



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский государственный медицинский
университет имени В. И. Разумовского»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

**Кафедра общей гигиены и экологии
Кафедра гигиены МПФ**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой общей гигиены и
экологии  Ю.Ю. Елисеев
«12» 04 2022 г.

Заведующий кафедрой гигиены
МПФ  И.Н. Луцевич
«12» 04 2022 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Дисциплина	Гигиена
Специальность	3.2.1. Гигиена
Форма обучения	Очная
Год обучения	1-2

Составители: зав. кафедрой общей гигиены и экологии, д.м.н. профессор Елисеев Ю.Ю.
зав. кафедрой гигиены МПФ, д.м.н. профессор Луцевич И.Н.
доцент кафедры общей гигиены и экологии, к.м.н. доцент Сергеева Е.С.
доцент кафедры общей гигиены и экологии, к.м.н. Пичугина Н.Н.
доцент кафедры общей гигиены и экологии, к.м.н. Войтович А.А.
доцент кафедры общей гигиены и экологии, к.м.н. доцент Елисеева Ю.В.
ассистент кафедры гигиены МПФ Каракотина И.А.
доцент кафедры гигиены МПФ, к.м.н. Мусаев Ш.Ж.
доцент кафедры гигиены МПФ, к.м.н. Анохина Т.В.

Одобрены на совместном заседании учебно-методической конференции кафедр
протокол от 12.04.2022 г. № 5

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Практическое занятие № 1

Раздел 1. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор в области коммунальной гигиены.

Тема 1. Гигиеническая оценка качества питьевой воды

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Критерии эпидемической безопасности питьевой воды
2. Органолептические показатели питьевой воды. Методы определения
3. Эпидемиологические и токсикологические показатели питьевой воды
4. Показатели радиационной безопасности питьевой воды

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Значение воды в жизни человека.
2. Роль воды в формировании нарушений здоровья человека.
3. Солевой состав воды и его влияние на организм и быт человека.
4. Микроэлементы воды и их нормирование.
5. Показатели, свидетельствующие о безопасности воды в эпидемиологическом отношении.
6. Инфекционные заболевания с водным путем передачи.
7. Принципы нормирования токсических веществ в воде.
8. Органолептические свойства воды и их нормирование.
9. Значение органолептических показателей воды для быта человека.
10. Принципы нормирования фтора в воде питьевой.
11. Показатели радиационной безопасности питьевой воды.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Изучение нормативно-правовой базы (СанПиН, Федеральный закон, ГОСТ).
2. Основа санитарно-гигиенического заключения анализа пробы воды питьевой.
3. Классификация методов улучшения качества питьевой воды.
4. Оценка эффективности обеззараживания воды.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учебное пособие / Кича Д.И., Дрожжина Н.А., Фомина А.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434307.html>
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 2

Тема 2. Методы улучшения качества питьевой воды

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Основные и специальные методы улучшения качества питьевой воды
2. Методы обеззараживания питьевой воды, их гигиеническая характеристика
3. Методы осветления и обесцвечивания, их гигиеническая характеристика
4. Специальные методы водоподготовки, особенности

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Классификация методов улучшения качества питьевой воды.
2. Способы осветления и обесцвечивания питьевой воды.
3. Коагуляция воды, особенность.
4. Физические и химические методы обеззараживания.
5. Препараты хлора, применяемые для хлорирования воды на водопроводах.
6. Механизм бактерицидного действия хлора.
7. Способы хлорирования воды и их особенности. Преимущества и недостатки хлорирования воды в сравнении с другими методами обеззараживания.
8. Методика хлорирования малыми дозами.
9. Специальные методы улучшения качества питьевой воды.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Источники загрязнения атмосферного воздуха населенных мест, их сравнительная характеристика. Предприятия энергетики, химической промышленности, строительной индустрии.
2. Характеристика атмосферных загрязнений. Закономерности их распространения в атмосферном воздухе. Факторы, влияющие на дальность распространения и концентрацию аэрозолей в атмосферном воздухе.
3. Принципы и методы гигиенического нормирования вредных веществ в атмосферном воздухе. Предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосферном воздухе населенных мест.
4. Законодательство по санитарной охране атмосферного воздуха.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учебное пособие / Кича Д.И., Дрожжина Н.А., Фомина А.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434307.html>
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 3

