

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )
Методические указания для практических занятий	1стр. из 16

## МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

**Дисциплина:** Основы укрепления здоровья

**Код дисциплины:** OUZ 3201

**Название ОП:** «Общественное здравоохранение»

**Объем учебных часов /кредитов – 150 часов (5 кредитов)**

**Курс и семестр изучения:** III – курс, V – семестр

**Объем практических занятий:** 35 часов

ТҮПНҰСҚА  
ОРИГИНАЛ

<p>ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ</p>  <p>SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»</p>	
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )
Методические указания для практических занятий	2стр. из 16

Методические указания для практических занятий разработаны в соответствии с рабочей программой дисциплины (силлабусом) «Основы укрепления здоровья» и обсуждены на заседании кафедры.

Протокол №10 от «23» 05. 2023 г.

Зав. кафедрой, к.м.н.,



и.о. доцент Утепов П.Д.

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )
Методические указания для практических занятий	3стр. из 16

## Занятие №1

**I.Тема:** Основные законодательные документы в области укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

**II.Цель:** изучить виды основных законодательных документов в РК, основные термины по законодательным документам, цель и задачи законодательства Республики Казахстан в области здравоохранения.

### III.Задачи обучения:

- виды основных законодательных документов в РК;
- основные термины по законодательным документам;
- цель и задачи законодательства Республики Казахстан в области здравоохранения;
- компетенции государственного органа в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения;
- анализировать законодательный документ;
- быть компетентным в вопросах интеграции санитарно-эпидемиологической службы, общественного здравоохранения;

### IV.Основные вопросы темы:

1. Цель и задача законодательства Республики Казахстан в области здравоохранения.
2. Принципы законодательства Республики Казахстан в области здравоохранения.
3. Кодекс РК « О здоровье народа и системе здравоохранения».
4. Приказы МЗ РК в области укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI.Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

### VII. Литература:

#### Основная:

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп.; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

### VIII. Контрольные вопросы:

1. Назовите цель и задачи законодательства Республики Казахстан в области здравоохранения.
2. Назовите виды основных законодательных документов в РК.
3. Каковы основные принципы в законодательстве Республики Казахстан в области здравоохранения.
4. Перечислите компетенции государственного органа в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения.
5. Почему важно применять законодательные документы обучающимся?
6. На каких интернет ресурсах можно найти информацию по ЗОЖ в РК?

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	4стр. из 16	

## Занятие №2

**I.Тема:** Диспансеризация населения.

**II.Цель:** изучить методы диспансеризации населения .

### III.Задачи обучения:

-медико-социальные аспекты здоровья отдельных групп населения (женщин, детей и подростков, старшего поколения);

-нормативные правовые акты и другие руководящие и методические материалы, регулирующие деятельность в области здравоохранения;

-проводить мероприятий по сохранению и укреплению здоровья населения, снижению преждевременной смертности и выхода на инвалидность.

### IV.Основные вопросы темы:

1.История появления термина «диспансеризация».

2.Цель проведения диспансеризации среди взрослого населения.

3. Название документа, проводящего диспансеризацию.

4.Перечень заболеваний, подлежащих динамическому наблюдению в организациях первичной медико-санитарной помощи в рамках гарантированного объема бесплатной медицинской помощи

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI.Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

### VII. Литература:

#### Основная:

1. Конституция Республики Казахстан, 1995 г.

2. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».

3. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12октября 2021 года № 725.

4. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил

5. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

### VIII. Контрольные вопросы:

1. Дайте определение понятию «диспансеризация».

2. В каких целях проводится диспансеризация?

3. Что включает в себя первый этап диспансеризации?

4. Что включает в себя второй этап диспансеризации?

5. Сколько групп здоровья вы знаете (их критерии)?

