

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/19-2024
Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		17 беттің 1 беті

ТӘЖІРБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР

Пәні: «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»

Пән коды: AAASOSQ 3209

БББ атауы және шифры: 6B10111-«Қоғамдық денсаулық»

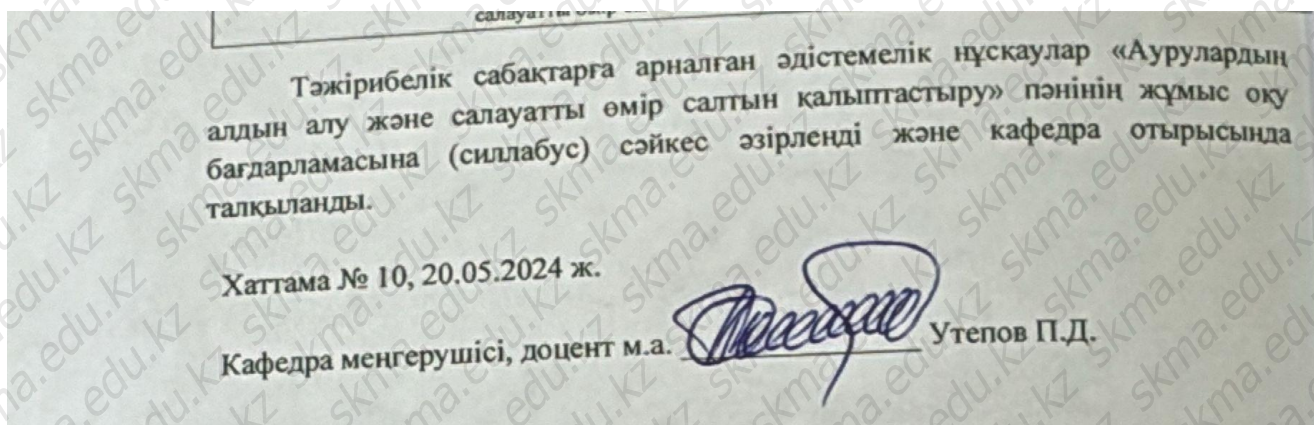
Оқу сағаты/кредит көлемі: 150 сағат /5 кредит

Оқу курсы және семестрі: III-курс, V-семестр

Тәжірбелік сабақтар көлемі: 40 сағат

Шымент, 2024 жыл

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	59/19-2024 17 беттің 2 беті



ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	59/19-2024 17 беттің 3 беті

I. Тақырыбы: Аурулардың алдын алу және СӨС саласындағы негізгі заңды құжаттар.

II. Мақсаты: Қазақстан Республикасының аурулардың алдын алу және СӨС саласындағы негізгі заңнамалық құжаттарын зерделеу.

III. Оқыту міндеттері:

- ҚР Негізгі заңнамалық құжаттарының түрлері;
- заңнамалық құжаттар бойынша негізгі терминдер;
- Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау саласындағы заңнамасының мақсаты мен міндеттері;
- халықтың санитариялық-эпидемиологиялық саламаттылығы саласындағы мемлекеттік органның құзыреті;
- заңды құжатты талдау;
- санитариялық-эпидемиологиялық қызметті, Қоғамдық денсаулық сақтауды интеграциялау мәселелерінде құзыретті болу;

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау саласындағы заңнамасының мақсаты мен міндеті.
2. Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау саласындағы заңнамасының қағидаттары.
3. ҚР «Халық денсаулығы және денсаулық сақтау жүйесі» Кодексі.
4. ҚР ДСМ СӨС қалыптастыру және аурулардың алдын алу саласындағы бұйрықтары.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, нормативтік- әдістемелік құжаттармен шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Пәнді ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау саласындағы заңнамасының мақсаты мен міндеттерін атаңыз.
2. ҚР Негізгі заңнамалық құжаттарының түрлерін атаңыз.
3. Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау саласындағы заңнамасындағы негізгі принциптер қандай?

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 4 беті

4.Халықтың санитариялық-эпидемиологиялық саламаттылығы саласындағы мемлекеттік органның құзыреттерін атаңыз.

