

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**“Башкирский государственный медицинский университет”**

**Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Кафедра сестринского дела и паллиативной помощи

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РА-  
БОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ (СРО)**

Дисциплина: Организация профилактики и укрепления здоровья

Специальность: 34.04.01 – Управление сестринской деятельностью

Курс 2

Семестр 3

Уфа

Рецензенты:

Заведующий кафедрой управления сестринской деятельностью ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов Имени Патриса Лумумбы», д.м.н., профессор, И.В. Радыш.

Работодатель:

Президент Региональной общественной организации «Профессиональной ассоциации специалистов с высшим сестринским, средним медицинским и фармацевтическим образованием Республики Башкортостан» Э.Ю. Ахметшина.

Авторы: д.м.н., доцент Суфияров И.Ф., д.м.н профессор Низамутдинова Р.С.

Рабочая программа учебной дисциплины «Организация профилактики и укрепления здоровья» одобрена на заседании кафедры сестринского дела и паллиативной помощи от «30» октября 2025 г., протокол № 4

Утверждено на заседании № \_\_ кафедры сестринского дела и паллиативной помощи от \_\_\_\_\_ г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Занятие № 1.....	5
Теоретические основы профилактики. Концепция факторов риска и общественного здоровья.....	5
Занятие № 2.....	10
Нормативно-правовое регулирование профилактической деятельности в РФ.....	10
Занятие № 3.....	15
Система здравоохранения РФ и место в ней профилактической медицины.....	15
Занятие № 4.....	19
Организация здорового образа жизни. Роль питания и физической активности.....	19
Занятие № 5.....	23
Гигиеническое воспитание и обучение населения. Школы здоровья.....	23
Занятие № 6.....	27
Организация диспансеризации определенных групп взрослого населения.....	27
Занятие № 7.....	31
Организация профилактических медицинских осмотров.....	31
Занятие № 8.....	35
Диспансерное наблюдение пациентов с хроническими заболеваниями.....	35
Занятие № 9.....	39
Учетно-отчетная документация при проведении диспансеризации.....	39
Занятие № 10.....	43
Основы эпидемиологии. Противоэпидемические мероприятия в очаге инфекции.....	43
Занятие № 11.....	47
Организация иммунопрофилактики. Национальный календарь прививок.....	47
Занятие № 12.....	51
Организация прививочной работы. «Холодовая цепь».....	51
Занятие № 13.....	55
Профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (ИСМП).....	55
Занятие № 14.....	59
Профилактика болезней системы кровообращения. Организация кардиошкол.....	59
Занятие № 15.....	63
Профилактика сахарного диабета 2 типа.....	63
Занятие № 16.....	67
Профилактика злокачественных новообразований. Онкоскрининг.....	67
Занятие № 17.....	71
Профилактика хронических болезней органов дыхания. Борьба с табакокурением.....	71
Занятие № 18.....	75
Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата.....	75
Занятие № 19.....	79
Профилактика нарушений зрения и слуха.....	79
Занятие № 20.....	83
Профилактическая работа с детским и подростковым населением.....	83
Занятие № 21.....	87

Профилактика и укрепление здоровья в трудоспособном возрасте.....	87
Занятие № 22.....	91
Особенности работы с людьми пожилого и старческого возраста. Гериатрическая профилактика.....	91
Занятие № 23.....	95
Гендерные аспекты профилактики (репродуктивное здоровье).....	95
Занятие № 24.....	99
Профилактика стоматологических заболеваний.....	99
Занятие № 25.....	103
Стресс и его влияние на здоровье. Профилактика стресс-ассоциированных состояний.....	103
Занятие № 26.....	107
Профилактика зависимостей (алкоголизм, наркомания, табакокурение).....	107
Занятие № 27.....	111
Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников.....	111
Занятие № 28.....	115
Цифровые технологии в профилактической медицине. Телемедицина.....	115
Занятие № 29.....	119
Мобильное здравоохранение (mHealth) и электронные школы здоровья.....	119
Занятие № 30.....	123
Организация работы отделения (кабинета) медицинской профилактики.....	123
Занятие № 31.....	126
Управление сестринским персоналом в профилактической работе.....	126
Занятие № 32.....	130
Оценка эффективности профилактической деятельности.....	130
Занятие № 33-34.....	134
Контрольная работа № 1.....	134
Занятие № 35-36.....	139
Контрольная работа № 2.....	139
Занятие № 37-38.....	144
Контрольная работа № 3.....	144
Занятие № 39-40.....	149
Итоговое занятие.....	149

## Занятие № 1

### **Теоретические основы профилактики. Концепция факторов риска и общественного здоровья.**

**1. Актуальность темы.** В условиях современного здравоохранения приоритетное значение приобретает профилактическая медицина, направленная на сохранение и укрепление здоровья населения. Для руководителей сестринских служб понимание теоретических основ профилактики, классификации факторов риска и методов оценки общественного здоровья является фундаментом для организации эффективной профилактической работы в медицинской организации любого профиля. Грамотное планирование мероприятий первичной, вторичной и третичной профилактики позволяет снизить заболеваемость, инвалидизацию и смертность, а также оптимизировать затраты на здравоохранение.

**2. Учебные цели:** сформировать систему знаний о современных принципах профилактики, видах профилактики и роли факторов риска в развитии заболеваний, а также о роли специалиста с высшим сестринским образованием в этом процессе.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «профилактика». Каковы ее цели и задачи?
2. Охарактеризуйте три вида профилактики: первичную, вторичную, третичную. Приведите примеры каждого вида.
3. Что такое факторы риска? В чем отличие модифицируемых факторов от немодифицируемых?
4. Перечислите основные факторы риска развития неинфекционных заболеваний (НИЗ).

5. Дайте определение понятию «общественное здоровье». Какие факторы его определяют?
6. Какова роль специалиста с высшим сестринским образованием в организации профилактической работы?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с нормативными документами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Профилактика, направленная на предупреждение возникновения заболеваний и факторов риска, называется:
  - А) Первичной
  - Б) Вторичной
  - В) Третичной
  - Г) Четвертичной
2. К модифицируемым факторам риска НИЗ относится:
  - А) Возраст
  - Б) Пол
  - В) Курение
  - Г) Генетическая предрасположенность
3. Основная цель диспансеризации:
  - А) Лечение острых заболеваний
  - Б) Выдача больничных листов

В) Раннее выявление хронических заболеваний и факторов риска

Г) Проведение хирургических операций

4. К немодифицируемым факторам риска относится:

А) Нерациональное питание

Б) Низкая физическая активность

В) Наследственность

Г) Курение

5. Вторичная профилактика направлена на:

А) Устранение факторов риска

Б) Раннее выявление заболеваний и предупреждение осложнений

В) Реабилитацию пациентов с утраченными функциями

Г) Формирование здорового образа жизни

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте глоссарий основных терминов темы (профилактика, первичная профилактика, вторичная профилактика, третичная профилактика, факторы риска, модифицируемые факторы, немодифицируемые факторы, общественное здоровье).

2. Заполните таблицу «Виды профилактики и их характеристика»:

Вид профилакти-  
тики

Цель    Задачи    Примеры мероприятий

Первичная

Вторичная

Третичная

3. Проведите анализ факторов риска для гипотетического пациента (данные предоставляются преподавателем). Определите, какие факторы являются модифицируемыми, какие – немодифицируемыми.
4. Подготовьте краткое сообщение на тему «Роль сестринского персонала в реализации национальных проектов в сфере здравоохранения».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент А., 52 года, работает менеджером. Курит с 18 лет по 1 пачке в день. Имеет избыточную массу тела (рост 170 см, вес 95 кг). В течение последних 5 лет отмечает периодическое повышение артериального давления до 150/90 мм рт.ст., за медицинской помощью не обращался. Отец пациента умер в возрасте 58 лет от инфаркта миокарда.

1. Перечислите модифицируемые факторы риска у данного пациента.
2. Перечислите немодифицируемые факторы риска у данного пациента.
3. К какому виду профилактики относятся мероприятия, которые необходимо провести с этим пациентом? Ответ обоснуйте.
4. Составьте план первичной беседы с пациентом по коррекции выявленных факторов риска.

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий : учебное пособие / С. И. Двойников, Ю. А. Тарасова, И. А. Фомушкина, Э. О. Костюкова ; под ред. С. И. Двойникова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 10-45].

2. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела : учебник и практикум для вузов / под редакцией Г. И. Чувакова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 505 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-2900-3. [с. 120-150].

*Дополнительная:*

3. Амлаев, К. Р. (ред.). Общественное здоровье и здравоохранение : учебное пособие для студентов медицинских колледжей и факультетов высшего сестринского образования медицинских вузов: в 2 томах. - Ставрополь : СтГМУ, 2020. - Том 2. - 224 с. [с. 5-40].
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / В. А. Медик, В. И. Лисицин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 496 с. [с. 80-120].

## Занятие № 2

### Нормативно-правовое регулирование профилактической деятельности в РФ.

**1. Актуальность темы.** Эффективная организация профилактической работы невозможна без глубокого знания нормативно-правовой базы. Руководитель сестринской службы должен ориентироваться в федеральных законах, приказах Минздрава, национальных проектах и программах, регламентирующих профилактическую деятельность, чтобы правильно выстраивать работу подразделения и нести юридическую ответственность за ее результаты.

**2. Учебные цели:** сформировать знания основных нормативно-правовых документов, регулирующих профилактическую деятельность в РФ, и умения применять их в практической работе.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какие главы Федерального закона № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» посвящены профилактике?
2. Перечислите федеральные проекты, входящие в состав национального проекта «Здравоохранение».
3. Какова структура и основные направления Государственной программы РФ «Развитие здравоохранения»?
4. Какие приказы Минздрава РФ регламентируют порядок проведения диспансеризации и профилактических осмотров?
5. Что регулирует Федеральный закон № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»?

6. Какие статьи Трудового кодекса РФ касаются профилактики профессиональных заболеваний?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, работа с электронными справочно-правовыми системами.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Основопологающий закон в сфере охраны здоровья граждан в РФ:
  - А) Трудовой кодекс РФ
  - Б) ФЗ-323 «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
  - В) ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»
  - Г) ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»
2. Национальный проект, направленный на снижение смертности от болезней системы кровообращения:
  - А) «Демография»
  - Б) «Здравоохранение»
  - В) «Образование»
  - Г) «Экология»
3. Приказ Минздрава, регламентирующий порядок проведения диспансеризации взрослого населения:
  - А) № 404н
  - Б) № 572н
  - В) № 1177н
  - Г) № 1345н

4. Какой закон регулирует вопросы иммунопрофилактики?
- А) ФЗ-323
  - Б) ФЗ-157
  - В) ФЗ-52
  - Г) ФЗ-242
5. Какой федеральный проект направлен на борьбу с онкологическими заболеваниями?
- А) «Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями»
  - Б) «Борьба с онкологическими заболеваниями»
  - В) «Развитие детского здравоохранения»
  - Г) «Обеспечение медицинских организаций квалифицированными кадрами»

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте хронологическую таблицу основных нормативно-правовых актов, регулирующих профилактическую деятельность в РФ (с указанием номера документа, даты принятия и краткого содержания).
2. Найдите в Приказе Минздрава № 515н перечень обследований для женщин в возрасте 45 лет и выпишите их.
3. Изучите паспорт национального проекта «Здравоохранение» и выпишите целевые показатели федерального проекта «Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями».
4. Подготовьте сообщение на тему «Права и обязанности граждан в области иммунопрофилактики согласно ФЗ-157».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

В поликлинику обратилась пациентка 65 лет для прохождения диспансеризации. В регистратуре ей отказали, мотивируя тем, что диспансеризация проводится только до 60 лет.

1. Правомерны ли действия сотрудников регистратуры? Ответ обоснуйте ссылкой на конкретный нормативный документ.
2. В каком порядке проводится диспансеризация лиц старше трудоспособного возраста?
3. Какие обследования должна пройти пациентка согласно порядку диспансеризации для своей возрастной группы?
4. Куда следует обратиться пациентке в случае неправомерного отказа?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности : учебное пособие / под ред. С. Р. Бабаяна. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 50-120].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 20-60].

### *Дополнительная:*

3. Амлаев, К. Р. (ред.). Общие и частные вопросы медицинской профилактики : руководство. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 512 с. [с. 10-50].
4. Царик, Г. Н. (ред.). Здоровоохранение и общественное здоровье : учебник. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 912 с. [с. 200-250].

### *Нормативные документы:*

5. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 28.12.2024) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

6. Федеральный закон от 17.09.1998 № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней».
7. Приказ Минздрава России от 27.04.2021 № 404н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения».
8. Приказ Минздрава России от 28.09.2023 № 515н "О внесении изменений в порядок проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения...".
9. Приказ Минздрава России от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников...».
10. Паспорт национального проекта «Здравоохранение» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).

## Занятие № 3

### **Система здравоохранения РФ и место в ней профилактической медицины.**

**1. Актуальность темы.** Для эффективного управления профилактической работой необходимо четко представлять структуру системы здравоохранения РФ, уровни оказания медицинской помощи и то, как в эту структуру интегрированы профилактические службы (центры медицинской профилактики, отделения профилактики, кабинеты здорового ребенка и т.д.). Это позволяет руководителю сестринской службы выстраивать вертикальные и горизонтальные связи, взаимодействовать с другими учреждениями и ведомствами.

**2. Учебные цели:** сформировать целостное представление о структуре системы здравоохранения РФ и месте в ней профилактической медицины, а также о функциях различных подразделений, занимающихся профилактикой.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какова структура системы здравоохранения РФ (государственный, муниципальный и частный секторы)?
2. Перечислите уровни оказания медицинской помощи. Дайте их характеристику.
3. Какие организации осуществляют профилактическую деятельность в РФ?
4. Какова роль первичной медико-санитарной помощи (ПМСП) в реализации профилактических программ?
5. С какими ведомствами осуществляется межведомственное взаимодействие в вопросах профилактики?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, составление схем, работа с нормативными документами.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. К какому уровню оказания медицинской помощи относится поликлиника?
  - А) Первичная медико-санитарная помощь
  - Б) Специализированная помощь
  - В) Высокотехнологичная помощь
  - Г) Скорая помощь
  
2. Центр здоровья относится к учреждениям:
  - А) Лечебного профиля
  - Б) Профилактического профиля
  - В) Санаторно-курортного профиля
  - Г) Реабилитационного профиля
  
3. Какое подразделение отвечает за организацию диспансеризации в поликлинике?
  - А) Приемный покой
  - Б) Отделение профилактики
  - В) Хирургическое отделение
  - Г) Административно-хозяйственная часть
  
4. Кто осуществляет межведомственное взаимодействие по вопросам профилактики на уровне региона?
  - А) Только Министерство здравоохранения

- Б) Министерство здравоохранения во взаимодействии с Министерством образования, Министерством спорта и другими ведомствами
- В) Только Роспотребнадзор
- Г) Частные медицинские организации
5. Какие функции выполняет центр общественного здоровья?
- А) Координация профилактической работы в регионе
- Б) Проведение массовых профилактических акций
- В) Организационно-методическая поддержка отделений профилактики
- Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте структурную схему системы здравоохранения РФ с указанием уровней оказания медицинской помощи.
2. Заполните таблицу «Профилактические подразделения и их функции»:

Подразделение	Уровень (федеральный/ региональный/местный)	Основные функции
Центр медицинской профилактики		
Центр общественного здоровья		
Отделение медицинской профилактики		
Центр здоровья		
Кабинет здорового ребенка		

3. Опишите алгоритм направления пациента из поликлиники в центр здоровья для углубленного обследования.

4. Подготовьте сообщение на тему «Опыт межведомственного взаимодействия в сфере профилактики в вашем регионе».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 45 лет обратился в поликлинику с целью оценки функциональных резервов организма и получения рекомендаций по здоровому образу жизни.

1. В какое подразделение поликлиники или иное учреждение необходимо направить пациента?
2. Какие исследования могут быть проведены в центре здоровья?
3. Какие документы регламентируют деятельность центра здоровья?
4. Какие рекомендации могут быть даны пациенту по результатам обследования?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 30-80].
2. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела. - М.: Юрайт, 2025. - 505 с. [с. 80-110].

*Дополнительная:*

3. Царик, Г. Н. (ред.). Здоровоохранение и общественное здоровье. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 912 с. [с. 150-220].
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 496 с. [с. 200-280].

## Занятие № 4

### **Организация здорового образа жизни. Роль питания и физической активности.**

**1. Актуальность темы.** Формирование здорового образа жизни (ЗОЖ) является ключевым направлением государственной политики в области охраны здоровья. Медицинские сестры с высшим образованием играют ведущую роль в гигиеническом обучении и воспитании населения, организации школ здоровья и мотивировании пациентов к отказу от вредных привычек. Понимание принципов рационального питания и достаточной физической активности необходимо для грамотного консультирования пациентов всех возрастов.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о компонентах ЗОЖ и методах их популяризации среди населения, а также умения применять эти знания в управленческой и педагогической деятельности.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «здоровый образ жизни». Какова его структура?
2. Перечислите основные принципы рационального питания.
3. Какова роль двигательной активности в укреплении здоровья?
4. Что такое гиподинамия и чем она опасна?
5. Каковы рекомендации ВОЗ по физической активности для различных возрастных групп?
6. Как рассчитать индекс массы тела (ИМТ) и интерпретировать его значение?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, решение расчетных задач, разработка памяток для пациентов.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Основной источник энергии, который должен составлять основу рациона:
  - А) Жиры
  - Б) Белки
  - В) Углеводы
  - Г) Алкоголь
2. Минимальная рекомендуемая ВОЗ физическая активность для взрослых в неделю:
  - А) 50 минут
  - Б) 150 минут умеренной активности
  - В) 300 минут интенсивной активности
  - Г) 500 минут любой активности
3. Индекс массы тела (ИМТ) рассчитывается как:
  - А) Вес (кг) / Рост (м)
  - Б) Вес (кг) / Рост<sup>2</sup> (м<sup>2</sup>)
  - В) Рост (м) / Вес (кг)
  - Г) Вес (кг) × Рост (м)
4. Значение ИМТ  $\geq 30$  кг/м<sup>2</sup> соответствует:
  - А) Дефициту массы тела
  - Б) Нормальной массе тела

В) Избыточной массе тела (предожирению)

Г) Ожирению

5. Какая окружность талии у женщин считается фактором риска метаболических нарушений?

