

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «Компас»
Отделение непрерывного медицинского образования**

УТВЕРЖДАЮ
Директор
АНО ДПО «НОЦ «Компас»
М.С. Смирнова
2023 г.

Приказ № 07/07/23/01-ОД от 07.07.2023

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Формирование здорового образа жизни и профилактика инфекционных заболеваний»
по специальности «Физиотерапия»
по дополнительной специальности:**

Акушерство и гинекология	Клиническая фармакология	Ортодонтия	Ревматология	Травматология и ортопедия
Гастроэнтерология	Колопроктология	Остеопатия	Рефлексотерапия	Трансфузиология
Гематология	Косметология	Оториноларингология	Сердечно-сосудистая хирургия	Управление и экономика фармации
Гериатрия	Лечебная физкультура и спортивная медицина	Офтальмология	Стоматология детская	Урология
Детская кардиология	Мануальная терапия	Педиатрия	Стоматология общей практики	Фармация
Детская урология-андрология	Медико-социальная экспертиза	Пластическая хирургия	Стоматология ортопедическая	Физическая и реабилитационная медицина
Детская хирургия	Неврология	Профпатология	Стоматология терапевтическая	Фтизиатрия
Детская эндокринология	Нейрохирургия	Психиатрия	Стоматология хирургическая	Функциональная диагностика
Диетология	Неонатология	Психиатрия-наркология	Суродология-оториноларингология	Хирургия
Инфекционные болезни	Нефрология	Психотерапия	Терапия	Челюстно-лицевая хирургия
Кардиология	Общая врачебная практика (семейная медицина)	Пульмонология	Токсикология	Эндокринология
Клиническая лабораторная диагностика	Онкология	Радиотерапия	Торакальная хирургия	Организация здравоохранения и общественное здоровье

Количество часов – 36 зачётных единиц трудоёмкости

Саратов

Разработчик программы:

Врач-физиотерапевт высшей категории, специалист в области организации здравоохранения и общественного здоровья, врач лечебной физкультуры и спортивной медицины, руководитель отделения непрерывного медицинского образования АНО ДПО «НОЦ «Компас», **Лелюхина Ирина Вячеславовна.**

Рецензенты:

Заведующий кафедрой клинической медицины Саратовского медицинского университета «РЕАВИЗ», профессор, д.м.н, **Трубецков Алексей Дмитриевич;**

Заведующий отделением по оказанию медицинской помощи на платной основе ГБУЗ СК «Городская поликлиника №1» города-курорта Кисловодска, к.м.н., **Гобеджишвили Тамази Кишвардович.**

Программа принята:

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации по специальности «Физиотерапия» (количество часов – 36) Педагогического совета АНО ДПО «НОЦ «Компас» протокол № 37 от «06» июля 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровый образ жизни – это рациональный образ жизни, неотъемлемой чертой которого является активная деятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья. Образ жизни, который способствует общественному и индивидуальному здоровью, является основой профилактики, а его формирование важнейшей задачей социальной политики государства в деле охраны и укрепления здоровья народа.

Чаще всего отрицательное влияние на здоровье оказывают негигиеническое, медицинское и экологически неграмотное поведение, несоблюдение режима и распорядка дня, питания, труда, отдыха, употребление алкогольных напитков, курение, низкая физическая активность (гиподинамия), психоэмоциональные перегрузки и т.п., являющиеся в одних случаях причинами заболеваний, в других – факторами риска нарушения здоровья.

Как следствие, изменяется и характер патологии современного человека. Ее характеризуют эпидемии хронических неинфекционных заболеваний, появление новых (СПИД, лихорадка Эбола, так называемая хроническая усталость и другие – всего около тридцати новых нозологических форм, появившихся в последние 20 лет), а также восстановление "старых" заболеваний (туберкулез, малярия и др.).

А главное – появились полисиндромные состояния, которые для классической медицины представляют собой проблему. Возникает ситуация, когда каждый "узкий" специалист абсолютно обоснованно одной и той же личности ставит "свой" диагноз.

Накапливается целый букет синдромов, лечение которых не дает существенного эффекта. Таким образом, классическая медицина бессильна перед этими состояниями, а решение проблемы находится в области совершенствования механизмов саморегуляции, расширении физиологических резервов, достижении утраченной гармонии в структуре организма и личности. Очевидно, что мы стоим на пороге радикальных изменений в стратегии здравоохранения. В основе этой стратегии – медицинская психология и валеология, их методологические и практические достижения.

Пропаганда ЗОЖ является одной из основных задач медицинских работников в деле укрепления здоровья пациентов.

Помощь населению в приобретении навыков здоровьесбережения должны оказывать подготовленные по вопросам первичной профилактики высококвалифицированные специалисты.

