

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р.Державина»
Медицинский институт
Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

УТВЕРЖДАЮ

и.о. директора медицинского института

Н.И. Воронин

«20» января 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.1.1

«Методические и методологические основы сохранения здоровья здоровых»

Направление подготовки:

32.06.01 – Медико-профилактическое дело

Направленность (профиль)

Общественное здоровье и здравоохранение

Уровень высшего образования

подготовка кадров высшей квалификации
по программам подготовки
научно-педагогических кадров в аспирантуре

Форма обучения

очная, заочная

Год набора

2021

Автор программы:

кандидат медицинских наук, доцент Чернышев Андрей Валентинович

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 32.06.01 - Медико-профилактическое дело (уровень - подготовка кадров высшей квалификации) (приказ Минобрнауки РФ от 30.09.2014 г., № 1199).

Рабочая программа принята на заседании кафедры общественного здоровья и здравоохранения «11» января 2021 года, протокол № 1.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОП аспирантуры
3. Объем и содержание дисциплины
4. Контроль знаний обучающихся
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
6. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины - является изучение аспирантами вопросов профилактики заболеваний инфекционной и неинфекционной природы, а также приобретение умений по использованию факторов окружающей среды и достижений научно-технического прогресса в оздоровительных целях.

1.2 Виды и задачи профессиональной деятельности по дисциплине:

Научно-исследовательская деятельность в области охраны здоровья граждан, направленная на обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения, сохранение и улучшение его здоровья, в том числе осуществление надзора в сфере защиты прав потребителей:

- осознанного понимания связи здоровья здорового человека с окружающей средой, факторами и условиями жизни, трудовой деятельностью являющихся необходимой предпосылкой для их активного участия в проведении научно-обоснованных и эффективных лечебных мероприятий, профилактики заболеваний, пропаганды здорового образа жизни;

- необходимости рассматривать здоровье человека как категорию, формирующуюся под влиянием сложного взаимосвязанного комплекса природных, антропогенных и социальных факторов;

- системных знаний о жизнедеятельности организма как целого, о его взаимодействии с внешней средой;

- понимания сущности общих биологических процессов и законов на основе диалектической методологии;

- увеличение продолжительности жизни населения за счет поддержания резервов здоровья и реализации здоровьесберегающих технологий, путем сокращения заболеваемости и травматизма, предупреждения преждевременной и предотвратимой смертности, в первую очередь, в трудоспособных и детских возрастах;

- создание и апробация системы информационного обеспечения решения проблем охраны и укрепления здоровья здоровых

- формирование профессионального и социального статуса специалистов системы охраны и укрепления здоровья здоровых;

- обеспечение социальной защищенности специалистов системы охраны и укрепления здоровья здоровых;

- содействие развитию профессиональных ассоциаций и привлечение их к реформированию в области системы охраны и укрепления здоровья здоровых

- создание сети Центров Здоровья в составе современных оздоровительно-реабилитационных комплексов, объединяющих потоки здоровых лиц и больных, нуждающихся в медицинской реабилитации на основе единой технологической базы восстановительной медицины и высокого качества сервисных услуг; разработка нормативно-правовой документации, предусматривающей создание службы охраны и укрепления здоровья здорового человека, включая все необходимые ее составляющие: структуру профильных организаций и подразделений, табель оснащения, стандарты оздоровительных услуг, ресурсное обеспечение, подготовку кадров, порядок финансирования и взаимодействия со страховыми компаниями, преемственность с другими службами и организациями системы здравоохранения;

- разработка перспективных, увеличение объема быстрого и эффективного внедрения существующих оздоровительных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний;

- укрепление, сохранение здоровья, сокращение сроков восстановления здоровья (сниженных функциональных резервов) путем внедрения в практику здравоохранения современных методов экспресс диагностики и комплексных оздоровительных программ с использованием всего арсенала немедикаментозных средств;

