

# ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ

Основные методы

Выполнила :  
Дроголюбская Е.Г.

# МЕТОДЫ

устный

печатный

Изобрази  
тельный

Их  
комбинации

# Устный метод *особенности:*



- самый распространенный
- самый доступный, т.к. не требует материальных затрат и может применяться в любых условиях;
- позволяет устанавливать личный контакт со слушателем
- видоизменять изложение материала (гибкость метода);
- позволяет быстро реагировать на самые важные вопросы дня.

# Средства устного метода

## ЛЕКЦИЯ



- монолог.
- Слушатели относительно пассивны.
- За небольшой период времени (45-60 мин.) она позволяет осветить значительный по объему материал.
- Количество слушателей не ограничено.

# Средства устного метода беседа



- коллективное обсуждение темы.
  - Число участников не должно превышать 25 человек.
  - Продолжительность в среднем 0,5 часа.
- Преимущество беседы** – активность участвующих в ней.
- Слабая сторона** - много времени уходит на прямые и наводящие вопросы, ожидание и уточнение ответов и т.д.

# Средства устного метода индивидуальные беседы



- не планируемые
- ведутся при амбулаторном приеме больного, при патронаже, в процессе санитарного надзора и т.д.,
- нацелены на обсуждение сути дела и конкретные советы.

# Средства устного метода агитационно-информационные сообщения



- это маленькая лекция  
медицинского работника в холле,  
палате и т.д.
- задача таких выступлений –  
рассказать, что и как надо делать  
для скорейшего выздоровления,  
для предупреждения болезни и т.  
д.
- сжатость изложений (10-15 мин.),
- сугубо практическая  
направленность.

# Средства устного метода курсовое гигиеническое обучение



- групповая форма гигиенического воспитания
  - несколькими специалистами
  - цикла занятий с группами лиц (объединенных по возрастному, профессиональному и др. признакам) - по специальной программе
  - с целью систематического изложения знаний по определенной тематике, связанной со здоровьем, и формирования соответствующих практических умений.
- Организация курсового обучения может осуществляться путем создания народных университетов, школ матерей, курсов и т.д.



# ПЕЧАТНЫЙ МЕТОД

## *особенности:*

Лекарство от глупости  
уже существует...



Читайте книги!

- найти любой материал по интересующему его вопросу;
- использовать для чтения любое удобное место, время;
- сам устанавливать для себя ритм, темп чтения
- читать книгу по частям, перечитывая отдельные ее главы и места;
- приобрести нужное издание и всегда иметь под руками как справочник.

# Средства печатного метода **ЛОЗУНГ**



призыв, обращение к населению с краткой рекомендацией по охране здоровья или требованием.

*Соблюдайте чистоту!*

# Средства печатного метода

## ЛИСТОВКА



**МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР  
XXI ВЕК**

www.mc21.ru  
38-002-38

**ОТКРЫТО НОВОЕ ОТДЕЛЕНИЕ**

**АДРЕС:** ул. Гастелло, 22



ул. Басейная  
ул. Ленсовета  
ул. Фрунзе  
ул. Победы  
ул. Гастелло  
Московский пр.  
Парк Победы

Вы здесь  
Новое отделение

**МЕДИЦИНА КАЖДОГО ДНЯ**



**ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ**

**УСЛУГИ:**

УЗИ, ФГДС, колоноскопия	мануальная терапия
ЭКГ, ЭХОКГ	вакцинация
нейросонография	физиотерапия
все виды анализов	массаж

**СПЕЦИАЛИСТЫ:**

• педиатры	• нефрологи
• терапевты	• кардиологи
• хирурги	• офтальмологи
• гинекологи	• дерматологи
• урологи	• эндокринологи
• ортопеды	• аллергологи
• ЛОР-врачи	• гастроэнтерологи
• неврологи	• и другие специалисты

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

агитационно-информационный текст, чаще всего оповещающий о каких – либо медицинских мероприятиях. Чаще – это сжатая статья.

Например:  
о профилактических осмотрах, прививках.

# Средства печатного метода

## ПАМЯТКА



малообъемное печатное средство массовой пропаганды. Содержит конкретные советы по определенным вопросам для отдельных групп здоровых или больных людей.

Например: для больных гипертонией, гепатитом, для курящих, употребляющих алкоголь и тд.