Цель: формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни. Приобщение слушателей к мировому уровню культуры здоровья, формирование мотиваций и потребности в здоровом образе жизни, убеждение в необходимости самостоятельного приобретения знаний по сохранению и восстановлению здоровья, в конечном итоге, добиться, чтобы эти знания и убеждения вошли в инфраструктуру повседневной жизни, труда, отдыха.

Категория обучаемых: врач-стоматолог, провизор, врач – педиатр участковый, врач-лечебник (врач-терапевт участковый), специалист в области управления фармацевтической деятельностью, врач-офтальмолог, врач-отоларинголог, врач-инфекционист, врач-неонатолог, врач-эндокринолог, врач-нейрохирург, врач - детский хирург, врач - детский кардиолог, врач-уролог, врач-фтизиатр, специалист по медицинской реабилитации, врач-физиотерапевт, врач по лечебной физкультуре, врач-рефлексотерапевт, врач-нефролог, врач-хирург, врач-травматолог-ортопед, врач - детский эндокринолог, врач-невролог, врач-ревматолог, врач - челюстно-лицевой хирург, врач-гериатр, врач – колопроктолог, врач-гастроэнтеролог, врач-гематолог, врач функциональной диагностики, врач - торакальный хирург, врач-пульмонолог, врач-токсиколог, врач - клинический фармаколог, врач - пластический хирург, врач-косметолог, врач - детский уролог-androлог, врач-трансфузиолог, врач-остеопат, врач-диетолог, врач – акушер-гинеколог, врач-онколог, врач мануальной терапии, врач по медико-социальной экспертизе, врач общей практики (семейный врач), врач-ортодонт, врач-профпатолог, врач-психиатр, врач-психиатр-нарколог, врач-психотерапевт, врач-радиотерапевт, врач-сурдолог-оториноларинголог, врач – стоматолог детский, врач-стоматолог-ортопед, врач-стоматолог-терапевт, врач-стоматолог-хирург, врач клинической лабораторной диагностики, врач-кардиолог, врач – сердечно-сосудистый хирург, специалист в области здравоохранения и общественного здоровья.

Срок обучения: 2 недели

Трудоемкость программы - 36 зачётных единиц

Форма обучения: заочная

Режим занятий: 3 академических часа в день (1 академический час – 45 минут.)

При успешной аттестации обучающийся получает удостоверение о повышении квалификации (ФЗ № 273 от 29.12.12, установленный образец, третьего вида). Освоение программы необходимо для формирования портфолио с целью дальнейшей аккредитации специалиста.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

2.1. Требования к результатам освоения дополнительной профессиональной программы «Профилактика неинфекционных заболеваний и формирование здорового образа жизни».

Программа разработана на основании утверждённых профессиональных стандартов по специальностям, список которых представлен в таблице 1.

Таблица 1. Реквизиты профессиональных стандартов и их соответствие специальностям врачей.

	Код ПС	Наименование профессионального стандарта	Реквизиты приказа Минтруда России	Специальность
1	02.005	Врач-стоматолог	№ 227н от 10.05.2016	Стоматология общей практики
2	02.006	Провизор	№ 91н от 09.03.2016	Фармация
	02.008	Врач – педиатр участковый	№ 306н от 27.03.2017	Педиатрия
3	02.009	Врач-лечебник (врач- терапевт участковый)	№ 293н от 21.03.2017	Терапия
4	02.012	Специалист в области управления фармацевтической деятельностью	№ 428н от 22.05.2017	Управление и экономика фармации
5	02.017	Врач-офтальмолог	№ 470н от 05.06.2017	Офтальмология
6	02.021	Врач-оториноларинголог	№ 612н от 04.08.2017	Оториноларингология
7	02.024	Врач-инфекционист	№ 135н от 14.03.2018	Инфекционные болезни
8	02.026	Врач-неонатолог	№ 136н от 14.03.2018	Неонатология
9	02.028	Врач-эндокринолог	№ 132н от 14.03.2018	Эндокринология
10	02.030	Врач-нейрохирург	№ 141н от 14.03.2018	Нейрохирургия
11	02.031	Врач - детский хирург	№ 134н от 14.03.2018	Детская хирургия
12	02.032	Специалист в области клинической лабораторной диагностики	№145н от 14.03.2018	Клиническая лабораторная диагностика
13	02.035	Врач - детский кардиолог	№ 139н от 14.03.2018	Детская кардиология
14	02.036	Врач-уролог	№ 137н от 14.03.2018	Урология
15	02.037	Врач-фтизиатр	№ 684н от 31.10.2018	Фтизиатрия
16	02.039	Специалист по	№ 572н от 03.09.2018	Физическая и

