

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

ПМ .01. ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ

МДК 01.02. Основы профилактики

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

для специальности 34.02.01 Сестринское дело

Студента \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

*сведения о сертификате ЭЦ*

Владелец: Кандаурова Наталья  
Владимировна, директор  
Сертификат:  
0298d2a100a6b37d85433743564d5a7918  
Действителен: с 01.12.2025 12:39:11 по  
01.03.2027 12:49:11

## Пояснительная записка

Рабочая тетрадь по МДК 01.02 Основы профилактики ПМ 01. Проведение профилактических мероприятий предназначена для организации аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы студентов, разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 34.02.01 Сестринское дело.

Тетрадь снабжена упражнениями, тестовыми заданиями для самоконтроля, помогающими усвоить основные темы и вопросы раздела, выработать необходимые для медицинской сестры практические умения и навыки по оказанию сестринской помощи детям различных возрастных категорий.

Самостоятельная работа студента с данным методическим пособием проводится в рамках выполнения домашних заданий.

Данный вид методического пособия для студентов способствует формированию у будущих специалистов профессиональных и общих компетенций.

Рассмотрено на заседании методического объединения укрупненных групп специальностей 34.00.00 Сестринское дело, протокол № 7 от «25» мая 2021 г.

Рекомендовано к использованию в учебном процессе Методическим советом СМК, протокол № 5 от «27» мая 2021 г.

Рабочая тетрадь является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности Сестринское дело, базовой подготовки в части освоения основных видов профессиональной деятельности (ВПД): Проведение профилактических мероприятий.

Этот вид практики позволяет заложить основы формирования у студентов навыков практической деятельности и освоить следующие компетенции.

- ОК 1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
- ОК 2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество
- ОК 3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность
- ОК 4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
- ОК 5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
- ОК 6 Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями
- ОК 7 Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий
- ОК 8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации
- ОК 9 Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности
- ОК 10 Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия
- ОК 11 Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку
- ОК 12 Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности
- ОК 13 Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей

Профессиональными компетенциями, соответствующими виду деятельности:

- ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения,

пациента и его окружения.

ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.

ПК 1.3. Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.

### Занятие № 1.

**Тема: Формирование ЗОЖ населения. Гигиеническое обучение и воспитание населения.**

*Задание 1.* Дайте ответы:

Здоровье \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Здоровье сберегающая среды \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Здоровый образ жизни \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Санитарное просвещение \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

*Задание №2:* Рассмотрите три вида профилактики в зависимости от состояния здоровья, наличия факторов риска заболевания или выраженной патологии можно рассмотреть. Отрадите в виде таблицы:

Медицинская профилактика		
Направление		
Мероприятия		

Цель		

*Задание №3:* Объединившись с однокурсниками в группы по 4-5 человек, подготовьтесь к участию в дискуссии на тему «Ответственность за собственное здоровье». Подберите аргументированные факты, конкретные примеры, подтверждающие или опровергающие истинность одного из нижеприведенных высказываний.

- В погоне за красивой жизнью часто теряется здоровье (Г. Александров).
- Здоровое тело — продукт здравого рассудка (Дж. Б. Шоу).
- В молодости так укрепи здоровье, чтобы бросок в старость оказался дальним (Г. Александров).
- Главное для нашего здоровья — то, чтобы в числе его врагов не оказались мы сами (Б. Тойшибеков).
- Гигиена учит, как быть цепной собакой собственного здоровья (В.О. Ключевский).
- Забота о здоровье — технология ограничения риска (Г. Александров).
- Здоровье Человека зависит от того, на что он потратил Время (Н. Адащик).
- Здоровье — единственное благо, которое каждый отнимает у себя сам (М. Мамчич).

*Задание №4:* Допишите недостающие факторы здоровья:



Задание №5: Рассмотрите вредные факторы рабочей среды и заполните таблицу.

физические факторы	химические факторы	биологические факторы	факторы трудового процесса.

Задание №6: Рассмотрите задачи «Охраны здоровья здоровых» перечислите их направление \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Задание №7: Укажите задачи медицинских работников при проведении гигиенического обучения населения \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

---

---

---

## Занятие № 2

### Тема: Профилактика болезней внутренних органов и систем.

*Задание 1.* Укажите факторы риска возникновения заболеваний.

Факторы риска	Заболевания

*Задание 2.* Классификация факторов риска возникновения заболеваний:

	экзогенные	Эндогенные
Управляемые		
не управляемые		

*Задание 3.* Разработай памятку (буклет) по профилактике:

- болезней органов дыхания
- болезней сердечно-сосудистой системы
- болезней почек и мочевыводящих путей
- болезней эндокринной системы
- болезней крови и кроветворных органов
- болезней опорно-двигательного аппарата
- аллергических болезней

*Задание 4.* Решите задачу.

Петр Иванович, мужчина 25 лет. Курит с 16 лет, в настоящее время по две пачки сигарет в день. Кашляет постоянно, но больше по утрам. Периодически поднимается температура и выделяется гнойная мокрота. Пять лет назад был поставлен диагноз – хронический бронхит. Медики рекомендовали бросить курить, но он к их советам не прислушался.

Петр Иванович женился, в семье родился сын Вася, ему два года. У него приступы удушья по ночам. Уже несколько раз лечился в стационаре, где ему сразу становится легче, как отмечает мама Васи. Петр Иванович курит чаще всего в квартире, балкона нет, с лестничной площадки его гонят соседи.