5.Білім алушыларға заңнамалық құжаттарды қолдану неге маңызды?

6.ҚР СӨС бойынша ақпаратты қандай интернет ресурстардан табуға болады?

№2 сабақ

I. Тақырыбы: Өмір сүру сапасын арттыру – алиментарлық ауруларды анықтаудың ноозологияға дейінгі негіздері.

II.Мақсаты: алиментарлық ауруларды ноозологияға дейінгі анықтаудың тәсілдерін зерделеу.

III. Оқыту міндеттері:

- халықтың жекелеген топтары (әйелдер, балалар мен жасөспірімдер, аға буын)денсаулығының медициналық-әлеуметтік аспектілері;
- халықтың заманауи тамақтануына түзету енгізуді бағалау.

IV.Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Әлемдегі алиментарлық ауруларды анықтаудың ноозологияға дейінгі негіздері.
2. Тамақтану арқылы денсаулықты оңтайландыру жолдары.
3. Мектептегі тамақтануға түзетулерді енгізу.
4. Ересектер мен қарт адамдардың тамақтануын түзетудің қазіргі жағдайы.

V.Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері/технологиялары:Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. «Ноозологияға дейінгі әдістер» түсінігіне анықтама беріңіз.
2. Ноозологияға дейінгі әдістер қандай мақсаттарда жүргізіледі?
3. Мектептегі тамақтануды түзету нені қамтиды?
4. Ересек адамның тамақтануын түзетудің маңыздылығы туралы айтыңыз.

№3 сабақ

I. Тақырыбы: «ҚР денсаулық сақтау саласын дамытудың 2026 жылға дейінгі тұжырымдамасын бекіту туралы».

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 5 беті

II. Мақсаты: білім алушыларды Концепциямен, мақсатымен және міндеттерімен, басымды индикаторларымен таныстыру.

III. Оқыту міндеттері:

- концепцияның мазмұнын зерделеу;
- индикаторларын және бағыттарын зерделеу;
- СӨС қалыптастыру және аурулардың алдын алу.

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Концепцияны әзірлеу мақсаты және іске асыру мерзімдері.
2. Негізгі басымдықтары мен міндеттері, стратегиялық көрсеткіштері.
3. Күтілетін экономикалық және әлеуметтік тиімділігі.
4. Негізгі бағыттарын жүзеге асыру нәтижелері.
5. Міндеттер мен нәтижелер көрсеткіштері.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, нормативтік- әдістемелік құжаттармен шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Концепцияның мақсаты мен мерзімі қандай?
2. 2025 жылға қарай азаматтардың күтілетін өмір сүру ұзақтығын ұлғайту жолдары.
3. Халық арасында СӨС ұстану деңгейін арттыру.
4. Концепцияның негізгі бағыттары мен міндеттерін атаңыз.
5. Тұжырымдаманы іске асыру үшін қажетті ресурстар.

№ 4 сабақ

I. Тақырыбы: Тиімді тамақтану-салауатты өмір салтының негізгі факторы.

II. Мақсаты: ақуыздардың тағамдық құндылығын, аминқышқылдарының маңыздылығын, майлардың тағамдық құндылығын, майлардың рөлі мен химиялық құрамын, адам ағзасындағы көмірсулардың маңыздылығын, химиялық құрылымын, жіктелуін және олардың адам ағзасына қажеттілігін түсіндіру.

III. Оқыту міндеттері:

- халықтың нақты тамақтануын зерттеу түрлері;

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 6 беті

- халықтың нақты тамақтануын талдау;
- ағзаның нақты тамақтануы мен тағамдық жағдайын бағалау;
- Қазақстан тұрғындарының ақуыздық тамақтану мәселесін шешу жолдары;
- майлардың (липоидтардың) құрамы, ағзадағы тағамдық құндылығы, май қышқылдарының рөлі;