		медицинской реабилитации		реабилитационная медицина, Лечебная физкультура и спортивная медицина, Рефлексотерапия, Физиотерапия
17	02.041	Врач-нефролог	№ 712н от 20.11.2018	Нефрология
18	02.043	Врач-хирург	№ 743н от 26.11.2018	Хирургия
19	02.044	Врач-травматолог- ортопед	№ 698н от 12.11.2018	Травматология и ортопедия
20	02.045	Врач - детский эндокринолог	№ 132н от 14.03.2018	Детская эндокринология
21	02.046	Врач-невролог	№ 51н от 29.01.2019	Неврология
22	02.047	Врач-ревматолог	№ 50н от 29.01.2019	Ревматология
23	02.048	Врач - челюстно-лицевой хирург	№ 337н от 15.06.2020	Челюстно-лицевая хирургия
24	02.049	Врач-гериатр	№ 413н от 17.06.2019	Гериатрия
25	02.050	Врач - колопроктолог	№ 69н от 11.02.2019	Колопроктология
26	02.052	Врач-гастроэнтеролог	№ 139н от 11.03.2019	Гастроэнтерология
27	02.053	Врач-гематолог	№ 68н от 11.02.2019	Гематология
28	02.055	Врач функциональной диагностики	№ 138 от 11.03.2019	Функциональная диагностика
29	02.056	Врач - торакальный хирург	№ 140н от 11.03.2019	Торакальная хирургия
30	02.058	Врач-пульмонолог	№ 154н от 19.03.2019	Пульмонология
31	02.059	Врач-токсиколог	№ 141н от 11.03.2019	Токсикология
32	02.061	Врач - клинический фармаколог	№ 477н от 31.07.2020	Клиническая фармакология
33	02.062	Врач-пластический хирург	№ 482н от 31.07.2020	Пластическая хирургия
34	02.076	Врач-косметолог	№ 2н от 13.01.2021	Косметология
35	02.078	Врач - детский уролог- андролог	№ 4н от 13.01.2021	Детская урология - андрология
36	02.079	Врач-трансфузиолог	№ 5н от 13.01.2021	Трансфузиология
37	02.081	Врач-остеопат	№ 358н от 02.06.2021	Остеопатия
38	02.082	Врач-диетолог	№ 359н от 02.06.2021	Диетология
39	02.084	Врач – акушер-гинеколог	№ 262н от 19.04.2021	Акушерство и гинекология

40	02.085	Врач-онколог	№ 360н от 02.06.2021	Онкология
41	02.088	Врач-профпатолог	№ 732н от 22.11.2022	Профпатология

Целевой аудиторией программы являются врачи-физиотерапевты, которым согласно профессиональному стандарту «Специалист по медицинской реабилитации» необходимо усовершенствовать профессиональную компетенцию на основе трудовой функции 3.2.5. «Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике, формирование здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения». В профессиональные стандарты дополнительных специальностей входит эта же трудовая функция, её коды представлены в таблице 2.

Таблица 2. Коды трудовой функции в профессиональных стандартах

	Код ПС	Наименование профессионального стандарта	Код трудовой функции	Специальность
1	02.005	Врач-стоматолог	3.1.5.	Стоматология общей практики
2	02.006	Провизор	3.1.4.	Фармация
	02.008	Врач – педиатр участковый	3.1.4.	Педиатрия
3	02.009	Врач-лечебник (врач- терапевт участковый)	3.1.5.	Терапия
4	02.012	Специалист в области управления фармацевтической деятельностью	3.1.5.	Управление и экономика фармации
5	02.017	Врач-офтальмолог	3.1.5.	Офтальмология
6	02.021	Врач-оториноларинголог	3.1.5.	Оториноларингология
7	02.024	Врач-инфекционист	3.1.5.	Инфекционные болезни
8	02.026	Врач-неонатолог	3.1.4.	Неонатология
9	02.028	Врач-эндокринолог	3.1.5.	Эндокринология
10	02.030	Врач-нейрохирург	3.1.6.	Нейрохирургия
11	02.031	Врач – детский хирург	3.1.6.	Детская хирургия
12	02.032	Врач клинической лабораторной диагностики	3.2.5.	Клиническая лабораторная диагностика
13	02.035	Врач – детский кардиолог	3.1.4.	Детская кардиология