Тема 3. Гигиена воздушной среды. Загрязнение атмосферного воздуха как важная гигиеническая и экологическая проблема. Санитарная охрана атмосферного воздуха.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Источники загрязнения атмосферного воздуха. Гигиеническое нормирование
2. Физические и химические свойства, влияние на организм
3. Законодательные акты по охране атмосферного воздуха от загрязнения

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Качество атмосферного воздуха и воздуха закрытых помещений.
2. Основные химические загрязнители атмосферного воздуха, их влияние на здоровье человека.
3. Показатели чистоты воздуха лечебно - профилактических учреждений.
4. Методы отбора проб воздуха.
5. Определение углекислоты в воздухе помещений.
6. Методы кондиционирования воздушной среды помещений.
7. Виды вентиляции и особенности для помещений лечебно - профилактических учреждений.
8. Понятие кратности обмена при аэрации.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Понятие о почве населенных мест.
2. Гигиенический критерий загрязнения почвы. Основные источники загрязнения почвы населенных мест.
3. Природные и техногенные биогеохимические провинции.
4. Теоретические основы и методика гигиенического нормирования экзогенных химических веществ в почве, понятие о предельно допустимых концентрациях и предельно допустимых уровнях внесения химических веществ в почву и их безопасных остаточных количествах.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учебное пособие / Кича Д.И., Дрожжина Н.А., Фомина А.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434307.html>
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Тема 4. Гигиена почвы. Очистка населенных мест.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Показатели качества чистой незагрязненной почвы
2. Механизмы самоочищения почвы
3. Способы и методы очистки населенных мест

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Понятие о почве населенных мест.
2. Оценка почвы по химическим и биологическим показателям (санитарным показателям). Методика их использования при выборе площадки для создания объекта и контроле санитарного состояния почвы.
3. Принципы очистки населенных мест.
4. Система сбора и удаления твердых бытовых и промышленных отходов.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Принципы гигиенического нормирования факторов искусственной среды обитания.
2. Решение ситуационных задач, составление примерной схемы (план) санитарно-гигиенического обследования различных отделений больницы.
3. Изучение основных нормативных документов и принципиальных подходов к проектированию и строительству ЛПУ различного профиля.
4. Методика гигиенической оценки проектов ЛПО.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учебное пособие / Кича Д.И., Дрожжина Н.А., Фомина А.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434307.html>
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 5

Тема 5. Гигиена ЛПУ. Современные гигиенические проблемы больничного строительства. Качество внутрибольничной среды и ее регламентация

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Гигиенические требования к размещению больниц в населенном пункте
2. Гигиенические требования к участку больницы. Рациональное зонирование
3. Гигиенические требования к внутренней планировке больниц и к санитарному режиму

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Требования к размещению и зонированию больничного участка.
2. Типы застройки лечебно - профилактических учреждений, недостатки и преимущества типов строительства.
3. Особенности планировка приемного отделения лечебно - профилактических учреждений.
4. Особенности планировки инфекционного отделения лечебно - профилактических учреждений.
5. Особенности планировки хирургического отделения лечебно - профилактических учреждений.
6. Требования, предъявляемые к операционному блоку, зоны.
7. Особенности планировки терапевтического отделения лечебно - профилактических учреждений.
8. Структура палатной секции.
9. Требования к палатам в отделениях лечебно - профилактических учреждений различного профиля.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Основные аспекты работы, профессиональные вредности, особенности режима работы медицинских организациях различного профиля.
2. Гигиеническая оценка рабочих мест, оценка рабочей позы.
3. Психофизиологические аспекты трудовой деятельности врачей.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактик. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 6

Тема 6. Внутрибольничная инфекция и ее профилактика. Труд и здоровье медицинских работников.