# Средства печатного метода буклет



иллюстрированное издание. Текст и иллюстрации расположены на одном листе, сложенном по сгибам. Читают, раскрыв, как ширму.

## Средства печатного метода

**брошюра**

**журнал**

**книга**

малоформатное текстовое издание, в популярной форме освещающее различные вопросы охраны, укрепления здоровья, профилактики заболеваний.

научно-популярное периодическое иллюстрированное издание, которое содержит материал по различным аспектам здоровья и профилактики заболеваний.

научно-популярное издание, в котором комплексно излагаются вопросы охраны и укрепления здоровья. Текст книги должен быть понятным, доступным, иллюстрирован примерами.

# Средства печатного метода санитарный бюллетень

это санитарно-просветительная стенная газета на одну тему с наличием в ней местного материала и примеров. В ней могут быть использованы различные жанры стеноидной печати – статьи, заметки, юмор, сатира, корреспонденция, интервью, репортажи – и все это на одну тему.

## БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА

### МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ БОЛЕЗНИ

При астме нарушается проходимость бронхов из-за воспаления слизистой бронхов и бронховидной гиперреактивности. Препятствует бронховидной обструкции при астме: спазм гладкой мускулатуры, отек слизистой оболочки бронхов, увеличение количества слизи, гиперсекреция желез, спазм сосудов. В результате отека и увеличения слизистой оболочки бронхов, в частности, из-за увеличения выработки слизи железами, расположенными в стенке бронхов. Но все эти процессы имеют первостепенное значение в развитии астмы. Во время приступа астмы происходит спазм бронхов на различных раздражающих факторы. Вследствие чего возникает кашель, свистящее дыхание. Пронизываемость дыхательных путей резко снижается, нарушается газообмен в легких, что выливается в недостаточное поступление кислорода и накопление избыточного количества углекислого газа. Организм пытается восстановить нормальный газообмен респираторными путями, что выливается в виде одышки, и выводит мокроту, которая мешает дыханию, при кашле кашляет. При прохождении воздуха в бронхах с мокротой возникает звуковые колебания – хрипы, которые слышны даже на расстоянии.

### МИКРОКЛЕЩИ ДОМАШНЕЙ ПЫЛИ

Важную роль в формировании бытовой аллергии играют микроскопические клещи, содержащиеся в коврах и диванных чехлах, в постельных принадлежностях и мягкой мебели, в мягкой игрушке и детской обуви, под ламинатом и т.д. Аллергены содержатся в теле клещей и продуктах их жизнедеятельности. Температура воздуха +22-26 градусов С и относительная влажность в помещении более 55% – вот наилучшие условия для роста клещей. При клещевой бронховидной астме обострения случаются круглый год, хотя усугубляются в весенне-осенний периоды. Особую часть составляют ночные приступы – из-за длительного контакта с мягкой мебелью.

### АЛЛЕРГЕНЫ

Хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей, характеризующееся бронховидной обструкцией и гиперреактивностью бронхов. Основным проявлением заболевания являются приступы удушья различной тяжести и частоты.

ПРИЧИНЫ заболевания могут быть:

- неинфекционные аллергии (пыльцевые, пылевые, пищевые, лекарственные, аллергия на косметику, укусы насекомых);
- инфекционные агенты (вирусы, бактерии, грибы и др.);
- наследственность;
- химические и механические воздействия (пыль, смог, холодное);
- физические факторы (воздействие температуры и влажности воздуха);
- нервно-психические, стрессовые воздействия.

У детей чаще наблюдается бронховидная астма наследственного происхождения.

### ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ

Лечение бронховидной астмы начинается врачом с учетом тяжести течения и периода болезни (ремиссия, обострение). Для лечения используются препараты базисной терапии, воздействующие на механизм заболевания, подконтроль которых пациенту необходимо вести, и симптоматические препараты, влияющие только на гладкую мускулатуру бронховидных путей и снимающие приступ.

Профилактика бронховидной астмы должна проводиться с детства, особенно в семье, имеющей предрасположенность к аллергиям. Необходимо сокращение контакта с аллергенами, соблюдение диеты, исключение факторов риска развития заболевания и задержка заболевания. Помимо медикаментозного лечения бронховидной астмы широко используются немедикаментозные методы, одной из которых является галотермия.

