**БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**«ОРЛОВСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**Для ВЫПОЛНЕНИя ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ по ПМ 01. Проведение профилактических мероприятий.**

**МДК 01.01. Здоровье мужчин и женщин зрелого возраста.**

###### для специальности 31.02.01 Лечебное дело

Орел, 2018

|  |  |
| --- | --- |
|  **Рассмотрено:****На заседании предметной (цикловой) комиссии по специальностям Лечебное дело и Акушерское дело** |  |
| **Протокол №** **от «31 » августа 2018г.** |
| **Председатель предметной (цикловой) комиссии****\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_Петрова Е.А.** Подпись Ф.И.О. |  |
|  |
|  |

Методические рекомендации составлены в соответствии с рабочей программой по ПМ 01. Проведение профилактических мероприятий. МДК 01.01. Здоровье мужчин и женщин зрелого возраста для студентов I курса специальности «Лечебное дело» и предназначены для выполнения студентами внеаудиторной самостоятельной работы, которая выполняется по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Составитель: преподаватель ПМ БПОУ ОО «Орловский базовый медицинский колледж»: Н.Н. Золотарева

|  |  |
| --- | --- |
| **СОДЕРЖАНИЕ** | **Стр.** |
| **Тематический план самостоятельной работы** | **4** |
| **Задания для самостоятельной работы** | **5** |
| **Методические указания по выполнению самостоятельной работы** | **8** |
| **Приложения** | **12** |
| **Список литературы** | **18** |

**Тематический план внеаудиторной самостоятельной работы**

**по МДК 01.01. Здоровье мужчины и женщины зрелого возраста**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование раздела, темы** | **Вид внеаудиторной самостоятельной работы** | **Трудоемкость внеаудиторной самостоятельной работы, часов** |
| **Раздел Зрелый возраст** |  |  |
| **Тема 1.****Период юношеского возраста****Особенности мужского и женского организма в зрелом возрасте.** | *Работа с учебником**Работа с электронными ресурсами**Домашнее задание по отработке знаний, умений, навыков и способов деятельности**Подготовка рефератов, составление рекомендаций* | 3 |
| **Тема 2.****Здоровье семьи. Современные методы контрацепции**  | *Работа с учебником**Работа с электронными ресурсами**Домашнее задание по отработке знаний, умений, навыков и способов деятельности**Подготовка рефератов.* | 2 |
| **Тема3 Период беременности и родов**  | *Работа с учебником**Работа с электронными ресурсами**Домашнее задание по отработке знаний, умений, навыков и способов деятельности**Подготовка рефератов, составление, рекомендаций., оформление патронажа* | 3 |
| **Тема 4. Послеродовый период**  | *Работа с учебником**Работа с электронными ресурсами**Домашнее задание по отработке знаний, умений, навыков и способов деятельности**Подготовка рефератов, составление памяток, рекомендаций.* | 3 |
| **Тема 5 Климактерический период** | *Работа с учебником**Работа с электронными ресурсами**Домашнее задание по отработке знаний, умений, навыков и способов деятельности**Подготовка рефератов, составление памяток, таблиц, рекомендаций.* | 1 |

**Задания для самостоятельной работы**

**МДК 01.01. Здоровье мужчины и женщины зрелого возраста**

**Тема 1. Период юношеского возраста**

1. Повторите и закрепите изученный материал с использованием конспекта лекций, учебника, дополнительной литературы на ЭРП.

2.Подготовьте рекомендации :

 *- по адекватной двигательной активности в юношеском возрасте,*

 *- по рациональному и адекватному питанию,*

 *- по поддержанию безопасности*

**Особенности мужского и женского организма в зрелом возрасте.**

1**.** Повторите и закрепите изученный материал с использованием конспекта лекций, учебника, дополнительной литературы на ЭРП.

 2.Решите тестовые задания в рабочей тетради

 3. Подготовьте реферат или презентацию на тему (по выбору):

 *- Роль медицинского работника в оказании консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья*

 *- Формирование полового влечения, его формы.*

 *- Влияние факторов внешней среды на процесс воспроизводства.*

 *- Формы сексуальных нарушений.*

 *- Безопасный секс*

4. Подготовьте рекомендации :

 *- по адекватной двигательной активности в юношеском возрасте,*

 *- по рациональному и адекватному питанию,*

 *- по поддержанию безопасности.*

**Тема2**. **Здоровье семьи. Современные методы контрацепции**

 1**.** Повторите и закрепите изученный материал с использованием конспекта лекций, учебника, дополнительной литературы на ЭРП.