1.3 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Код и наименование компетенции ФГОС ВО	Планируемые результаты обучения по дисциплине, необходимые для формирования компетенции
ОПК-2 Способность и готовность к проведению научных исследований в сфере сохранения здоровья населения и улучшения качества жизни человека.	Знает и понимает: - нормативную документацию (законы РФ, технические регламенты, международные и национальные стандарты, приказы рекомендации, международные единицы системы СИ, действующие международные классификации и др.); современные теоретические и экспериментальные методы исследования в медицине Код 31 (ОПК- 2)
	Умеет (способен продемонстрировать): - выявлять естественнонаучную сущность проблем; получать результаты научной деятельности в соответствии с критериями, установленными для научно-квалификационной работы (диссертации) на соискание ученой степени кандидата наук Код У1 (ОПК- 2)
	Владеет: - современными информационными технологиями и навыками поиска, включая методы получения, обработки и хранения научной информации; методологией выполнения научных исследований Код В1(ОПК- 2)
ОПК-4 Готовность к внедрению разработанных методов и методик, направленных на сохранение здоровья населения и улучшения качества жизни человека;	Знает и понимает: - современные основы оценки влияния факторов окружающей среды обитания на организм и методы осуществления по предупреждению распространения инфекционных и неинфекционных заболеваний, пропаганде здорового образа жизни Код 31 (ОПК- 4)
	Умеет (способен продемонстрировать): - применять современные социально- гигиенические методики сбора и медико-статистического анализа показателей здоровья населения в целях разработки научно-обоснованных мер по улучшению и сохранению здоровья; осуществлять оценку эффективности исполнения и внедрения полученных результатов, профилактических стратегий отдельно или в содружестве с другими специалистами Код У1 (ОПК- 4)
	Владеет: - разработкой и реализацией научно- методических рекомендаций Код В1(ОПК- 4)
ПК-1 Способность и готовность к формированию системного подхода к анализу медицинской информации, опираясь на	Знает и понимает: - системный подход к анализу медицинской информации Код 31 (ПК- 1)
	Умеет (способен продемонстрировать): - системный подход к анализу медицинской информации Код 31 (ПК- 1)

всеобъемлющие принципы доказательной медицины, основанной на поиске решений с использованием	Владеет: - технологией доказательной медицины Код В1(ПК-1)
ПК-4 Готовность использовать различные виды научной коммуникации для решения профессиональных задач в области общественного здоровья и здравоохранения	Знает и понимает: - структуру коммуникативного акта в различных сферах коммуникации для реализации собственной научной деятельности Код 31 (ПК- 4)
	Умеет (способен продемонстрировать): - правильно, с научных позиций анализировать получаемую через средства научной коммуникации информацию и использовать ее в предметной сфере Код У1(ПК-4)
	Владеет: - навыками использования принципов теории коммуникации при анализе коммуникативных мероприятий (конференции, выставки, семинары, фестивали и т.п.) для решения профессиональных задач Код В1(ПК-4)

1.4 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, практик, научных исследований, обеспечивающих освоение компетенций. Дисциплина «Методические и методологические основы сохранения здоровья здоровых» логически связана с такими дисциплинами, практиками, научными исследованиями как:

ОПК-2 – Производственная практика (практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности); Научно- исследовательская деятельность.

ОПК-4 – Производственная практика (практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности); Научно-исследовательская деятельность; Научные подходы моделирования и прогнозирования в медико-социальных исследованиях.

ПК-1 – Общественное здоровье и здравоохранение. Научные подходы моделирования и прогнозирования в медико-социальных исследованиях.

ПК-4 – Современные методы и технологии научной коммуникации в области общественного здоровья и здравоохранения. Научно-исследовательская деятельность.

2. Место дисциплины в структуре ОП аспирантуры:

Дисциплина «Методические и методологические основы сохранения здоровья здоровых» относится к вариативной части учебного плана ОП по направлению подготовки 32.06.01 - Медико-профилактическое дело; направленность (профиль) Общественное здоровье и здравоохранение. Дисциплина по выбору.

Дисциплина «Методические и методологические основы сохранения здоровья здоровых» изучается в 3 семестре.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1 Объем дисциплины

Очная форма обучения: 2 з.е.

