

**Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
УЛЬЯНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
Факультет последипломного медицинского и фармацевтического образования  
Кафедра терапии и профессиональных болезней**

*М.В. Мензоров*

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОРДИНАТОРОВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА»**

Ульяновск, 2022 г.

УДК 616.1(075.8)

ББК 53.058я73

М50

*Рекомендовано к использованию в учебном процессе  
решением Ученого совета  
Института медицины, экологии и физической культуры  
Ульяновского государственного университета, протокол №8/238 от 14.04.2022*

**Рецензенты** – д.м.н., профессор кафедры факультетской терапии Разин В.А.

**Мензоров М.В.**

М 50. Методические рекомендации для организации самостоятельной работы ординаторов по дисциплине «Профилактическая медицина» / М.В. Мензоров/– Ульяновск : УлГУ, 2022

Методические рекомендации подготовлены в соответствии с рабочей программой дисциплины " Профилактическая медицина ". В структуру входят указания для ординаторов по каждой изучаемой теме согласно плану внеаудиторных практических работ. Методические рекомендации предназначены для ординаторов для ординаторов факультета последипломного медицинского и фармацевтического образования, обучающихся по специальности 31.08.36 – Кардиология

© Мензоров М.В., 2022

## Пояснительная записка

Методические рекомендации предназначены для организации самостоятельной работы обучающихся во внеаудиторное время при освоении дисциплины «Профилактическая медицина». Данная дисциплина является частью основных образовательных программ ординатуры, осваиваемых на факультете последипломного медицинского и фармацевтического образования.

Самостоятельная внеаудиторная работа - это планируемая в рамках учебного плана деятельность обучающихся, которая осуществляется по заданию, при методическом руководстве и контроле преподавателя, но без непосредственного участия.

Цель самостоятельной внеаудиторной работы – овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом творческой, исследовательской деятельности, развитие самостоятельности, организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровней.

Задачи организации самостоятельной внеаудиторной работы в том, чтобы:

1. Мотивировать обучающихся к освоению учебных программ.
2. Расширить кругозор ординаторов, углубить их знания, развить умения исследовательской деятельности, проявить элементы творчества.
3. Способствовать развитию универсальных и профессиональных компетенций.
4. Создать условия для формирования способности обучающихся к самообразованию, самоуправлению и саморазвитию.

Для внеаудиторного изучения предлагаются вопросы по темам, основной материал которых не может быть в достаточном объеме рассмотрен на аудиторных занятиях.

На первой лекции преподаватель объясняет ординаторам, что входит в объем самостоятельной работы, как ее выполнять, чем пользоваться при выполнении, как оцениваются выполненные задания.

Внеаудиторные задания выполняются к соответствующему промежуточному контролю.

При подготовке к практическому занятию ординаторам предлагается воспользоваться библиографическим списком, указанная литература которого находится в фондах научной библиотеки УлГУ или в базах электронных библиотечных систем.

## СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### **Тема 1. Профилактика как основа государственной социальной политики и деятельности в сфере здравоохранения.**

#### Содержание темы:

Принципы и организация службы профилактической медицины в системе здравоохранения Российской Федерации. Нормативно-правовое обеспечение деятельности службы профилактической медицины и формирования здорового образа жизни. Федеральные программы в области укрепления здоровья и профилактики нарушений в состоянии здоровья населения.

### **Тема 2. Порядок оказания профилактической помощи населению**

#### Содержание темы:

Основные виды медицинской профилактики: первичная, вторичная, третичная (определение, цели, задачи, критерии эффективности). Первичная медицинская профилактика. Понятие о доклинической медицине. Основные компоненты первичной профилактики Организационно-методическое обеспечение первичной и вторичной профилактики в амбулаторно-поликлинических учреждениях. Вторичная профилактика. Динамическое наблюдение. Диспансеризация (цели, методы). Индивидуальный групповой и популяционные уровни воздействия. Категории третичной профилактики: ограничение нетрудоспособности; реабилитация (цели, подходы и методы).