Перечень рассматриваемых вопросов

- 1.Классификация ВБИ
- 2.Методы отбора проб воздуха для проведения санитарно-бактериологических исследований
- 3.Меры профилактики ВБИ

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Основные аспекты работы, профессиональные вредности, особенности режима работы в медицинских организациях различного профиля.
2. Гигиенические особенности акушерских стационаров, перинатальных центров, инфекционных отделений.
3. Эргономическая оценка рабочих мест и поз младшего и среднего медицинского персонала. Составление санитарной характеристики профессий медицинского профиля (профессиограммы).
4. Психофизиологические аспекты трудовой деятельности врачей узкого профиля.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Проблемы питания современного общества.
2. Основные компоненты пищи.
3. Болезни, возникающие при дисбалансе рациона питания.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактич. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратовгос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 7

Раздел 2. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор (контроль) в области гигиены питания.

Тема 1. Государственная политика в области здорового питания населения. Питание и здоровье населения. Алиментарные заболевания.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Прикладное и научно-теоретическое значение гигиены питания
2. Проблемы питания современного общества
3. Основные направления государственной политики в области профилактики алиментарно-зависимых заболеваний

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Изучить нормативно-правовую базу по данной теме.
2. Виды лечебного и диетического питания.
3. Основы макро- и микронутриентов пищи.
 4. Алиментарные заболевания недостаточного питания, профилактика.
 5. Алиментарные заболевания избыточного питания, профилактика.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Современные теоретические представления о количественной и качественной характеристике рационального питания.
2. Основные положения рационального питания.
3. Пластическая адекватность питания и сбалансированность основных пищевых веществ. Режим питания, его основные элементы.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Королев, А. А. Гигиена питания: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. Режим доступа- : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>.
3. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие/сост. Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Елисеева, Н.Н. Пичугина [и др.].- Саратов: Изд-во Саратов.гос.мед.ун-та, 2016.- 140с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие [для лечеб.,педиатр., стоматолог. фак.] / [сост. Ю. Ю. Елисеев и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2016. - 139[1] с.
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.- 90с.

Практическое занятие № 8

Тема 2. Основы рационального питания человека.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Физиологические нормы потребности взрослого человека в пищевых веществах и энергии
2. Принцип изокалорийности
3. Принцип сбалансированности
4. Распределение суточной калорийности по приемам в рациональном питании

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Обмен энергии и энергетические затраты организма. Единицы измерения энергии (калория, джоуль). Энергетический баланс. Болезни энергетического дисбаланса.
2. Нерегулируемые траты энергии: основной обмен, специфическое динамическое действие пищевых веществ.
3. Методы определения энергетической потребности людей и факторы, влияющие на нее.
4. Рекомендуемые величины потребности в энергии для различных возрастных и профессиональных групп населения.
5. Понятие о рациональном сбалансированном питании.
6. Нормы питания, их физиологическое обоснование.
8. Энергетическая адекватность питания.
9. Пластическая адекватность питания и сбалансированность основных пищевых веществ.

10. Меню-раскладка, основные принципы составления.
11. Принципы и методика расчета энергетической ценности рациона по меню-раскладке.
12. Режим питания, его основные элементы.
13. Методы изучения и оценка фактического питания.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Энергетическое и пластическое значение пищи.
2. Макронутриенты пищи, значение.
3. Источники питания и потребность в белках, жирах и углеводах.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Королев, А. А. Гигиена питания: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. Режим доступа- : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>.
3. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие/сост. Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Елисеева, Н.Н. Пичугина [и др.].- Саратов: Изд-во Саратов.гос.мед.ун-та, 2016.- 140с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие [для лечеб., педиатр., стоматолог. фак.] / [сост. Ю. Ю. Елисеев и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2016. - 139[1] с.
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 9

Тема 3. Пищевая и биологическая ценность белков, жиров и углеводов в питании населения.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Пищевая и биологическая ценность белков.
2. Пищевая и биологическая ценность жиров
3. Пищевая и биологическая ценность углеводов