А) Менее 60 см

Б) 70-75 см

В) 80-84 см

Г) Более 88 см

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Рассчитайте свой ИМТ и дайте его оценку. При наличии отклонений составьте план по их коррекции.

2. Заполните таблицу «Продукты питания и их влияние на здоровье»:

Группа продуктов	Полезные свойства	Возможный вред при избыточном потребле
------------------	-------------------	--

Овощи и фрукты		
----------------	--	--

Мясо и рыба		
-------------	--	--

Молочные продукты		
-------------------	--	--

Зерновые продукты		
-------------------	--	--

Жиры и масла		
--------------	--	--

Сладости		
----------	--	--

3. Разработайте памятку для пациента с избыточной массой тела «10 шагов к здоровому питанию».

4. Составьте комплекс простейших физических упражнений для офисных работников (на 10-15 минут).

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациентка Н., 48 лет, рост 162 см, вес 88 кг, окружность талии 94 см. Работает бухгалтером, ведет малоподвижный образ жизни. Питается нерегулярно, часто употребляет фастфуд, сладкие газированные напитки. За медицинской помощью обращается редко.

1. Рассчитайте ИМТ пациентки и дайте его оценку.
2. Оцените риск для здоровья по окружности талии.
3. Составьте примерное меню на один день с учетом принципов рационального питания.
4. Какие рекомендации по повышению физической активности вы дадите пациентке с учетом ее профессии?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 100-180].
2. Обуховец, Т. П. Теория и практика сестринского дела : учебник. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2024. - 378 с. [с. 200-240].

*Дополнительная:*

3. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии : учебник для вузов / отв. ред. Н. Г. Петрова. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 300-350].

4. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2025. - 379 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-17449-6. [с. 80-150].

## Занятие № 5

### Гигиеническое воспитание и обучение населения. Школы здоровья.

**1. Актуальность темы.** Гигиеническое воспитание населения является важнейшим компонентом первичной профилактики. От умения медицинского персонала доступно и убедительно донести информацию о здоровом образе жизни, факторах риска и методах профилактики зависит приверженность пациентов к выполнению рекомендаций. Организация школ здоровья для пациентов с различными заболеваниями – одна из ключевых компетенций руководителя сестринской службы.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о методах и формах гигиенического воспитания, а также практические навыки организации и проведения занятий в школах здоровья.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «гигиеническое воспитание». Каковы его цели, задачи и принципы?
2. Перечислите и охарактеризуйте формы гигиенического воспитания (индивидуальные, групповые, массовые).
3. Какие методы гигиенического воспитания используются в работе медицинской сестры?
4. Что такое школы здоровья? С какой целью они создаются?
5. Перечислите виды школ здоровья для пациентов с различными заболеваниями.
6. Как организуется работа школы здоровья? Какая документация ведется?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, разработка планов занятий, создание наглядных материалов.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Что относится к индивидуальным формам гигиенического воспитания?
  - А) Лекция в школе
  - Б) Беседа с пациентом на приеме
  - В) Выступление по телевидению
  - Г) Выпуск санитарного бюллетеня
  
2. Основная цель школы здоровья для пациентов:
  - А) Постановка диагноза
  - Б) Назначение лечения
  - В) Повышение информированности и обучение самоконтролю
  - Г) Проведение хирургических операций
  
3. Кто обычно проводит занятия в школах здоровья?
  - А) Только врачи
  - Б) Только медицинские сестры
  - В) Специально обученные медицинские работники (врачи и медсестры)
  - Г) Административный персонал
  
4. Какой метод гигиенического воспитания считается наиболее эффективным для закрепления навыков?
  - А) Лекция
  - Б) Беседа

В) Практическое занятие (тренинг)

Г) Просмотр видеофильма

5. Какая документация ведется в школе здоровья?

А) Журнал учета занятий

Б) Медицинская карта пациента

В) Листок нетрудоспособности

Г) Направление на госпитализацию

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте сравнительную таблицу форм гигиенического воспитания:

Форма	Характеристика	Преимущества	Недостатки
-------	----------------	--------------	------------

Индивидуальная

Групповая

Массовая

2. Разработайте план-конспект одного занятия для школы артериальной гипертонии (тема: «Правила измерения артериального давления и ведение дневника самоконтроля»).

3. Создайте макет памятки для пациентов с сахарным диабетом по уходу за ногами.

4. Подготовьте анкету для оценки знаний пациентов после занятий в школе здоровья.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

В поликлинике планируется открытие школы для пациентов с бронхиальной астмой. Заведующий отделением профилактики поручил вам, как медицинской сестре с высшим образованием, разработать программу школы.

1. Определите цели и задачи школы для пациентов с бронхиальной астмой.
2. Составьте тематический план занятий (не менее 5 занятий).
3. Опишите, какое оснащение необходимо для проведения занятий.
4. Разработайте критерии оценки эффективности работы школы.

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 180-220].
2. Обуховец, Т. П. Теория и практика сестринского дела. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2024. - 378 с. [с. 150-190].

### *Дополнительная:*

3. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 350-400].
4. Джорджикия, Р. К. и др. Менеджмент в сестринском деле: учебно-методическое пособие. - Казань : КГМУ, 2020. - 24 с. [с. 15-20].

## Занятие № 6

### **Организация диспансеризации определенных групп взрослого населения.**

**1. Актуальность темы.** Диспансеризация является основным методом активно-динамического наблюдения за здоровьем населения и раннего выявления заболеваний. Для руководителя сестринской службы знание нормативной базы, этапов проведения диспансеризации, порядка формирования групп здоровья и учетно-отчетной документации является обязательным условием для эффективной организации работы отделения (кабинета) медицинской профилактики и контроля качества.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о нормативно-правовой базе и этапах проведения диспансеризации, а также умения организовывать этот процесс в медицинской организации.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «диспансеризация». Каковы ее цели и задачи?
2. Какие нормативно-правовые акты регламентируют порядок проведения диспансеризации?
3. Охарактеризуйте этапы диспансеризации взрослого населения.
4. Каков объем обследований в зависимости от возраста и пола?
5. Перечислите группы здоровья и дайте их характеристику.
6. Как организуется работа отделения (кабинета) медицинской профилактики?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, работа с учетными формами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. С какой периодичностью проводится диспансеризация взрослого населения?
  - А) Ежегодно
  - Б) 1 раз в 2 года
  - В) 1 раз в 3 года для лиц от 18 до 39 лет, ежегодно для лиц 40 лет и старше
  - Г) 1 раз в 5 лет
  
2. Сколько этапов включает в себя диспансеризация?
  - А) Один
  - Б) Два
  - В) Три
  - Г) Четыре
  
3. Какая группа здоровья присваивается пациенту с установленным хроническим неинфекционным заболеванием, требующим диспансерного наблюдения?
  - А) I группа здоровья
  - Б) II группа здоровья
  - В) IIIа группа здоровья
  - Г) Группа диспансерного наблюдения
  
4. Какое исследование входит в обязательный объем диспансеризации для женщин старше 40 лет?
  - А) Спирометрия

- Б) Маммография
- В) Колоноскопия
- Г) Эзофагогастродуоденоскопия

5. Кто координирует проведение диспансеризации в поликлинике?

- А) Главный врач
- Б) Заведующий отделением профилактики
- В) Заведующий терапевтическим отделением
- Г) Старшая медицинская сестра поликлиники

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите Приказ Минздрава № 515н и составьте алгоритм проведения диспансеризации для мужчины 45 лет.

2. Заполните таблицу «Объем обследований при диспансеризации по возрастным группам»:

Возрастная группа	Осмотр врачами	Лабораторные исследования	Инструментальные исследования
18-39 лет			
40-64 года			
65 лет и старше			

3. Ознакомьтесь с формой № 131/у «Карта учета диспансеризации» и выпишите основные разделы.

4. Подготовьте сообщение на тему «Роль медицинской сестры в организации и проведении диспансеризации».

### **\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 42 года прошел первый этап диспансеризации. Выявлен повышенный уровень глюкозы крови (7,2 ммоль/л), повышенный уровень холестерина (6,8 ммоль/л), АД 145/90 мм рт.ст. Курит, имеет избыточную массу тела (ИМТ 29 кг/м<sup>2</sup>).

1. К какой группе здоровья будет предварительно отнесен пациент?
2. Каковы дальнейшие действия медицинской сестры отделения профилактики?
3. Какие обследования входят во второй этап диспансеризации при подозрении на сахарный диабет?
4. Составьте план беседы с пациентом по коррекции выявленных факторов риска.

### **8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 200-250].
2. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 200-280].

*Дополнительная:*

3. Приказ Минздрава России от 27.04.2021 № 404н (ред. от 28.09.2023 № 515н).
4. Гусева, С. Диспансеризация. Как подготовить медсестер и организовать работу отделения профилактики // Главная медицинская сестра. - 2024. - N 10. - С. 92-107.

## Занятие № 7

### Организация профилактических медицинских осмотров.

**1. Актуальность темы.** Профилактические медицинские осмотры (предварительные и периодические) являются важным инструментом первичной профилактики, особенно для работающего населения. Они позволяют своевременно выявлять профессиональные заболевания, общие заболевания, препятствующие продолжению работы, а также факторы риска. Руководитель сестринской службы должен знать порядок организации осмотров, состав врачебной комиссии, перечень необходимых исследований и требования к оформлению заключительного акта.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о порядке проведения предварительных и периодических медицинских осмотров, а также умения организовывать этот процесс.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. С какой целью проводятся предварительные медицинские осмотры?
2. Каковы цели и периодичность проведения периодических медицинских осмотров?
3. Что относится к вредным и опасным производственным факторам?
4. Каков состав врачебной комиссии при проведении периодических осмотров?
5. Что такое заключительный акт и какие сведения он содержит?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. С какой целью проводятся предварительные медицинские осмотры?
  - А) Для лечения имеющихся заболеваний
  - Б) Для определения соответствия состояния здоровья работника поручаемой работе
  - В) Для диспансерного наблюдения
  - Г) Для оформления санаторно-курортной карты
  
2. С какой периодичностью проводятся периодические медицинские осмотры?
  - А) Ежегодно
  - Б) 1 раз в 2 года
  - В) 1 раз в 3 года
  - Г) В зависимости от вида вредных факторов, но не реже 1 раза в 2 года
  
3. Кем выдается направление на периодический медицинский осмотр?
  - А) Страховой компанией
  - Б) Работодателем
  - В) Территориальным органом Роспотребнадзора
  - Г) Поликлиникой по месту жительства
  
4. На основании какого документа формируется список контингента для прохождения периодического осмотра?
  - А) Приказа Минздрава
  - Б) Трудового кодекса
  - В) Результатов специальной оценки условий труда
  - Г) Желания работника

5. Какой документ оформляется по завершении периодического медицинского осмотра?
- А) Листок нетрудоспособности
  - Б) Заключительный акт
  - В) Санаторно-курортная карта
  - Г) Выписка из медицинской карты

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите Приказ Минздрава № 29н и выпишите перечень вредных факторов, при наличии которых проводятся обязательные периодические осмотры.
2. Составьте алгоритм организации периодического медицинского осмотра для предприятия с численностью 500 человек.
3. Заполните таблицу «Состав врачебной комиссии в зависимости от вредных факторов»:

Вредный фактор	Врачи-специалисты	Лабораторные исследования	Инструментальные исследования
----------------	-------------------	---------------------------	-------------------------------

Шум

Химический

Вибрация

Физические перегрузки

4. Подготовьте проект заключительного акта по результатам периодического медицинского осмотра.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

На предприятии с вредными условиями труда (повышенный уровень шума, работа с химическими веществами) планируется проведение периодического медицинского осмотра 200 работников.

1. Каких врачей-специалистов необходимо включить в состав комиссии?
2. Какие лабораторные и инструментальные исследования обязательны для работников, контактирующих с шумом?
3. Какие лабораторные и инструментальные исследования обязательны для работников, контактирующих с химическими веществами?
4. Кто подписывает заключительный акт и в какие сроки он направляется работодателю?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 200-250].
2. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 280-320].

### *Дополнительная:*

3. Хабриев, Р. У. Новые нормы труда в поликлиниках. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 144 с.
4. Шипова, В. М. Средние и младшие медицинские работники: нормативы численности, методики расчетов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 240 с.
5. Приказ Минздрава России от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников...».

## Занятие № 8

### Диспансерное наблюдение пациентов с хроническими заболеваниями.

**1. Актуальность темы.** Диспансерное наблюдение является ключевым элементом вторичной профилактики. Оно позволяет контролировать течение хронического заболевания, своевременно выявлять обострения и осложнения, корректировать терапию и предотвращать неблагоприятные исходы. Для руководителя сестринской службы важны знания о порядке организации диспансерного наблюдения, кратности осмотров, объемах обследований и роли медицинской сестры в этом процессе.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о порядке диспансерного наблюдения пациентов с хроническими неинфекционными заболеваниями и роли сестринского персонала.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «диспансерное наблюдение». Каковы его цели и задачи?
2. Какие группы пациентов подлежат диспансерному наблюдению?
3. Каков порядок постановки и снятия с диспансерного учета?
4. Какова кратность наблюдения врачами-специалистами при различных заболеваниях?
5. Какова роль участковой медицинской сестры в организации диспансерного наблюдения?
6. По каким критериям оценивается эффективность диспансерного наблюдения?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, работа с учетными формами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Как часто проводится диспансерный осмотр пациентов с артериальной гипертонией I стадии?
  - А) 1 раз в год
  - Б) 2 раза в год
  - В) 4 раза в год
  - Г) По требованию пациента
  
2. Какой документ заполняется на каждого пациента, состоящего под диспансерным наблюдением?
  - А) Статистический талон
  - Б) Контрольная карта диспансерного наблюдения (форма 030/у)
  - В) Листок нетрудоспособности
  - Г) Направление на госпитализацию
  
3. Кто осуществляет активное приглашение пациентов на диспансерный осмотр?
  - А) Врач
  - Б) Медицинская сестра
  - В) Регистратор
  - Г) Заведующий отделением
  
4. С какой целью проводится диспансерное наблюдение?
  - А) Для оформления инвалидности

- Б) Для обеспечения лекарствами
  - В) Для предупреждения обострений и осложнений заболеваний
  - Г) Для статистического учета
5. Как часто проводится диспансерное наблюдение пациентов, перенесших острый инфаркт миокарда, в первый год?
- А) 1 раз в год
  - Б) 2 раза в год
  - В) 4 раза в год
  - Г) Ежемесячно

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите форму № 030/у «Контрольная карта диспансерного наблюдения» и опишите ее структуру.
2. Заполните таблицу «Кратность диспансерного наблюдения при хронических заболеваниях»:

Нозология	Кратность осмотров	Объем обследований	Критерии эффективности
Артериальная гипертония			
Сахарный диабет 2 типа			
ХОБЛ			
Язвенная болезнь желудка			

3. Составьте годовой план диспансерного наблюдения для пациента с гипертонической болезнью (с указанием сроков явки и необходимых обследований).
4. Разработайте памятку для пациента, состоящего на диспансерном учете, «Правила подготовки к диспансерному осмотру».

### **\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 60 лет, страдает сахарным диабетом 2 типа средней тяжести в течение 5 лет, состоит на диспансерном учете у эндокринолога. За последний год отметил ухудшение зрения, появление отеков на ногах к вечеру.

1. Какова рекомендуемая кратность осмотров эндокринолога для данного пациента?
2. Какие исследования необходимо провести при диспансерном осмотре для оценки состояния пациента?
3. На какие осложнения сахарного диабета могут указывать жалобы пациента?
4. Как оценить эффективность диспансерного наблюдения за данным пациентом?

### **8. Литература:**

*Основная:*

1. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 100-200].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 250-300].

*Дополнительная:*

3. Приказ Минздрава России от 27.04.2021 № 404н (ред. от 28.09.2023 № 515н).

4. Клинические рекомендации (протоколы лечения) по соответствующим нозологиям.

