

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
УЛЬЯНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
Медицинский факультет  
Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ «ГИГИЕНА»  
ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ 31.05.03 «СТОМАТОЛОГИЯ».

Методическое пособие

Ульяновск

УДК  
ББК  
К

*Печатается по решению Ученого совета  
Института медицины, экологии физической культуры  
Ульяновского государственного университета*

**Разработчики** – к.м.н. доцент Алабина Е.В., старший преподаватель Ермолаева И.Ю.

**Рецензент** – Начальник центра ГСЭН территориальный г. Ульяновск Поляков С.Г.

Методическое пособие для организации самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Гигиена». - Ульяновск, УлГУ, 2022.

Методическое пособие подготовлено в соответствии с требованиями рабочей программы и содержит методические указания по основным разделам учебной дисциплины «Гигиена» согласно действующему учебному плану. Методическое пособие предназначено для студентов медицинского факультета, обучающихся по специальности 31.05.03 «Стоматология».

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Цель освоения дисциплины.....	3
Задачи освоения дисциплины.....	3
Структура доклада.....	4
Содержание дисциплины.....	4
Перечень практических навыков.....	6
Чек-листы для освоения практических навыков.....	6
Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	6

### Введение.

#### Краткая характеристика учебной дисциплины «Гигиена»

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом ВПО дисциплина «Гигиена» относится к базовой части дисциплин специальности 31.05.03 «Стоматология».

**Цели освоения дисциплины:** овладение студентами знаниями вопросов закономерностей взаимодействия организма человека с окружающей средой, знаниями по вопросам охраны окружающей среды и экологии, обучить общепринятым методам исследования внешней среды, способствовать формированию профилактической направленности мировоззрения будущего врача.

**Задачи освоения дисциплины:** осуществление мероприятий по формированию здоровья взрослого населения и подростков, проведение профилактики заболеваний среди взрослого населения и подростков, формирование у взрослого населения, подростков и их родственников мотивации к сохранению и укреплению здоровья, проведение санитарно-просветительской работы среди взрослого населения, подростков, их родственников с целью формирования здорового образа жизни; формирование у взрослого населения, подростков, членов их семей позитивного медицинского поведения, направленного на сохранение и повышение уровня здоровья, мотивации к устранению вредных привычек, неблагоприятно влияющих на состояние здоровья подрастающего поколения; организация мероприятий по охране труда и технике безопасности, профилактика профессиональных заболеваний, контроль соблюдения и обеспечение экологической безопасности; анализ научной литературы и официальных статистических обзоров, подготовка докладов по современным научным проблемам.

Целью занятий является самостоятельное изучение избранных разделов дисциплины «Гигиена», подготовка и представление доклада.

Подготовка доклада требует самостоятельности и творческого подхода. Основной целью работы является приобретение умений и навыков работы с литературой, обобщения литературных источников, способности раскрыть вопросы темы, делать выводы. Тема доклада выбирается из

рекомендованных преподавателем или выбранных самим студентом, по согласованию с преподавателем. При подготовке доклада используется учебная и научная литература, материал из научных статей журналов, доступных на сайтах научных баз данных, поисковых систем. Литература должна быть представлена за последние 5 лет, не менее 5-ти источников. Доклад должен быть сдан и защищен согласно графику самостоятельной работы студентов.

**Структура доклада:** содержание, введение, основная часть, заключение.

1. Содержание (оглавление). Содержание (оглавление) дает представление о тематическом содержании доклада, об его структуре и проблематике. В содержании (оглавлении) должны быть отражены заголовки структурных частей доклада.

2. Введение. Во введении необходимо отразить значение и актуальность выбранной темы.

3. Основная часть доклада. Основная часть должна раскрывать тему доклада, в ней последовательно излагается материал в соответствии с содержанием (оглавлением).

4. Заключение или выводы. В заключении необходимо подвести итог, сформулировать выводы.

## **Содержание дисциплины**

### **Раздел 1. Гигиена как наука.**

**Занятие 1. История становления и развития гигиены. Предмет, содержание и задачи гигиены.**

**Темы докладов:**

1. История становления и развития гигиены. Ведущие ученые, их вклад в развитие гигиены.
2. Предмет, содержание и значение гигиены.
3. Гигиена как основа профилактической медицины, связь гигиены с другими науками. Место гигиены в системе медицинского образования.

### **Раздел 2. Гигиена питания.**

**Занятие 2. Пищевые добавки: классификация, характеристики, требования.**

**Темы докладов:**

1. Общие сведения о пищевых добавках. Определение и классификация. Безопасность пищевых добавок.
2. Характеристика пищевых добавок по химическому составу и воздействию на организм. Условия применения пищевых добавок.