 2.Решите задачу в рабочей тетради

 3. Подготовьте реферат или презентацию на тему (по выбору):

 *- Влияние семьи на здоровье человека, планирование семьи.*

 *- Функции центров планирования семьи.*

 4. Подготовьте рекомендации :

  *- Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности.*

 *-Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции*.

**Тема3. Период беременности и родов**

 1.Повторите и закрепите изученный материал с использованием конспекта лекций, учебника, дополнительной литературы на ЭРП.

 2.Решите тестовые задания в рабочей тетради

 3.Подготовьте реферат или презентацию на тему (по выбору):

* *Питание для беременных*
* *Психопрофилактическая подготовка беременных к родам*
* *Физическая подготовка беременных к родам*
* *Влияние тератогенных факторов на плод*
* *Роль медицинских работников, окружения в поддержании качества жизни беременной и развития плода.*
* *Психологическая и физическая подготовка мужей к осуществлению психологической поддержки женщины во время родов, к будущему отцовству*

 4.Подготовьте рекомендации :

 *-по адекватной двигательной активности в период беременности*

 *- по рациональному и адекватному питанию,*

 *- по поддержанию безопасности*

**Тема 4. Послеродовый период**

1.Повторите и закрепите изученный материал с использованием конспекта лекций, учебника, дополнительной литературы на ЭРП.

 2.Подготовьте рекомендации:

 *- для кормящей матери по уходу за молочными железами, питанием, профилактике маститов.*

 *- по гигиене в послеродовом периоде*

 *- по рациональному и адекватному питанию,*

 3.Подготовьте реферат или презентацию на тему (по выбору):

 - *Профилактика послеродовых депрессий*

 *- Принципы медицинского консультирования здоровых рожениц и родильниц.*

 *- Интимная жизнь в послеродовом периоде. Послеродовая контрацепция.*

 4. Составьте памятки для родильниц:

 -*по подготовке молочных желез к кормлению,*

 *- уходу за молочными железами,*

 *- по правильному прикладыванию новорожденного к груди*

**Тема 5. Климактерический период**

1.Повторите и закрепите изученный материал с использованием конспекта лекций, учебника, дополнительной литературы на ЭРП.

 2.Подготовьте рекомендации:

 *- для мужчин и женщин по ведению здорового образа жизни,*

 *-по устранению вредных факторов окружающей среды, способных влиять на появление раннего и патологического климакса.*

 *- по режиму дня,*

 *- по гигиене,*

 *- по поддержанию безопасности*

 *- по рациональному и адекватному питанию,*

 3.Подготовьте реферат или презентацию на тему (по выбору):

 *- Роль медицинского работника в пропаганде здоро­вого образа жизни и охране здоровья пациентов в переходном периоде*

 *- факторов, влияющих на патологическое течение климакса*

 4. Составьте таблицу

 -*Общие медицинские мероприятия по наблюдению за лицами климактерического возраста*

**Список рекомендованных к выполнению манипуляций**

**МДК 01.01. Здоровье мужчины и женщины зрелого возраста**

1. Проведение антропометрии: измерение роста, веса
2. Измерение температуры тела и графическая запись результата.
3. Определение числа дыхательных движений, пульса.
4. Измерение артериального давления.
5. Определение ПСБ, ПСР
6. Выполнение внутрикожной инъекции.
7. Составление плана ведения родов по периодам (I, II, III периодов)
8. Составление плана ведения беременности в ЖК
9. Выполнение наружной пальпации живота по Леопольду
10. Выполнение пальпации молочных желез и интерпретация результата
11. Определение у беременной ОЖ. ВДМ, ПМП, Измерение таза.
12. Уход за наружными половыми органами и промежностью.
13. Применение пузыря со льдом.
14. Забор крови из вены.
15. Наблюдение за роженицей

**Методические указания**

**по выполнению самостоятельной работы**

**#**

**Методические рекомендации по выполнению рефератов**

**Реферат** – краткое изложение в письменном виде содержания научного труда по предоставленной теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа, где студент раскрывает суть исследуемой проблемы с элементами анализа по теме реферата. Приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на проблемы темы реферата. Содержание реферата должно быть логичным, изложение материала носить проблемно-тематический характер.

**Алгоритм самостоятельной работы по написанию реферата:**

1. Выберите тему реферата из предложенного преподавателем перечня.