## Занятие №3

**I.Тема:** Национальный проект «Качественное и доступное здравоохранение для каждого гражданина «Здоровая нация».

**II.Цель:** ознакомить студентов национальным проектом, их цели и задачи, приоритеты.

### III.Задачи обучения:

- полный содержание национального проекта;

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	5стр. из 16	

-медико-социальные аспекты здоровья отдельных групп населения (женщин, детей и подростков, старшего поколения);

-нормативные правовые акты и другие руководящие и методические материалы, регулирующие деятельность в области здравоохранения;

#### **IV. Основные вопросы темы:**

1. Цель разработки и сроки реализации национального проекта
2. Общенациональные приоритеты и задачи, стратегические показатели проекта
3. Ожидаемый экономический и социальный эффект.
4. Основные направление и задачи.
5. Задачи и показатели результатов.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

#### **VII. Литература:**

##### **Основная:**

1. Конституция Республики Казахстан, 1995 г.
2. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
3. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
4. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
5. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

#### **VIII. Контрольные вопросы:**

1. Какова цель и сроки реализации национального проекта.
2. Увеличение ожидаемой продолжительности жизни граждан к 2025 году
3. Повышение уровня удовлетворенности населения качеством медицинских услуг к 2025 году.
4. Назовите основные направление и задачи?
5. Назовите один из показателей касающиеся спорта?

#### **Занятие № 4**

**I. Тема:** Рациональное питание – основной фактор здорового образа жизни.

**II. Цель:** объяснить пищевую ценность белков, значение аминокислот, пищевую ценность жиров, роль и химический состав жиров, значение углеводов в организме человека, химическую структуру, классификацию и их потребность в организме человека.

#### **III. Задачи обучения:**

- виды исследования фактического питания населения;
- анализировать фактическое питания населения;
- оценить фактическое питание и пищевой статус организма;
- пути решения проблемы белкового питания жителей Казахстана;
- состав жиров (липоидов), пищевая ценность в организме, роль жирных кислот;

#### **IV. Основные вопросы темы:**

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	бстр. из 16	

1. Дайте определение что такое «рациональное питание» и «Сбалансированное питание»
2. Энергетическая ценность пищевых продуктов и режим питания.
3. Основные нутриенты (белки, жиры, углеводы, витамины, минералы)
4. «12 шагов к здоровому питанию» (ВОЗ, 2005).
5. Статистика ВОЗ по неинфекционным болезням.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

**VII. Литература:**

**Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Гигиена питания: учеб.-методическое пособие / сост. М. В. Ли, А. Б. Бужикеева, Е. Ю. Ушанская. - Алматы : Эверо, 2014.
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

**VIII. Контрольные вопросы:**

1. Какова значение белка в организме человека?
2. В чем заключается белковая полноценность пищевых продуктов?
3. Назовите животные и растительные белки и их значение.
4. Какие болезни развиваются при недостаточности белкового питания?
5. Назовите индексы, по которым определяется биологическая ценность белка.
6. Как проводится анализ фактического питания населения?
7. Какой продуктовый набор включает в себя фактическое питание?
8. Какие методы исследования фактического питания населения Вы знаете?
9. По каким методам можно оценить питания индивидуального человека?
10. Какие данные можно получить методом опроса?

**Занятие №5**

**I. Тема:** Понятие и показатели качества жизни населения. Методы оценки качества жизни.

**II. Цель:** Ознакомить с качеством и концепцией жизни граждан, факторами влияющие на уровень и качество жизни населения.

**III. Задачи обучения:**

- социальная обусловленность здоровья и факторы, на него влияющие.
- образ жизни и медико-социальные аспекты важнейших заболеваний. Качество жизни.
- медико-социальные аспекты здоровья отдельных групп населения (женщин, детей и подростков, старшего поколения).

**IV. Основные вопросы темы:**

1. Пирамида качества жизни.
2. Концепция качество жизни.
3. Факторы, влияющие на уровень и качество жизни населения
4. Основные направления качество жизни.

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	7стр. из 16	

5. Показатели и интегральные свойства качества жизни.

6. Методы оценки качества жизни и индекс развития человеческого потенциала как один из методов.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

**VII. Литература:**

**Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».

2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.

3. Гигиена питания: учеб.-методическое пособие / сост. М. В. Ли, А. Б. Бужикеева, Е. Ю. Ушанская. - Алматы : Эверо, 2014.

4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

**VIII. Контрольные вопросы:**

1. Что такое качество жизни граждан?

2. Как определяется качество жизни?

3. Из чего состоит пирамида качества жизни?

4. Что такое качественное долголетие?

5. Факторы, влияющие на уровень и качество жизни населения.

6. Концепции качества населения.