Заочная форма обучения: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная форма обучения (всего часов)	Заочная форма обучения (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Контактная работа (по учебным занятиям)</i>	22	4
Лекции (Л)	10	4
Практические (семинарские) занятия (ПЗ)	12	-
Лабораторные занятия (ЛЗ)	-	-
<i>Самостоятельная работа (СР)</i>	50	68
<i>Зачет</i>		

3.2 Содержание курса:

№ те мы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час. (очная/заочная)				Формы текущего контроля
		Л	ПЗ	ЛЗ	СР	
1.	Определение понятия «здоровье». Образ жизни. Факторы формирующие состояние здоровья. Факторы риска здоровья.	2/1	3/-	-/-	12/17	Подготовка и защита презентации, тестирование, реферат, доклад.
2.	Образ жизни – ведущий фактор формирования и сохранения здоровья. Здоровый образ жизни (ЗОЖ).	2/1	3/-	-/-	12/17	Подготовка и защита презентации, тестирование, реферат, доклад.
3.	Стресс как механизм адаптации и причина заболеваний.	3/1	3/-	-/-	12/17	Подготовка и защита презентации, тестирование, реферат, доклад.
4.	Саногенез как механизм оздоровления.	3/1	3/-	-/-	12/17	Подготовка и защита презентации, тестирование, реферат, доклад.

Тема 1. Определение понятия «здоровье». Образ жизни. Факторы формирующие состояние здоровья. Факторы риска здоровья.

Лекция. Предмет и содержание методических и методологических основ сохранения здоровья здоровых. Связь санологии с другими науками. История становления и развития санологии. Основоположник отечественной санологической науки (Ю.П. Лисицин). Основоположники отечественной медицины: М.Я. Мудров, Н.И. Пирогов, С.П. Боткин, А.А. Остроумов – активные сторонники профилактического направления в медицине.

Вклад ученых и организаторов здравоохранения в становление и развитие профилактической медицины и санитарного дела в России (Н.А. Семашко, З.П. Соловьев, Г.В. Хлопин, А.Н. Сысин, Ф.Г. Кротков, А.А. Минх и др.).

Проблемы саналогии в условиях научно-технического прогресса. Основные научно-исследовательские учреждения, их роль в развитии саналогии и в международном сотрудничестве в этой области.

Группы факторов положительно влияющих на здоровье человека:

Группы факторов риска для здоровья. Первичные и вторичные факторы риска.

Группы риска: демографические, девиантное поведенческие, социально и экономически неустроенные.

Классификация причин и механизмов развития факторов риска заболеваний (по Ю.П. Лисицину): биологические, энергизаторские, кибернизаторские, социо-и психологизаторские. Формирование концепции болезни в 21 веке – нозологическое и синдромологические направления. Концепция факторов риска. Формула факторов здоровья. Критерии образа жизни и их значение по отношению к здоровью взрослого населения. Определение нетрудоспособности (метод DALY). Смертность в России.

Практическое занятие. Здоровый образ жизни, его формирование и пропаганда.

Вопросы для обсуждения:

1. Определение понятия «здоровье», его структура и содержание. Модель обусловленности общественного здоровья. Влияние образа жизни на здоровье человека. Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни». Формирование установки населения на здоровье как высшую ценность.
2. Пути формирования здорового образа жизни населения: 1) создание и развитие факторов, способствующих сохранению и укреплению здоровья; 2) преодоление, уменьшение факторов риска для здоровья. Основные факторы риска. Взаимосвязь понятий «причина заболевания» и «фактор риска».
3. Основные факторы риска возникновения распространенных заболеваний в России и регионе. Факторы риска, характерные для различных возрастных периодов и различных социальных групп населения. Влияние факторов риска на здоровье человека. Модифицируемые (управляемые) и не модифицируемые (неуправляемые) факторы риска, их взаимосвязь.
4. Роль индивидуальной резистентности организма в развитии заболеваний. Информирование населения о путях формирования здорового образа жизни населения, о влиянии на здоровье негативных факторов и возможностях снижения этого влияния. Обучение различных категорий населения приоритетным нормам здорового образа жизни и построению индивидуальной модели гигиенического поведения.

Задания для самостоятельной работы.

Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека.

Рациональное и нерациональное питание как фактор образа жизни.

Тема 2. Образ жизни – ведущий фактор формирования и сохранения здоровья. Здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Лекция. Образ жизни – как вид жизнедеятельности людей. Материальные и духовные сферы жизни. Структура образа жизни. Главенствующая роль факторов образа жизни. Влияние внешнесредовых и наследственных факторов на здоровье населения.

Понятие – здоровый образ жизни (ЗОЖ). Здоровый образ жизни – как основа саналогии.

