

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

проведения практических занятий по учебной дисциплине
«Общая гигиена»
для студентов 2 курса медико-диагностического факультета
по специальности «Медико-профилактическое дело»
2023-2024 4 семестр
(занятия 5-ти часовые)

№	Наименование раздела (темы)
	Гигиена питания
1	Гигиеническая оценка энергетической ценности и нутриентной адекватности рациона питания 1. Законы рационального питания. 2. Понятие энергетического баланса в организме человека. 3. Составные части суточных энергозатрат организма человека. 4. Методы определения суточных энергозатрат человека, их характеристика. 5. Определение индивидуальных потребностей организма человека в энергии (по методике ВОЗ с использованием коэффициента физической активности) и нутриентах (с помощью сбалансированной мегакалории).
2	Гигиеническая оценка энергетической ценности и нутриентной адекватности рациона питания 1. Составление меню-раскладки с использованием метода 24-часового воспроизведения. 2. Расчет фактического потребления питательных веществ и энергетической ценности рациона питания по меню-раскладке с использованием метода 24-часового воспроизведения.
3	Гигиеническая оценка энергетической ценности и нутриентной адекватности рациона питания 1. Гигиеническая оценка адекватности фактического питания потребностям организма. 2. Разработка рекомендаций по рационализации питания.
4-5	Гигиеническая оценка статуса питания 1. Статус питания: определение, классификация. 2. Характеристика недостаточного, избыточного, оптимального и обычного статуса питания. 3. Этапы и методы оценки статуса питания. 4. Рекомендации по оптимизации статуса питания.
6	Гигиеническая оценка обеспеченности организма человека витаминами 1. Методы изучения витаминного статуса организма человека. 2. Гигиеническая оценка обеспеченности организма человека витаминами. 3. Рекомендации по оптимизации витаминной обеспеченности организма человека.
7	Итоговое занятие по темам: «Влияние алиментарного фактора на здоровье человека. Законы рационального питания», «Алиментарные болезни и их профилактика», «Гигиеническая оценка энергетической ценности и нутриентной адекватности рациона питания», «Гигиеническая оценка статуса питания».
8	Профилактика пищевых отравлений. 1. Понятие о пищевых отравлениях, их классификация. 2. Пищевые отравления бактериальной природы и их общая характеристика. 3. Пищевые токсикоинфекции, понятие, возбудители, источники и пути

№	Наименование раздела (темы)
	<p>поступления их в пищевые продукты.</p> <p>4. Пищевые бактериальные токсикозы, источники и пути поступления возбудителей в продукты питания.</p> <p>5. Профилактика пищевых отравлений бактериальной природы.</p> <p>6. Расследование пищевых отравлений</p>
9	<p>Профилактика пищевых отравлений.</p> <p>1. Микотоксикозы, их профилактика.</p> <p>2. Пищевые отравления немикробной природы, продуктами растительного и животного происхождения.</p> <p>3. Отравления химическими веществами (ксенобиотиками).</p> <p>4. Пищевые отравления неустановленной этиологии</p> <p>5. Профилактика пищевых отравлений немикробной этиологии.</p>
10	<p>Санитарно-гигиеническое обследование предприятия общественного питания</p> <p>Экспресс-методы при обследовании предприятий общественного питания. Проведение мониторинга предприятия общественного питания на предмет соответствия требованиям законодательства в области санитарно-эпидемиологического благополучия населения.</p>
11	<p>Санитарно-гигиеническое обследование предприятия общественного питания</p> <p>Составление учебной аналитической записки о результатах мониторинга.</p>
12	<p>Итоговое занятие по разделу «Гигиена питания»</p>
Гигиена труда	
13	<p>Факторы производственной среды</p> <p>1. Классификация видов труда. Гигиеническая классификация условий труда. Факторы, определяющие характер и условия труда.</p> <p>2. Классификация труда по тяжести и напряженности.</p> <p>3. Классификация опасных и вредных производственных факторов.</p> <p>4. Утомление, переутомление, их профилактика.</p>
14	<p>Гигиеническая характеристика условий труда</p> <p>1. Производственная пыль: классификация, свойства. Пылевые профессиональные заболевания, их профилактика.</p> <p>2. Химический фактор. Яды: пути поступления, закономерности действия на организм. Профессиональные отравления, проявления, профилактика.</p> <p>3. Производственный шум, вибрация: понятие, гигиеническая характеристика, действие на организм, способы защиты, профилактика шумовой и вибрационной болезни.</p>
15	<p>Гигиеническая характеристика условий труда медицинских работников</p> <p>1. Особенности труда медицинских работников.</p> <p>2. Вредные производственные факторы в работе медицинских работников.</p> <p>3. Условия труда врачей-гигиенистов и врачей-эпидемиологов.</p> <p>4. Основные направления профилактики неблагоприятного влияния вредных производственных факторов на здоровье медицинских работников.</p> <p>5. Роль медицинских осмотров в профилактике профессиональных заболеваний.</p>
16	<p>Итоговое занятие по разделу «Гигиена труда»</p>
17	<p>Учебно-исследовательская работа по вопросам общей гигиены. Защита учебно-исследовательской работы студентов (УИРС).</p>