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. "Рационалды тамақтану" және "теңдестірілген тамақтану" деген не екенін анықтаңыз.
2. Тамақ өнімдерінің энергетикалық құндылығы және тамақтану режимі.
3. Негізгі қоректік заттар (ақуыздар, майлар, көмірсулар, витаминдер, минералдар)
4. "Дұрыс тамақтанудың 12 қадамы" (ДДҰ, 2005).
5. Жұқпалы емес аурулар бойынша ДДҰ статистикасы.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Адам ағзасындағы ақуыздың маңызы қандай?
2. Азық-түліктің ақуыздық құндылығы неде?
3. Жануарлар мен өсімдік ақуыздары және олардың мәні қандай?
4. Ақуыз жеткіліксіз тамақтану кезінде қандай аурулар дамиды?
5. Ақуыздың биологиялық құндылығы анықталатын индекстер қандай?
6. Халықтың нақты тамақтануына талдау қалай жүргізіледі?
7. Қандай азық-түлік жиынтығы нақты тамақтануды қамтиды?
8. Халықтың нақты тамақтануын зерттеудің қандай әдістерін білесіз?
9. Жеке адамның тамақтануын қандай әдістермен бағалауға болады?
10. Сауалнама арқылы қандай деректерді алуға болады?

№5 сабақ

I. Тақырыбы: Халықтың өмір сүру сапасының түсінігі мен көрсеткіштері. Өмір сапасын бағалау әдістері.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 7 беті

II. Мақсаты: і азаматтардың өмір сүру сапасы мен тұжырымдамасымен, халықтың өмір сүру деңгейі мен сапасына әсер ететін факторлармен таныстыру.

III. Оқыту міндеттері:

- денсаулықтың әлеуметтік жағдайы және оған әсер ететін факторлар.
- өмір салты және маңызды аурулардың медициналық-әлеуметтік аспектілері, өмір сапасы.
- халықтың жекелеген топтары (әйелдер, балалар мен жасөспірімдер, аға буын) денсаулығының медициналық-әлеуметтік аспектілері.

IV.Тақырыптың негізгі сұрақтары:

- 1.Өмір сапасының пирамидасы.
2. Тұжырымдама өмір сапасы.
3. Халықтың өмір сүру деңгейі мен сапасына әсер ететін факторлар
4. Негізгі бағыттар өмір сапасы.
5. Өмір сапасының көрсеткіштері мен интегралды қасиеттері.
6. Өмір сапасын бағалау әдістері және адам әлеуетін дамыту индексі әдістердің бірі ретінде.

V.Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, жұппен жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Азаматтардың өмір сапасы дегеніміз не?
2. Өмір сапасы қалай анықталады?
3. Өмір сапасының пирамидасы неден тұрады?
4. Сапалы ұзақ өмір деген не?
5. Халықтың өмір сүру деңгейі мен сапасына әсер ететін факторлар.
6. Халық сапасының тұжырымдамасы.

№ 6 сабақ

I.Тақырыбы: Денсаулық және ауру. Аурулардың пайда болу қаупі факторларын бақылау қағидалары.

II.Мақсаты: ДДҰ ұсынған кезең-кезеңмен іске асыру қағидатына негізделген инфекциялық емес аурулардың қауіп факторларының мониторингін зерделеу.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	59/19-2024 17 беттің 8 беті

III. Оқыту міндеттері:

- денсаулық топтарының түрлері және инфекциялық емес аурулардың қауіп факторларының мониторингі жүйесін кезең-кезеңімен іске асыру қағидаты туралы;
- халықтың жекелеген топтары (әйелдер, балалар мен жасөспірімдер, аға буын) денсаулығының медициналық-әлеуметтік аспектілері;
- денсаулық сақтау саласындағы қызметті реттейтін нормативтік құқықтық актілер және басқа да басшылық және әдістемелік материалдар;

