

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Институт последипломного образования

Кафедра Поликлинической терапии, семейной медицины и ЗОЖ с курсом
ПО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Цикла повышения квалификации
«Профилактика на популяционном уровне. Формирование здорового образа жизни»

Для специальностей 31.08.54 – Общая врачебная практика ,
31.08.49 - Терапия

2016 год

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской Федерации
ГБОУ ВПО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
д.м.н., профессор

С.Ю. Никулина _____

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Цикл повышения квалификации «Профилактика на популяционном уровне. Формирование здорового образа жизни»

Для специальностей 31.08.54 – Общая врачебная практика , 31.08.49 - Терапия

Кафедра поликлинической терапии, семейной медицины и ЗОЖ с курсом ПО

Лекции ____ 24 (час.)

Практические (лабораторные) занятия ____ 20 (час.)

Семинарские занятия ____ 24 (час)

Зачет ____ 4 (час)

Всего часов ____ 72 часа

2016 год

Рабочая программа составлена с учетом требований Приказов Минздрава РФ №541н от 23.07.2010г., № 700н от 07.10.2015г., № 707н от 08.10.2015г.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры (протокол № 9 от «25» марта 2016 г.)

Заведующий кафедрой _____ д.м.н., профессор Петрова М.М.

Согласовано: декан института последипломного образования,

к.м.н., доцент _____ Юрьева Е.А.

« ____ » апреля 201_ г.

Председатель методического совета ИПО _____ д.м.н.,
профессор Емельянчик Е.Ю.

Программа заслушана и утверждена на заседании ЦКМС (протокол № __от
« ____ » апреля 201_ г.)

Председатель ЦКМС _____ д.м.н., профессор Никулина С.Ю.

Рецензенты:

- 1) зав. кафедрой внутренних болезней и поликлинической терапии ГБОУ ВПО Омский государственный медицинский университет Минздрава России, д.м.н., профессор Викторова И.А.
- 2) профессор кафедры поликлинической терапии ГБОУ ВПО Сибирский государственный медицинский университет Минздрава России, д.м.н., профессор Гарганеева Н.П.

2.Оглавление

1. Титульный лист	1-2
2. Оглавление	3
3. Пояснительная записка	4 - 8
4. Учебный план изучения дисциплины	8
5. Содержание учебной программы	9 -20
5.1. Перечень и тематический план лекций	11-15
5.2. Перечень и тематический план семинарских занятий	15-18
5.3. Перечень и тематический план практических занятий	18-19
6. Учебно-методическое обеспечение рабочей программы (методы и средства обучения):	19- 21
6.1. Карта материально-технической обеспеченности дисциплины	21
6.2. Карта обеспеченности учебными материалами дисциплины (технические и электронные средства обучения и контроля знаний)	21-22
6.3. Карта обеспечения учебно-методической литературой	22-24
7. Тестовые задания	24-38
8. Эталоны ответов	39

3.Пояснительная записка

Одной из главных задач здравоохранения современной России является снижение высокой смертности трудоспособного населения, в структуре которой подавляющее большинство приходится на основные неинфекционные заболевания (ОИЗ). Стандартизованные по возрасту риски смерти россиян от болезней системы кровообращения, злокачественных новообразований в 2-3 раза превышают аналогичные показатели населения стран Западной Европы. Такой разрыв сохраняется последние 15 лет. В результате общая смертность мужчин трудоспособного возраста в нашей стране оказалась выше уровня конца 19-го века, а женщин – на уровне 50-х годов. До настоящего времени социально значимая патология в России не имеет тенденции к снижению. Попыткам наших врачей снизить заболеваемость с помощью современных технологий препятствует их высокая стоимость. Миллионы больных людей, испытывая материальную нужду и имея в лучшем случае доступ к «льготному списку», проживают трудную и недолгую жизнь. Рост заболеваемости и смертности в немалой степени обусловлен неэффективностью профилактических мероприятий. Это связано не только с недостатком средств и менталитетом населения, но и плохим взаимодействием профилактической медицины с первичным звеном здравоохранения. А между тем, пропаганда здорового образа жизни и предупреждение опасных болезней на уровне врача общей практики, участкового терапевта, сотрудника отделения медицинской профилактики и реабилитации, Центра здоровья может оказать неоценимую помощь в борьбе с социальными недугами. Это диктует необходимость приоритета профилактического подхода в работе первичного звена здравоохранения - амбулаторно-поликлинической службы.

Укрепление здоровья населения в значительной мере зависит от адекватной государственной политики по обеспечению условий достойной жизни. В то же время нельзя преуменьшать значение медицины, призванной находить эффективные способы контроля над индивидуальными рисками здоровья людей. Этим объясняется инициатива Министерства здравоохранения и социального развития России в форме организации новой инфраструктуры из 502 центров здоровья для индивидуальной работы с населением по формированию здорового образа жизни (ЗОЖ).

Методологической основой деятельности Центров медицинской профилактики была выбрана концепция Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по борьбе с пятью основными факторами риска – курением, артериальной гипертензией, высоким уровнем холестерина крови, избыточной массой тела, гиподинамией. Использовались «популяционная стратегия» для обращения к населению через санитарное просвещение с общими гигиеническими

советами и «групповая стратегия», направленная на устранение у пациентов медицинских факторов риска. Что касается самой системы индивидуальной профилактики, её разработка была отложена по причине отсутствия таковой на Западе и необходимости формулирования инновационных подходов к решению данной проблемы.

В результате здоровые люди по-прежнему не знали, куда следует обращаться для оценки и коррекции персонального здоровья. Пренебрежительное отношение популяционной медицины к проблемам отдельного человека явилось одним из главных препятствий широкой реализации «Концепции охраны здоровья здоровых в Российской Федерации», утверждённой приказом Минздрава РФ в 2003 г.

Целью профилактической деятельности на индивидуальном уровне должна быть не борьба с вредными условиями среды и с факторами риска (это – средства), а реализация главного приоритета человека – укрепление его **жизнеспособности**, под которой понимается **необходимая продолжительность жизни, достаточная удовлетворённость своим здоровьем и адекватная трудовая активность**. Соответственно, по иному должна оцениваться эффективность профилактической работы, а именно – по динамике перечисленных показателей. Жизнеспособность организма зависит не только от условий внешней среды и факторов риска, но и от величины собственного адаптивного потенциала, т. е. от резерва здоровья. **Резерв здоровья – это то в организме, что обеспечивает человеку необходимую продолжительность жизни, хорошее самочувствие и способность трудиться**. Имея большой резерв здоровья, люди способны жить долго и в неблагоприятной среде, а с малым резервом не доживают до старости и в хороших условиях. Соответственно, по-новому определяется **здоровый образ жизни. ЗОЖ – это такое существование человека, при котором резервы здоровья превышают негативное влияние среды, обеспечивая необходимую жизнеспособность**. Для формирования индивидуально здорового образа жизни требуется активное участие самого человека. Он должен владеть всей информацией о величине своих жизненных резервов, чтобы контролировать их динамику при выборе эффективных оздоровительных технологий. Результаты профилактических обследований должны выдаваться пациенту на руки в виде электронного Паспорта здоровья.

В соответствии с Приказом Минздрава России от 03.08.2012 N 66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях» определено обязательное прохождение врачом-терапевтом, врачом общей врачебной практики сертификации каждые 5 лет.

3.1.Цель обучения на цикле: совершенствование теоретических знаний врачей государственных учреждений здравоохранения и учреждений здравоохранения муниципальных образований, их профессионального мастерства и навыков общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан и формирования у них здорового образа жизни, включая сокращение потребления алкоголя и табака; профилактике наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах.

3.2.Задачи изучения дисциплины:

- определение и коррекция факторов, влияющих на здоровье: природных, социальных, экономических
- оценка здоровья населения, образа жизни, уровня гигиенической культуры
- организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа жизни в отделениях, кабинетах и центрах медицинской профилактики амбулаторно-поликлинических учреждений, во врачебно-физкультурных и наркологических диспансерах
- групповое и индивидуальное профилактическое консультирование;
- гигиеническое воспитание в профилактике заболеваний
- знакомство с диагностическими приборами для оценки резервов здоровья.

3.3.Исходный уровень знаний обучающихся определяется базовой подготовкой в высших медицинских учебных учреждениях. При этом необходимо знание основ следующих предметов:

- иммунологии
- терапии
- неврологии
- клинической фармакологии
- инфекционных болезней
- гинекологии
- физиотерапии
- медицинской психологии
- медицинской статистики

3.4.Технология процесса обучения

Во время обучения на цикле курсант должен:

- ознакомиться с работой Центра здоровья;
- ознакомиться с работой отделения медицинской профилактики и восстановительного лечения;

- освоить принципы медицинской профилактики основной популяционной патологии у взрослых;
- освоить современные подходы к медико-санитарному просвещению и продвижению здорового образа жизни;
- освоить психологические аспекты формирования здорового образа жизни у населения.

В результате обучения на цикле курсант должен научиться проводить:

- Организацию и координацию профилактической работы в учреждении здравоохранения.
- Выявление среди населения поведенческих факторов риска и их коррекцию.
- Гигиеническое обучение и воспитание населения, организация «школ», «клубов здоровья» для больных с хроническими заболеваниями и лиц с факторами риска (2-3 группы диспансерного учета).
- Организацию и проведение профилактических акций и кампаний («дней здоровья»).
- Проведение медико-социальных опросов по вопросам профилактики заболеваний, уровня гигиенических знаний, удовлетворенности и потребности в профилактической помощи.
- Организацию информационного обеспечения специалистов и различных групп населения по вопросам профилактики заболеваний и укрепления здоровья с использованием каналов массовой коммуникации.