Тему для реферата по исследовательской работе Вы можете выбрать самостоятельно, но утвердить её у преподавателя.

Тему реферата по восполнению пропущенных знаний Вы получаете от преподавателя. Выбор темы в данном случае определяется соответствием теме учебной дисциплины, по которым восполняются знания.

1. Ознакомьтесь со списком рекомендуемой литературы и источников и подготовьте их для работы.
2. Изучите материал, касающийся темы реферата не менее чем по двум-трем рекомендованным источникам. Выделите незнакомые слова и термины. Обратитесь к словарю, чтобы найти значения незнакомых слов.
3. Составьте развернутый план реферата, из которого будут видны его структура и основное содержание: введение, основная часть (разбивается по Вашему усмотрению на главы, разделы, параграфы, подпараграфы и т.д.), заключение, список литературных источников.
4. Оформите полученный материал в связный текст с обязательным вступлением и заключением. Каждая часть реферата должна завершаться логическим выводом, подведением итога, собственной оценкой материала.

Реферат оформляется в соответствии с определенными требованиями.

Внимательно проверьте текст на отсутствие ошибок и опечаток.

**Требования к оформлению реферата:**

Объем реферата может колебаться в пределах 15-20 печатных страниц. Основные разделы: оглавление (план), введение, основное содержание, заключение, список литературы.

Текст реферата должен содержать следующие разделы:

- титульный лист с указанием: названия ВУЗа, кафедры, темы реферата, ФИО автора и ФИО преподавателя – куратора.

- введение, актуальность темы.

- основной раздел.

- заключение (анализ результатов литературного поиска); выводы.

- библиографическое описание, в том числе и интернет-источников, оформленное по [ГОСТ 7.1 – 2003; 7.80 – 2000](http://sgma.info/index.php?option=com_content&task=view&id=1559&Itemid=708).

- список литературных источников должен иметь не менее 10  библиографических названий, включая сетевые ресурсы.

Текстовая часть реферата оформляется на листе следующего формата:

- отступ сверху – 2 см; отступ слева – 3 см; отступ справа – 1,5 см; отступ снизу – 2,5 см;

- шрифт текста: Times New Roman, высота шрифта – 14, пробел – 1,5;

- нумерация страниц – снизу листа. На первой странице номер не ставится.

Реферат должен быть выполнен грамотно с соблюдением культуры изложения. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу, включая периодическую литературу за последние 5 лет).

**Критерии оценки реферата:**

* - актуальность темы исследования;
* - соответствие содержания теме;
* - глубина проработки материала;
* - правильность и полнота разработки поставленных вопросов;
* - значимость выводов для дальнейшей практической деятельности;
* - правильность и полнота использования литературы;
* - соответствие оформления реферата стандарту;
* - качество сообщения и ответов на вопросы при защите реферата.

#

**Методические рекомендации по выполнению презентации**

**Создание материалов презентации** — это вид самостоятельной работы

студентов по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint.

**Алгоритм самостоятельной работы по созданию презентации:**

1. изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
2. установить логическую связь между элементами темы;
3. представить характеристику элементов в краткой форме;
4. выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и
5. отобразить в структуре работы;
6. оформить работу и предоставить к установленному сроку.

**Критерии оценки презентации:**

* + соответствие содержания теме;
	+ правильная структурированность информации;
	+ наличие логической связи изложенной информации;
	+ эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
	+ работа представлена в срок.

**Требования к оформлению презентации**

|  |  |
| --- | --- |
| Стиль | Соблюдайте единый стиль оформления.Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации.Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). |
| Фон | Для фона выбирайте более холодные тона (синий или зеленый). |
| Использование цвета | На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста.Для фона и текста используйте контрастные цвета.Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). |
| Анимационные эффекты  | Используйте возможности компьютерной анимации для представ­ления информации на слайде.Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. |

**Представление презентации**

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание информации  | Используйте короткие слова и предложения.Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных.Заголовки должны привлекать внимание аудитории. |
| Расположение информации на странице | Предпочтительно горизонтальное расположение информации.Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней. |
| Шрифты | Для заголовков - не менее 24.Для информации - не менее 18.Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния.Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.Нельзя злоупотреблять прописными буквами(они читаются хуже строчных букв). |
| Способы выделения информации | Следует использовать:рамки, границы, заливку;разные цвета шрифтов, штриховку, стрелки;рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов |
| Объем информации | Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут единовременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пунк­ты отображаются по одному на каждом отдельном слайде. |
| Виды слайдов | Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов:с текстом;с таблицами;с диаграммами. |