## Занятие № 9

### Учетно-отчетная документация при проведении диспансеризации.

**1. Актуальность темы.** Правильное и своевременное ведение учетно-отчетной документации является неотъемлемой частью работы любого медицинского подразделения. От качества заполнения документов зависит достоверность статистических данных, на основе которых планируются профилактические мероприятия и оценивается их эффективность. Руководитель сестринской службы обязан контролировать ведение документации средним медицинским персоналом.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о формах учетно-отчетной документации, используемой при диспансеризации, и умения контролировать ее ведение.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какие формы первичной медицинской документации используются при проведении диспансеризации?
2. Каковы правила заполнения "Карты учета диспансеризации" (форма № 131/у)?
3. Какова структура "Паспорта здоровья" (форма № 030-П/у)?
4. Какие отчетные формы используются для анализа профилактической работы?
5. Как осуществляется интеграция данных о диспансеризации в ЕГИСЗ?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учетных форм, работа с документацией, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

### **6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какая учетная форма заполняется на каждого гражданина, прошедшего диспансеризацию?
  - А) Форма № 025/у (медицинская карта)
  - Б) Форма № 131/у (карта учета диспансеризации)
  - В) Форма № 030/у (контрольная карта)
  - Г) Форма № 057/у (направление на госпитализацию)
  
2. Какой документ выдается гражданину по результатам диспансеризации?
  - А) Санаторно-курортная карта
  - Б) Выписка из истории болезни
  - В) Паспорт здоровья
  - Г) Листок нетрудоспособности
  
3. Куда вносятся результаты диспансеризации в электронном виде?
  - А) В локальный компьютер медсестры
  - Б) В Единую государственную информационную систему в сфере здравоохранения (ЕГИСЗ)
  - В) В базу данных страховой компании
  - Г) Никуда не вносятся
  
4. На основании каких данных формируется отчет по форме № 12?
  - А) Табелей учета рабочего времени
  - Б) Первичной медицинской документации
  - В) Бухгалтерских отчетов
  - Г) Журналов выдачи справок
  
5. Кто несет ответственность за достоверность внесенных в медицинскую документацию сведений?
  - А) Только врач

- Б) Только медицинская сестра
- В) Медицинский работник, заполнивший документ
- Г) Заведующий отделением

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Найдите в сети Интернет или получите у преподавателя бланк формы № 131/у и заполните его на основе следующих данных:
  - Пациент: Иванов Иван Иванович, 45 лет
  - Прошел первый этап диспансеризации
  - Выявлено: АД 135/85 мм рт.ст., холестерин 5,2 ммоль/л, глюкоза 5,1 ммоль/л
  - Группа здоровья: II
  - Рекомендовано: наблюдение в центре здоровья
2. Составьте перечень основных разделов "Паспорта здоровья" и кратко опишите содержание каждого раздела.
3. Изучите структуру отчетной формы № 12 и выпишите показатели, характеризующие профилактическую работу.
4. Подготовьте сообщение на тему «Электронная медицинская карта: преимущества и проблемы внедрения».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Представлена заполненная форма № 131/у со следующими ошибками: не указана группа здоровья, неверно вписан диагноз (указан код, не соответствующий МКБ-10), отсутствует подпись врача, не заполнен раздел о рекомендациях.

1. Найдите и перечислите все ошибки в заполнении документа.

2. Каковы возможные последствия неправильного заполнения учетной документации?
3. Какие меры должен предпринять руководитель сестринской службы для предотвращения подобных ошибок?
4. Составьте алгоритм контроля качества заполнения документации медицинскими сестрами.

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 300-350, приведены образцы локальных актов].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 250-280].

### *Дополнительная:*

3. Приказ Минздрава России от 15.12.2014 № 834н «Об утверждении унифицированных форм медицинской документации...».
4. Методические рекомендации по заполнению учетной формы № 131/у (актуальная редакция Минздрава РФ).

## Занятие № 10

### **Основы эпидемиологии. Противоэпидемические мероприятия в очаге инфекции.**

**1. Актуальность темы.** Инфекционные заболевания продолжают представлять серьезную угрозу для здоровья населения. Медицинские работники должны владеть основами эпидемиологии, знать механизмы передачи инфекций и уметь организовывать противоэпидемические мероприятия в очаге. Это особенно важно в условиях возможных вспышек и эпидемий.

**2. Учебные цели:** сформировать знания об эпидемическом процессе и умения организовывать первичные противоэпидемические мероприятия.

**3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «эпидемический процесс». Назовите его звенья.
2. Как классифицируются инфекционные болезни по механизму передачи?
3. Какие противоэпидемические мероприятия проводятся в очаге инфекции?
4. Что такое дезинфекция, дезинсекция, дератизация? Каковы их виды и методы?
5. Что такое экстренное извещение (форма № 058/у) и каков порядок его подачи?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с нормативными документами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какое звено является основным в эпидемическом процессе?
  - А) Источник инфекции
  - Б) Механизм передачи
  - В) Восприимчивый организм
  - Г) Факторы окружающей среды
  
2. К воздушно-капельным инфекциям относится:
  - А) Дизентерия
  - Б) Грипп
  - В) ВИЧ-инфекция
  - Г) Сифилис
  
3. Какой метод дезинфекции относится к физическим?
  - А) Орошение хлорсодержащим раствором
  - Б) Кипячение
  - В) Протирание спиртом
  - Г) Замачивание в перекиси водорода
  
4. В какие сроки подается экстренное извещение об инфекционном заболевании?
  - А) В течение 12 часов
  - Б) В течение 24 часов
  - В) В течение 3 дней
  - Г) В течение недели
  
5. Кто подлежит изоляции при выявлении инфекционного заболевания?
  - А) Только больной
  - Б) Больной и все контактные лица
  - В) Только лица с клиническими проявлениями
  - Г) Только дети

### **\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте схему «Звенья эпидемического процесса» с примерами мероприятий, направленных на каждое звено.
2. Заполните таблицу «Классификация инфекционных заболеваний по механизму передачи»:

Механизм пере- дачи	Пути пере- дачи	Примеры заболе- ваний	Профилактические ме- роприятия
------------------------	--------------------	--------------------------	-----------------------------------

Воздушно-  
капельный

Фекально-ораль-  
ный

Трансмиссивный

Контактный

Вертикальный

3. Изучите форму № 058/у «Экстренное извещение» и заполните ее на условного пациента с диагнозом "корь".
4. Составьте алгоритм действий медицинской сестры при выявлении пациента с подозрением на особо опасную инфекцию.

### **\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

В поликлинике выявлен пациент с подозрением на дифтерию. Пациент обратился с жалобами на боль в горле, повышение температуры до 38,5°C, при осмотре – налеты на миндалинах сероватого цвета.

1. Каковы ваши действия как медицинской сестры?
2. Какие противоэпидемические мероприятия необходимо провести в очаге?
3. На кого и в какие сроки подается экстренное извещение?
4. Какие мероприятия проводятся с контактными лицами?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел по инфекционной безопасности].
2. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела. - М.: Юрайт, 2025. - 505 с. [с. 300-350].

### *Дополнительная:*

3. СанПиН 3.3686-21 "Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней".
4. Покровский, В. И. (ред.) Эпидемиология и инфекционные болезни. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 496 с.

## Занятие № 11

### **Организация иммунопрофилактики. Национальный календарь прививок.**

**1. Актуальность темы.** Иммунопрофилактика является наиболее эффективным способом борьбы с вакциноуправляемыми инфекциями. Организация прививочной работы – одна из важнейших задач медицинских организаций. Руководитель сестринской службы должен знать национальный календарь прививок, порядок планирования и учета вакцинации, а также правовые аспекты этой работы.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о Национальном календаре профилактических прививок и принципах организации иммунопрофилактики.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «иммунопрофилактика». Каково ее значение?
2. Какие правовые акты регулируют вопросы иммунопрофилактики в РФ?
3. Какова структура Национального календаря профилактических прививок?
4. Что такое календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям?
5. Какие существуют медицинские противопоказания к вакцинации?
6. Как оформляется информированное добровольное согласие и отказ от прививок?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, работа с календарем прививок, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Основной закон, регулирующий вопросы иммунопрофилактики в РФ:
  - А) ФЗ-323
  - Б) ФЗ-157
  - В) ФЗ-52
  - Г) Трудовой кодекс
  
2. Какая прививка проводится новорожденному в первые 24 часа жизни?
  - А) АКДС
  - Б) БЦЖ
  - В) Против гепатита В
  - Г) Против полиомиелита
  
3. Какая прививка проводится в 3 месяца?
  - А) БЦЖ
  - Б) АКДС, против полиомиелита, против гемофильной инфекции
  - В) Против кори
  - Г) Против гриппа
  
4. Является ли легкое ОРВИ с температурой до 37,5°C абсолютным противопоказанием к вакцинации?
  - А) Да, всегда
  - Б) Нет, это временное противопоказание до выздоровления
  - В) Можно прививать, несмотря на температуру
  - Г) Решается индивидуально в каждом случае

5. Каковы последствия отсутствия профилактических прививок для граждан?
- А) Запрет на выезд в страны, где пребывание требует прививок
  - Б) Отказ в приеме на работу, связанную с высоким риском инфекционных заболеваний
  - В) Отстранение от работы во время эпидемий
  - Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте таблицу «Национальный календарь профилактических прививок»:

Возраст	Наименование прививки	Вакцина (примеры)	Кратность
---------	-----------------------	-------------------	-----------

Новорожденные			
---------------	--	--	--

1 месяц			
---------	--	--	--

2 месяца			
----------	--	--	--

3 месяца			
----------	--	--	--

4,5 месяца			
------------	--	--	--

6 месяцев			
-----------	--	--	--

12 месяцев			
------------	--	--	--

и т.д.			
--------	--	--	--

2. Перечислите медицинские противопоказания к вакцинации (постоянные и временные).
3. Составьте алгоритм беседы с родителями, сомневающимися в необходимости вакцинации ребенка.

4. Разработайте форму информированного добровольного согласия на вакцинацию.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Ребенку 6 месяцев, мать отказывается от проведения вакцинации АКДС, мотивируя это тем, что "прививки вредны" и "у знакомых был тяжелый поствакцинальный период".

1. Ваши действия как медицинской сестры?
2. Какие аргументы вы приведете в беседе с матерью?
3. Каким документом оформляется отказ от вакцинации?
4. Каковы последствия отказа от прививок для ребенка?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с.
2. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела. - М.: Юрайт, 2025. - 505 с. [с. 350-380].

*Дополнительная:*

3. Федеральный закон от 17.09.1998 № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней».
4. Приказ Минздрава РФ (актуальный) «Об утверждении Национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям».

5. СП 3.3.2367-08 «Организация иммунопрофилактики инфекционных болезней».

## Занятие № 12

### Организация прививочной работы. «Холодовая цепь».

**1. Актуальность темы.** Качество и эффективность вакцинации напрямую зависят от соблюдения правил транспортировки и хранения иммунобиологических препаратов – так называемой «холодовой цепи». Нарушение температурного режима приводит к порче вакцин и бесполезности прививок. Медицинские сестры являются ключевыми исполнителями, обеспечивающими соблюдение «холодовой цепи» на всех этапах.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о системе «холодовой цепи» и практические навыки организации хранения и транспортировки вакцин.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Что такое «холодовая цепь»? Каково ее значение?
2. Сколько уровней имеет «холодовая цепь»? Дайте их характеристику.
3. Каковы требования к транспортировке и хранению иммунобиологических препаратов?
4. Какое оборудование используется для обеспечения «холодовой цепи»?
5. Как осуществляется мониторинг температурного режима?
6. Каков порядок действий при нарушении «холодовой цепи»?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## 6. Задания для самостоятельной работы:

### \*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \*

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Что такое "холодовая цепь"?
  - А) Система закаливания организма
  - Б) Система транспортировки и хранения вакцин в оптимальном температурном режиме
  - В) Метод лечения простудных заболеваний
  - Г) Вид физиотерапии
2. Какой температурный режим требуется для хранения большинства вакцин?
  - А)  $-18^{\circ}\text{C}$  ...  $-24^{\circ}\text{C}$
  - Б)  $+2^{\circ}\text{C}$  ...  $+8^{\circ}\text{C}$
  - В)  $+10^{\circ}\text{C}$  ...  $+15^{\circ}\text{C}$
  - Г) Комнатная температура
3. Где в холодильнике следует хранить вакцины?
  - А) На дверце
  - Б) На верхней полке
  - В) На средней полке, вдали от морозильной камеры и дверцы
  - Г) В морозильной камере
4. Как часто необходимо регистрировать температуру в холодильнике для хранения вакцин?
  - А) 1 раз в день
  - Б) 2 раза в день
  - В) 1 раз в неделю
  - Г) 1 раз в месяц
5. Что необходимо сделать при обнаружении нарушения температурного режима хранения вакцин?

- А) Продолжить использовать вакцину
- Б) Пометить вакцину "брак" и хранить отдельно до выяснения
- В) Выбросить вакцину в мусорное ведро
- Г) Ничего не делать

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте схему «Уровни холодовой цепи» с указанием ответственности на каждом уровне.
2. Опишите правила размещения вакцин в холодильнике (схематично).
3. Разработайте памятку «Действия медицинской сестры при отключении электроэнергии в холодильнике с вакцинами».
4. Заполните журнал учета температуры холодильника на неделю (условно).

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

При утренней проверке температуры в холодильнике медицинская сестра обнаружила, что температура составляет  $+10^{\circ}\text{C}$ . Выяснилось, что ночью было отключение электроэнергии на 4 часа.

1. Каковы возможные причины повышения температуры?
2. Ваши действия как медицинской сестры.
3. Как поступить с вакцинами, находившимися в холодильнике?
4. Какую отчетность необходимо оформить?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с.
2. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела. - М.: Юрайт, 2025. - 505 с. [с. 380-400].

*Дополнительная:*

3. Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.3.2.3332-16 «Условия транспортирования и хранения иммунобиологических лекарственных препаратов».
4. Методические рекомендации Минздрава РФ по обеспечению "холодовой цепи".

## Занятие № 13

### **Профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (ИСМП).**

**1. Актуальность темы.** Инфекции, связанные с оказанием медицинской помощи (ИСМП), являются серьезной проблемой безопасности пациентов и медицинского персонала. Профилактика ИСМП – одно из приоритетных направлений деятельности любой медицинской организации. Руководитель сестринской службы отвечает за организацию и контроль соблюдения санитарно-противоэпидемического режима.

**2. Учебные цели:** сформировать знания об ИСМП и мерах их профилактики, а также умения организовывать и контролировать выполнение санитарно-эпидемиологических требований.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение ИСМП. В чем заключается актуальность проблемы?
2. Каковы основные возбудители ИСМП?
3. Назовите источники, механизмы и пути передачи ИСМП.
4. Какие мероприятия входят в систему профилактики ИСМП?
5. Каковы методы дезинфекции и стерилизации в медицинской организации?
6. Как осуществляется профилактика профессионального заражения медицинского персонала?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какая инфекция относится к ИСМП?
  - А) Грипп, приобретенный в транспорте
  - Б) Послеоперационная гнойная инфекция
  - В) Пищевое отравление дома
  - Г) Детские инфекции в школе
  
2. Какой метод дезинфекции относится к химическим?
  - А) Кипячение
  - Б) Обработка раствором хлорамина
  - В) Ультразвуковая обработка
  - Г) Прокаливание
  
3. Какова цель предстерилизационной очистки?
  - А) Уничтожение всех микроорганизмов
  - Б) Удаление белковых, жировых и механических загрязнений
  - В) Уничтожение патогенных микроорганизмов
  - Г) Уничтожение спор
  
4. Какой режим стерилизации является паровым (автоклавирование)?
  - А) Сухой жар 180°C
  - Б) Насыщенный пар под давлением 132°C
  - В) Окись этилена
  - Г) Гамма-излучение
  
5. Что входит в постконтактную профилактику ВИЧ-инфекции при аварийной ситуации?

- А) Прием антиретровирусных препаратов
- Б) Обработка раны спиртом
- В) Введение вакцины
- Г) Прием антибиотиков

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте таблицу «Методы дезинфекции и стерилизации»:

Метод	Вид (физический/химический)	Режимы	Применение
Кипячение			
Автоклавирование			
Сухожаровой шкаф			
Химическая дезинфекция			
УФ-облучение			

2. Опишите алгоритм действий медицинской сестры при аварийной ситуации (порез перчатки, укол иглой).
3. Составьте памятку для медицинского персонала «Профилактика профессионального заражения ВИЧ-инфекцией».
4. Изучите требования СанПиН к обработке рук медицинского персонала и составьте алгоритм гигиенической обработки рук.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

При проведении инъекции медицинская сестра укололась иглой, использованной для забора крови у ВИЧ-инфицированного пациента.

1. Каковы немедленные действия медсестры?
2. Куда и в какие сроки необходимо сообщить о случившемся?
3. В чем заключается постконтактная профилактика и в какие сроки она должна быть начата?
4. Какая документация оформляется при аварийной ситуации?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел по ИСМП].
2. Обуховец, Т. П. Теория и практика сестринского дела. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2024. - 378 с. [с. 300-340].

### *Дополнительная:*

3. СанПиН 3.3686-21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней» (Глава по профилактике ИСМП).
4. ОСТ 42-21-2-85 «Стерилизация и дезинфекция изделий медицинского назначения. Методы, средства и режимы».
5. Методические рекомендации Минздрава РФ по постконтактной профилактике ВИЧ-инфекции.

## Занятие № 14

### Профилактика болезней системы кровообращения. Организация кардиошкол.

**1. Актуальность темы.** Болезни системы кровообращения (БСК) занимают первое место среди причин смертности и инвалидизации населения в РФ. Профилактика БСК является приоритетным направлением национального проекта «Здравоохранение». Организация кардиошкол и обучение пациентов с артериальной гипертонией, ишемической болезнью сердца – важнейшая задача сестринского персонала.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска, методах профилактики БСК и умения организовывать школы для пациентов кардиологического профиля.

#### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какова медико-социальная значимость болезней системы кровообращения?
2. Перечислите факторы риска БСК (модифицируемые и немодифицируемые).
3. Что такое шкала SCORE и для чего она используется?
4. Каковы меры первичной профилактики БСК?
5. Что включает в себя вторичная профилактика БСК?
6. Как организуются школы для пациентов с артериальной гипертонией?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какой уровень АД считается нормальным?
  - А) Менее 120/80 мм рт.ст.
  - Б) 130-139/85-89 мм рт.ст.
  - В) 140-159/90-99 мм рт.ст.
  - Г) Более 160/100 мм рт.ст.
  
2. Какое значение общего холестерина считается целевым для лиц с высоким сердечно-сосудистым риском?
  - А) Менее 5,0 ммоль/л
  - Б) Менее 4,5 ммоль/л
  - В) Менее 4,0 ммоль/л
  - Г) Менее 3,0 ммоль/л
  
3. К немодифицируемым факторам риска БСК относится:
  - А) Курение
  - Б) Возраст
  - В) Нерациональное питание
  - Г) Гиподинамия
  
4. Что входит в понятие «средиземноморской диеты», рекомендуемой для профилактики БСК?
  - А) Много красного мяса
  - Б) Много рыбы, овощей, оливкового масла
  - В) Много сливочного масла
  - Г) Много сладостей

5. Какова цель школы для пациентов с артериальной гипертонией?