Кроме выше перечисленного, курсант должен уметь проводить:

- Оценку состояния здоровья (определение артериального давления и пульса, веса и индекса массы тела, уровня сахара и холестерина в крови, определения толерантности к физической нагрузке)
- Оценку резервов здоровья
- Составлять индивидуальную программу оздоровления и коррекцию факторов риска
- Оценку эффективности профилактической работы.

Для выполнения рабочей программы в процессе обучения используются следующие виды занятий:

- лекции;
- семинарские занятия;
- практические занятия на специальном оборудовании;
- разбор ситуационных задач;
- деловые игры;
- тестирование и зачеты по тематике цикла.

На практических занятиях особое внимание уделяется отработке практических навыков, семинарских - разбору ситуационных задач

и деловым играм.

В конце цикла проводится трехэтапный экзамен, включающий демонстрацию практических навыков, тестирование и собеседование.

Практические и семинарские занятия проходят на учебных площадях кафедр поликлинической терапии, семейной медицины и ЗОЖ, медицинской психологии, социальной гигиены и организации здравоохранения: Центр здоровья, учебные комнаты в поликлиниках, отделениях медицинской профилактики и восстановительного лечения ЛПУ.

Набор тестовых заданий для оценки исходного уровня знаний и для самоподготовки в период обучения слушателей системы дополнительного профессионального образования по всем разделам «Профилактика на популяционном уровне. Формирование здорового образа жизни» размещен в формате PDF в библиотечной системе Colibris.

4. Учебно-тематический план изучения дисциплины

№ раздела	Наименование разделов и их содержание	Количество часов				Фор- ма кон- тро- ля
		Всего	Аудиторная работа			За- чет
			Лекц ии	Практи- ческие занятия	Семи- нары	
1	2	3	4	5	6	7
1	Основы социальной гигиены и организации медицинской помощи при формировании здорового образа жизни	3	3	-	-	
2	Основы формирования здорового образа жизни	3	3	-	-	
3	Задачи Центров здоровья в системе здравоохранения	5	4	-	1	
4	Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний	5	5	-	-	
5	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового образа жизни в лечебно - профилактических учреждениях здравоохранения и немедицинских учреждениях	10	2	-	8	
6	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового образа жизни по отдельным аспектам охраны	30	5	10	15	

	здоровья					
7	Резерв здоровья и прогноз дожития. Работа с компьютерными программами.	6	2	4	-	
8	Работа с диагностическими приборами.	6	-	6	-	
9	Зачет	4	-	-	-	4
	Всего:	72	24	20	24	4

5. Содержание учебной программы

Рабочая программа разработана на основе утвержденных в установленном порядке учебных планов и программ, а также законодательных и нормативных документов Российской Федерации.

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Минздрава России от 07.10.2015 N 700н «О номенклатуре специальностей специалистов, имеющих высшее медицинское и фармацевтическое образование»;

- Приказ Минздрава России от 08.10.2015 N 707н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки»»;

- Приказ Минздравсоцразвития России от 23.07.2010 года №541н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»;

- Приказ Минздрава России от 03.08.2012 N 66н «Об утверждении Порядка и сроков совершенствования медицинскими работниками и фармацевтическими работниками профессиональных знаний и навыков путем обучения по дополнительным профессиональным образовательным программам в образовательных и научных организациях»

- Приказ Минобрнауки России от 01.07.2013 N 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»

- Письмо федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 06.02.2007 г. № 0100/1229-07-32 «О допуске специалистов к занятию профессиональной деятельностью на врачебных должностях»;

- Письмо Минздравсоцразвития России от 31.10.2006 г. № 5727-ВС «О порядке проведения выездных циклов (выездных занятий)»;

- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 29.11.2012 г. N 982н «Об утверждении условий и порядка выдачи сертификата специалиста медицинским и фармацевтическим работникам, формы и технических требований сертификата специалиста» (в ред. Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 31.07.2013 г. N 515н)

- Письмо Минобрнауки России от 02.09.2013 N АК-1879/06 «О документах о квалификации».

В рабочей программе цикла изложен план обучения курсантов основам формирования здорового образа жизни, особое место уделено гигиеническому воспитанию в деятельности Центров здоровья.

В программе лекционного курса представлены последние научные достижения и европейские рекомендации по проблемам медицинской профилактики заболеваний, даны основы социальной гигиены и организации медицинской помощи при формировании здорового образа жизни. На практических занятиях ведущим является отработка практических навыков работы с пациентами и здоровыми людьми, работа с компьютерными программами и работа на оборудовании Центров здоровья; на семинарах – разбор клинических ситуаций и ролевые игры всех участников по темам цикла. Основное назначение созданной программы - совершенствование теоретических знаний врачей государственных учреждений здравоохранения и учреждений здравоохранения муниципальных образований, их профессионального мастерства и навыков общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан и формирования у них здорового образа жизни, включая сокращение потребления алкоголя и табака; профилактике наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах в соответствии с требованиями приоритетного профилактического направления Национального проекта в сфере здравоохранения.

Содержание разделов дисциплины

1. Основные приоритеты реализации Национального проекта в сфере здравоохранения:

Предпосылки необходимости коренного преобразования отечественного здравоохранения. Развитие первичной медицинской помощи. Развитие профилактического направления медицинской помощи. Здоровый образ жизни.

2. Медицинская профилактика. Основные понятия и положения. Основы формирования здорового образа жизни.

Основные понятия и определения: здоровье, качество жизни, факторы, влияющие на здоровье (природные, социальные, экономические), факторы риска здоровью, группы риска, образ жизни. Ресурсы и потенциал здоровья. Формирование здорового образа жизни, профилактика заболеваний. Семейный человеческий капитал.

3. Задачи центров здоровья в системе здравоохранения

Нормативные документы МЗиСР об организации Центров здоровья в системе здравоохранения. Место и задачи Центров здоровья. Организация работы Центров здоровья, оснащение, оборудование, формы и методы работы. Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа жизни в отделениях, кабинетах медицинской профилактики амбулаторно-поликлинических учреждений. Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа жизни в наркологических диспансерах.

4. Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний.

Санитарное просвещение и гигиеническое воспитание как средства формирования здорового образа жизни. Врач-пациент: основы взаимодействия, проблема комплаентности. Интересы пациента и интересы врача. Содержание и цель первичной профилактики. Вторичная профилактика. Третичная профилактика. Популяционная стратегия и стратегия группового риска. Опыт отечественных и зарубежных программ профилактики основных неинфекционных заболеваний. Вопросники как метод выявления популяционной патологии: стенокардии напряжения, хронической обструктивной болезни легких, расстройств, связанных с употреблением алкоголя, тревоги и депрессии, курения

5. Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового образа жизни в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и немедицинских учреждениях

Гигиеническое воспитание в акушерско-гинекологических учреждениях. Охрана здоровья матери в Российском законодательстве. Мониторинг здоровья и образа жизни детей и подростков. Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни в учебно-воспитательных учреждениях. Гигиеническое воспитание на промышленных предприятиях. Здоровье здоровых. Роль общественных организаций в формировании здорового образа жизни.

6. Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового образа жизни по отдельным аспектам охраны здоровья. Коррекция факторов риска неинфекционных заболеваний.

Психологические аспекты формирования здорового образа жизни у населения. Тревожно-депрессивный синдром и влияние его на смертность. Определение уровня стресса и его профилактика. Методы коррекции стресса. Простые методы оценки физической работоспособности. Гиподинамия – фактор риска заболеваний. Недостаточная двигательная активность. Курение и здоровье. Отказ от курения табака и профилактика заболеваний, связанных с курением. Роль центров здоровья в борьбе с курением. Создание зон без табака. Методы отказа от курения. Избыточное употребление алкоголя (действие этанола на организм, клиника алкоголизма, осложнения алкоголизма, алкогольный абстинентный синдром, диагностика алкоголизма), консультирование пациентов по вопросам употребления

алкоголя в отделении медицинской профилактики. Профилактика наркомании и токсикомании. Социально-гигиенический мониторинг за состоянием фактического питания населения. Рациональное питание в формировании здорового образа жизни. Диагностика и коррекция нарушений липидного обмена с целью профилактики и лечения атеросклероза.

7. Резерв здоровья и прогноз дожития. Работа с компьютерными программами.

Методы оценки резервов здоровья, биологического возраста и прогноз дожития. Оценка образа жизни. Оценка и подбор диеты. Оценка психического состояния. Оценка повседневной физической активности. Оценка стресса. Консультации по коррекции факторов риска и выявленных нарушений. Работа с модулем «Эскиз-Гемо»: измерение параметров центральной гемодинамики, измерение параметров мозговой гемодинамики. Функциональная диагностика резерва здоровья с помощью реографии. Отработка методики на курсантах.

Работа с модулем «Эскиз-образ жизни»: определение образа жизни. Уровень жизни. Стил жизни Качество жизни. Две модели здорового образа жизни. Получение заключений и их трактовка. Работа с модулем «Эскиз-диета» и «Эскиз-контроль»; «Эскиз-стресс», «Эскиз-физо», «Эскиз-психо».

8. Работа с диагностическими приборами.

Комплексное инструментальное обследование пациентов в центрах здоровья (кардиотренажер, кардиовизор, биоимпедансометрия, смекелайзер, спирометрия и др.).