14	02.036	Врач-уролог	3.1.5.	Урология
15	02.037	Врач-фтизиатр	3.1.4.	Фтизиатрия
16	02.039	Специалист по медицинской реабилитации	3.1.4.; 3.2.5.; 3.3.4.; 3.4.4.	Физическая и реабилитационная медицина, Лечебная физкультура и спортивная медицина, Рефлексотерапия, Физioterapia
17	02.041	Врач-нефролог	3.1.6.	Нефрология
18	02.043	Врач-хирург	3.1.5.	Хирургия
19	02.044	Врач-травматолог-ортопед	3.1.5.	Травматология и ортопедия
20	02.045	Врач – детский эндокринолог	3.1.5.	Детская эндокринология
21	02.046	Врач-невролог	3.1.4.	Неврология
22	02.047	Врач-ревматолог	3.1.5.	Ревматология
23	02.048	Врач – челюстно-лицевой хирург	3.1.5.	Челюстно-лицевая хирургия
24	02.049	Врач-гериатр	3.1.5.	Гериатрия
25	02.050	Врач – колопроктолог	3.1.5.	Колопроктология
26	02.052	Врач-гастроэнтеролог	3.1.5.	Гастроэнтерология
27	02.053	Врач-гематолог	3.1.4.	Гематология
28	02.055	Врач функциональной диагностики	3.1.5.	Функциональная диагностика
29	02.056	Врач – торакальный хирург	3.1.5.	Торакальная хирургия
30	02.058	Врач-пульмонолог	3.1.6.	Пульмонология
31	02.059	Врач-токсиколог	3.1.6.	Токсикология
32	02.061	Врач – клинический фармаколог	3.1.6.	Клиническая фармакология
33	02.062	Врач-пластический хирург	3.1.5.	Пластическая хирургия
34	02.076	Врач-косметолог	3.1.2.	Косметология
35	02.078	Врач – детский уролог-андролог	3.1.5.	Детская урология – андрология
36	02.079	Врач-трансфузиолог	3.1.5.	Трансфузиология
37	02.081	Врач-остеопат	3.1.4.	Остеопатия

38	02.082	Врач-диетолог	3.1.5.	Диетология
39	02.084	Врач – акушер-гинеколог	3.1.4.	Акушерство и гинекология
40	02.085	Врач-онколог	3.1.5.	Онкология
41	02.088	Врач-профпатолог	3.1.5.	Профпатология

В отношении нижеследующих специальностей мы обращаемся к содержанию профессиональных компетенций, которыми должны обладать выпускники, освоившие программу ординатуры: «Готовность к формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих».

Таблица 3. *Профессиональные компетенции по ФГОС*

	Должность специалиста	Специальность	Реквизиты Приказа Минобрнауки России	Профессиональная компетенция
1	Врач мануальной терапии	Мануальная терапия	№ 1082 от 25.08. 2014	ПК-9
2	Врач по медико-социальной экспертизе	Медико-социальная экспертиза	№ 1083 от 25.08.2014	ПК-7
3	Врач общей практики (семейный врач)	Общая врачебная практика (семейная медицина)	№ 1097 от 25.08.2014	ПК-9
4	Врач-ортодонт	Ортодонтия	№ 1128 от 27.08.2014	ПК-10
5	Врач-психиатр	Психиатрия	№ 1062 от 25.08.2014	ПК-9
6	Врач-психиатр-нарколог	Психиатрия-наркология	№ 1063 от 25.08.2014	ПК-9
7	Врач-психотерапевт	Психотерапия	№ 1064 от 25.08.2014	ПК-9
8	Врач-радиотерапевт	Радиотерапия	№ 1104 от 26.08.2014	ПК-9
9	Врач-сурдолог-оториноларинголог	Сурдология-оториноларингология	№ 1107 от 26.08.2014	ПК-9
10	Врач-кардиолог	Кардиология	№ 105 от 02.02.2022	ОПК-8
11	Врач – сердечно-сосудистый хирург	Сердечно-сосудистая хирургия	№ 1106 от 26.08.2014	ПК-9
12	Специалист в области здравоохранения и общественного здоровья	Организация здравоохранения и общественное здоровье	№ 1114 от 26.08.2014	ПК-1

На основании Приказа Минздрава России от 13.11.2012 N 910н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи детям со стоматологическими заболеваниями», зарегистрированном в Минюсте России 20.12.2012 (регистрационный № 26214), в целевую аудиторию программы входит специальность «**Стоматология детская**». Детский стоматологический кабинет выполняет функции, среди которых «Проведение санитарно-просветительской работы среди детей и их родителей (законных представителей) по вопросам профилактики, ранней диагностики стоматологических заболеваний у детей и формированию здорового образа жизни».

На основании Приказа Минздрава России от 31.07.2020 N 786н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи взрослому населению при стоматологических заболеваниях», зарегистрированном в Минюсте России 02.10.2020 регистрационный № 60188, в целевую аудиторию программы входят следующие специальности: «**Стоматология ортопедическая**», «**Стоматология терапевтическая**», «**Стоматология хирургическая**». Стоматологическое отделение (кабинет, лаборатория) выполняет функции, среди которых «Проведение санитарно-гигиенического обучения, в том числе, с привлечением среднего медицинского персонала (гигиенист стоматологический).

