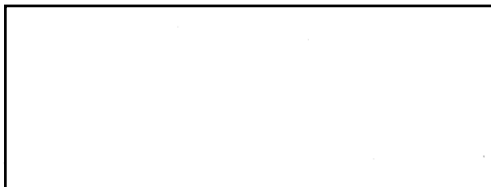


Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Пермский государственный медицинский университет
имени академика Е.А. Вагнера»
Министерства здравоохранения Российской Федерации



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-научной деятельности
ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет
им. академика Е.А. Вагнера»
Минздрава России

«27» ноября 2017 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Специальность 31.05.01 Лечебное дело (для иностранных обучающихся с использованием языка-посредника, английский язык)

Направление (профиль) Лечебное дело

Форма обучения Очная

Срок освоения дисциплины Курс VI, Семестр XII

Кафедра поликлинической терапии

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 31.05.01 Лечебное дело, утвержденного Министерством науки и высшего образования Российской Федерации от 12.08.2020 г. № 988.

Разработчики рабочей программы:
доцент

А.В. Петрищева

Содержание:

№	Название и номера разделов	Стр.
1.	Вводная часть	4
2.	Основная часть	11
3.	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	20
4.	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)/практики	22
5.	Изменения и дополнения в рабочую программу дисциплины (модуля)/практики	25

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1.1. Цель и задачи освоения дисциплины

Современная концепция здоровья считает необходимым привлечение пациента к решению его собственных проблем.

Тематика данной дисциплины направлена на достижение следующих **целей**:

- Ознакомить обучающихся с понятием «здорового образа жизни».
- Ознакомить будущих врачей-терапевтов поликлиники с принципами обучения пациентов с хронической неинфекционной терапевтической патологией.
- Ознакомить будущих врачей-терапевтов поликлиники с нормативно-правовым регулированием работы Школ здоровья, принципами организации и структурой занятий, комплектностью групп, ведением документации.
- Определить степень участия системы здравоохранения в сохранении и укреплении здоровья, формирование ответственности за здоровье.
- Подготовить специалистов, умеющих грамотно организовать и провести «Школы здоровья для пациентов с хроническими терапевтическими заболеваниями».
- Формирование культуры отношения к укреплению здоровья, профилактике заболеваний с учетом потенциальных и имеющихся проблем.

При этом **задачами** дисциплины являются:

1. Формирование навыков здорового образа жизни.
2. Подготовка студентов к проведению мер по укреплению и поддержанию здоровья населения различных возрастных групп;
3. Формирование навыков обучения пациентов с хронической неинфекционной терапевтической патологией.
4. Формирование у слушателя навыков общения с пациентами, обучающимися в Школе с учетом этики и деонтологии в зависимости от выявленной патологии и характерологических особенностей пациентов.
5. Обучение принципам организации «Школы здоровья для больных с терапевтическими заболеваниями», ведение учетно-отчетной документации.
6. Определение структуры занятий, формирование групп больных, контроль эффективности обучения.
7. Освоение методики проведения Школ для больных с артериальной гипертензией, ишемической болезнью сердца, хронической сердечной недостаточностью, фибрилляцией предсердий, метаболическим синдромом, хроническим гастритом, язвенной болезнью и др..

1.2. Место учебной дисциплины (модуля) в структуре ОПОП университета

1.2.1. Учебный модуль «Здоровый образ жизни» относится к дисциплине «Поликлиническая терапия».

1.2.2. Для изучения данного модуля необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

- **Пропедевтика внутренних болезней**

Знания: методы физикального обследования терапевтического больного, интерпретации результатов лабораторного и инструментального обследования: общего анализа крови, анализа мочи, анализа мочи по Нечипоренко, Зимницкому, анализа плевроплевральной жидкости, ЭКГ, УЗИ, КТ, МРТ и др.

Умения: физикальное обследование: пальпировать грудную клетку, провести сравнительную и топографическую перкуссию легких, аускультировать легкие; пальпировать область сердца, перкутировать сердце, исследовать пульс, определять артериальное давление по методу Короткова, аускультировать сердце; пальпировать живот, пальпировать и перкутировать печень, селезенку, почки, пальпировать лимфатические узлы и щитовидную железу и др.

Навыки: физикального обследования терапевтического больного, интерпретации лабораторных данных, а также интерпретации ЭКГ при различных состояниях УЗИ, КТ, МРТ и др.

• Лучевая диагностика

Знания: нормальной рентгенографической картины легких, сердца в 3-х проекциях, позвоночника и костей скелета, а также рентгенологической картины при приобретенных пороках сердца, пневмониях, плеврите и раке легкого, рентгенографии суставов при ревматоидном артрите, остеоартрозе и подагре.