**Занятие №6**

**I. Тема:** Здоровье и болезнь. Принципы мониторинга факторов риска развития заболеваний.

**II. Цель:** изучить мониторинг факторов риска неинфекционных заболеваний, построенный на предлагаемом ВОЗ принципе поэтапной реализации.

**III. Задачи обучения:**

- виды группы здоровья и о принципе поэтапной реализации системы мониторинга факторов риска неинфекционных заболеваний;

- медико-социальные аспекты здоровья отдельных групп населения (женщин, детей и подростков, старшего поколения);

- нормативные правовые акты и другие руководящие и методические материалы, регулирующие деятельность в области здравоохранения;

**IV. Основные вопросы темы:**

1. Развивающиеся эпидемии хронических заболеваний.

2. Система мониторинга: принцип поэтапной реализации (STEPS).

3. Составляющие принципа поэтапной реализации.

4. На пути к созданию системы мониторинга распространения неинфекционных заболеваний.

5. Дальнейшее развитие системы мониторинга ВОЗ (STEPS).

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос



ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	8стр. из 16	

## VII. Литература:

### Основная:

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

### Электронная:

1. Бонита Р, де Куэртген М, Дуайер Т, Ямрожик К, Винкельман Р Мониторинг факторов риска неинфекционных заболеваний. Принцип поэтапной реализации, предложенный ВОЗ. Краткий обзор. Женева, Всемирная организация здравоохранения, 2001 г.

### VIII. Контрольные вопросы:

1. Основа профилактики неинфекционных заболеваний.
2. Выработка поэтапного подхода ВОЗ к решению проблемы.
3. Поэтапный принцип, рекомендованный ВОЗ при организации мониторинга и анализа распространения неинфекционных заболеваний.
4. Обоснование необходимости выбора нескольких из основных факторов риска.
5. Концепция поэтапной реализации системы мониторинга по факторам риска неинфекционных заболеваний.
6. Принцип поэтапной оценки факторов риска.

## Занятие №7

**I. Тема:** Основы пропаганды ЗОЖ.

**II. Цель:** изучить методы пропаганды здорового образа жизни, разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни.

### III. Задачи обучения:

- формирование здорового образа жизни у граждан РК;
- сохранение индивидуального здоровья граждан РК;
- пропаганду здорового образа жизни;
- мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;
- разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни, в том числе детям;
- борьба с факторами риска развития заболеваний;

### IV. Основные вопросы темы:

1. Методы пропаганды ЗОЖ.
2. Направления пропаганды ЗОЖ.
3. Традиционные методы пропаганды ЗОЖ.
4. Специалисты которые проводят пропаганду?

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.



ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	9стр. из 16	

## **VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины**

**оценивания:** Устный опрос

## **VII. Литература:**

### **Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

### **VIII. Контрольные вопросы:**

1. Пропаганда здорового образа жизни среди детей и подростков.
2. Роль средства массовой информации в пропаганде ЗОЖ.
3. Обязательным условием эффективности работы ЗОЖ?
4. Режим дня – основа жизни человека.
5. Какие виды пропаганды ЗОЖ знаете?

## **Занятие №8**

**I. Тема:** Аддиктивное поведение. Патологический гемблинг. Пищевые аддикции (нервная булимия, нервная анорексия). Орторексия. Меры профилактики.

**II. Цель:** изучить классификацию аддиктивного поведения, признаки патологического гемблинга.

### **III. Задачи обучения:**

- формирование здорового образа жизни у граждан РК;
- сохранение индивидуального здоровья граждан РК;
- пропаганду здорового образа жизни;
- мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;
- разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни, в том числе детям;
- борьба с факторами риска развития заболеваний;

### **IV. Основные вопросы темы:**

1. Классификация аддиктивного поведения.
2. Патологический гемблинг.
3. Пищевые аддикции.
4. Нервная булимия.
5. Нервная анорексия (аддиктивное голодание).
6. Диагностические критерии нервной анорексии.
7. Современные представления о профилактике аддиктивного поведения предполагают проведение профилактических вмешательств

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины**

**оценивания:** Устный опрос

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	10стр. из 16	

## VII. Литература:

### Основная:

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

### Электронная:

1. Бонита Р, де Куэртген М, Дуайер Т, Ямрожик К, Винкельман Р Мониторинг факторов риска неинфекционных заболеваний. Принцип поэтапной реализации, предложенный ВОЗ. Краткий обзор. Женева, Всемирная организация здравоохранения, 2001 г.