**Не рекомендуется:**

- *перегружать слайд текстовой информацией;*

*- использовать блоки сплошного текста;*

*- в нумерованных и маркированных списках использовать уровень вложения глубже двух;*

*- использовать переносы слов;*

*- использовать наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков;*

*- текст слайда не должен повторять текст, который преподаватель произносит вслух (зрители прочитают его быстрее, чем расскажет преподаватель, и потеряют интерес к его словам).*

#

**Методические рекомендации по составлению сводной таблицы**

**Составление сводной (обобщающей) таблицы»** - это вид самостоятельной работы студентов по систематизации информации, заключенной в рамки таблицы.

Цели составления сводной таблицы:

* систематизировать знания
* облегчить запоминание
* придать наглядность большому объему информации
* структурировать информацию
* определить сравнительный характер

 В рамках сводной таблицы можно размещать материал одной темы (одноплановый) или разных тем (многоплановый материал).

Затраты время на подготовку и составление сводной (обобщающей) таблицы завися от объема и сложности материала и составляет - 1ч

**Алгоритм составления сводной таблицы**

1. изучить информацию по теме;
2. выбрать оптимальную форму таблицы;
3. информацию представить в сжатом виде и заполнить ею основные графы таблицы;
4. пользуясь готовой таблицей, эффективно подготовиться к контролю по заданной теме.

**Критерии оценки составления сводной таблицы  *:***

* соответствие содержания теме;
* логичность структуры таблицы;
* правильный отбор информации;
* наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации;
* соответствие оформления требованиям;

**Приложение 1.**

Памятка «подготовка груди к кормлению»

1. С 35-36 недель беременности купить и носить бюстгальтер для кормления.

2. Обливания холодной водой, воздушные и солнечные ванны.

3. Смазывание сосков крепким чаем, коньяком, настоем коры дуба.

4. При втянутых и плоских сосках для их вытягивания (при отсутствии угрозы прерывания беременности!) - массаж их маслом с витамином Е. О необходимости этого нужно проконсультироваться со специалистом.

**Приложение 2.**

**Общие медицинские мероприятия по наблюдению за лицами климактерического возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мероприятие** | **Содержание сестринской деятельности** |
| **Инструктаж** | ***Информация об изменениях, связанных с наступлением******климакса.******Рекомендации по питанию, соблюдению правил******личной, в том числе интимной, гигиены.******Обучение режиму адекватной двигательной активности.******Напоминание о необходимости соблюдения мер******безопасности в повседневной жизни.******Напоминание о правилах подготовки и сбора биологических******материалов для лабораторных исследований.******Информация о правилах поведения при подготовке******к проведению профилактических прививок и после******них.******Для женщин: напоминание о необходимости ежемесячного******самообследования молочных желез.******Для мужчин: напоминание о необходимости ежемесячного******самообследования яичек*** |
| **Общий контроль за состоянием****здоровья** | ***Контроль массы тела. Контроль артериального давления*** |
| **Консультации врачей-****специалистов** | ***Направление на осмотр:******офтальмолога — ежегодно;******стоматолога — ежегодно;******для женщин: гинеколога — ежегодно;******для мужчин: андролога или уролога — ежегодно;******эндокринолога и других специалистов — по показаниям.******Ежегодное флюорографическое обследование.******Ежегодное электрокардиографическое обследование.******Для женщин — ежегодно маммография.******Для женщин — ежегодно остеограмма*** |
| **Лабораторные исследования** | ***Направление на общие анализы крови и мочи,******определение общего холестерина и липопротеидов******высокой плотности, скрининг сахарного диабета.******Для женщин: направление на мазок*** |
| **Вакцинопрофилактика** | ***Прививка против столбняка и дифтерии каждые******10 лет. Прививка от гриппа — по желанию*** |

**Приложение 3.**

**Первый дородовый патронаж**

 **Дата проведения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ срок беременности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Ф.И.О беременной \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_\_\_\_**

**адрес \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Профессия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ проф. вредность \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Состоит ли в браке \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ф.И.О. мужа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Профессия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ проф. вредность \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Другие члены семьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Материальная обеспеченность \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**бытовые условия семьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Генеалогический анамнез \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Аллергологический анамнез \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Вредные привычки родителей: \_\_\_\_\_ курение \_\_\_\_\_\_, алкоголизм \_\_\_\_\_**

