочей учебной программы по дисциплине «Укрепление здоровья»

Преподаватель: Мамашова Л.Н.

Специальность: 030200 «Сестринское дело»

Квалификация: 0302043 «Медсестра общей практики»

Методические рекомендации составлены на заседании кафедры «Сестринское дело-2»

«24 08 2025 г.

Протокол № 1

Заведующая кафедрой «Сестринское дело-2» Айбекова Г. Н.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ АҚ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	3 стр из 36

Лекция №1

5.1. Тема: Введение. Теоретические основы укрепление здоровья и пропаганды здорового образа жизни.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укреплении здоровья

5.3. Задачи занятия лекции:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

В 1946 году Всемирная организация здравоохранения определила здоровье как «... состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов». Семьдесят лет спустя, нарушения физического, психического и социального благополучия продолжают оставаться опасной и долгостоящей проблемой для абсолютного большинства стран, включая Казахстан.

На сегодняшний день хронические неинфекционные заболевания являются основной причиной смертности в мире, составляя около 60% от всех случаев смерти. Поскольку расходы на здравоохранение продолжают экспоненциально расти, необходим поиск эффективных решений, направленных на уменьшение воздействия факторов риска на здоровье и качество жизни граждан.

Видение СОЗ в рамках данной цели: здоровый образ жизни, рациональное питание, отказ от вредных привычек и стремление к активному и качественному долголетию становятся доминирующими стереотипами поведения, ценностными ориентирами, факторами престижа и достижения приоритетных жизненных целей среди всех слоев казахстанского общества.

Несмотря на выделенные значительные бюджетные ассигнования на пропаганду здорового образа жизни в Казахстане, работа оказалась крайне неэффективной. Она выполнялась с использованием устаревших методов, без должной сфокусированности на целевых аудиториях. При проведении мероприятий практически не применялись современные принципы по укреплению здоровья, его мониторингу и оценке эффективности проводимых мероприятий. Отсутствие презентативных данных об образе жизни и особенностях поведения различных половозрастных, профессиональных и других групп населения Казахстана препятствует созданию адекватной стратегии по стимулированию и формированию здорового поведения казахстанцев. Решение проблемы требует целостного, системного и тщательно скоординированного подхода на общенациональном уровне.

СОЗ отведена ведущая роль в координации деятельности по укреплению здоровья населения, которая должна охватывать следующие аспекты:

- модернизация нормативно-правовой базы,
- повышение уровня информированности граждан в вопросах здоровье сбережения и их ответственности за свое здоровье,
- мобилизация государственного и негосударственного секторов в решении проблем общественного здоровья,
- предоставление объективных данных для законодательных инициатив и государственных программ,
- обеспечение обмена информацией между различными секторами о результатах деятельности по укреплению здоровья населения.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	4 стр из 36

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Слово «профилактика» происходит от греческого слова «prophylaktikos»:
 - A. предупреждение
 - B. лечение
 - C. диагностика
 - D. эксклюзивный
 - E. записанный
2. Первичная профилактика – это:
 - A. полное устранение вредного фактора
 - B. гигиеническое регулирование факторов окружающей среды
 - C. комплекс мер по предупреждению осложнений заболеваний
 - D. комплекс мероприятий по реабилитации после лечения
 - E. комплекс мероприятий по лечению больных с различными заболеваниями
3. Основы первичной профилактики:
 - A. раннее выявление патологических состояний
 - B. гигиеническое регулирование факторов окружающей среды
 - C. комплекс мер по предупреждению осложнений заболеваний
 - D. комплекс мероприятий по реабилитации после лечения
 - E. комплекс мероприятий по лечению больных с различными заболеваниями

<question> НЕ относится к этапам оценки риска факторов окружающей среды, влияющих на здоровье человека:

 - A. управление рисками
 - B. оценка зависимости «доза-реакция»
 - C. выявление вредных факторов
 - D. оценка экспозиции
 - E. описание риска
4. К факторам окружающей среды и условиям жизни, влияющим на рост и развитие, НЕ относятся:
 - A. наследственность
 - B. состав питьевой воды
 - C. количество дневной активности
 - D. еда
 - E. социальные условия жизни
5. НЕ относится к основным компонентам здорового образа жизни:
 - A. правильное поведение в окружающей среде
 - B. оптимальный режим движения
 - C. отсутствие вредных привычек
 - D. высокая лечебная активность
 - E. соблюдение гигиенических норм и правил учёбы, труда, отдыха, режима питания
6. Обобщенный ведущий фактор, определяющий основные тенденции изменения здоровья:
 - A. образ жизни
 - B. профилактика
 - C. лечение
 - D. служба труда
 - E. здравоохранение
7. Структура доходов на душу населения:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	5 стр из 36

- A. уровень жизни
 B. стиль жизни
 C. качество жизни
 D. жизненный путь
 E. образ жизни
8. Измеримые параметры, характеризующие степень материальной обеспеченности человека:
 A. качество жизни
 B. уровень жизни
 C. образ жизни
 D. стиль жизни
 E. жизненный путь
9. Психологические индивидуальные особенности поведения:
 A. стиль жизни
 B. образ жизни
 C. уровень жизни
 D. жизненный путь
 E. качество жизни
10. Национально-социальный строй жизни, образ жизни, культура – это:
 A. жизненный путь
 B. уровень жизни
 C. качество жизни
 D. стиль жизни
 E. образ жизни

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача №1

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 33 этаже, рядом с домом. После работы идет в магазин, и весь день смотрит сериалы по телевизору, лежа на диване. Она не замужем. Родители умерли, живет одна. Работа, еда и телевизор - это вся её жизнь. Больной себя не считает.

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

Ситуационная задача №2

Новорожденный родился у здоровой матери, роды физиологические, вес при рождении 3300г. На 5-е сутки при выписке вес 3200г.

1. Какова потеря веса у ребенка?
3. Дайте рекомендации матери по уходу за ребенком

Лекция №2

5. 1. Тема: Принципы организации профилактических программ по укреплению здоровья.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	6 стр из 36

5.4. Основные вопросы темы.

Здоровье является одним из основополагающих прав человека. На состояние здоровья индивидуума оказывают влияние следующие основные факторы:

социально-экономические, включая состояние системы здравоохранения;
среда обитания;

образ и стереотипы жизни людей.

Медицинские работники практически не могут повлиять на социально-экономические факторы или же изменить среду обитания. Однако путем пропаганды и обучения населения здоровым привычкам (здравоохраняющим технологиям) можно пытаться скорректировать образ и стереотипы жизни отдельных лиц или же определенных групп населения. Основная задача при этом состоит в информировании и обучении определенным навыкам поведения; цель - в повышении ответственности индивидуума за собственное здоровье и изменение мотивации поведения. Подобная работа может проводиться средним медицинским работником самостоятельно и/или совместно с врачом, другим заинтересованным специалистом.

Если индивидуум приобретает необходимые знания и навыки, позволяющие ему контролировать собственное здоровье, а также улучшать его, то говорят о реализации процесса укрепления здоровья. Разумеется, укрепление здоровья достигается не только путем информирования и обучения, но и за счет формирования соответствующей государственной политики. Среди приоритетных направлений деятельности по укреплению здоровья хотелось бы выделить следующие, актуальные для медицинского работника:

- усиление ответственности индивидуума за свое здоровье;
- упрочение и расширение партнерских связей и контактов в интересах укрепления здоровья;
- обеспечение необходимой для здоровья инфраструктуры.

Исходя из вышесказанного понятно, что укрепление здоровья - многофакторный и многосторонний процесс. Он не ограничивается только медико-санитарным просвещением. Подобное просвещение не дает необходимых навыков и умений, а лишь способствует предоставлению информации.

Укрепление здоровья:

сообщение информации

привитие навыков

Укрепление здоровья невозможно без диалога медицинского работника и индивидуума. Данный диалог должен быть направлен на объяснение необходимости проведения тех или иных профилактических мероприятий. Без диалога индивидуум нередко не способен активно воспринимать и зачастую игнорирует информацию о факторах, влияющих на здоровье, подвергающих его риску.

Для успешного проведения мероприятий по укреплению здоровья медицинский работник должен хорошо знать все разделы медицины. Но, прежде всего, он должен понимать, что такое здоровье и болезнь, какие существуют критерии их выявления, как они сказываются на качестве жизни индивидуума. Кроме того, медицинский работник должен обладать информацией об основных факторах, влияющих на здоровье. Также необходимы знания об особенностях реализации программ укрепления здоровья в различных целевых группах.