### VIII. Контрольные вопросы:

1. Что такое аддикция?
2. Классификация аддиктивного поведения?
3. Что такое патологический гемблинг?
4. Что такое пищевые аддикции? (понятие, классификация).
5. Что такое орторексия?
6. Расскажите о профилактике аддиктивного поведения.

## Занятие №9

**I. Тема:** Профилактика поведенческих факторов риска.

**II. Цель:** изучить причины и факторы, приводящие к алкоголь-ассоциированной патологии, современный алгоритм оказания помощи по отказу от табака, меры профилактики и борьба с потреблением наркотических веществ.

### III. Задачи обучения:

- формирование здорового образа жизни у граждан РК;
- сохранение индивидуального здоровья граждан РК;
- пропаганду здорового образа жизни;
- мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;
- разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни, в том числе детям;
- борьба с факторами риска развития заболеваний;

### IV. Основные вопросы темы:

1. Причины и факторы, приводящие к алкоголь-ассоциированной патологии. Особенности алкоголизации детей и подростков
2. Влияние алкоголя на развитие плода и новорожденного. Меры профилактики и борьбы со злоупотреблением алкогольсодержащими напитками
3. Курение: статистика и риски.
4. Национальной программа «Мы за Казахстан без табака!»
5. Современный алгоритм оказания помощи по отказу от табака.

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	11стр. из 16	

6. Продолжительная беседа, направленная на усиление мотивации бросить курить (методика 5г).

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

**VII. Литература:**

**Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

**Электронная:**

1. Бонита Р, де Куэртен М, Дуайер Т, Ямрожик К, Винкельман Р Мониторинг факторов риска неинфекционных заболеваний. Принцип поэтапной реализации, предложенный ВОЗ. Краткий обзор. Женева, Всемирная организация здравоохранения, 2001 г.

**VIII. Контрольные вопросы:**

1. Как алкоголь влияет на здоровье?
2. Как алкоголь влияет на беременность?
3. Расскажите о профилактических свойствах алкоголя.
4. Как происходит метаболизм этанола?
5. В чем заключается профилактика алкоголизма?
6. В чем заключаются основные принципы лечения алкоголизма?
7. Опишите действие никотина и других компонентов табачного дыма на органы и системы организма человека.
8. Какие механизмы лежат в основе зависимости от никотина?
9. Назовите принципы лечения табачной зависимости.

**Занятие №10**

**I. Тема:** Алиментарно-зависимые неинфекционные заболевания.

**II. Цель:** изучить видов алиментарно-зависимых неинфекционных заболеваний и их характеристика.

**III. Задачи обучения:**

- формирование здорового образа жизни у граждан РК;
- сохранение индивидуального здоровья граждан РК;
- пропаганду здорового образа жизни;
- мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;
- разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни, в том числе детям;
- борьба с факторами риска развития заболеваний;

**IV. Основные вопросы темы:**

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	12стр. из 16	

- 1.Классификация алиментарно-зависимых неинфекционных заболеваний.
- 2.Питание и профилактика сердечнососудистых заболеваний.
- 3.Питание и профилактика сахарного диабета II типа.
- 4.Питание и профилактика онкологических заболеваний.
- 5.Питание и профилактика остеопороза.
6. Питание и профилактика кариеса.
7. Питание и профилактика ожирения.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI.Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

**VII. Литература:**

**Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годыПостановление Правительства Республики Казахстан от 12октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

**Электронная:**

- 1.Бонита Р, де Куэртен М, Дуайер Т, Ямрожик К, Винкельман Р Мониторинг факторов риска неинфекционных заболеваний. Принцип поэтапной реализации, предложенный ВОЗ. Краткий обзор. Женева, Всемирная организация здравоохранения, 2001 г.

**VIII. Контрольные вопросы:**

1. Назовите видов алиментарно-зависимых болезней.
2. Общие пути алиментарной профилактики сердечнососудистой патологии
3. К алиментарным факторам риска развития сахарного диабета относится?
4. Общая стратегия профилактики избыточной массы тела и ожирения
5. Что такое алиментарные факторы?
6. Какие профилактические мероприятия вы знаете?