Умения: использовать средства защиты от ионизирующего излучения для снижения лучевой нагрузки на пациента и медицинский персонал при проведении рентгенологических исследований; провести анализ и интерпретацию результатов рентгенологического исследования органов и систем в норме и при патологии; на основании анамнеза и клинической картины болезни определить показания и противопоказания к лучевому обследованию; оформить направление больного к лучевому диагносту-терапевту и осуществить подготовку больного к лучевому обследованию; совместно с врачом лучевым диагностом наметить объем и последовательность лучевых исследований (рентгенологическое, ультразвуковое); самостоятельно опознать изображение всех органов человека и указать основные анатомические структуры на рентгенограммах, ангиограммах, компьютерных и магнитно-резонансных томограммах, ультразвуковых сканограммах, сцинтиграммах, термограммах; распознавать по рентгенограммам вывих и перелом кости. Путем сопоставления клинических и рентгенологических данных распознать пневмонию, экссудативный плеврит, прободной пневмоперитонеум, острую механическую непроходимость кишечника, инородное тело бронхов, пищевода, мягких тканей. При консультации лучевого диагноста или с помощью протокола лучевого исследования правильно оценить морфологические и функциональные изменения при наиболее частых заболеваниях легких, сердца, пищевода, кишечника, печени, желчного пузыря, костей и суставов.

Навыки: интерпретации нормальной рентгенографической, томографической картины легких, сердца в 3-х проекциях, позвоночника и костей скелета, рентгенологической картины при приобретенных пороках сердца, пневмониях, плеврите и раке легкого, рентгенографии суставов при ревматоидном артрите, остеоартрозе, подагре и анкилозирующем спондилоартрите.

• Клиническая фармакология

Знания: основных принципов применения современных гипотензивных, антиангинальных, антиаритмических, диуретических, антимикробных, противовоспалительных, иммуносупрессивных препаратов и средств, влияющих на гемостаз, а также их побочные действия и противопоказания к применению.

Умения: назначить конкретному больному адекватную медикаментозную терапию и выписать рецепты.

Навыки: назначения адекватной терапии терапевтическим больным, в том числе с коморбидной патологией.

• Оториноларингология

Знания: Анамнез и методика обследования больного, семиотика, этиопатогенез, клиника и лечение ЛОР - патологии (заболеваний верхних дыхательных путей). Заболевания ротоглотки: острый и хронический фарингит, хронический тонзиллит, ангина. Заболевания носа: острый и хронический ринит, аллергический ринит.

Заболевания придаточных пазух: острый и хронический гайморит, острый и хронический фронтит.

Умения: назначить конкретному больному адекватную медикаментозную терапию и выписать рецепты.

Навыки: назначения адекватной терапии ЛОР - больным, в том числе с коморбидной патологией.

- **Факультетская терапия**

Знания: лабораторной диагностики функционального состояния печени, оценка нормальной секреторной функции желудка, при язвенной болезни, гастрите; результаты дуоденального содержимого при холецистите, холангите; ЭКГ при различных состояниях, лабораторные показатели активности ревматического процесса; рентгенографическую, эндоскопическую картину при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, рентгенологическую картину при пневмониях, плеврите и раке легкого.

Умения: оценить физикальные данные систем и органов у пациентов с терапевтической патологией, интерпретировать данные лабораторных и инструментальных методов обследования

Владение: функционального состояния печени, секреторной функции желудка и ее оценки при язвенной болезни, гастрите; оценки результатов анализов при холецистите, оценки изменения анализов кала при язвенном колите, болезни Крона и панкреатите; оценки рентгенографических и колоноскопических признаков язвенного колита и болезни Крона; оценки рентгенографической картины при язвенном колите и болезни Крона, язвенной болезни, пневмониях, плеврите; оценки изменения гормонального статуса при гипер-и гипотиреозе, гиперкоотицизме. Владеть навыками диагностики и лечения больных при неотложных состояниях: ангинозном статусе, гипертоническом кризе, кардиогенном шоке, септическом шоке и др.

- **Пропедевтика внутренних болезней**

Знания: сбора анамнеза, физикального осмотра и интерпритации лабораторных и инструментальных показателей

Умения: провести опрос и осмотр пациентов с терапевтической патологией.

Навыки: пальпации грудной клетки, сравнительной и топографической перкуссией легких, аускультации легких; пальпации области сердца, перкуссии сердца, исследования пульса, определения артериального давления по методу Короткова, аускультации сердца, пальпации живота, пальпации и перкуссии печени, селезенки, почек, лимфатических узлов; записи ЭКГ; интерпретации КТ, МРТ, написания истории болезни, оценки лабораторных показателей; оценки ЭКГ-признаков при различных состояниях, оценки показаний и критерий оценки велоэргометрии, тредмила, длительного мониторингирования АД, ЭКГ.

Госпитальная терапия

Знания: этиология, патогенез, клинические проявления основных заболеваний внутренних органов; на основе собранной информации о больном, интерпретации данных объективного обследования, лабораторных, инструментальных и специальных методов исследования поставить развернутый клинический диагноз; метод дифференциальной диагностики в пределах разбираемых нозологических форм; основные принципы профилактики и лечения заболеваний внутренних органов и неотложных состояний; – основные принципы индивидуализированной терапии; принципы ведения медицинской документации; основы этиологии, патогенеза, клинических проявлений неотложных состояний и принципы оказания неотложной помощи при них.

Умения: собрать и оценить анамнез. Провести клиническое обследование пациента. Трактовать выявленные при обследовании изменения со стороны различных систем и органов, знать их диагностическую дифференциально-диагностическую значимость. Оценить результаты лабораторных и инструментальных методов исследования и использовать их для диагностики болезней внутренних органов. Оценить

выявленные при обследовании пациента патологические изменения и сформулировать предварительный и окончательный диагнозы. Обосновать этиологическую, патогенетическую и посиндромную терапию при различных патологических состояниях. Уметь диагностировать и оказывать неотложную помощь в экстренных ситуациях.

