

# **Санитарно-гигиеническое обучение населения в системе первичной медико- санитарной помощи населению**

ПМ.01 Профилактическая деятельность  
МДК 01.03 Сестринское дело в системе первичной медико-  
санитарной помощи населению

Преподаватель:  
Костюкова Э.О.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

В результате проведения занятия обучающиеся должны

**уметь:**

- отобрать материал для подготовки фрагмента занятия в Школе здоровья
- подготовить раздаточный материал для пациентов, проходящих обучение в условиях Школы здоровья

**знать:**

- порядок организации деятельности Школ здоровья
- роль медицинской сестры в деятельности Школ здоровья
- принципы группового обучения пациентов в условиях Школы здоровья.

# ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ

**ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.**

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 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

## МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ СВЯЗИ

- ❑ ОП.09. Психология
- ❑ ОГСЭ. 07. Основы деловой культуры

## МЕЖМОДУЛЬНЫЕ СВЯЗИ

- ❑ ПМ.02. Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессе
- ❑ ПМ 04. Выполнение работ по одной или нескольким профессиям рабочих, должностям служащих (Темы «Общение в сестринском деле», «Обучение пациентов»)

# ФРОНТАЛЬНЫЙ УСТНЫЙ ОПРОС

- 1. Перечислите методы обучения**
- 2. Перечислите средства обучения**
- 3. Дайте характеристику методов по эффективности**
- 4. Опишите этапы сестринского обучения.**
- 5. Назовите 3 общепедагогических принципа**
- 6. Назовите 3 принципа андрогогики**

# **ПИСЬМЕННЫЙ ФРОНТАЛЬНЫЙ ОПРОС**

## **Вариант № 1**

- 1. Составьте схему «Этапы сестринского обучения»**
- 2. Перечислите 3 принципа педагогики, используемых при обучении пациентов**

## **Вариант № 2**

- 1. Составьте схему «Методы обучения»**
- 2. Укажите 3 основных принципа андрогогики.**

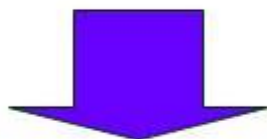
# ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ

**совокупность средств и методов индивидуального и группового воздействия на пациентов и население, направленных на повышение уровня их знаний, информированности и практических навыков по рациональному лечению заболеваний, профилактику заболеваний и повышения качества**



ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ  
по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний

**Основная цель деятельности  
«школы здоровья» пациента**



**формирование**

**взаимной социальной  
ответственности**

**медицинского персонала и  
пациента за сохранение  
здоровья и повышения  
качества жизни**



# Суть деятельности «Школ здоровья»



## Помощь пациентам

**в приобретении и поддержании  
навыков, необходимых им для  
эффективного управления  
собственной жизнью и здоровьем  
в условиях хронического  
заболевания либо в определённые  
периоды жизни (беременность,  
кормление новорожденного)**

## Прогнозируемые результаты профилактической деятельности сестринского персонала

- **стабилизация хронических процессов у пациентов;**
- **снижение числа осложнений после проведенного обучения;**
- **улучшение качества жизни пациента и ухаживающих за ним родственников**

*(как следствие снижения эмоциональной напряженности в семье).*

Законодательная основа  
деятельности «Школ здоровья»



**Приказ**

**Министерства здравоохранения  
Российской Федерации  
от 16.07.2001 года № 269**

**«О введении в действие отраслевого  
стандарта «Сложные и комплексные  
медицинские услуги»**

# КОДИРОВАНИЕ ШКОЛ ЗДОРОВЬЯ

- В04.037.003 Школа для больных с бронхиальной астмой
- В04.040.001 Школа для больных с заболеваниями суставов и позвоночника
- В04.057.003 Школа для пациентов с трансплантированным органом
- В04.058.001 Школа для эндокринологических пациентов с нарушениями роста
- В04.025.001 Школа для пациентов, находящихся на хроническом гемодиализе
- В04.015.001 Школа для больных с артериальной гипертензией
- В04.015.002 Школа для больных с сердечной недостаточностью
- В04.012.001 Школа для пациентов с сахарным диабетом
- В04.001.003 Школа для беременных

