

Частное образовательное учреждение профессионального образования
«Ставропольский многопрофильный колледж»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

к самостоятельной работе студента по дисциплине ПМ.01 Проведение
профилактических мероприятий

для обучающихся по специальности 34.02.01 Сестринское дело

Ставрополь, 2021

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

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Основной целью данного профессионального модуля является формирование у студентов знаний и умений по профилактике заболеваний, возможных осложнений, изучение возможных профилактических мероприятий среди различных групп населения. После изучения ПМ студент должен уметь осуществлять санитарно-гигиенические мероприятия, участвовать в проведении профилактических, лечебно-диагностических и реабилитационных программ.

Задачами модуля являются:

- формирование навыков самостоятельной научно-исследовательской деятельности по вопросам профилактики заболеваний, обучение методам и технологиям подготовки и оформления результатов научных исследований;
- углубленное изучение теоретических и методологических основ профилактики и смежных специальностей;
- формирование навыков использования современных ресурсов и технологий выявления, диагностики, лечения и профилактики различных заболеваний.

2. Место дисциплины

Профессиональный модуль «Проведение профилактических мероприятий» относится к блоку клинических дисциплин специальности 34.02.01 Сестринское дело, изучается во втором и третьем семестрах.

ПМ.01 обеспечивает необходимые знания, умения и компетенции для последующих профессиональных модулей.

3. Требования к результатам освоения профессионального модуля

Эффективно развивать общие и профессиональные компетенции студентов позволяет модульное обучение. В рамках освоения профессионального модуля формируются следующие общие и профессиональные 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, 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;

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.

В результате освоения профессионального модуля студент должен:

Иметь практический опыт:

1. Проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода

Уметь:

1. Обучать население принципам здорового образа жизни;

2. Проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;

3. Консультировать пациента и его окружение по вопросам иммунопрофилактики;

4. Консультировать по вопросам рационального и диетического питания;

5. Организовывать мероприятия по проведению диспансеризации

Знать:

1. Современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;

2. Основы иммунопрофилактики различных групп населения;

3. Принципы рационального и диетического питания;

4. Роль сестринского персонала при проведении диспансеризации населения и работе «школ здоровья»

Характеристика заданий

1. **Написание конспекта** первоисточника (статьи, монографии, учебника, книги и пр.) — представляет собой вид внеаудиторной самостоятельной работы студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме. В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы. Ценность конспекта значительно повышается, если студент излагает мысли своими словами, в лаконичной форме. Конспект должен начинаться с указания реквизитов источника (фамилии автора, полного наименования работы, места и года издания). Особо значимые места, примеры выделяются цветным подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и лучше запомнить. Работа выполняется письменно. Озвучиванию подлежат главные положения и выводы работы в виде краткого устного сообщения (3–4 мин) в рамках теоретических и практических занятий. Контроль может проводиться и в виде проверки конспектов преподавателем. Затраты времени при составлении конспектов зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем. Ориентировочное время на подготовку конспекта статьи — 2ч (максимальное количество баллов — 3), монографии, главы книги, учебника — 4ч (максимальное количество баллов — 5).

Задания по составлению конспекта, как вида внеаудиторной самостоятельной работы, вносятся в карту самостоятельной работы в динамике учебного процесса по мере необходимости или планируются в начале изучения дисциплины.

Роль студента:

- прочитать материал источника, выбрать главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- записывать только то, что хорошо уяснил;

- выделять ключевые слова и понятия;
- заменять сложные развернутые обороты текста более лаконичными (свертывание);
- разработать и применять свою систему условных сокращений.

Критерии оценки:

- содержательность конспекта, соответствие плану;
- отражение основных положений, результатов работы автора, выводов;
- ясность, лаконичность изложения мыслей обучающихся;
- наличие схем, графическое выделение особо значимой информации;
- соответствие оформления требованиям;
- грамотность изложения;
- конспект сдан в срок.