5. 6. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 7. Литература:

На последней странице

5. 8. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	7 стр из 36

1. К социально-экономическим факторам, влияющим на здоровье человека, относятся:
 - A. образ жизни и состояние здоровья, политика здравоохранения
 - B. условия и образ жизни, вода и температура
 - C. условия и образ жизни, воздух и влажность
 - D. условия и образ жизни, административная политика
 - E. образ жизни и состояния, наследственность и заболевания
2. ... образа жизни входит в число факторов, влияющих на здоровье.
 - A. 50%
 - B. 20%
 - C. 40%
 - D. 60%
 - E. 10%
3. Среди факторов, влияющих на состояние здоровья ... является здравоохранением.
 - A. 10%
 - B. 20%
 - C. 40%
 - D. 60%
 - E. 50%
4. К климатогеографическим факторам, влияющим на здоровье человека, относятся...
 - A. вода и воздух
 - B. условия и образ жизни
 - C. экономика и экология
 - D. здоровье и болезнь
 - E. наследственность и заболеваемость
5. К биологическим факторам, влияющим на здоровье человека, относятся...
 - A. наследственность, пол и возраст
 - B. здоровье и болезнь
 - C. вода и температура
 - D. воздух и влажность
 - E. образ жизни и условия
6. Количественный показатель жилищных условий:
 - A. уровень жизни
 - B. качество жизни
 - C. образ жизни
 - D. условия проживания
 - E. жизненные факторы
7. НЕ относится к планированию семьи:
 - A. индивидуальная проблема жителя каждого края
 - B. неиспользованные резервы в женском здравоохранении
 - C. обеспечение контроля репродуктивной функции
 - D. прерывание беременности
 - E. профилактика беременности у женщин
8. НЕ относится к международным принципам планирования семьи:
 - A. предупреждение о выкидыше в группе «низкого риска»
 - B. избежать нежелательной беременности
 - C. регулирование интервала между беременностями
 - D. определение количества детей в семье
 - E. контроль сроков вынашивания ребенка в зависимости от возраста родителей
9. Целью планирования семьи является...

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	8 стр из 36

- A. снижение количества выкидышей и материнской смертности
 B. улучшение качества жизни населения
 C. совершенствование и развитие услуг по планированию семьи
 D. мониторинг и оценка услуг по планированию семьи
 E. подготовка пары к рождению ребенка
10. Охрана репродуктивного здоровья не включает:
- A. пропаганда абортов
 B. информация-консультация
 C. вскармливание материнским молоком
 D. профилактика бесплодия
 E. профилактика сифилиса

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача №1

Студенту 2 курса медколледжа, дали задание составить план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья. Что такое репродуктивное здоровье.

1. Составьте план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья.
2. Дайте понятие «репродуктивное здоровье».

Ситуационная задача №2

Семен Семенович, мужчина 40 лет, очень боится заболеть раком. Это боязнь связана с тем, что члены его семьи: отец, мать, брат и три сестры умерли от онкологических заболеваний разной локализации (рак желудка, печени, легких).

С.С. ежегодно, с 35 лет, проходит полное клинико-диагностическое обследование в престижном медицинском центре в Израиле. Уже пять лет заключение врачей центра единодушное: здоров. С. С. курит последние два года, он считает, что курение его успокаивает. Любит загорать на пляжах Средиземноморья, алкоголь употребляет крайне редко.

1. Необходимые мероприятия для укрепления здоровья
 2. Методы профилактики онкологических заболеваний

Лекция №3

5.1. Тема: Концепция укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

Современная эпоха ставит перед человечеством сложные задачи, вытекающие из характерных черт общественного развития. Наиболее общая и важная тенденция настоящего времени - это ускорение модернизации всех сфер жизни человечества и связанных с этим глобальных изменений. Темпы социальных, экономических, технологических, экологических преобразований требуют от человека быстрой адаптации к новым условиям жизни и деятельности.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	9 стр из 36

Реализация интеллектуального, морального, духовного, физического и репродуктивного потенциала возможна только в здоровом обществе. Здоровье - главная ценность, занимающая первое место среди жизненно важных потребностей человека.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет здоровье как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.

Современная концепция здоровья выделяет следующие составляющие:

Физическая составляющая включает уровень роста и развития органов и систем организма, а также текущее состояние их функционирования. Основой этого процесса являются морфологические и функциональные преобразования и резервы, обеспечивающие физическую работоспособность и адекватную адаптацию человека к внешним условиям.

Психологическая составляющая. Это состояние психической сферы определяется мотивационными, эмоциональными, умственными и морально-духовными компонентами. Основой его является состояние эмоционального комфорта, обеспечивающего умственную работоспособность и адекватное поведение человека.

Поведенческая составляющая - это внешнее проявление состояния человека. Оно выражается в степени адекватности поведения, умении общаться. Основу его составляет жизненная позиция (активная, пассивная, агрессивная) и межличностные отношения, которые определяют адекватность взаимодействия с внешней средой (биологической и социальной), способность эффективно работать.

Здоровье человека по данным ВОЗ зависит от многих факторов. Наибольшее влияние на здоровье имеет образ жизни. Именно поэтому главным направлением сохранения и укрепления здоровья является формирование здорового образа жизни. Согласно современным представлениям здоровый образ жизни – это формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют адаптационные и резервные возможности организма, что обеспечивает успешное выполнение социальных и профессиональных функций.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Один из принципов планирования семьи:
 - A. соблюдение интервала между родами не менее 2,5-3 лет
 - B. соблюдать интервалы между родами не менее 3,5-4 лет
 - C. увеличить число рождений
 - D. увеличить количество абортов
 - E. проведение женской стерилизации, имеющих 2 и более детей
2. НЕ относится к основным факторам женского бесплодия:
 - A. неблагоприятные жилищные условия
 - B. врожденные аномалии строения половых органов
 - C. нарушение менструального цикла
 - D. опухолевые образования
 - E. психическое расстройство
3. Нарушение репродуктивного здоровья, ... влияет на медико-демографические показатели.
 - A. детская смертность
 - B. продолжительность жизни

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	10 стр из 36

- C. качество жизни
D. уровень жизни
E. рождаемость
4. По данным ВОЗ, в последние 20-30 лет бесплодные браки составляют ... из всех браков.
A. 12-18%
B. 20-25%
C. 30-35%
D. 40-45%
E. 5-8%
5. Первичная заболеваемость – это ...
A. заболевание, выявленные впервые в этом году
B. заболевание, зарегистрированное врачом и записанное им в медицинской документации.
C. совокупность всех заболеваний среди населения
D. с учетом всех заболеваний (инфекционных, неинфекционных)
E. заболевание, выявленные при целевых медицинских осмотрах
6. Люди без жалоб, хронических заболеваний, функциональных отклонений и органических изменений относятся к ... группе здоровья.
A. первой
B. второй
C. третьей
D. четвертой
E. пятой
7. Предмет, представляющий собой совокупность знаний о здоровье и здоровом образе жизни, называется:
A. валеология
B. биология
C. деонтология
D. биоэтика
E. биостатистика
8. Личное здоровье и резервы здоровья человека, а также здоровый образ жизни являются предметом исследования:
A. валеологии
B. биологии
C. деонтологии
D. биоэтики
E. биостатистики
9. Исследования, проводимые на беременных женщинах с целью выявления групп риска:
A. перинатальный скрининг
B. когортные исследования
C. неонатальный скрининг
D. рандомизированные исследования
E. послеродовой скрининг
10. Диспансеризация осуществляется ...
A. в два этапа
B. в четыре этапа
C. в три этапа
D. в один этап
E. в шесть этапов

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	11 стр из 36

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача №1

Девочка В., 1 год. ребенок от I беременности, I преждевременных родов на 36 недели. беременность протекала на фоне анемии, отеков, повышенного АД во второй половине. Масса при рождении 2100, рост 48 см. Оценка новорожденного по шкале Апгар 6/7 баллов. К груди приложена на 3 сутки, с 2-х недель переведена на искусственное вскармливание. С 1 месяца получала лечение по поводу дисбактериоза кишечника. С 6 месяцев отмечается снижение гемоглобина до 80 г/л В питании до 11 месяцев мясо отсутствовало.

1. Оцените медико-биологический анамнез

2. Выделите факторы риска

Ситуационная задача № 2

Мальчик Д., 5 лет. Ребенок от I беременности на фоне колыпта (воспаления влагалища), I срочных быстрых родов. При рождении масса 3150, рост 54 см. закричал сразу. К груди приложен в 1 сутки, выписан из родильного дома на 6 сутки. диагноз при рождении: внутриутробное инфицирование. В раннем возрасте наблюдался с диагнозом: дисбактериоз кишечника. В 3 года перенес кишечную инфекцию по типу гастроэнтероколита, в 4 года перенес ветряную оспу. болеет простудными заболеваниями 4-5 раз в год. Пищевая аллергия на шоколад, клубнику.

1. Оцените медико-биологический анамнез

2. Выделите факторы риска.

Лекция № 4

5.1. Тема: Национальные и международные стратегии, программы и рекомендации по управлению продвижения здорового образа жизни и укрепления здоровья.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

Положение о деятельности организаций здравоохранения, осуществляющих деятельность в области формирования здорового образа жизни.

1. Общие принципы

1. Положение о деятельности организаций здравоохранения, осуществляющих деятельность в области формирования здорового образа жизни, разработано в соответствии с подпунктом 1) пункта 3 статьи 32 Кодекса Республики Казахстан от 18 сентября 2009 года "о здоровье народа и системе здравоохранения" и устанавливает статус и полномочия организаций здравоохранения, осуществляющих деятельность в области формирования здорового образа жизни.

2. к организациям здравоохранения, осуществляющим деятельность в области формирования здорового образа жизни (далее – деятельность ЗОЖ), относятся следующие организации здравоохранения:

1) республиканское государственное предприятие на праве хозяйственного ведения "Национальный центр проблем формирования здорового образа жизни" министерства здравоохранения Республики Казахстан (далее-НЦЗОЖ);

2) центры формирования здорового образа жизни в областных центрах, городе республиканского значения и столице (далее – центры ЗОЖ) и их структурные подразделения

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	12 стр из 36

– районные центры ЗОЖ (филиалы), информационно-ресурсные центры, центры по борьбе против табака (кабинеты) молодежные центры здоровья.