**Занятие №11**

**I.Тема:** Профилактика наркомании.

**II.Цель:** изучить виды наркотических веществ и влияние их организм человека.

**III.Задачи обучения:**

- мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;
- разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни, в том числе детям;
- борьба с факторами риска развития заболеваний;

**IV.Основные вопросы темы:**

1. Наркотические вещества и их характеристика.

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )	
Методические указания для практических занятий	13стр. из 16	

2. Проблемы распространения наркомании среди молодежи.

3. Отрицательное влияние наркотических веществ на организм человека.

4. Меры профилактики и борьба с потреблением наркотических веществ.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

**VII. Литература:**

**Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».

2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.

3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544

**Электронная:**

1. Социально значимые заболевания. Эпидемиология и профилактика инфекционных заболеваний: туберкулез, ВИЧ-инфекция, вирусные гепатиты В, С : учебное пособие для студентов / Т. А. Баянова, А. Д. Ботвинкин, Н. Ю. Куприянова ; ГБОУ ВПО ИГМУ Минздрава России, Кафедра эпидемиологии. – Иркутск : ИГМУ, 2015. – 49 с.

**VIII. Контрольные вопросы:**

1. Что такое психоактивные вещества?

2. Приведите классификацию психоактивных веществ, согласно МКБ-10.

3. Дайте характеристику основным психоактивным веществам.

## Занятие №12

**I. Тема:** Охрана здоровья матери и ребенка.

**II. Цель:** изучить методы пропаганды здорового образа жизни, разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни.

**III. Задачи обучения:**

– выявлять факторы риска здоровью населения;

– сохранение индивидуального здоровья граждан РК;

– пропаганду здорового образа жизни;

– мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей;

– разработка индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни, в том числе детям;

– борьба с факторами риска развития заболеваний;

– осуществлять мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, снижения преждевременной смертности и выхода на инвалидность.

**IV. Основные вопросы темы:**

1. Введение: спасение жизней женщин и детей.

2. Интегрированное ведение болезней детского возраста (ИББДВ): сокращение дистанции между пациентом и врачом.

3. ИББДВ: внимательное и доброжелательное отношение к ребенку при медицинском уходе

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»	044-59/11( )
Методические указания для практических занятий	14стр. из 16

4. Оптимальные возможности для выживания каждого ребенка.

**V. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавание для достижения конечных РО дисциплины:** Обсуждение теоретических вопросов, работа в малых группах.

**VI. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины оценивания:** Устный опрос

**VII. Литература:**

**Основная:**

1. Кодекс Республики Казахстан от 7 июля 2020 года № 360-VI ЗРК. «О здоровье народа и системе здравоохранения».
2. Государственной программы развития здравоохранения Республики Казахстан на 2020 – 2025 годы Постановление Правительства Республики Казахстан от 12 октября 2021 года № 725.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил
4. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Текст] : учебник / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. ; Рек. ГОУ ВПО "Моск. мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 608 с. : ил

**Электронная:**

1. Бонита Р, де Куэртен М, Дуайер Т, Ямрожик К, Винкельман Р Мониторинг факторов риска неинфекционных заболеваний. Принцип поэтапной реализации, предложенный ВОЗ. Краткий обзор. Женева, Всемирная организация здравоохранения, 2001 г.

**VIII. Контрольные вопросы:**

1. Расскажите о Республиканском научно-исследовательском центре охраны здоровья матери и ребенка?
2. Что такое материнская смертность?
3. Что такое младенческая смертность?
4. Репродуктивное здоровье.
5. Статистика в Казахстане по заболеваемости и смертности матери и ребенка.



ТҮПНҰСҚА  
ОРИГИНАЛ

<p>ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ</p>		 <p>SKMA -1979-</p>	<p>SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»</p>
Кафедра «Гигиена и эпидемиология»			044-59/11( )
Методические указания для практических занятий			15стр. из 16

ТҮПНҰСҚА  
ОРИГИНАЛ

<p>ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ</p>			<p>SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»</p>
<p>Кафедра «Гигиена и эпидемиология»</p>		<p>044-59/11( )</p>	
<p>Методические указания для практических занятий</p>		<p>16стр. из 16</p>	