2. Составление анкет, вопросов интервью и беседы - это вид самостоятельной работы студентов по созданию методических средств для проведения психодиагностики. Данный вид заданий требует от обучающихся развитого критического мышления по осмыслению информации, ее структурированию на главные элементы и второстепенные, а также умения лаконично формулировать мысль и выражать ее в вопросной форме. Кроме того, использование разработанных обучающимся данных психодиагностических средств требует от него и развитых коммуникативных, перцептивных и интерактивных навыков. Анкета является методическим средством для получения первичной социально-психологической информации на основе вербальной коммуникации и представляет собой опросный лист для получения ответов на заранее составленную систему вопросов. Интервью — метод социальной психологии, заключающийся в сборе информации, полученной в виде ответов на поставленные, заранее сформулированные, вопросы. Беседа — метод, предусматривающий прямое или косвенное получение психологической информации путем речевого общения. Задание должно

включать не менее 10 вопросов. Затраты времени на подготовку данного задания зависят от объема информации, сложности ее структурирования, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Ориентировочное время на подготовку — 2 - 3 ч, максимальное количество баллов — 2.

Задание может планироваться в рамках изучения одной темы или выполняться в процессе научно-исследовательской работы обучающегося.

Роль студента:

- изучить информацию по теме;
- разработать вопросы анкеты, интервью или беседы;
- оформить задание и представить на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие вопросов теме;
- охват всей проблематики темы;
- корректная формулировка вопросов;
- соответствие оформления требованиям;
- работа представлена в срок.

3. ***Составление кроссвордов*** по теме и ответов к ним — это разновидность отображения информации в графическом виде и вид контроля знаний по ней. Работа по составлению кроссворда требует от обучающегося владения материалом, умения концентрировать свои мысли и гибкость ума. Разгадывание кроссвордов чаще применяется в аудиторных самостоятельных работах как метод самоконтроля и взаимоконтроля знаний. Составление кроссвордов рассматривается как вид внеаудиторной самостоятельной работы и требует от обучающихся не только тех же качеств, что необходимы при разгадывании кроссвордов, но и умения систематизировать информацию. Кроссворды могут быть различны по форме и объему слов. Затраты времени на составление кроссвордов зависят от объема информации, ее сложности и определяются преподавателем. Ориентировочное время на

подготовку одного кроссворда объемом не менее 10 слов — 1ч, максимальное количество баллов — 1, 10-20слов – 2 ч, максимальное количество баллов -2., 21-30 слов – 3 часа, максимальное количество баллов – 3.

Роль студента:

- изучить информацию по теме;
- создать графическую структуру, вопросы и ответы к ним;
- представить на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- грамотная формулировка вопросов;
- кроссворд выполнен без ошибок;
- работа представлена на контроль в срок.

4. *Написание реферата* - это более объемный, чем сообщение, вид самостоятельной работы обучающегося, содержащий информацию, дополняющую и развивающую основную тему, изучаемую на аудиторных занятиях. Ведущее место занимают темы, представляющие профессиональный интерес, несущие элемент новизны. Реферативные материалы должны представлять письменную модель первичного документа — научной работы, монографии, статьи. Реферат может включать обзор нескольких источников и служить основой для доклада на определенную тему на семинарах, конференциях.

Регламент озвучивания реферата — 7–10мин. Затраты времени на подготовку материала зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем. Ориентировочное время на подготовку — 4ч, максимальное количество баллов — 5. В качестве дополнительного задания планируется заранее и вносится в карту самостоятельной работы в начале изучения дисциплины.

Роль студента:

имеет особенности, касающиеся:

- выбора литературы (основной и дополнительной);
- изучения информации (уяснение логики материала источника, выбор основного материала, краткое изложение, формулирование выводов);
- оформления реферата согласно установленной форме.

Критерии оценки:

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- соответствие оформления реферата требованиям.

5. Сообщение - это вид самостоятельной учебно-исследовательской работы по подготовке небольшого по объёму устного выступления на семинаре, практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несёт новизну, отражает современный взгляд по определённым проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объёмом информации, но и её характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию). Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин. Затраты времени на подготовку сообщения зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем. Задание по составлению сообщения вносятся в карту самостоятельной работы в динамике учебного процесса по мере необходимости или планируется заранее, в начале семестра Ориентировочное время на подготовку информационного сообщения – 1ч, максимальное количество баллов – 2.

Роль студента:

- изучить информацию по теме;

- провести системно-структурный анализ содержания, выделить главное (ядро), второстепенные элементы и взаимную логическую связь;
- оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию)
- регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин
- составить работу и озвучить её на занятии, либо работу сдать в срок преподавателю.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- соответствие оформления требованиям;
- аккуратность и грамотность изложения и представления работы;
- работа сдана в срок.