Владения: навыками общения с пациентами с различной патологией внутренних органов. Проводить объективное обследование пациента, получать объективные данные при физикальном обследовании, интерпретировать полученные данные и результаты дополнительных методов исследования с учетом анатомо-физиологических особенностей и возрастных норм. Оценивать результаты общего анализа крови, мочи, кала, мокроты, анализа дуоденального и желудочного содержимого, плеврального выпота, а также биохимического анализа крови при различных заболеваниях внутренних органов. Навыками расшифровки ЭКГ, снятого у здорового человека, а также иметь понятие об ЭКГ с простейшими нарушениями ритма и проводимости, гипертрофией миокарда желудочков, инфарктом миокарда и др. Уметь интерпретировать результаты КТ, МРТ и др. Навыками изложения результатов обследования больного в виде истории болезни с выделением основных клинических синдромов и обоснованием предварительного диагноза, составлением плана дальнейшего обследования больного. Проводить дифференциальный диагноз синдромосходных состояний. Поставить и обосновать диагноз больного согласно современной классификации. Оказывать первую врачебную помощь при жизнеугрожающих ситуациях, связанных с терапевтической патологией.

• Общественное здоровье и здравоохранение

Знания: Государственная система организации охраны здоровья, организация санаторно-курортной помощи. Перспективы развития здравоохранения в стране и за рубежом. Организация стационарной и амбулаторной терапевтической помощи. Национальный проект «Здоровье». Экспертиза. Принципы диспансеризации населения. Основы профилактической и реабилитационной помощи.

Умения: ведение медицинской документации, выписка листков нетрудоспособности

1.3. Требования к результатам освоения модуля

1.3.1. Виды профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания данной дисциплины:

1. профилактическая
2. диагностическая
3. лечебная
4. реабилитационная
5. психолого-педагогическая

1.3.2. Изучение данного модуля направлено на формирование у обучающихся следующих общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

Общепрофессиональные компетенции, которые должны быть сформированы у выпускника в ходе освоения образовательной программы и индикаторы их достижения:

Наименование категории общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции	Оценочные средства
Здоровый образ жизни	ОПК-2. Способен проводить и	ОПК-2. ИД1 – Анализирует информированность	Тестирование, практические

	осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	населения о здоровом образе жизни и медицинской грамотности. ОПК-2. ИД2 – Разрабатывает план организационно-методических мероприятий, направленных на повышение информированности населения о здоровом образе жизни, его грамотности в вопросах профилактики болезней. ОПК-2. ИД3 – Готовит устное выступление или печатный текст, пропагандирующие здоровый образ жизни и повышающие грамотность населения в вопросах профилактики болезней ОПК-2. ИД4 – Организует и проводит медицинские осмотры с учетом возраста, состояния здоровья, профессии в соответствии с действующими нормативными и правовыми актами и иными документами ОПК-2. ИД8 – Назначает профилактические мероприятия пациентам с учетом факторов риска в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи с учетом стандартов медицинской помощи ОПК-2. ИД9 – Контролирует соблюдение профилактических мероприятий	навыки, собеседование, написание рефератов, составление презентаций, выступление с докладом
--	--	---	--

		ОПК-2.ИД13 - Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ ОПК-2. ИД14 Оценивает эффективность профилактической работы с пациентами	

Профессиональные компетенции, которые должны быть сформированы у выпускника в ходе освоения образовательной программы и индикаторы их достижения:

Наименование категории общепрофессиональн ых компетенций	Код и наименование общепрофессио нальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции	Оценочные средства
Проведение профилактических мероприятий для взрослого населения по возрастным группам, проведение санитарно-просветительской работы по формированию здорового образа жизни и контроль их эффективности Проведение обследования пациента с целью установления диагноза Назначение и контроль эффективности и безопасности медикаментозного и немедикаментозного лечения	ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения	ПК-1. ИД 1. Умеет осуществлять профилактические мероприятия, направленные на сохранение, укрепление здоровья, и формированию здорового образа жизни ПК-1. ИД-2. Проводит санитарно – просветительскую работу по предупреждению возникновения и (или) распространения заболеваний. ПК-1. ИД 3. Умеет выявлять причины и условия возникновения и развития заболеваний ПК-1. ИД-4 Готов осуществить комплекс мероприятий по устранению вредного влияния факторов среды обитания человека на его здоровье ПК-1. ИД-5 Умеет	Тестирование, практические навыки, собеседование, написание рефератов, составление презентаций, выступление с докладом

	и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	проводить оценку эффективности профилактических мероприятий для целевых групп населения.	
	ПК-3 способность и готовность к проведению профилактических медицинских осмотров, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения за здоровыми и хроническими больными	ПК-3. ИД 1. Способен к проведению физикального обследования и интерпретации лабораторных данных у здоровых лиц и пациентов с хроническими заболеваниями. ПК-3. ИД 2. Владеет методикой проведения профилактических медицинских осмотров ПК-3. ИД 5. Умеет оценивать качество и эффективность профилактических мероприятий	Тестирование, практические навыки, собеседование, написание рефератов, составление презентаций, выступление с докладом
Назначение и контроль эффективности и безопасности медикаментозного и немедикаментозного лечения	ПК-11 назначение немедикаментозного лечения с учетом возраста, диагноза и клинической картины болезни в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи	ПК-11 ИД 1. Владеет знаниями о возможности назначения немедикаментозного лечения у пациентов ПК-11. ИД 2. Готов к назначению немедикаментозного лечения с учетом возраста, диагноза и клинической картины болезни в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи. ПК-11. ИД-3. Способен оценить эффективность и безопасность немедикаментозной терапии	Тестирование, практические навыки, собеседование, написание рефератов, составление презентаций, выступление с докладом