Уровни здоровья и его показатели. Индексы и характеристики обуславливающих состояние здоровья. Требования ЗОЖ. Концепция ЗОЖ. Этапы формирования здоровья (по Ю.П. Лисицину) Эволюция показателей здоровья и воспроизводства в России в XX –XXI вв. Принципы здорового образа жизни лиц различного возраста. Режим труда и отдыха. Гиподинамия, ее последствия и профилактика.

Роль физической культуры в мобилизации адаптивных возможностей человеческого организма в условиях современных урбо - и агроценозов, в экстремальных ситуациях. Активный и пассивный отдых.

Личная гигиена как часть общественной гигиены. Гигиена тела и кожи. Функциональное значение кожи, пути ее загрязнения. Профилактика гнойничковых заболеваний, потливости, потертостей, опрелостей, эпидермофитии. Уход за зубами и полостью рта. Средства по уходу за полостью рта. Закаливание организма. Понятие, значение, основные принципы (постепенность, систематичность, комплексность, учет состояния здоровья). Средства и способы закаливания. Методика закаливания воздухом, солнцем, водой.

Практическое занятие. Понятие «здоровьесберегающая среда».

Вопросы для обсуждения:

1. Критерии безопасной здоровьесберегающей среды. Реализация внутренней гармонии физического, психического, духовного состояния человека, а также гармонии с экологической и социальной средой.
2. Здоровьесберегающие мероприятия в производственной сфере, осуществляемые для профилактики профессиональных заболеваний.
3. Здоровьесберегающие мероприятия в социальной сфере, осуществляемые для сохранения и укрепления здоровья. Воспитание культа здоровья населения и формирование потребности в закаливании организма с использованием природных факторов (солнца, воздуха и воды).

Задания для самостоятельной работы.

Немедицинские факторы оптимизации здоровья.

Тема № 3. Стресс как механизм адаптации и причина заболеваний.

Лекция. Что такое стресс и дистресс. Чем не является стресс. Развитие концепции стресса. Общий адаптационный синдром (ОАС). Фазы общего адаптационного синдрома. Различные факторы (стрессоры) приводящие к одному результату. Одинаковые реакции приводящие к различным поражениям. Синтоксические и кататоксические ответы организма на стресс. Способы улучшения природных защитных механизмов. Регулирование телесного защитного термостата. Относительность специфичности в процессе болезни и лечения. Развитие альтруистического эгоизма. Оптимальный уровень стресса. Стресс и старение.

Практическое занятие. Основные направления деятельности в области охраны здоровья здорового человека.

Вопросы для обсуждения:

1. Роль медработника в сохранении здоровья человека и общества, повышении уровня культуры и потенциала здоровья, предупреждении преждевременной смертности, увеличении средней продолжительности и качества жизни населения.
2. Непрерывность оздоровительных мероприятий в течение всей жизни человека. Ответственность человека за свое здоровье и здоровье своих близких. Дифференцированный подход к организации профилактических мероприятий с учетом общих потребностей и индивидуальных, социальных, профессиональных и возрастных особенностей.
3. Сохранение здоровья детей: новорожденных, детей младшего и школьного возраста, подростков. Обеспечение здоровья молодежи. Репродуктивное здоровье женщин и мужчин, качество потомства, обеспечение безопасного материнства.
4. Принципы планирования семьи. Нормы профессиональной этики в работе по планированию семьи, сохранению репродуктивного здоровья. Принципы

организации школ репродуктивного здоровья. Роль медработника в консультировании по вопросам планирования семьи, сохранения репродуктивного здоровья с учетом половозрастных особенностей, повышении медицинской активности семьи.

5. Охрана здоровья лиц трудоспособного населения. Сохранение здоровья в пожилом и старческом возрасте.

Задания для самостоятельной работы

Модифицируемые факторы риска.

Тема № 4. Саногенез как механизм оздоровления

Лекция. Механизмы формирования и сохранения здоровья, функциональные резервы организма, механизмы гомеостаза, обеспечение устойчивости и надежности состояния здоровья.

Генетически детерминированная система любого живого организма (человек, животное, растение), обеспечивающая его жизнеспособность в физическом мире. Практическое значение саногенеза. Защитные (саногенетические) проявления со стороны организма (например, повышение температуры при простуде, диарею при пищевом отравлении). Отличие защитную реакцию от симптомов болезни. Проявления саногенеза в системах гомеостаза и на различных уровнях.