**Осознавать  
потребности  
пациентов**

**Учитывать  
познавательные  
возможности  
пациентов**

**Учитывать  
эмоциональное  
состояние  
больных**



**Оценивать  
процесс обучения  
в плане  
терапевтических  
результатов**

**Помогать  
пациентам  
в управлении  
своим  
образом жизни**

**Доходчиво рассказывать  
пациентам  
об их заболевании  
и методах профилактики  
осложнений**

# ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

## «Выбор эффективных методов и средств гигиенического обучения в зависимости от конкретной ситуации»



# ХАРАКТЕРИСТИКА СИТУАЦИИ

- 1. Группа пациентов 8 человек, однородная по возрасту и полу (старше 55 лет, женщины) и заболеванию (сахарный диабет) с отсутствием умений подсчета хлебных единиц.**
- 2. Группа пациентов 10 человек, неоднородная по возрасту (от 21 до 67 лет) и полу, однородная по заболеванию (бронхиальная астма) с убежденностью во вредности ингаляционных кортикостероидов.**
- 3. Группа пациентов 8 человек, неоднородная по возрасту (от 30 до 55 лет, женщины), однородная по заболеванию (сахарный диабет) с отсутствием умений использования глюкометра.**
- 4. Группа пациентов 10 человек, неоднородная по возрасту (от 40 до 60 лет) и полу, однородная по заболеванию (бронхиальная астма).**
- 5. Группа пациентов 8 человек, однородная по возрасту (от 50 до 60 лет, женщины), однородная по заболеванию (гипертоническая болезнь), страдающие избыточным весом.**

# МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

- кабинет (отделение) медицинской профилактики
- центр здоровья,
- дневной стационар
- специализированное (терапевтическое, кардиологическое, эндокринологическое, пульмонологическое) отделение стационара медицинской организации
- санаторий-профилакторий
- санаторий
- центр врача общей практики (семейного врача)
- фельдшерско-акушерский пункт



# **ПОРЯДОК ОБРАЩЕНИЯ ПАЦИЕНТОВ**

- **Направление участкового терапевта**
- **Направление врача – специалиста**
- **Направление лечащего врача  
специализированного отделения  
стационара**
- **Направление врача Центра здоровья  
(отделения медицинской  
профилактики)**
- **Самостоятельное обращение пациента  
(информирован через официальный  
сайт медицинской организации,  
листовки, буклеты)**

# Помещение для Школы здоровья



# ДОКУМЕНТАЦИЯ ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ

- **Программа** – определяет цели, задачи, направления работы;
- **Приказ** о создании и об организации работы школы здоровья - утверждают ответственные лица, план и график работы школ, положение и программа, критерии оценки качества работы школы;
- **Положение** о работе школы здоровья - включает общие положения, цели, задачи, порядок работы школы, оснащение;
- **Учебный план работы** - включает темы, даты/сроки проведения занятий, количество часов на каждую тему, ответственный исполнитель по каждому занятию;
- **Материалы** к каждому занятию – лекции и тезисы (могут утверждаться: главным врачом, заведующим профильного отделения)
- **Журнал учета работы** - указывается дата проведения занятия, тема, Ф.И.О. посещающего школу, подпись ответственного лица;
- **Анализ работы школы** - (по итогам года) с учетом оценки



# ОСНАЩЕНИЕ ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ

- помещение для занятий площадью 4 м<sup>2</sup> на 1 место, не менее 24 м<sup>2</sup>;
- стол
- стулья в количестве 12 штук;
- доска (большой блокнот – флипчарт), мелки, бумага, фломастеры, ручки, карандаши;
- информационные материалы для пациентов (дневники, памятки, буклеты, плакаты и пр.).
- *проектор, компьютер, экран (или телевизор, ноутбук)*
- *принтер, ксерокс, программное обеспечение для создания и обновления базы данных на прошедших обучение пациентов;*
- *аудио- и видеоаппаратура и аудио- и видеоматериалы;*
- *зал ЛФК.*

# Оснащение для практических занятий



# **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: «Оснащение Школы здоровья в зависимости от вида»**

**Проанализировав тематический план  
конкретной Школы здоровья ,  
составьте примерный перечень  
оснащения.**

Работа ведется в малых группах по 4  
человека.