3. Деятельность службы ЗОЖ направлена на пропаганду и формирование здорового образа жизни (далее - ЗОЖ), профилактику инфекционных, хронических неинфекционных заболеваний, поведенческих факторов риска (табак, алкоголь, наркомания), снижение заболеваемости населения и увеличение продолжительности жизни.

4. Служба ЗОЖ в своей работе руководствуется кодексом Республики Казахстан "О здоровье народа и системе здравоохранения", отраслевыми нормативно-правовыми актами, Уставом Организации, настоящими правилами и осуществляет свою работу на основании государственной лицензии на медицинскую деятельность.

Республиканское государственное предприятие на праве хозяйственного ведения "Национальный центр проблем формирования здорового образа жизни" министерства здравоохранения Республики Казахстан.

5. Республиканское государственное предприятие на праве хозяйственного ведения НЦОЖ является юридическим лицом в организационно-правовой форме, имеет самостоятельный баланс, счета в банках, гербовую печать с наименованием на государственном и русском языках, фирменные бланки, печати, штампы и другие официальные атрибуты.

Разработка научно-обоснованных научно-технических программ на основе государственного и грантового финансирования по формированию и профилактике ЗОЖ, развитию потенциала и ресурсов здоровья на личном, семейном и национальном уровнях ;

Организационно-методическое руководство по формированию ЗОЖ для организаций здравоохранения, оказывающих первичную медико-санитарную и консультативно-диагностическую помощь.

13. В составе центров:

- 1) административно-хозяйственный отдел;
- 2) организационно-методический отдел;
- 3) отдел профилактических программ;
- 4) отдел образовательных программ;
- 5) информационно-ресурсный центр;
- 6) мини-типография;
- 7) врачебно - физкультурный отдел;
- 8) Центр здоровья молодежи;
- 9) табаку

Районный центр формирования здорового образа жизни (филиал)

Районный центр ЗОЖ (далее – филиал) создается в каждом районном центре как структурное подразделение областного центра ЗОЖ независимо от численности населения.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 67. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. При подготовке к первому этапу диспансеризации необходимо избегать приема ... пациентам старше 49 лет.

- A. аспирина
- B. фесталья
- C. но-шпы
- D. витамина Е
- E. флуконазола

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	13 стр из 36

2. Массовое обследование новорожденных на предмет наиболее частых врожденных заболеваний:
- неонатальный скрининг
 - когортные исследования
 - пренатальный скрининг
 - рандомизированные исследования
 - послеродовой скрининг
3. По определению ВОЗ, влияние на общую реакцию организма, нарушающее гомеостаз, - это
- стресс
 - терпение
 - зависимость
 - привычка
 - алкоголизм
4. Дети без эндокринной патологии, с отклонениями в физическом развитии относятся ...
- ко второй группе здоровья
 - к третьей группе здоровья
 - к четвертой группе здоровья
 - группе здоровых детей
 - к специальной медицинской группе
5. Дети с соответствующими функциональными отклонениями в стадии компенсации вследствие последствий физических нарушений, травм и операций относятся ...
- к третьей группе здоровья
 - ко второй группе здоровья
 - группе здоровых детей
 - к четвертой группе здоровья
 - к специальной медицинской группе
6. Дети-реконвалесценты с тяжелыми и среднетяжелыми инфекционными заболеваниями относятся ...
- ко второй группе здоровья
 - к группе часто болеющих детей
 - к четвертой группе здоровья
 - к специальной медицинской группе
 - группе здоровых детей
7. Дети с хроническими заболеваниями в стадии клинической ремиссии относятся ...
- к третьей группе здоровья
 - ко второй группе здоровья
 - к специальной медицинской группе
 - к четвертой группе здоровья
 - группе здоровых детей
8. Указывает медицинскую группу, занимающуюся физической культурой:
- врач-педиатр
 - врач-ортопед
 - родители ребенка
 - участковый врач
 - учитель физкультуры
9. Период профилактического осмотра детей старше 6-7 лет:
- 1 раз в год
 - 1 раз в 6 месяцев

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	14 стр из 36

- C. 1 раз в 3 месяца
D. каждые 2 года
E. ежемесячно
10. Период профилактического осмотра детей в возрасте 3-6 лет:
A. 1 раз в 6 месяцев
B. 1 раз в 3 месяца
C. ежемесячно
D. каждые 2 года
E. 1 раз в год

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача №1

Ребенок С, 3-х лет. ребенок от 1-ой беременности, 1-х срочных родов. беременность протекала на фоне анемии легкой степени, отеков во второй половине беременности. женщина в питании не употребляла фруктов. врачом осматривалась нерегулярно, декретный отпуск не использовала. Роды стремительные. оценка новорожденного по шкале Апгар 7/8 баллов. Ребенок приложен к груди в первые 30 минут. Пребывание родильницы и новорожденного в родильном доме раздельное. Масса ребенка при рождении 3840, длина тела 54 см. Желтуха (транзиторная гипербилирубинемия) появилась на 3 сутки, к 10 дню уменьшилась. пупочная ранка эпителизировалась к 10 дню. Из родильного дома выписаны на 7 сутки.

- 1.Оцените медико-биологический анамнез
2. Выделите факторы риска.

Ситуационная задача № 2

Ребенок Г., 2-х месяцев. ребенок от III беременности, II срочных родов. Беременность в 38 лет. У матери пищевая аллергия на цитрусовые. Отмечалась угроза выкидыша в первой половине беременности, женщина находилась на стационарном лечении. Роды самостоятельные, быстрые. безводный период 3 часа 10 минут. Оценка новорожденного по шкале Апгар8/8 баллов. Приложен к груди в первые 30 минут. Масса при рождении 4100, рост 54 см. Проведена вакцинация БЦЖ, от проведения вакцинации против гепатита мама отказалась. Выписаны на 4 сутки. Пуповинный остаток отпал к 3 дню. Физиологическая желтуха исчезла к 10 дню

- 1.Оцените медико-биологический анамнез
2. Выделите факторы риска

Лекция №5

5. 1. Тема: Нормативные документы, регламентирующие профилактическую деятельность.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

1. Кодекс Республики Казахстан от 18 сентября 2009 года № 193-IV
<http://adilet.zan.kz/rus/docs/K090000193>
2. Закон Республики Казахстан от 16 ноября 2015 года № 405-V ЗРК.
<http://adilet.zan.kz/rus/docs/Z1500000405>

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	15 стр из 36

3. Трудовой кодекс Республики Казахстан

Кодекс Республики Казахстан от 23 ноября 2015 года № 414-В ЗРК.

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/K1500000414>

4. Об утверждении перечня гарантированного объема бесплатной медицинской помощи
<http://adilet.zan.kz/rus/docs/P090002136>

5. Правила оказания первичной медико-санитарной помощи и Правила прикрепления к организациям первичной медико-санитарной помощи

Приказ Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 28 апреля 2015 года № 281

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V1500011268>

6. Приказ и.о. Министра здравоохранения Республики Казахстан от 8 августа 2019 года № КР ДСМ-109

Об утверждении Правил оказания стационарной помощи

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V1500012204>

7. Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 24 ноября 2009 года № 774

Об утверждении Номенклатуры медицинских и фармацевтических специальностей

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V090005885>

8. Приказ Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 28 августа 2015 года № 693

Об утверждении Правил проведения сертификации специалистов в области здравоохранения

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V1500012134>

9. Приказ Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 29 июня 2015 года № 531

Об утверждении Правил, сроков выдачи и отзыва свидетельства о присвоении квалификационной категории для специалистов в области здравоохранения, за исключением специалистов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V1500011787>

10. Приказ и.о. Министра здравоохранения Республики Казахстан от 26 ноября 2009 года № 791.

Об утверждении Квалификационных характеристик должностей работников здравоохранения

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V090005945>

11. Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 31 мая 2017 года № 357.

Об утверждении Санитарных правил “Санитарно-эпидемиологические требования к объектам здравоохранения”

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/V1700015760>

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Период профилактического осмотра детей в возрасте 1-3 лет:

- A. 1 раз в 3 месяца
- B. ежемесячно
- C. каждые 2 года
- D. 1 раз в год
- E. 1 раз в 6 месяцев

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	16 стр из 36

2. Период профилактического осмотра детей до 1 года:

- A. ежемесячно
- B. 1 раз в год
- C. 1 раз в 6 месяцев
- D. 1 раз в 3 месяца
- E. каждые 2 года

3. График плановой прививки от кори и ревакцинации:

- A. 12-15 месяцев, 6 лет
- B. 12-15 месяцев, 3 года
- C. на 1-4 дни жизни, в возрасте 3 лет
- D. на 1-4 дни жизни, 6 лет
- E. 10-15 месяцев, 7 лет

4. Основная цель проекта «Здоровая нация» на 2020-2025 годы:

- A. увеличение рождаемости
- B. увеличение продолжительности жизни до 75 лет
- C. снижение материнской смертности
- D. снижение детской смертности
- E. снижение риска ранней смерти

5. Государственный орган, ответственный за развитие проекта «Здоровая нация 2020-2025»:

- A. Министерство здравоохранения
- B. Министерство труда и социальной защиты населения
- C. Министерство информации и социального развития
- D. Министерство образования и науки
- E. Министерство индустрии и инфраструктурного развития

6. К 2025 году планируется снизить уровень материнской смертности до ... на 100 тысяч живорождений.