Первичные и вторичные механизмы саногенеза. Долговременная адаптация. Выделение четырех основных механизмов: а) гормональную активацию генетического аппарата клетки и синтеза нуклеиновых кислот; б) стресс-реакцию с увеличением в цитоплазме клетки кальция как универсального фактора мобилизации клеточных функций; в) мобилизацию стресс-гормонов, катехоламинов, вазо-прессина и др., создающих непосредственное и опосредованное влияние на активность липаз, фосфолипаз, интенсивность процессов перекисного окисления липидов (ПОЛ); г) концентрация глюкозы, аминокислот, жирных кислот с обеспечением ресурсов увеличения дыхания и кровообращения, механизмы саногенеза на клеточно-молекулярном уровне.

Механизмы совершенствования саногенеза путем целенаправленной их тренировки (например, механизм терморегуляции, неспецифическая резистентность и др.), путем применения некоторых методик традиционной медицины (методы закаливания, русская парная баня и др.).

Практическое занятие. Показатели здоровья населения.

Вопросы для обсуждения:

1. Схема изучения состояния здоровья населения, источники информации, методы изучения состояния здоровья населения. Показатели индивидуального, группового и общественного здоровья.
2. Факторы риска заболевания. Оценка общественного здоровья. Источники информации о показателях здоровья. Инвалидность населения.
3. Физическое развитие. Прогнозирование основных показателей здоровья населения.

Задания для самостоятельной работы.

Стресс и дистресс как факторы влияния на здоровье.

Саногенез как механизм оздоровления.

4. Контроль знаний обучающихся

4.1 Формы текущего контроля работы аспирантов

Подготовка и защита презентации, тестирование, реферат, доклад.

4.2 Типовые задания текущего контроля.

Типовые задания тестирования

1. На здоровый образ человека оказывают негативное влияние ряд отрицательных факторов. Определите факторы риска естественной природной среды:

- 1) солнечная активность;
- 2) изменение микроклимата;
- 3) возрастание напряженности электромагнитного поля Земли;
- 4) нарушение температурного режима.+

2. Как вы понимаете, что такое духовное здоровье:

- 1) знание культуры и искусства;
- 2) начитанность и образованность человека;
- 3) состояние системы мышления и мировоззрения;+
- 4) умение воспринимать красоту окружающего мира.

3. Здоровый образ жизни – это:

- 1) мировоззрение человека, которое складывается из знаний о здоровье;
- 2) индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья;+
- 3) система жизнедеятельности человека, в которой главным составляющим является отказ от вредных привычек;
- 4) достаточная двигательная активность и правильное питание.

4. Режим жизнедеятельности человека – это:

- 1) установленный порядок работы, отдыха, питания и сна;+
- 2) система жизнедеятельности человека в быту и на производстве;
- 3) индивидуальная форма существования человека в условиях среды обитания;
- 4) способность просыпаться и выходить на учебу в одно и то же время.

Типовые задания тем рефератов

1. Методические и методологические основы сохранения здоровья здоровых: сущность предмета, взаимосвязь с другими дисциплинами, значение для медицины.
2. О понятии «образ жизни».
3. Ведущие факторы образа жизни.
4. Группы факторов риска для здоровья.
5. Условия и причины, определяющее состояние здоровья.
6. Факторы окружающей среды влияющие на здоровье человека.
7. Саногенез как система обеспечения жизнеспособности.
8. Стресс как механизм адаптации и причина заболеваний.
9. Формирование здорового образа жизни.
10. Физическая активность как элемент здорового образа жизни.
11. Традиционные и современные технологии и подходы в профилактике заболеваний.
12. Развитие немедикаментозных методов оптимизации здоровья.
13. Влияние различных видов бань на здоровье человека.
14. Древнеиндийские методы оздоровления.
15. Древнекитайские методы оздоровления.
16. Традиционные (европейские) методы оздоровления.
17. Влияние питания на здоровье человека.
18. Вредные привычки как фактор риска для здоровья.
19. Биологические ритмы и здоровье человека.
20. Сон и здоровье человека.

21. Философия здоровья.