- А) Назначение нового лекарства
- Б) Обучение самоконтролю АД и коррекции образа жизни
- В) Проведение массажа
- Г) Лечение в стационаре

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Рассчитайте сердечно-сосудистый риск по шкале SCORE для пациента 55 лет, курящего, с АД 150/95 мм рт.ст., общим холестерином 6,8 ммоль/л (используйте шкалу, предоставленную преподавателем или найденную в интернете).
2. Составьте памятку для пациента с артериальной гипертонией «Правила измерения артериального давления».
3. Разработайте план одного занятия кардишколы на тему «Питание при гипертонии».
4. Подготовьте список продуктов, рекомендуемых и не рекомендуемых при артериальной гипертонии.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Мужчина 55 лет, курит, АД 150/95 мм рт.ст., общий холестерин 6,8 ммоль/л.

Отец умер в 58 лет от инфаркта миокарда.

1. Рассчитайте сердечно-сосудистый риск (используя шкалу SCORE).
2. Дайте рекомендации по изменению образа жизни.
3. Определите цели лечения (целевой уровень АД, холестерина).
4. Какие медикаментозные препараты могут быть рекомендованы врачом?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 200-280].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 300-350].

### *Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации «Артериальная гипертензия у взрослых» (Минздрав РФ, актуальная редакция).
4. Клинические рекомендации «Стабильная ишемическая болезнь сердца».
5. Шальнова, С. А. и др. Школа здоровья для пациентов с артериальной гипертензией : руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 240 с.

## Занятие № 15

### Профилактика сахарного диабета 2 типа.

**1. Актуальность темы.** Сахарный диабет (СД) 2 типа приобрел характер эпидемии. Это заболевание приводит к тяжелым сосудистым осложнениям, инвалидизации и преждевременной смерти. Профилактика СД 2 типа включает как первичные мероприятия (коррекция образа жизни), так и вторичные (своевременное выявление и лечение). Важную роль в обучении пациентов самоконтролю играют медицинские сестры.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска и методах профилактики сахарного диабета 2 типа, а также умения организовывать школы диабета.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какова распространенность и медико-социальная значимость сахарного диабета 2 типа?
2. Перечислите факторы риска развития СД 2 типа.
3. Какие методы скрининга используются для выявления СД 2 типа?
4. Что включает в себя первичная профилактика СД 2 типа?
5. Что включает в себя вторичная профилактика СД 2 типа?
6. Какова роль медицинской сестры в обучении пациентов с диабетом?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какой уровень глюкозы натощак позволяет заподозрить сахарный диабет?
  - А) 5,0 ммоль/л
  - Б) 6,1 ммоль/л и выше
  - В) 7,0 ммоль/л и выше
  - Г) 8,0 ммоль/л и выше
2. Какое состояние называется предиабетом?
  - А) Нарушение толерантности к глюкозе
  - Б) Гликозилированный гемоглобин 6,0%
  - В) Глюкоза натощак 5,5 ммоль/л
  - Г) Глюкоза после еды 6,0 ммоль/л
3. Основной немодифицируемый фактор риска СД 2 типа:
  - А) Ожирение
  - Б) Наследственность
  - В) Курение
  - Г) Гиподинамия
4. Что рекомендовано для профилактики диабетической стопы?
  - А) Ношение тесной обуви
  - Б) Ежедневный осмотр стоп
  - В) Парить ноги в горячей воде
  - Г) Ходить босиком
5. Каков целевой уровень гликозилированного гемоглобина (HbA1c) для большинства пациентов с диабетом?
  - А) Менее 6,5%
  - Б) Менее 7,5%

В) Менее 8,5%

Г) Менее 9,0%

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте памятку для пациента с факторами риска диабета «10 шагов для профилактики сахарного диабета».
2. Разработайте план занятия школы диабета на тему «Уход за ногами при сахарном диабете».
3. Опишите технику определения глюкозы в крови с помощью глюкометра (в виде алгоритма).
4. Составьте список продуктов, разрешенных и запрещенных при сахарном диабете.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 58 лет, избыточная масса тела (ИМТ 32 кг/м<sup>2</sup>), наследственность по диабету отягощена (мать болела диабетом). Глюкоза натощак 6,4 ммоль/л.

1. Каков ваш предварительный диагноз?
2. Какие рекомендации по изменению образа жизни вы дадите?
3. К каким специалистам и для каких исследований следует направить пациента?
4. Через какой срок необходимо повторить исследование глюкозы крови?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 280-320].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 350-380].

*Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации «Сахарный диабет 2 типа у взрослых» (Минздрав РФ, актуальная редакция).
4. Алгоритмы специализированной медицинской помощи больным сахарным диабетом (под ред. И.И. Дедова, М.В. Шестаковой, актуальный выпуск).
5. Школа здоровья для пациентов с сахарным диабетом : руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа.

## Занятие № 16

### **Профилактика злокачественных новообразований. Онкоскрининг.**

**1. Актуальность темы.** Злокачественные новообразования (ЗНО) занимают второе место в структуре смертности населения РФ. Успех лечения онкологических заболеваний напрямую зависит от стадии, на которой они выявлены. Раннее выявление ЗНО (скрининг) является важнейшей задачей первичного звена здравоохранения. Медицинские сестры играют ключевую роль в информировании населения и организации скрининговых программ.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска онкологических заболеваний, методах скрининга и организации онкопрофилактической работы.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какова эпидемиология и медико-социальная значимость злокачественных новообразований?
2. Перечислите факторы риска развития ЗНО.
3. Каковы принципы раннего выявления ЗНО?
4. Какие скрининговые программы существуют в РФ?
5. Что такое онкологическая настороженность? Каковы симптомы «красных флагов»?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какая локализация рака наиболее распространена среди мужчин в РФ?
  - А) Рак легкого
  - Б) Рак желудка
  - В) Рак предстательной железы
  - Г) Рак кожи
  
2. Какой метод скрининга используется для раннего выявления рака молочной железы?
  - А) Флюорография
  - Б) Маммография
  - В) Кольпоскопия
  - Г) Гастроскопия
  
3. Как часто рекомендуется проводить маммографию женщинам старше 40 лет?
  - А) Ежегодно
  - Б) 1 раз в 2 года
  - В) 1 раз в 3 года
  - Г) 1 раз в 5 лет
  
4. Для скрининга колоректального рака используется:
  - А) Анализ крови на ПСА
  - Б) Анализ кала на скрытую кровь
  - В) Анализ мочи по Нечипоренко
  - Г) Биохимический анализ крови
  
5. Что означает понятие «онкологическая настороженность»?
  - А) Страх перед онкологическими заболеваниями
  - Б) Знание симптомов ЗНО и внимательное отношение к их выявлению

В) Отказ от работы с онкобольными

Г) Обязательное лечение всех предраковых заболеваний

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Заполните таблицу «Скрининговые программы в РФ»:

Локализация рака	Метод скрининга	Кратность	Целевая группа
------------------	-----------------	-----------	----------------

Рак молочной железы

Рак шейки матки

Колоректальный рак

Рак предстательной железы

Рак легкого

2. Составьте памятку для женщин «Методика самообследования молочных желез».

3. Перечислите симптомы «красных флагов» при различных локализациях рака.

4. Разработайте план беседы с населением о важности прохождения скрининговых программ.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 65 лет жалуется на изменение характера стула в течение последних 2 месяцев (чередование запоров и поносов), иногда отмечает прожилки крови в кале. Отмечает слабость, снижение веса за последние полгода на 5 кг. Ранее к врачу не обращался.

1. Какие симптомы являются «красными флагами»?

2. На какие обследования необходимо направить пациента?
3. К каким специалистам следует направить пациента?
4. Сформулируйте рекомендации для пациента.

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 320-360].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 380-420].

### *Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации (протоколы лечения) по различным локализациям ЗНО.
4. Приказ Минздрава РФ о порядке проведения диспансеризации (в части онко-скрининга).
5. Материалы ВОЗ и Минздрава РФ по раннему выявлению рака.

## Занятие № 17

### **Профилактика хронических болезней органов дыхания. Борьба с табакокурением.**

**1. Актуальность темы.** Хронические болезни органов дыхания, такие как хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) и бронхиальная астма, широко распространены и приводят к стойкой утрате трудоспособности. Основным фактором риска ХОБЛ является курение табака. Борьба с табакокурением – важнейшее направление профилактики, в котором медицинские сестры могут играть активную роль.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска и методах профилактики хронических болезней органов дыхания, а также навыки проведения мотивационного консультирования по отказу от курения.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Какова распространенность ХОБЛ и ее основные факторы риска?
2. Каковы факторы риска бронхиальной астмы?
3. Что включает в себя первичная профилактика ХОБЛ и бронхиальной астмы?
4. Что включает в себя вторичная профилактика этих заболеваний?
5. Как оценить статус курения (индекс пачка/лет, тест Фагерстрема)?
6. В чем заключается мотивационное консультирование по отказу от курения?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Основной фактор риска ХОБЛ:
  - А) Инфекции
  - Б) Курение
  - В) Переохлаждение
  - Г) Аллергены
  
2. Какой прибор используется для самоконтроля при бронхиальной астме?
  - А) Тонومتر
  - Б) Глюкометр
  - В) Пикфлоуметр
  - Г) Термометр
  
3. Что означает индекс пачка/лет?
  - А) Количество выкуренных сигарет за день
  - Б) Стаж курения в годах
  - В) Показатель, оценивающий интенсивность и длительность курения
  - Г) Возраст начала курения
  
4. Какой метод относится к немедикаментозной помощи при отказе от курения?
  - А) Никотинзаместительная терапия
  - Б) Мотивационное консультирование
  - В) Антидепрессанты
  - Г) Варениклин
  
5. Для профилактики приступов бронхиальной астмы важно:
  - А) Исключить контакт с аллергеном

Б) Регулярно принимать базисную терапию

В) Проводить пикфлоуметрию

Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Рассчитайте индекс пачка/лет для курильщика, который курит 1,5 пачки в день в течение 20 лет.
2. Заполните таблицу «Методы оценки статуса курения»:

Метод	Что оценивает	Интерпретация
Индекс пачка/лет		
Тест Фагерстрема		

3. Опишите технику пикфлоуметрии и правила ведения дневника пикфлоуметрии.
4. Разработайте памятку для пациента с бронхиальной астмой «Правила использования дозированного ингалятора».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 50 лет, курит с 20 лет по 1,5 пачки в день. Обратился с жалобами на кашель по утрам с небольшим количеством мокроты, одышку при подъеме на 3-й этаж.

1. Рассчитайте индекс пачка/лет.
2. Оцените риск наличия ХОБЛ.
3. Проведите краткое мотивационное консультирование по отказу от курения (напишите текст беседы).

4. Какие методы лекарственной поддержки при отказе от курения существуют?

## **8. Литература:**

*Основная:*

1. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 150-200].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 420-450].

*Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации «Хроническая обструктивная болезнь легких» (Минздрав РФ).
4. Клинические рекомендации «Бронхиальная астма» (Минздрав РФ).
5. Методические рекомендации по лечению табачной зависимости (Минздрав РФ).

## Занятие № 18

### Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата.

**1. Актуальность темы.** Заболевания опорно-двигательного аппарата (ОДА), такие как остеоартроз, остеопороз, остеохондроз, являются одной из частых причин боли, ограничения подвижности и снижения качества жизни, особенно у лиц старшего возраста. Профилактика этих заболеваний включает как общие мероприятия (физическая активность, питание), так и специфические (профилактика падений, прием кальция и витамина D).

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска и методах профилактики основных заболеваний опорно-двигательного аппарата.

**3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение остеопороза. Каковы его факторы риска?
2. Каковы меры профилактики остеопороза?
3. Дайте определение остеоартроза. Каковы его факторы риска?
4. Каковы меры профилактики остеоартроза?
5. Каковы факторы риска остеохондроза и его профилактика?
6. Как осуществляется профилактика падений у лиц пожилого возраста?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Основной элемент питания для профилактики остеопороза:
  - А) Железо
  - Б) Йод
  - В) Кальций
  - Г) Магний
2. Какой витамин необходим для усвоения кальция?
  - А) Витамин А
  - Б) Витамин С
  - В) Витамин D
  - Г) Витамин Е
3. Основной модифицируемый фактор риска остеоартроза коленных суставов:
  - А) Возраст
  - Б) Женский пол
  - В) Избыточная масса тела
  - Г) Наследственность
4. Какая физическая активность наиболее полезна для профилактики остеопороза?
  - А) Плавание
  - Б) Ходьба с утяжелением
  - В) Йога
  - Г) Велосипед
5. Что входит в профилактику падений у пожилых?
  - А) Убрать ковры и провода с пола
  - Б) Установить поручни в ванной

В) Использовать нескользящую обувь

Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте список продуктов, богатых кальцием.
2. Разработайте памятку для пожилого пациента по профилактике падений дома.
3. Составьте комплекс простейших упражнений для профилактики остеохондроза (для офисных работников).
4. Заполните таблицу «Факторы риска и профилактика заболеваний ОДА»:

Заболевание	Факторы риска	Меры профилактики
-------------	---------------	-------------------

Остеопороз

Остеоартроз

Остеохондроз

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Женщина 68 лет, менопауза 20 лет, низкая физическая активность, питание с низким содержанием молочных продуктов. Рост 158 см, вес 52 кг. Курит.

1. Оцените риск развития остеопороза.
2. Какие рекомендации по питанию и образу жизни вы дадите?
3. Какие обследования рекомендованы для уточнения диагноза?
4. Какие меры профилактики падений следует рекомендовать пациентке?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 450-480].
2. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 360-380].

*Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации «Остеопороз» (Минздрав РФ).
4. Клинические рекомендации «Остеоартроз» (Минздрав РФ).
5. Методические пособия по ЛФК и эргономике.

## Занятие № 19

### Профилактика нарушений зрения и слуха.

**1. Актуальность темы.** Нарушения зрения и слуха значительно снижают качество жизни, ограничивают трудоспособность и социальную активность, особенно у лиц пожилого возраста. Многие заболевания органов чувств можно предотвратить или выявить на ранней стадии, когда лечение наиболее эффективно. Медицинские сестры должны владеть информацией о факторах риска и методах профилактики этих нарушений.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска и методах профилактики основных нарушений зрения и слуха.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Перечислите основные причины нарушений зрения.
2. Каковы факторы риска нарушений зрения?
3. Каковы меры профилактики нарушений зрения?
4. Перечислите основные причины нарушений слуха.
5. Каковы меры профилактики нарушений слуха?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какое заболевание глаз является основной причиной слепоты в мире?
  - А) Катаракта
  - Б) Глаукома
  - В) Макулярная дегенерация
  - Г) Диабетическая ретинопатия
  
2. Основной фактор риска развития глаукомы:
  - А) Длительная работа за компьютером
  - Б) Повышенное внутриглазное давление
  - В) Травмы глаза
  - Г) Курение
  
3. Какая возрастная группа наиболее подвержена возрастной тугоухости?
  - А) Дети
  - Б) Лица молодого возраста
  - В) Лица старше 60 лет
  - Г) Подростки
  
4. Какое лекарственное средство может обладать ототоксическим действием?
  - А) Парацетамол
  - Б) Аминогликозидные антибиотики
  - В) Аскорбиновая кислота
  - Г) Активированный уголь
  
5. Что рекомендуется для защиты слуха на шумном производстве?
  - А) Громкая музыка
  - Б) Использование берушей или наушников
  - В) Частое прослушивание аудиокниг
  - Г) Ничего не делать

### **\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Разработайте памятку по гигиене зрения для офисных работников (правило 20-20-20, гимнастика для глаз).
2. Составьте список ототоксичных лекарственных препаратов.
3. Опишите комплекс упражнений для снятия зрительного утомления.
4. Заполните таблицу «Профилактика нарушений зрения и слуха»:

Орган чувств	Заболевание	Факторы риска	Меры профилактики
--------------	-------------	---------------	-------------------

Зрение

Слух

### **\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Работник шумного производства (работа с отбойным молотком) жалуется на снижение слуха, шум в ушах. Стаж работы 15 лет.

1. Каковы возможные причины снижения слуха?
2. Какие средства индивидуальной защиты слуха вы порекомендуете?
3. Каковы рекомендации по профилактике дальнейшего снижения слуха?
4. К какому специалисту следует направить работника?

## **8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 480-500].

- Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 380-400].

*Дополнительная:*

- Клинические рекомендации по офтальмологии (глаукома, ВМД, диабетическая ретинопатия).
- Клинические рекомендации по оториноларингологии (нейросенсорная тугоухость).
- Санитарные нормы шума на рабочих местах.

## Занятие № 20

### **Профилактическая работа с детским и подростковым населением.**

**1. Актуальность темы.** Здоровье взрослого населения во многом закладывается в детском и подростковом возрасте. Профилактическая работа с детьми включает наблюдение за физическим и нервно-психическим развитием, вакцинопрофилактику, раннее выявление заболеваний, формирование здоровых привычек. Медицинские сестры играют ключевую роль в школах, детских садах и поликлиниках.