- A. 10
- B. 14
- C. 16
- D. 17
- E. 13

7. Одна из сильных сторон системы здравоохранения Республики Казахстан:

- A. широкое оказание медицинских услуг населению
- B. кадровый дисбаланс в системе здравоохранения
- C. низкая зарплата медицинских работников
- D. незрелость информационных технологий
- E. низкая квалификация

8. Объективным показателем продолжительности жизни является:

- A. количество лет
- B. проценты
- C. на тысячу
- D. средний рост
- E. динамика

9. Государственные программы и национальные проекты в сфере здравоохранения разрабатываются в соответствии со стратегией:

- A. «Казахстан-2050»
- B. «Казахстан-2030»
- C. "Мангалик Ел"
- D. "Дорожная карта"

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	17 стр из 36

Е."План развития"

10. Одним из основных факторов риска в общем бремени болезней в Казахстане остается...

- A. употребление алкоголя
- B. избыточная масса тела
- C. употребление табака
- D. неудобное жилье
- E. финансовая нестабильность

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача № 1

Девочка В., 1 год. ребенок от I беременности, I преждевременных родов на 36 недели. беременность протекала на фоне анемии, отеков, повышенного АД во второй половине. Масса при рождении 2100, рост 48 см. Оценка новорожденного по шкале Апгар 6/7 баллов. К груди приложена на 3 сутки, с 2-х недель переведена на искусственное вскармливание. С 1 месяца получала лечение по поводу дисбактериоза кишечника. С 6 месяцев отмечается снижение гемоглобина до 80 г/л В питании до 11 месяцев мясо отсутствовало.

1.Оцените медико-биологический анамнез

2. Выделите факторы риска

Ситуационная задача № 2

Мальчик Д., 5 лет. Ребенок от I беременности на фоне кольпита (воспаления влагалища), I срочных быстрых родов. При рождении масса 3150, рост 54 см. закричал сразу. К груди приложен в 1 сутки. выписан из родильного дома на 6 сутки. диагноз при рождении : внутриутробное инфицирование. В раннем возрасте наблюдался с диагнозом: дисбактериоз кишечника. В 3 года перенес кишечную инфекцию по типу гастроэнтероколита, в 4 года перенес ветряную оспу. болеет простудными заболеваниями 4-5 раз в год. Пищевая аллергия на шоколад, клубнику.

1.Оцените медико-биологический анамнез

2. Выделите факторы риска

Лекция №6

5. 1. Тема: Методы и технологии, используемые для укрепления здоровья. Сотрудничество с исполнителями (междисциплинарная команда).

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

Обучение — это целенаправленный, систематический и организованный процесс формирования и развития у учащихся качеств, необходимых им для выполнений учебной деятельности. Обучение в условиях укрепления здоровья педагогики включает в себя передачу компетенций, которые способствуют формированию представлений о укреплении здоровья и научат отличать здоровый образ жизни от нездорового.

В процессе обучения в соответствии с идеями укрепления здоровья образовательных технологий ставится задача сформировать у школьника необходимые компетенции по здоровому образу жизни, научить реализовывать их в повседневной жизни.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	18 стр из 36

Весь процесс обучения в условиях укрепления здоровья педагогики включает в себя три этапа, которые отличаются друг от друга как частными задачами, так и особенностями методики.

1. Этап начального ознакомления с основными понятиями и представлениями.

Цель - сформировать у ученика основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил укрепления здоровья,

Основные задачи:

Сформировать смысловое представление об элементарных правилах укрепления здоровья. Создать элементарные представления об основных понятиях здорового образа жизни.

Добиться выполнения элементарных правил укрепления здоровья (на уровне первоначального умения).

Предупредить непонимание основных понятий здорового образа жизни.

Решение этих задач осуществляется поочередно. Представления об элементарных правилах укрепления здоровья формируются в результате объяснения педагогом, восприятия показываемых движений комплексов физкультминуток, утренней гигиенической гимнастики, просмотра наглядных пособий, анализа собственных мышечных и других ощущений, возникающих при первых попытках выполнения комплексов, наблюдений за действиями других учащихся. Все это создает ориентированную основу, без которой невозможно освоение правил укрепления здоровья.

2. Этап углубленного изучения.

Цель - сформировать полноценное понимание основ здорового образа жизни.

Основные задачи:

Уточнить представление об элементарных правилах укрепления здоровья.

Добиться сознательного выполнения элементарных правил укрепления здоровья.

Формировать практически необходимые знания, умения, навыки, рациональные приемы мышления и деятельности.

Данные задачи могут решаться одновременно. Эффективность обучения на этом этапе во многом зависит от правильного и оптимального подбора методов, приемов и средств обучения. Используя методы активного обучения, необходимо в комплексе с ним широко применять наглядность, направленную на создание ощущений здорового образа жизни. Метод словесного воздействия меняет свои формы, ведущими становятся анализ и разбор правил укрепления здоровья, беседа, дискуссия. Такой подход позволяет более углубленно познать основы укрепления здоровья.

На этом этапе широко используется комплекс разнообразных средств (средства двигательной направленности; оздоровительные силы природы; гигиенические факторы). Эффективность использования различных средств укрепления здоровья педагогики достигается при четком соблюдении следующих моментов:

- а) цели и задачи использования конкретного средства на конкретном занятии;
- б) структурная взаимосвязь данного средства и метода с основным содержанием занятия;
- в) контроль и самоконтроль выполнения правил укрепления здоровья.

3. Этап закрепления знаний, умений и навыков по укреплению здоровья и дальнейшего их совершенствования.

Цель — умение перевести в навык, обладающий возможностью его целевого использования.

Основные задачи:

Добиться стабильности и автоматизма выполнения правил укрепления здоровья.

Добиться выполнения правил укрепления здоровья в соответствии с требованиями их практического использования.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	19 стр из 36

Обеспечить вариативное использование правил здорового образа жизни в зависимости от конкретных практических обстоятельств.

Эти задачи могут решаться как одновременно, так и последовательно, так как все они тесно взаимосвязаны.

На этом этапе увеличивается количество повторений использования основных понятий и представлений о здоровом образе жизни в обычных и новых, непривычных условиях, что позволяет вырабатывать гибкий навык применения имеющихся знаний в различных условиях.

В целях углубления компетенций по укрепления здоровья используют различные методы и приемы:

- практический метод,
- познавательная игра,
- ситуационный метод,
- игровой метод,
- соревновательный метод,
- активные методы обучения,
- воспитательные, просветительские и образовательные программы.

Средства педагог выбирает в соответствии с конкретными условиями работы. Это могут быть:

- элементарные движения во время занятия;
- физические упражнения;
- физкультминутки и подвижные перемены;
- «минутки покоя»;
- различные виды гимнастики (оздоровительная гимнастика, пальчиковая, корригирующая, дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, для бодрости);
- лечебная физкультура;
- подвижные игры;
- специально организованная двигательная активность ребенка (занятия оздоровительной физкультурой, своевременное развитие основ двигательных навыков);
- массаж;
- самомассаж;
- психодинамика,
- тренинги,
- элементы фитотерапии, ароматерапии, витаминотерапия (витаминизацию пищевого рациона, йодирование питьевой воды, использование аминокислоты глицина дважды в год - в декабре и весной с целью укрепления памяти школьников),
- фитобары в стенах школы,
- кабинет физиотерапии,
- оздоровительные тренинги для педагогов и учащихся,
- различные реабилитационные мероприятия;
- массовые оздоровительные мероприятия,
- спортивно-оздоровительные праздники,
- тематические праздники здоровья др.

5.5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	20 стр из 36

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Веническими заболеваниями являются:

- A. возбудителями являются преимущественно заболевания, передающиеся половым путем.
- B. заболевания, которые могут передаваться в непосредственной близости от больных людей
- C. заболевания, возбудители которых передаются человеку от больных животных
- D. заболевания, возбудители которых передаются воздушно-капельным путем
- E. болезни, вызванные укусами животных

2. Передается половым путем:

- A. гонорея
- B. кандидоз
- C. микоплазмоз
- D. уреаплазмоз
- E. хламидии

3. Ожидаемая продолжительность жизни в 2025 году составит ...

- A. 75 лет
- B. 70 лет
- C. 72 года
- D. 74 года
- E. 80 лет

4. Распространенность курения в Казахстане составляет...