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Энергетическое и пластическое значение пищи.
2. Макронутриенты питания, значение.
3. Источники питания и суточная потребность в белках, жирах и углеводах.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Определение и классификация витаминов.
2. Пищевые продукты — источники витаминов.
3. Причины развития витаминной недостаточности.
4. Микроэлементы в питании, суточная потребность.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Королев, А. А. Гигиена питания: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. Режим доступа- : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>.
3. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие/сост. Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Елисеева, Н.Н. Пичугина [и др.].- Саратов: Изд-во Саратов.гос.мед.ун-та, 2016.- 140с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие [для лечеб., педиатр., стоматолог. фак.] / [сост. Ю. Ю. Елисеев и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2016. - 139[1] с.
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 10

Тема 4. Гигиеническое и биологическое значение минеральных веществ и витаминов в питании населения.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Заболевания человека, вызванные дисбалансом минеральных веществ и витаминов
2. Витамины, их роль и значение в питании человека. Источники поступления, потребность.
3. Минеральные вещества, их роль и значение в питании человека. Источники поступления, потребность.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Определение и классификация витаминов.
2. Пищевые продукты — источники витаминов.
3. Причины развития витаминной недостаточности.
4. Авитаминозы, профилактика.
5. Микроэлементы в питании, суточная потребность.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Определение, характеристика пищевого статуса.
2. Методы оценки пищевого статуса, классификация статуса питания.
3. Лабораторная диагностика алиментарных дисбалансов: белковый, жировой, углеводный и минеральный обмены.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Королев, А. А. Гигиена питания: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. Режим доступа- : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>.

3. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие/сост. Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Елисеева, Н.Н. Пичугина [и др.].- Саратов: Изд-во Саратов.гос.мед.ун-та, 2016.- 140с.

4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016

2. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие [для лечеб., педиатр., стоматолог. фак.] / [сост. Ю. Ю. Елисеев и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2016. - 139[1] с.

3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 11

Тема 5. Основы диетического питания

Перечень рассматриваемых вопросов

- 1.Основные принципы диетического питания в условиях стационара и поликлинического наблюдения
- 2.Номенклатура диет и их характеристика
- 3.Гигиенические требования к пищеблоку ЛПУ

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Диетическое питание в системе общественного питания, питание больных - как часть комплексной терапии и профилактики заболеваний.
2. Основные принципы организации диетического питания: физиологическая полноценность и терапевтическая специфичность;

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Гигиенические принципы формирования лечебно-профилактического питания больных и лиц, работающих во вредных условиях и подверженных риску профессиональных заболеваний.
2. Нормативно-правовая база.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.

2. Королев, А. А. Гигиена питания: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. Режим доступа - : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>.

3. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие/сост. Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Елисеева, Н.Н. Пичугина [и др.].- Саратов: Изд-во Саратов.гос.мед.ун-та, 2016.- 140с.

4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016

2. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие [для лечеб., педиатр., стоматолог. фак.] / [сост. Ю. Ю. Елисеев и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос.

мед. ун-та, 2016. - 139[1] с.

3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 12

Тема 6. Основы лечебно-профилактического питания

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Показания к назначению лечебно-профилактического питания.
2. Номенклатура и характеристика диет при воздействии вредных производственных факторов физического происхождения,
3. Номенклатура и характеристика диет при воздействии вредных производственных факторов химического происхождения.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Основные лечебные столы, показания к их применению.
2. Режим питания больных в стационарах и санаториях, лечебно-профилактическое питание промышленных рабочих как часть комплексной профилактики их общей и профессиональной заболеваемости.
3. Показания к применению лечебных диет и особенности формирования каждой диеты с учетом специфики заболеваний пациентов.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Закономерности роста и развития детского организма и их зависимость от биологических и социальных факторов;
2. Возрастная периодизация и ее значение для гигиены детей и подростков.
3. Понятие о биологическом возрасте, критерии его определения и значение в гигиеническом нормировании деятельности.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 1.- 2017.-315 [2] с.
2. Королев, А. А. Гигиена питания: практическое руководство [Электронный ресурс] / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. Режим доступа - : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>.
3. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие/сост. Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Елисеева, Н.Н. Пичугина [и др.].- Саратов: Изд-во Саратов.гос.мед.ун-та, 2016.- 140с.
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Практическое руководство по гигиене питания: учеб.-метод. пособие [для лечеб., педиатр., стоматолог. фак.] / [сост. Ю. Ю. Елисеев и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2016. - 139[1] с.
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 13

Раздел 3. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор в области гигиены детей и подростков.