5.1. Перечень и тематический план лекций

№ лекций	Тема лекции	Кол-во часов
1.	Теоретические основы социальной гигиены и организации здравоохранения при формировании здорового образа жизни. Правовое регулирование в сфере охраны здоровья	1
2.	Новое направление национального проекта «Здоровье» - формирование ЗОЖ. Стратегия Министерства здравоохранения Красноярского края по борьбе с курением.	1
3.	Определение понятия «здоровье». Индивидуальное и общественное здоровье.	1
4.	Факторы, влияющие на здоровье: природные, социальные, экономические. Ресурсы и потенциал здоровья.	1
5.	Семейный человеческий капитал	2
6.	Нормативные документы МЗиСР об организации Центров здоровья в системе здравоохранения	1
7.	Организация работы Центров здоровья.	2
8.	Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа	1

	жизни в отделениях, кабинетах медицинской профилактики амбулаторно-поликлинических учреждений	
9.	Врач-больной – этические вопросы взаимоотношений. Вопросы комплаентности.	1
10.	Понятие о факторах риска. Классические факторы риска неинфекционных заболеваний	1
11.	Медицинская профилактика - основные понятия, определения. Формы и методы профилактической работы.	2
12.	Опыт зарубежных и отечественных программ профилактики основных неинфекционных заболеваний	1
13.	Здоровье здоровых. Роль общественных организаций в формировании здорового образа жизни	2
14.	Психологические аспекты формирования здорового образа жизни у населения	2
15.	Тревожно-депрессивный синдром и влияние его на смертность. Определение уровня стресса	2
16.	Курение – фактор риска заболеваний	1
17.	Методы оценки резерва здоровья, биологического возраста и прогноз дожития	2
	Всего:	24 часа

Тематический план лекций

№ лекций	Тема и основные дидактические единицы	Количество часов
1.	Теоретические основы социальной гигиены и организации здравоохранения при формировании здорового образа жизни. Правовое регулирование в сфере охраны здоровья <u>План лекции:</u> 1. Охрана здоровья населения – нормативно-правовая база 2. Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010 - 2015 годы 3. Законодательные акты об охране здоровья граждан 4. Законодательная база в области социального обслуживания	1

2	Новое направление национального проекта «Здоровье» - формирование ЗОЖ. Стратегия Министерства здравоохранения Красноярского края по борьбе с курением. <u>План лекции:</u> 1..Предпосылки необходимости коренного преобразования отечественного здравоохранения 2. Развитие первичной медицинской помощи 3. Развитие профилактического направления медицинской помощи 4.Обеспечение населения высокотехнологичной медицинской помощью. 5. Специализированные виды медицинской помощи в Красноярском крае. 6. Создание бездымных пространств в краевых мед учреждениях	1
3	Определение понятия «здоровье». Индивидуальное и общественное здоровье. <u>План лекции:</u> 1. Основные понятия и определения «здоровья» 2. Определение качества жизни. Инструменты для его измерения 3. Факторы, определяющие индивидуальное здоровье 4. Факторы, определяющие общественное здоровье.	1
4	Факторы, влияющие на здоровье: природные, социальные, экономические. Ресурсы и потенциал здоровья. <u>План лекции:</u> 1. Факторы, влияющие на здоровье (природные, социальные, экономические) 2. Факторы риска здоровью 3. Группы риска, образ жизни. 4. Ресурсы и потенциал здоровья. 5. Формирование здорового образа жизни, профилактика заболеваний.	1
5	Семейный человеческий капитал <u>План лекции:</u> 1. Понятие «семейного человеческого капитала» 2. Факторы, определяющие здоровье семьи в целом и её членов 3. Многодетные семьи, проблемы и поиски их решения	2
6	Нормативные документы МЗиСР об организации Центров здоровья в системе здравоохранения <u>План лекции:</u> 1. Знакомство аудитории с Постановлением Правительства РФ от 18.05.2009г. № 413 и приказом Минздравсоцразвития РФ от 10.07.2009 №302-н	1

	2. Задачи центров здоровья в системе здравоохранения. 3. Организация Центров здоровья в Красноярском крае.	
7.	Организация работы Центров здоровья. <u>План лекции:</u> 1. Положение о Центрах здоровья. 2. Порядок направления в Центры здоровья 3. Взаимодействие с ЛПУ 4. Проведение акций, направленных на пропаганду действий по формированию здорового образа жизни	2
8.	Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа жизни в отделениях, кабинетах медицинской профилактики амбулаторно-поликлинических учреждений. <u>План лекции:</u> 1. Профилактические осмотры 2. Цели скрининга 3. Ранняя диагностика АГ, ИБС, СД, рака шейки матки, опухоли прямой кишки, предстательной железы и молочной железы в условиях кабинетов медицинской профилактики 4. Направление пациентов с факторами риска в Центры здоровья	1
9.	Врач-больной – этические вопросы взаимоотношений. Вопросы комплаентности. <u>План лекции:</u> 1. Интересы пациента и интересы врача. 2. Причины некомплаентности. 3. Факторы, влияющие на увеличение приверженности больных к лечению. 4. Социальные роли	1
10.	Понятие о факторах риска. Классические факторы риска неинфекционных заболеваний <u>План лекции:</u> 1. Диагностика и коррекция нарушений липидного обмена с целью профилактики и лечения атеросклероза. 2. Гиподинамия – фактор риска заболеваний 3. Рациональное питание и физическая активность 4. Курение и злоупотребление алкоголем	1
11.	Медицинская профилактика - основные понятия, определения. Формы и методы профилактической работы. <u>План лекции:</u> 1. Основные понятия и определения: ▪ Здоровье ▪ Качество жизни ▪ Факторы, влияющие на здоровье ▪ Факторы риска здоровью ▪ Группы риска ▪ Образ жизни 2. Содержание и цель первичной профилактики	2

	3. Вторичная профилактика 4. Третичная профилактика	
12	Опыт зарубежных и отечественных программ профилактики основных неинфекционных заболеваний <u>План лекции:</u> 1. Программы первичной профилактики неинфекционных заболеваний по коррекции питания. 2. Опыт внедрения программ по борьбе с курением за рубежом 3. Контроль липидного спектра крови в профилактике заболеваний сердечно-сосудистой системы 4. Влияние физических тренировок на состояние сердечно-сосудистой системы 5. Профилактические программы и снижение смертности	1
13	Здоровье здоровых. Роль общественных организаций в формировании здорового образа жизни <u>План лекции:</u> 1. Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни в учебно-воспитательных учреждениях. 2. Гигиеническое воспитание на промышленных предприятиях. 3. Вакцинация населения.	2
14	Психологические аспекты формирования здорового образа жизни у населения <u>План лекции:</u> 1. Психическое здоровье крупного промышленного центра Восточной Сибири 2. Методы оценки психического здоровья 3. Медикаментозные и немедикаментозные методы коррекции выявленных нарушений.	2
15	Тревожно-депрессивный синдром и влияние его на смертность. Определение уровня стресса <u>План лекции:</u> 1. Определение тревоги и депрессии 2. Факторы, предрасполагающие к развитию тревоги и депрессии 3. Взаимосвязь между ТДР и заболеваниями сердечно-сосудистой системы 4. Методы оценки уровня стресса и повышение стрессоустойчивости	2
16	Курение – фактор риска заболеваний <u>План лекции:</u> 1. История развития табакокурения 2. Эпидемиологические данные по распространенности курения за рубежом и в России, Красноярском крае 3. Влияние курения на развитие онкологических заболеваний 4. Связь курения и ХОБЛ 5. Связь курения и ИБС 6. Курение и репродуктивная функция 7. Помощь в отказе от курения	1

17.	Методы оценки резерва здоровья, биологического возраста и прогноз дожития <u>План лекции:</u> 1. Оценка образа жизни. 2. Оценка и подбор диеты. 3. Оценка психического состояния. 4. Оценка повседневной физической активности. 5. Оценка стресса. 6. Консультирование по коррекции факторов риска.	2
-----	--	---

5.2 Перечень и тематический план семинарских занятий

№	Тема	Кол-во часов
1.	Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа жизни в наркологических диспансерах. Консультирование пациентов по проблемам, связанным с факторами риска: избыточное употребление алкоголя.	1
2.	Гендерное поведение девушек-подростков и его влияние на репродуктивное здоровье	2
3.	Мониторинг здоровья и образа жизни детей и подростков. Комплексная оценка состояния здоровья.	2
4.	Иммунопрофилактика в работе медицинского персонала.	2
5.	Гигиеническое воспитание на промышленных предприятиях	2
6.	Методы коррекции стресса	4
7.	Профилактические мероприятия у подростков.	3
8.	Профилактика туберкулеза	2
9.	Медицинская профилактика основной популяционной патологии: остеопороза, нарушений функций щитовидной железы, облитерирующих заболеваний сосудов нижних конечностей	3
10.	Рациональное питание в формировании здорового образа жизни	3
	Всего:	24 часа

Тематический план семинарских занятий

№ семинара	Тема и основные дидактические единицы	Количество часов
------------	---------------------------------------	------------------

1.	Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию здорового образа жизни в наркологических диспансерах. Консультирование пациентов по проблемам, связанным с факторами риска: избыточное употребление алкоголя. <u>План занятия:</u> 1. Влияние этанола на организм 2. Клиника и осложнение алкоголизма 3. Неотложные состояния при алкоголизме 4. Лечение и профилактика алкоголизма 5. Консультирование по вопросам употребления алкоголя	1
2.	Гендерное поведение девушек-подростков и его влияние на репродуктивное здоровье <u>План занятия:</u> 1. Формирование гендерного поведения у детей и подростков 2. Правила, регламентирующие сроки начала половой жизни 3. Средний возраст начала половой жизни в России и Красноярском крае 4. Социально-бытовая характеристика девушек-подростков, рано начинающих половую жизнь 5. Нравственно-интеллектуальные особенности девушек-подростков, рано начинающих половую жизнь 6. Осложнения ранних половых связей: ИППП, «неожиданные беременности» и др. 7. Медицинская помощь девушкам-подросткам 8. Профилактика раннего начала половой жизни и осложнений, связанных с ним	2
3.	Мониторинг здоровья и образа жизни детей и подростков. Комплексная оценка состояния здоровья. <u>План занятия:</u> 1. Основные законодательства и постановления МЗ РФ по проведению диспансеризации детского населения. 2. Этапы диспансеризации детей и подростков. Ведение документации. 3. Схема профилактических осмотров и базовой скрининг программы диспансеризации детей 4. Критерии оценки эффективности диспансеризации.	2
4.	Иммунопрофилактика в работе медицинского персонала. <u>План занятия:</u> 1. Планирование и выполнение прививок, включенных в Национальный календарь профилактических прививок. 2. Учетно-отчетная документация при проведении вакцинации. 3. Анализ основных показателей. 4. Статистический анализ данных работы прививочного кабинета, в том числе их компьютерная обработка. 5. Специфическая профилактика туберкулеза. Выполнение и оценка пробы Манту.	2
5.	Гигиеническое воспитание на промышленных предприятиях <u>План занятия:</u> 1. Порядок и сроки проведения профилактических медицинских	2