Задача работы группы: выделить лидера,  
проанализировать задачу, прийти к общему  
мнению.

Докладывает 1 человек от группы.

# ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ

- количество занятий – **6 - 8**
- продолжительность обучения пациентов обычно составляет **1-2 месяца**;
- периодичность занятий – **1-2 раза в неделю** (поликлиника) или ежедневно (стационар, санаторий)
- продолжительность занятий **1 час** (макс. 1.5 часа)
- оптимальное количество обучаемых – **8 – 10 человек**



# ОБЪЕМ ИНФОРМАЦИИ

- Причины заболевания
- Принципы лечения
- Профилактика осложнений
- Факторы, влияющие на качество жизни

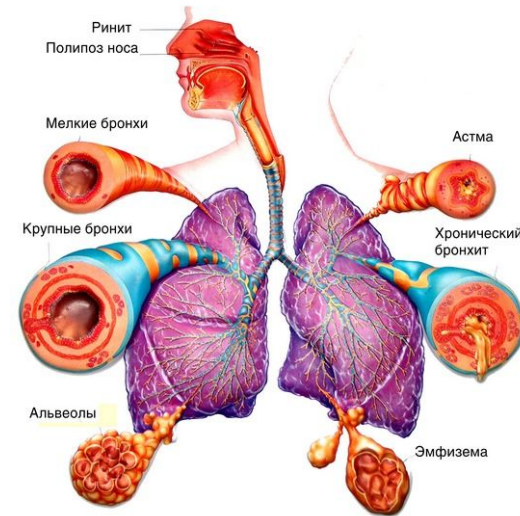


# ИНФОРМАЦИЯ О ПРИЧИНАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- ❑ Строение больного органа, его функция в организме
- ❑ Этиология заболевания (желателен видеофильм)



## Дыхательные пути в норме и патологии



# ИНФОРМАЦИЯ О ЛЕЧЕНИИ

- ❑ Схема применения медикаментозных препаратов
- ❑ Правила подготовки к исследованиям и манипуляциям
- ❑ Правила поведения во время обследований и манипуляций
- ❑ Принципы самоухода **(практические умения)**
- ❑ Действия в неотложной ситуации (криз, приступ)
- ❑ Обучение родственников.



# ИНФОРМИРОВАНИЕ ОБ ОСЛОЖНЕНИЯХ

- ❑ Факторы риска
- ❑ Возможные осложнения
- ❑ Профилактические меры

**ГИПОГЛИКЕМИЯ**



Внезапная слабость    Потливость    Головокружение    Дрожь    Бледность

Двоение, потемнение в глазах    Беспокойство, перемена настроения    Сердцебиение    Внезапное чувство голода    Неадекватное поведение

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

**НЕМЕДЛЕННО ПРИНЯТЬ**



4-5 кусочков сахара    200 мл (стакан) фруктового сока    200 мл напитка на сахаре