2.2. Перечень трудовых действий, умений и знаний, на совершенствование которых нацелена программа:

В результате освоения программы обучающийся должен:

Знать:

- Принципы и особенности оздоровительных мероприятий среди пациентов с хроническими заболеваниями и (или) состояниями;
- Формы и методы санитарно-просветительской работы по формированию элементов здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;
- Формы и методы санитарно-просветительской работы среди пациентов (их законных представителей), медицинских работников по вопросам профилактики заболеваний и (или) состояний;
- Основы здорового образа жизни, методы его формирования;
- Принципы и особенности профилактики возникновения и прогрессирования заболеваний и (или) состояний.

Уметь:

- Проводить санитарно-просветительскую работу по формированию здорового образа жизни, профилактике заболеваний и инвалидности;
- Разрабатывать и реализовывать программы формирования здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.

Иметь навыки:

- Пропаганда здорового образа жизни, профилактика заболеваний и (или) состояний;
- Формирование программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;
- Оценка эффективности профилактической работы с пациентами.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела (модуля)	Всего, час.	В том числе		
			Лекции, час.	Зачеты, час.	Форма аттестации
1	Формирование здорового образа жизни	18	17	1	Промежуточная аттестация - тест
1.1.	Профилактика как основа государственной социальной политики и деятельности в сфере здравоохранения	4	4	0	
1.2.	Здоровый образ жизни как основа профилактики неинфекционных заболеваний	10	10	0	
1.3.	Порядок оказания профилактической помощи населению	2	2	0	
1.4.	Организационные принципы деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан РФ	2	1	1	
2	Профилактика неинфекционных заболеваний	16	15	1	Промежуточная аттестация - тест
2.1.	Факторы риска заболеваний неинфекционных заболеваний	4	4	0	
2.2.	Методы и научные основы профилактики неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистые заболевания, онкологическая патология, ожирение, сахарный диабет, болезни органов дыхания)	12	11	1	
3.	Итоговая аттестация	2	32	2	
	ИТОГО:	36	34	2	

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование раздела (модуля)	Всего, час./зет по учебному плану	1 неделя	2 неделя	Всего выполнено часов
1	Формирование здорового образа жизни	18	18	0	18
2	Профилактика неинфекционных заболеваний	16	0	16	16
3	Итоговая аттестация	2		2	2
	ИТОГО нагрузка:	36	18	18	36

5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

5.1. Рабочая программа раздела 1. Формирование здорового образа жизни.

Задача: Углубление знаний по актуальным проблемам общественного здоровья, организационно-методическим технологиям и системам, обеспечивающих сохранение, укрепление и восстановление здоровья населения. Углубление теоретических знаний и практических навыков по формированию здорового образа жизни населения, организации и проведению медико-профилактических мероприятий пациентам. Углубление теоретических знаний и практических навыков по коррекции выявленных факторов риска хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ), профилактического консультирования по вопросам формирования здорового образа жизни, отказа от курения и чрезмерного потребления алкоголя и другим аспектам профилактики ХНИЗ.

Планируемые результаты:

Знать:

- Формы и методы санитарно-просветительской работы по формированию элементов здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;
- Формы и методы санитарно-просветительской работы среди пациентов (их законных представителей), медицинских работников по вопросам профилактики заболеваний и (или) состояний;
- Основы здорового образа жизни, методы его формирования.

Уметь:

- Проводить санитарно-просветительскую работу по формированию здорового образа жизни, профилактике заболеваний и инвалидности;
- Разрабатывать и реализовывать программы формирования здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.

Иметь навыки:

- Пропаганда здорового образа жизни, профилактика заболеваний и (или) состояний;
- Формирование программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.

Тематический план

Код	Наименование тем
1.	Формирование здорового образа жизни
1.1.	Профилактика как основа государственной социальной политики и деятельности в сфере здравоохранения
1.2.	Здоровый образ жизни как основа профилактики неинфекционных заболеваний
1.3.	Порядок оказания профилактической помощи населению
1.4.	Организационные принципы деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан РФ

Содержание раздела

- *Профилактика как основа государственной социальной политики и деятельности в сфере здравоохранения.* Социально-профилактическое направление здравоохранения. Профилактика в здравоохранении. Медицинская профилактика. Виды профилактики. Нормативно-правовая база в области охраны здоровья.

- *Здоровый образ жизни как основа профилактики неинфекционных заболеваний.* Основные понятия. Группы факторов и удельный вес их влияния на состояние здоровья населения. Здоровый образ жизни и его формирование. Рациональное питание. Гиподинамия как фактор риска развития заболеваний.

- *Порядок оказания профилактической помощи населению.* Диспансеризация. Этапы диспансеризации.

- *Организационные принципы деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан РФ.* Центры здоровья. Структура, задачи, деятельность центров здоровья. Интернет-портал о здоровом образе жизни.

