



***Сестринские технологии в
профилактической медицине***

Преподаватель Сухарева Т. М.

Цель



Анамнез

биологический

генеалогический

социальный

Биологический анамнез

- течение беременности
- течение родов
- наличие факторов, ухудшающих нормальное развитие и состояние ребенка в первые 3 года жизни (частые ОРВИ, анемия, рахит, диатезы)

Генеалогический анамнез

Оценивается как индекс отягощенной наследственности (ИОН)

ИОН = Общее число заболеваний всех живых родственников в семье / общее число живых родственников, исключая пробанда

- При **ИОН** от 0 до 0,2 – низкая отягощенность
- От 0,3 до 0,5 – умеренная
- От 0,6 до 0,8 – выраженная
- От 0,9 и выше – высокая

Социальный анамнез

- полнота семьи
- возраст родителей
- образование и профессия родителей
- психологический микроклимат в семье и отношение к ребенку
- наличие или отсутствие в семье вредных привычек
- жилищно-бытовые условия
- материальная обеспеченность семьи
- санитарно-гигиенические условия воспитания ребенка
- 5-6 показателей неблагоприятных – выраженная отягощенность социального анамнеза;
- 3-4 показателя – умеренная

Прогнозирование роста

рост юношей := рост отца +
рост матери / 2

рост девушек = рост отца x 0,923 +
рост матери / 2

Определение должной массы тела (индекс Кетле)

$$\text{ИК} = \text{вес(кг)} / \text{рост}^2 \text{ (м}^2\text{)}$$

- ИК менее 18 – недостаточная масса
- ИК= 18-20 – показатель стройности
- ИК =20-25 – норма
- ИК более 25 – избыток массы

Крепость телосложения (индекс Пинье)

важен при учете подбора физической нагрузки

ИП = Рост стоя(см) – Вес (кг) + окр. Груды на выдохе

- **ИП = 10 – крепкое телосложение**
- **ИП = 10-20 – хорошее**
- **ИП = 21-25 – среднее**
- **ИП = 26-35 – слабое**
- **ИП более 36 – очень слабое**

Подсчет АД

- **Систолическое = $102 + 0,6 \times$
возраст**
- **Диастолическое = $53 + 0,4 \times$
возраст**

Пропорциональность тела

определяется путем измерения запястья

- **долихоморфия – астенический тип – менее 16 см**
- **мазоморфия – нормостенический тип – 19 см**
- **брахиморфия – гиперстенический тип -более 19 см**

Конституция человека

это совокупность функциональных и психологических особенностей, сложившихся на основе наследственных и приобретенных свойств организма и определяющих его реактивность

Грацильный тип

люди миниатюрны, имеют слабый иммунитет, склонны к заболеваниям опорно-двигательного аппарата, крови, гипотонии, нарушения психики, низкий уровень функциональных резервов

Астенический тип

**высокий рост и малый обхват
туловища. Чаще болеют
заболеваниями органов
дыхания, крови, шизофрении.**

**Средний уровень
функциональных процессов,
высокая умственная
способность**

Атлетический тип (нормостенический)

**высокий рост и большой вес,
большая мышечная сила и
жизненная емкость легких. Чаще
страдают поражением суставов,
радикулиты, подагра. Наилучшие
адаптационные возможности.**

Гиперстенический тип

рост ниже среднего, а показатели окружности груди, талии, бедер повышенные. Чаще страдают ожирением, сахарным диабетом, патология желчевыводящих путей, гипертоническая болезнь. Адаптация к нагрузкам низкая

Темперамент

- *Сангвиник* – сильный, уравновешенный тип
- *Холерик* – сильный, легко-возбудимый тип
- *Флегматик* – сильный, малоподвижный человек
- *Меланхолик* – слабый, легко ранимый и быстро утомляющийся

Резистентность

устойчивость организма к воздействию разных факторов

Рассчитывается по количеству острых заболеваний в год

$S = \text{кол-во перенесенных острых заболеваний} / 12 \text{ месяцев}$

- Отсутствие заболеваний – высокая
- 1-3 заб/год – хорошая ($S = 0-0,32$)
- 4-5 забол/год – хорошая ($S = 0,33-0,49$)
- 6-7 заб/год – низкая ($S = 0,5 - 0,66$)
- 8 и более – очень низкая ($S = 0,67$)

Факторы риска здоровью

- **Образ жизни - 49 - 53 %** (Курение, употребление алкоголя, несбалансированное, неправильное питание, вредные условия труда, стрессовые ситуации, низкий образовательный и культурный уровень).
- **Генетика**, предрасположенность человека к наследственным болезням - 18 - 22%.

Факторы риска здоровью

- **Внешняя среда**, загрязнение воздуха, почвы, природно-климатические, и атмосферные явления, повышенные космические и другие излучения – 17-20 %.
- **Здравоохранение - 8**
-10% (Неэффективность профилактических мероприятий, низкое качество медпомощи).