**Всего беременностей \_\_\_\_\_\_\_\_ родов \_\_\_\_\_\_\_\_ абортов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Выкидышей \_\_\_\_\_живых детей \_\_\_\_\_\_мертворожденных \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Причины смерти \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Течение настоящей беременности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Перенесенные острые заболевания в период беременности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Какие лекарства получала \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Исключены проф. вредности \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Посещает ли ж/к \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_школу матерей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Выполняет ли режим дня \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Рекомендации: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Заключение: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Пример первого дородового патронажа

Дата проведения: 10.07.01.

 срок беременности: 16 нед.

Ф.И.О беременной: Татьяна В. Возраст: 25 лет адрес: ул. Ким-Ю-Чена, 16 кв. 54

Профессия: юрист

 проф. вредности: нет

 Состоит ли в браке: да

Ф.И.О. мужа: Виктор В

 профессия: электрик

 Место работы: АО «Интур - Хабаровск»

Другие члены семьи: мать 50 лет

 Материальная обеспеченность: достаточная.

 Бытовые условия семьи: хорошие

Генеалогический анамнез: остеохондроз, ИБС, рак желудка, миопия слабой степени. Выраженная отягощенность, направленность по обменным нарушениям, онкологическим заболеванием, патологии органов зрения.

 Аллергологический анамнез: не отягощен.

 Вредные привычки родителей: нет

Всего беременностей: 1, родов: 0, абортов:0, Выкидышей: 0 , живых детей: 0 ,мертворожденных:0

 Течение настоящей беременности: без особенностей

Перенесенные острые заболевания в период беременности: нет

 Какие лекарства получала: флюорография в 5 недель беременности

 Исключены проф. Вредности: да

 Посещает ли ж/к: да школу матерей: да

 Выполняет ли режим дня: да

 Рекомендации: Прогулки на свежем воздухе Витаминизированное питье (проведена беседа) Прогноз исхода беременности и родов для плода: условно благоприятный, риск развития ВПР: органов зрения, слуха, конечностей, органов дыхания.

 Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Приложение 4**

30.09. в женскую консультацию обратилась 24- летняя женщина. Ощущает сомнительные признаки беременности. Последняя менструация 5.08.Разработать план обследования и ведения. *Ответ:
План обследования:*Опрос: жалобы, половая функция и половые контакты, контрацепция, нарушение менструального цикла, патологические выделения, гинекологические заболевания, детородная функция (течение предыдущих беременностей, аборты), условия труда, наследственность, перенесенные заболевания, аллергия, здоровье мужа.
Осмотр:  рост, телосложение, кожа (пигментация лица, белой линии, сосков и околососковых кружочков в вослшедюущем полосы беременности), слизистые, состояние молочных желез, величина и форма живота. Исследование внутренних органов (статус презенс).
Измерения: строения таза (размеры таза 4 дистанции, диагональная коньюгата, прямой и поперечный размеры выхода таза, индекс Соловьева), необходимо измерять окружность живота на уровне пупка и высоту стояния дна матки.
На более поздних сроках надо было бы провести пальпацию живота (4 Леопольда) и определение членорасположение плода и аускультацию плода.
Осмотр наружных половых органов: тип оволосения, состояние больших и малых половых губ, клитора, параутретральных ходов, бортолиниевых желез, промежности, наружное отверстие мочеиспускательного канала, ануса.
Осмотр в зеркалах: состояние влагалища  (цианоз шейки матки и слизистой влагалища), и влагалищной части шейки  матки, наружного зева, характер выделений из канала, отделяемое влагалища.
Мануальное исследование: вход во влагалище, мышцы тазового дна, стенки влагалища, своды, глубина, подвижность слизистой,  консистенция шейки матки, ее форма, наружный зев (в норме — закрыт, пропускает кончик пальца, палец). Определяется положительный симптом Губарева-Гауса (подвижность шейки матки).
Бимануальное исследование: матка, ее положение, размеры, форма, консистенция, подвижность, болезненность, изменения со стороны придатков, их величина и форма, болезненность, состояние параметральной клетчатки. Характер выделений после исследования. Внутренняя поверхность костей таза. Признаки: увеличение матки с куриное яицо (с 5 недели), Горвица-Гегара (размягчение шейки – обе руки без сопротивления соприкасаются в области шейки четко на 6-8 неделе), Снегирева (изменчивость консистенции), Пискачека (ассиметрия матки из=за имплантации), Гентера (перегиб матки к переди и гребневидное утолщение на передней стенке).
Исследуют мочу и кровь (морфологическая картина, СОЭ), определяют группу крови, резус-принадлежность, производят серо¬логические и другие исследования латентных инфекций (сифилис, ВИЧ, вирусный гепатит, токсоплазмоз и др.). У всех беременных исследуют выделения из шейки матки, цервикального канала, влагалища для выявления трихомоноза, гонореи, хламидиоза, микоплазмоза, бактериальной флоры. Во второй половине беременности измерение артериального давления, определение массы тела, исследование крови и мочи производят систематически.
УЗИ:  трансвагинальное.
План ведения:
Определение срока беременности: 1. С дня ожидавшейся, но не наступившей беременности минус 14 дней, 2. по размеру матки 3.УЗИ (копчиково-теменной размер).
Определение продолжительности беременности и сроков родов: 1) первый день плюс 280 дней 2) от даты первого дня последней ментсруации минус 3 месяца и плюс 7 дней.
Нетрудоспособность: С момента установления беременности женщины не допускаются к работе, связанной с неблагоприятными условиями труда, к работе в ночное время. При переводе на облегченную работу за беременной сохраняется заработная плата из расчета последних 6 мес. Выдача листка нетрудоспособности производится с 30 нед беременности единовременно продолжительностью 140 календарных дней. При многоплодной беременности листок нетрудоспособности  по беременности и родам выдается с 28 нед беременности, при этом общая продолжительность дородового и послеродового отпуска составляет 180 дней.
После проведенного обследования женщина должна посетить консультацию со всеми анализами и заключениями врачей через 7—10 дней после первого обращения. Всего за время беременности женщина должна посетить консультацию примерно 15 раз:
— в первую половину беременности 1 раз в месяц,
— после 20 недель — 2 раза в месяц,
— с 30 недель 1 раз в неделю.
Кроме того, каждая беременная должна быть осмотрена терапевтом (2 раза — при   первой   явке   и   в   32   недели   беременности),   стоматологом, оториноларингологом.
УЗИ 10-12, 20-22, 30-32 недели и анализы систематически.
Прибавка в весе, размеры таза и живота.
После всестороннего обследования определяется принадлежность беременной к группе риска.
Все данные опроса и обследования женщины, а также советы и назначения записываются в «Индивидуальную карту беременной и родильницы» (ф. 111/у) и хранятся в кабинете каждого врача в картотеке по датам назначенного последующего посещения, а также в диспансерную книжку беременной (она выдается им на руки и в ней дублируются записи всех посещений).
Справки о переводе на легкую и безвредную работу (ф. 081/у).
Групповые занятия психопрофилактической подготовке начинать с 32—34 недель беременности.
Занятия с женщинами в «школах матерей» начинаются с 15—16 недель

**Рекомендуемая для использования литература**

**по ПМ01 Здоровье мужчины и женщины зрелого возраста:**

**Основная:**

1. Волков С.Р., Волкова М.М. Здоровый человек и его окружение: учебник для студентов средних медицинских учебных заведений. Москва, «Издательство Медицина»,2005.-с. 608
2. Линева О.И. Физиологическое акушерство: учеб. для студентов средних профильных учеб. заведений. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 304 с.
3. Организация сестринской деятельности: учебник/ под ред. С.И. Двойниковой. - М.: ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 528 с.
4. . Смолева Э.В. Сестринское дело в терапии с курсом первичной медицинской помощи/ Э.В. Смолева; под ред. Б.В. Кабарухина. - изд. 18- е. - Ростов н/Д: Феникс, 2015. – 437 с.
5. Крюкова Д.А., Лысак Л.А. Здоровый человек и его окружение: учебник для студентов средних медицинских учебных заведений., Издание 15-е. Ростов- на- Дону, «Феникс»,2016.- с. 474

**Дополнительная:**

1. И. К. Славянова Сестринское дело акушерстве и гинекологии: Ростов-наДону, Изд.: ФЕНИКС, 2012.

2. 1. Акушерство: учебник. Айламазян Э.К. 7-е изд., испр. и доп. 2010. - 543 с.
2. Физиологическое акушерство : учебник / М. В. Дзигуа. - М. : ГЭОТАР-Медиа,
2014. - 432 с.