

Комунальний заклад
«Бердянський медичний коледж»
Запорізької обласної ради

ПОСІБНИК

з навчальної дисципліни

**По курсу «Гігієна з основами екології»
(заочної форми навчання)
Спеціальність: 5.12020101 «Фармація»**

Укладач: Майборода А.П. спеціаліст вищої категорії. Викладач гігієни
Упорядник матеріалів посібника Гречка О.О., лаборант

*Розглянуто і схвалено
на засіданні циклової комісії
природничо-наукової підготовки
Протокол № 1 від 31. 08. 2016 р.
Голова комісії А.В. Порецький*

Рецензент: Червінко Н.Ф., викладач - методист, спеціаліст вищої категорії, викладач епідеміології.

Посібник вміщує програму з навчальної дисципліни «Гігієна з основами екології та перелік теоретичних питань і практичних навичок, якими повинен оволодіти студент після вивчення дисципліни, а також список рекомендованої літератури та примірних завдань до аудиторної контрольної роботи, перелік рекомендацій до її виконання.

В посібнику наведено перелік питань що виносяться до заліку. Уміщений у даному посібнику матеріал має на меті зробити процес опанування студентами гігієни з основами екології упорядкованим, спрямованим на закріплення теоретичних знань та відпрацювання практичних навичок.

Зміст

- 1. Передмова*
- 2. Методичні рекомендації*
- 3. Тематичний план*
- 4. Список рекомендованої літератури*
- 5. Перелік питань до заліку*
- 6. Варіанти контрольних робіт*

Передмова

Курс «Гігієна з основами екології» є комплексним у системі підготовки молодших спеціалістів і передбачає вивчення одночасно двох предметів гігієни і екології.

Гігієна, як основна профілактична дисципліна відіграє важливу роль у системі фармацевтичної освіти. Вона дає знання, що мають важливе значення для практичної діяльності фармацевта. Знання основ екології надає можливість майбутнім спеціалістам орієнтуватися в закономірностях зміни в екосистемі, що впливає на здоров'я людей та вмiло застосовувати профілактичні заходи.

Мета методичних вказівок - спрямувати роботу студента фармацевтичного відділення заочної форми навчання на ознайомлення з програмою курсу гігієни з основами екології, сформувати уявлення про вимоги до виконання контрольної роботи та заліку.

Життєво необхідним для майбутнього фармацевта є знання з гігієни та екології.

Тому в програмі цієї дисципліни представлені майже всі основні її розділи: гігієна повітря, ґрунту, води, харчування, праці в аптечних установах, особиста гігієна, санітарна освіта.

В програмі є питання що мають важливе значення для практичної роботи фармацевта. Це гігієна праці в аптечних установах, уміння оцінювати виробничий мікроклімат, запобігання негативному впливу виробничих, шкідливих і небезпечних чинників на здоров'я працівників аптек.

Особливої уваги потребує вивчення таких питань як гігієнічні вимоги до аптечних приміщень, згідно наказу МОЗ України № 275, вимоги до аптечних складів та їх устаткування, протиепідемічні заходи в роботі аптечних установ та особиста гігієна працівників аптек.

Для практичної діяльності фармацевта важливі знання змін хімічного складу повітря у виробничих приміщеннях аптек, шляхи запобігання негативної дії пилу лікарських речовин на здоров'я персоналу аптек, уміння організувати асептичні умови в аптеці, знезараження повітря аптечних приміщень та ін.

Методичні вказівки містять програму з гігієни з основами екології, перелік основних питань до складання заліку, завдання контрольної роботи, список рекомендованої літератури.

