

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное Государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Ульяновский государственный университет»

МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

**Методические указания
для самостоятельной работы студентов
дисциплины «Здоровый человек и его окружение»**

раздел 3. Геронтология

- специальность 31.02.01 Лечебное дело

- автор Ревнивцева О.В.

- рассмотрено и одобрено на заседании ПЦК

Протокол № 8 от 28.03.2018г

Председатель ПЦК Самышина Е.А.

- утверждено на заседании Методсовета МК УлГУ

Протокол № 8 от 16.04.2018г

Председатель _Шевчук М.Т.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Область применения учебной дисциплины 3стр.
2. Результаты освоения учебной дисциплины 3стр.
3. Тематический план 5стр.
4. Содержание с определением вида самостоятельной работы студентов 6стр.
5. Фонд оценочных средств 8стр.
6. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов 11стр.

1. Область применения учебной дисциплины.

Методические указания для самостоятельной работы студентов учебной дисциплины «Здоровый человек и его окружение» раздела 3. «Геронтология» является частью образовательной программы для подготовки специалистов среднего звена по специальности 31.02.01 Лечебное дело

Цель: подготовить фельдшера к умению планировать обследование пациентов пожилого возраста; осуществлять медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией; проводить психосоциальную реабилитацию; осуществлять паллиативную помощь; оформлять медицинскую документацию.

Задачи:

Получение знаний о здоровье в пожилом возрасте; о возможных факторах, влияющих на здоровье; о направлении деятельности по сохранению здоровья и рационального и диетического питания пожилых и старых; организации ухода и осуществлении паллиативной помощи пациентам пожилого и старческого возраста.

2. Результаты освоения учебной дисциплины.

Результатом освоения УД «Здоровый человек и его окружение» является овладение учащимися видом профессиональной деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями.

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1	Планировать обследование пациентов различных возрастных групп.
ПК 5.1	Осуществлять медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией.
ПК 5.2	Проводить психосоциальную реабилитацию.
ПК 5.3	Осуществлять паллиативную помощь.
ПК 5.4	Оформлять медицинскую документацию.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовать собственную деятельность, выбирая типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность 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 возложенных на него профессиональных задач, а также для своего профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в своей профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллективом, руководством, потребителями.
ОК 7.	Брать ответственность за работу членов команды (подчинённых), за результат выполнения заданий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой 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, 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.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен

Знать:

- основные факторы риска развития болезней в пожилом возрасте;
- анатомо-физиологические и психологические особенности пожилого человека;
- основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития;
- универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;
- значение семьи в жизни человека

Уметь:

- оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды;
- выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;
- обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи.

Владеть:

- Владеть методикой проведения санитарно-просветительной работы.

3. Тематический план

№	Наименование разделов и тем	Макс. нагрузка студента	Кол-во аудиторных часов при очной форме обучения			Сам. Работа
			всего	Теорет. Занятия	Практич. занятия	
1.	Введение в гериатрию.	3	2	2		1
2.	Демография и биология старения.	4	2	2		2
3.	Медико-социальное обслуживание людей.	4	2	2		2
4.	Нравственные и юридические аспекты смерти.	4	2	2		2
5	Особенности АФО пожилых людей.	6	4	2	2	2
6.	Особенности ухода за пожилыми людьми.	8	6	4	2	2
7.	Особенности нравственно-психического состояния пожилых людей.	6	4	2	2	2
8.	Особенности питания пожилых людей.	8	6	4	2	2
9.	Особенности труда и отдыха пожилых людей.	8	6	4	2	2
	ИТОГО:	51	34	24	10	17

4. Содержание с определением вида самостоятельной работы студентов

Введение в геронтологию.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Понятие геронтологии, её разделы и задачи. Старение как закономерный этап развития человека. Классификация возрастных групп. Календарный и биологический возраст. Виды и теории старения. Характеристика процесса старения.</p>
<p>Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Понятие геронтологии</p>	
Демография и биология старения.	<p>Содержание темы:</p> <p>Медико-демографические и социально-гигиенические аспекты постарения населения. Отношение к пожилым людям как важный показатель нравственного состояния общества.</p> <p>Характеристика демографической ситуации в РФ и регионе. Средняя продолжительность жизни. Основные причины смертности в России. Увеличение численности пожилых и старых людей на фоне сверх смертности мужчин и феминизации общества.</p>
<p>Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Демография и биология старения.</p>	
Медико-социальное обслуживание людей.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Потребности пожилых людей в различных видах медико-социальной и бытовой поддержки. Комплексный медико-социальный характер помощи пожилым как необходимое условие ее эффективности. Законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан. История и современная структура гериатрической службы РФ. Опыт других стран. Медицинские аспекты защиты пожилых людей. Организация гериатрической помощи на дому.</p>
<p>Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Медико-социальное обслуживание людей</p>	
Нравственные и юридические аспекты смерти.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Танатология как наука. Понятие «смерть». Классификация смерти. Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти. Законодательство РФ об эвтаназии. Естественная смерть. Основные этапы умирания и смерти. Эмоциональные стадии горевания. Психологическая поддержка умирающего человека и его близких. Констатация смерти. Уход за телом умершего. Похороны у славянских народов России.</p>
<p>Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Нравственные и юридические аспекты смерти.</p>	
Особенности АФО	Содержание учебного материала