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Созылмалы аурулардың дамып келе жатқан эпидемиясы.
2. Мониторинг жүйесі: кезең-кезеңмен іске асыру қағидаты (STEPS).
3. Кезең-кезеңмен іске асыру қағидатының құрамдас бөліктері.
4. Инфекциялық емес аурулардың таралуын мониторингтеу жүйесін құру жолында.
5. ДДҰ (STEPS) мониторинг жүйесін одан әрі дамыту.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Инфекциялық емес аурулардың алдын алу негізі.
2. Мәселені шешуге ДДҰ-ның кезеңдік тәсілін әзірлеу.
3. Инфекциялық емес аурулардың таралуын мониторингтеу мен талдауды ұйымдастыру кезінде ДДҰ ұсынған кезеңдік қағидат.
4. Негізгі қауіп факторларының бірнешеуін таңдау қажеттілігін негіздеу.
5. Инфекциялық емес аурулардың қауіп факторлары бойынша мониторинг жүйесін кезең-кезеңімен іске асыру тұжырымдамасы.
6. Тәуекел факторларын кезең-кезеңмен бағалау қағидаты.

№7 сабақ

I. Тақырыбы: Салауатты өмір салтын насихаттау негіздері.

II. Мақсаты: салауатты өмір салтын насихаттау әдістерін зерделеу, салауатты өмір салтын қалыптастырудың жеке тәсілдерін әзірлеу.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 9 беті

III. Оқыту міндеттері:

- ҚР азаматтарында салауатты өмір салтын қалыптастыру;
- ҚР азаматтарының жеке денсаулығын сақтау;
- салауатты өмір салтын насихаттау;
- азаматтардың өз денсаулығы мен өз балаларының денсаулығы үшін жеке жауапкершілікке уәждеуі;
- салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша жеке тәсілдерді, соның ішінде балаларға;
- аурулардың даму қауіп факторларына қарсы күрес;

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. СӨС насихаттау әдістері.
2. СӨС насихаттау бағыттары.
3. СӨС насихаттаудың дәстүрлі әдістері.
4. СӨС насихаттайтын мамандардың атқаратын функциялары.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Балалар мен жасөспірімдер арасында салауатты өмір салтын насихаттау.
2. СӨС насихаттаудағы бұқаралық ақпарат құралдарының рөлі.
3. СӨС жұмысының тиімділігінің міндетті шарты?
4. Күн тәртібі-адам өмірінің негізі.
5. Салауатты өмір салтын насихаттаудың қандай түрлерін білесіз?

№8 сабақ

I. Тақырыбы: Тәуелді мінез- құлық. Патологиялық гэмблинг. Азық- түлікке тәуелділік (жүйкелік булимия, жүйкелік анорексия). Орторекия. Алдын алу шаралары.

II. Мақсаты: тәуелділік мінез-құлқының жіктелуін, патологиялық құмар ойындарының белгілерін зерттеу.

III. Оқыту міндеттері:

- ҚР азаматтарында салауатты өмір салтын қалыптастыру;

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 10 беті

- ҚР азаматтарының жеке денсаулығын сақтау;
- салауатты өмір салтын насихаттау;
- азаматтардың өз денсаулығы мен өз балаларының денсаулығы үшін жеке жауапкершілікке уәждеуі;
- салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша жеке тәсілдерді, соның ішінде балаларға;
- аурулардың даму қауіп факторларына қарсы күрес;

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Тәуелді мінез-құлықтың жіктелуі.
2. Патологиялық құмар.
3. Тағамға тәуелділік.
4. Жүйке булимиясы.
5. Анорексиялық жүйке (тәуелді аштық).
6. Анорексиялық жүйке диагностикалық критерийлері.
7. Тәуелді мінез-құлықтың алдын-алу туралы қазіргі заманғы көзқарастар.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, дөңгелек үстел.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Аддикция деген не?
2. Тәуелді мінез-құлықтың жіктелуі?
3. Патологиялық құмар дегеніміз не?
4. Тағамдық аддикция деген не? (түсінігі, жіктелуі).
5. Орторексия дегеніміз не?
6. Тәуелді мінез-құлықтың алдын-алу туралы айтып беріңіз.

№9 сабақ

I. Тақырыбы: Мінез-құлық қауіп факторларының алдын алу.

II. Мақсаты: алкогольге байланысты патологияға әкелетін себептер мен факторларды, темекіден бас тартуға көмек көрсетудің заманауи алгоритмін, есірткі заттарын тұтынудың алдын-алу және бақылау шараларын зерттеу.