### **Раздел 3. Гигиена труда и охрана здоровья работающих.**

**Занятие 3. Гигиеническая оценка токсичности промышленных ядов. Гигиеническая оценка электромагнитных излучений.**

**Темы докладов:**

1. Промышленные яды, классификация. Действие на организм.
2. Характеристика и виды электромагнитных излучений.
3. Источники генерации различных видов электромагнитных излучений.
4. Биологическое действие различных видов электромагнитных излучений.
5. Профилактические мероприятия при работе с источниками электромагнитных излучений.

**Раздел 3. Гигиена стоматологических медицинских организаций.****Занятие 4. Особенности профессиональной деятельности врачей-стоматологов.****Темы докладов:**

1. Профессиональные заболевания стоматологов. Структура заболеваний.
2. Заболевания стоматологов, обусловленные вынужденным положением тела, напряжением органов зрения, инфекционные заболевания.
3. Вредные факторы производственной среды при работе врачей-стоматологов. Факторы трудового процесса стоматологов.

**Занятие 5. Противозидемические мероприятия в стоматологических учреждениях.****Темы докладов:**

1. Благоустройство стоматологических учреждений.
2. Дезинфекция, предстерилизационная очистка и стерилизация изделий медицинского назначения. Физические, химические методы дезинфекции.
3. Контроль качества дезинфекции изделий медицинского назначения.

**Раздел 4. Гигиенические основы здорового образа жизни. Современные проблемы личной гигиены.****Занятие 6. Гигиенические основы здорового образа жизни.****Гигиенические требования к одежде и обуви. Гигиеническая оценка натуральных и искусственных материалов. Гигиенические требования к средствам по уходу за кожей, волосами и полостью рта.****Темы докладов:**

1. Понятие и структура здорового образа жизни. Характеристика основных элементов ЗОЖ. Пути формирования ЗОЖ.
2. Основные подходы к формированию мотивированного отношения к своему здоровью среди взрослого населения и подростков.
3. Значение правил личной гигиены.
4. Значение одежды, обуви, классификация. Гигиенические требования к материалам, из которых изготавливаются одежда и обувь. Гигиенические правила ухода за одеждой и обувью.
5. Функции кожи, зубов. Классификация средств по уходу за кожей, волосами, полостью рта. Гигиенические требования к средствам по уходу за кожей, волосами и полостью рта.

**Перечень практических навыков:** не предусмотрен программой

**Чек-листы для освоения практических навыков:** не предусмотрены программой

**Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

а) Список рекомендуемой литературы

**основная литература:**

1. Гигиена : учебник для стоматологов / под ред. О. В. Митрохина. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 368 с. - ISBN 978-5-9704-7226-2. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента":[сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970472262.html>
2. Гигиена [Электронный ресурс] / Мельниченко П. И., Архангельский В. И., Козлова Т. А., Прохоров Н. И., Семеновых Г. К., Семеновых Л. Н - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970430835.html>

**дополнительная литература:**

1. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям [Электронный ресурс]: учебное пособие / Кучма В.Р., Ямщикова Н.Л., Барсукова Н.К. и др. Под ред. В.Р. Кучмы - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970434994.html>
2. Гигиена труда [Электронный ресурс]: учебник / Н. Ф. Измеров, В. Ф. Кириллов - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970436912.html>
3. Гигиена питания [Электронный ресурс]: Руководство для врачей / А.А. Королев. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437063.html>
4. Ниезмухамедова М. Б. Гигиена воды и водоснабжения: учеб.-метод. пособие к практ. занятиям по общ. гигиене / М. Б. Ниезмухамедова, Н. Н. Мурыванова. - Ульяновск: УлГУ, 2011. - 51 с.- <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/99>
5. НиезмухамедоваМуазамБободжановна. Гигиена воздушной среды: учеб.-метод. пособие к практ. занятиям по общей гигиене / НиезмухамедоваМуазамБободжановна, Н. Н. Мурыванова; Ульяновск. гос. ун-т, ИМЭиФК, каф. обществ. здоровья и здравоохранения. - Ульяновск: УлГУ, 2010. - 44 с. - <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/102>

**учебно-методическая литература:**

1. Сборник заданий по общей гигиене [Электронный ресурс] / Калишев М.Г., Жарылкасын Ж.Ж., Петров В.И., Коваленко Л.М., Рогова С.И., Жакетаева Н.Т., Изденова Н.Р., Чурекова В.И., Мацук Е.В., Игельманова Б.М., Жарылкасынова А.М. - М.: Литтерра, 2016. Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785423502348.html>
2. Ниезмухамедова М. Б. Гигиена труда: учебно-методическое пособие к практическим занятиям по гигиене / М. Б. Ниезмухамедова, С. В. Еремина; УлГУ, ИМЭиФК. - Ульяновск: УлГУ, 2018. - Загл. с экрана. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 1,82 МБ). - Текст: электронный.- <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/1421>

Утверждаю \_\_\_\_\_

подпись

зав. кафедрой \_\_\_\_\_

должность

Горбунов В.И.

ФИО