	осмотров организованного населения в целях выявления туберкулеза 2. Порядок и сроки проведения углубленных медицинских осмотров работников, работающих во вредных условиях труда 3. Профилактика профессиональных заболеваний	
6.	Методы коррекции стресса <u>План занятия:</u> 1. Опросники для выявления стресса и тревожно-депрессивных расстройств. 2. Медицинская профилактика депрессии: определение, эпидемиология, диагностические критерии, группы риска, лечение, депрессия у детей и подростков. 3. Профилактика стресса и методика изменения поведения.	4
7.	Профилактические мероприятия у подростков. <u>План занятия:</u> 1. Раннее выявление физиологических и функциональных нарушений у подростков (антропометрия, нарушения слуха, зрения, анемии, артериальной гипертензии) 2. Нарушения психического здоровья (депрессии, суицидные намерения) 3. Консультирование подростков по проблемам употребления алкоголя, лекарственной зависимости, курения.	3
8.	Профилактика туберкулеза <u>План занятия:</u> 1. Этиология, клиника туберкулеза 2. Профилактика туберкулеза 3. Туберкулинодиагностика 4. Постпрививочные осложнения 5. Туберкулез внелегочной локализации 6. Лечебно-профилактические мероприятия при выявлении туберкулеза 7. Распространенность туберкулеза 8. Причины развития туберкулеза 9. Организация мероприятий по профилактике и лечению туберкулеза.	2
9.	Медицинская профилактика основной популяционной патологии: остеопороза, нарушений функций щитовидной железы, облитерирующих заболеваний сосудов нижних конечностей <u>План занятия:</u> 1. Остеопороз: определение, классификация, факторы риска, диагностика, профилактика, лечение 2. Нарушения функции щитовидной железы: определение, классификация, факторы риска, диагностика, профилактика, лечение 3. Облитерирующие заболевания сосудов нижних конечностей: определение, классификация, факторы риска, диагностика, профилактика, лечение	3
10.	Рациональное питание в формировании здорового образа жизни <u>План занятия:</u> 1. Принципы рационального питания 2. Оценка фактического питания 3. Разработка плана действий по изменению пищевого поведения	3

5.3. Перечень и тематический план практических

занятий дисциплины

№	Тема	Кол-во часов
1.	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового образа жизни по отдельным аспектам охраны здоровья	10
2.	Резерв здоровья и прогноз дожития. Работа с компьютерными программами.	4
3.	Работа с диагностическими приборами.	6
	Всего:	20 часов

Тематический план практических занятий

№ пр. занятия	Тема и основные дидактические единицы	Количество часов
1.	Вопросники как метод выявления популяционной патологии <u>План занятия:</u> 1. Опросник Роуза на выявление стенокардии напряжения 2. Вопросник на выявление ХОБЛ 3. Вопросник на выявление расстройств, связанных с употреблением алкоголя 4. Опросники Бека, Гамильтона, Спилбергера-Ханина, госпитальная шкала на выявление тревоги и депрессии 5. Опросник на выявление статуса курения, степени никотиновой зависимости	2
2.	Методы отказа от курения <u>План занятия:</u> 1. Выявление мотивации к отказу от курения 2. Немедикаментозные методы отказа от курения 3. Медикаментозные методы отказа от курения 4. Эффективность программ лечения никотиновой зависимости	5
3.	Простые методы оценки физической работоспособности. <u>План занятия:</u> 1. Оценки физической работоспособности и повседневной активности. 2. Гиподинамия – фактор риска заболеваний. 3. Недостаточная двигательная активность.	3
4.	Резерв здоровья и прогноз дожития. Работа с компьютерными программами. <u>План занятия:</u> 1. Экспресс-оценка риска опасных заболеваний. 2. Оценка образа жизни. 3. Оценка и подбор диеты. 4. Оценка психического состояния. 5. Оценка биологического возраста. 6. Оценка стресса	4
5.	Работа с диагностическими приборами. <u>План занятия:</u> 1. Комплексное инструментальное обследование пациентов в центрах здоровья (кардиотренажер, кардиовизор, биоимпедансометрия,	6

	смокелайзер, спирометрия и др.). 2. Оработка методик на курсантах	
	Всего:	20 часов

6. Учебно-методическое обеспечение рабочей программы (методы и средства обучения)

Обучение курсантов проводится на лекциях, семинарских и практических занятиях. Лекции ориентированы на общие вопросы медицинской профилактики, знакомят с наиболее актуальными на современном этапе, аспектами профилактического направления в медицине.

На лекциях используются:

- *Объяснительно-иллюстративный метод*, в основе которого лежит получение слушателями новой информации от преподавателя, обобщение и систематизация новых знаний.

- *Проблемный метод*, сущность которого заключается в сознании проблемной ситуации, ее анализе, нахождения способа решения возникших затруднений путем выдвижения гипотезы и ее обоснования.

Практические и семинарские занятия проходят на учебных площадях кафедр поликлинической терапии, семейной медицины и ЗОЖ, медицинской психологии, социальной гигиены и организации здравоохранения: Центр здоровья, учебные комнаты в поликлиниках, отделениях медицинской профилактики и восстановительного лечения ЛПУ. На занятиях разбираются теоретические вопросы и ситуационные задачи, отрабатываются практические навыки, проводятся деловые игры и заслушивание рефератов. При этом закрепляется информация, полученная на лекциях, изучается предусмотренная программой тематика, не включенная в лекционный курс.

На практических и семинарских занятиях используются методы, направленные на совершенствование знаний и формирование умений и навыков:

- *Информационно-рецептивный* – устная информация с использованием наглядных пособий (схемы, рисунки, таблицы, компьютерные программы и пр.)

- *Репродуктивный или творчески-репродуктивный* с использованием алгоритмов изучения темы – решение ситуационных задач с применением инновационных технологий (проектно-графических, информационно-поисковых), анализ конкретной ситуации, деловые игры.

- *Проблемный метод* – создание проблемной ситуации, анализ возникших затруднений, выдвижение рабочей гипотезы и нахождение путей решения учебной проблемы.

- *Метод опережающего обучения*, позволяющий получить знание новейших и перспективных технологий в медицинской профилактике и

восстановительном лечении пациентов с использованием компьютерной программы «Эскиз».

- *Метод конкретного обучения*, предусматривающий получение не только академических знаний, но и максимально приближающий их к профессиональной деятельности. Для этого используются следующие варианты:

1. Деловые и ролевые игры, где курсанты выполняют обязанности медицинского персонала отделений профилактики и реабилитации.

2. Решение ситуационных задач с недостающими и избыточными данными; задач с противоречивыми условиями; задач, требующих ограниченного времени на решение, задач с вероятными решениями, задач на умение найти чужую ошибку и др.

3. Работа по типу малых групп с измерением параметров центральной гемодинамики, измерением параметров мозговой динамики, функциональной диагностикой резерва здоровья с помощью реографии.

4. Современные технологии обучения – работа на кардиотренажере, кардиовизоре, со смеклайзером и другим оборудованием Центра здоровья, компьютерное и письменное тестирование для определения исходного и итогового уровня знаний, компьютерные программы «Эскиз».

6.1. Карта материально-технической обеспеченности тематического цикла «Профилактика на популяционном уровне. Формирование здорового образа жизни»

№ п/п	Наименование оборудования	Кол-во	Форма использования	Ответственный
Учебная аудитория:				
1	Мультимедийная установка	5	Демонстрация материалов лекций, семинарских и практических занятий, учебных и научных видео - фильмов	Преподаватели Цикла
2	Сетевой сервер	2	Доступ к образовательным ресурсам, контакт обучающего с компьютером (кабинет зав. кафедрой)	Преподаватели Цикла
3	Персональные компьютеры	По кол-ву курсантов	Доступ к образовательным ресурсам во время самостоятельной работы обучающихся, работа с мультимедийными материалами на практических	Преподаватели Цикла

			занятиях	
4	Набор слайдов по тематикам занятий	1200	На лекциях, семинарских и практических занятиях	Преподаватели Цикла
5	Набор ЭКГ	12	На практических занятиях	Доц. И. И. Барон
6.	Набор диагностического оборудования	1	На практических занятиях в Центре здоровья	Асс. Костина В. В.