III. Оқыту міндеттері:

-ҚР азаматтарында салауатты өмір салтын қалыптастыру;

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	59/19-2024 17 беттің 11 беті

- ҚР азаматтарының жеке денсаулығын сақтау;
- салауатты өмір салтын насихаттау;
- азаматтардың өз денсаулығы мен өз балаларының денсаулығы үшін жеке жауапкершілікке уәждеуі;
- салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша жеке тәсілдерді, соның ішінде балаларға;
- аурулардың даму қауіп факторларына қарсы күрес;

IV.Тақырыптың негізгі сұрақтары:

- 1.Алкогольге байланысты патологияға әкелетін себептер мен факторлар. Балалар мен жасөспірімдердің маскүнемдігінің ерекшеліктері
- 2.Алкогольдің ұрық пен жаңа туған нәрестенің дамуына әсері. Құрамында алкоголь бар сусындарды теріс пайдаланудың алдын алу және оған қарсы күрес шаралары
3. Темекі шегу: статистика және қауіптер.
4. Ұлттық бағдарлама "Біз темекісіз Қазақстан үшін!"»
5. Темекіден бас тартуға көмек көрсетудің заманауи алгоритмі.
- 6.Темекіні тастауға деген ынтаны арттыруға бағытталған ұзақ әңгіме (5R әдістемесі).

V.Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары:Теориялық мәселелерді талқылау, жұппен жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Алкоголь денсаулыққа қалай әсер етеді?
2. Алкоголь жүктілікке қалай әсер етеді?
3. Алкогольдің профилактикалық қасиеттері туралы айтып беріңіз.
4. Этанол метаболизмі қалай жүреді?
5. Алкоголизмнің алдын алу дегеніміз не?
6. Алкоголизмді емдеудің негізгі принциптері қандай?
- 7.Никотин мен темекі түтінінің басқа компоненттерінің адам ағзасының мүшелері мен жүйелеріне әсерін сипаттаңыз.
8. Никотинге тәуелділіктің негізінде қандай механизмдер жатыр?
9. Темекіге тәуелділікті емдеу принциптері қандай?

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 12 беті

№10 сабақ

I. Тақырыбы: Алиментарлық-тәуелді инфекциялық емес аурулар.

II. Мақсаты: Тағамға тәуелді инфекциялық емес аурулардың түрлерін және олардың сипаттамаларын зерттеу.

III. Оқыту міндеттері:

- ҚР азаматтарында салауатты өмір салтын қалыптастыру;
- ҚР азаматтарының жеке денсаулығын сақтау;
- салауатты өмір салтын насихаттау;
- азаматтардың өз денсаулығы мен өз балаларының денсаулығы үшін жеке жауапкершілікке уәждеуі;
- салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша жеке тәсілдерді, соның ішінде балаларға;
- аурулардың даму қауіп факторларына қарсы күрес.

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Алиментарлық-тәуелді инфекциялық емес аурулардың жіктелуі.
2. Жүрек-қан тамырлары ауруларының тамақтануы және алдын-алу.
3. II типті қант диабетін тамақтандыру және алдын-алу.
4. Онкологиялық аурулардың алдын алу және тамақтану.
5. Тамақтану және остеопороздың алдын-алу.
6. Тамақтану және кариестің алдын-алу.
7. Тамақтану және семіздіктің алдын-алу.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Алиментарлық-тәуелді аурулардың түрлерін атаңыз.
2. Жүрек-тамыр патологиясының алиментарлы алдын - алудың жалпы жолдары.
3. Қант диабетінің даму қауіпінің алиментарлық факторларын атаңыз.
4. Артық салмақ пен семіздіктің алдын-алудың жалпы стратегиясы
5. Алиментарлық факторлар дегеніміз не?
6. Қандай алдын алу шараларын білесіз?