Тема 1. Предмет, содержание и задачи гигиены детей и подростков. Закономерности роста и развития ребенка.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Определение, цели, задачи, основные методы исследования в гигиене детей и подростков
2. Основные закономерности роста и развития детского организма.
3. Акселерация и децелерация, гипотезы о причинах и их социально-гигиеническое значение.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Возрастная периодизация и ее значение для гигиены детей и подростков.
2. Понятие о биологическом возрасте, критерии его определения и значение в гигиеническом нормировании деятельности;
3. Проблемы акселерации и ретардации роста и развития детей и подростков.
4. Определение понятия «здоровье», основные показатели, характеризующие здоровье детского населения.
5. Принципы оценки состояния здоровья детей и подростков.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Цели и задачи динамического наблюдения за физическим развитием детей и подростков.
2. Методы сбора антропометрического материала.
3. Основные принципы закаливания.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Основы формирования здоровья детей: учебник / под ред. Л. А. Ждановой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 412[1] с.
3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебник / Кучма В.Р. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 528с. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970449400.html>
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям. Учебное пособие /Кучма В.Р. - Москва ГЭОТАР Медиа 2013
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.
4. Гигиена детей и подростков: учебник / Кучма В.Р. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434987.html>

Практическое занятие № 14

Тема 2. Здоровье детского и подросткового населения России, условия его

формирования. Закаливание детей и подростков.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Возрастная периодизация.
2. Состояние здоровья детей. Основные определения и принципы оценки. Группы здоровья.
3. Закаливание, его физиологическая сущность. Основные принципы закаливания.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Цели и задачи динамического наблюдения за физическим развитием детей и подростков.
2. Методы сбора антропометрического материала.
3. Основные принципы закаливания.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Гигиенические основы производства, реализации и использования предметов детского обихода.
2. Этапы санитарного надзора за издательской продукцией для детей и подростков.
3. Гигиеническая оценка основных элементов оформления школьных учебников.
4. Гигиеническая оценка детских игрушек.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Основы формирования здоровья детей: учебник / под ред. Л. А. Ждановой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 412[1] с.
3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебник / Кучма В.Р. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 528с. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970449400.html>
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям. Учебное пособие /Кучма В.Р. - Москва ГЭОТАР Медиа 2013
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.
4. Гигиена детей и подростков: учебник / Кучма В.Р. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434987.html>

Практическое занятие № 15

Тема 3. Гигиенические требования к предметам детского обихода

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Детская одежда и обувь. Гигиенические требования к игрушкам.
2. Физиологические основы правильного положения тела при различных видах занятий и работы.
3. Гигиенические требования к учебной мебели, оборудованию и их расположению в помещениях.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Гигиенические требования к детской одежде и обуви.
2. Методы лабораторно-инструментального исследования детской одежды и обуви.
3. Гигиенические требования к издательской продукции для детей и подростков.
4. Гигиеническая классификация учебных изданий.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Принципы планировки и благоустройства общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждений.
2. Особенности организации питания и медицинского обслуживания в учреждениях для детей и подростков.
3. Гигиеническая оценка размещения, планировки и санитарного благоустройства проектов общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждений.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Основы формирования здоровья детей: учебник / под ред. Л. А. Ждановой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 412[1] с.
3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебник / Кучма В.Р. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 528с. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970449400.html>
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям. Учебное пособие /Кучма В.Р. - Москва ГЭОТАР Медиа 2013
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.
4. Гигиена детей и подростков: учебник / Кучма В.Р. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434987.html>

Практическое занятие № 16

Тема 4. Гигиенические принципы размещения, планировки и эксплуатации учреждений для детей и подростков

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Основы проектирования, строительства, реконструкции и эксплуатации детских учреждений
2. Гигиенические принципы планировки различных образовательных учреждений
3. Воздушно-тепловой режим, гигиенические требования к освещению, организации водоснабжения детских и подростковых учреждений.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Принципы размещения зданий для детей и подростков в городской застройке.

Радиусы обслуживания общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждений.