В результате прохождения учебного модуля студент должен

Знать:

- принципы ЗОЖ, обучение пациентов ЗОЖ;

- основы профилактической медицины, организацию профилактических мероприятий, направленных на укрепление здоровья населения;
- этиологию, патогенез, клинические проявления, диагностику основных терапевтических заболеваний;
- принципы лечения пациентов с хроническими терапевтическими заболеваниями;
- основные принципы работы с больными в Школе здоровья;
- нормативно-правовые основы организации Школы здоровья;
- формирование структуры и методики проведения занятий в Школе для пациентов с терапевтической патологией;
- правила ведения учетно-отчетной документации Школы здоровья.

Уметь:

- Объяснять принципы здорового образа жизни
- Определять структуру и содержание занятий, формировать группы пациентов.
- Вести учетно-отчетную документацию.
- Провести занятия в Школе здоровья для больных с артериальной гипертензией, ИБС, ХСН, фибрилляцией предсердий, метаболическим синдромом.
- Оценить глубину полученных больным необходимых знаний и способность его ими воспользоваться.

Владеть

- Правильным ведением медицинской документации;
- Основными диагностическими и лечебными знаниями по оказанию первой врачебной помощи при неотложных и угрожающих жизни состояниях;
- Навыками изложения имеющихся знаний по проблеме в доступной для пациентов форме;
- Навыками работы с ПК по созданию мультимедийного сопровождения.
- Способами доведения до пациента достижений доказательной медицины в разделе профилактики
- Грамотной речью, логически выстраиванием занятия
- Разработками рационального питания, физической активности при хронических неинфекционных заболеваний
- Консультированием пациента (семьи) по вопросам ЗОЖ

Оценочные средства:

Тестирование, практические навыки, собеседование, написание рефератов, составление презентаций, выступление с докладом.

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Объем учебной дисциплины (Здоровый образ жизни) и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры			
		IX	X	XI	XII
		Часов	Часов	Часов	Часов
Аудиторные занятия (всего), в том числе:	24	0	0	0	24
Лекции (Л)	8	0	0	0	8
Практические занятия (ПЗ),	16	0	0	0	16
Семинары (С)	0	0	0	0	0
Учебная практика (УП)	0	0	0	0	0
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе:	12	0	0	0	12

Реферат (Реф)		0	0	0	4
Расчетно-графические работы (РГР)		0	0	0	0
Подготовка к занятиям (ПЗ)		0	0	0	6
Подготовка к текущему контролю (ПТК)		0	0	0	2
Подготовка к промежуточному контролю (ППК)		0	0	0	0
Вид промежуточной аттестации зачет (З)		0	0	0	0
экзамен (Э)	0	0	0	0	0
ИТОГО: Общая трудоемкость час.	36/1				
ЗЕТ	1				

2.2. Разделы учебной дисциплины и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении

№	№ компет енции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах (темы разделов)
1	2	3	4
1.	ОПК-2, ПК-1, ПК-3, ПК-11	Виды профилактики. Здоровый образ жизни.	Здоровый образ жизни: понятие, составляющие. Модифицируемые факторы Риска и их устранение: Курение, избыточная масса тела, гиподинамия, избыточная масса тела, дислипидемия, артериальная гипертензия, гипергликемия и др. Индивидуальное и групповое профилактическое консультирование. Современные возможности обучения больных терапевтической патологией в амбулаторной практике.
2.	ОПК-2, ПК-1, ПК-3, ПК-11	Нормативно-правовое обеспечение работы Школ здоровья.	Приоритетные задачи школ здоровья МЗ РФ Приказ от 29 октября 2020 г. N 1177н «Об утверждении порядка организации и осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и мероприятий по формированию здорового образа жизни в

			медицинских организациях Постановление Госкомстата России от 10.09.2002 №175 Форма №30 Приказы МЗ ПК и УЗ г. Перми по организации профилактической работе и ЗОЖ
3.	ОПК-2, ПК-1, ПК-3, ПК-11	Определение структуры и содержания занятий, формирование групп, ведение учетно-отчетной документации	Цели и задачи Школы здоровья Формулировка основных знаний, умений и навыков пациентов после обучения в Школе. Ожидаемые результаты школы. Оценка эффективности Школы Организация проведения занятий. Формирование групп. Структура занятия Школы здоровья.
4.	ОПК-2, ПК-1, ПК-3, ПК-11	Организация и проведение Школы для пациентов с артериальной гипертензией и метаболическим синдромом.	Цели и задачи Школы для пациентов с артериальной гипертензией. Формулировка основных знаний, умений и навыков пациентов после обучения, ожидаемые результаты школы. Понятие о гипертонической болезни, САГ. Нормальное АД.