5.2. Рабочая программа раздела 2. Профилактика неинфекционных заболеваний.

Задача: Освоение теоретических и профессиональных практических навыков врачами отделений (кабинетов) медицинской профилактики и центров здоровья, амбулаторно-поликлинического звена медицинских организаций для внедрения эффективных профилактических медицинских технологий и услуг в реальную практику учреждений практического здравоохранения, необходимых для обеспечения потребности населения в профилактической помощи в отношении основных хронических неинфекционных заболеваний, имеющих общие факторы риска, на основе современных научных знаний, принципов доказательной медицины и организационных моделей

деятельности этих учреждений здравоохранения.

Планируемые результаты:

Знать:

- Принципы и особенности оздоровительных мероприятий среди пациентов с хроническими заболеваниями и (или) состояниями;
- Формы и методы санитарно-просветительской работы по формированию элементов здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;
- Формы и методы санитарно-просветительской работы среди пациентов (их законных представителей), медицинских работников по вопросам профилактики заболеваний и (или) состояний;
- Основы здорового образа жизни, методы его формирования;
- Принципы и особенности профилактики возникновения и прогрессирования заболеваний и (или) состояний.

Уметь:

- Проводить санитарно-просветительскую работу по формированию здорового образа жизни, профилактике заболеваний и инвалидности;
- Разрабатывать и реализовывать программы формирования здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.

Иметь навыки:

- Пропаганда здорового образа жизни, профилактика заболеваний и (или) состояний;
- Формирование программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;
- Оценка эффективности профилактической работы с пациентами

Тематический план

Код	Наименование тем
2.	Профилактика неинфекционных заболеваний.
2.1.	Факторы риска заболеваний неинфекционных заболеваний.

Код	Наименование тем
2.2.	Методы и научные основы профилактики неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистые заболевания, онкологическая патология, ожирение, сахарный диабет, болезни органов дыхания).

Содержание раздела

- *Факторы риска заболеваний неинфекционных заболеваний.* Медико-статистические и демографические показатели состояния здоровья населения. Общественное здоровье. Классификация факторов риска. Стратегии профилактики ХНИЗ.

- *Методы и научные основы профилактики неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистые заболевания, онкологическая патология, ожирение, сахарный диабет, болезни органов дыхания).* Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Профилактика онкологических заболеваний. Профилактика хронических бронхо-лёгочных заболеваний. Профилактика сахарного диабета 2 типа.

6. ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Актуальные проблемы здоровьесбережения в современном обществе. Курск: Юго-Запад. гос. ун-т, 2020.
2. Вайнер Э.Н. Основы медицинский знаний и здорового образа жизни. М.: Кнорус, 2023.
3. Валеология: учебное пособие. Минск: Вышэйшая школа, 2018.
4. Максикова Т.М., Калягин А.Н. Профилактика хронических неинфекционных заболеваний в России: возможности оптимизации / Менеджер здравоохранения, 2019. № 4, с. 34-40.
5. Основы здорового образа жизни в образовательной организации. М.: Издательство Юрайт, 2020.
6. Основы медицинской профилактики. Омск: БУ ДПО ЦПК РЗ, 2017.
7. Укрепление общественного здоровья и медицинская профилактика. М: ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России, 2021.

Дополнительная литература

1. Бойцов С.А. Чучалин А.Г. Профилактика хронических неинфекционных заболеваний. Рекомендации. М.: Национальный фонд поддержки профилактической медицины «ПРОФМЕДФОРУМ», 2013.
2. Давиденко Д.Н., Щедрин Ю.Н., Щеголев В.А. Здоровье и образ жизни студентов. СПб.: СПб ГУИТМО, 2005.
3. Здоровый образ жизни. М: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2012.
4. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. М.: ЮРАЙТ, 2015.
5. Основы здорового образа жизни. Краснодар: ГБОУ ВПО КубГМУ Минздрава России, 2015.
6. Смолянский Б.Л., Мишкич И.А., Белова Л.В., Маймулов В.Г., Савельев С.И. Алиментарная профилактика распространенных неинфекционных заболеваний. Липецк, 2008.
7. Чумаков Б. Н. Валеология. М.: Педагогическое общество России, 2000.