Типовые задания тем докладов

1. Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека.
2. Рациональное и нерациональное питание как фактор образа жизни.
3. Немедицинские факторы оптимизации здоровья.
4. Модифицируемые факторы риска.
5. Стресс и дистресс как факторы влияния на здоровье.
6. Саногенез как механизм оздоровления.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета.

Вопросы зачета

1. Методические и методологические основы сохранения здоровья здоровых как наука.
2. Здоровье и его определения.
3. Воспроизводство здоровья. Формирование здоровья. Потребление и восстановление здоровья.
4. Социальное здоровье. Физическое и психическое здоровье.
5. Три состояния здоровья.
6. Образ жизни.
7. Основные параметры образа жизни.
8. Оценка ведущих факторов образа жизни.
9. Факторы формирующие состояние здоровья.
10. Здоровье индивидуума. Популяционное здоровье.
11. Факторы риска индивидуального и популяционного здоровья.
12. Первичные и вторичные факторы риска здоровья.
13. Классификация причин и механизмов развития факторов риска заболеваний.
14. Основные факторы принимающие участие в формировании здоровья.
15. Структура здоровья (по Ю.П. Лисицину)
16. Возраст и здоровье.
17. Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека.
18. Действие воздушной среды на организм человека.
19. Влияние гидросферы на организм человека.
20. Роль климатических влияний на формирование здоровья населения.

Типовые задания для зачета

Ситуационная задача 1.

Использование методов санитарного просвещения в профилактических целях и формировании здорового образа жизни на амбулаторно-поликлиническом приеме и при ожидании приема.

Вопросы:

1. Перечислите основные методы и средства санитарного просвещения, используемые на приеме и при ожидании приема.
2. Какие современные средства санитарного просвещения можно рекомендовать для пациентов и использовать при ожидании приема?
3. Какие направления санитарно-просветительской работы используются на приеме пациентов?
4. Какая последовательность использования направлений санитарно-просветительской работы с конкретным пациентом?

5. Какие факторы пациента следует учитывать при выборе направлений санитарно-просветительской работы?

Ответы:

1. Беседа, памятки, брошюра.
2. Просмотр дискетных санитарно- просветительских записей.
3. Информация пациента, обучение, убеждение, контроль на повторном приеме.
4. В зависимости от готовности пациента выполнять рекомендации врача и реального их выполнения.
5. Диагноз, состояние здоровья, возраст, пол, уровень образования и санитарной культуры, факторы риска развития патологии, готовности выполнять рекомендации врача и реального их выполнения (комплаентность).

Ситуационная задача 2.

Мужчина 39лет, работает начальником отдела в строительной компании, работа ответственная, связана с общением с людьми, ведением переговоров, в основном сидячая, рабочий день ненормированный. Наследственность: у родителей с 40–50лет – гипертоническая болезнь, у бабушки по материнской линии – СД2типа. С юности занимался спортом: бег, лыжи, футбол, бокс. Последнее время занимается нерегулярно, на фоне чего прибавил в весе на10кг за последние 3года. Калорийность рациона – высокая. Курит по 15сигарет в день. Умеренно употребляет слабые и крепкие алкогольные напитки 2–3раза в неделю. Рост 176см, вес 98кг.

1. Результаты обследования
2. Общий анализ крови в пределах нормы
3. Биохимический анализ крови: ОХС – 6,62ммоль/л, глюкоза – 4,9ммоль/л.

Вопросы:

- 1.Какие выявлены факторы риска развития заболеваний?
- 2.Рекомендовано ли пациенту посещение школы здоровья?
- 3.Какие дать пациенту рекомендации по ведению здорового образа жизни?

Ситуационная задача 3.

Мужчина 25 лет. Курит с 16 лет, в настоящее время по две пачки сигарет в день. Предъявляет жалобы на кашель, больше по утрам. Периодически отмечаются подъем температуры и выделение гнойной мокроты. Пять лет назад в стационаре поставлен диагноз – хронический бронхит. К советам медиков бросить курить не прислушался. Курит чаще всего в квартире, балкона нет, с лестничной площадки прогоняют соседи. Женат, имеет сына 2 лет. У ребенка наблюдаются приступы удушья по ночам. Уже несколько раз лечился в стационаре, где ему сразу становится легче.

