

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра Пропедевтики детских болезней с курсом ДПО

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ**

Наименование дисциплины	Основы профилактической работы с населением
Специальность	34.03.01 Сестринское дело
Форма обучения	очная
Год начала подготовки	2025
Тема 8	Санитарно-гигиеническое воспитание населения. Санитарно-просветительская работа медицинской сестры.

Методические указания к практическим занятиям по дисциплине «Основы профилактической работы с населением»

Разработаны:

Ассистент кафедры пропедевтики детских болезней с курсом дополнительного профессионального образования

Савина Г.Я.

Обсуждены

на заседании кафедры пропедевтики детских болезней с курсом дополнительного профессионального образования, зав. кафедрой, д.м.н., профессор

Безроднова С.М.

Согласованы и рекомендованы к использованию в образовательном процессе для обучающихся по специальности 34.03.01 - Сестринское дело 2025 года набора очной формы обучения

Руководитель ОПОП ВО

Шिशалова Т.Н.

Декан факультета гуманитарного и медико-биологического образования

Федько Н.А.

Методические указания по дисциплине «Основы профилактической работы с населением» размещены в ЭИОС университета в авторской редакции

Цель Ознакомить обучающихся с санитарно-гигиеническим воспитанием населения, санитарно-просветительской работой медицинской сестры.

Учебные вопросы

- 1.Обучение населения принципам здорового образа жизни.
- 2.Обучение членов семьи принципам здорового образа жизни и методам отказа от вредных привычек.
- 3.Направления сестринской деятельности при работе со здоровыми людьми различного возраста.
- 4.Методы формирования групп риска: диспансерные осмотры, диагностические обследования, анализ статистических данных

Теоретическая часть

По данным ВОЗ «здоровье - состояние полного физического, психического и душевного благополучия, а не только отсутствие болезней или физических факторов». Состояние здоровья оценивается по следующим показателям:

Демографические (рождаемость, смертность, продолжительность жизни, инвалидизация).
Заболеваемость и трудопотери (временная нетрудоспособность).

Признаки физического развития: функциональное состояние (ЭКГ, спирометрия, нагрузочные пробы), физическое состояние, факторы риска заболеваний (избыточная масса тела, курение, повышение АД, сахарный диабет и др.) и определение качества жизни.

Качество жизни определяется по опроснику, содержащему ответы на 69 вопросов по восьми шкалам. Он представляет совокупность физических, психоэмоциональных, интеллектуальных, сексуальных способностей индивидуума. В последние годы здоровье россиян вызывает особую тревогу, характеризуется как крайне неблагоприятное; фиксируется реальная опасность для выживания, а так же сохранения генофонда и будущего народа. В результате снижения рождаемости и увеличения смертности наблюдается уменьшение численности населения России, депопуляция. В среднем в России ежегодно число умерших в 1,6 раза превышает число родившихся. На каждую 1000 жителей в год рождается 9, а умирает 15 человек (в ряде регионов эта разница ещё выше). На каждые 100 родов приходится 209-215 аборт. Суммарный коэффициент рождаемости недостаточен даже для простого воспроизводства населения. Средняя продолжительность жизни - 66 лет (на 15-20 лет ниже во Франции, Японии). Большая часть мужчин не доживает до пенсионного возраста (59,6 лет). Для примера, средняя продолжительность жизни во Франции: женщины - 81,3, мужчины - 73,1; Японии: - женщины - 82,1, мужчины - 79,0.

Население трудоспособного возраста несёт большие потери из-за повышенной заболеваемости, смертности от болезней сердца, сосудов мозга, онкозаболеваний, а также в связи с несчастными случаями, травмами, насилием, убийствами, самоубийствами, алкоголизмом, наркоманией, профессиональными вредностями и другими социально-патологическими причинами. Увеличилась частота инфекционных заболеваний: чесотка, туберкулёз, СПИД, гепатит и др.

95% взрослых имеют хронические заболевания

85% школьников заболевания и нарушения в развитии.

70% беременных женщин имеют отклонения в состоянии здоровья, роды протекают нормально у 40% рожениц, более 50% новорожденных имеют отклонения в состоянии здоровья.

Некоторые демографические показатели.

I. Население РФ

1897 год- 129 млн., 1980 - 142,8 млн., 1990 - 148,0 млн., 1995 - 147,9 млн., 1996 - 147,6 млн., прогноз на 2015 год - 137 млн. человек.