			Правила измерения и контроля артериального давления. Факторы риска. Немедикаментозное и медикаментозное лечение <u>пациентов с</u> артериальной гипертензии. Гипертонический криз. Как распознать. Первая помощь при гипертоническом кризе. Цели и задачи Школы для больных метаболическим синдромом Формулировка основных знаний, умений и навыков пациентов после обучения, ожидаемые результаты школы. Метаболический синдром. Понятие. Составляющие метаболического синдрома. Факторы риска. Ожирение. Виды ожирения. Гипергликемия. Причины. Контроль уровня сахара крови. Немедикаментозная терапия метаболического синдрома. Медикаментозная терапия метаболического синдрома

2.3. Разделы учебной дисциплины (здоровый образ жизни), виды учебной деятельности и формы контроля

п/№	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	УП	ПЗ	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	11	<u>Здоровый образ жизни. Обучение пациентов с терапевтической патологией</u>	2		4	3		Собеседование, тестирование
2	11	<u>Нормативно-</u>	2		4	3		Собеседование,

		<u>правовое обеспечение работы Школ здоровья.</u>						тестирование
3	11	<u>Определение структуры и содержания занятий, формирование групп, ведение учетно-отчетной документации</u>	2		4	3		Собеседование, тестирование
4	11	<u>Организация и проведение Школы для пациентов с артериальной гипертензией, Метаболическим синдромом</u>	2		4	3		Собеседование, тестирование, реферат/презентация
	Итого		8		16	12	36	

2.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля) доровый образ жизни. Обучение пациентов с хронической терапевтической патологией.

/№	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Семестры			
		0	1	2	
	Здоровый образ жизни. Обучение пациентов с терапевтической патологией				
	Нормативно-правовое обеспечение работы Школ здоровья.				
	Определение структуры и содержания занятий, формирование групп, ведение учетно-отчетной документации.				
	Организация и проведение Школы для пациентов с артериальной гипертензией, метаболическим синдромом				

2.5. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (доровый образ жизни. Обучение пациентов с хронической терапевтической патологией)

/№	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Семестры			
		0	1	2	
	Уровни профилактики. Стратегия формирования здорового образа жизни. Принципы обучения пациентов с терапевтической патологией в медицинской организации.				
	Нормативно-правовое обеспечение работы Школ здоровья в медицинской организации. Принципы формирования групп				

	обучающихся.				
	Организация и проведение Школы для пациентов с артериальной гипертензией				
	Организация и проведение Школы для пациентов с метаболическим синдромом				

2.6. Лабораторный практикум

п/п	семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Наименование лабораторных работ	Всего часов
	2	3	4	5
		Итого		

Лабораторные занятия учебным планом не предусмотрены

2.7. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

2.7.1. Виды СРС

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРС	Всего часов
1	9	3	4	36
1.	12	Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Здоровый образ жизни.	Реферат, мультимедийная презентация, тесты, ситуационные клинические задачи	3
	12	Школы для пациентов с терапевтической патологией. Современные возможности обучения пациентов с терапевтической патологией в амбулаторной практике.	Реферат, мультимедийная презентация, тесты, ситуационные клинические задачи	3
	12	Методика измерения артериального давления в домашних условиях. Понятие об артериальной гипертензии.	Реферат, устный доклад, мультимедийная презентация, тесты, ситуационные клинические задачи	3
	12	Метаболический синдром. Роль абдоминального ожирения. Немедикаментозные методы коррекции.	Реферат, устный доклад, мультимедийная презентация, тесты, ситуационные клинические задачи	3

	Итого в семестре		12
--	------------------	--	----

2.7.2. Примерная тематика рефератов, контрольных вопросов¹

1. Школы для больных. Современные возможности обучения больных терапевтической патологией в амбулаторной практике.
2. Дневники самонаблюдения при кардиальной патологии.
3. Неотложная медицинская доврачебная помощь при остром коронарном синдроме.
4. Понятие о рациональном и диетическом питании
5. Психологические факторы кардиоваскулярного риска.
6. Нарушение сна при сердечно-сосудистых заболеваниях, меры профилактики
7. Курительная зависимость и пути ее преодоления.
8. Презентация занятия по теме: Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Здоровый образ жизни.
9. Презентация занятия по теме: Методика измерения артериального давления в домашних условиях. Понятие об артериальной гипертензии.
10. Презентация занятия по теме: Медикаментозное лечение артериальной гипертензии. Как повысить приверженность к лечению.
11. Презентация занятия по теме: ИБС. Клиника ОКС. Первая доврачебная помощь.
12. Презентация занятия по теме: ХСН. Клиника, причины декомпенсации.
13. Презентация занятия по теме: ХСН. Отечный синдром. Контроль диуреза, коррекция терапии.
14. Презентация занятия по теме: Понятие о фибрилляции предсердий. Клинические симптомы заболевания.
15. Презентация занятия по теме: Пароксизм фибрилляции предсердий. Методы купирования и профилактики.
16. Презентация занятия по теме: Метаболический синдром. Роль абдоминального ожирения. Немедикаментозные методы коррекции.