7. Организационно-педагогические условия

Обучение по дополнительной профессиональной образовательной программы повышения квалификации осуществляется с применением ДОТ и ЭО. Для реализации этого Центр располагает платформой для корпоративного обучения Moodle, которая соответствует всем критериям электронной информационно-образовательной среды, позволяя решить вопрос идентификации личности при подтверждении результатов обучения и осуществлять образовательный процесс. При этом используется следующий порядок идентификации слушателей. Системный администратор формирует личные кабинеты слушателей на основе приказа о зачислении. Каждый слушатель на адрес электронной почты, указанный при регистрации на Портале НМФО, получает логин и пароль, который необходимо изменить при первом посещении личного кабинета. После этого слушатель получает доступ к учебным материалам. Электронные учебные материалы включают в себя лекции, экспертную информацию, клинические случаи. Такой подход обеспечивает индивидуальный темп обучения. Учебные материалы доступны слушателям в любое время, они сами могут выбрать время и объём изучаемых материалов.

Кадровые условия.

Образовательная программа обеспечена преподавательским составом:

	ФИО	Высшее медицинское образование	Профессиональная переподготовка	Аккредитация	Учёная степень
1	Лелюхина Ирина Вячеславовна	Диплом ТВ № 030439 от 26.01.1990 выдан Саратовским государственным медицинским университетом. Специальность «Лечебное дело». Интернатура по «Терапии» 1991 г.	Свидетельство о прохождении повышения квалификации № 22652, 1991 год. Специальность «Физиотерапия» (С). Саратовский государственный медицинский институт.	28.06.2022 ФГБОУ ДПО «РМАНПО» Специальность «Физиотерапия»	Нет

8. Форма аттестации

Промежуточная аттестация по Разделам 1, 2, и итоговая аттестация проходят в форме тестирования.

Лица, освоившие дополнительную профессиональную программу повышения квалификации и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают удостоверение о повышении квалификации (ФЗ № 273 от 29.12.12, установленный образец, третьего вида).

9. ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]

10. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Контрольно-измерительные материалы к промежуточному контролю

Тестовые задания к Разделу 1. Формирование здорового образа жизни (Выбрать один правильный ответ)

1. Дайте определение «здоровье» в уставе Всемирной организации здравоохранения:

- 1) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия.
- 2) Способность организма к выполнению профессиональных функций.
- 3) Отсутствие болезни.

2. С какой целью планируют режим дня:

- 1) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма
- 2) с целью четкой организации текущих дел, их выполнение в установленные сроки
- 3) с целью высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений.

3. Что такое личная гигиена:

- 1) перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
- 2) выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний
- 3) совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья

4. Основные двигательные качества:

- 1) умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения
- 2) гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества
- 3) состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений

5. Одним из важнейших направлений профилактики, является:

- 1) охрана окружающей среды
- 2) экологическая безопасность
- 3) ЗОЖ

6. ЗОЖ включает:

- 1) охрану окружающей среды
- 2) улучшение условий труда
- 3) оба варианта верны

7. Принципы, способствующие сохранению и укреплению здоровья:

- 1) научность
- 2) объективность
- 3) оба варианта верны

8. Устным методом пропаганды ЗОЖ является:

- 1) повседневное общение с окружающими
- 2) аудиозаписи
- 3) лекция

9. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека:

- 1) индивидуальный образ жизни

- 2) служба здоровья
- 3) окружающая среда

10. Для развития мышечной выносливости следует выполнять:

- 1) упражнения на тренажерах
- 2) упражнения с преодолением веса собственного тела
- 3) упражнения на растягивание мышц

Критерии выставления оценок за тест:

Оценка «5» - 10-9 правильных ответов

Оценка «4» - 8-7 правильных ответа

Оценка «3» - 6-5 правильных ответа

Оценка «2» - менее 5 правильных ответов

Тестовые задания к Разделу 2. Профилактика неинфекционных заболеваний.

(Выбрать один правильный ответ)

1. Что такое закаливание:

- 1) переохлаждение или перегрев организма
- 2) выполнение утренней гигиенической гимнастики
- 3) повышенная устойчивость организма к неблагоприятным внешним воздействиям

2. Утренняя гимнастика – это:

- 1) важный элемент двигательного режима, где сосредоточен комплекс физических упражнений
- 2) один из методов похудения
- 3) метод быстрого просыпания

3. Сколько времени в день можно смотреть телевизор, школьнику:

- 1) 5 часов
- 2) 6 часов
- 3) 1 час

4. Главная опора человека при движении:

- 1) внутренние органы
- 2) скелет
- 3) мышцы

5. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

- 1) рациональное питание
- 2) личная и общественная гигиена
- 3) двигательный режим

6. Что не относится к здоровому образу жизни:

- 1) продолжительный отдых
- 2) правильное питание
- 3) физические нагрузки

7. Какой фактор не оказывает влияние на здоровье человека:

- 1) наследственность

- 2) экологическая обстановка
- 3) уровень развития науки

8. Какие продукты не должны присутствовать в рационе здорового человека:

- 1) кисломолочные продукты
- 2) фаст-фуд
- 3) овощи и фрукты

9. Что не относится к вредным привычкам:

- 1) курение
- 2) просмотр мультфильмов
- 3) алкоголь

10. Подумай, к чему приводят вредные привычки:

- 1) к замедлению роста организма
- 2) к уважению окружающих
- 3) к интересному проведению времени

Критерии выставления оценок за тест:

- Оценка «5» - 10-9 правильных ответов
- Оценка «4» - 8-7 правильных ответа
- Оценка «3» - 6-5 правильных ответа

Тестовые задания к итоговой аттестации:

Укажите верный вариант ответа:

1. Что такое двигательная активность?