**2. Учебные цели:** сформировать знания об особенностях профилактической работы с детским и подростковым населением.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Перечислите периоды детского возраста и дайте их характеристику.
2. Какова периодичность профилактических осмотров детей декретированных возрастов?
3. Как оценивается физическое развитие детей (центильные таблицы)?
4. Как оценивается нервно-психическое развитие детей?
5. Каковы меры профилактики нарушений осанки и плоскостопия у детей?
6. Что такое «школьно-обусловленные заболевания» и какова их профилактика?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с нормативными документами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Как часто проводятся профилактические осмотры детей в возрасте 1 года?
  - А) Ежемесячно
  - Б) Ежеквартально
  - В) Ежегодно
  - Г) По эпидпоказаниям
  
2. Для оценки физического развития детей используются:
  - А) Таблицы роста и веса взрослых
  - Б) Центильные таблицы
  - В) Данные спортивных нормативов
  - Г) Субъективная оценка врача
  
3. Что такое «школьно-обусловленные заболевания»?
  - А) Инфекционные болезни, передающиеся в школе
  - Б) Заболевания, связанные с учебной нагрузкой и организацией учебного процесса
  - В) Травмы, полученные в школе
  - Г) Аллергические реакции на школьную пыль
  
4. Какая прививка проводится детям в 1 год?
  - А) АКДС
  - Б) Против кори, краснухи, паротита
  - В) БЦЖ
  - Г) Против гепатита В
  
5. Для профилактики плоскостопия у детей рекомендуется:
  - А) Ношение обуви на плоской подошве
  - Б) Ходьба босиком по неровным поверхностям

В) Постоянное ношение ортопедической обуви

Г) Ограничение подвижности

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите Приказ Минздрава РФ о порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров и составьте график профилактических осмотров для ребенка первого года жизни.
2. Используя центильные таблицы, оцените физическое развитие ребенка 5 лет с ростом 108 см и весом 19 кг.
3. Составьте памятку для родителей «Профилактика нарушений осанки у школьников».
4. Разработайте комплекс упражнений для профилактики плоскостопия для детей дошкольного возраста.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Ребенок 7 лет поступает в первый класс. При медицинском осмотре выявлено: рост 115 см, вес 22 кг, осанка нарушена (сутулость), плоскостопие.

1. Оцените физическое развитие ребенка (используйте центильные таблицы).
2. Какой номер парты (мебели) необходим ребенку согласно росту?
3. Какие рекомендации по организации рабочего места дома вы дадите родителям?
4. Какие упражнения для профилактики нарушений осанки порекомендуете?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Кучма, В. Р. Гигиена детей и подростков : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 512 с.
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел по педиатрии].

*Дополнительная:*

3. Приказ Минздрава РФ о порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров.
4. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

## Занятие № 21

### Профилактика и укрепление здоровья в трудоспособном возрасте.

**1. Актуальность темы.** Трудоспособное население является основой экономики страны. Сохранение здоровья работающих граждан – важная государственная задача. Профилактическая работа на этом этапе включает как общие мероприятия (диспансеризация, медосмотры), так и специфические – корпоративные программы укрепления здоровья на рабочем месте.

**2. Учебные цели:** сформировать знания об особенностях профилактики заболеваний у лиц трудоспособного возраста и умения разрабатывать корпоративные программы укрепления здоровья.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Каковы особенности состояния здоровья лиц трудоспособного возраста?
2. Перечислите основные факторы риска для трудоспособного населения.
3. Как организуются диспансеризация и профилактические осмотры работающего населения?
4. Что такое профессиональные заболевания и какова их профилактика?
5. Что такое корпоративные программы укрепления здоровья (wellness-программы)?
6. Какие элементы могут включать корпоративные программы?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с нормативными документами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какие заболевания являются основной причиной смертности в трудоспособном возрасте?
  - А) Инфекционные
  - Б) Сердечно-сосудистые
  - В) Онкологические
  - Г) Травмы и отравления
  
2. Что такое профессиональное заболевание?
  - А) Любое заболевание, возникшее на работе
  - Б) Заболевание, вызванное воздействием неблагоприятных производственных факторов
  - В) Заболевание, полученное в результате травмы на производстве
  - Г) Хроническое заболевание, выявленное при медосмотре
  
3. Какова цель корпоративных программ укрепления здоровья?
  - А) Снижение заболеваемости сотрудников
  - Б) Повышение производительности труда
  - В) Улучшение психологического климата в коллективе
  - Г) Все вышеперечисленное
  
4. Что может входить в корпоративную программу по здоровому питанию?
  - А) Организация буфета со здоровой едой
  - Б) Проведение лекций о питании
  - В) Обеспечение чистой питьевой водой
  - Г) Все вышеперечисленное

5. Какой фактор риска наиболее актуален для офисных работников?

- А) Гиподинамия
- Б) Повышенный уровень шума
- В) Вибрация
- Г) Химические вещества

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Проведите анализ основных профессиональных заболеваний для различных профессий (заполните таблицу):

Профессия	Вредный фактор	Профессиональное заболевание	Профилактика
Шахтер			
Строитель			
Офисный работник			
Музыкант			
Химик			

2. Разработайте проект корпоративной программы укрепления здоровья для офисных сотрудников (укажите цели, задачи, мероприятия, ожидаемые результаты).

3. Составьте анкету для выявления основных проблем со здоровьем в коллективе.

4. Подготовьте памятку «Как снизить риск гиподинамии на рабочем месте».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Руководство крупной IT-компании обратилось к вам как к специалисту по профилактике с просьбой разработать программу укрепления здоровья сотрудников. Основные проблемы: высокая заболеваемость ОРВИ, жалобы на боли в спине, усталость глаз, стресс.

1. Предложите основные направления корпоративной программы с учетом выявленных проблем.
2. Какие мероприятия по профилактике гиподинамии вы включите в программу?
3. Какие мероприятия по профилактике стресса вы предложите?
4. Как оценить эффективность реализованной программы?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с.
2. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с.

### *Дополнительная:*

3. Измеров, Н. Ф. (ред.). Профессиональная патология : национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. - 784 с.
4. Методические рекомендации ВОЗ по созданию здоровых рабочих мест.
5. Приказ Минздрава № 29н о медосмотрах.

## Занятие № 22

### **Особенности работы с людьми пожилого и старческого возраста. Гериатрическая профилактика.**

**1. Актуальность темы.** Доля пожилого населения в мире и в РФ неуклонно растет. Люди старшего возраста имеют свои особенности: множественную хроническую патологию (полиморбидность), снижение функциональных резервов, риск падений, когнитивные нарушения. Профилактическая работа с этой группой требует особого подхода и направлена на сохранение активного долголетия и качества жизни.

**2. Учебные цели:** сформировать знания об особенностях гериатрической профилактики и умения применять их в работе с пожилыми людьми.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Что такое демографическое старение? Каковы его тенденции?
2. Какова возрастная классификация ВОЗ?
3. Каковы особенности течения заболеваний у пожилых?
4. Перечислите основные гериатрические синдромы.
5. Как осуществляется профилактика падений и переломов у пожилых?
6. Как осуществляется профилактика когнитивных нарушений и деменции?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. К какому возрасту ВОЗ относит людей к «пожилым»?
  - А) 45-59 лет
  - Б) 60-74 года
  - В) 75-89 лет
  - Г) 90 лет и старше
  
2. Что такое «полиморбидность»?
  - А) Наличие одного заболевания
  - Б) Наличие нескольких заболеваний одновременно у одного пациента
  - В) Отсутствие заболеваний
  - Г) Легкое течение болезни
  
3. Основной гериатрический синдром, ведущий к инвалидизации:
  - А) Старческая астения
  - Б) Артериальная гипертония
  - В) Сахарный диабет
  - Г) Остеоартроз
  
4. Для профилактики падений в доме пожилого человека рекомендуется:
  - А) Убрать ковры и пороги
  - Б) Установить поручни в ванной и туалете
  - В) Обеспечить достаточное освещение
  - Г) Все вышеперечисленное
  
5. Какая физическая активность наиболее полезна для пожилых?
  - А) Бег на длинные дистанции
  - Б) Силовые тренировки с большими весами

В) Ходьба, плавание, ЛФК на равновесие

Г) Спортивная гимнастика

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите опросник «Возраст не помеха» для скрининга старческой астении. Проведите самодиагностику или опрос родственника пожилого возраста.

2. Заполните таблицу «Гериатрические синдромы и их профилактика»:

Синдром	Проявления	Факторы риска	Меры профилактики
---------	------------	---------------	-------------------

Старческая астения

Саркопения

Мальнутриция

Когнитивные нарушения

Риск падений

3. Разработайте памятку для пожилого человека «Безопасный дом: как предотвратить падения».

4. Составьте перечень продуктов, рекомендуемых для профилактики мальнутриции у пожилых.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациентка 78 лет проживает одна. Отмечает похудание за последние полгода на 5 кг, снижение силы в руках (трудно открывать банки), выходит из дома только в сопровождении, так как боится упасть. Принимает 5 препаратов по поводу гипертонии и остеоартроза.

1. Какие гериатрические синдромы можно заподозрить?
2. Проведите скрининг на старческую астению (какие вопросы вы зададите?).
3. Какие рекомендации по организации безопасного быта вы дадите?
4. Какие рекомендации по питанию вы дадите?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Ткачева, О. Н. (ред.). Гериатрия : национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 832 с.
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел по геронтологии].

### *Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации «Старческая астения» (Минздрав РФ).
4. Методические рекомендации Минтруда РФ по организации системы длительного ухода.

## Занятие № 23

### Гендерные аспекты профилактики (репродуктивное здоровье).

**1. Актуальность темы.** Профилактика нарушений репродуктивного здоровья включает широкий спектр мероприятий, направленных на сохранение способности к деторождению, профилактику инфекций, передаваемых половым путем (ИППП), планирование семьи, профилактику аборт и онкологических заболеваний репродуктивной системы. Медицинские сестры играют важную роль в консультировании и просвещении по этим вопросам.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о мероприятиях по профилактике нарушений репродуктивного здоровья у мужчин и женщин.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «репродуктивное здоровье». Каковы факторы риска его нарушений?
2. Каковы меры профилактики нарушений репродуктивного здоровья у женщин?
3. Каковы меры профилактики нарушений репродуктивного здоровья у мужчин?
4. Какие методы контрацепции существуют и какова их эффективность?
5. Что такое бесплодие и каковы его факторы риска?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Для скрининга рака шейки матки используется:
  - А) Мазок на онкоцитологию (ПАП-тест)
  - Б) Анализ крови на ХГЧ
  - В) Кольпоскопия
  - Г) УЗИ органов малого таза
  
2. Какой метод контрацепции наиболее эффективен для профилактики ИППП?
  - А) Оральные контрацептивы
  - Б) ВМС
  - В) Презервативы
  - Г) Прерванный половой акт
  
3. С какой целью рекомендуется самообследование яичек у мужчин?
  - А) Для гигиенических целей
  - Б) Для раннего выявления рака яичка
  - В) Для повышения потенции
  - Г) Для профилактики простатита
  
4. Что относится к факторам риска бесплодия?
  - А) ИППП
  - Б) Курение
  - В) Возраст старше 35 лет (для женщин)
  - Г) Все вышеперечисленное
  
5. Какова оптимальная периодичность осмотра гинеколога для здоровой женщины?
  - А) 1 раз в 5 лет
  - Б) 1 раз в год

В) 1 раз в 3 года

Г) Только при появлении жалоб

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Заполните таблицу «Методы контрацепции»:

Метод	Механизм действия	Эффективность	Преимущества	Недостатки	Защита от ИППП
Барьерные (презервативы)					
Гормональные (оральные)					
ВМС					
Химические (спермициды)					
Естественные методы					

2. Составьте памятку по самообследованию молочных желез для женщин.

3. Разработайте план беседы с подростками о профилактике ИППП.

4. Подготовьте список обследований, которые рекомендуется пройти супружеской паре при планировании беременности.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Молодая пара (женщина 28 лет, мужчина 30 лет) планирует беременность.

Обратились за консультацией к медицинской сестре.

1. Какие обследования рекомендуется пройти женщине до беременности?
2. Какие обследования рекомендуется пройти мужчине?
3. Какие рекомендации по образу жизни вы дадите обоим партнерам (питание, вредные привычки, физическая активность)?
4. За сколько времени до планируемой беременности рекомендуется начать прием фолиевой кислоты?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Радзинский, В. Е. (ред.). Гинекология : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 1008 с.
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел по репродуктивному здоровью].

### *Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации по ведению пациентов с ИППП.
4. Приказ Минздрава РФ о порядке использования вспомогательных репродуктивных технологий.
5. Материалы ВОЗ по контрацепции и репродуктивному здоровью.

## Занятие № 24

### Профилактика стоматологических заболеваний.

**1. Актуальность темы.** Стоматологические заболевания (кариес, болезни пародонта) являются одними из самых распространенных в мире. Они не только вызывают боль и дискомфорт, но и могут влиять на общее состояние организма. Профилактика стоматологических заболеваний включает гигиену полости рта, правильное питание, фторирование, регулярные осмотры стоматолога. Медицинские сестры могут проводить санитарно-просветительную работу по уходу за зубами.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска и методах профилактики основных стоматологических заболеваний.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Назовите основные стоматологические заболевания и их факторы риска.
2. Какова роль индивидуальной гигиены полости рта в профилактике?
3. Какие средства гигиены полости рта существуют?
4. Какова роль питания в профилактике кариеса?
5. Какие методы фторпрофилактики существуют?
6. Какова роль профессиональной гигиены и регулярных осмотров стоматолога?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с клиническими рекомендациями, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Основной фактор риска развития кариеса:
  - А) Недостаток фтора
  - Б) Избыток сахара в питании
  - В) Плохая гигиена полости рта
  - Г) Все вышеперечисленное
  
2. Как часто рекомендуется менять зубную щетку?
  - А) 1 раз в год
  - Б) 1 раз в 3-4 месяца
  - В) 1 раз в месяц
  - Г) 1 раз в неделю
  
3. Какова минимальная рекомендуемая продолжительность чистки зубов?
  - А) 30 секунд
  - Б) 1 минута
  - В) 2 минуты
  - Г) 5 минут
  
4. Для очистки межзубных промежутков предназначены:
  - А) Зубная щетка
  - Б) Зубная нить (флосс)
  - В) Зубная паста
  - Г) Ополаскиватель
  
5. С какого возраста рекомендуется начинать чистить зубы ребенку?
  - А) С рождения
  - Б) С появлением первого зуба

В) С 1 года

Г) С 3 лет

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Опишите правильную технику чистки зубов (метод Басс) в виде алгоритма.
2. Составьте памятку для родителей «Уход за зубами ребенка от 0 до 3 лет».
3. Заполните таблицу «Средства гигиены полости рта»:

Средство	Назначение	Правила применения
Зубная щетка		
Зубная паста		
Зубная нить		
Ирригатор		
Ополаскиватель		
Жевательная резинка		

4. Разработайте список продуктов, полезных и вредных для здоровья зубов.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Молодая мама спрашивает, как ухаживать за первыми зубами ребенка (1 год 2 месяца). Ребенок пьет сладкий чай из бутылочки на ночь, ест много сладостей в течение дня.

1. Какие средства гигиены вы порекомендуете для ребенка этого возраста?
2. Как часто и как нужно чистить зубы?

3. Какие рекомендации по питанию вы дадите?
4. Нужно ли посещать стоматолога и с какой периодичностью?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Кузьмина, Э. М. Профилактика стоматологических заболеваний : учебное пособие. - М.: МГМСУ, 2020. - 256 с.
2. Макеева, И. М. (ред.). Терапевтическая стоматология : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 768 с.

### *Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации по стоматологии (кариес, болезни пародонта).
4. СанПиН по профилактике стоматологических заболеваний у детей.
5. Материалы ВОЗ по гигиене полости рта.

## Занятие № 25

### **Стресс и его влияние на здоровье. Профилактика стресс-ассоциированных состояний.**

**1. Актуальность темы.** Хронический стресс является одним из ключевых факторов риска развития многих заболеваний: сердечно-сосудистых, желудочно-кишечных, неврологических, психических расстройств. Умение распознавать признаки стресса и обучать пациентов методам совладания со стрессом – важная компетенция медицинской сестры.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о влиянии стресса на здоровье и методах его профилактики, а также навыки обучения пациентов техникам релаксации.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «стресс». Что такое эустресс и дистресс?
2. Назовите стадии стресса по Г. Селье.
3. Как хронический стресс влияет на организм?
4. Какие заболевания относятся к психосоматическим?
5. Какие методы оценки уровня стресса существуют?
6. Перечислите методы профилактики стресса и совладания с ним.

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с опросниками, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Кто ввел понятие «стресс»?
  - А) И.П. Павлов
  - Б) Г. Селье
  - В) З. Фрейд
  - Г) А. Маслоу
  
2. Какая стадия стресса характеризуется истощением резервов организма?
  - А) Тревоги
  - Б) Резистентности
  - В) Истощения
  - Г) Адаптации
  
3. Какое заболевание относится к психосоматическим?
  - А) Гипертоническая болезнь
  - Б) Пневмония
  - В) Перелом
  - Г) Грипп
  
4. Какой метод относится к дыхательным техникам релаксации?
  - А) Бег трусцой
  - Б) Глубокое диафрагмальное дыхание
  - В) Просмотр телевизора
  - Г) Чтение книги
  
5. Что рекомендуется для профилактики стресса?
  - А) Достаточный сон
  - Б) Регулярная физическая активность

В) Хобби и общение с близкими

Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Заполните таблицу «Стадии стресса и их проявления»:

Стадия	Физиологические проявления	Психологические проявления
Тревоги		
Резистентности		
Истощения		

2. Найдите и пройдите один из опросников для оценки уровня стресса (например, шкала воспринимаемого стресса PSS). Интерпретируйте результаты.

3. Опишите технику диафрагмального дыхания (в виде алгоритма).

4. Составьте памятку «10 способов снизить уровень стресса».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 35 лет, работает менеджером, жалуется на постоянную усталость, раздражительность, нарушение сна (трудности с засыпанием, частые пробуждения), снижение работоспособности. Курит, кофе пьет до 5 чашек в день.

1. Заподозрите возможную причину жалоб.

2. Проведите краткое обучение технике релаксации (опишите свои действия).

3. Дайте общие рекомендации по снижению уровня стресса.

4. Какие изменения в образе жизни вы порекомендуете?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Петрова, Н. Н. Психология для медицинских специальностей : учебник. - М.: КноРус, 2026. - 320 с. [Главы 5-7].
2. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика : учебное пособие. - М.: Юрайт, 2025. - 299 с.