Выбрать 1 из предложенных тем для мультимедийной презентации одного занятия с пациентами:

А) Разработать занятие по теме «Принципы здорового питания взрослого человека» с обоснованием выбора продуктов питания, расчетом калорийности суточного рациона, учетом потребности в белках, жирах и углеводов. Составить меню на неделю с указанием калорийности используемых продуктов.

Б) Разработать занятие по теме «Принципы здорового питания при нарушении толерантности к углеводам » с обоснованием выбора продуктов питания при данном заболевании, расчетом калорийности суточного рациона, учетом потребности в белках, жирах и углеводов. Составить меню на неделю с указанием калорийности используемых продуктов.

В) Разработать занятие по теме «Физическая активность при хронической сердечной недостаточности» с указанием объемов возможных физических нагрузок в зависимости от возраста пациента, функционального класса сердечной недостаточности. Расписать план тренировочного занятия с указанием объема нагрузки,

¹ Указываются примерные темы курсовых работ в количестве не более 10 вариантов

продолжительности занятия, контрольных параметров оценки состояния пациента в начале и конце занятия

Г) Разработать занятие по теме «Факторы риска заболеваний сердечно-сосудистой системы» с выделением модифицируемых и немодифицируемых факторов риска, определением основных понятий, методов первичной и вторичной профилактики

2.8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (Здоровый образ жизни).

2.8.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	№ семестра	Виды контроля ²	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Оценочные средства		
				Форма	Кол-во вопросов в задании	К-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6	7
1.	11	ТК	Здоровый образ жизни. Обучение пациентов с хронической терапевтической патологией	Собеседование по вопросам (зачет)	10 вопросов по каждому занятию – 4 занятия (всего 40)	2 варианта по 4 вопроса
				Тесты	10 тестовых заданий на каждое занятие – 4 занятия (всего 40)	1
				Задачи	2 задачи на каждое занятие – 4 занятий (всего 8)	2

2.8.2. Примеры оценочных средств:

для входного контроля (ВК)	<u>Тестовые задания:</u> 1. Какие из перечисленных факторов риска ИБС могут быть устранены пациентом при соблюдении здорового образа жизни? а) неблагоприятная наследственность; б) артериальная гипертензия; в) сахарный диабет; г) курение; д) курение и гиперхолестеринемия. 2. По какой формуле определяется индекс Кетле или ИМТ? а) $\text{рост (см)} - (100 - (\text{рост} - 100) / 20)$; б) $\text{масса тела (кг)} / \text{рост}^2 (\text{м}^2)$; в) $\text{рост (см)} - \text{вес (кг)}$.
----------------------------	---

² Входной контроль (ВК), текущий контроль (ТК), промежуточный контроль (ПК)

		3. Что означает термин «метаболический синдром»? а) ожирение; б) ИБС; в) артериальная гипертония; г) сочетание ожирения и ИБС; д) сочетание ожирение, АГ, сахарного диабета.
для текущего контроля (ТК)	11 семестр	Примеры тестового контроля 1. Что часто выявляется у больных гипертонической болезнью при нейрогуморальных нарушениях: а). Повышение содержания мочевой кислоты; б). Гипергликемия, гиперинсулинемия; в). Снижение активности симпатoadреналовой системы; г). Снижение активности ренин-альдостероновой системы; 2. Артериальная гипертония I степени в мм рт. ст., это когда: а). Систолическое АД ниже 140, диастолическое - ниже 90; б). Систолическое АД ниже 120, диастолическое - ниже 85; в). Систолическое АД ниже 120, диастолическое - ниже 80; г). Систолическое АД 140-159, диастолическое - ниже 90-99; Е. 3. Факторы предрасполагающие к возникновению гипертонической болезни: а). Возраст; б). Генетические факторы; в). Ожирение; г) Количество употребляемого хлористого натрия; Примеры тестового контроля на занятии 1. Предположение о наличии ИБС становится наиболее вероятным, когда а) описан типичный ангинозный приступ; б) имеются симптомы недостаточности кровообращения; в) выявлены нарушения ритма; г) имеются факторы риска ИБС; д) выявлена кардиомегалия. 2. К характерным нарушениям гемостаза при ишемической болезни сердца относят: 1) склонность к повышенной агрегации тромбоцитов; 2) активацию плазменных факторов свертывающей системы крови; 3) снижение фибринолитической активности крови; 4) снижение тромборезистентности сосудистой стенки; 5) все перечисленные.

		3. Наиболее характерный ЭКГ-признак прогрессирующей стенокардии: 1) горизонтальная депрессия S-T; 2) депрессия S-T выпуклостью кверху и несимметричный зубец T; 3) подъем S-T; 4) глубокие зубцы Q; 5) зубцы QS.
--	--	---

3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (Здоровый образ жизни).

3.1. Основная литература

№ п/п	Автор, наименование, выходные данные	Количество экземпляров
1	Поликлиническая терапия: учебник/ Г.И. Сторожаков, И.И. Чукаева, А.А. Александров М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011	100
2	Сторожаков Г.И. Поликлиническая терапия: учебник для вузов, обучающихся по специальности 060101.65 "Лечебное дело" по дисциплине "Поликлиническая терапия" /Сторожаков Г.И., Чукаева И.И., Александров А.А. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. - 636, [4] с.: ил. + 1 CD-ROM. - Прил. к учеб. на компакт-диске.	25

3.2. Дополнительная литература, научная библиотека ПГМУ

	Периодические издания:	
1	П 622 Кардиология	год. подписка Удаленный доступ
2	П 583 Клиническая фармакология и терапия	год. подписка Удаленный доступ
3	П 1595 Проблемы эндокринологии	год. подписка Удаленный доступ
4	П 795 Российский кардиологический журнал	год. подписка Удаленный доступ
5	П 202 Русский Медицинский журнал	год. подписка Удаленный доступ

Удельный вес занятий, проводимых на кафедре в интерактивных формах 20 %.