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 13 беті

№11 сабақ

I. Тақырыбы: Нашақорлықтың алдын алу.

II. Мақсаты: наркотикалық заттардың түрлерін және олардың адам ағзасына әсерін зерделеу.

III. Оқыту міндеттері:

- азаматтардың өз денсаулығы мен өз балаларының денсаулығы үшін жеке жауапкершілікке уәждеуі;
- салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша жеке тәсілдерді, соның ішінде балаларға;
- аурулардың даму қауіп факторларына қарсы күрес;

IV. Тақырыптың негізгі сұрақтары:

1. Есірткі заттары және олардың сипаттамасы.
2. Жастар арасында нашақорлықтың таралау мәселесі.
3. Есірткі заттарының адам ағзасына кері әсері.
4. Есірткі заттарын тұтынудың алдын алу және күресу шаралары.

V. Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

1. Психикалық белсенді заттар деген не?
2. ХАЖ (МКБ-10) сәйкес психикалық белсенді заттардың жіктелуін айтыңыз.
3. Негізгі психикалық белсенді заттардың сипаттамасын беріңіз.

№12 сабақ

I. Тақырыбы: Ана мен бала денсаулығын қорғау. Тұрғындардың репродуктивті денсаулығы. Эпидемияға қарсы және профилактикалық іс-шаралар жүйесіндегі иммунопрофилактиканың орны.

II. Мақсаты: ана мен баланың денсаулығын, сондай-ақ халықтың репродуктивті денсаулығын жақсарту жөніндегі профилактикалық іс-шараларды зерделеу. - жұқпалы аурулардың алдын алу жүйесіндегі иммунопрофилактиканың рөлін зерделеу.

III. Оқыту міндеттері:

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 14 беті

-халықтың денсаулығына қауіп факторларын анықтау; азаматтарды өз денсаулығы мен балаларының денсаулығы үшін жеке жауапкершілікке ынталандыру;

- ана мен баланың денсаулығын, халықтың репродуктивті денсаулығын сақтау және нығайту жөніндегі іс-шараларды жүзеге асыру;

-жұқпалы аурулармен күресте иммунопрофилактиканың маңыздылығын түсіну;

- профилактикалық егу түрлерін жіктеу.

IV.Тақырыптың негізгі сұрақтары:

- 1.ҚР-дағы әйелдер мен балалардың ағымдағы денсаулық жағдайын талдау.
- 2.Ана мен баланың денсаулық жағдайын сипаттайтын негізгі көрсеткіштер.
3. Репродуктивті денсаулық және оның көрсеткіштері.
- 4.ҚР халқының репродуктивті денсаулығының ағымдағы жай-күйін талдау.
5. Ана мен баланың денсаулығын сақтау және нығайту жөніндегі іс-шаралар.
6. Халықтың репродуктивті денсаулығын сақтау бойынша алдын алу шаралары.
- 7."Халық денсаулығы және денсаулық сақтау жүйесі туралы" ҚР Кодексі.
- 8.Әр түрлі инфекциялардағы эпидемияға қарсы шаралар жүйесіндегі вакцинацияның орны мен маңызы.
- 9.Міндетті егу препараттарын қолдану схемасы.
- 10.Міндетті профилактикалық егулер жүргізілетін аурулардың тізбесі.
11. Ұжымдық иммунитет және оның маңызы.

V.Пәннің соңғы ОН қол жету үшін оқытудың негізгі әдістері /технологиялары: Теориялық мәселелерді талқылау, шағын топтарда жұмыс істеу.

VI. Бағалау пәндерінің соңғы ОН қол жеткізу деңгейін бағалауға арналған бақылау түрлері: Ауызша сұрау

VII. Әдебиет: №1 қосымшаны қараңыз

VIII. Бақылау сұрақтары:

- 1.Ана мен бала денсаулығын сақтау орталықтарының функциялары туралы айтып беріңіз?
2. Ана өлімі қалай анықталады?
3. Нәресте өлімі қалай анықталады?
- 4.Қазақстанда Ана мен баланың аурушандығы мен өлімі бойынша статистикасы.
- 5.Халықтың репродуктивті денсаулығына әсер ететін қоршаған орта факторлары.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы	59/19-2024
Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	17 беттің 15 беті

6.Қазақстан Республикасы азаматтарының және отбасының репродуктивті құқықтарды қорғау саласындағы құқықтары туралы айтып беріңізші (ҚР Кодексі, 79-бап).