- A. 42,4%
- B. 40,4%
- C. 39,5%
- D. 50,3%
- E. 45,5%

5. Максимальная разница в смертности между мужчинами и женщинами наблюдается:

- A. у взрослых 25–29 лет
- B. у взрослых 30–35 лет
- C. у взрослых 40–45 лет
- D. у взрослых 37–42 лет
- E. у взрослых 46–50 лет

6. У детей младшего школьного возраста преобладают следующие заболевания:

- A. органов дыхания
- B. желудочно-кишечного тракта
- C. центральной нервной системы
- D. сердечно-сосудистой системы
- E. циркуляционные системы

7. Здоровый образ жизни – это:

- A. система поведения личности, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- B. лечебно-физкультурно-оздоровительный комплекс
- C. перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- D. регулярные занятия по физкультуре
- E. соблюдение личной гигиены

8. Дневной режим:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	21 стр из 36

- A. фиксированный порядок жизни человека, включающий работу, питание, отдых и сон
 B. порядок выполнения ежедневных задач
 C. список ежедневных задач, разделенный по времени выполнения
 D. строгое соблюдение определенных правил
 E. строгое соблюдение правил личного поведения
9. НЕ относится к признакам здоровья:
 A. стойкое заболевание
 B. работа в пределах нормы
 C. наличие резервных возможностей организма
 D. устойчивость к воздействию поражающих факторов
 E. наличие иммунитета
10. Признак нездорового образа жизни:
 A. несбалансированное питание
 B. активный образ жизни
 C. приятного отдыха
 D. постоянная двигательная активность
 E. сбалансированное питание

Ситуационные задачи

Ситуационная задача №1

Мальчик И, 8 мес. ребенок от 1 беременности, 1 срочных родов. матери 23 года, наблюдалась регулярно в женской консультации с 8 недель беременности. питалась рационально, во время беременности не болела, лекарств не принимала. декретный отпуск использовала. Профессиональных вредностей не было. Роды самостоятельные. Первый период 10 часов, второй 30 мин. Безводный период 2 часа. ребенок закричал сразу. . Оценка новорожденного по шкале Апгар8/8 баллов. К груди приложен в первые 30 минут после рождения. Пребывание матери и ребенка в родильном доме совместное. Выписаны на 4 сутки. Вакцинация в родильном доме проведена. находится на естественном вскармливании, получает кашу, овощное и мясное пюре, творог, кефир. Витамин Д получает с 1 месяца. Прививается по календарю профилактических прививок. Развивается соответственно возрасту

1) Оцените медико-биологический анамнез.

Ситуационная задача № 2

Беременная женщина пришла в кабинет здорового ребенка детской поликлиники по месту жительства в школу будущих матерей. Будущую маму интересует следующее:

- как должен вскармливаться новорожденный ребенок после рождения?
 - какие сроки прикладывания к груди после рождения?
 - когда нельзя прикладывать ребенка к груди?
- 1) дайте ответы на поставленные вопросы

Лекция № 7

5. 1. Тема: Универсально прогрессивная модель патронажного обслуживания беременных и детей раннего воз.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	22 стр из 36

- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

Патронажное обслуживание – система проведения «домашних визитов» патронажной сестры к детям раннего возраста, включая дородовый период. Встреча с семьей в ее собственной среде дает специалисту уникальную возможность понимания проблем и принятия правильного решения.

Существуют 3 основные модели патронажного обслуживания детей, каждый из которых имеет свои преимущества:

Универсальная модель – это охват патронажным наблюдением всех детей раннего возраста, с обязательным посещением каждого ребенка в определенные возрастные периоды.

Целевая модель – это охват патронажным наблюдением только из группы повышенного риска, которые имеют особые потребности в связи с медицинскими или психосоциальными рисками.

Универсально-прогрессивная модель патронажных посещений на дому – это смешанная модель, которая комбинирует преимущества универсальной и целевой модели, преодолевая их ограничения и обеспечивая максимальную эффективность.

В рамках универсально-прогрессивной модели универсальные (обязательные) услуги по посещению специалиста на дому доступны для всех семей, а прогрессивные (усиленные + интенсивные) услуги посещения патронажного работника предоставляются ограниченному количеству семей, на основе оценки рисков и потребностей.

Усиленную поддержку получают те семьи, которые испытывают социальноэкономические трудности, психосоциальный стресс, другие неблагоприятные обстоятельства (например, трудности с кормлением ребенка, проблемы развития, обеспечения безопасной среды и т.д.) для того, чтобы они могли позаботиться о себе и своих детях для обеспечения оптимального роста и развития.

Интенсивную поддержку получают семьи, где дети имеют высокую уязвимость и для снижения риска нужна междисциплинарная поддержка и сотрудничество здравоохранения, социальных и образовательных служб.

Ключевые убеждения новой модели патронажа

- родители являются первыми воспитателями ребенка;
- любая семья имеет надежды и мечты в отношении своих детей, но семьи отличаются тем, как они поддерживают усилия своих детей в достижении этих целей; на результаты развития ребенка большее влияние оказывает поддержка ребенка семьей, чем социальноэкономическое положение семьи.
- все родители имеют потенциал для поддержки развития своих детей и достижению ими успеха в жизни, но многим из них требуется поддержка для раскрытия своего потенциала, чтобы они могли почувствовать и развить свои сильные стороны;
- при предоставлении такой поддержки любая семья, в каких бы трудных условиях не находилась, способна дать лучший жизненный старт своему ребенку;
- лучше всего обращаться с родителями как с равными партнерами;
- патронажные работники могут способствовать повышению устойчивости семей и повышению качества жизни детей и семей путем оценки потребностей и глубокого понимания ситуации, обнаружения и поддержки сильных сторон (проактивный подход). При таком подходе семьи из потребителей услуг переходят в активные союзники;
- с любым родителем может быть «трудно установить контакт и работать», но основная ответственность за выстраивание взаимоотношений с родителями и семьями лежит на специалистах;

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	23 стр из 36

- необходимо подходить к родителям индивидуально – нельзя делать обобщения и навешивать ярлыки на основе их пола, этнической принадлежности, семейного положения, образования или материального благосостояния.

Основные принципы

Главная цель универсальнопрогрессивной модели — защита и укрепление здоровья и благополучия детей в раннем возрасте в тесной связи с благополучием родителей и ближайшего окружения. Понимая, что на ребенка оказывает влияние ситуация в семье, на которую в свою очередь, оказывает влияние ситуация в месте жительства и в более широкой среде, патронажная служба, в соответствии с экологическими принципами, работает со всеми слоями. При этом в фокусе внимания всегда остается ребенок, его интересы и права.

Ожидаемые результаты

При успешном внедрении универсальнопрогрессивной модели патронажного обслуживания в краткосрочной и долгосрочной перспективе можно ожидать позитивные результаты со стороны детей, семьи, родителей и общества.

Со стороны детей:

Улучшение неонатальных показателей, как малая масса тела, преждевременные роды, врожденные пороки развития, улучшение питания и роста, снижение заболеваемости и смертности, улучшение показателей иммунизации, улучшение когнитивного и социального развития, снижение уровня травматизма, снижение бремени инвалидности и сокращение случаев отказа от детей, снижение жестокого обращения и насилия в отношении детей.

Со стороны семьи и родителей:

Улучшение дородового ухода и профилактика акушерских осложнений, улучшение родительских знаний и навыков по детскому питанию (грудное вскармливание и прикорм), улучшение показателей обращения за медицинской помощью, улучшение осведомленности родителей о профилактике инфекционных заболеваний, улучшение привязанности и родительских знаний о практиках по развитию ребенка, безопасная домашняя среда, улучшение поддержки семей с детьми с ограниченными возможностями, снижение уровня родительского стресса, материнской депрессии и тревоги.

Со стороны общества:

Снижение расходов на медицинское обслуживание, улучшение готовности к школе, уровня успеваемости и показателей развития, снижение затрат на лечение вакциноуправляемыми болезнями, снижение расходов здравоохранения, связанных с госпитализацией, снижение затрат на уход за детьми, оставшихся без родительского попечения, за детьми, пострадавшим от жестокого обращения, затрат, связанных с борьбой с преступностью и наркоманией, снижение случаев суицида.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. НЕ относится к группам по демографическим характеристикам:
 - беременные
 - дети
 - пожилые люди
 - одинокие
 - мигранты, беженцы
- 2.Не относится к группам риска по признакам функционального, патологического состояния:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	24 стр из 36

- A. пожилые люди
 B. беременные женщины
 C. дети, рожденные недоношенными, с низкой массой тела
 D. люди с генетическим риском, врожденными аномалиями
 E. инвалид с детства
3. Люди с девиантным поведением не относятся к группам риска:
 A. бедные и обездоленные
 B. со злоупотреблением спиртосодержащей продукцией
 C. наркоманы
 D. наркоманы
 E. у людей есть сексуальные отклонения
4. Пищевая аллергия ... встречается часто.
 A. в раннем детстве
 B. во время беременности
 C. в старости
 D. в подростковом возрасте
 E. у взрослых
5. Укажите, какой пищевой продукт является одним из наиболее распространенных пищевых аллергенов:
 A. цитрусовые
 B. рыба
 C. коровье молоко
 D. куриное яйцо
 E. арахис
6. Классификация углеводов по составу:
 A. простой и сложный
 B. укрепляющий и восстанавливающий
 C. вязкий и жидкий
 D. растворимый в воде и растворимый в масле
 E. рассасывающиеся и нерассасывающиеся
7. Жиры выполняют в организме человека следующие функции:
 A. защитная, регулирование тепла, энергообеспечение
 B. защитная, терморегулирующее, укрепляющее
 C. регулирует и восстанавливает тепло
 D. регулирует тепло, обеспечивает энергию
 E. защитный, восстанавливающий
8. Невротическое состояние, возникающее при чрезмерном употреблении пищи, это ...
 A. булимия
 B. анорексия
 C. кахексия
 D. шизофрения
 E. амнезия
9. Невротическое состояние, при котором человек придерживается экстремальной диеты ...
 A. анорексия
 B. булимия
 C. кахексия
 D. шизофрения
 E. амнезия
10. Суточная потребность в йоде для взрослых составляет ...