- 1) активность, направленная на достижение высоких результатов в профессиональном спорте;
- 2) прописанные в учебной программе нормативы по физкультуре;
- 3) чередование занятий спортом и отдыха;
- 4) любая мышечная активность, позволяющая поддерживать хорошую физическую форму, улучшить самочувствие и укрепить здоровье.

2. Назовите основные двигательные качества:

- 1) гибкость, выносливость, силовые и скоростные качества;
- 2) умение играть в спортивные командные игры;
- 3) способность пробежать дистанцию в 100 метров за 10 секунд;
- 4) оценка «отлично» по всем нормативом физической культуры.

3. Причинами переутомления являются:

- 1) продолжительный сон и отдых;
- 2) неправильная организация труда и чрезмерная умственная нагрузка;
- 3) отказ от завтрака в течение недели;
- 4) отсутствие прогулок долгое время.

4. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

- 1) радиоактивные вещества табака;
- 2) цианистый водород табака;
- 3) эфирный масла табака;
- 4) никотин.

5. Кого называют пассивным курильщиком?

- 1) бросивший курить;
- 2) находящийся в одном помещении с курильщиком;
- 3) выкуривший 1 сигарету в день;
- 4) выкуривший сигарету 2 дня назад.

6. Алкоголь разлагается в:

- 1) печени;
- 2) мозге;
- 3) крови;
- 4) кишечнике.

7. Принципы, способствующие сохранению и укреплению здоровья:

- 1) научность
- 2) объективность
- 3) массовость
- 4) все ответы верны

8. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?

- 1) биологические

- 2) окружающая среда
- 3) служба здоровья
- 4) индивидуальный образ жизни

9. Для развития мышечной выносливости следует выполнять

- 1) упражнения на тренажерах
- 2) упражнения на внимание
- 3) упражнения на растягивание мышц
- 4) упражнения с преодолением веса собственного тела

10. Здоровый образ жизни – это:

- 1) лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий
- 2) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- 3) перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья

11. Какие продукты не должны присутствовать в рационе здорового человека:

- 1) кисломолочные продукты
- 2) фаст фуд
- 3) овощи и фрукты.

12. Устным методом пропаганды ЗОЖ является:

- 1) повседневное общение с окружающими
- 2) аудиозаписи
- 3) лекция

13. Для развития сердечно-дыхательной выносливости одним из лучших упражнений, где участвует вся мускулатура, является:

- 1) подтягивание
- 2) бег
- 3) аэробика
- 4) плавание

14. В каких продуктах наибольшее содержание витамина D:

- 1) рыбий жир, печень трески, сыр, сливочное масло, яичный желток
- 2) мясо, хлеб, бобы, овсяная крупа
- 3) фруктовый сок, ягоды, лимон
- 4) хлеб, яблоки, бананы.

15. Продукты, которые необходимо употреблять для пополнения в организме состава микроэлементов:

- 1) растительная пища
- 2) мясо
- 3) рыба
- 4) молочные продукты.

16. К современным техническим средствам для проведения санитарно-просветительной работы относится:

- 1) телевизор
- 2) фильмоскоп
- 3) мультимедийная установка
- 4) диапроектор

17. Формулы для оценки массы тела включают:

- 1) все перечисленные
- 2) индекс массы тела
- 3) индекс Брока
- 4) индекс Кетле

18. Защита организма от веществ и существ, несущих признаки генетически чужеродной информации – это:

- 1) резистентность
- 2) антиген
- 3) антитело
- 4) иммунитет

19. Основные показатели рационального питания:

- 1) сбалансированность и правильный режим питания
- 2) разнообразное и полноценное питание
- 3) лечебное питание
- 4) белковое питание

20. В пирамиде « модели здорового питания» наиболее потребляемые продукты должны быть:

- 1) фрукты и овощи
- 2) сладкое, жирное, острое
- 3) мясо, молочные продукты
- 4) хлеб, злаки, картофель, овощи и фрукты

Критерии выставления оценок за тест:

Оценка «5» - 19-20 правильных ответов

Оценка «4» - 17-18 правильных ответов

Оценка «3» - 15-16 правильных ответов

Оценка «2» - менее 15 правильных ответов

Разработчик

И.В. Лелюхина