Перечень сайтов с открытым доступом, которые кафедра рекомендует студентам в качестве дополнительных баз знаний по изучаемым дисциплинам:

ЭБС «Консультант студента».

<http://www.journal.ahleague.ru/> архив журнала «Артериальная гипертензия»

<http://www.consilium-medicum.com/magazines/special/> архив журнала «Consilium-medicum»

<http://www.consilium-medicum.com/magazines/special/heartdisease/> архив журнала «Болезни сердца и сосудов»

<http://www.rmj.ru> архив журнала «Русский медицинский журнал»

<http://www.cardio.medi.ru> Российский кардиологический журнал <http://www.icj.ru> архив журнала «Интенсивная терапия»

<http://www.cardio-journal.ru/>

<http://www.pulmonologia.ru>

Российские научно-практические интернет-ресурсы

Gnicpm.ru сайт ФГБОУ «Национальный медицинский центр профилактической медицины»

Cardioprevent.ru - Национальное общество профилактической кардиологии

Scardio.ru - Российское кардиологическое общество

Budzdorovperm.ru - ГБОУЗ ПК «Центр медицинской профилактики»

internist.ru - представляет научно-образовательную интернет программу для врачей, ее ближайшие мероприятия, актуальные новости, исторические справки и популярное видео.

MedMir.com – русскоязычный аналог Journal of Medical Case Reports

Медицинские выставки и конференции

Медицинские выставки и конференции в деталях

Справочники лекарственных средств

Vidal - Справочник Видаль - Лекарственные препараты в России

Регистр лекарственных средств

Медицинские интернет-библиотеки

Электронная медицинская библиотека

Медицинская он-лайн библиотека

Медицинская библиотека - Библиотека собрана из различных источников медицинской информации – периодических изданий, электронных версий книг, статей.

Медицинская библиотека

BioMedCentral - международная база данных клинических случаев

Медицинские поисковые системы

МЕДПОИСК.ru - Поиск по русскоязычным медицинским сайтам, новостям и прайс-листам на медицинскую технику и лекарства. Каталог медицинских ресурсов: специальности, литература, клиники и др.

Medinfo.ru - Медицинская справочно-информационная система для пациентов.

Medfind.ru - Справочно-поисковая система по медицине.

"Меднавигатор.py" - поисковая система и каталог

MEDICAL WORLD SEARCH - поисковая система на WORLD WIDE

WEB, специализирующаяся в области медицинской информации.

Онлайн-переводчики

Мультитран- Словарь с большим количеством медицинских терминов.

Prompt- БЕСПЛАТНЫЙ ОНЛАЙН ПЕРЕВОДЧИК ТЕКСТОВ И САЙТОВ

Здравоохранение

Официальный сайт Министерства здравоохранения и социального развития

3.3. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при изучении данной дисциплины

20% интерактивных занятий от объема аудиторных занятий

Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий:

Гипертоническая болезнь. Тактика ведения пациента - ролевые и деловые игры, дискуссия.

3.4. Разделы дисциплины «Здоровый образ жизни» и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

п/№	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин					
		1	2	3	4		
1	Госпитальная терапия	+	+	+	+		

Дисциплина «Здоровый образ жизни» связана с итоговой государственной аттестацией

Вопросы включены в государственную итоговую аттестацию

Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:

Обучение складывается из аудиторных занятий (24 час.), включающих лекционный курс и практические занятия, и самостоятельной работы (36 час.). Основное учебное время выделяется на практическую работу по разбору терапевтических больных.

При изучении модуля **Здоровый образ жизни** необходимо использовать лекционный материал, методическую литературу в т.ч. электронные ресурсы и освоить практические умения в обследовании терапевтических больных.

Практические занятия проводятся в виде семинаров, демонстрации пациентов и использования наглядных пособий, ответов на тестовые задания, разбора клинических больных.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активных и интерактивных формы проведения занятий (ролевые и деловые игры, тренинг, лекции, дискуссии). Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет не менее 20% от аудиторных занятий. Практические занятия проводятся в виде ролевой игры «Занятие в Школе здоровья» по заданной теме. Студенты, справившиеся на «отлично» с самостоятельной разработкой занятия, проводят показательное занятие с пациентами, обучающимися в ШЗ терапевтического стационара. Также на практических занятиях должны использоваться наглядные пособия, ответы на тестовые задания.

Самостоятельная работа студентов подразумевает подготовку рефератов, устных докладов, мультимедийных презентаций, тестов, ситуационных клинических задач.

Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по элективу **Здоровый образ жизни** выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС).

Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам Университета и кафедры.

Во время изучения учебной дисциплины студенты представляют рефераты и презентации.

Написание реферата способствуют формированию практических навыков (работа с научной литературой).