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	25 стр из 36

- A. 0,15 мг
- B. 0,015 мг
- C. 1,0 мг
- D. 0,05 мг
- E. 0,5 мг

Ситуационные задачи.

Ситуационная задача №1

Ребенок родился с массой 2700,0, длиной тела 48 см. В настоящее время ему 9 мес, находится на естественном вскармливании.

1. Рассчитать долженствующую массу тела ребенка, указать потребность в белке, жирах и углеводах, энергии.
2. Составить рацион питания

Ситуационная задача №2

Ребенок родился с массой 3100,0, длиной тела 51 см. В настоящее время ему 12 мес, находится на естественном вскармливании.

1. Рассчитать долженствующую массу тела ребенка.
2. Составить рацион питания.

Лекция № 8

5.1. Тема: Порядок проведения скрининга и обследования целевых групп населения в Республике Казахстан.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укрепления здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

Скрининг - это профилактический медицинский осмотр здоровых лиц определенного возраста для выявления факторов риска и заболеваний на ранних стадиях. Скрининговые обследования помогают выявить заболевание на ранней стадии или предрасположенность к нему, подобрать оптимальное лечение и назначить комплекс профилактических мер.

Кто может пройти скрининг

Проводятся скрининги по конкретным заболеваниям и для определённых возрастных групп.

Скрининг проводится в 2-х возрастных категориях:

1. Дети в возрасте **от 0 до 18 лет**. Дети проходят профилактический осмотр ежегодно до своего совершеннолетия. Воспитанников дошкольных учреждений, школьников, учащихся среднеспециальных учебных заведений и студентов до 18 лет обследует выездная бригада в организациях образования.

Осмотр детей, которые не посещают дошкольные учреждения, проводится в поликлинике или семейном центре здоровья.

2. Взрослые в возрасте **с 30 и до 70 лет**.

Осмотр проходит даже при абсолютном отсутствии каких-либо симптомов – исключительно для уверенности в своём здоровье.

Скрининги совершенно бесплатны. Финансирование профилактических осмотров осуществляется за счет средств ОСМС, поэтому для прохождения скрининга необходимо иметь статус застрахованности.

ОҢТҮСТІК-ОАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ АҚ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	26 стр из 36

Чтобы пройти скрининг, нужно обратиться в поликлинику по месту жительства или прикрепления. Для этого в каждой службе первичной медико-санитарной помощи имеются скрининговые кабинеты. При себе нужно иметь удостоверение личности.

При прохождении установленных скрининговых исследований, работнику предоставляется социальный отпуск до 3-х дней с оплатой по среднему заработка.

На выявление каких заболеваний проводятся скрининг у взрослых

Скрининговые осмотры взрослого населения направлены на раннее выявление и предупреждение:

- основных болезней системы кровообращения – артериальной гипертонии, ишемической болезни сердца;
- сахарного диабета среди мужчин и женщин;
- предопухолевых, злокачественных новообразований шейки матки среди женщин;
- предопухолевых, злокачественных новообразований молочной железы среди женщин;
- глаукомы среди мужчин и женщин;
- предопухолевых, злокачественных новообразований толстой и прямой кишки среди мужчин и женщин;
- злокачественных новообразований пищевода, желудка, печени и предстательной железы;
- хронического гепатита В и С у лиц группы риска.

У взрослых каких возрастов проводится скрининг

На раннее выявление болезней системы кровообращения (артериальная гипертония, ишемическая болезнь сердца) и сахарного диабета проверяются мужчины и женщины в возрасте 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64 лет, не состоящие на диспансерном учете по поводу артериальной гипертонии, ишемической болезни сердца и сахарного диабета;

На раннее выявление глаукомы проверяются мужчины и женщины в возрасте 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70 лет, не состоящие на диспансерном учете по поводу глаукомы;

На раннее выявление предопухолевых и опухолевых заболеваний молочной железы должны прийти женщины в возрасте 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70 лет, не состоящие на диспансерном учете по поводу рака молочной железы;

На раннее выявление предопухолевых заболеваний и рака шейки матки ждут женщин, не состоящих на диспансерном учете по поводу рака шейки матки, в возрасте 30, 34, 38, 42, 46, 50, 54, 58, 62, 66, 70 лет;

На раннее выявление предопухолевых и опухолевых заболеваний толстой и прямой кишки проверяются мужчины и женщины 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70 лет, не состоящие на учете по поводу полипоза, рака толстой и прямой кишки;

На раннее выявление хронического гепатита В и С проверяются лица с заболеваниями крови, злокачественными новообразованиями, находящиеся на гемодиализе, имеющие в анамнезе оперативные вмешательства, переливание крови и ее компонентов.

Порядок проведения осмотра

Пациент проходит скрининг тест: отвечает на вопросы о питании, наличии вредных привычек, уровне физической активности, о наследственных заболеваниях и др.

Тут же измеряются рост и вес пациента, определяется индекс Кеттле, экспресс-методом определяется уровень холестерина и сахара в крови, измеряется артериальное давление и внутриглазное давление.

Далее, при необходимости врач выписывает направление для дообследования или консультации у узкого специалиста.

После того, как пациент прошел осмотр в скрининговом кабинете (на раннее выявление поведенческих факторов, гипертонию, ишемическую болезнь сердца, сахарный диабет и

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	27 стр из 36

глаукому), он обследуется на онкопатологию (в случае, если подлежит данному виду скрининга по возрасту).

К примеру, женщины, в возрасте от 30 до 70 лет в смотровом кабинете сдают мазок на онкоцитологию, женщины в возрасте от 40 до 70 лет проходят маммографию на раннее выявление рака молочной железы, а мужчины и женщины в возрасте от 50 до 70 лет сдают кал на скрытую кровь на раннее выявление онкологических заболеваний толстого кишечника.

Результаты скринингового исследования

По окончании скринингового исследования врач с учетом заключения профильных специалистов и лабораторно-диагностических исследований определяет следующие группы динамического наблюдения:

- 1А группа - здоровые без факторов риска: лица, не предъявляющие никаких жалоб и у которых в анамнезе и во время осмотра не выявлены хронические заболевания, факторы риска или нарушения функций отдельных органов и систем;
- 1Б группа - здоровые с факторами риска: лица с выявленными факторами риска, пограничными состояниями, нуждающиеся в наблюдении и профилактическом вмешательстве (лица, у которых выявлены незначительные отклонения от установленных границ нормы в величинах артериального давления и прочих физиологических характеристик, не влияющие на функциональную деятельность организма);
- 2 группа - практически здоровые: лица, имеющие в анамнезе острое и хроническое заболевание без обострений в течение последних 2 лет;
- 3 группа - больные: лица, нуждающиеся в динамическом наблюдении, лечении и оздоровлении.

Здоровые (1А, 1Б группы) и практически здоровые (2 группа) лица проходят:

- последующее скрининговое исследование в организации АПП согласно периодичности соответствующего скринингового исследования;
- оздоровление в кабинете здорового образа жизни, школе по профилю заболеваний организаций АПП и службы здорового образа жизни.

Выявленные в ходе осмотров лица с хроническими заболеваниями подлежат учету и динамическому наблюдению согласно перечню хронических заболеваний с последующим проведением комплекса лечебно-профилактических мероприятий, направленных на восстановление, оздоровление и укрепление здоровья.

При выявлении острых заболеваний проводится обследование, лечение с последующей оценкой состояния здоровья до полного выздоровления.

На сегодня приказ Министра здравоохранения № КР ДСМ- 65 05.07.2022 года «О внесении изменений в приказ исполняющего обязанности Министра здравоохранения Республики Казахстан от 30 октября 2020 года № КР ДСМ-174/2020 «Об утверждении целевых групп лиц, подлежащих скрининговым исследованиям, а также правил, объема и периодичности проведения данных исследований и в приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 15 декабря 2020 года № КР ДСМ-264/2020 «Об утверждении правил, объема и периодичности проведения профилактических медицинских осмотров целевых групп населения, включая детей дошкольного, школьного возрастов, а также учащихся организаций технического и профессионального, послесреднего и высшего образования» прошел регистрацию в Министерстве юстиции Республики Казахстан № 28747 08.07.2022 года (далее – Приказ).

В приказ внесены следующие дополнения, расширена целевая группа лиц, из числа сельского населения, подлежащие скрининговым исследованиям:

мужчины и женщины в возрасте от 18 до 29 лет, проходящие скрининговые исследования;

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	28 стр из 36

мужчины и женщины в возрасте от 18 до 39 лет, проходящие скрининговые исследования, не состоящие на динамическом наблюдении с артериальной гипертонией, ишемической болезнью сердца и сахарным диабетом, глаукомой;

мужчины и женщины в возрасте от 18 до 70 лет, проходящие скрининговые исследования, не состоящие на динамическом наблюдении с заболеваниями желудочно-кишечного тракта и хроническим заболеванием почек;

мужчины и женщины в возрасте от 50 до 70 лет, проходящие скрининговые исследования, не состоящие на динамическом наблюдении с туберкулезом органов дыхания;

мужчины в возрасте от 55 до 70 лет и старше, проходящие скрининговые исследования, не состоящие на динамическом наблюдении с раком предстательной железы.