Задания:

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

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Задание 5 .* Рассчитайте ИМТ.

В кабинете КДК женщина 37 лет, при осмотре АД 120/80 мм. рт. ст., рост 176, вес 68.

Ответ \_\_\_\_\_

*Задание 6.* Выполните задания.

Пациент 50 лет, наблюдается у кардиолога по поводу «Ишемической болезни сердца, стенокардии напряжения II ФК».

1. Проведите мероприятия по профилактике факторов риска данного заболевания.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Проконсультируйте пациента о порядке диспансерного наблюдения при данном заболевании. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Составьте план занятия в школе кардиологического больного.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Занятие № 3

Тема: Профилактика в акушерстве и гинекологии.

*Задание 1. Дайте ответы:*

Репродуктивное здоровье \_\_\_\_\_

Менструальный цикл \_\_\_\_\_

Гипогалактия \_\_\_\_\_

Специфическая профилактика – это \_\_\_\_\_

*Задание 2. При нормально протекающей беременности установите график посещений женской консультации:*

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

*Задание 3. Составьте план беседы «Гигиена и питание беременной»*

---

---

---

---

---

---

---

---

*Задание 4. Дать рекомендации.*

Молодая супружеская пара, планирующая зачатие ребенка через 4 месяца. Из семейного анамнеза - мужу 24 года, жене - 21, состоят в браке 2 месяца, перед заключением брака обследование состояния здоровья не проводилось, так как будущие супруги считали себя здоровыми и не видели смысла в медицинском обследовании. Наследственных заболеваний в семьях не отмечалось. Муж работает водителем, за рулем автомобиля проводит 11 часов в сутки, курит до 10 сигарет в день, физкультурой не занимается, предпочитает пассивный отдых после работы. Антропометрические данные: рост- 173 см, масса тела- 75кг. Жена - студентка кулинарного колледжа, занимается в колледже с 9 до 15 часов. Вредных привычек нет. Физкультурой занимается в колледже, посещает также секцию настольного тенниса. Антропометрические данные: рост 168 см, масса тела- 66 кг.

---

---

---

---

---

---

---

---

*Задание 5.* Составьте план беседы со школьницами старших классов о гигиене менструального цикла и правилах ведения календаря:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### **Занятие № 4**

**Тема: Профилактика заболеваний в различных периодах детского возраста.**

*Задания 1.* Дайте краткий ответ терминам:

Естественное вскармливание \_\_\_\_\_

---

---

Рахит \_\_\_\_\_

---

---

Грудной возраст \_\_\_\_\_

---

---

*Задания 2.* Факторы, влияющие на развитие плода.

---

---

---

---

---

---

*Задание №3:* Перечислите методы профилактики рахита:

---

---

---

---

---

---

*Задание №4.* Профилактика анемии.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

*Задание 5:* Профилактика аллергического диатеза

---

---

---

---

---

---

*Задание 6.* Составьте беседу для мамочки по профилактики гипогалактии

---

---

---

---

*Задание 7.* Заполните таблицу.

Возраст	Основные показатели нервно-психического развития	Основные показатели физического развития
1-6 мес		
6-12 мес		
1-3 лет		

### **Занятие № 5**

#### **Тема: Профилактика хирургических заболеваний, онкологических заболеваний.**

*Задание №1.* Составление памятки по профилактики для лиц с фактором риска развития заболеваний (на выбор студента).

*Задание №2.* Первичная профилактика онкозаболеваний.

---

---

---

---

---

---

*Задание №3.* Вторичная профилактика онкозаболеваний.

---

---

---

---

---

---

*Задание №4:* Третичная профилактика онкозаболеваний.

---

---

---

---

---

---

*Задание 5.* Составьте индивидуальный план профилактики онкологических заболеваний для пациента.

Мужчина 40 лет, очень боится заболеть раком. Это боязнь связана тем, что члены его семьи: отец, мать, брат и три сестры умерли от онкологических заболеваний разной локализации (рак желудка, печени, легких). Пациент ежегодно, с 35 лет, проходит полное клинико-диагностическое обследование в престижном медицинском центре в Израиле. Уже пять лет заключение врачей центра единодушное: здоров. Курит последние два года, он считает, что курение его успокаивает. Любит загорать на пляжах Средиземноморья, алкоголь употребляет крайне редко.

---

---

---

---

---

---

---

*Задание 6.* Составьте рекомендации по первичной профилактике наиболее часто встречающихся острых и хронических хирургических заболеваний.

---

---

---

---

---

---

---

*Задание 7.* Составьте рекомендации по вторичной профилактике наиболее часто встречающихся острых и хронических хирургических заболеваний.

---

---

---

---

---

---

---

### **Занятие № 6**

**Тема: Профилактика травм, отравлений и последствий воздействия внешней среды**

*Задание 1.* Составьте рекомендации по профилактике травм и отравлений.

<b>Заболевания</b>	<b>Профилактика</b>
Уличный травматизм	
Бытовой травматизм	

Травматизм на производстве	
Спортивный травматизм	

*Задание 2.* Разработайте памятку для пациента по профилактике травм, отравлений (на выбор студента).

*Задание 3.* Мероприятия, направленные на снижение детского травматизма.

---



---



---



---



---

*Задание 4.* Мероприятия, направленные на снижение отравлений

Лекарственными препаратами	
Пищей	
Химическими веществами	

*Задание 5* Мероприятия, направленные на снижение последствий воздействия внешней среды.

---



---



---



---



---