Задания:

1. Какие факторы риска у пациента и его сына?
2. Составьте памятку для пациента «О вреде табакокурения»

Ответ на задачу

- 1.Факторы риска – активное курение. У сына – пассивное курение.
- 2.Памятка «О вреде табакокурения». Уважаемый(имяотчество),выкуривая по две пачки сигарет в день, Вы вредите не только своему здоровью, но и здоровью ребенка. Сын болеет только из-за Вашей вредной привычки к табакокурению.
 - Дети, живущие в накуранных помещениях, чаще и намного сильнее страдают Заболеваниями органов дыхания.
 - У детей курящих родителей увеличивается частота бронхитов и пневмоний, повышается риск серьезных заболеваний.

- Табачный дым, кроме того, задерживает солнечные ультрафиолетовые лучи, которые важны для ребенка 2-3 лет, влияет на его обмен веществ, разрушает витамин С, необходимый ему в период роста.
- В семьях, где курят, у детей намного чаще наблюдаются пневмонии и ОРЗ, дети ослаблены.
- В семьях, где нет курящих, дети практически здоровы.
- Категорически запрещается курить в комнате, где находится беременная женщина, кормящая мать или ребенок.
- Курящие родители подают дурной пример своим детям.
- Если Вы дорожите своим сыном, срочно бросайте курить.

4.4 Шкала оценивания промежуточной аттестации

Зачет

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) - основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено»	ОПК-2	Сформированное умение нормативной документации (законы РФ, технические регламенты, международные и национальные стандарты, приказы рекомендации, международные единицы системы СИ, действующие международные классификации и др.); современные теоретические и экспериментальные методы исследования в медицине. Демонстрирует высокий уровень знаний. Анализирует, дает оценку, прослеживает междисциплинарные связи Ответ построен логично, материал излагается четко, ясно, хорошим языком, аргументировано.
	ОПК-4	Сформированное умение и знания современных основ оценки влияния факторов окружающей среды обитания на организм и методы осуществления по предупреждению распространения инфекционных и неинфекционных заболеваний, пропаганде здорового образа жизни. Свободно ориентируется в направлениях исследований. Свободно ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), анализирует и обобщает. На вопросы отвечает кратко, аргументировано, уверенно, по существу.
	ПК-1	Сформированные систематические представления о системном подходе к анализу медицинской информации. Сформированное умение правильно, использовать принципы доказательной медицины в целях совершенствования профессиональной деятельности. Ответ построен логично, материал излагается четко, ясно, хорошим языком, аргументировано.
	ПК-4	Сформированные систематические представления о структуре коммуникативного акта в различных сферах коммуникации для реализации собственной научной деятельности. Сформированное умение правильно, с научных позиций анализировать получаемую через средства научной

		коммуникации информацию и использовать ее в предметной сфере. Ответ построен логично, материал излагается четко, ясно, хорошим языком, аргументировано.
«не зачтено»	ОПК-2	Частично освоены современные информационные технологии и навыки поиска, включая методы получения, обработки и хранения научной информации; методологией выполнения научных исследований. Демонстрирует слабый уровень знаний. Не может анализировать, затрудняется дать оценку. Не может выделить междисциплинарные связи. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал.
	ОПК-4	Частично освоены современные основы оценки влияния факторов окружающей среды обитания на организм и методы осуществления по предупреждению распространения инфекционных и неинфекционных заболеваний, пропаганде здорового образа жизни Не ориентируется в информационном и иллюстративном материале (примеры из практики, таблицы, графики и т.д.), не может анализировать и обобщать. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.
	ПК-1	Фрагментарные представления о системном подходе к анализу медицинской информации. Фрагментарное применение о технологии доказательной медицины. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.
	ПК-4	Фрагментарные представления о структуре коммуникативного акта в различных сферах коммуникации для реализации собственной научной деятельности. Частично освоенное умение правильно, с научных позиций анализировать получаемую через средства научной коммуникации информацию и использовать ее в предметной сфере. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

- 1.Крымская И.Г. Гигиена и экология человека: учеб. пособ., Ростов н/Д: Феникс, 2014.
- 2 Крымская, И.Г. Гигиена и экология человека [Текст] : учеб. пособие / И.Г. Крымская .— Ростов н/Д. : Феникс, 2016 .— 341 с. — (Среднее медицинское образование) .— ISBN 978-5-222-27201-5.
- 3.Лакшин А.М., Катаева В.А. Общая гигиена с основами экологии человека. М.: БИНОМ, 2016.