2. Гигиенические требования к земельному участку (размеры, планировка, инсоляция, озеленение) детских учреждений.

3. Типы общеобразовательных и дошкольных образовательных зданий, их структура, ориентация.

4. Набор помещений детских учреждений (основных, служебных, вспомогательных), их взаимное расположение.

5. Учебная секция школы, ее размеры, ориентация.

6. Гигиенические требования к школьной мебели.

7. Групповая ячейка детского сада, набор ее помещений.

8. Гигиенические требования к планировке основных и вспомогательных помещений детских учреждений.

10. Гигиенические требования к естественному и искусственному освещению помещений общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждений.

11. Гигиенические требования к воздушно-тепловому режиму помещений общеобразовательных и дошкольных образовательных учреждений.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Понятие о здоровом образе жизни.
2. Характеристика соматических и инфекционных заболеваний. Факторы, их определяющие.
3. Возрастные аспекты здоровья.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].

2. Основы формирования здоровья детей: учебник / под ред. Л. А. Ждановой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 412[1] с.

3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебник / Кучма В.Р. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 528с. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970449400.html>

4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016

2. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям. Учебное пособие /Кучма В.Р. - Москва ГЭОТАР Медиа 2013

3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

4. Гигиена детей и подростков: учебник / Кучма В.Р. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа:

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434987.html>

Практическое занятие № 17

Тема 5. Основы формирования здорового образа жизни детей и подростков

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Гигиеническое обучение и воспитание. Гигиенические подходы к формированию здоровья и здорового образа жизни детей.

2. Законодательные основы в области охраны здоровья детей и подростков. Основные

принципы лечебно-профилактической помощи детям

3. Основы обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия детского населения страны. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор за детскими учреждениями.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Эффективность ЗОЖ с точки зрения сохранения и укрепления здоровья.
2. Ведущие факторы, определяющие болезни современности: гиподинамия, нерациональное питание, вредные привычки.
3. Возрастные аспекты здоровья.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Классификация факторов трудового процесса.
2. Классификация тяжести и напряженности труда.
3. Способы оценки характеристик труда.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Основы формирования здоровья детей: учебник / под ред. Л. А. Ждановой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 412[1] с.
3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебник / Кучма В.Р. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 528с. Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970449400.html>
4. Гигиена и экология человека : учебник / Е. Е. Андреева [и др.]. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Мед. информ. агентство, 2014. - 594[1] с.

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям. Учебное пособие /Кучма В.Р. - Москва ГЭОТАР Медиа 2013
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.
4. Гигиена детей и подростков: учебник / Кучма В.Р. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. –Режим доступа: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970434987.html>

Практическое занятие № 18

Раздел 4. Санитарно-эпидемиологический надзор в области гигиены труда.

Тема 1. Гигиенические особенности различных видов деятельности.

Перечень рассматриваемых вопросов

- 1.Трудовая деятельность и профессиональная трудоспособность.
2. Понятие о вредных и опасных производственных факторах: их классификация, причины и влияние на работоспособность, и здоровье человека.
- 3.Физиологические основы утомления. Умственное и физическое утомление.
- 4.Понятие о трудовом процессе и производственных условиях. Современные принципы классификации условий труда, тяжести и напряженности трудового процесса.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Психофизиологические факторы трудового процесса.

2. Классификация тяжести и напряженности труда
3. Способы оценки характеристик труда.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Роль отдельных факторов и их комплексов в возникновении заболеваний работающих.
2. Основные показатели здоровья работающего населения.
3. Основные методы изучения заболеваемости работников.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактик. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 19

Тема 2. Профессиональные и профессионально обусловленные заболевания.

Профессиональный риск.