### *Дополнительная:*

3. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. - М.: Академический проект, 2020. - 943 с.
4. Методические рекомендации по профилактике стресса на рабочем месте.

## Занятие № 26

### **Профилактика зависимостей (алкоголизм, наркомания, табакокурение).**

**1. Актуальность темы.** Зависимости от психоактивных веществ (алкоголь, наркотики, табак) являются одними из главных предотвратимых причин смертности и инвалидизации. Они приводят к развитию множества соматических и психических заболеваний, разрушают семьи и общество. Профилактика зависимостей – важнейшая социальная и медицинская задача, в которой участвуют все медицинские работники.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о факторах риска зависимостей и методах их профилактики, а также навыки раннего выявления и мотивационного консультирования.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение понятию «зависимость» (аддикция). Какие виды зависимостей существуют?
2. Какова стадийность алкоголизма и его влияние на здоровье?
3. Каковы последствия наркомании и токсикомании?
4. Каково влияние табакокурения на здоровье?
5. Какие опросники используются для скрининга зависимостей?
6. Что такое мотивационное консультирование?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с опросниками, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какое заболевание чаще всего вызывает хронический алкоголизм?
  - А) Цирроз печени
  - Б) Язвенная болезнь желудка
  - В) Панкреатит
  - Г) Все вышеперечисленное
  
2. Какой опросник используется для скрининга алкогольной зависимости?
  - А) Тест Фагерстрема
  - Б) Опросник CAGE
  - В) Шкала SCORE
  - Г) Опросник Бека
  
3. Курение является основным фактором риска:
  - А) Рака легкого
  - Б) ХОБЛ
  - В) Инфаркта миокарда
  - Г) Всех вышеперечисленных заболеваний
  
4. Что относится к первичной профилактике наркомании?
  - А) Лечение наркозависимых
  - Б) Реабилитация
  - В) Информирование о вреде наркотиков среди подростков
  - Г) Заместительная терапия
  
5. Какое вещество относится к «тяжелым» наркотикам?
  - А) Марихуана
  - Б) Героин

В) Спайс

Г) Алкоголь

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите опросник CAGE и проведите самодиагностику или опрос знакомого (с согласия).
2. Заполните таблицу «Виды зависимостей и их последствия»:

Вид зависимости	Вещество/поведение	Влияние на здоровье	Социальные последствия
Алкоголизм			
Никотиновая зависимость			
Наркомания			
Токсикомания			
Игровая зависимость			

3. Разработайте план беседы с подростками о вреде курения.
4. Составьте список признаков, позволяющих заподозрить употребление наркотиков у подростка.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

На приеме пациент 45 лет, курящий 30 лет. При беседе выясняется, что он выкуривает 2 пачки сигарет в день, первая сигарета – в первые 5 минут после пробуждения, были попытки бросить курить, но безуспешно.

1. Проведите тест Фагерстрема (устно, задайте соответствующие вопросы).
2. Оцените степень никотиновой зависимости.
3. Какие рекомендации по отказу от курения вы дадите?
4. Какие методы лекарственной поддержки при отказе от курения существуют?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел по профилактике зависимостей].
2. Петрова, Н. Н. Психология для медицинских специальностей. - М.: КноРус, 2026. - 320 с.

### *Дополнительная:*

3. Клинические рекомендации по лечению табачной зависимости.
4. Клинические рекомендации по лечению алкогольной зависимости.
5. Материалы ВОЗ по профилактике наркомании.

## Занятие № 27

### **Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников.**

**1. Актуальность темы.** Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) широко распространен среди медицинских работников из-за высокого уровня стресса, эмоциональных нагрузок, ответственности за жизнь пациентов. СЭВ снижает качество медицинской помощи, увеличивает риск врачебных ошибок, приводит к текучести кадров. Руководитель сестринской службы должен уметь выявлять признаки СЭВ в коллективе и организовывать систему профилактики.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о синдроме эмоционального выгорания, его стадиях и факторах риска, а также умения организовывать профилактические мероприятия в сестринском коллективе.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Дайте определение синдрому эмоционального выгорания. Какова его распространенность среди медработников?
2. Назовите стадии СЭВ по Маслач.
3. Каковы факторы риска развития СЭВ?
4. Как проявляется СЭВ на физическом, эмоциональном и поведенческом уровнях?
5. Каковы меры профилактики СЭВ на организационном уровне?
6. Каковы меры профилактики СЭВ на индивидуальном уровне?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение учебной литературы, работа с опросниками, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Какая стадия является первой в развитии СЭВ?
  - А) Деперсонализация
  - Б) Эмоциональное истощение
  - В) Редукция профессиональных достижений
  - Г) Цинизм
  
2. Что относится к организационным факторам риска СЭВ?
  - А) Перфекционизм
  - Б) Высокая рабочая нагрузка
  - В) Низкая самооценка
  - Г) Высокая эмпатия
  
3. Как проявляется стадия деперсонализации?
  - А) Безразличное, циничное отношение к пациентам
  - Б) Чувство усталости
  - В) Ощущение бесполезности своей работы
  - Г) Желание учиться новому
  
4. Что относится к методам профилактики СЭВ на индивидуальном уровне?
  - А) Установление четких границ рабочего времени
  - Б) Супервизия
  - В) Тимбилдинг
  - Г) Оптимизация графиков работы
  
5. Какой специалист помогает при выраженном СЭВ?
  - А) Кардиолог

Б) Психотерапевт

В) Невролог

Г) Эндокринолог

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите опросник МВІ (Маслач) для диагностики СЭВ. Проведите самодиагностику.
2. Заполните таблицу «Признаки эмоционального выгорания»:

Уровень проявления

Признаки

Физический

Эмоциональный

Поведенческий

3. Разработайте план мероприятий по профилактике СЭВ в сестринском коллективе (на примере отделения реанимации или поликлиники).
4. Составьте памятку для медицинских работников «Как предотвратить эмоциональное выгорание».

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Медицинская сестра отделения реанимации (стаж 10 лет) стала раздражительной, цинично высказывается о пациентах, часто берет больничные, избегает общения с коллегами, не участвует в обсуждении рабочих вопросов.

1. Какое состояние можно заподозрить у данной сотрудницы?
2. Какие факторы риска могли к этому привести (с учетом специфики отделения)?

3. Что может предпринять руководитель сестринской службы для помощи сотруднице?
4. Какие меры профилактики подобных состояний необходимо внедрить в коллективе?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика : учебное пособие для вузов. - М.: Юрайт, 2025. - 299 с.
2. Петрова, Н. Н. Психология для медицинских специальностей. - М.: КноРус, 2026. - 320 с. [Главы по профессиональному стрессу].

### *Дополнительная:*

3. Маслач, К. Профессиональное выгорание: как люди справляются. - 2019.
4. Методические рекомендации Минздрава РФ по профилактике эмоционального выгорания у медицинских работников.

## Занятие № 28

### **Цифровые технологии в профилактической медицине. Телемедицина.**

**1. Актуальность темы.** Цифровая трансформация здравоохранения (создание ЕГИСЗ, внедрение телемедицины, мобильных приложений) открывает новые возможности для профилактической работы. Руководители сестринских служб должны ориентироваться в современных цифровых инструментах, уметь организовывать дистанционное консультирование, мониторинг пациентов и использование электронных образовательных ресурсов, а также обеспечивать информационную безопасность.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о современных цифровых инструментах, используемых в профилактической работе, и умения применять их в управленческой деятельности.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Что такое цифровая трансформация здравоохранения и цифровой контур?
2. Что такое ЕГИСЗ и каковы ее функции?
3. Как телемедицинские технологии используются в профилактике?
4. Какие нормативные акты регулируют телемедицину в РФ?
5. Что такое электронные школы здоровья?
6. Каковы требования к информационной безопасности в здравоохранении?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, анализ интернет-ресурсов, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Что такое ЕГИСЗ?
  - А) Единая государственная информационная система в сфере здравоохранения
  - Б) Единый государственный институт социальной защиты
  - В) Ежегодный государственный индекс здоровья
  - Г) Естественная группа источников знаний
  
2. Что относится к телемедицинским технологиям?
  - А) Запись к врачу через портал Госуслуг
  - Б) Дистанционное консультирование «врач-пациент» по видео-связи
  - В) Электронная медицинская карта
  - Г) Все вышеперечисленное
  
3. Какой закон регулирует телемедицину в РФ?
  - А) ФЗ-323
  - Б) ФЗ-242 (о телемедицине)
  - В) ФЗ-152 (о персональных данных)
  - Г) ФЗ-157 (об иммунопрофилактике)
  
4. Что необходимо для проведения телемедицинской консультации?
  - А) Информированное добровольное согласие
  - Б) Идентификация пациента
  - В) Наличие врача, установившего предварительный диагноз
  - Г) Все вышеперечисленное
  
5. Какие данные относятся к врачебной тайне?
  - А) ФИО пациента

- Б) Диагноз
- В) Данные о месте жительства
- Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите Федеральный закон № 242-ФЗ и выпишите основные положения о телемедицине.
2. Найдите в сети Интернет примеры телемедицинских платформ, используемых в РФ. Опишите их функционал.
3. Составьте алгоритм проведения телемедицинской консультации «врач-пациент».
4. Проанализируйте риски, связанные с использованием телемедицинских технологий.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациенту с сахарным диабетом 2 типа рекомендовано дистанционное наблюдение. Он проживает в отдаленном районе, регулярно измеряет уровень глюкозы крови и ведет дневник.

1. Какие данные он может передавать врачу дистанционно?
2. Какие документы необходимо оформить для организации телемедицинского наблюдения?
3. Какое оборудование и программное обеспечение необходимы для дистанционного мониторинга?
4. В каких случаях требуется очный прием, несмотря на телемедицинское наблюдение?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Лебедев, Г. С. Цифровое здравоохранение : учебник для вузов / Г. С. Лебедев, Ю. Ю. Мухин. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 480 с. [Главы 3, 5, 8].
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [Раздел "Цифровые технологии"].

### *Дополнительная:*

3. Федеральный закон от 29.07.2017 № 242-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам применения информационных технологий в сфере охраны здоровья".
4. Приказ Минздрава России от 30.11.2017 N 965н "Об утверждении порядка организации и оказания медицинской помощи с применением телемедицинских технологий".

## Занятие № 29

### **Мобильное здравоохранение (mHealth) и электронные школы здоровья.**

**1. Актуальность темы.** Мобильные приложения для контроля здоровья (питание, физическая активность, прием лекарств, мониторинг хронических заболеваний) становятся неотъемлемой частью жизни пациентов. Они повышают приверженность лечению и позволяют вовлечь пациентов в процесс управления своим здоровьем. Медицинские работники должны уметь рекомендовать проверенные приложения и обучать пациентов их использованию.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о возможностях мобильного здравоохранения (mHealth) и умения интегрировать их в профилактическую работу.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Что такое мобильное здравоохранение (mHealth)?
2. Какие типы мобильных приложений для здоровья существуют?
3. Что такое электронные школы здоровья и каковы их преимущества?
4. Каковы критерии выбора качественного и безопасного мобильного приложения?
5. Как осуществляется интеграция данных из мобильных приложений в медицинские информационные системы?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, анализ мобильных приложений, работа с онлайн-платформами, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Что означает термин mHealth?
  - А) Медицинская помощь на дому
  - Б) Мобильное здравоохранение с использованием мобильных устройств
  - В) Массовая вакцинация
  - Г) Медицинская статистика
  
2. Для чего могут использоваться фитнес-трекеры?
  - А) Подсчет шагов и расхода калорий
  - Б) Мониторинг частоты сердечных сокращений
  - В) Контроль сна
  - Г) Все вышеперечисленное
  
3. Что такое электронная школа здоровья?
  - А) Обучение врачей работе за компьютером
  - Б) Онлайн-платформа для обучения пациентов
  - В) Школа для IT-специалистов в медицине
  - Г) Электронный документооборот в школе
  
4. Какой ресурс создан Роспотребнадзором для просвещения населения?
  - А) Портал Госуслуг
  - Б) Лекторий "Санпросвет"
  - В) ЕМИАС
  - Г) Фонд ОМС
  
5. На что следует обратить внимание при выборе мобильного приложения для здоровья?
  - А) Наличие медицинской лицензии у разработчика
  - Б) Политика конфиденциальности

В) Отзывы пользователей и врачей

Г) Все вышеперечисленное

### **\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Найдите и проанализируйте 2-3 мобильных приложения для здоровья (например, для контроля АД, подсчета калорий, напоминания о приеме лекарств) по следующим критериям:
  - Достоверность информации
  - Удобство использования
  - Наличие политики конфиденциальности
  - Отзывы пользователей
2. Посетите сайт Лектория "Санпросвет" Роспотребнадзора и ознакомьтесь с его материалами. Опишите структуру и тематику представленных материалов.
3. Разработайте памятку для пациента «Как выбрать безопасное мобильное приложение для здоровья».
4. Составьте список российских мобильных приложений, рекомендованных Минздравом РФ или профессиональными сообществами.

### **\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 60 лет, с недавно выявленной гипертонией, хочет скачать приложение для контроля давления. Он плохо разбирается в современных технологиях, но имеет смартфон.

1. Какие критерии вы посоветуете ему учитывать при выборе приложения?
2. Назовите 2-3 приложения, которые можно рекомендовать пациенту.

3. Объясните, какую информацию он сможет получать с их помощью.
4. Какие данные из приложения могут быть полезны врачу на приеме?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Лебедев, Г. С. Цифровое здравоохранение. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 480 с.
2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с.

### *Дополнительная:*

3. Лекторий "Санпросвет" Роспотребнадзора [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.rospotrebnadzor.ru/> (раздел "Санпросвет").
4. Обзоры мобильных приложений для здоровья на авторитетных медицинских порталах.

## Занятие № 30

### **Организация работы отделения (кабинета) медицинской профилактики.**

**1. Актуальность темы.** Отделение (кабинет) медицинской профилактики является структурным подразделением, координирующим всю профилактическую работу в медицинской организации. От четкой организации его работы зависит охват населения профилактическими мероприятиями, качество диспансеризации и эффективность школ здоровья. Руководитель сестринской службы должен знать структуру, функции и штатные нормативы этого подразделения.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о структуре, функциях и организации работы отделения (кабинета) медицинской профилактики.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Каковы цели и задачи отделения (кабинета) медицинской профилактики?
2. Какова структура отделения профилактики?
3. Каковы основные функции отделения профилактики?
4. Каковы штатные нормативы и оснащение отделения профилактики?
5. Какая документация ведется в отделении профилактики?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение нормативных документов, работа с документацией, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Кто возглавляет отделение профилактики в поликлинике?
  - А) Главный врач
  - Б) Заведующий отделением профилактики
  - В) Заместитель главного врача по медицинской части
  - Г) Старшая медсестра поликлиники
  
2. Какая функция НЕ относится к функциям отделения профилактики?
  - А) Организация диспансеризации
  - Б) Проведение хирургических операций
  - В) Проведение школ здоровья
  - Г) Санитарно-просветительная работа
  
3. Какой кабинет входит в структуру отделения профилактики?
  - А) Кабинет доврачебного приема
  - Б) Рентген-кабинет
  - В) Операционный блок
  - Г) Приемный покой
  
4. Кто работает в кабинете доврачебного приема?
  - А) Врач-терапевт
  - Б) Медицинская сестра или фельдшер
  - В) Врач-хирург
  - Г) Санитарка
  
5. Для чего предназначен кабинет здорового ребенка?
  - А) Для лечения больных детей
  - Б) Для профилактической работы с детьми и их родителями
  - В) Для вакцинации детей
  - Г) Для изоляции инфекционных больных

### **\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Изучите положение об отделении медицинской профилактики (найдите пример в интернете или получите у преподавателя). Выпишите основные разделы.
2. Составьте схему структуры отделения профилактики городской поликлиники.
3. Разработайте годовой план работы отделения профилактики (основные мероприятия, сроки, ответственные).
4. Перечислите документацию, которая ведется в отделении профилактики, и укажите сроки ее хранения.

### **\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

В поликлинике открывается новое отделение профилактики. Главный врач поручил вам, как руководителю сестринской службы, подготовить предложения по организации работы отделения.

1. Перечислите помещения (кабинеты), которые должны входить в структуру отделения профилактики.
2. Какие должности необходимо предусмотреть в штатном расписании?
3. Какое оснащение необходимо для каждого кабинета?
4. Какая документация должна вестись в отделении?

## **8. Литература:**

*Основная:*

1. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 400-450].

2. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 500-550].

*Дополнительная:*

3. Приказ Минздрава РФ (актуальный) "Об организации деятельности отделения (кабинета) медицинской профилактики".
4. Номенклатура должностей медицинских работников.

## Занятие № 31

### Управление сестринским персоналом в профилактической работе.

**1. Актуальность темы.** Эффективность профилактической работы во многом зависит от качества управления сестринским персоналом. Руководитель сестринской службы должен уметь планировать работу медсестер, распределять нагрузку, мотивировать их, контролировать качество и организовывать непрерывное профессиональное образование в области профилактики.