6.2. Карта обеспеченности учебными материалами тематического цикла «Профилактика на популяционном уровне. Формирование здорового образа жизни»

№ п/п	Наименование	Носитель информации	Место доступа	Рекомендуемый вид доступа	Кол-во
1	Методические разработки по темам занятия	Печатный Электронный (Word) Сетевой	Учебная аудитория Мультимедийная установка преподавателя Библиотека КрасГМУ Портал центра дистанционного оборудования	Печатный Электронный Сетевой	По количеству обучающихся Не ограничено Не ограничено Не ограничено
2	Конспекты лекций по циклу	Электронный (Word) Сетевой	Портал центра дистанционного оборудования	Электронный Сетевой	Не ограничено Не ограничено
3	Мультимедийные материалы	CD, DVD	Учебная аудитория Мультимедийная установка преподавателя Индивидуальные компьютеры	Электронный	Не ограничено
4	Электронная библиотека	Электронный (Word) Сетевой	Библиотека КрасГМУ Портал дистанционного образования	Электронный Сетевой	Не ограничено Не ограничено
5	Комплекты плакатов	Печатный	Учебные комнаты	Печатный	5

6	Видеофильм «Боли в грудной клетке»	Видеокассета	Кабинет практики по неотложной медицине	Видеомагнито- фон	1
---	---	--------------	--	----------------------	---

6.3. Карта обеспечения учебно-методической литературой

№ п/п	Наименование	Издательство	Год выпуска
1.	Общая врачебная практика [Электронный ресурс] : нац. рук. : в 2 т. / гл. ред. И. Н. Денисов, О. М. Лесняк. - Т.1.- Режим доступа : http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970423455.html	М. : ГЭОТАР-Медиа	2013
2.	Общая врачебная практика [Электронный ресурс] : нац. рук. : в 2 т. / гл. ред. И. Н. Денисов, О. М. Лесняк. - Т.2.- Режим доступа : Режим доступа: http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970423462.html	М. : ГЭОТАР-Медиа	2013
3.	Рекомендации по диспансерному наблюдению пациентов высокого и очень высокого сердечно-сосудистого риска / сост. С. Ю. Никулина, О. А. Штегман, Е. А. Непомнящая [и др.]	Красноярск : б/и	2014
4.	Анафьянова, Т. В. Пути оптимизации медико-социальной помощи молодой семье врачом общей врачебной практики (семейной практики). Семейная медицина : метод. пособие / Т. В. Анафьянова ; ред. В. Ф. Капитонов	Красноярск : КрасГМУ	2013
5.	Тихонова, Н. В. Организация амбулаторно-поликлинической помощи населению [Электронный ресурс] : видеолекция / Н. В. Тихонова. – Режим доступа : http://krasgmu.ru/index.php?page[common]=elib&cat=catalog&res_id=54795	Красноярск : КрасГМУ	2015
6.	Сторожаков, Г. И. Поликлиническая терапия [Электронный ресурс] : учебник / Г. И. Сторожаков, И. И. Чукаева, А. А. Александров. – Режим доступа : http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970425015.html?SSr=25013378f71154154d9e55flapinskaya	М. : ГЭОТАР-Медиа	2013

7.	Морозов, М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний : учеб. пособие / М. А. Морозов	СПб. : Спец. лит	2012
8.	Профилактика основных хронических неинфекционных заболеваний [Электронный ресурс] : сб. метод. указаний для обучающихся к семин. занятиям для специальностей "Терапия", "Общая врачебная практика" (Семейная медицина) / сост. М. М. Петрова, Е. А. Пронина, А. В. Шульмин [и др.] Режим доступа: http://krasgmu.ru/sys/files/colibris/35863_4763.pdf	Красноярск : КрасГМУ	2013
9.	Епифанов, В. А. Восстановительная медицина : учебник / В. А. Епифанов	М. : ГЭОТАР-Медиа	2013
10.	Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение [Электронный ресурс] : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. – Режим доступа: http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970432327.html	М. : ГЭОТАР-Медиа	2015
11.	Коршевер, Н. Г. Межсекторальное взаимодействие по вопросам охраны здоровья населения: исследование, оценка, оптимизация / Н. Г. Коршевер, С. А. Сидельников	Саратов : СГМУ	2013
12.	Внутренние болезни [Электронный ресурс] : учебник : в 2 т. / ред. В. С. Моисеев, А. И. Мартынов, Н. А. Мухин. - Т. 1. - Режим доступа: http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970425794.html	М. : ГЭОТАР-Медиа	2013
13.	Внутренние болезни [Электронный ресурс] : учебник : в 2 т. / ред. В. С. Моисеев, А. И. Мартынов, Н. А. Мухин. – Режим доступа: http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970425800.html	М. : ГЭОТАР-Медиа	2013

Электронные ресурсы

1	ЭБС Colibris
2	ЭБС Консультант студента
3	ЭМБ Консультант врача
4	ЭБС ibooks
5	НЭБ e-Library
6	БД Scopus
7	БД Web of Science
8	БД Oxford University Press

9	БД SAGE Premier
10	ЭБС Bookup
11	СПС Консультант Плюс

7. ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите один правильный ответ

1. ПРЕДМЕТ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

- 1) патогенез болезней
- 2) симптомы болезней
- 3) риски возникновения болезней
- 4) смертность от болезней
- 5) нетрудоспособность в связи с болезнями

2. ОСНОВНЫЕ НЕИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (ОНЗ)

- 1) диабет, хроническая пневмония, язвенная болезнь желудка
- 2) остеопороз, метаболический синдром, гастрит
- 3) инфаркт миокарда, мозговой инсульт, новообразования
- 4) психозы, тиреотоксикоз, иммунодефицит
- 5) цирроз печени, остеохондроз, бронхиальная астма

3. ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЯ

- 1) санитарное просвещение населения по профилактике ОНЗ
- 2) индивидуальная коррекция риска ОНЗ у лиц с высоким риском
- 3) издательская деятельность и взаимодействие со СМИ
- 4) контроль над профилактической работой врачей района
- 5) межсекторное сотрудничество по профилактике ОНЗ

4. ФАКТОР РИСКА – ЭТО ПРИЗНАК, КОТОРЫЙ

- 1) является причиной заболевания
- 2) предсказывает опасность возникновения болезни в будущем
- 3) при его устранении предупреждается развитие болезни
- 4) указывает на тяжесть течения заболевания
- 5) ускоряет течение болезни

5. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ, УМЕНЬШАЮЩИЕ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ

- 1) рассеянность, эмоциональная лабильность
- 2) агрессивность, депрессия
- 3) забывчивость, медленная реактивность
- 4) плохая память, плаксивость
- 5) заторможенность, сонливость

6. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ, УВЕЛИЧИВАЮЩИЕ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ

- 1) широкий кругозор, быстрота реагирования
- 2) хорошая память, эмоциональная реактивность
- 3) начитанность, стеснительность
- 4) наличие смысла жизни, социальный оптимизм

- 5) эрудированность, абсолютный слух

7. ОПТИМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ ИНДЕКСА КЕТЛЕ

- 1) менее 23 кг/м²
- 2) менее 18,5 кг/м²
- 3) 28-33 кг/м²
- 4) 23-27 кг/м²
- 5) более 30 кг/м²

8. ПРИ ЛЕЧЕНИИ АГ С ПЛАЦЕБО-КОНТРОЛЕМ ОБЩАЯ СМЕРТНОСТЬ

- 1) снижается на 30-40%
- 2) снижается на 5-10%
- 3) не снижается
- 4) увеличивается на 5-7%
- 5) точных данных нет

9. ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПАРАМЕТРЫ, НАИБОЛЕЕ СИЛЬНО ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ

- 1) пролапс митрального клапана и заращение боталлова протока
- 2) артериальная гипертензия, гиперхолестеринемия
- 3) извитость коронарных сосудов сердца и бесконечный тон АД
- 4) эукинетический тип гемодинамики и венозная недостаточность
- 5) низкий ударный индекс сердца и гипертонус артерий мозга

10. КРИТЕРИИ ИНДИВИДУАЛЬНО ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

- 1) гармоничное существование человека в системе экологического взаимодействия
- 2) отсутствие болезней и состояние полного физического, психического и социального благополучия
- 3) наслаждение жизнью во всем многообразии ее конкретных проявлений
- 4) способность дожития до необходимого возраста, сохраняя адекватную дееспособность и удовлетворенность организмом
- 5) обработанный культурой продукт жизнедеятельности, обеспечивающий человеку всестороннее развитие

11. КТО СПОСОБЕН ОСУЩЕСТВЛЯТЬ КРУГЛОГОДИЧНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ РИСКА ОНЗ?

- 1) диагностические центры
- 2) школы здоровья
- 3) отделения медицинской профилактики поликлиник
- 4) центры здоровья
- 5) участковые терапевты

12. КАКАЯ ПРОГРАММА ИЗМЕРЯЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РЕЗЕРВ ЗДОРОВЬЯ И РАССЧИТЫВАЕТ ВЕРОЯТНОСТЬ ДОЖИТИЯ НА 15 ЛЕТ?

- 1) СИНДИ
- 2) КОСМОН
- 3) ЭСКИЗ
- 4) ЭДИФАР
- 5) МОНИКА

13. ГЛАВНЫЕ ЗАДАЧИ ОТДЕЛЕНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ПОЛИКЛИНИКИ

- 1) диспансеризация декретированных контингентов населения
- 2) контроль над профилактической работой поликлинических врачей
- 3) скрининг на выявление лиц с высоким риском ОНЗ
- 4) проведение школ лечения больных АГ и диабетом
- 5) участие в прививочных компаниях

14. ИЗБЫТОЧНАЯ СМЕРТНОСТЬ – ЭТО СМЕРТНОСТЬ

- 1) в детском возрасте
- 2) от внешних причин
- 3) доступная коррекции
- 4) превышающая установленный целевой уровень
- 5) превышающая средний уровень по стране

15. КАКОЙ ПОКАЗАТЕЛЬ ГОВОРИТ О НАЛИЧИИ У ЧЕЛОВЕКА БОЛЬШОГО ЖИЗНЕННОГО ПОТЕНЦИАЛА?

- 1) отсутствие болезней и повреждений
- 2) состояние полного социального благополучия
- 3) достижение полного психического комфорта
- 4) физическое совершенство и большая выносливость
- 5) низкий риск смерти и малый биологический возраст

16. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЭТО ОБРАЗ ЖИЗНИ, ПРИ КОТОРОМ

- 1) соблюдаются все рекомендации врача
- 2) отсутствуют традиционные факторы риска
- 3) обеспечиваются оптимальные экологические условия
- 4) здоровье является высшим приоритетом в жизни
- 5) резерв здоровья превышает силу патогенных влияний среды

17. КАКОВА ДОЛЯ ЛИЦ С ИЗБЫТОЧНЫМ РИСКОМ СМЕРТИ ВО ВЗРОСЛОМ НАСЕЛЕНИИ?