### **Тема 3. Здоровый образ жизни как основа профилактики неинфекционных заболеваний**

#### Содержание темы:

Основные понятия: образ жизни, стиль жизни, уровень жизни, уклад жизни, качество жизни. Структура образа жизни. Определение «здоровый образ жизни». Приоритетные нормы здорового образа жизни (ВОЗ). Основные компоненты здорового образа жизни. Здоровый образ жизни – как основа профилактики заболеваемости ХНИЗ, инвалидности и преждевременной смертности. Отечественный и зарубежный опыт разработки профилактических программ. Вклад лечебных и профилактических мероприятий в снижение смертности населения от ССЗ и других НИЗ. Цель и задачи пропаганды здорового образа жизни. Принципы пропаганды здорового образа жизни. Методы ведения пропаганды здорового образа жизни. Принципы массовой пропаганды здорового образа жизни.

### **Тема 4. Организационные принципы деятельности отделений (кабинетов) медицинской профилактики и центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан РФ**

#### Содержание темы:

Нормативно- правовое обеспечение деятельности отделений (кабинетов) в соответствии с законодательством РФ. Положение об отделении медицинской профилактики. Основные цели и задачи деятельности отделений (кабинетов) медицинской профилактики в медицинских организациях. Функции отделений (кабинетов) медицинской профилактики. Структура и оснащение отделений (кабинетов) медицинской профилактики. Штатное расписание отделений (кабинетов) медицинской профилактики. Взаимодействие отделений (кабинетов) медицинской профилактики в медицинских организациях с другими подразделениями системы здравоохранения. Нормативно- правовое обеспечение деятельности центра здоровья в соответствии с законодательством РФ. Положение о ЦЗ. Основные цели и задачи деятельности центра здоровья. Функции ЦЗ. Структура и оснащение ЦЗ. Штатное расписание ЦЗ. Возможности Центра здоровья в пропаганде здорового образа жизни у населения. Принципы массовой пропаганды здорового образа жизни. Организация общественных акций по пропаганде здорового образа жизни. Разработка материалов по профилактике с учетом особенностей региона. Взаимодействие центра здоровья с другими подразделениями системы здравоохранения. Возможности Интернета для пропаганды здорового образа жизни. Образовательные технологии при проведении Школ Здоровья для пациентов. Методы активного обучения. Оценка эффективности. Опыт работы центров здоровья по РФ. Особенности ведения документации центра здоровья. Электронный документооборот.

### **Тема 5. Методы и научные основы профилактики ХНИЗ**

#### Содержание темы:

Артериальная гипертония (АГ) как медико социальная проблема и фактор риска сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ). Принципы коррекции. Немедикаментозные методы снижения артериального давления. Мероприятия по изменению образа жизни. Влияние изменений образа жизни на величину АД. Гиперхолестеринемия и другие нарушения липидного обмена как фактор риска ССЗ, возможные пути коррекции. Избыточная масса

тела, ожирение и недостаточная двигательная активность как факторы риска ХНИЗ, возможные пути коррекции. Курение, медико-социальное значение. Курение и социальная политика в России. Федеральное законодательство и курение в России. Влияние курения на индивидуальное и общественное здоровье. Методы оценки в выборе тактики профилактики и лечения табакокурения. Современные эффективные методы лечения табакокурения. Скрининг и профилактика ХОБЛ. Проблема приверженности пациентов лечению и возможные пути ее решения. реализации и контроля исполнения решения. Отрицательные последствия и взаимозависимость решений. Законодательные основы профилактики пьянства и алкоголизма. Основные патофизиологические механизмы влияния алкоголя на организм человека и возникновение зависимости. Современные методы, формы и средства антиалкогольной пропаганды. Физическая активность и здоровье Понятие о достаточной и недостаточной физической активности для улучшения здоровья Методы оценки и самооценки физической активности Оздоровительные тренировочные физические нагрузки, лечебная физкультура

### **Тема 6. Диспансеризация населения**

#### Содержание темы:

Организации и проведения диспансерного наблюдения больных хроническими неинфекционными заболеваниями и пациентов с высоким риском их развития