### СОЛЯНАЯ КОМНАТА

Галотермия (греч. halo - соль) – метод лечения пребыванием в искусственно созданной микроклимате соляных пещер, где основным действующим фактором является сухой солевой аэрозоль.

Галотермия широко применяется как в курортных, так и городских медицинских центрах. Аэрозоли солей тормозят размножение микробов в дыхательных путях, предотвращая развитие воспалительного процесса. Адаптация организма к специфическому микроклимату галотермии (солевой комнаты) сопровождается активацией симпатико-адреналовой системы, усилением выработки гормонов эндокринными органами. Увеличивается количество фагоцитирующих макрофагов и Т-лимфоцитов, уменьшается содержание иммуноглобулинов А, G и E, повышается плотность активности сыворотки крови. У пациентов с бронховидной астмой галотермия способствует удлинению периода ремиссии и переводу пациента на более низкую степень тяжести, что влечет за собой и возможность перехода к меньшим дозам и более щадящим средствам базисной медикаментозной терапии.

ООО «Центр профилактики оздоровления ЛЕКАРЬ» г. Сыктывкар, ул. Куратова, д. 83 тел.: 420-400

# Изобразительный метод особенности:



- изображенная информация лучше воспринимается. Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.
- изобразительный метод редко используется самостоятельно
- изобразительные средства легко комбинируются со средствами других методов пропаганды.



# Средства изобразительного метода

## натуральные объекты



Это подлинные предметы и препараты, используемые для демонстрации, н-р: коллекция грибов, насекомых, предметов для оказания первой помощи, средства личной гигиены и тд.

# Средства изобразительного метода

## Объемные воспроизведения натуральных объектов.

- точная копия природы по форме, размерам, окраске

муляж

- значительно уменьшенная копия природы, передающая наиболее характерные черты объекта (н-р: макет квартиры, детскосада).

макет

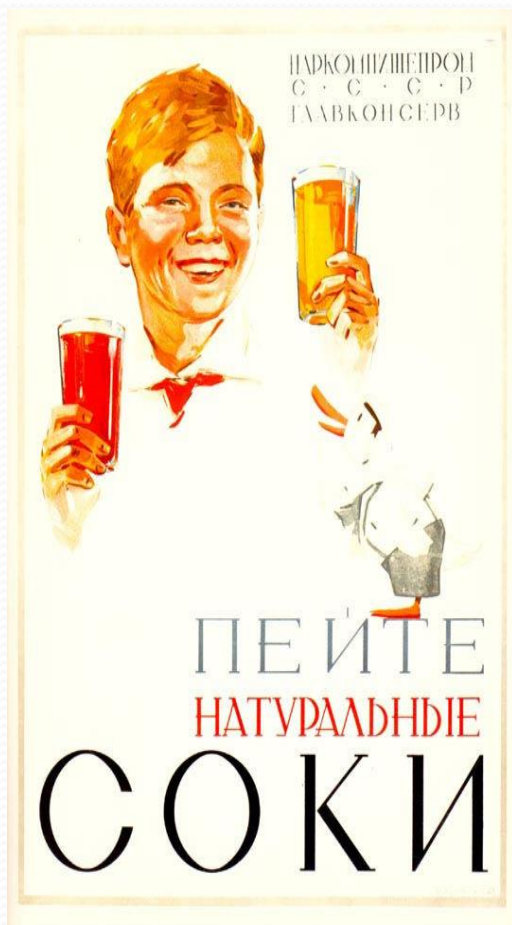
- уменьшенная или увеличенная копия природы, однако менее точно отображающая ее детали (н-р: разборная модель уха)

модель

# Средства изобразительного метода

## плоскостные изобразительные средства

### Плакат.



агитационный	пропагандистский
Призывающий Характеризует крупное, яркое изображение и короткий текст - призывный лозунг	Разъясняющий Содержит больше текста, чтобы дать населению определенные знания.

Средства изобразительного метода  
плоскостные изобразительные средства

слайды

фотографии

схемы

диаграммы

# Анкетирование



один из наиболее распространенных и эффективных методов сбора первичной социологической и статистической информации.

# Анкетирование

Цель анкетирования состоит в том, чтобы быстро и без больших затрат времени и средств получить объективное представление о мнении сотрудников по той или иной проблеме.



# Спасибо за внимание!