А также с целью совершенствования организации профилактических осмотров детей от 0 до 18 лет в текущем году планируется расширение пакетов профилактических осмотров с включением дополнительных методов лабораторных исследований с акцентом на детях в возрасте 1 года, 3-х, 6-ти и 14-ти лет.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Регулируемый расход энергии определяется:

- А. с объемом и характером физической работы
- Б. с основным уровнем метаболизма организма
- С. с динамическим уровнем питания
- Д. с указанием возраста и пола человека
- Е. с указанием времени суток

2. Пищевая ценность белков определяется...

- А. с незаменимыми аминокислотами
- Б. со скоростью переваривания
- С. со способностью конвертироваться в жиры и углеводы
- Д. с заменимыми аминокислотами
- Е. с содержанием глобулинов

3. Биологическая роль витамина D...

- А. регулирует обмен фосфора и кальция
- Б. увеличивает особую устойчивость тела
- С. участвует в синтезе коллагена
- Д. в составе биофлавоноида
- Е. регулирует процесс развития организма

4. Дефицит витамина А проявляется как:

- А. сумеречное расстройство зрения
- Б. становится желтым
- С. гиперемия слизистой глотки
- Д. при диспепсии
- Е. при остеопорозе

5. Клинический симптом ... указывают на пищевое отравление.

- А. явление гастроэнтерита
- Б. запор
- С. метеоризм
- Д. психическое расстройство

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	29 стр из 36

Е. головная боль

6. За счет еды покрывается:

- A. пластическая и энергетическая функция организма
- B. синтез необходимых витаминов
- C. обеспечение организма ксенобиотиками
- D. профилактика заболеваний
- E. для обеспечения духовного развития организма

7. Качественная полноценная еда – это ...

- A. наличие в пище всех питательных веществ, необходимых организму
- B. снабжение организма энергией в зависимости от пола и возраста
- C. соотношение питательных веществ в рационе питания
- D. обеспечение питанием с учетом национальных особенностей человека
- E. связь питания и биологических ритмов

8. Соотношение белков, жиров и углеводов в рационе людей, занимающихся умственным трудом:

- A. 1:0,8:3
- B. 1:1,1:8
- C. 1:2:5
- D. 1:1,4:5
- E. 1:1,5:4

9. Физиологическая роль жиров:

- A. обеспечение организма витаминами А, Д, Е, К
- B. эндогенный синтез воды
- C. регуляция осмотического давления
- D. детоксикация организма
- E. регуляция перистальтики желудка

10. Формула индекса Брокколи для женщин:

- A. рост-(100+(рост-100):10
- B. вес-(100+(рост-100):10
- C. рост-(100+(вес-100):10
- D. рост-(10+(рост-10):100
- E. вес-(100+(вес-100):10

Ситуационные задачи

Ситуационная задача №1

В средней школе в ходе анализа умственной работоспособности учащегося с помощью корректурных проб получены следующие результаты: до урока число просмотренных знаков составило 240, число ошибок – 1 (0,42%); после урока число просмотренных знаков - 235, число ошибок – 1 (0,42%).

Дайте заключение результатам исследования умственной работоспособности.

Ситуационная задача №2

Перед поступлением в школу проведено медицинское обследование воспитанников подготовительной группы одного из детских дошкольных учреждений г. Шымкента. При измерении отпечатков стопы по методу Штритера, длина перешейка составила 35% от всей длины перпендикуляра.

Определите состояние свода стопы.

Лекция № 9

5. 1. Тема: Модули ЮНИСЕФ.

5.2. Цель занятия:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	30 стр из 36

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укреплении здоровья

5.3. Задачи занятия:

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

ЮНИСЕФ функционирует благодаря взносам государств-членов ООН и частным пожертвованиям. Общий доход организации по состоянию на 2018 год составил 5,2 миллиарда долларов, из которых две трети поступили от государств-членов. Частные группы и отдельные лица предоставляют оставшуюся часть через национальные комитеты. По оценкам, 88 процентов поступлений **ЮНИСЕФ** распределяются на услуги по программам. В программах **ЮНИСЕФ** особое внимание уделяется развитию служб на уровне общин для укрепления здоровья и благополучия детей. **ЮНИСЕФ** получил признание за свою работу, включая Нобелевскую премию мира в 1965 году, премию Индиры Ганди (англ.)рус. в 1989 году и Премию принцессы Астурийской в 2006 году.

Большая часть работы **ЮНИСЕФ** осуществляется на местах в 192 странах и территориях. Сеть **ЮНИСЕФ**, насчитывающая более 150 отделений, штаб-квартир и других отделений в различных странах, а также 34 национальных комитета, выполняет миссию **ЮНИСЕФ** в рамках программ, разработанных совместно с правительствами принимающих стран. Семь региональных отделений оказывают техническую помощь отделениям в различных странах по мере необходимости.

Отдел снабжения **ЮНИСЕФ** находится в Копенгагене и служит основным пунктом распределения таких важных предметов, как обеспечение вакцинами, антиретровирусными препаратами для детей и матерей с ВИЧ, пищевыми добавками, убежищами для неотложной помощи, также помощи в воссоединении семей и покупки учебных материалов. Исполнительный совет из 36 членов устанавливает политику, утверждает программы и контролирует административные и финансовые планы. Исполнительный совет состоит из представителей правительства, которые избираются Экономическим и Социальным Советом Организации Объединённых Наций, как правило, на трёхлетний срок.

В 2018 году **ЮНИСЕФ** оказал помощь в рождении 27 миллионов младенцев, доставил пентавалентную вакцину примерно 65,5 миллионам детей, предоставил образование 12 миллионам детей, вылечил 4 миллиона детей с тяжёлым острым недоеданием и оказал помощь в 285 чрезвычайных ситуациях в 90 странах. В связи с пандемией COVID-19 2020 года **ЮНИСЕФ**, Всемирная организация здравоохранения и другие агентства опубликовали руководство по здоровому воспитанию детей.

Фонд под названием «Чрезвычайный фонд защиты детей ООН» (англ. United Nations International Children's Emergency Fund) был создан 11 декабря 1946 года по решению Генеральной Ассамблеи ООН в качестве временной вспомогательной организации для оказания помощи детям, в том числе пострадавшим в результате Второй мировой войны[6]. Первым его возглавил Л. Райхман. В 1953 году ООН сделала организацию постоянной и расширила круг её деятельности, а фонд получил своё нынешнее наименование с сохранением первоначальной аббревиатуры UNICEF.

В 1965 году Детский фонд ООН получил Нобелевскую премию мира.

Под эгидой **ЮНИСЕФ** проходила программа «год ребёнка» в 1979 году.

Финансирование

ЮНИСЕФ не получает никаких средств от ООН, его деятельность основана на добровольных пожертвованиях. Основными источниками средств, поступающих в фонд, являются

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	31 стр из 36

ежегодные добровольные взносы государств-членов ООН, обеспечивающие две трети поступлений. Ежегодный добровольный взнос России с 2006 года составляет 1 миллион долларов США. Общий объем взносов России в ЮНИСЕФ с 2010 по 2016 гг. составил 33,1 миллионов долларов США.

В 2020 году общий объем поступлений от частного сектора составил 1,61 миллиардов долларов США, из которых 719,9 миллионов долларов США было получено по линии регулярных ресурсов и 889,2 миллионов долларов США — по линии прочих ресурсов.

Эмблема ЮНИСЕФ была размещена на футболках футбольного клуба «Барселона», но отнюдь не как эмблема спонсора. Каталонский клуб ежегодно выплачивает в фонд 1,5 миллиона евро из собственного бюджета на помочь детям.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

На последней странице

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Назначается диета при хроническом гастрите:

- A. №2
- B. №4
- C. №1
- D. №5
- E. №9

2. Диету №11 назначают при ...

- A. туберкулезе
- B. диабете
- C. токсические инфекции
- D. гепатите А
- E. сердечно-сосудистых заболеваниях

3. Норма питания зависит от ...

- A. к интенсивности обменных процессов
- B. к бытовым условиям
- C. к условиям питания
- D. к погоде
- E. к национальному составу физического лица

4. Соотношение белков, жиров, углеводов в рационе людей, занимающихся тяжелой физической работой:

- A. 1:1,5:5
- B. 1:1:4
- C. 1:1:6
- D. 1:1,5:4
- E. 1:1,4:3,5

5. При недостатке минеральных веществ в организме... возникает.

- A. кариес
- B. рахит
- C. флюороз
- D. бери-бери
- E. цинга

6. Гипервитаминоз – это состояние, связанное с ...

- A. избыточным поступлением витаминов в организм

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	32 стр из 36

- B. недостаточным поступлением витаминов в организм
 C. недостатоком витаминов в организме
 D. нарушением водно-солевого обмена
 E.нарушениями всасываниями витаминов
7. Гиповитаминоз – это состояние, связанное с ...
 A. недостаточным поступлением витаминов в организм
 B. избыточным поступлением витаминов в организм
 C. недостатоком витаминов в организме
 D. нарушением водно-солевого обмена
 E.нарушениями всасывания витаминов
8. Авитаминоз – это состояние, связанное с ...
 A. недостатоком витаминов в организме
 B. достаточным поступлением витаминов в организм
 C. избыточное поступление витаминов в организм
 D. к нарушению водно-солевого обмена
 E.к нарушениям всасывания витаминов
9. Развивается при дефиците железа в организме:
 A. анемия
 B. заболевания желудочно-кишечного тракта
 C. ожирение
 D. повышенное кровяное давление
 E.аллергическая реакция
10. На данный момент существуют ... диетические столы.
 A. 15
 B. 12
 C. 10
 D. 11
 E.13

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача №1

На химическом производстве работница занята дозировкой, взвешиванием и загрузкой в камеру реакции исходных продуктов синтеза полимерных материалов. Врачом акушером-гинекологом у работницы установлена беременность.