Методичні рекомендації

З метою якісного контролю рівня теоретичних знань і сформованості практичних навичок та умінь пропонується комплексна контрольна робота,

Для написання контрольної роботи з гігієни з основами екології необхідно перш за все ознайомитися з рекомендованою літературою. Вона допоможе вам у підготовці до виконання завдань. За основу можна взяти підручник "Гігієна з основами екології" І.І. Нікберга, І.В. Сергета, Л.І. Цимбалюк та підручник "Гігієна" М.І. Мізюк. Для виконання окремих завдань можна використати підручник "Гігієна" Г.О. Литвинова, наказ МОЗ № 275 та ін.

Перед виконанням завдань слід детально ознайомитися з теоретичними викладками матеріалу із запропонованої літератури, звернувши особливу увагу на санітарно-гігієнічні норми, вимоги, рекомендації та профілактичні заходи.

Особливої уваги потребує вивчення таких питань, як особиста гігієна працівників аптек, гігієнічні вимоги до аптечних приміщень, складів їх устаткування та протиепідемічного режиму.

Виконання контрольних робіт сприяє більш глибокому вивченню курсу з дисципліни гігієна з основами екології.

Після вивчення курсу студент повинен знати:

1. Предмет і завдання гігієни і екології, досягнення видатних вчених-гігієністів.
2. Значення гігієни і екології в практичній діяльності фармацевта.
3. Хімічний склад повітря та його гігієнічне значення.
4. Шкідливі домішки в повітрі, профілактика отруєнь та професійних захворювань.
5. Епідемічне значення повітряного середовища.
6. Методи знезараження повітря аптечних приміщень.
7. Фізичні властивості повітря, їх гігієнічна характеристика.
8. Гігієнічне та епідеміологічне значення води.
9. Санітарні вимоги до одержання і зберігання води очищеної та води для ін'єкцій в умовах аптеки.
10. Принципи раціонального харчування.
11. Профілактика харчових отруєнь.
12. Значення особистої гігієни. Фізична культура, загартовування організму.
13. Гігієнічне значення ґрунту.
14. Вимоги до особистої гігієни персоналу аптек.
15. Гігієнічні вимоги до аптечних приміщень та устаткуванню аптек.
16. Виробничі шкідливості і небезпечні чинники в роботі фармацевта.
17. Вимоги до мікроклімату виробничих приміщень аптек та аптечних складів.
18. Значення, методи і форми санітарної освіти.

Студенти повинні вміти

1. Визначати та оцінювати мікроклімат виробничих приміщень.
2. Підготувати робоче місце фармацевта для роботи в асептичному блоці аптеки.
3. розраховувати потрібну кількість бактерицидних ламп для знезараження повітря в аптечному блоці.
4. Визначити і оцінювати санітарно-гігієнічні особливості мікроклімату виробничих приміщень.
5. Організувати і проводити роботу із санітарної освіти.

Тематичний план

№з/п	Тема	Кількість годин			
		Всього	Теоретичні заняття	Практичні заняття	Самостійна робота
1.	-Задачі, методи і предмет науки -Гігієна повітря -Гігієна харчування -Гігієна праці в аптеках -Гігієна води	2	2	-	-
2.	-Гігієна повітря -Гігієна води	2		2	-
3.	-Гігієна харчування -Гігієна праці в аптеках	2		2	-
4.	-Особиста гігієна -Санітарна освіта	2		2	
5.	Всього	54	2	6	46

Зміст програми

Вступ

Лекції

Предмет і завдання гігієни і екології. Значення гігієни і екології в практичній діяльності фармацевта. Короткий нарис історії гігієни. Вклад видатних учених у розвиток гігієни (С.А.

Парке, М. Петтенкофер, О.П. Доброславін, Ф.Ф. Єрісман, М.О. Семашко, Г.Н. Хлопін, В.А. Субботін, О.М. Марзєєв).

Гігієна повітря

Гігієнічне значення повітряного середовища. Фізичні чинники повітря та їх гігієнічне значення. Сонячна радіація. Комплексне оцінювання метеочинників.

Хімічний склад атмосферного повітря та його гігієнічне значення. Санітарно-гігієнічне значення забруднення атмосферного повітря і повітря закритих приміщень. Джерела забруднення повітря.