Во время изучения учебной дисциплины студенты разделяются на микрогруппы и самостоятельно проводят занятие в школе здоровья внутри учебной группы или с пациентами стационара, оформляют презентацию по 1 уроку на заданную тему. Такая работа способствует формированию и закреплению практических навыков для проведения профилактической работы в МО после окончания вуза.

Работа студента в микрогруппе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность.

Обучение студентов способствует воспитанию и закреплению у них навыков общения с больным с учетом этико-деонтологических особенностей сердечно-сосудистой патологии у пациентов.

Исходный уровень знаний студентов определяется тестированием, текущий контроль усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, во время дискуссии, ответах на тестовые задания.

В конце изучения учебной дисциплины проводится промежуточный контроль знаний с использованием тестового контроля, проверкой практических умений в виде разбора ролевой игры.

Работа студента в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность. этико-деонтологических особенностей патологии и пациентов. Самостоятельная работа с пациентами способствует формированию клинического поведения, аккуратности, дисциплинированности.

4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)/ПРАКТИКИ

Использование кабинетов приема поликлиник, палат, учебных комнат для работы студентов.

Мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран), видеокамера, ПК, видео- и DVD проигрыватели, мониторы. Наборы слайдов, таблиц/мультимедийных наглядных материалов по различным разделам дисциплины. Видеофильмы. Ситуационные задачи, тестовые задания по изучаемым темам.

Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

№ п/п	Наименование
1.	Право использования на условиях простой (неисключительной) лицензии Программного обеспечения для планирования и проведения онлайн-мероприятий (вебинаров и совещаний). "МТС-Линк". Дополнительный модуль "Маркетинг"; "МТС-Линк" (Платформа). Конфигурация "Вуз-2000"; "МТС-Линк" (Платформа). Дополнительный модуль "Вовлечение и разделение на группы"; "МТС-Линк". Дополнительный модуль "Синхронный перевод"; "МТС-Линк". Дополнительный модуль (компонент) "Хранилище 1000"
2.	Простая (неисключительная) лицензия на исп. "электронной библиотечной системы "Консультант студента" (безлимитный доступ для всех категорий пользователей: «ГЭОТАР-Медиа. Базовый комплект», «ГЭОТАР-Медиа. Премиум комплект», «Медицина (ВО). Books in English»; «ГЭОТАР-Медиа для среднего профессионального образования». Ссылка на ресурс: https://www.studentlibrary.ru)
3.	Неисключительные (лицензии) права на программные продукты. Электронная база данных "Портал научных журналов" издательства "Эко-Вектор", коллекция Медицина
4.	Лицензионный договор. ПО "Программная система для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах "Антиплагиат.ВУЗ 5.0"
5.	Простая неисключительная лицензия. Информационно-аналитическая система (программа для ЭВМ) SCIENCE INDEX (позволяет на основе информации из базы данных РИНЦ проводить комплексные аналитические и статистические исследования публикационной активности российских ученых и научных организаций)
6.	Предоставления доступа к электронной библиотечной системе «Консультант врача. Электронная мед. библиотека»
7.	Право пользования ПО Kaspersky Security
8.	Alt Linux рабочая станция К Windows 10
9.	Браузеры: Яндекс браузер, Chromium – gost, Mozilla Firefox
10.	Офисный пакет Libreoffice
11.	Полнотекстовый доступ к трудам сотрудников ПГМУ на официальном сайте. Свободный доступ. Ссылка на ресурс: https://psma.ru/universitet/podrazdeenija/nauchnaja-biblioteka/elektronaja-biblioteka.html
12.	ИБС научно-образовательного медицинского кластера «Средневолжский» Приволжского федерального округа. Свободный круглосуточный доступ к

№ п/п	Наименование
	полным текстам произведений работников медицинских вузов Казани, Ижевска, Кирова, Нижнего Новгорода, Перми и Ульяновска
13.	Федеральная электронная медицинская библиотека (ФЭМБ) входит в состав единой государственной информационной системы в сфере здравоохранения в качестве справочной системы Свободный доступ по ссылке: http://femb.ru/
14.	Электронный каталог ПГМУ содержит библиографические описания имеющихся в фонде зданий (учебников, монографий, методических материалов и т.д.) Ссылка на ресурс: https://elib.psmu.ru

5. ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)/ПРАКТИКИ

Лист изменений и дополнения в рабочую программу дисциплины «Здоровый образ жизни» по специальности «Лечебное дело»

№ п/п	Наименование темы	Изменения и дополнения вопросов	Сущность изменений и дополнений: сокращение, увеличение часов, изменение методики, т.д.	Изменения и дополнения в материальном и методическом обеспечении, контроле знаний	Утверждение на кафедральном заседании: № протокола, дата, подпись и ФИО зав.кафедрой
1	2	3	4	5	6
1	Нормативно- правовое обеспечение работы Школ здоровья.	Добавлены вопросы диспансеризации лиц репродуктивного возраста			

Примечание:

- Изменения и дополнения в рабочую учебную программу должны вноситься ежегодно

Изменения и дополнения в рабочую программу утверждены на заседании кафедры
_____.2024, протокол № ____

Зав. кафедрой, профессор /В.Г. Желобов /

Внесенные изменения и дополнения в рабочую программу согласованы:

декан лечебного факультета, профессор

/В.Г. Желобов/

_____.____.20____