#### **ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ**

1. Законодательные основы охраны здоровья граждан в РФ (Конституция РФ, ФЗ - 323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ».
2. Современное состояние и тенденции демографических процессов в РФ.
3. Медико-социальная значимость важнейших инфекционных и неинфекционных заболеваний.
4. Показатели деятельности медицинской организации, методика их вычисления и анализа.
5. Качество медицинской помощи, определение, основные понятия. Критерии качества медицинской помощи в амбулаторно-поликлинических медицинских организациях.
6. Определения понятий «здоровье» и «болезнь». Аналогичные понятия в профилактической медицине – «здоровье населения (общественное здоровье)» и «заболеваемость»).
7. Определение понятия «профилактика». Смысл термина «профилактический». Примеры профилактических мер.
8. Уровни профилактики. Характеристика и примеры мероприятий соответствующего уровня.
9. Профилактическая медицина: определение понятия, сходства и отличия от клинической медицины. Место профилактической медицины в структуре медицинских наук.
10. Объект изучения профилактической медицины и профилактические подходы к решению медицинских проблем. Предметная область профилактической медицины.
11. Успехи профилактической медицины в сохранении здоровья населения. Обеспечение доброкачественной питьевой водой. Вакцинопрофилактика инфекционных болезней.
12. Понятие «Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения».
13. Основы медицинской профилактики. Профилактика в клинической медицине. Центры здоровья.
14. Эпидемиология как наука: определение и предмет изучения. Эпидемиология в современной структуре медицинских наук.
15. Первичная профилактика.
16. Общественное здоровье и здравоохранение. Социальная гигиена. Содержание,

- структура, предназначение.
17. Определение понятия «медицинская профилактика». Виды медицинской профилактики. Уровни профилактики заболеваний и нарушений в состоянии здоровья. Определение понятия «первичная профилактика», «вторичная профилактика».
  18. Структура смертности населения.
  19. Формирование парадигмы здорового образа жизни.
  20. Проведение иммунопрофилактики (вакцинации) различных групп населения.
  21. Оздоровление отдельных лиц и групп населения. Основные задачи по улучшению здоровья населения в Европе. Проведение диспансерных медицинских осмотров, целевое санитарно-гигиеническое воспитание (обучение) пациентов и членов их семей знаниям и навыкам, связанным с конкретным заболеванием или группой заболеваний, проведение оздоровительных и лечебных мероприятий по устранению отрицательных для здоровья факторов, осуществление динамического наблюдения.
  22. Определение понятия «реабилитация».
  23. Технологии медицинской профилактики.
  24. Принципы доказательной медицины. Классы рекомендаций.
  25. Факторы риска развития заболеваний. Критерии качества профилактической медицинской помощи.
  26. Эпидемиология АГ. Классификация АГ (стадии, степени) Стратификация риска. Факторы, влияющие на прогноз пациента с АГ и оценка общего (суммарного) сердечного сосудистого риска.
  27. Правила измерения АД (положение больного, условия измерения АД, оснащение, кратность измерения, техника измерения). Измерение АД в домашних условиях.
  28. Алгоритм обследования пациента с впервые выявленной АГ: сбор анамнеза, физикальное обследование, лабораторные и инструментальные методы исследования, исследование состояния органов-мишеней (гипертрофия левого желудочка, почки, сосуды, глазное дно, головной мозг).
  29. Стратификация риска у пациентов с АГ и показания к началу немедикаментозных и медикаментозных вмешательств. Целевые уровни артериального давления.
  30. Немедикаментозные методы снижения артериального давления. Мероприятия по изменению образа жизни. Влияние изменений образа жизни на величину АД.
  31. Медикаментозная антигипертензивная терапия. Основные принципы лечения.
  32. Особенности лечения АГ у отдельных групп больных (у лиц пожилого возраста, при сахарном диабете, метаболическом синдроме, цереброваскулярной болезни, ИБС, у женщин, при болезнях почек, легких).
  33. Проблема приверженности пациентов лечению АГ и возможные пути ее решения.
  34. Метаболический синдром (МС), его распространенность. Критерии МС.
  35. Немедикаментозные мероприятия у пациентов с МС, направленные на формирование здорового образа жизни.
  36. Медикаментозная коррекция МС.
  37. МС у детей и подростков. Повышение риска МС у женщин в постменопаузе.
  38. Остеопороз как фактор риска.
  39. Эпидемиология остеопороза.
  40. Факторы риска остеопороза.
  41. Профилактика переломов. Немедикаментозные меры профилактики остеопороза.
  42. Роль кальция в лечении и профилактике остеопороза. Медикаментозная профилактика и лечение остеопороза.
  43. Наркомания как социально значимое заболевание.
  44. Скрининг на наркозависимость.
  45. Средства профилактики. Группы профилактики наркомании. Методика профилактики. Рекомендации.

