



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Учебно-методическая документация

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО
ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

ПМ.01 ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ

МДК.01.01 ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ

(Здоровье лиц пожилого и старческого возраста)

Специальность:

34.02.01 Сестринское дело

Квалификация выпускника: Медицинская сестра/Медицинский брат

(базовая подготовка)

Разработчик:

Левашова Елена Сергеевна, преподаватель дисциплин профессионального цикла Медицинского колледжа Многопрофильного колледжа Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого, первая квалификационная категория

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы *МДК.01.01 Здоровый человек и его окружение (Здоровье лиц пожилого и старческого возраста)* приняты на заседании предметной (цикловой) комиссии преподавателей профессионального цикла Медицинского колледжа

Протокол № 1 от «31» августа 2017г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии - Е.С. Левашова

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Выписка из тематического плана.....	6
Содержание самостоятельной работы.....	9
Информационное обеспечение обучения	13
Приложение. Методические рекомендации студентам по составлению планов обучения пациентов.....	15
Лист регистрации изменений.....	18

Пояснительная записка

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы, являющиеся частью учебно-методического комплекса по ПМ. 01 «Проведение профилактических мероприятий», МДК 01.01 «Здоровый человек и его окружение» составлены в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 34.02.01 Сестринское дело (базовая подготовка);
2. Рабочей программой модуля ПМ.01 Проведение профилактических мероприятий;
3. Положением о планировании и организации самостоятельной работы студентов колледжей МПК НовГУ.

Методические рекомендации включают внеаудиторную работу студентов, предусмотренную рабочей программой профессионального модуля в объеме 30 часов.

В результате выполнения практических заданий обучающийся должен:

иметь практический опыт:

- проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода

уметь:

- обучать население принципам здорового образа жизни
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия
- консультировать пациента и его окружение по вопросам иммунопрофилактики
- консультировать по вопросам рационального и диетического питания
- организовывать мероприятия по проведению диспансеризации

знать:

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;
- основы иммунопрофилактики различных групп населения;
- принципы рационального и диетического питания;
- роль сестринского персонала при проведении диспансеризации населения и работе «школ здоровья»

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности (ВПД) Проведение профилактических мероприятий, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения
ПК 1.2.	Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения
ПК 1.3.	Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний
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 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями
ОК 7.	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, планировать и осуществлять повышение квалификации
ОК 9.	Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности
ОК 10.	Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия
ОК 11.	Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку
ОК 12.	Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности
ОК 13.	Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей
ОК 14.	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)

Выписка из тематического плана

Тема 1.10 Здоровье лиц пожилого и старческого возраста	Содержание Понятия «геронтология», «старость», «старение». Основные гипотезы старения. Проблемы, возникающие при старении, в том числе связанные с изменением возможности удовлетворять универсальные потребности, способы их решения. Социально-гигиеническое значение процесса старения населения. Демографическая ситуация в мире, России, регионе. Профилактика преждевременной старости.	2	1,2
Тема 1.11 Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста. Синдромы старения.	Содержание Анатомо-физиологические особенности пожилого и старческого возраста. Теории старения. Взаимосвязи психологических и биологических показателей при старении. Физиология старения. Клиническая характеристика синдромов старения. Признаки нормального (физиологического) старения. Связь синдромов старения с развивающейся возрастной патологией. Клиническая характеристика синдромов старения. Стадии старения. Признаки старения. Психология старения. Психологические особенности изменения личности при старении.	2	1,2
Тема 1.12 Медико-социальные аспекты защиты населения старших возрастных групп.	Содержание Социальная защита престарелых. Формы обслуживания пожилых людей. Гигиенические основы старения. Психологические проблемы старого человека. Особенности личной гигиены пожилых и старых людей. Питание пожилых людей. Принципы рационального питания лиц пожилого и старческого возраста. Реабилитационная роль посильного труда в физиологии старения.	2	1,2

Формы и методы социального обслуживания пожилых и стариков.	Жизненный баланс старых людей. Методы организации помощи лицам пожилого и старческого возраста. Социальное обеспечение пожилых и старых людей. Структура социальных учреждений (пансионаты и дома-интернаты, обслуживание пожилых и стариков на дому, общественные организации, занимающиеся обслуживанием стариков на дому). Принципы фармакотерапии лиц пожилого возраста.		
Тема 1.13 Медицинское обслуживание пожилых и стариков. Медико-социальные и психологические аспекты смерти.	Содержание Медицинское обслуживание пожилых и стариков. Медико-социальные и психологические аспекты смерти. Медико-организационные основы помощи лицам пожилого и старческого возраста. Танатология, как наука, предметом которой является процесс смерти. Организация гериатрической службы в поликлиники и в стационарах. Понятие “смерть”. Основные этапы смерти. Естественная смерть. Медико-биологические социально-психологические и философские аспекты смерти.	2	1,2
	Практическое занятие № 7 <i>«Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста. Танатология. Психологические аспекты смерти. Зачет»</i>	6	
Самостоятельная работа при изучении раздела 1 1. Расчет демографических показателей (рождаемость, смертность, естественный прирост). 2. Выявление факторов, влияющих на здоровье человека (на примере конкретных ситуаций).		30	