**2. Учебные цели:** сформировать знания и умения по управлению сестринским персоналом, занятым в профилактической работе.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Каковы функции руководителя сестринской службы в организации профилактической работы?
2. Как осуществляется планирование работы и распределение функциональных обязанностей?
3. Какие методы мотивации персонала существуют?
4. Как осуществляется контроль качества работы сестринского персонала?
5. Как организуется обучение и повышение квалификации медсестер по вопросам профилактики?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, изучение литературы по менеджменту, решение ситуационных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

### **6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Что относится к функциям старшей медицинской сестры?
  - А) Организация работы среднего и младшего медперсонала
  - Б) Контроль соблюдения санэпидрежима
  - В) Ведение учетно-отчетной документации
  - Г) Все вышеперечисленное
  
2. Какой стиль руководства наиболее эффективен в сестринском коллективе?
  - А) Авторитарный
  - Б) Демократический
  - В) Либеральный
  - Г) Ситуационный (гибкий)
  
3. Что относится к методам мотивации персонала?
  - А) Материальное стимулирование (премии)
  - Б) Моральное поощрение (благодарность, грамота)
  - В) Возможность профессионального роста
  - Г) Все вышеперечисленное
  
4. Какой документ регламентирует обязанности конкретного сотрудника?
  - А) Трудовой кодекс
  - Б) Должностная инструкция
  - В) Коллективный договор
  - Г) Правила внутреннего распорядка
  
5. Что должно проверяться при контроле качества работы медсестры в школе здоровья?
  - А) Наличие плана занятия
  - Б) Полнота освещения темы

В) Вовлеченность пациентов

Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Разработайте должностную инструкцию для медицинской сестры кабинета доврачебного приема отделения профилактики.
2. Составьте график работы медицинских сестер отделения профилактики на месяц (условно, с учетом нагрузки).
3. Разработайте чек-лист для проверки качества проведения занятия в школе здоровья.
4. Предложите систему мотивации для медицинских сестер, активно участвующих в профилактической работе.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

В отделении профилактики работают 3 медсестры. Одна из них (стаж 5 лет) систематически опаздывает, не выполняет план по обзвону пациентов для приглашения на диспансеризацию, при беседах с пациентами проявляет раздражительность.

1. Каковы ваши действия как руководителя сестринской службы?
2. Какие меры мотивации можно применить к другим сотрудникам, выполняющим план?
3. Как организовать контроль выполнения плана?
4. Какие меры дисциплинарного воздействия могут быть применены?

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 500-600].
2. Джорджикия, Р. К. и др. Менеджмент в сестринском деле: учебно-методическое пособие. - Казань : КГМУ, 2020. - 24 с.

*Дополнительная:*

3. Двойников, С. И. (ред.). Менеджмент в сестринском деле : учебное пособие. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 416 с.
4. Трудовой кодекс РФ.

## Занятие № 32

### Оценка эффективности профилактической деятельности.

**1. Актуальность темы.** Для обоснования затрат на профилактические программы и их оптимизации необходима оценка эффективности. Она может быть медицинской (снижение заболеваемости), социальной (улучшение качества жизни) и экономической (снижение затрат на лечение). Руководитель сестринской службы должен уметь анализировать показатели и оценивать вклад сестринского персонала в общую эффективность.

**2. Учебные цели:** сформировать знания о критериях и методах оценки эффективности профилактической работы и умения применять их на практике.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Вопросы для самоподготовки:*

1. Что понимают под эффективностью в здравоохранении?
2. Что такое медицинская, социальная и экономическая эффективность?
3. Какие показатели используются для оценки эффективности на популяционном уровне?
4. Какие показатели используются для оценки эффективности диспансеризации?
5. Какие показатели используются для оценки эффективности работы школ здоровья?
6. Как оценить эффективность работы медицинской сестры?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к практическому занятию, работа со статистическими данными, решение расчетных задач.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

## **6. Задания для самостоятельной работы:**

### **\*6.1. Контроль исходного уровня знаний: \***

Выполните тестовые задания для самоконтроля:

1. Что относится к медицинской эффективности?
  - А) Снижение заболеваемости
  - Б) Удовлетворенность пациентов
  - В) Экономия средств на лечение
  - Г) Увеличение продолжительности жизни
  
2. Какой показатель отражает охват населения диспансеризацией?
  - А) Процент прошедших диспансеризацию от подлежащих
  - Б) Количество впервые выявленных заболеваний
  - В) Число посещений поликлиники
  - Г) Средняя длительность лечения
  
3. Как оценить эффективность школы диабета?
  - А) Количество прошедших обучение
  - Б) Уровень гликированного гемоглобина у обученных через год
  - В) Количество розданных памяток
  - Г) Длительность занятий
  
4. Что такое социальная эффективность?
  - А) Снижение затрат на выплату больничных
  - Б) Улучшение качества жизни, связанного со здоровьем
  - В) Увеличение количества посещений врача
  - Г) Рост продаж лекарств
  
5. Как можно оценить удовлетворенность пациента работой медсестры?
  - А) Анкетирование
  - Б) Книга жалоб и предложений

В) Опрос при выписке

Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Рассчитайте показатель охвата диспансеризацией, если в поликлинике подлежат диспансеризации 10 000 человек, а прошли 6 500 человек.
2. Рассчитайте показатель впервые выявленной заболеваемости, если при диспансеризации 6 500 человек выявлено 350 новых случаев заболеваний.
3. Заполните таблицу «Показатели эффективности профилактической работы»:

Направление	Показатели	Методика расчета
-------------	------------	------------------

Диспансеризация		
-----------------	--	--

Профилактические осмотры		
--------------------------	--	--

Школы здоровья		
----------------	--	--

Вакцинация		
------------	--	--

Работа медсестры		
------------------	--	--

4. Разработайте анкету для оценки удовлетворенности пациентов работой школы здоровья.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

В поликлинике №1 охват диспансеризацией составил 65%, в поликлинике №2 – 45%. В поликлинике №1 показатель впервые выявленной гипертонии – 15%, в поликлинике №2 – 8%.

1. В какой поликлинике работа по диспансеризации организована лучше? Ответ обоснуйте.
2. О чем может говорить более высокий процент выявленной гипертонии в поликлинике №1?
3. Какие еще показатели нужны для полной оценки эффективности диспансеризации?
4. Предложите мероприятия по повышению эффективности диспансеризации в поликлинике №2.

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 600-650].
2. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 496 с. [Глава по оценке эффективности].

### *Дополнительная:*

3. Приказ Росстата об утверждении форм федерального статистического наблюдения (№ 12, № 30).
4. Методические рекомендации Минздрава РФ по оценке эффективности деятельности медицинских организаций.

## Занятие № 33-34

### Контрольная работа № 1

**1. Тема и ее актуальность.** Контрольная работа является важным этапом промежуточной аттестации, позволяющим оценить уровень усвоения теоретических знаний и сформированность практических умений по ключевым вопросам организации профилактической работы.

**2. Учебные цели:** контроль и самопроверка усвоения знаний по темам «Теоретические основы профилактики», «Нормативно-правовое регулирование», «Организация диспансеризации», «Профилактика инфекционных заболеваний».

**3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

\*Вопросы для самоподготовки (объединенный список по темам 1-13):\*

1. Виды профилактики и их характеристика.
2. Факторы риска НИЗ.
3. Нормативные документы (ФЗ-323, Приказы №404н, №515н, №29н).
4. Структура системы здравоохранения РФ.
5. Организация диспансеризации и медосмотров.
6. Группы здоровья.
7. Основы эпидемиологии и иммунопрофилактики.
8. Национальный календарь прививок.
9. «Холодовая цепь».
10. Профилактика ИСМП.

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к контрольной работе, повторение учебного материала, решение типовых заданий.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Задания для самоконтроля: \***

Выполните тестовые задания для проверки готовности к контрольной работе:

1. Профилактика, направленная на предупреждение возникновения заболеваний и факторов риска, называется:
  - А) Первичной
  - Б) Вторичной
  - В) Третичной
  - Г) Четвертичной
  
2. К модифицируемым факторам риска НИЗ относится:
  - А) Возраст
  - Б) Пол
  - В) Курение
  - Г) Генетическая предрасположенность
  
3. Приказ Минздрава, регламентирующий порядок проведения диспансеризации взрослого населения:
  - А) № 404н
  - Б) № 572н
  - В) № 1177н
  - Г) № 1345н
  
4. Какой закон регулирует вопросы иммунопрофилактики?
  - А) ФЗ-323
  - Б) ФЗ-157

В) ФЗ-52

Г) ФЗ-242

5. Как часто необходимо регистрировать температуру в холодильнике для хранения вакцин?
- А) 1 раз в день
  - Б) 2 раза в день
  - В) 1 раз в неделю
  - Г) 1 раз в месяц

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте развернутый план ответа на каждый вопрос из списка для самоподготовки.
2. Решите типовую ситуационную задачу (см. задание 6.3).
3. Повторите основные нормативные документы (ФЗ-323, Приказы №404н, №515н, №29н, ФЗ-157).
4. Проверьте себя, заполнив таблицы по основным темам разделов 1-3.

**\*6.3. Контроль конечного уровня усвоения темы: \***

Решите ситуационную задачу:

Пациент 58 лет, курит, ИМТ 32 кг/м<sup>2</sup>, АД 150/90 мм рт.ст., общий холестерин 7,2 ммоль/л. При диспансеризации выявлена гипергликемия натощак 6,8 ммоль/л.

1. Перечислите факторы риска у данного пациента.
2. Какие заболевания можно заподозрить?
3. К каким специалистам и на какие обследования его направить?

4. Какой группе здоровья он соответствует?

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий : учебное пособие / С. И. Двойников, Ю. А. Тарасова, И. А. Фомушкина, Э. О. Костюкова ; под ред. С. И. Двойникова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 10-250].
2. Двойников, С. И. (ред.). Осуществление профилактической деятельности : учебник / под ред. С. И. Двойникова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 456 с. [с. 15-200].
3. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности : учебное пособие / под ред. С. Р. Бабаяна. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 30-350].
4. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела : учебник и практикум для вузов / под редакцией Г. И. Чувакова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 505 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-2900-3. [с. 80-380].
5. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2025. - 379 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-17449-6. [с. 15-150].

### *Дополнительная:*

6. Брико, Н. И. (ред.). Эпидемиология : учебник для обучающихся по специальности "Стоматология" / под ред. Н. И. Брико, Ю. В. Мартынова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. - ISBN 978-5-9704-9366-3. [Главы 1-5, 8-10].
7. Габбасова, Н. В. и др. Эпидемиология : учебник / Н. В. Габбасова, О. В.

Каменева, Н. Ю. Самодурова [и др.] ; под ред. Н. П. Мамчик. - Москва : Кно-Рус, 2025. - 418 с. - ISBN 978-5-406-14306-3. [Разделы по эпидемиологии инфекционных болезней и иммунопрофилактике].

8. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / В. А. Медик, В. И. Лисицин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 496 с. [с. 80-280].

9. Царик, Г. Н. (ред.). Здравоохранение и общественное здоровье : учебник. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 912 с. [с. 150-350].

10. Амлаев, К. Р. (ред.). Общие и частные вопросы медицинской профилактики : руководство. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 512 с. [с. 5-200].

*Нормативные документы:*

11. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

12. Федеральный закон от 17.09.1998 № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней».

13. Приказ Минздрава России от 27.04.2021 № 404н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения».

14. Приказ Минздрава России от 28.09.2023 № 515н "О внесении изменений в порядок проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения...".

15. Приказ Минздрава России от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников...».

16. Национальный календарь профилактических прививок (утв. Приказом Минздрава РФ, актуальная редакция).

17. СанПиН 3.3686-21 "Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней".

18. СП 3.3.2.3332-16 «Условия транспортирования и хранения иммунобиологических лекарственных препаратов».

19. Постановление Правительства РФ от 29.12.2025 N 2188 "О Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2026 год и на плановый период 2027 и 2028 годов".

## Занятие № 35-36

### Контрольная работа № 2

**1. Тема и ее актуальность.** Контрольная работа направлена на оценку знаний по специфическим вопросам профилактики наиболее распространенных заболеваний и работы с различными возрастными группами. Успешное выполнение заданий свидетельствует о сформированности компетенций в области организации профилактики неинфекционных заболеваний.

**2. Учебные цели:** контроль усвоения знаний по темам «Профилактика БСК, сахарного диабета, онкозаболеваний, болезней органов дыхания, ОДА, нарушений зрения и слуха», «Профилактика в детском, трудоспособном и пожилом возрасте», «Гендерные аспекты», «Профилактика стоматологических заболеваний».

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

\*Вопросы для самоподготовки (по темам 14-24):\*

1. Перечислите факторы риска и меры профилактики болезней системы кровообращения.
2. Что такое шкала SCORE и как она используется?
3. Перечислите факторы риска и меры профилактики сахарного диабета 2 типа.
4. Какие скрининговые программы используются для раннего выявления злокачественных новообразований?
5. Перечислите факторы риска и меры профилактики ХОБЛ и бронхиальной астмы.
6. Как оценить статус курения и провести мотивационное консультирование?

7. Перечислите факторы риска и меры профилактики остеопороза и остеоартроза.
8. Каковы меры профилактики нарушений зрения и слуха?
9. Каковы особенности профилактической работы с детьми и подростками?
10. Каковы особенности профилактической работы с лицами трудоспособного возраста?
11. Каковы особенности гериатрической профилактики?
12. Каковы меры профилактики нарушений репродуктивного здоровья?
13. Каковы меры профилактики стоматологических заболеваний?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к контрольной работе, повторение учебного материала, решение типовых заданий.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Задания для самоконтроля: \***

Выполните тестовые задания для проверки готовности к контрольной работе:

1. Какой уровень АД считается нормальным?
  - А) Менее 120/80 мм рт.ст.
  - Б) 130-139/85-89 мм рт.ст.
  - В) 140-159/90-99 мм рт.ст.
  - Г) Более 160/100 мм рт.ст.
2. Для скрининга рака шейки матки используется:
  - А) Мазок на онкоцитологию (ПАП-тест)
  - Б) Анализ крови на ХГЧ

- В) Кольпоскопия
  - Г) УЗИ органов малого таза
3. Основной фактор риска ХОБЛ:
- А) Инфекции
  - Б) Курение
  - В) Переохлаждение
  - Г) Аллергены
4. Основной элемент питания для профилактики остеопороза:
- А) Железо
  - Б) Йод
  - В) Кальций
  - Г) Магний
5. Для профилактики плоскостопия у детей рекомендуется:
- А) Ношение обуви на плоской подошве
  - Б) Ходьба босиком по неровным поверхностям
  - В) Постоянное ношение ортопедической обуви
  - Г) Ограничение подвижности
6. Какой метод контрацепции наиболее эффективен для профилактики ИППП?
- А) Оральные контрацептивы
  - Б) ВМС
  - В) Презервативы
  - Г) Прерванный половой акт
7. Основной гериатрический синдром, ведущий к инвалидизации:
- А) Старческая астения
  - Б) Артериальная гипертензия
  - В) Сахарный диабет
  - Г) Остеоартроз

8. Как часто рекомендуется менять зубную щетку?
- А) 1 раз в год
  - Б) 1 раз в 3-4 месяца
  - В) 1 раз в месяц
  - Г) 1 раз в неделю
9. Какой уровень глюкозы натощак позволяет заподозрить сахарный диабет?
- А) 5,0 ммоль/л
  - Б) 6,1 ммоль/л и выше
  - В) 7,0 ммоль/л и выше
  - Г) 8,0 ммоль/л и выше
10. Что относится к корпоративным программам укрепления здоровья?
- А) Организация буфета со здоровой едой
  - Б) Проведение лекций о питании
  - В) Обеспечение чистой питьевой водой
  - Г) Все вышеперечисленное

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Решите ситуационную задачу:

Женщина 58 лет, менопауза с 50 лет. В анамнезе: перелом лучевой кости 2 года назад (упала на улице). Рост 158 см, вес 52 кг. Молочные продукты употребляет редко, на солнце бывает мало, физическая активность низкая. Курит.

1. Какие факторы риска остеопороза имеются у пациентки?
2. Какие обследования необходимо провести для оценки состояния костной ткани?
3. Какие немедикаментозные меры профилактики остеопороза вы порекомендуете?

4. Какие рекомендации по профилактике падений вы дадите?
5. Составьте сравнительную таблицу методов скрининга онкологических заболеваний.
6. Разработайте памятку для пациента с артериальной гипертонией «Правила измерения артериального давления и ведение дневника».

## **8. Литература:**

### *Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 300-500].
2. Двойников, С. И. (ред.). Осуществление профилактической деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 456 с. [с. 200-400].
3. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии. - М.: Юрайт, 2025. - 495 с. [с. 100-400].
4. Кучма, В. Р. Гигиена детей и подростков : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 512 с. [с. 100-400].
5. Ткачева, О. Н. (ред.). Гериатрия : национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 832 с. [Разделы по гериатрической профилактике].
6. Радзинский, В. Е. (ред.). Гинекология : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 1008 с. [Разделы по профилактике].
7. Кузьмина, Э. М. Профилактика стоматологических заболеваний : учебное пособие. - М.: МГМСУ, 2020. - 256 с.

### *Дополнительная:*

8. Клинические рекомендации «Артериальная гипертензия у взрослых» (Мин-

здрав РФ, актуальная редакция).

9. Клинические рекомендации «Сахарный диабет 2 типа у взрослых» (Минздрав РФ, актуальная редакция).

10. Клинические рекомендации «Хроническая обструктивная болезнь легких» (Минздрав РФ).

11. Клинические рекомендации «Остеопороз» (Минздрав РФ).

12. Шальнова, С. А. и др. Школа здоровья для пациентов с артериальной гипертензией : руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 240 с.

13. Приказ Минздрава РФ о порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров.

14. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

## Занятие № 37-38

### Контрольная работа № 3

**1. Тема и ее актуальность.** Контрольная работа направлена на оценку знаний по современным и управленческим аспектам профилактической деятельности, включая психологические аспекты, цифровые технологии и управление сестринским персоналом.

**2. Учебные цели:** контроль усвоения знаний по темам «Стресс и его профилактика», «Профилактика зависимостей», «Эмоциональное выгорание», «Цифровые технологии», «Управление сестринским персоналом», «Оценка эффективности».