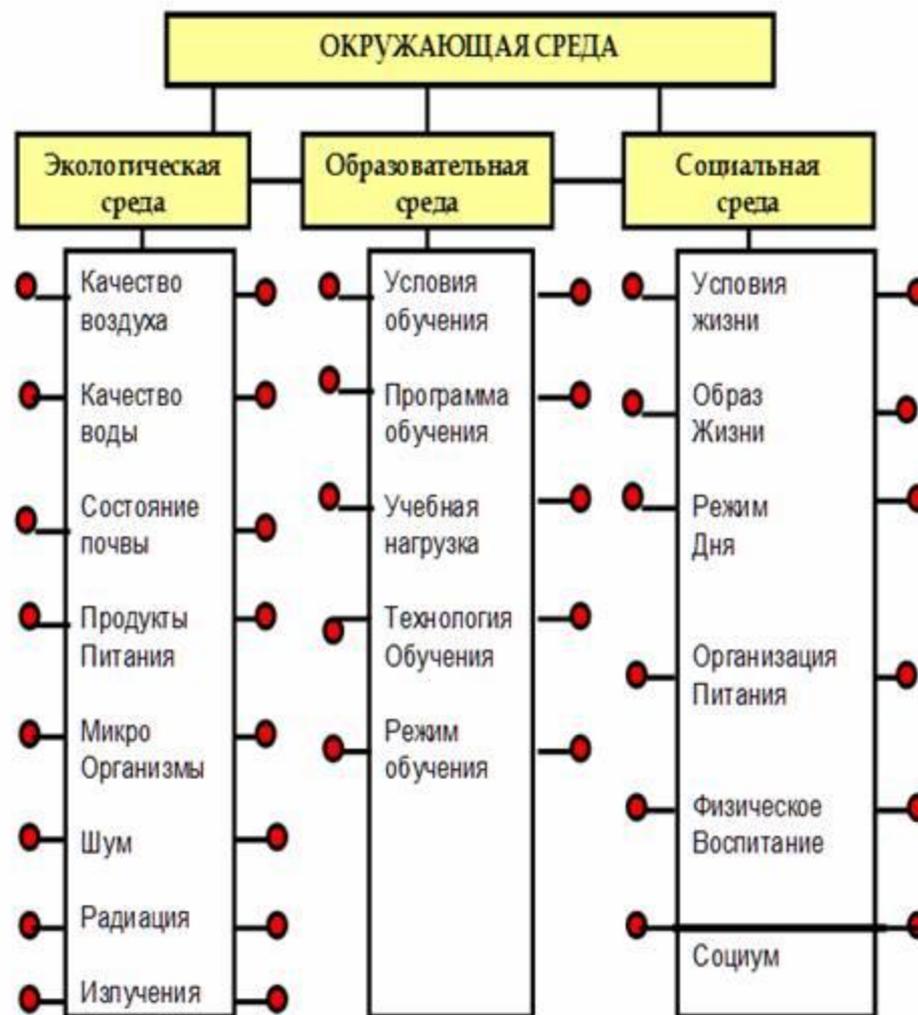
Психическое здоровье детей



ВОЗРАСТНЫЕ ФАКТОРЫ ПОВЫШЕННОГО РИСКА

- **Невысокий рост детей, обуславливающий более интенсивный контакт с почвенными загрязнениями, домашней и уличной пылью.**
- **Высокие физическая активность и интенсивность обменных реакций организма.**
- **Период формирования иммунной и эндокринной систем, в первую очередь, отвечающих за ответ организма на воздействие факторов окружающей среды.**
- **Отсутствие у детей необходимого жизненного опыта в области соблюдения правил санитарии и гигиены.**
- **Сложность проведения стандартных (как правило, инвазивных) медицинских исследований для оценки состояния здоровья.**