пожилых людей.	Анатомно-физиологические изменения в пожилом и старческом возрасте: особенности дыхательной, сердечно-сосудистой недостаточности, пищеварительной, мочеполовой, нейроэндокринной систем, системы крови, опорно-двигательного аппарата, органов чувств, кожи. Возрастные изменения личности пожилого человека и его эмоциональной жизни. Стадии и признаки физического старения.
Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Нравственные и юридические аспекты смерти	
Особенности ухода за пожилыми людьми.	Содержание учебного материала Возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей человека в преклонном возрасте. Личная гигиена и геросметология. Сохранение социальных контактов. Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении. Сестринский процесс при оказании консультативной помощи по вопросам укрепления здоровья пожилых людей.
Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Особенности ухода за пожилыми людьми.	
Особенности нравственно-психического состояния пожилых людей.	Содержание учебного материала Здоровый образ жизни как залог активного долголетия. Факторы риска для человека пожилого и старческого возраста. Пути увеличения продолжительности жизни и замедления темпов старения. Позитивная личная концепция. Способы сохранения интеллекта. Понимание возрастных изменений. Сестринские услуги лицам пожилого и старческого возраста. Психологические и этические аспекты сестринской работы с пожилыми и старыми людьми.
Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме Особенности нравственно-психического состояния пожилых людей	
Особенности питания пожилых людей.	Содержание учебного материала Особенности питания людей пожилого и старческого возраста. Особенности геродиеттики. Геронтологическое меню. Контроль массы тела.
Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Особенности питания пожилых людей.	
Особенности труда и отдыха пожилых людей.	Содержание учебного материала Режим рациональной физической активности и распорядок дня пожилого человека. Регуляция ночного сна. Ограничение курения, приема алкоголя.
Самостоятельная работа обучающихся Работа с лекционным материалом и дополнительной литературой. Составление сообщений по теме: Особенности труда и отдыха пожилых людей.	

5. Фонд оценочных средств

Перечень вопросов к экзамену

1. Понятие «Геронтология», ее разделы и задачи.
2. Различные организационные формы геронтологической помощи (типы ЛПУ).
3. Обставьте комнату в доме престарелых для пациента 78 лет. Обоснуйте Ваши рассуждения.
4. Танатология как наука. Констатация смерти. Правила ухода за телом умершего. выполнению.
5. АФО дыхательные системы и эндокринной системы.
6. АФО сердечно-сосудистой системы.
7. АФО нервной системы.
8. Сестринский процесс в геронтологии.
9. Особенности геродистетики.
10. Организация здорового сна геронтов.
11. Особенности течения заболеваний в пожилом и старческом возрасте.
12. Особенности фармакотерапии в пожилом и старческом возрасте.
13. Основные причины несчастных случаев с больными пожилого и старческого возраста.
14. Наиболее важные мероприятия при уходе за гериатрическими больными.
15. Демография и биология старения.
16. Организация двигательной активности людей пожилого и старческого возраста.

Критерии оценки устного ответа

✓ **5 баллов** - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ **4 балла** - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ **3 балла** – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определено и последовательно изложить ответ.

✓ **2 балла** – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

Примерные тестовые задания

1. Заболевания лиц пожилого и старческого возраста изучает
 - а) геронтология
 - б) гериатрия
 - в) герогигиена
2. Наличие двух и более заболеваний у пациента - это
 - а) полипрагмазия

- б) полиморбидность
 - в) полиэтиологичность
 - г) атипичность
3. Одновременное назначение нескольких лекарственных препаратов - это
- а) полипрагмазия
 - б) полиморбидность
 - в) полиэтиологичность
 - г) полиморфность
4. При бессоннице лицам пожилого и старческого возраста рекомендуют
- а) настой пустырника
 - б) бромиды
 - в) барбитал
 - г) фенотарбитал
5. Рентгенографию следует обязательно провести при появлении на фоне хронического бронхита
- а) общей слабости
 - б) недомогания
 - в) влажного кашля
 - г) кровохарканья
6. Наиболее частое осложнение острого бронхита у лиц пожилого и старческого возраста
- а) хронический бронхит
 - б) очаговая пневмония
 - в) туберкулез
 - г) рак легкого
7. При возникновении пневмонии у лиц пожилого и старческого возраста редко наблюдается
- а) слабость
 - б) недомогание
 - в) кашель
 - г) высокая лихорадка
8. К развитию пневмонии у лиц пожилого и старческого возраста предрасполагает
- а) переутомление
 - б) перегревание
 - в) постельный режим
 - г) стрессы
9. Причина снижения интенсивности боли при инфаркте миокарда у лиц пожилого и старческого возраста
- а) усиление воспалительной реакции
 - б) ослабление воспалительной реакции
 - в) повышение порога болевой чувствительности
 - г) снижение порога болевой чувствительности
10. Форма инфаркта миокарда, реже встречающаяся в пожилом и старческом возрасте
- а) ангинозная
 - б) астматическая
 - в) аритмическая
 - г) безболевая
11. Ведущая причина артериальной гипертензии у лиц пожилого и старческого возраста
- а) атеросклероз
 - б) болезнь Иценко-Кушинга
 - в) хронический пиелонефрит
 - г) феохромоцитома
12. Язвенный дефект у лиц пожилого и старческого возраста чаще локализуется в