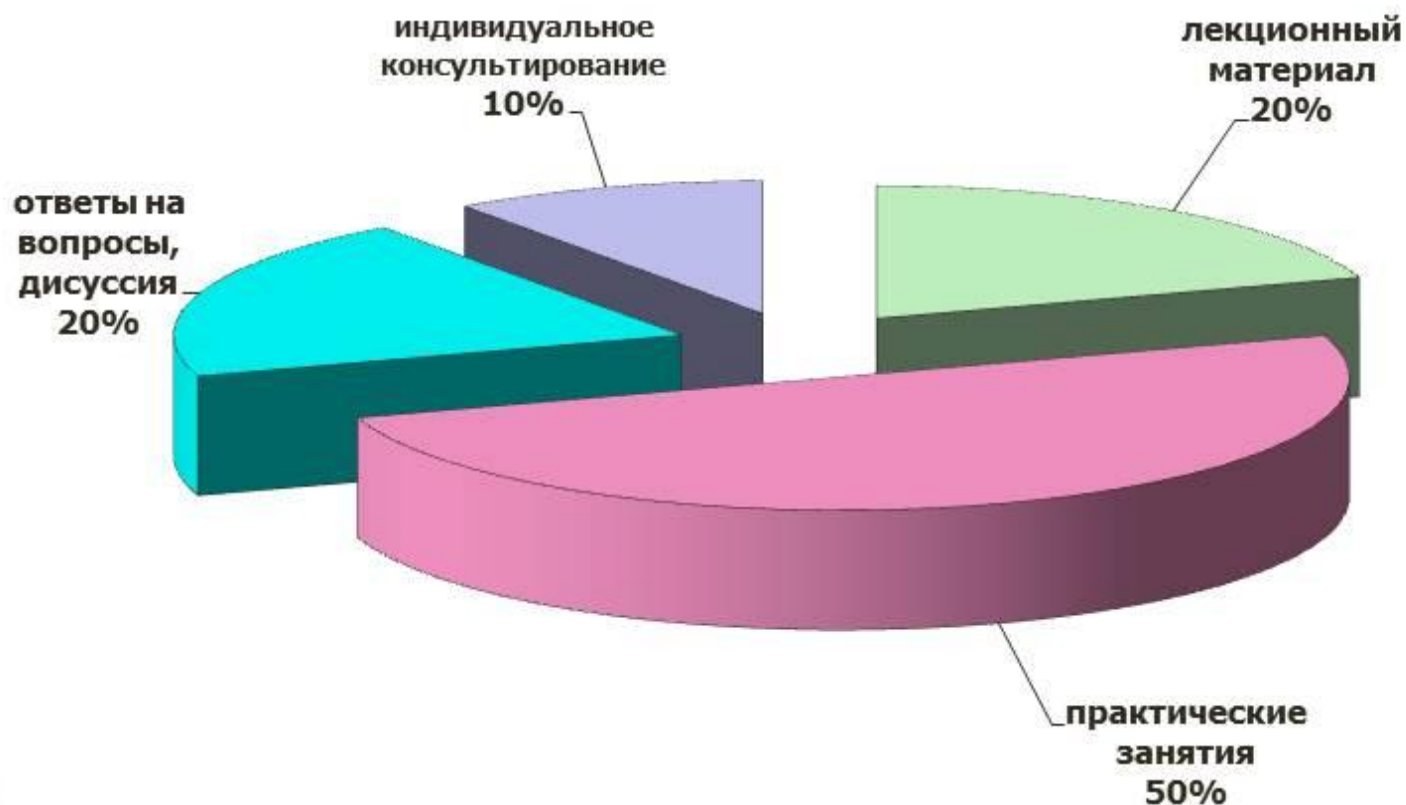
**Всегда имейте при себе сахар!**

# ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

- Запреты
- Ограничения
- Режим труда и отдыха
- Питание
- Физическая активность
- Необходимость общения с окружающими, с природой, с самим собой



# СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ В «ШКОЛЕ ЗДОРОВЬЯ»



# РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

- Памятки
- Буклеты
- Рабочая тетрадь пациента
- Дневники (листы самонаблюдения) пациента
- Тесты для входного и заключительного контроля



# РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

## МОИ ЗАМЕТКИ НА ПАМЯТЬ –

что МНЕ надо ЗНАТЬ, УМЕТЬ И ДЕЛАТЬ,  
чтобы МОЕ артериальное давление не повышалось  
и качество МОЕЙ жизни было хорошим

ФАМИЛИЯ \_\_\_\_\_

ИМЯ \_\_\_\_\_

ОТЧЕСТВО \_\_\_\_\_

ДОМАШНИЙ ТЕЛЕФОН \_\_\_\_\_

Ф.И.О. моего лечащего врача \_\_\_\_\_

Ф.И.О. медицинской сестры \_\_\_\_\_

№ поликлиники \_\_\_\_\_ кабинет врача \_\_\_\_\_

ГРАФИК приема моего врача:

ДНИ ПРИЕМА	НАЧАЛО	ОКОНЧАНИЕ	ИЗМЕНЕНИЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК			
ВТОРНИК			
СРЕДА			
ЧЕТВЕРГ			
ПЯТНИЦА			
СУББОТА			

«ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ» проходит в кабинете \_\_\_\_\_

ГРАФИК работы «ШКОЛЫ»:

ДАТА	НАЧАЛО	ОКОНЧАНИЕ	ИЗМЕНЕНИЯ

4

## ЕСЛИ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ ПОВЫШАЕТСЯ,

то, соблюдая простые, но важные для здоровья правила,  
можно помочь себе самому, повысить эффективность  
назначений врача, улучшить прогноз и качество жизни,  
сохранить хорошее самочувствие и показатели здоровья.