- 1) почти 100%
- 2) около 50%
- 3) около 35%
- 4) менее 10%
- 5) 0%

18. В КАКИХ СПЕЦИАЛИСТАХ НУЖДАЕТСЯ БОЛЬШЕ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ?

- 1) терапевт, кардиолог, невропатолог, психолог, пульмонолог
- 2) психолог, кардиолог, гинеколог, офтальмолог, онколог
- 3) психолог, валеолог, диетолог, физиотерапевт, геронтолог
- 4) валеолог, нарколог, хирург, проктолог, кардиолог
- 5) терапевт, гигиенист, инфекционист, стоматолог, косметолог

19. В ПРОГРАММАХ МНОГОФАКТОРНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ИБС

- 1) удалось доказать снижение общей смертности
- 2) не удалось доказать снижение общей смертности

20. ПРИ НИЗКИХ УРОВНЯХ ХОЛЕСТЕРИНА КРОВИ

- 1) смертность снижается

- 2) смертность не меняется
- 3) смертность повышается

21. ГЛАВНЫЙ КРИТЕРИЙ ЭФФЕКТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ АГ

- 1) точное выполнение рекомендаций
- 2) достижение целевого уровня артериального давления
- 3) обеспечение хорошего самочувствия
- 4) нормализация риска ОНЗ

22. КАКОЙ МЕТОД ДИАГНОСТИКИ ОБЕСПЕЧИВАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ МАССОВОГО ИЗМЕРЕНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОЙ И МОЗГОВОЙ ГЕМОДИНАМИКИ?

- 1) метод Фика
- 2) разведение красителя
- 3) ультразвуковой
- 4) реографический
- 5) радиологический

23. ТРЕНИРОВКА К ДЕЙСТВИЮ НИЗКИХ ТЕМПЕРАТУР, ТЕМПЕРАТУРНЫХ И МЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИХ КОНТРАСТОВ ОБУСЛОВЛЕНА ВСЕМ ПЕРЕЧИСЛЕННЫМ, КРОМЕ

- 1) повторяющихся и длительных воздействий на организм применяемого фактора
- 2) постепенного повышения интенсивности воздействия раздражителя
- 3) постепенного снижения интенсивности воздействия раздражителя
- 4) сочетания закаливающего фактора с физическими упражнениями
- 5) нет правильного ответа

24. ПОВЫШЕНИЕ СОПРОТИВЛЯЕМОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ РАЗДРАЖИТЕЛЯМ ДОСТИГАЕТСЯ ПРОВЕДЕНИЕМ

- 1) ингаляционной терапии
- 2) гидротерапии
- 3) общих ультрафиолетовых облучений
- 4) санации воздуха производственных помещений
- 5) правильно все

25. ОСНОВНЫМИ МЕТОДАМИ ФИЗИОПРОФИЛАКТИКИ ЯВЛЯЮТСЯ

- 1) введения антибиотиков
- 2) закаливания
- 3) гидротерапии
- 4) правильно все
- 5) правильно 1, 2

26. К ДОКАЗАННЫМ ФАКТОРАМ РИСКА ХРОНИЧЕСКОЙ ОБСТРУКТИВНОЙ БОЛЕЗНИ ЛЕГКИХ ОТНОСЯТСЯ

- 1) недостаточность α 1-антитрипсина
- 2) курение
- 3) действие вредных внешних и производственных факторов
- 4) все выше перечисленные
- 5) нет правильного ответа

27. ОСНОВНЫМИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИОПРОФИЛАКТИКИ ЯВЛЯЮТСЯ

- 1) ультрафиолетовые облучения

- 2) ингаляция фитонцидами
- 3) контрастные ванны
- 4) души
- 5) правильно все

28. ДИУРЕТИК ГИПОТИАЗИД ПРИ ПЛАНОВОМ ЛЕЧЕНИИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ МОЖНО КОМБИНИРОВАТЬ С

- 1) иАПФ
- 2) дигидропиридиновыми антагонистами кальция
- 3) недигидропиридиновыми антагонистами кальция
- 4) нет правильного ответа
- 5) все вышеперечисленное верно

29. ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕРВИЧНОЙ ФИЗИОПРОФИЛАКТИКИ ПРЕДУСМАТРИВАЕТ НАЛИЧИЕ

- 1) фотария
- 2) ингалятория
- 3) водолечебного отделения
- 4) правильно все
- 5) правильно 1, 3

30. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРИЧНОЙ ФИЗИОПРОФИЛАКТИКИ ПРЕДУСМАТРИВАЕТ НАЛИЧИЕ

- 1) электросветолечебного отделения
- 2) водолечебного отделения
- 3) теплолечения
- 4) верно 1, 3
- 5) правильно все

31. ПРИ СТАЖЕ КУРЕНИЯ БОЛЕЕ 40 ЛЕТ

- 1) не имеет смысла бросать курить, так как никотин уже включился в метаболизм курильщика
- 2) отказ от курения даст свои положительные эффекты (снижение риска сердечно-сосудистых катастроф, злокачественных новообразований и т.д.)
- 3) при отказе от курения никотиновая абстиненция более опасна для здоровья, чем само курение
- 4) нет правильного ответа
- 5) правильно все

32. К УЧРЕЖДЕНИЯМ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ТИПА ОТНОСЯТСЯ

- 1) санатории
- 2) санатории-профилактории
- 3) туристические базы
- 4) правильно 1, 2
- 5) правильно все

33. С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПРИМЕНЯЮТ

- 1) электросон
- 2) общие ультрафиолетовые облучения
- 3) ингаляции фитонцидов
- 4) правильно все

5) правильно 2, 3

34. ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ I СТАДИИ ПОКАЗАНО НАЗНАЧЕНИЕ

- 1) лекарственного электрофореза
- 2) индуктотермии
- 3) электросна
- 4) правильно 1, 2
- 5) правильно 1, 3

35. КУРЕНИЕ – ФАКТОР РИСКА

- 1) агранулоцитоза
- 2) остеопороза
- 3) рака мочевого пузыря
- 4) облитерирующих заболеваний нижних конечностей
- 5) правильно 2, 3, 4

36. ФИЗИОПРОФИЛАКТИКА РАХИТА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ВКЛЮЧАЕТ НАЗНАЧЕНИЕ

- 1) общих ультрафиолетовых облучений
- 2) соляных ванн
- 3) массажа и лечебной гимнастики
- 4) всего перечисленного
- 5) только 1, 3

37. РИСК РАЗВИТИЯ ХОБЛ ОЧЕНЬ ВЫСОК ПРИ ИНДЕКСЕ КУРЕНИЯ БОЛЬШЕ

- 1) 140
- 2) 90
- 3) 100
- 4) 70
- 5) 40

38. ФАКТОР, НЕ ОПРЕДЕЛЯЮЩИЙ ПРОГНОЗ ПРИ ТРЕВОЖНО- ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВАХ

- 1) социальный статус
- 2) прием высококалорийной пищи
- 3) пол
- 4) возраст
- 5) рост

39. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА ФИЗИОПРОФИЛАКТИКИ ПРЕДУСМАТРИВАЕТ ПРИМЕНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ С ЦЕЛЮ

- 1) предупреждения развития заболеваний
- 2) закаливания организма
- 3) повышения сопротивляемости к профессиональным раздражителям
- 4) предупреждения обострения хронических заболеваний
- 5) всего перечисленного

40. ОСНОВНЫЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ ДЕПРЕССИИ ВСЕ, КРОМЕ

- 1) приподнятое настроение
- 2) утрата интересов

- 3) сниженное или печальное настроение
- 4) повышенная утомляемость
- 5) нет правильного ответа

41. ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВКЛЮЧАЕТ МЕРОПРИЯТИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА

- 1) предупреждение развития заболеваний
- 2) предупреждение утомления
- 3) оздоровление внешней среды
- 4) все перечисленное
- 5) только 1 и 3

42. ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВКЛЮЧАЕТ МЕРОПРИЯТИЯ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА

- 1) профилактику осложнений заболевания
- 2) предупреждение обострения хронических заболеваний
- 3) лечение заболеваний в острой стадии
- 4) правильно 1 и 2
- 5) правильно 2 и 3

43. ПРИНЦИПОМ ПРОГРАММЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) гибкость
- 2) мышечная сила
- 3) частота занятий
- 4) выносливость
- 5) безопасность

44. ОТМЕТЬТЕ, ЧТО НЕ ВХОДИТ В ОЦЕНКУ СТАТУСА КУРЕНИЯ

- 1) оценка риска развития заболеваний в результате табакокурения
- 2) степень никотиновой зависимости
- 3) степень мотивации бросить курить
- 4) содержание никотина и смол в сигаретах
- 5) оценка типа курительного поведения

45. ПРОФИЛАКТИКА ВКЛЮЧАЕТ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

- 1) природных факторов
- 2) преформированных факторов
- 3) лекарственных факторов
- 4) всего перечисленного
- 5) только 1 и 3

46. РИСК РАЗВИТИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ В РЕЗУЛЬТАТЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ ВЫЧИСЛЯЕТСЯ

- 1) с помощью анкеты Д.Хорна
- 2) с помощью анкеты Фагерстрема
- 3) формулы: индекс курения = (число сигарет, выкуриваемых в день) x 12
- 4) все ответы правильные
- 5) нет правильного ответа

47. ДЛЯ УМЕНЬШЕНИЯ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ КУРЕНИЯ В ПОПУЛЯЦИИ БОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫМ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) предупреждение закуривания
- 2) отказ от табакокурения курильщиками
- 3) реклама табака
- 4) все перечисленное верно
- 5) ничего из перечисленного