II. Число родившихся на 1000 человек

В РФ: 1980 год - 15,9; 1990 - 13,4; 1995 - 9,3; 1996 - 8,9 человек. В Краснодарском крае: 1995 - 10,0; 1996 - 9,4. В Сочи: 1995 - 8,4; 1996 - 7,9 человек.

III. Число умерших (на 1000 человек)

В РФ: 1980 - 22,1; 1990 - 17,4; 1995 - 18,1; 1996 - 17,4 человек. В Краснодарском крае: 1995 - 15,3; 1996 - 14,8. В Сочи: 1995 - 12,8; 1996 - 11,9.

IV. Детская смертность на 1000 родившихся.

В РФ: 1980 год - 22,1; 1990 - 17,4; 1995-18,1; 1996 - 17,4 человек. В Краснодарском крае: 1980 - 22; 1990 - 20,4; 1995 - 19,3; 1996 - 16,6. В Сочи: 1980 - 15,1; 1990 - 20,5; 1995 - 15,1; 1996 - 11,4 человек.

Детская смертность в Японии, Швеции, Англии, Италии - от 5 до 10 на 1000 родившихся.

Основные причины ухудшения здоровья РФ.

1. Ухудшение среды обитания и жизнедеятельности человека.
2. Экологическое бедствие.
3. Употребление недоброкачественной воды.
4. Разбалансированность питания и нарушения его качества и полноценности.
5. Стрессы.
6. Низкое качество оказываемой медицинской помощи.

Практическая часть

Составьте конспект на тему «Соотношение здоровья и здорового образа жизни»

Вопросы для собеседования

1. Обучение населения принципам здорового образа жизни.
2. Обучение членов семьи принципам здорового образа жизни и методам отказа от вредных привычек.
3. Направления сестринской деятельности при работе со здоровыми людьми различного возраста.

Тестовые задания

1. Наибольшее влияние на формирование здоровья населения оказывает

- а) генетический риск
- б) окружающая среда
- в) образ жизни населения
- г) уровень и качество медицинской помощи

2. Универсальным интегрированным показателем здоровья населения является

- а) средняя продолжительность предстоящей жизни
- б) рождаемость
- в) смертность
- г) естественный прирост (убыль)

3. Какой % вашего здоровья зависит от экологического фактора:

- а) 50%
- б) 25%
- в) 15%
- г) 10%

4. Основными источниками информации о здоровье населения являются:

- а) данные диспансеризации
- б) официальные материалы о смертности и рождаемости
- в) данные страховых компаний
- г) данные мониторинга окружающей среды и здоровья

5. Характеристиками общественного здоровья являются:

- а) показатели инвалидности
- б) показатели психического здоровья
- в) демографические показатели
- г) показатели урбанизации

6. Здоровье можно определить как:

- а) отсутствие болезней и физических дефектов
- б) качество приспособления организма к условиям внешней среды
- в) состояние полного физического, душевного и социального благополучия
- г) состояние психического и социального благополучия

7. Проведения (урока здоровья) в организованном детском коллективе- это форма поведения гигиенического просвещения:

- а) индивидуальная
- б) групповая
- в) массовая

8. Средство физической культуры, применяемое с лечебно-профилактической целью для более быстрого и полноценного восстановления здоровья и предупреждения осложнений заболевания:

- а) спортивные соревнования
- б) лечебная физкультура
- в) туризм
- г) подвижные игры

9. От каких факторов не зависит здоровье человека:

- а) от социальных условий и образа жизни
- б) от уровня загрязнения среды обитания
- в) от количества друзей
- г) от генетических факторов

10. Большие дозы ультрафиолетовых лучей:

- а) положительно влияют а функциональное состояние сердечно-сосудистой системы, оказывают тонизирующее и регулирующее влияние на ЦНС
- б) способствуют урежению дыхания и ЧСС, обмену в тканях, нормализуют артериальное давление
- в) нарушают функцию иммунной системы, что создает условия для развития злокачественных заболеваний
- г) оказывают стимулирующее действие на лабильность нервно-мышечного аппарата

11. Правильным определением социальной гигиены как науки является:

- а) наука о социальных проблемах медицины и здравоохранения
- б) наука об общественном здоровье и здравоохранении
- в) система мероприятий по охране здоровья населения

12. В определение общественного здоровья, принятое в ВОЗ, входят элементы:

- а) Физическое, социальное и психологическое благополучие
- б) Наличие благоустроенного жилища
- в) Возможность трудовой деятельности

13. Наиболее значимое влияние на сохранение и укрепление здоровья населения оказывают все факторы, кроме:

- а) Уровня культуры населения
- б) Качества и доступности медицинской помощи
- в) Сбалансированности питания