Какие профилактические мероприятия необходимо применить для предотвращения отрицательного влияния химических факторов на организм работницы и будущего ребенка?

Ситуационная задача № 2

Оператор компьютерного набора занята вводом текста, редактированием и печатью документов на персональном компьютере. Продолжительность ее рабочего дня составляет 8 часов. Врачом акушером-гинекологом у работницы установлена беременность.

Какие профилактические мероприятия необходимо применить для предотвращения отрицательного влияния производственных факторов на организм работницы и будущего ребенка?

Лекция № 10

5. 1. Тема: Методы, используемые для укрепления здоровья.

5.2. Цель занятия:

- Знание об укреплении здоровья, целях и задачах укрепления здоровья
- Знать об основных методах укреплении здоровья

5.3. Задачи занятия:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	33 стр из 36

- установить психологический и речевой контакт со здоровыми и больными детьми, их родителями или другими законными представителями ребенка.
- собрать и оценить анамнез жизни с выделением факторов риска

5.4. Основные вопросы темы.

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие является неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении.

Наряду с комплексом обязательных мероприятий по физической культуре сюда входят и оздоровительно – профилактические действия всех сотрудников детского сада.

Большое внимание с раннего возраста уделяется формированию правильной осанки, двигательных навыков, координации движений, пространственного ориентирования, развитию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, силы и др., а также привитию культурно – гигиенических навыков и интереса к физическим упражнениям, что способствует формированию моральных качеств, волевых черт личности, ведению здорового образа жизни.

Одним из условий воспитания здоровых детей является организация правильного режима дня, который строго соблюдается в детском саду.

Для успешного физического развития ребенка необходимы разнообразные закаливающие мероприятия, активная двигательная деятельность в течение дня, физкультурное оборудование и инвентарь.

Комплексное использование и стереотипное повторение всех форм физической работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные и спортивные игры, прогулки, организация самостоятельной деятельности детей, физкультурные досуги и праздники) обеспечивают нормальное физическое развитие детей дошкольного возраста.

Коррекционно – оздоровительная работа педагогов (коррекционная гимнастика для рук, ног, позвоночника, точечный массаж) предупреждает искривление позвоночника, развитие уплощенной стопы, сердечно – сосудистые и простудные заболевания.

Овладение детьми правильной координацией обогащает двигательный опыт, необходимый опыт в дальнейшей жизни, а также регулирует деятельность физических процессов организма. Организация физического воспитания во всех возрастных группах проводится при постоянном медико – педагогическом контроле.

Одна из важных задач современного дошкольного воспитания – снижение риска заболеваемости детей наиболее распространенными простудными заболеваниями. Большое внимание следует уделять их профилактике – закаливанию детского организма.

В нашем детском саду применяются вариативные методы закаливания и оздоровления детей:

- воздушно – контрастное закаливание по методике Ю.Ф. Змановского,
- дневной сон с открытыми форточками,
- физические упражнения в помещениях с контрастной температурой воздуха.
- фиточай,
- игровые – оздоровительные упражнения после сна,
- фитотерапия во время дневного сна (левые лапы).
- точечный массаж.

Оздоровительный эффект оказывает сезонное изменение режима. Всего должно быть четыре сезонных режима с постепенным переходом от одного к другому. Это связано с годичной биоритмийей. Вместе с тем необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка.

Нельзя допускать насилия над биологической потребностью организма во сне, ритмичностью в отдыхе, занятиях, питании.

ОҢТҮСТІК-ОАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ АҚ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	34 стр из 36

В каждом случае, предпочтительно следовать естественным потребностям организма ребенка, предполагая элементы гибкого режима и создавая психологический комфорт на занятиях и в свободной деятельности.

Целенаправленное физическое воспитание и оздоровительная работа дают возможность всем детям овладеть наиболее рациональными способами выполнения движений в оптимальных условиях, развивать физическую силу, выносливость, ловкость, быстроту реакций, укрепить здоровье, способность противостоять стрессам, инфекционно – простудным заболеваниям.

Кроме того, создается база для успешного овладения техникой двигательных действий в школе.

5. 5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).

5. 6. Литература:

1.Приз, В. Н. Балалар мен жасөспірімдердің денсаулық жағдайын және сырқаттанушылығын бағалау: оқу құралы = Оценка состояния здоровья и заболеваемости детей и подростков : учеб. пособие Алматы: Эверо, 2013.

2.Бөлешов М. Ә. Қоғамдық денсаулық және денсаулықты сақтау: оқулық-Эверо,2015

3.Балалар мен жасөспірімдердің денсаулығын қорғау: оқу құралы. – М. : ГЭОТАР – Медиа, 2015

4.Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова. – 3-е изд., перераб. и доп.; Мин-во образования и науки РФ. Рек. ГОУ ВПО «Первый гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова». – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2015. – 544 с

Дополнительная литература

1.Бигалиева, Р. К Әлеуметтік медицина және денсаулық сақтауды басқару [Мәтін]: оқулық / Р. К Бигалиева. - Алматы: Эверо, 2014. - 560 бет. с.

2.Баранов, А. А. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях: рук. для врачей. – М. , 2008

3.Аканов А.А. Здоровье населения и здравоохранение Республики Казахстан.-1изд. Эверо,, монография 2014

4.Аканов А.А. Здоровье населения и здравоохранение Республики Казахстан.-2изд. Эверо, оқулық 2014

Электронные издания

1.Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]; учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Электрон. текстовые дан. (43,1Мб). – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2017. <https://aknurpress.kz/login>

2.Қаныбеков А.Операциялық, тану және емшара мейірбикелерінің іс әрекеттері / А. Қаныбеков, Ж. Қаныбекова. – Алматы: Эверо, 2020 – 216 бет. https://www.elib.kz/ru/search/read_book/845/

3.Здоровье населения и здравоохранение Республики Казахстан (White Paper)Аканов А., Мейманалиев Т.

Алматы, издательство Эверо, 2020. – 80 с. https://www.elib.kz/ru/search/read_book/145/

4. Р.К. Бигалиева, Әлеуметтік медицина және денсаулық сақтауды басқару– Алматы «Эверо» баспасы, 2020. – 560 бет. https://www.elib.kz/ru/search/read_book/106

5. 7. Контрольные вопросы (вопросы, тесты, задания и т.б.)

Тесты:

1. Согласно определению ВОЗ, термин «качество жизни» включает в себя... здоровье человека.

- А. физическое
- Б. врожденное
- С. ежедневное

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	35 стр из 36

- D. нормальное
E. социальное
2. Согласно определению ВОЗ, термин «качество жизни» включает в себя ... здоровье человека.
- A. психологическое
B. врожденное
C. ежедневное
D. нормальное
E. социальное
3. Согласно определению ВОЗ, термин «качество жизни» включает в себя... здоровье человека.
- A. эмоциональное
B. врожденное
C. ежедневное
D. нормальное
E. социальное
4. Основной показатель качества жизни:
- A. индекс развития человеческого потенциала
B. индекс развития человеческих ресурсов
C. показатель развития организма человека
D. индекс массы тела
E. повышение индекса уровня жизни
5. ... — один из основных показателей качества жизни:
- A. социально-демографический
B. человеческо-демографический
C. лично-социальный
D. социальная адекватность
E. развитие частного центра
6. ... — один из основных показателей качества жизни:
- A. развитие социальной сферы
B. социально-демографический
C. лично-социальный
D. социальная адекватность
E. развитие частного сектора
7. Одним из основных критериев качества жизни, разработанных ВОЗ, является следующий показатель:
- A. уровень независимости
B. уровень дохода
C. уровень образования
D. уровень зависимости
E. уровень жизни
8. Относится к физическим показателям качества жизни:
- A. энергия
B. мышление
C. эмоция
D. боль
E. отдых
9. Относится к физическим показателям качества жизни:
- A. усталость

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA АКАДЕМИЯСЫ «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-2»	80-11-2025
Методические рекомендации для занятий	36 стр из 36

- В. мышление
- С. эмоции
- Д. боль
- Е. отдых

10. Относится к психологическим показателям качества жизни:

- А. эмоции
- В. сила
- С. усталость
- Д. боль
- Е. отдых

Ситуационные задачи:

Ситуационная задача №1

Ребенок родился доношенный, массой 3000г, длиной 49см. находится на искусственном вскармливании. В настоящее время ему 14 дней.

1. Рассчитать, какой объем пищи должен иметь ребенок.
2. Указать его потребность в белках, жирах, углеводах и энергии.
3. Составить рацион питания.

Ситуационная задача № 2

Ребенка родился с массой 3350 г, длиной 51 см. В настоящее время ему 4,5 мес., находится на искусственном вскармливании.

1. Рассчитать, какой вес и рост должен иметь ребенок в 4,5 месяца.
2. Указать его потребность в белках, жирах, углеводах и энергии.
3. Составить рацион питания.