48. ЦЕЛЬЮ ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) закаливание организма
- 2) усиление защитных реакций организма
- 3) развитие адаптации к колебаниям внешней температуры и атмосферного давления
- 4) все перечисленное
- 5) только 1, 2

49. ЦЕЛЬЮ ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) профилактика осложнений хронического заболевания
- 2) профилактика осложнений после оперативного вмешательства
- 3) удлинение периода ремиссии хронического заболевания
- 4) все перечисленное
- 5) только 1 и 3

50. ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА ЭТО

- 1) масса тела в кг: рост в м²
- 2) масса тела в гр : рост в см
- 3) масса тела в кг х рост в м
- 4) рост в см – вес в кг
- 5) рост в см + вес в кг

51. ПОВЫШЕННЫЙ РИСК ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОКРУЖНОСТИ ТАЛИИ ДЛЯ ЖЕНЩИН

- 1) > 82 см
- 2) > 90 см
- 3) > 94 см
- 4) > 102 см
- 5) > 110 см

52. ПОВЫШЕННЫЙ РИСК ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОКРУЖНОСТИ ТАЛИИ ДЛЯ МУЖЧИН

- 1) > 82 см
- 2) > 90 см
- 3) > 94 см
- 4) > 102 см
- 5) > 110 см

53. ПРИ СГОРАНИИ 1Г ЖИРА ОБРАЗУЕТСЯ

- 1) 1ккал
- 2) 5 ккал
- 3) 9ккал
- 4) 20ккал
- 5) 100ккал

54. СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В ЖИДКОСТИ

- 1) 500мл
- 2) 1л
- 3) 1-1,5л
- 4) 2л
- 5) >2л

55. ТРЕНИРОВКА К ДЕЙСТВИЮ НИЗКИХ ТЕМПЕРАТУР, ТЕМПЕРАТУРНЫХ И МЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИХ КОНТРАСТОВ ОБУСЛОВЛЕНА ВСЕМ ПЕРЕЧИСЛЕННЫМ, КРОМЕ

- 1) повторяющихся и длительных воздействий на организм применяемого фактора
- 2) постепенного повышения интенсивности воздействия раздражителя
- 3) постепенного снижения интенсивности воздействия раздражителя
- 4) сочетания закаливающего фактора с физическими упражнениями
- 5) правильно все

56. ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ВЕСА СУТОЧНУЮ КАЛОРИЙНОСТЬ УМЕНЬШАЮТ НА

- 1) 100 ккал
- 2) 200 ккал
- 3) 500 ккал
- 4) 1000 ккал
- 5) 10000 ккал

57. ПОВЫШЕНИЕ СОПРОТИВЛЯЕМОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ РАЗДРАЖИТЕЛЯМ ДОСТИГАЕТСЯ ПРОВЕДЕНИЕМ

- 1) ингаляционной терапии
- 2) гидротерапии
- 3) общих ультрафиолетовых облучений
- 4) санации воздуха производственных помещений
- 5) всего перечисленного

58. ИДЕАЛЬНАЯ МАССА ТЕЛА (ПО ИМТ)

- 1) 20-25
- 2) 25-30
- 3) 30-35
- 4) > 40
- 5) > 50

59. ОПРЕДЕЛИТЕ СТЕПЕНЬ РИСКА У БОЛЬНОГО С АГ, ЕСЛИ У НЕГО ВЫЯВЛЕНО АД БОЛЕЕ 180/110 ММ РТ.СТ.; ГЛАУКОМА, ГИПЕРТРОФИЯ ЛЕВОГО ЖЕЛУДОЧКА, ИЗМЕНЕНИЯ НА ГЛАЗНОМ ДНЕ

- 1) риск 1 (низкий)
- 2) риск 2 (средний)
- 3) риск 3 (высокий)
- 4) риск 4 (очень высокий)
- 5) нет правильного ответа

60. ДЛЯ ЭКСПРЕСС ОЦЕНКИ УРОВНЯ РИСКА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ИСПОЛЬЗУЮТ ЕВРОПЕЙСКУЮ СИСТЕМУ СТРАТИФИКАЦИИ SCORE, КОТОРАЯ ОПРЕДЕЛЯЕТ

- 1) риск заболеваемости и смерти от сердечно-сосудистых заболеваний
- 2) риск смерти, связанный с атеросклерозом, в течение 10 лет у больных, не имеющих доказанного диагноза ИБС
- 3) риск заболеваемости инфарктом миокарда
- 4) нет правильного ответа
- 5) все ответы правильные

61. К ГРУППЕ РИСКА ПО ИБС НЕ ОТНОСЯТСЯ

- 1) лица с ожирением
- 2) лица с гиперлипидемией
- 3) больные с НЦД
- 4) больные ГБ
- 5) курящие

62. ОСНОВАНИЕ ПИРАМИДЫ ДНЕВНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩИ ЗАНИМАЮТ

- 1) хлеб, злаки, рис, картофель
- 2) овощи, фрукты
- 3) мясо, птица, рыба, яйца
- 4) молочные продукты
- 5) жиры, сахар

63. ИСТОЧНИКОМ НАСЫЩЕННЫХ ЖИРНЫХ КИСЛОТ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) подсолнечное масло
- 2) сливочное масло
- 3) рыбий жир
- 4) молоко
- 5) бисквит

64. ИСТОЧНИКОМ НЕНАСЫЩЕННЫХ ЖИРНЫХ КИСЛОТ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) картофель
- 2) хлеб
- 3) бананы
- 4) курица
- 5) подсолнечное масло

65. НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО МАГНИЯ СОДЕРЖИТСЯ В 100Г

- 1) картофеля
- 2) свеклы
- 3) вишни
- 4) морской капусты
- 5) хека

66. НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО КАЛИЯ СОДЕРЖИТСЯ В 100Г

- 1) риса
- 2) тыквы
- 3) говядины
- 4) персиков
- 5) картофеля

67. НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО БЕЛКА СОДЕРЖИТСЯ В 100Г

- 1) фасоли

- 2) сервелата
- 3) сыра
- 4) творога
- 5) икры осетровых рыб

68. НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО КАЛЬЦИЯ СОДЕРЖИТСЯ В 100Г

- 1) петрушки
- 2) сыра
- 3) брынзы
- 4) сгущенного молока
- 5) хлеба

69. «КУРИТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ» — ЭТО

- 1) возраст, пол, стаж и интенсивность курения, стадия курения, микросоциальная среда, психологическая готовность к отказу от курения
- 2) комплексная характеристика индивидуальных особенностей поведения курящего, причины курения, характера курения и т.д.

70. ПРИ ЛЕЧЕНИИ СТАБИЛЬНОЙ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ НЕ НАЗНАЧАЮТ

- 1) β – блокаторы
- 2) инъекции дибазола
- 3) антагонисты кальция
- 4) ингибиторы АПФ
- 5) блокаторы рецепторов ангиотензина II

71. ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТИПА КУРИТЕЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕКОМЕНДОВАНА АНКЕТА

- 1) Фагерстрема
- 2) Холмса и Рея
- 3) Д.Хорна
- 4) Мартина
- 5) Колмогорова

72. ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СТЕПЕНИ НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ РЕКОМЕНДОВАНА АНКЕТА

- 1) Фагерстрема
- 2) Холмса и Рея
- 3) Д.Хорна
- 4) Мартина
- 5) Колмогорова

73. ОБРАЗОВАНИЮ КАМНЕЙ В МОЧЕВЫХ ПУТЯХ СПОСОБСТВУЮТ

- 1) лечение антибиотиками
- 2) гипопаратиреоз
- 3) гиперурикемия
- 4) нарушение уродинамики
- 5) верно 3, 4

74. БОЛЬНЫМ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ПОЧЕК РЕКОМЕНДУЕТСЯ

- 1) диета № 1
- 2) диета № 3

- 3) диета № 7
- 4) диета № 5
- 5) диета № 9

75. НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО ХОЛЕСТЕРИНА СОДЕРЖИТСЯ В 100Г

- 1) сыра 30% жирности
- 2) сметаны 30% жирности
- 3) майонеза
- 4) свиного жира
- 5) сливочного масла

76. К ПРЕДРАСПОЛАГАЮЩИМ ФАКТОРАМ АЛЛЕРГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ ОТНОСЯТСЯ ВСЕ, КРОМЕ

- 1) аллергические заболевания у родственников
- 2) низкий уровень IgE
- 3) высокий уровень IgE
- 4) раннее искусственное вскармливание
- 5) нет правильного ответа

77. РАЗВИТИЮ ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ У ДЕТЕЙ НЕ СПОСОБСТВУЕТ

- 1) инфекционные заболевания желудочно-кишечного тракта
- 2) естественное вскармливание
- 3) дефицит IgA
- 4) дисбактериоз
- 5) все перечисленное верно

78. ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИИ У ДЕТЕЙ (НОВОРОЖДЕННЫХ) НЕЦЕЛЕСООБРАЗНЫ МЕРОПРИЯТИЯ

- 1) соблюдение диеты беременных
- 2) щадящий режим введения прикормов
- 3) ранний перевод на искусственное вскармливание
- 4) гипоаллергенный быт

79. В ВОПРОСНИКЕ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ХОБЛ ОЦЕНИВАЕТСЯ ВСЕ, КРОМЕ

- 1) кашель
- 2) частота дыханий
- 3) мокрота
- 4) правильно все
- 5) нет правильного ответа

80. ПРИ КАКОЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ КАШЛЯ, СОГЛАСНО ВОПРОСНИКУ, ВЕРОЯТЕН ДИАГНОЗ ХОБЛ

- 1) 2 месяца в году
- 2) 3 месяца в году
- 3) 6 месяцев в году
- 4) 2 года
- 5) 7 месяцев

81. АНКЕТА ХОРНА - ЭТО ВОПРОСНИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

- 1) типа курительного поведения
- 2) степени никотиновой зависимости

- 3) оценки мотивации к отказу от курения
- 4) индекса курильщика
- 5) нет правильного ответа