5. Оформление санитарных бюллетеней. Среди разнообразных средств пропаганды здорового образа жизни широко используются санитарные бюллетени. Для того, чтобы санитарный бюллетень выполнял поставленные перед ним задачи, при его разработке и оформлении должны соблюдаться определенные требования.

Прежде всего, санитарный бюллетень должен быть посвящен медицинской теме (например, профилактике инфекционных и паразитных заболеваний, вопросам рационального питания, борьбы с вредными привычками, оздоровления условий труда и быта и т.д.). Общеполитическим событиям санбюллетень не посвящается. Это - не систематическое и не периодическое издание, поэтому ему не требуются порядковый номер и постоянная редакционная коллегия. Авторами бюллетеня являются медицинские работники.

Санитарный бюллетень выпускается в больнице, поликлинике, здравпункте промышленных предприятий, фельдшерско - акушерском пункте, в учебных заведениях и т.д.

Санитарный бюллетень может быть нарисован художником либо представлен в виде аппликаций, когда рисунки вырезаются и наклеиваются на лист бумаги.

Размер санитарного бюллетеня определяется обычно размером ватманского листа бумаги (60 x 90 см).

Санитарный бюллетень состоит из текстовой и изобразительной частей, причем первая преобладает.

Составлять бюллетень из одного текста недопустимо. И из одного рисунка бюллетень состоять не может (в этом случае он будет уже плакатом или лозунгом).

Название санитарного бюллетеня должно быть броским, ярким, желательно отражающим содержание. Но при этом не следует использовать название заболеваний. Например, вместо "Профилактика дизентерии" дать название "Болезнь грязных рук"; вместо "Профилактика алкоголизма" - написать "Он уносит здоровье".

Слово "санбюллетень" большими буквами не пишется. Его пишут мелким шрифтом либо под названием, либо в правом нижнем углу листа, где указываются выходные данные (например, "Санитарный бюллетень разработан 1-м отделением детской больницы"). Здесь же желательно указать фамилии лиц, ответственных за его выпуск.

Текст санитарного бюллетеня должен быть написан просто, с учетом интересов и образовательного ценза читателей. Можно выбрать любой жанр - информацию, очерк, рассказ, стихи и т.д. Текст, как правило, рекомендуется составлять на основе местных материалов и примеров, иногда авторы могут пользоваться готовыми текстами из медицинских журналов и газет. Статьи следует подбирать так, чтобы тема имела введение, основную часть и заключение.

Во введении должно быть разъяснено читателям, почему выбрана данная тема, насколько она актуальна. Введение может не иметь названия или подзаголовка.

Основную часть лучше составить из нескольких сообщений, информации или коротких зарисовок. В этой части раскрывается суть проблемы, причем акцент делается на роли субъективного фактора в структуре заболеваемости или решении других медицинских вопросов. Каждая статья должна иметь броский подзаголовок. Медицинские термины использовать не рекомендуется, советы по лечению давать запрещается.

Заключение может содержать выводы по данной теме, или они раскрываются в виде вопросов и ответов, заданных населением по данной теме. Желательно, чтобы вопросы и ответы не были анонимными (например, Таня К. спрашивает... Отвечает врач...).

Бюллетень лучше заканчивать лозунгами - призывами, вытекающими из его содержания.

Подзаголовки, названия сообщений и лозунг рекомендуется писать четким шрифтом (можно цветным).

Текст, как правило, печатается на машинке через 1,5 - 2 интервала, колонками. (Обычно делится на 4-6 столбцов шириной 12-14 см, затем наклеивается на подготовленный ватманский лист).

Изобразительная часть иллюстрирует текст и может состоять из одного крупного рисунка или нескольких небольших иллюстраций (фото, рисунки, монтаж из плакатов, текстовых лозунгов, карикатуры). Рисунок может подтверждать текст и дополнять его. При этом крупный рисунок должен формировать так называемое "зрительное пятно", то есть привлекать к себе взгляд читателя в первую очередь.

Если санитарный бюллетень перегружен иллюстрациями, то читателю трудно сосредоточиться, его внимание рассеивается. Чтобы этого не произошло, нужно использовать сходные или "родственные" тона красок, а не делать бюллетень слишком пестрым.

Рисунки, схемы, фотографии могут подтверждать текст и дополнять его.

Изобразительная часть, как и текстовая, не должна перегружать бюллетень - иначе он будет трудно читаться. В то же время нельзя допускать, чтобы в нем оставалось много пустого пространства.

Санитарный бюллетень должен вывешиваться на видном месте и на такой высоте, чтобы его было удобно читать. Срок его экспозиции примерно две недели. Затем бюллетень нужно снять и заменить другим.

Санитарные бюллетени, посвященные профилактике инфекционных заболеваний (например, ОКИ, гриппа и др.), необходимо вывешивать при их вспышках, с учетом сезонности повышения заболеваемости.

Основные правила выпуска санитарных бюллетеней

Среди разнообразных средств санитарного просвещения широкое распространение получили санитарно - просветительские бюллетени. Медицинские работники часто не знают, как оформить санбюллетень и какие темы для него выбрать.

Цель данных рекомендаций - помочь правильно оформить санитарные бюллетени, чтобы они знакомили население с вопросами охраны здоровья и формирования здорового образа жизни. Санитарный бюллетень обычно посвящается какой-либо одной теме, которую стараются раскрыть по возможности полнее.

В лечебно-профилактических и других учреждениях нужны бюллетени не о заболеваниях, их лечении, а о профилактике и формировании здорового образа жизни. Лишь в случаях эпидемических вспышек какого-либо инфекционного заболевания можно разместить бюллетени о предупреждении распространения инфекции.

Таки образом, прежде чем приступить к выпуску бюллетеня, необходимо подумать:

- где и как будет размещен санбюллетень,
- определить его тему,
- решить, кому он адресован.

Прежде всего санитарный бюллетень - это статья, которую обычно пишут врачи, средние медработники, используя для оформления рисунки и фотографии.

Санитарный бюллетень - это единство текста и рисунка; они должны дополнять друг друга, пояснять (иллюстрации в качестве украшения в нем не нужны).

Санитарный бюллетень - это своего рода «форма стенной печати». Он может быть посвящен только медицинской теме.

Санитарный бюллетень - несистематическое, неперIODическое издание, он может быть оригинальный или типовой, разработанный по образцу.

Требования к санитарному бюллетеню

- **Требования к названию.** Чтобы бюллетень привлекал внимание, название его должно быть крупным, метким и ярко выделяться. Например, вместо скучного названия - "Профилактика глазного травматизма" можно дать название "Твои глаза" или "Береги глаз как алмаз" и т.д. Термин "Санитарный бюллетень" не пишется, порядковый номер не ставится.

- **Требования к тексту.** Текст санбюллетеня должен быть написан доступным языком. Он состоит из введения, основной части и заключения. Введение знакомит читателя с проблемой, основная часть раскрывает её суть. Если текст один, то он обязательно разбивается на фрагменты, каждый из которых должен быть озаглавлен соответственно содержанию. Заключение может состоять из вопросов и ответов или просто выводов автора. Текст заканчивается лозунгом, призывом, вытекающим из темы. Человек должен приглашаться к немедленному действию. Латинские и сленговые термины использовать не рекомендуется. Язык статей должен быть лаконичен, нужно избегать длинных трудночитаемых предложений, непонятной медицинской терминологии. Изложение может быть в виде рассказа, очерка, интервью, открытого письма.

- **Требования к содержанию.** Каждый санитарный бюллетень должен иметь профилактическую направленность. Меры профилактики

должны быть изложены четко и конкретно. Клинические вопросы подробно не излагаются, вопросы лечения исключаются, так как это наталкивает на мысль о самолечении. Больному необходимо знать лишь первые признаки заболевания, чтобы он смог обратиться за квалифицированной медицинской помощью. Из **содержания** должна быть понятна польза предлагаемой информации.

- **Требования к оформлению.** Важно помнить, что текст, заключенный в квадрат или круг, вызывает больше доверия. Он обычно делится на 4 - 6 столбцов шириной 12 - 14 см. В бюллетене должны быть выделены абзацы, а знаки препинания (восклицательный знак, многоточие, тире и т.д.) лучше использовать как можно реже. В правом углу бюллетеня указывают фамилию, имя, отчество ответственных за выпуск и дату. Размеры бюллетеня обычно составляют 90 x 60 см. Каждая статья имеет свой цветной подзаголовок. Санбюллетень должен "дышать", т.е. в нем должно быть свободное пространство. Никаких «крестов» и «змей» не используют, то есть эмблему не ставят.

- **Требования к изобразительной части.** Изобразительная часть вместе с текстовой не должны перегружать бюллетень, но и не должно оставаться свободного места, иначе он будет трудно читаться. Нужна разумная мера заполнения санбюллетеня. Лучше использовать одну впечатляющую иллюстрацию, чем несколько мелких.