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

\*Вопросы для самоподготовки (по темам 25-32):\*

1. Дайте определение стресса. Каково его влияние на здоровье?
2. Перечислите методы профилактики стресса.
3. Каковы основные виды зависимостей и меры их профилактики?
4. Что такое синдром эмоционального выгорания? Назовите его стадии и факторы риска.
5. Каковы меры профилактики эмоционального выгорания?
6. Что такое телемедицина и как она используется в профилактике?
7. Что такое мобильное здравоохранение (mHealth)?
8. Как организуется работа отделения (кабинета) медицинской профилактики?

9. Каковы функции руководителя сестринской службы в профилактической работе?

10. Как оценивается эффективность профилактической деятельности?

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к контрольной работе, повторение учебного материала, решение типовых заданий.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 4 академических часа.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Задания для самоконтроля: \***

Выполните тестовые задания для проверки готовности к контрольной работе:

1. Кто ввел понятие «стресс»?

А) И.П. Павлов

Б) Г. Селье

В) З. Фрейд

Г) А. Маслоу

2. Какой опросник используется для скрининга алкогольной зависимости?

А) Тест Фагерстрема

Б) Опросник CAGE

В) Шкала SCORE

Г) Опросник Бека

3. Какая стадия является первой в развитии синдрома эмоционального выгорания?

А) Деперсонализация

Б) Эмоциональное истощение

В) Редукция профессиональных достижений

Г) Цинизм

4. Что такое ЕГИСЗ?
- А) Единая государственная информационная система в сфере здравоохранения
  - Б) Единый государственный институт социальной защиты
  - В) Ежегодный государственный индекс здоровья
  - Г) Естественная группа источников знаний
5. Что относится к медицинской эффективности?
- А) Снижение заболеваемости
  - Б) Удовлетворенность пациентов
  - В) Экономия средств на лечение
  - Г) Увеличение продолжительности жизни
6. Что относится к методам профилактики стресса на индивидуальном уровне?
- А) Нормирование труда
  - Б) Достаточный сон
  - В) Супервизия
  - Г) Тимбилдинг
7. Как проявляется стадия деперсонализации при эмоциональном выгорании?
- А) Безразличное, циничное отношение к пациентам
  - Б) Чувство усталости
  - В) Ощущение бесполезности своей работы
  - Г) Желание учиться новому
8. Что необходимо для проведения телемедицинской консультации?
- А) Информированное добровольное согласие
  - Б) Идентификация пациента
  - В) Наличие врача, установившего предварительный диагноз
  - Г) Все вышеперечисленное
9. Кто возглавляет отделение профилактики в поликлинике?
- А) Главный врач

- Б) Заведующий отделением профилактики
- В) Заместитель главного врача по медицинской части
- Г) Старшая медсестра поликлиники

10. Как оценить эффективность школы диабета?

- А) Количество прошедших обучение
- Б) Уровень гликированного гемоглобина у обученных через год
- В) Количество розданных памяток
- Г) Длительность занятий

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Решите ситуационную задачу:

В отделении работает медицинская сестра, которая последние полгода стала раздражительной, часто конфликтует с коллегами и пациентами, с цинизмом высказывается о своей работе, часто берет больничные листы, избегает общения с коллегами.

1. Какое состояние можно заподозрить у данной сотрудницы?
2. Назовите стадии этого состояния и укажите, какая стадия, вероятно, наблюдается.
3. Какие факторы риска могли к этому привести?
4. Какие меры на уровне руководителя сестринской службы могут помочь сотруднице?
5. Составьте схему «Уровни холодной цепи».
6. Разработайте чек-лист для контроля качества проведения занятия в школе здоровья.

**8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с. [с. 500-520].
2. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с. [с. 400-650].
3. Петрова, Н. Н. Психология для медицинских специальностей : учебник. - М.: КноРус, 2026. - 320 с. [Главы по психопрофилактике и стрессу].
4. Лебедев, Г. С. Цифровое здравоохранение. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 480 с.
5. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. - М.: Юрайт, 2025. - 299 с.

*Дополнительная:*

6. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 496 с. [Глава по оценке эффективности].
7. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. - М.: Академический проект, 2020. - 943 с.
8. Хабриев, Р. У. Новые нормы труда в поликлиниках. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 144 с.
9. Джорджикия, Р. К. и др. Менеджмент в сестринском деле: учебно-методическое пособие. - Казань : КГМУ, 2020. - 24 с.

*Нормативные документы:*

10. Федеральный закон от 29.07.2017 № 242-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам применения информационных технологий в сфере охраны здоровья".
11. Приказ Минздрава России от 30.11.2017 N 965н "Об утверждении порядка организации и оказания медицинской помощи с применением телемедицинских технологий".

12. Приказ Росстата об утверждении форм федерального статистического наблюдения (№ 12, № 30).

## Занятие № 39-40

### Итоговое занятие.

**1. Тема и ее актуальность.** Итоговое занятие завершает изучение дисциплины «Организация профилактики и укрепление здоровья». Оно направлено на систематизацию и контроль знаний, полученных за весь период обучения, и является допуском к промежуточной аттестации (зачету/экзамену). Качество усвоения материала определяет готовность выпускников к самостоятельной профессиональной деятельности в качестве руководителей сестринских служб, способных эффективно организовывать профилактическую работу в медицинских организациях.

**2. Учебные цели:** контроль усвоения теоретических знаний и практических умений по всем темам дисциплины, оценка готовности обучающихся к самостоятельной профессиональной деятельности.

### **3. Материалы для самоподготовки к освоению данной темы:**

*Полный перечень вопросов для подготовки к экзамену/зачету (по всем разделам дисциплины):*

#### **Раздел 1. Теоретические и правовые основы профилактики (Занятия 1-5):**

1. Понятие о профилактике, ее цели и задачи. Виды профилактики.
2. Концепция факторов риска (модифицируемые и немодифицируемые).
3. Нормативно-правовое регулирование профилактической деятельности в РФ.
4. Структура системы здравоохранения РФ и место в ней профилактической медицины.
5. Здоровый образ жизни: определение, структура, влияние на здоровье.

6. Принципы рационального питания и роль физической активности.
7. Гигиеническое воспитание и обучение населения. Школы здоровья.

**Раздел 2. Организация профилактических осмотров и диспансеризации (Занятия 6-9):**

8. Организация диспансеризации определенных групп взрослого населения.
9. Организация профилактических медицинских осмотров.
10. Диспансерное наблюдение пациентов с хроническими заболеваниями.
11. Учетно-отчетная документация при проведении диспансеризации.

**Раздел 3. Профилактика инфекционных заболеваний (Занятия 10-13):**

12. Основы эпидемиологии. Противоэпидемические мероприятия в очаге инфекции.
13. Организация иммунопрофилактики. Национальный календарь прививок.
14. Организация прививочной работы. «Холодовая цепь».
15. Профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (ИСМП).

**Раздел 4. Профилактика неинфекционных заболеваний (НИЗ) (Занятия 14-19):**

16. Профилактика болезней системы кровообращения. Организация кардиошкол.
17. Профилактика сахарного диабета 2 типа.
18. Профилактика злокачественных новообразований. Онкоскрининг.
19. Профилактика хронических болезней органов дыхания. Борьба с табакокурением.
20. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата.
21. Профилактика нарушений зрения и слуха.

**Раздел 5. Возрастные и гендерные аспекты профилактики (Занятия 20-24):**

22. Профилактическая работа с детским и подростковым населением.

23. Профилактика и укрепление здоровья в трудоспособном возрасте.
24. Особенности работы с людьми пожилого и старческого возраста. Гериатрическая профилактика.
25. Гендерные аспекты профилактики (репродуктивное здоровье).
26. Профилактика стоматологических заболеваний.

**Раздел 6. Психологические и социальные аспекты профилактики (Занятия 25-27):**

27. Стресс и его влияние на здоровье. Профилактика стресс-ассоциированных состояний.
28. Профилактика зависимостей (алкоголизм, наркомания, табакокурение).
29. Профилактика эмоционального выгорания медицинских работников.

**Раздел 7. Современные технологии и управление в профилактике (Занятия 28-32):**

30. Цифровые технологии в профилактической медицине. Телемедицина.
31. Мобильное здравоохранение (mHealth) и электронные школы здоровья.
32. Организация работы отделения (кабинета) медицинской профилактики.
33. Управление сестринским персоналом в профилактической работе.
34. Оценка эффективности профилактической деятельности.

**4. Вид самостоятельной работы:** подготовка к итоговому занятию, повторение всего учебного материала, решение типовых заданий.

**5. Продолжительность самостоятельной работы:** 6 академических часов.

**6. Задания для самостоятельной работы:**

**\*6.1. Задания для самоконтроля: \***

Выполните тестовые задания для проверки готовности к итоговому занятию:

1. Профилактика, направленная на предупреждение возникновения заболеваний и факторов риска, называется:

- А) Первичной
  - Б) Вторичной
  - В) Третичной
  - Г) Четвертичной
2. К модифицируемым факторам риска НИЗ относится:
- А) Возраст
  - Б) Пол
  - В) Курение
  - Г) Генетическая предрасположенность
3. Приказ Минздрава, регламентирующий порядок проведения диспансеризации взрослого населения:
- А) № 404н
  - Б) № 572н
  - В) № 1177н
  - Г) № 1345н
4. Какой закон регулирует вопросы иммунопрофилактики?
- А) ФЗ-323
  - Б) ФЗ-157
  - В) ФЗ-52
  - Г) ФЗ-242
5. Как часто необходимо регистрировать температуру в холодильнике для хранения вакцин?
- А) 1 раз в день
  - Б) 2 раза в день
  - В) 1 раз в неделю
  - Г) 1 раз в месяц

6. Какой уровень АД считается нормальным?
- А) Менее 120/80 мм рт.ст.
  - Б) 130-139/85-89 мм рт.ст.
  - В) 140-159/90-99 мм рт.ст.
  - Г) Более 160/100 мм рт.ст.
7. Для скрининга рака шейки матки используется:
- А) Мазок на онкоцитологию (ПАП-тест)
  - Б) Анализ крови на ХГЧ
  - В) Кольпоскопия
  - Г) УЗИ органов малого таза
8. Основной фактор риска ХОБЛ:
- А) Инфекции
  - Б) Курение
  - В) Переохлаждение
  - Г) Аллергены
9. Основной элемент питания для профилактики остеопороза:
- А) Железо
  - Б) Йод
  - В) Кальций
  - Г) Магний
10. Для профилактики плоскостопия у детей рекомендуется:
- А) Ношение обуви на плоской подошве
  - Б) Ходьба босиком по неровным поверхностям
  - В) Постоянное ношение ортопедической обуви
  - Г) Ограничение подвижности
11. Какой метод контрацепции наиболее эффективен для профилактики ИППП?
- А) Оральные контрацептивы

- Б) ВМС
- В) Презервативы
- Г) Прерванный половой акт

12. Основной гериатрический синдром, ведущий к инвалидизации:

- А) Старческая астения
- Б) Артериальная гипертония
- В) Сахарный диабет
- Г) Остеоартроз

13. Кто ввел понятие «стресс»?

- А) И.П. Павлов
- Б) Г. Селье
- В) З. Фрейд
- Г) А. Маслоу

14. Какой опросник используется для скрининга алкогольной зависимости?

- А) Тест Фагерстрема
- Б) Опросник CAGE
- В) Шкала SCORE
- Г) Опросник Бека

15. Какая стадия является первой в развитии синдрома эмоционального выгорания?

- А) Деперсонализация
- Б) Эмоциональное истощение
- В) Редукция профессиональных достижений
- Г) Цинизм

16. Что такое ЕГИСЗ?

- А) Единая государственная информационная система в сфере здравоохранения
- Б) Единый государственный институт социальной защиты

- В) Ежегодный государственный индекс здоровья
- Г) Естественная группа источников знаний

17. Что относится к медицинской эффективности?

- А) Снижение заболеваемости
- Б) Удовлетворенность пациентов
- В) Экономия средств на лечение
- Г) Увеличение продолжительности жизни

18. Как часто проводится диспансеризация взрослого населения?

- А) Ежегодно
- Б) 1 раз в 2 года
- В) 1 раз в 3 года для лиц от 18 до 39 лет, ежегодно для лиц 40 лет и старше
- Г) 1 раз в 5 лет

19. Какая группа здоровья присваивается пациенту с установленным хроническим неинфекционным заболеванием?

- А) I группа здоровья
- Б) II группа здоровья
- В) IIIа группа здоровья
- Г) Группа диспансерного наблюдения

20. Какой документ выдается гражданину по результатам диспансеризации?

- А) Санаторно-курортная карта
- Б) Выписка из истории болезни
- В) Паспорт здоровья
- Г) Листок нетрудоспособности

**\*6.2. Задания для самостоятельной работы: \***

1. Составьте развернутый план ответа на каждый вопрос из списка для подготовки к экзамену.

2. Решите комплексную ситуационную задачу:

Пациент 58 лет, курит (стаж 30 лет, 1,5 пачки в день), ИМТ 32 кг/м<sup>2</sup>, АД 150/90 мм рт.ст., общий холестерин 7,2 ммоль/л. При диспансеризации выявлена гипергликемия натощак 6,8 ммоль/л. Жалуется на кашель по утрам, одышку при подъеме на 2-й этаж. Отец умер в 58 лет от инфаркта миокарда.

1. Перечислите все факторы риска у данного пациента (модифицируемые и немодифицируемые).
2. Какие заболевания можно заподозрить?
3. Рассчитайте индекс пачка/лет и оцените риск ХОБЛ.
4. Рассчитайте сердечно-сосудистый риск (используя шкалу SCORE).
5. К каким специалистам и на какие обследования его направить?
6. Какой группе здоровья он соответствует?
7. Составьте план беседы с пациентом по коррекции образа жизни.
8. Проведите краткое мотивационное консультирование по отказу от курения (изложите основные тезисы).
9. Заполните таблицу основных нормативных документов по профилактической работе.
10. Составьте схему «Система профилактической помощи в РФ».

## **8. Литература:**

*Основная:*

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий : учебное пособие / С. И. Двойников, Ю. А. Тарасова, И. А. Фомушкина, Э. О. Костюкова ;

- под ред. С. И. Двойникова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 520 с.
2. Двойников, С. И. (ред.). Осуществление профилактической деятельности : учебник / под ред. С. И. Двойникова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2026. - 456 с.
  3. Бабаян, С. Р. и др. Организация сестринской деятельности : учебное пособие / под ред. С. Р. Бабаяна. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. - 680 с.
  4. Чуваков, Г. И. и др. Основы сестринского дела : учебник и практикум для вузов / под редакцией Г. И. Чувакова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 505 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-2900-3.
  5. Петрова, Н. Г. и др. Сестринское дело в терапии : учебник для вузов / отв. ред. Н. Г. Петрова. - 3-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2025. - 495 с.
  6. Петрова, Н. Н. Психология для медицинских специальностей : учебник. - М.: КноРус, 2026. - 320 с.
  7. Обуховец, Т. П. Теория и практика сестринского дела : учебник. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2024. - 378 с.
  8. Лебедев, Г. С. Цифровое здравоохранение : учебник для вузов / Г. С. Лебедев, Ю. Ю. Мухин. — Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. — 480 с.
  9. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика : учебное пособие для вузов. - М.: Юрайт, 2025. - 299 с.
  10. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2025. - 379 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-17449-6.

*Дополнительная:*

11. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / В. А. Медик, В. И. Лисицин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 496 с.
12. Царик, Г. Н. (ред.). Здравоохранение и общественное здоровье : учебник. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 912 с.
13. Амлаев, К. Р. (ред.). Общие и частные вопросы медицинской профилактики : руководство. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 512 с.
14. Брико, Н. И. (ред.). Эпидемиология : учебник для обучающихся по специальности "Стоматология" / под ред. Н. И. Брико, Ю. В. Мартынова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2025. - ISBN 978-5-9704-9366-3.
15. Габбасова, Н. В. и др. Эпидемиология : учебник / Н. В. Габбасова, О. В. Каменева, Н. Ю. Самодурова [и др.] ; под ред. Н. П. Мамчик. - Москва : КноРус, 2025. - 418 с. - ISBN 978-5-406-14306-3.
16. Кучма, В. Р. Гигиена детей и подростков : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 512 с.
17. Ткачева, О. Н. (ред.). Гериатрия : национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 832 с.
18. Радзинский, В. Е. (ред.). Гинекология : учебник. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 1008 с.
19. Кузьмина, Э. М. Профилактика стоматологических заболеваний : учебное пособие. - М.: МГМСУ, 2020. - 256 с.
20. Измеров, Н. Ф. (ред.). Профессиональная патология : национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. - 784 с.
21. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. - М.: Академический проект, 2020. - 943 с.
22. Хабриев, Р. У. Новые нормы труда в поликлиниках. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 144 с.
23. Шипова, В. М. Средние и младшие медицинские работники: нормативы численности, методики расчетов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 240 с.
24. Шальнова, С. А. и др. Школа здоровья для пациентов с артериальной гипер-

тонией : руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 240 с.

25. Джорджикия, Р. К. и др. Менеджмент в сестринском деле: учебно-методическое пособие. - Казань : КГМУ, 2020. - 24 с.

*Нормативные документы:*

26. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

27. Федеральный закон от 17.09.1998 № 157-ФЗ «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней».

28. Федеральный закон от 29.07.2017 № 242-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам применения информационных технологий в сфере охраны здоровья".

29. Приказ Минздрава России от 27.04.2021 № 404н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения».

30. Приказ Минздрава России от 28.09.2023 № 515н "О внесении изменений в порядок проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения...".

31. Приказ Минздрава России от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников...».

32. Приказ Минздрава России от 30.11.2017 N 965н "Об утверждении порядка организации и оказания медицинской помощи с применением телемедицинских технологий".

33. Национальный календарь профилактических прививок (утв. Приказом Минздрава РФ, актуальная редакция).

34. СанПиН 3.3686-21 "Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней".

35. СП 3.3.2.3332-16 «Условия транспортирования и хранения иммунобиологических лекарственных препара