82. СОГЛАСНО КРИТЕРИЯМ ВОЗ (1999г.) ОЖИРЕНИЕ 1-Й СТЕПЕНИ ДИАГНОСТИРУЕТСЯ ПРИ ИМТ

- 1) 25,0 – 29,9 кг/м²,
- 2) 30,0 – 34,9 кг/м²,
- 3) 35,0 – 39,9 кг/м²,
- 4) 40 кг/м²)
- 5) нет правильного ответа

83. НАПРАВЛЯТЬ ЖЕНЩИН НА МАММОГРАФИЮ НЕОБХОДИМО

- 1) с 18 лет
- 2) с 20 лет
- 3) с 25 лет
- 4) с 30 лет
- 5) с 35 лет

84. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЙ СТРЕСС - ЭТО

- 1) тяжелые бытовые условия, например длительное проживание в стесненных условиях коммунальной квартиры с соседями, страдающими алкоголизмом.
- 2) утрата близких, служебный конфликт, потеря большой суммы денег и т. д.
- 3) дисгармония сексуальных отношений
- 4) профессиональная неудовлетворенность
- 5) событие, несовместимое с привычными для человека обстоятельствами и сопровождающееся витальной угрозой жизни в прямом или переносном смысле, т. е. в физическом или психологическом плане

85. ОСТРЫЙ ПОВСЕДНЕВНЫЙ СТРЕСС – ЭТО

- 1) тяжелые бытовые условия, например длительное проживание в стесненных условиях коммунальной квартиры с соседями, страдающими алкоголизмом
- 2) утрата близких, служебный конфликт, потеря большой суммы денег и т. д.
- 3) наличие в семье хронически больного ребенка или другого члена семьи
- 4) дисгармония сексуальных отношений
- 5) профессиональная неудовлетворенность

86. ХРОНИЧЕСКИЙ ПОВСЕДНЕВНЫЙ СТРЕСС – ЭТО

- 1) утрата близких, служебный конфликт, потеря большой суммы денег и т. д.
- 2) профессиональная неудовлетворенность
- 3) событие, несовместимое с привычными для человека обстоятельствами и сопровождающееся витальной угрозой жизни в прямом или переносном смысле, т. е. в физическом или психологическом плане
- 4) правильно все
- 5) нет правильного ответа

87. ТЕСТ РИДЕРА ИСПОЛЬЗУЮТ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

- 1) статуса курения
- 2) алкогольной зависимости
- 3) уровня стресса
- 4) ранжирования факторов риска развития депрессивных расстройств

5) нет правильного ответа

88. МЕТОД ГЛУБОКОГО ДЫХАНИЯ ОТНОСИТСЯ К

- 1) прямым методам преодоления стресса
- 2) проблемно-ориентированным методам преодоления стресса
- 3) эмоционально-ориентированным методам преодоления стресса
- 4) комплексным методам преодоления стресса
- 5) правильно все

89. ФУНКЦИЕЙ КАБИНЕТА ДОВРАЧЕБНОГО ПРИЕМА НЕ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) прием больных для решения вопроса о срочном направлении к врачу
- 2) направление на лабораторные и другие исследования больных
- 3) обязательное взятие у всех женщин мазков с цервикального канала и шейки матки и направления их в цитологическую лабораторию
- 4) проведение антропометрии, измерение артериального и глазного давления, температуры тела, взвешивание, ЭКГ (лицам старше 40 лет) и др.
- 5) заполнение паспортной части посылного листа на МСЭК, санаторно-курортной карты, оформление справок, выписок из индивидуальных карт амбулаторного больного

90. У БОЛЬНЫХ СТАРШЕ 65 ЛЕТ ПРИ НАЛИЧИИ СД И У ПОЛУЧАЮЩИХ АНТИГИПЕРТЕНЗИВНУЮ ТЕРАПИЮ СЛЕДУЕТ ИЗМЕРИТЬ ТАКЖЕ АД

- 1) через 2 мин пребывания в положении стоя
- 2) в положении лежа
- 3) после 5 приседаний
- 4) после 15 минутной ходьбы
- 5) правильно все

91. ИНДЕКС КЕТЛЕ – ЭТО

- 1) индекс массы тела
- 2) индекс массы миокарда левого желудочка
- 3) торакальный индекс
- 4) индекс миокарда
- 5) нет правильного ответа

92. СОГЛАСНО КРИТЕРИЯМ ВОЗ (1999Г.) ОЖИРЕНИЕ 2-Й СТЕПЕНИ ДИАГНОСТИРУЕТСЯ ПРИ ИМТ

- 1) 25,0 – 29,9 кг/м²,
- 2) 30,0 – 34,9 кг/м²,
- 3) 35,0 – 39,9 кг/м²,
- 4) 40 кг/м²

93. УТВЕРЖДЕНИЕ, ЧТО ИЗМЕРЕНИЕ АД С ПОМОЩЬЮ АВТОМАТИЧЕСКИХ И ПОЛУАВТОМАТИЧЕСКИХ ПРИБОРОВ ЯВЛЯЕТСЯ БОЛЕЕ ТОЧНЫМ

- 1) верно
- 2) неверно

94. ПАЛЬЦЕВОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРЯМОЙ КИШКИ ПРОВОДИТСЯ

- 1) с 18 лет
- 2) с 20 лет
- 3) с 25 лет
- 4) с 30 лет

5) с 35 лет

95. ОПРОСНИК РОУЗА ПРЕДНАЗНАЧЕН ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ

- 1) бронхиальной астмы
- 2) стенокардии напряжения
- 3) ХОБЛ
- 4) депрессии
- 5) нет правильного ответа

96. ВЗЯТИЕ МАЗКА НА АТИПИЧНЫЕ КЛЕТКИ ПРОВОДИТСЯ

- 1) с 18 лет
- 2) с 20 лет
- 3) с 25 лет
- 4) с 30 лет
- 5) с 35 лет

97. ИЗ ПЕРЕЧИСЛЕННЫХ ПРОДУКТОВ УКАЖИТЕ ДВА, РЕЖЕ ВСЕГО ВЫЗЫВАЮТ ПИЩЕВУЮ АЛЛЕРГИЮ

- 1) орехи, клубника
- 2) помидоры, мандарины
- 3) мясо, хлеб
- 4) рыба, креветки
- 5) мед, шоколад

98. СОГЛАСНО ОПРОСНИКУ РОУЗА, ДЛЯ СТЕНОКАРДИИ НАПРЯЖЕНИЯ ХАРАКТЕРНА ЛОКАЛИЗАЦИЯ БОЛИ

- 1) в левой половине грудной клетки
- 2) в левой руке
- 3) в левой половине грудной клетки и левой руке
- 4) в левую ключицу
- 5) нет правильного ответа

99. АКУШЕРКА СМОТРОВОГО КАБИНЕТА РАБОТАЕТ ПОД ОБЩИМ РУКОВОДСТВОМ

- 1) главного врача
- 2) старшей медицинской сестры отделения профилактики
- 3) заведующего отделением узких специалистов
- 4) заведующего отделением профилактики
- 5) нет правильного ответа

100. СОГЛАСНО ОПРОСНИКУ РОУЗА, ДЛЯ СТЕНОКАРДИИ НАПРЯЖЕНИЯ ХАРАКТЕРНА ЛОКАЛИЗАЦИЯ БОЛИ

- 1) за грудиной
- 2) в левой половине грудной клетки
- 3) в паху
- 4) в левой руке
- 5) в правом голеностопном суставе

8. ЭТАЛОНЫ ОТВЕТОВ НА ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. 3	2. 3	3. 2	4. 2	5. 2
6. 4	7. 4	8. 3	9. 5	10. 4
11. 3	12. 3	13. 3	14. 4	15. 5

16. 5	17. 4	18. 3	19. 2	20. 3
21. 3	22. 4	23. 3	24. 5	25. 1
26. 4	27. 5	28. 5	29. 4	30. 4
31. 2	32. 5	33. 1	34. 2	35. 5
36. 4	37. 1	38. 2	39. 5	40. 1
41. 4	42. 4	43. 5	44. 4	45. 4
46. 3	47. 1	48. 4	49. 4	50. 1
51. 1	52. 3	53. 3	54. 3	55. 3
56. 3	57. 5	58. 1	59. 4	60. 2
61. 3	62.1	63.2	64. 5	65. 4
66. 5	67.5	68. 2	69. 2	70. 2
71. 3	72. 1	73. 4	74. 3	75. 5
76. 2	77. 2	78. 3	79. 2	80. 2
81. 1	82. 2	83. 5	84. 5	85. 2
86. 2	87. 3	88. 3	89. 5	90. 5
91. 1	92. 3	93. 2	94. 4	95. 2
96. 1	97. 3	98. 3	99. 4	100.1

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе,
д.м.н., проф. _____ С.Ю. Никулина
« ____ » _____ 20__ г.

ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ

к рабочей программе цикла «Профилактика на популяционном уровне. Формирование здорового образа жизни»

для слушателей системы последиplomного образования
по специальностям «Терапия», «Общая врачебная практика»

всего часов: 72

на 2015 - 2016 учебный год.

Кафедра Поликлинической терапии, семейной медицины и ЗОЖ с курсом ПО

Дополнений и изменений нет.

Изменения утверждены на заседании кафедры: « ____ » _____ 2016 г. Протокол № ____

Заведующий

Кафедрой Поликлинической терапии,
семейной медицины и ЗОЖ с курсом ПО
д.м.н., профессор _____ Петрова М.М.

СОГЛАСОВАНО

Председатель методической
комиссии ИПО,
д.м.н., профессор _____ Емельянчик Е.Ю.
« ____ » _____ 2016 год

Декан ИПО _____

к.м.н., доцент _____ Юрьева Е.А.
« ____ » _____ 2016 год