3. Определение потребностей человека. 4. Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных). 5. Составление планов обучения уходу за новорожденным. 6. Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания. 7. Составление планов обучения поддержанию безопасности человека в разные возрастные периоды. 8. Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию людей разного возраста. 9. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности людей разного возраста. 10. Составление планов бесед с родителями о подготовке детей к посещению дошкольного учреждения, школы. 11. Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии. 12. Составление планов бесед о профилактике вредных привычек. 13. Составление планов обучения питанию, безопасному поведению беременной, подготовке к родам. 14. Составление рекомендаций по питанию, режиму дня, гигиене человека в климактерическом периоде. 15. Составление рекомендаций по решению проблем пожилого человека. 16. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при нарушениях слуха, зрения 17. Доклады на темы: «Демографическая ситуация в мире, России, регионе». 18. Составление конспекта по теме: «АФО органов и систем». 19. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при заболеваниях костно-мышечной системы. 20. Составление конспекта на тему: «Эвтаназия».		
--	--	--

Содержание самостоятельной работы

Тема 1.10 Здоровье лиц пожилого и старческого возраста.

Самостоятельная работа.

Цели занятия:

- закрепить теоретические знания по теме;
- совершенствовать свои умения и применять полученные знания на практике;
- изучить основные понятия.

Требования к умениям и знаниям студентов

Студент должен уметь:

- обсудить среднюю продолжительность жизни на современном этапе;
- обсудить место пожилого человека в современном мире;
- причины старения в регионе, в России;
- значение влияния экологических факторов на процессы старения.

Студент должен знать:

- этические проблемы общения с лицами старших возрастных групп;
- внешние признаки старения.

Задание: Доклады на темы: «Демографическая ситуация в мире, России, регионе».

Формы контроля: защита докладов.

Информационное обеспечение обучения: [1] [5] [6] [7] [20]

Интернет-ресурсы: [3] [4] [8] [9]

Тема 1.11 Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста. Синдромы старения.

Самостоятельная работа.

Цели занятия:

- закрепить теоретические знания по теме;
- совершенствовать свои умения и применять полученные знания на практике;
- изучить основные понятия.

Требования к умениям и знаниям студентов:

Студент должен уметь:

- участвовать в обсуждениях об анатомо-физиологических и психологических аспектах старения;
- выявлять возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей стареющего человека;

Студент должен знать:

- анатомо-физиологические и психологические аспекты старения;
- возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей лиц пожилого и старческого возраста;
- этические проблемы общения с лицами старших возрастных групп.

Задания:

1. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при нарушениях слуха, зрения
2. Составление конспекта по теме: «АФО органов и систем».

Формы контроля: устный фронтальный опрос, проверка конспектов и планов.

Информационное обеспечение обучения: [1] [5] [6] [7] [20]

Интернет-ресурсы: [3] [4] [8] [9]

Тема 1.12 Медико-социальные аспекты защиты населения старших возрастных групп. Формы и методы социального обслуживания пожилых и стариков.

Самостоятельная работа.

Цели занятия:

- закрепить теоретические знания по теме;
- совершенствовать свои умения и применять полученные знания на практике;
- изучить основные понятия.

Требования к умениям и знаниям студентов

Студент должен уметь:

- соблюдать этику и деонтологию в общении с лицами пожилого и старческого возраста;
- проводить патронажи к лицам пожилого и старческого возраста;
- организовать помощь в стационаре и на дому пожилым людям.

Студент должен знать:

- различные потребности пожилых людей;
- законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан;
- проблемы адаптации лиц старших возрастных групп к старению и микросоциальной среде;
- понятие «пенсионная болезнь»
- об условиях жизни пожилого человека в семье и в обществе;
- основные нормативные документы, регламентирующие социальную защиту населения старших возрастных групп;
- категории населения преклонного возраста, имеющие право на льготы;
- различные организационные формы гериатрической помощи.

Задания:

1. Составление рекомендаций по решению проблем пожилого человека.
2. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при заболеваниях костно-мышечной системы.

Формы контроля: устный фронтальный опрос, проверка рекомендаций и плана.

Информационное обеспечение обучения: [1] [5] [6] [7] [20]

Интернет-ресурсы: [3] [4] [8] [9]

Тема 1.13 Медицинское обслуживание пожилых и стариков. Медико-социальные и психологические аспекты смерти.

Самостоятельная работа.

Цели занятия:

- закрепить теоретические знания по теме;
- совершенствовать свои умения и применять полученные знания на практике;
- изучить основные понятия.

Требования к умениям и знаниям студентов

Студент должен уметь:

- соблюдать этику и деонтологию в общении с лицами пожилого и старческого возраста;
- обсуждать вопросы, которые касаются смерти, этапов умирания, констатации смерти;

- оказать психологическую поддержку родным и близким умершего человека;
- осуществлять уход за телом умершего;
- обсуждать проблемы эвтаназии в России и за рубежом.

Студент должен знать:

- о вопросах, касающихся смерти, этапов умирания, констатации смерти;
- об оказании психологической помощи родным и близким умершего человека;
- правила констатации смерти;
- об уходе за телом умершего;
- о проблемах эвтаназии в России и за рубежом.

Задание: Составление конспекта на тему: «Эвтаназия».

Формы контроля: устный фронтальный опрос, проверка конспекта.

Информационное обеспечение обучения: [1] [5] [6] [7] [20]

Интернет-ресурсы: [3] [4] [8] [9]

Информационное обеспечение обучения

Электронные ресурсы:

- 1) Организация сестринской деятельности: учебник / под ред. С. И. Двойникова [Электронный ресурс].- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 528 с.- Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/ru/index.html>
- 2) Организация специализированного сестринского ухода: учебное пособие. Корягина Н.Ю. и др. / Под ред. З.Е. Сопиной [Электронный ресурс].- М.:ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 464 с.:ил.- Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/ru/index.html>
- 3) Экология человека [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Под ред. Григорьева А.И. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970427453.html>

Дополнительные источники:

- 4) Ермолаев О.Ю. Правильное дыхание: практическое пособие.- М.: Флинта: Наука, 2001.- 192с.
- 5) Крюкова Д.А. Здоровый человек и его окружение / Д.А.Крюкова, Л.А. Лысак, О.В.Фурса. – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 383 с.
- 6) Кучма В.Р. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды: учеб. для студ. мед. училищ и колледжей /В.Р.Кучма, В.И.Донцов, В.Н.Крутько; под ред. В.Р.Кучмы, В.Н.Серова. – 2-е изд., стер. – М.: ИЦ «Академия», 2002. – 400 с.
- 7) Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: учебное пособие для студентов вузов.- 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 256 с.
- 8) Хавинсон В.Х. Избранные лекции по геронтологии /В.Х. Хавинсон, С.С. Коновалов. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК,2009. – 896 с.

Интернет ресурсы:

1. Электронные медицинские книги <http://www.medliter.ru/>
2. Электронная медицинская библиотека <http://formedik.narod.ru/index.htm>
3. Электронные медицинские книги <http://www.medliter.ru/>
<http://www.webmedinfo.ru/library/>
<http://formedik.narod.ru/index.html>
<http://www.medbook.net.ru/>
4. Электронные учебники
<http://www.bestmedbook.net>,
<http://www.medwedi.ru>
<http://studentam.net>
5. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан - <http://russianmed.ru/content>
6. Медицинский портал –

<http://www.webmedinfo.ru>

<http://www.medicnews.info>

<http://www.promedall.ru>

7. Журнал «Медицинская сестра» <http://www.rusvrach.ru/ms/about.htm>

**Методические рекомендации студентам
по составлению плана обучения пациентов**

Обучение пациента только тогда может быть эффективным, когда медицинская сестра знает и понимает значимость каждого этапа обучения. Процесс обучения, как и сестринский процесс, состоит из пяти этапов.

Этапы обучения пациента:

1. Сбор информации о пациенте (обследование) и оценка исходного уровня знаний и умений пациента или его родственников. При каждом контакте с пациентом, начиная с первичного, медицинская сестра получает о нем какую-либо информацию. Таким образом, сбор информации о пациенте является непрерывным. Всю эту информацию медицинская сестра анализирует и оценивает.

Она определяет, имеются ли у пациента знания и умения, касающиеся его состояния, желает ли он или его близкие получить соответствующие знания и умения, способен ли пациент к обучению, в состоянии ли он обучаться и т.д.