46. Эпидемиология ВИЧ. История возникновения.
47. Профилактика ВИЧ в молодёжной среде.
48. Скрининг. Стигмы и противодействие им.
49. Эпидемиология гриппа. Социально-экономические последствия гриппа.
50. Профилактика гриппа и ОРВИ. Вакцинопрофилактика гриппа.
51. Осложнения гриппа.
52. Понятие об эпидемическом и пандемическом гриппе.
53. Основные понятия: грамотность в вопросах здоровья, комплаентность.
54. Технологии повышения грамотности в вопросах здоровья.
55. Технологии формирования приверженности лечению.
56. Неравенство в здоровье. Определение понятия. Причины неравенства.
57. Технологии снижения неравенства.
58. Стратегии профилактики. Понятие о суммарном риске.
59. Факторы риска: определение. Модифицируемые и немодифицируемые факторы риска хронических неинфекционных заболеваний.
60. Что такое суммарный кардиоваскулярный риск? Понятие об абсолютном и относительном риске.
61. Калькуляторы риска. Система оценки суммарного кардиоваскулярного риска по шкале SCORE. Методика использования. Практические аспекты.
62. Различная тактика ведения пациентов в зависимости от величины риска.
63. Понятие о целевых уровнях факторов риска хронических неинфекционных заболеваний. Основные цели профилактики в клинической практике.

## Список рекомендуемой литературы

### основная

1. Оганов, Р. Г. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний: руководство / Оганов Р. Г. , Шальнова С. А. , Калинина А. М. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 216 с. (Серия "Библиотека врача-специалиста") - ISBN 978-5-9704-1110-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970411100.html>
2. Сердечная недостаточность: актуальные вопросы диагностики, лечения и профилактики с позиций доказательной медицины : учебник для вузов / В. Н. Ларина [и др.] ; под редакцией В. Н. Лариной. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 289 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14930-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/497227>

### Дополнительная

1. Оганов, Р. Г. Руководство по медицинской профилактике / Под ред. Р. Г. Оганова, Р. А. Хальфина - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 464 с. - ISBN 5-9704-0338-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5970403385.html>.
2. Гундаров, И. А. Профилактическая медицина на рубеже веков. От факторов риска - к резервам здоровья и социальной профилактике / И. А. Гундаров, В. А. Полесский - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 256 с. - ISBN 978-5-9704-3871-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970438718.html>.
3. Профилактика венозных тромбоемболий / Сулимов Виталий Андреевич. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 112 с. : ил. - (Актуальные вопросы медицины). - Библиогр.: с. 108-110. - ISBN 978-5-9704-1226-8.

4. Клинические рекомендации Министерства здравоохранения Российской Федерации:
- a. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Артериальная гипертензия у взрослых», ID:62. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/62\\_2/](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/62_2/)
  - a. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Стабильная ишемическая болезнь сердца», ID:155. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/155\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/155_1)
  - b. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Острый инфаркт миокарда с подъемом сегмента ST электрокардиограммы», ID:157. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/157\\_4](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/157_4)
  - c. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Острый коронарный синдром без подъема сегмента ST электрокардиограммы», ID:154. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/154\\_3](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/154_3)
  - d. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Гипертрофическая кардиомиопатия», ID:283. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/283\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/283_1)
  - e. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Брадиаритмии и нарушения проводимости», ID:160. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/160\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/160_1)
  - f. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Инфекционный эндокардит и инфекция внутрисердечных устройств», ID:54. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/54\\_2](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/54_2)
  - g. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Хроническая сердечная недостаточность», ID:156. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/156\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/156_1)
  - h. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Фибрилляция и трепетание предсердий у взрослых», ID:382. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/382\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/382_1)
  - i. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Наджелудочковые тахикардии», ID:619. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/619\\_2](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/619_2)
  - j. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Миокардиты», ID:153. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/153\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/153_1)
  - k. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Желудочковые нарушения ритма. Желудочковые тахикардии и внезапная сердечная смерть», ID:569. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/569\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/569_1)
  - l. Министерство здравоохранения Российской Федерации. Клинические рекомендации «Легочная гипертензия, в том числе хроническая тромбоэмболическая легочная гипертензия», ID:159. 2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/159\\_1](https://cr.minzdrav.gov.ru/recomend/159_1)

**Федеральные информационно-образовательные порталы:**

Информационная система [Единое окно доступа к образовательным ресурсам](http://window.edu.ru). Режим доступа: <http://window.edu.ru>

Федеральный портал [Российское образование](http://www.edu.ru). Режим доступа: <http://www.edu.ru>

**Образовательные ресурсы УлГУ:**



Электронная библиотека УлГУ. Режим доступа : <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>  
Образовательный портал УлГУ. Режим доступа : <http://edu.ulsu.ru>