5.2 Дополнительная литература.

- 1.Ветитнев А.М., Войнова Я.А. Организация санаторно-курортной деятельности: учеб. пособие. М.: Феникс, 2014.
- 2.Крюкова Д.А., Лысак Л.А., Фурса О.В Здоровый человек и его окружение: учеб. пособ. /

Ростов-на Дону: Феникс, 2016.

3. Дрожжина Н.А., Фомина А.В., Кича Д.И. Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учеб. пособие, М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015.

4. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособ. / 3-е изд., перераб. и доп., М.: Академия, 2012.

5. Основы формирования здоровья детей: учебник / [А.С. Калмыкова и др.]; под ред. А.С. Калмыковой. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015.

6. Санология = Sanology : учеб. пособие / А. В. Чернышев и др.; Тамбов: Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина, 2015.

7. Санология [Электронный ресурс] = Sanology : учеб. пособ. / А. В. Чернышев и др. ; Электрон. текстов. дан. (1 файл). Тамбов: Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина, 2015.

5.3 Иные источники

1. **Российский медицинский журнал.** ISSN: 0869-2106 (Print); 2412-9100 (Online). Рецензируемый научно-практический журнал Актуальная версия сайта журнала, новые выпуски и подписка доступны по адресу в сети Интернет: <https://journals.eco-vector.com/0869-2106/>
2. **Журнал "Медицина"** – это бесплатное рецензируемое научное интернет-издание с открытым доступом, публикующее результаты оригинальных научных исследований во всех областях медицины. Включен в [перечень рецензируемых научных изданий](#). Переписка с авторами, рецензентами и читателями ведется исключительно в электронном виде: contact@fsmj.ru
3. Научно-практический журнал «Врач-аспирант» публикует рецензируемые статьи оригинальных исследований в области медицины. <https://vrach-aspirant.ru/>

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: специальные помещения для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Электронная информационно-образовательная среда

<http://moodle.tsutmb.ru>

Взаимодействие преподавателя и аспиранта в процессе освоения дисциплины осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.

Лицензионное программное обеспечение:

- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal Licence
- Операционная система Microsoft Windows 10
- Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014 187, 00 MB 11.0.08
- 7-Zip 9.20
- Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Информационные справочные системы и профессиональные базы данных (в том числе международные реферативные базы данных научных изданий):

1. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ – URL: <http://http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij-katalog/>
2. Электронная библиотека ТГУ – URL: <https://elibrary.tsutmb.ru>
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - URL: <http://www.biblioclub.ru>
4. ЭБС «Консультант студента»: Медицина. Здравоохранение (ВПО и СПО) - URL: <http://www.studentlibrary.ru>
5. ЭБС «Консультант студента»: Комплект Тамбовского ГУ (Гуманитарные науки) - URL: <http://www.studentlibrary.ru>
6. ЭБС «IPRbooks» - URL: <http://www.iprbookshop.ru>
7. ЭБС «Юрайт»: (ВО и СПО), включая коллекцию «Легендарные книги» - URL: www.urait.ru
8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - URL: <http://elibrary.ru>
9. Государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» - URL: <https://нэб.рф>
10. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина - URL: <http://www.prilib.ru>
11. Электронный справочник «Информо» - URL: www.informio.ru
12. Справочная правовая система «Консультант Плюс» - URL: <http://www.consultant.ru>
13. БД издательства SpringerNature
 - URL: <https://link.springer.com/>
 - URL: <https://materials.springer.com/>
 - URL: <https://zbmath.org/>
 - URL: <https://goo.gl/PdhJdo> - БД Nano
14. БД ScienceDirect - URL: <https://www.sciencedirect.com/>
15. БД Scopus - URL: <http://www.scopus.com>
16. БД Web of Science
 - URL: WOS_GeneralSearch_input.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&SID=Q1qfWXliB25bAcrIBPM&preferencesSaved
17. Архив научных журналов зарубежных издательств URL: <https://arch.neicon.ru>
18. Словари ABBYY Lingvo x3 Европейская версия – установлены стационарно на ПК ТГУ