- **Требования к экспозиции.** Санбюллетень должен вывешиваться на видном месте (стенде) так, чтобы его было удобно читать. Ни в коем случае нельзя наклеивать бюллетень просто на стену. Вопрос, через какое время бюллетень нужно заменить новым, определяется в каждом конкретном заведении. Там, где бюллетень читает постоянный контингент (например, школьники, больные, находящиеся в стационаре длительное время), обновлять следует чаще, чем в учреждениях, где контингент часто меняется (например, в поликлинике). Рекомендуемый срок экспозиции - не более двух недель. Вывешивать его повторно рекомендуется не раньше, чем через два-

три месяца или накануне подъема сезонной заболеваемости.

Правильно разработанный и оформленный санитарный бюллетень - источник медицинских знаний по профилактике болезней и формированию здорового образа жизни!

7. Выставки – это совокупность различного рода экспонатов, текстов, оформительских приемов, а также во многих случаях – работа экскурсовода, объяснителя. Экспозиции складываются из натуральных, объемных и плоскостных изобразительных средств. Помимо санитарно-просветительного пропагандистского материала, в выставки часто включают экспонаты учебного характера, такие, как макропрепараты, скелет, кости, анатомические таблицы, материалы по микробиологии, а также экспонаты исторического значения. В таком случае говорят о выставке-музее.

Принципы подготовки выставки:

- высокая идейность;
- связь с жизнью, профессией, интересами тех, для кого в основном организуется выставка (поэтому обязательно привлечение местного материала).

Общие организационные действия подготовки выставки:

1) Создание экспозиции на задуманную тему заложить в план следующего года, своевременно испросить ассигнования.

2) Составление предварительного плана и предварительной сметы.

3) Составление тематико-экспозиционного плана - полный словесный «портрет» экспозиции. Это делает договорная организация. Необходимо описать каждый экспонат, определить его содержание, форму; дать полностью все тексты, подписи и т.д.

4) Искательский этап. Подбирают, изготавливают (заказывают) экспонаты – предметы, рисунки, слайды, фотографии, таблицы, макеты и т.д.

5) Монтаж экспозиции в заранее подготовленном помещении.

Экспонаты стационарных выставок и целые разделы необходимо время от времени менять, обновлять:

- моральная амортизация (устаревшее содержание);
- физическая амортизация (экспонаты потеряли выставочный вид, испортились).

8. Написание рефератов

Примерная тематика рефератов

1. Внимание, как центральное психологическое новообразование детей младшего школьного возраста
2. Преемственность дошкольного и школьного обучения
3. Психологическая готовность к школьному обучению
4. Память, как центральная психическая функция младшего школьного возраста
5. Игра и учение в младшем школьном возрасте
6. Теоретическая позиция младших школьников
7. Личностно ориентированное обучение младших школьников
8. Кризис семи лет
9. Проблемы перехода от младшего школьного возраста к подростковому
10. Развитие рефлексивных действий младших школьников в сотрудничестве с взрослыми
11. Учебная самостоятельность младших школьников, как показатель уровня развития у них рефлексивных действий
12. Уровни развития рефлексивных действий младших школьников
13. Развивающие задания, программы развития рефлексивных действий у младших школьников
14. Школа для беременных
15. Школа для больных сердечной недостаточностью
16. Школе для больных на хроническом диализе
17. Школа для больных артериальной гипертензией
18. Школа для пациентов с заболеваниями суставов и позвоночника
19. Школа для больных бронхиальной астмой

20. Школа для больных сахарным диабетом
21. Факторы здоровья и факторы риска
22. Воздействия, направленные на сдерживание и обращение старения и увеличения продолжительности жизни
23. Физические упражнения в пожилом возрасте при заболеваниях ССС
24. Физические упражнения в пожилом возрасте при сахарном диабете»
25. Физические упражнения в пожилом возрасте при ожирении
26. Пищевые добавки, витамины и травы как биостимуляторы
27. Демографическая ситуация. Классификация возрастов по данным ВОЗ. Продолжительность жизни на мировом и европейском уровне.
28. Определение понятия старость и старение. Виды старости и старения.
29. Теории старения. Современные теории старения.
30. Составить таблицу по возрастным изменениям во всех органах.
31. Психологические изменения при старении.
32. Здоровый образ жизни - профилактика раннего старения организма