Факторы окружающей среды, формирующие здоровье детей

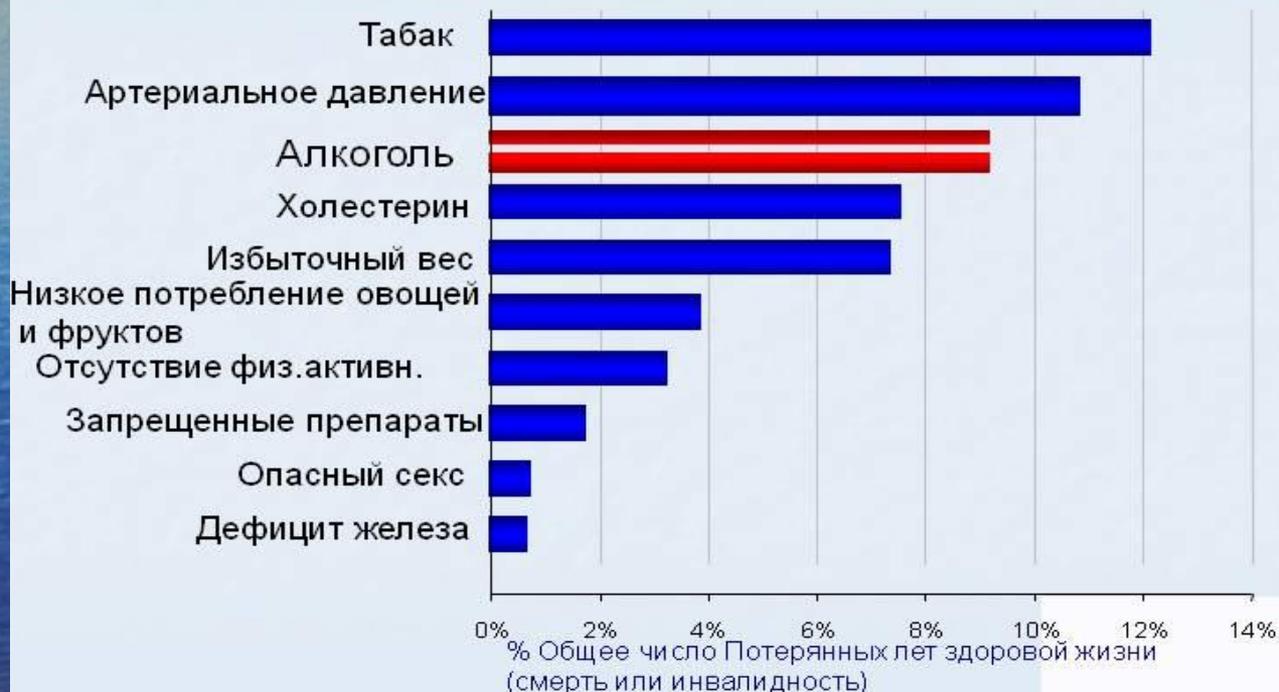


Условные обозначения:  - элементы окружающей среды;  - факторы, среды

Ведущие факторы риска здоровью

Место алкоголя среди 10 ведущих факторов риска здоровью в развитых странах

ВОЗ ставит алкоголь на третье место среди предотвратимых факторов риска преждевременной смерти в развитых странах. Международное сообщество предпринимает меры по уменьшению связанной с алкоголем заболеваемости и смертности.



The World Health Report 2002: http://www.who.int/whr/2002/en/whr2002_annex14_16.pdf

Факторы риска*Биологические*

Хроническая бессонница

Хроническая боль

Беременности в раннем возрасте

Генетические факторы риска

Малая масса тела при рождении

Соматическое заболевание

Нейрохимический дисбаланс

Осложнения в перинатальный период

Психологические

Академическая неуспеваемость и деморализация в учебе

Дефицит внимания

Отклоняющаяся от нормы коммуникация

Эмоциональная незрелость и нарушенный контроль

Чрезмерное употребление психоактивных веществ

Одиночество

Плохие навыки работы и вредные привычки

Нарушения чтения

Нарушение функционирования органов чувств и физические недостатки

Социальная некомпетентность

Социальные

Уход за пациентами с хроническим заболеванием или деменцией

Жестокое обращение с ребенком и заброшенность ребенка

Жестокое обращение с человеком пожилого возраста

Подвергание агрессии, насилию и психологической травме

Семейный конфликт или дезорганизация семьи

Низкий социальный класс

Психическое заболевание у родителя

Злоупотребление психоактивными веществами родителем

Личная утрата – тяжелая утрата

Психотравмирующие события

Употребление психоактивных веществ во время беременности

Защитные факторы*Психологические*

Способность справляться со стрессом

Умение смело смотреть в лицо неприятностям

Способность адаптироваться

Автономия

Раннее стимулирование когнитивного функционирования

Физические упражнения

Чувство безопасности

Чувство хозяина и контроля

Грамотность

Положительные отношения привязанности и раннее формирование связей

Навыки решения проблем

Про социальное поведение

Самоуважение

Навыки, необходимые для жизни

Социальные навыки и умение справляться с конфликтными ситуациями

Социально-эмоциональное развитие

Умение справляться со стрессом

Социальные

Безопасное поведение матери во время беременности

Хорошее воспитание

Хорошие взаимодействия между родителем и ребенком

Социальная поддержка со стороны семьи и друзей

Школа и места работы, способствующие поддержанию психического здоровья

Безопасное и поддерживающее сообщество

Духовное и физическое здоровье — это две неотъемлемые части человеческого здоровья; они должны постоянно находиться в гармоническом единстве. Только при этом обеспечивается высокий уровень индивидуального здоровья (вспомните известное высказывание «в здоровом теле — здоровый дух»).

Физическое здоровье — это здоровье нашего тела, духовное здоровье — это здоровье нашего разума



Спасибо за внимание