2. Определение проблем пациента. Собрав и оценив информацию, медицинская сестра выделяет сестринскую проблему. После этого она должна определить способы решения данной проблемы, что и будет являться содержанием следующих этапов обучения пациента.

3. Определение целей обучения пациента, планирование его содержания. Перед составлением плана обучения пациента медицинская сестра должна поставить перед собой определенные цели. Формулировка целей обучения должна быть ориентирована на три сферы: познавательную, эмоциональную и психологическую. Цели отражают то, что необходимо сделать пациенту, чтобы достичь результата. Грамотно поставленная цель должна содержать три компонента (аспекта):

1) то, что необходимо сделать пациенту (то, что он должен суметь сделать, понять и т.д.), т.е. результат обучения;

2) временные рамки — интервал времени (или конкретная дата), в течение которого будет достигнута цель обучения (к 3-м суткам, через неделю, к концу месяца);

3) с помощью кого или чего цель будет достигнута (самостоятельно, с помощью родственников, при помощи костылей). Формулировка целей в приведенной ситуации может быть следующей: в познавательной сфере, психологической сфере, эмоциональной сфере.

В любом случае цели должны быть конкретными, реальными и достижимыми.

После определения целей обучения пациента медицинская сестра планирует содержание и методы обучения. В план включаются время и продолжительность обучения.

Содержание обучения пациента может быть различным: сохранение здоровья, поддержание определенного уровня здоровья, поддержание определенного уровня качества жизни пациента. Медицинская сестра должна привлекать пациента к составлению индивидуального плана обучения, учитывая его личностные особенности, социальные условия, интерес к изучаемым вопросам и физическое состояние.

4. Реализация плана обучения пациента. Для реализации намеченного плана медицинская сестра совместно с пациентом и/или его родственниками создают благоприятную для обучения обстановку, выбирают время его проведения. Если микроклимат помещения неблагоприятен (плохое освещение, низкая температура, наличие посторонних) или состояние пациента оставляет желать лучшего (больной расстроен, у него усилились боли, одышка), то обучение лучше отложить.

Для успешного обучения пациента можно использовать следующие методы:

- демонстрация — медицинская сестра показывает навыки самоухода или взаимоухода (чистка зубов, определение ЧДД, использование костылей, инъекции, измерение артериального давления и т.д.); четкая повторяющаяся демонстрация каждого этапа навыка является важным средством достижения целей обучения;
- консультирование — медицинская сестра наблюдает со стороны, как пациент выполняет конкретный навык и при затруднении или на сложных этапах оказывает ему консультативную помощь;
- разыгрывание ролей — очень эффективный метод обучения, особенно социальным навыкам; при этом методе лучше осознаются возможности пациента и трудности самоухода в бытовой обстановке, вырабатываются новые навыки (умение завести разговор, уверенно вести себя в конкретной обстановке), повышается уровень самосознания, находятся новые решения проблемы.

Схема обучения состоит из пяти этапов:

- 1) изложение необходимой информации;
- 2) повторение пациентом всего, что он запомнил;
- 3) показ (демонстрация) того, что пациент должен освоить;

- 4) повторение пациентом самостоятельно или вместе с медицинской сестрой навыка;
- 5) самостоятельное объяснение и демонстрация пациентом навыка от начала до конца.

Каждая ступень этой схемы может повториться по несколько раз, пока пациент не усвоит запланированный материал. Медицинская сестра должна стремиться перейти от передачи знаний к выработке умений, а затем и к устойчивому навыку.

В процессе обучения пациента необходимо постоянно поддерживать у обучаемых интерес, задавать им наводящие вопросы или строить беседу по принципу «вопрос — ответ», подчеркивать информацию, важную для пациента. В конце беседы важно коротко повторить всю основную информацию.

Медицинской сестре нужно убедиться, что обучаемые правильно поняли передаваемую информацию. Для этого она систематически проверяет и оценивает их знания и умения.

5. Оценка результатов обучения пациента. После реализации плана обучения медицинская сестра оценивает результат, т.е. соотносит его с поставленными целями.

Понимание медицинской сестрой целей, задач и принципов обучения пациента, умение использовать разнообразные методы, способы и средства обучения будут способствовать эффективному обучению больных и их близких и, следовательно, повышению качества их жизни.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Номер изме- нения	Номер листа				Всего листов в документе	ФИО и подпись ответственного за внесение изменения	Дата внесения изменения	Дата введения изменения
	измененного	замененного	нового	изъятого				