Перечень рассматриваемых вопросов

- 1.Профессиональные и профессионально обусловленные заболевания Классификация.
- 2.Опасность для здоровья работника окружающей среды различной природы (физической, химической, биологической) производственных факторов в комбинации с неблагоприятным характером трудовой деятельности
- 3.Профессиональный риск и этапы его оценки
- 4.Профилактика профессиональных и профессионально обусловленных заболеваний

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Роль отдельных факторов и их комплексов в возникновении заболеваний работающих.
2. Основные показатели здоровья работающего населения.
3. Расчет общей экономической эффективности снижения заболеваемости.
4. Расчет полезного экономического результата профилактики заболеваний.
5. Методика оценки профессионального риска, нормативно-правовая база.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Принципы гигиенического нормирования производственных факторов.
2. Понятие опасности вещества.
3. Критерии ПДК опасных и вредных производственных факторов.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профил. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 20

Тема 3. Принципы гигиенической регламентации вредных и опасных производственных факторов.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Принципы нормирования вредных производственных факторов физической природы
2. Принципы нормирования вредных производственных факторов химической природы
3. Основы токсикометрии

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Классификация химических веществ в зависимости от их практического использования.
2. Виды ядов по избирательной токсичности.
3. Показатели токсикометрии.
4. Принципы гигиенического нормирования производственных факторов.
5. Понятие опасности вещества.
6. Критерии ПДК опасных и вредных производственных факторов.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Классификация факторов производственной среды.
2. Комбинированное воздействие факторов на организм работников.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. -

Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактик. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 21

Тема 4. Гигиенические проблемы отдаленных последствий действия вредных факторов производственной среды на организм.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Взаимодействие среды и организма в условиях производственной деятельности.
2. Понятие о промышленных канцерогенах. Их классификация.
3. Отдаленные последствия воздействия химических факторов производственной среды на организм человека (отдаленное мутагенное, тератогенное и эмбриотоксическое действие).
4. Основы профилактики профессиональных опухолей. Лечебно-профилактические мероприятия.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Классификация факторов производственной среды.
2. Комплексное воздействие негативных факторов производственной среды на организм работников.
3. Риски заболеваний работников при воздействии факторов производственной среды.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. 1. Виды санитарного надзора.
2. 2. Документы, регламентирующие деятельность санитарного врача в области гигиены труда.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена. - Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактик. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии:

учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 22

Тема 5. Государственный санитарно-эпидемиологический надзор в гигиене труда.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Организация и проведение государственного санитарно-эпидемиологического надзора. Формы и методы работы специалистов Роспотребнадзора
2. Экспертиза проектов нового промышленного строительства и реконструкции старых производств. Нормативно-техническая документация.
3. Роль врача по гигиене труда в профилактике профессиональных заболеваний.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Виды санитарного надзора.
2. Документы, регламентирующие деятельность санитарного врача в области гигиены труда.
3. Составление акта обследования предприятия.

Задание для самоподготовки к следующему практическому занятию по теме:

1. Понятие, классификация, свойства шума.
2. Источники производственного шума.
3. Классификация вибрации, источники, свойства.
4. Понятие об электромагнитных излучениях, источники, виды излучений.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактик. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

Практическое занятие № 23

Тема 6. Производственные вредности физической природы (шум, вибрация, электромагнитное излучение). Влияние на организм и меры профилактики.

Перечень рассматриваемых вопросов

1. Негативное влияние производственного шума на организм. Классификация шума.
2. Негативное влияние производственной вибрации на организм. Классификация
3. Негативное влияние электромагнитного излучения на организм. Виды

3. Меры профилактики вредных производственных факторов физической природы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы

1. Понятие и виды физических факторов производственной среды.
2. Свойства и источники физических факторов на производстве.
3. Профилактика вредного воздействия физических факторов на организм.
4. Средства индивидуальной защиты при работе с источниками вредного воздействия на производстве.

Рекомендуемая литература:

Основная:

1. Гигиена: учебник / под ред. Ю. П. Пивоварова. - 5-е изд., стер. - Москва: Академия, Том 2.- 2017.-350 [2].
2. Социально-гигиенический мониторинг : учеб. пособие / П. И. Мельниченко, В. И. Попов, Ю. И. Стёпкин. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 138[2] с.
3. Коммунальная гигиена.- Учебник Мазаев В.Т., Шлепнина Т.Г.- Москва: «ГЭОТАР-Медиа», 2014 – 703 с.
4. Гигиена труда: учеб. пособие / В. А. Кирюшин, А. М. Большаков, Т. В. Моталова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 332[1] с

Дополнительная:

1. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик. – Москва: «Академия». – 2016
2. Гигиена труда медицинского персонала : учеб. пособие [для студ., обуч. по спец. 32.05.01 "Мед.-профилактик. дело"] / [И. Н. Луцевич и др.]. - Саратов : Изд-во Саратов. гос. мед. ун-та, 2015. - 112 с
3. Сборник экзаменационных тестовых заданий по общей гигиене и экологии: учебное издание /Ю.Ю.Елисеев, Н.Н. Пичугина, Ю.В. Елисеева и др; Саратов.гос.мед.ун-т.- Саратов: издательство Саратов.гос.мед.ун-та, 2018.-90с.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к выполнению реферата

В рамках подготовки к кандидатскому экзамену по дисциплине «Гигиена» аспирант представляет реферат по научной специальности, в рамках темы диссертационного исследования. Тема реферата определяется в процессе ее обсуждения с научным руководителем. Реферат является самостоятельной письменной учебно-исследовательской работой, которую выполняет аспирант.

Реферат начинается с титульного листа, на котором указывается наименование ведомства (Министерство здравоохранения Российской Федерации) и полное название университета

(ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России), наименование кафедры, тема реферата, специальность, по которой защищается реферат, фамилия и инициалы автора, место и год написания реферата. На титульном листе также указывается фамилия и инициалы, ученая степень и звание научного руководителя. Кроме того, обязательно должна быть виза научного руководителя с оценкой за реферат на титульном листе, дата, подпись. Аспиранты сдают подготовленный реферат на экзамене членам экзаменационной комиссии. Сданный реферат проверяется одним из членов экзаменационной комиссии. Оценка за реферат проставляется в протокол по приему кандидатского экзамена по специальности. Аспиранты, не предоставившие реферат, к кандидатскому экзамену не допускаются.

Общий объем работы не менее 20 страниц печатного текста. Абзац должен равняться 1,25 см. Поля страницы: левое - 3 см, правое - 1,5 см, нижнее 2 см, верхнее - 2 см до номера страницы. Текст печатается через 1,5 интервал. Если текст набирается в текстовом редакторе Microsoft Word, рекомендуется использовать шрифт Times New Roman, размер шрифта - 14 пт. При работе с другими текстовыми редакторами шрифт выбирается самостоятельно, исходя из требований - 60 строк на лист (через 1,5 интервала).

В структуре основного текста реферата необходимо представить исторический обзор изучаемой проблематики и сопроводить его анализом и комментариями. Независимо от количества цитат доля авторского текста в реферате не может быть менее 40%. Во избежание недоразумений рекомендуется предварительно проверить свой текст на сайте antiplagiat.ru.

Основная задача реферата состоит в рассмотрении аспирантом проблем определенной научной специальности и развития у аспиранта навыков самостоятельной работы с оригинальными научными текстами, информационно-аналитической литературой, монографическими исследованиями и разработками. В тексте реферата аспирант должен продемонстрировать достаточно высокий уровень логико-методологической культуры.

Введение составляет важный смысловой элемент реферата. Примерный его объем – около 2 стр. В нем должны быть отражены обоснование темы реферата, ее актуальность, практическая значимость, степень разработанности и соответствие с научной специальностью (профилем).

Основное содержание (в объеме 20-25 стр.) должно отражать самостоятельно выполненное исследование по заявленной проблеме. В заключении (1-2 стр.) дается краткое резюме, формулируются основные выводы. Список литературы содержит указание на использование автором работы, включает 20-30 наименований, оформление производится в соответствии с требованиями ГОСТ.

Список использованной литературы, прилагаемый к реферату, должен содержать не менее 5-6 наименований и, как минимум, один первоисточник. Поскольку анализ источников служит показателем качества проделанной работы, их выбор не должен быть поверхностным и случайным.

Каждый раздел работы начинается с новой страницы, подразделы – с красной строки.

Расстояние между главой и следующим за ней текстом, а также между главой и параграфом составляет 2 интервала.

После заголовка, располагаемого посередине строки, не ставится точка. Не допускается подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовка. Страницы работы нумеруются в нарастающем порядке.

Титульный лист включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется.