

Программа дополнительного вступительного испытания профессиональной направленности

Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни.

Здоровье человека – определение, общие понятия (здоровье индивидуальное и общественное; здоровье физическое (соматическое), психическое и социальное). Основные факторы, определяющие здоровье человека. Влияние окружающей среды на здоровье человека.

Сохранения и укрепления здоровья как социальная потребность человека и общества. Некоторые показатели, характеризующие здоровья населения – общая продолжительность жизни, продолжительность здоровой жизни и др. Основные причины и факторы преждевременной смерти населения Российской Федерации – возрастные и гендерные особенности. Пути профилактики дорожно-транспортного травматизма, суицидов среди подростков.

Здоровый образ жизни и составляющие его элементы. Ключевые аспекты здорового образа жизни. Санитарная грамотность населения – определение, основные понятия. Основные элементы жизнедеятельности человека, их рациональное сочетание. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности человека.

Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Основные виды физической активности, рекомендуемые значения нагрузки и ее периодичность для различных возрастных групп населения. Значение питания для здоровья человека. Современные требования к здоровому питанию.

Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек. Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь, его влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя. Пути профилактики алкоголизма среди молодежи. Основные формы и виды табакокурения, краткая характеристика. Влияние табачного дыма и дыма электронных сигарет на организм человека. Способы отказа от курения. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия и пути профилактики наркомании, токсикомании.

Личная гигиена – значение в обеспечении здоровья человека. Гигиена тела человека. Гигиена сна и отдыха. Гигиена одежды и обуви. Гигиена жилища.

Основные понятия о репродуктивном здоровье человека. Нежелательная беременность, пути её предупреждения.

Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных и основных неинфекционных заболеваний.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Иммуитет человека – виды. Наиболее распространенные инфекционные заболевания, механизм передачи, проявления, способы профилактики. Специфическая и неспецифическая профилактика инфекционных заболеваний. Значение вакцинации населения для профилактики наиболее распространенных инфекционных заболеваний человека (грипп, корь, туберкулез и т.п.).

Болезни, передаваемые половым путем – краткая характеристика, основные возбудители, пути передачи, причины, способствующие заражению, проявления, меры профилактики. ВИЧ-инфекция – краткая характеристика, пути заражения, основные проявления и способы профилактики.

Основные неинфекционные заболевания человека (сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет, онкологические заболевания): пути профилактики. Диспансеризация населения – основные задачи.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.

Определение понятия «Первая помощь», актуальность оказания первой помощи. Нормативно-правовая база, регламентирующая оказание первой помощи в Российской Федерации. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь и перечень мероприятий по оказанию первой помощи.

Универсальный алгоритм оказания первой помощи. Перечень мероприятий по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи. Порядок вызова скорой медицинской помощи.

Порядок определения наличия сознания у пострадавшего. Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего. Мероприятия по проведению базовой сердечно-легочной реанимации. Особенности проведения базовой сердечно-легочной реанимации у детей. Порядок использования наружного дефибриллятора. Мероприятия первой помощи при обструкции дыхательных путей инородными предметами. Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей. Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения. Мероприятия первой помощи при травмах различных областей тела. Особенности оказания первой помощи при утоплении, поражении электрическим током, отравлении угарным газом. Мероприятия по подробному осмотру пострадавшего. Правила личной безопасности при оказании первой помощи.

Литература:

1. Оказание первой помощи пострадавшим. Практическое пособие, - М., МЧС России 2010. – 80 с. Доступно по ссылке: <http://www.mchs.gov.ru/upload/site1/rus.pdf>
2. Оказание первой помощи пострадавшим. Памятка, – М., ФКУ ЦЭПП МЧС России, 2015. – 92 с. Доступно по ссылке: http://www.mchs.gov.ru/upload/site1/document_file/AfYX9NREiM.pdf
3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10-11 класс. - М. : Просвещение, 2019. - 272 с.
4. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник. 10 класс. - М. : Просвещение, 2019. - 375 с.
5. Латчук В.Н., Миронов С.К. и др. - Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10 класс. Учебник. – М.: Дрофа, 2019. – 256 с.
6. Латчук В.Н., Миронов С.К. и др. - Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10 класс. Рабочая тетрадь. – М.: Дрофа, 2019. – 144 с.
7. Программа «Здоровая Россия» - информационно-справочный портал Министерства здравоохранения Российской Федерации. Электронный ресурс. URL: <http://takzdorovo.ru/>