7.ҚР-да міндетті профилактикалық егулердің түрлерін айтып беріңіз.

8.Профилактикалық егуге жататын популяцияларды атаңыз.

9.Профилактикалық егулерге медициналық қарсы көрсетілімдердің тізімін келтіріңіз.

10.Жоспарлы профилактикалық екпе алмаған балаларды мектепке дейінгі ұйымдарға қабылдау ережелерін тізімдеңіз.

11.Эпидемиологиялық көрсеткіштер бойынша профилактикалық егулерді тізімдеңіз.

Қосымша №1

Әдебиет

Электронная библиотека ЮКМА	https://e-lib.skma.edu.kz/genres
Республиканская межвузовская электронная библиотека (РМЭБ)	http://rmebrk.kz/
Цифровая библиотека «Аknurpress»	https://www.aknurpress.kz/
Электронная библиотека «Эпиграф»	http://www.elib.kz/
Эпиграф - портал мультимедийных учебников	https://mbook.kz/ru/index/
ЭБС IPR SMART	https://www.iprbookshop.ru/auth
Информационно-правовая система «Зан»	https://zan.kz/ru
Cochrane Library	https://www.cochranelibrary.com

Электронды басылымдар:

1. Дәріс кешені. Ғаламдық денсаулық сақтау пәні бойынша [Электронный ресурс]: дәріс кешені / №1 қоғамдық денсаулық сақтау кафедрасы. - Электрон. текстовые дан. (208Кб). - Шымкент : ОҚМФА, 2016.
2. Эпидемиология. Ерманова С.А., 2019/ <https://aknurpress.kz/reader/web/1081>
3. Ракишева Т.Т., Амреева, Л.М. Салауатты өмір салтының негіздері : Оқу құралы. - Өскемен: ШҚМУ, 2006. - 80 б. <http://rmebrk.kz/book/31480>
- 4.Әбішева, Т.Ө.Экологиялық білім мен салауатты өмір салтын қалыптастыру : Оқу құралы. - Алматы: «Қыздар университеті» баспасы, 2016. – 200 б. <http://rmebrk.kz/book/1160371>
- 5.Амиреев С.А. / Эпидемиология. Частная эпидемиология: II-ТОМ. учебник. - Караганда:ТОО «Medet Group». 2021. 736с. <https://aknurpress.kz/reader/web/2979>
- 6.Экологическая эпидемиология. Карабалин С.К., 2016 /

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы Тәжірбелік сабақтарға арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/19-2024 17 беттің 16 беті

<https://aknurpress.kz/reader/web/1082>

7.Жалпы гигиена. Рыскулова А.Р., Кошкимбаева С.А., 2017 /
<https://www.aknurpress.kz/reader/web/2189>

Әдебиет:

Негізгі:

- 1.Денсаулықты нығайту: оқу құралы/ Гусманова Л.К. – Қарағанды:Medet Group, – 2020 -262 б.
2. Алиментарлық аурулардың профилактикасы: оқу құралы / [және т.б.]. - Алматы : Эпиграф, 2022. - 156 б.
- 3.Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил.
4. Биғалиева, Р. К Әлеуметтік медицина және денсаулық сақтауды басқару : оқулық / Р. К Биғалиева. - Алматы : Эверо, 2014. - 560 б.

Қосымша:

1. Тайжанов С.Салауатты өмір салтының негіздері [Мәтін] : әдістемелік құрал / С. Тайжанов. - Алматы : Эверо, 2014.
- 2.Мамырбаев А.А. Репродуктивное здоровье в системе общественного здравоохранения: монография / б.м./: Хабар- сервис, 2022. – 172с.
- 3.Тель, Л. З. Кодекс здоровья. Евроазиатская система. Сохранения здоровья: монография / Л. З. Тель. - 6-е изд. - Алматы : Эверо, 2012. - 152 с.
- 4.Датқаева Г. М. Балалар мен жасөспірімдердегі семіздікті диагностикалау, емдеу және алдын алу ұсыныстары: оқу құралы / Г. М. Датқаева. - Шымкент : Әлем баспаханасы, 2024. - 144 б.