Новый, более здоровый образ жизни  
и новые привычки, НЕ ПОТРЕБУЕТ много  
материальных средств, но ПОНАДОБИТСЯ  
мобилизация силы воли и активных усилий.

## Я ХОЧУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!



Что надо контролировать	На первом занятии	Чего желательно достичь
Артериальное давление		
Вес тела		
Окружность талии		
Общий холестерин		
Сахар крови		

8



## МОЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

(что необходимо знать, уметь и делать)

### КОНТРОЛЬ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ (АД)

Регулярность контроля артериального давления (АД) – это не только измерение АД, это и комплекс мер, направленных на снижение риска осложнений. Если обнаружено повышение давления, рекомендуется:

- пройти рекомендованные врачом обследования,
- определить риск осложнений,
- обратить внимание на факторы риска,
- соблюдать приведенные ниже правила по питанию, двигательной активности и пр.
- Ежедневно измерять АД, особенно это важно при приеме лекарственных препаратов

### заметка для памяти

Запомните эту рекомендацию и напомните ее близким и родственникам!

### ЕСЛИ ДАВЛЕНИЕ РЕЗКО ПОВЫСИЛОСЬ И РАЗВИЛСЯ КРИЗ

- Необходимо не только измерить артериальное давление, но и записать его в дневник или на лист бумаги.
- Вызвать врача «скорой помощи».
- Взять под язык препараты быстрого действия: каптоприл (капотен) 25-50 мг, коринфар 10 мг.
- В случае появления загрудинных болей (проявление стенокардии) – принять нитроглицерин под язык.
- Не применять неэффективные средства – таблетки папазола, дибазола.
- Нельзя резко снижать АД в течение короткого промежутка времени.
- Дальнейшие действия определит врач «скорой помощи».

### НАЗНАЧЕНИЯ ВРАЧА И РЕКОМЕНДАЦИИ

Соблюдение рекомендаций врача поможет:

- избавиться от заболевания, если давление повышается незначительно;
- быстрее добиться снижения давления и уменьшить дозы лекарств при стойком повышении давления.



Приведенные ниже советы помогут вместе с рекомендациями врача успешнее контролировать АД



# **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА**

## **«Анализ раздаточного и демонстрационного материала для пациентов»**

- Проанализируйте предоставленный раздаточный материал.
- Выскажите свои критические замечания.
- Сформулируйте принципы создания эффективной памятки, рабочей тетради пациента (шрифт, размер, оформление, содержание).

**Работа ведется в малых группах по 4 человека.**

**Задача работы группы: выделить лидера, проанализировать памятки, прийти к общему мнению.**

**Докладывает 1 человек от группы.**

# ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

1. Какие виды «Школ здоровья» выделены в соответствии с ОК СКМУ? Какие варианты, с Вашей точки, зрения могут быть добавлены в данный перечень?
2. Охарактеризуйте цели и задачи деятельности «Школ здоровья».
3. Охарактеризуйте объем информации, который может предоставляться пациенту и его родственника на занятиях в «Школе здоровья».
4. С какими проблемами психологического характера может столкнуться медицинская сестра в процессе проведения «Школы здоровья»?

# ЗАДАНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- Используя текст учебника Проведение профилактических мероприятий/Под ред. С.И. Двойникова. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2015 на **стр. 339-350**, дополнительные информационные ресурсы, подготовить **комплект информационного материала для организации одного занятия** в выбранной Школе пациента (задание выполняется в малой группе из 2-3 человек) – тексты, картинки, тесты. Материал принести на практическое занятие на флеш-носителе.
- Используя текст учебника Проведение профилактических мероприятий/Под ред. С.И. Двойникова. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2015 на **стр. 114 – 127**, подготовить к тестированию и устному фронтальному опросу.