- а) желудке
 - б) 12-ти перстной кишке
 - в) слепой кишке
 - г) ободочной кишке
13. В возникновении язвенной болезни в пожилом возрасте наибольшее значение имеет
- а) генетическая предрасположенность
 - б) нарушение микроциркуляции в стенке желудка
 - в) повышение кислотности желудочного сока
 - г) психоэмоциональные перегрузки
14. Задержка мочеиспускания у лиц пожилого и старческого возраста часто связана с
- а) острым гломерулонефритом
 - б) острым пиелонефритом
 - в) острым циститом
 - г) аденомой предстательной железы
15. Причина снижения эффективности пероральных препаратов железа
- а) увеличение всасывания
 - б) уменьшение всасывания
 - в) ускоренная эвакуация
 - г) повышение кислотности желудочного сока
16. Заболевание, встречающееся преимущественно у лиц пожилого и старческого возраста
- а) гемофилия
 - б) болезнь Шенлейна-Геноха
 - в) железодефицитная анемия
 - г) хронический лимфолейкоз
17. Сахарный диабет у лиц пожилого и старческого возраста обусловлен
- а) бактериальной инфекцией
 - б) психоэмоциональными перегрузками
 - в) абсолютным дефицитом инсулина
 - г) снижением чувствительности тканей к инсулину
18. Течение сахарного диабета у лиц пожилого и старческого возраста отягощают
- а) атеросклероз, ожирение
 - б) пиелонефрит, цистит
 - в) бронхит, пневмония
 - г) гастрит, холецистит
19. Заболевание, характеризующееся повышенной ломкостью костей из-за снижения содержания в них кальция
- а) артроз
 - б) ревматоидный артрит
 - в) остеохондроз
 - г) остеопороз
20. У лиц пожилого и старческого возраста чаще встречается
- а) ревматический полиартрит
 - б) ревматоидный артрит
 - в) инфекционный артрит
 - г) остеохондроз позвоночника

Критерии оценки тестирования

- 91-100% - оценка отлично,
- 81-90% - оценка хорошо,
- 70-80% - оценка удовлетворительно
- до 70% - оценка неудовлетворительно

6. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов

Основные источники:

1. Журавлева Т.П. «Основы гериатрии», 2014 г.
2. Руководство для средних медицинских работников / Под ред. Ю.П. Никитина, В.М. Чернышева. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 992 с.
3. Корягина Г.А., Фомушкина И.А., Головенко О.А. «Сестринские услуги лицам пожилого и старческого возраста», Раменское, 2010 г.

Дополнительные источники:

1. Смолева Э.В. Справочник фельдшера общей практики. Ростов на Дону «Феникс» 2014г – 537 с.
2. Филатова С.А. «Геронтология», 2014 г.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. Электронно-библиотечные системы:
 - 1.1. IPRbooks [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / группа компаний Ай Пи Эр Медиа . - Электрон. дан. - Саратов , [2019]. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.
 - 1.2. ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. - Электрон.дан. – Москва , [2019]. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru>.
 - 1.3. Консультант студента [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ОООПолитехресурс. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/pages/catalogue.html>.
 - 1.4. Лань [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ООО ЭБС Лань. - Электрон.дан. – С.-Петербург, [2019]. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com>.
 - 1.5. Znanium.com [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система / ОООЗнаниум. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <http://znanium.com>.
2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /Компания «Консультант Плюс» - Электрон.дан. - Москва :КонсультантПлюс, [2019].
3. База данных периодических изданий [Электронный ресурс] : электронные журналы / ООО ИВИС. - Электрон.дан. - Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>.
4. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Электрон.дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://нэб.рф>.
5. Федеральные информационно-образовательные порталы:
 - 5.1. Информационная система Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Режим доступа: <http://window.edu.ru>
 - 5.2. Федеральный портал Российское образование. Режим доступа: <http://www.edu.ru>
6. Образовательные ресурсы УлГУ:
 - 6.1. Электронная библиотека УлГУ. Режим доступа :<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>
 - 6.2. Образовательный портал УлГУ. Режим доступа :<http://edu.ulsu.ru>

Программное обеспечение:

1. ОС MicrosoftWindows
2. Антивирус Dr.Web
3. MicrosoftOffice 2016