Зміна хімічного складу повітря у виробничих приміщеннях аптек. Шляхи запобігання алергізуючому впливу лікарських речовин.

Морфологія повітря. Методи визначення бактеріальної забрудненості аптечних приміщень.

Гігієна води

Фізіологічно-гігієнічне та епідеміологічне значення води. Гігієнічні вимоги щодо якості питної води та її санітарна оцінка. Фізичні властивості та хімічний склад води. Хімічні і бактеріологічні показники якості питної води. Санітарні вимоги до одержання, транспортування і зберігання води очищеної та води для ін'єкцій в умовах аптеки.

Гігієна харчування

Фізіологічно – гігієнічні основи харчування. Енергетична цінність харчового раціону (білки, жири, вуглеводи, мінеральні речовини, вітаміни). Лікувально-профілактичне і дієтичне харчування. Профілактика токсикоінфекцій і других харчових отруєнь. Контроль за вмістом радіонуклідів і нітратів у харчових продуктах.

Гігієна праці в аптечних установах

Предмет і завдання гігієни праці. Форми трудової діяльності. Фізіологічні зміни під час трудової діяльності. Подолання втоми та раціональна організація трудового процесу.

Гігієнічне нормування виробничого мікроклімату. Засоби запобігання шкідливого впливу виробничого мікроклімату на організм людини. Гігієнічні вимоги до аптечних приміщень та устаткування аптек здійснення контролю за дотриманням санітарно-протиепідемічного режиму в аптеках.

Поняття про дезінфекцію, асептику. Санітарні вимоги щодо виготовлення лікарських засобів в асептичних умовах.

Гігієнічні вимоги до розміщення, планування і санітарного благоустрою аптечних складів.

Виробничі шкідливі й небезпечні чинники в роботі фармацевта. Професійні хвороби. Профілактика виробничого травматизму. Механізація та автоматизація складських робіт. Застережні заходи під час роботи з дезінфекційними речовинами.

Практичне заняття

Ознайомлення з обладнанням, правилами роботи в санітарно-гігієнічній лабораторії. Визначення температури, вологості, швидкості руху повітря.

Дослідження питної води: методи відбору проб води, визначення фізичних факторів води питної, оформлення документації.

Практичні навички:

- визначення температури, вологості, швидкості руху повітря;
- відбирання проб води, консервування її, оформлення документації;
- дослідження фізичних властивостей води.

Практичне заняття:

Складання меню розкладки, підрахунок калорійності добового раціону. Знайомство з режимом і устроєм аптек.

Практичні навички

- розрахунок калорійності добового раціону;
- рішення задач по приготуванню дезрозчинів;
- визначення протиепідемічного режиму аптек.

Практичне заняття

Особиста гігієна працівників аптек. Форми і методи санітарно-просвітньої роботи.

Практичні навички:

- вміти приготувати реферати, санітарні бюлетені та санітарні листівки;
- навчитися доглядати за шкірою, волоссям, руками, порожниною рота;
- навчитися складати режим дня, вміти загартовувати організм.
- навички особистої гігієни працівників аптек.

Список рекомендованої літератури

1. Мізюк М.І. "Гігієна" К.: Здоров'я, 2002.
2. Нікберг І.І., Сергета В.В., Цимбалюк Л.І. "Гігієна з основами екології". К.: Здоров'я, 2001.
3. Литвинова Г.О. "Гігієна з основами екології". К.: Здоров'я, 2001.
4. Наказ МОЗ України № 275 від _____ "Про затвердження інструкції по санітарно-протиепідемічному режиму аптек".

Додаткова

1. Литвинова Г.О., Ванханен В.Д. "Гігієна" К.: Здоров'я, 1994.
2. Гігієна праці за ред. А.М. Шевченка - К.: Вища шк., 1993.
3. Загальна гігієна. Посібник для практичних занять - Львів: Світ, 1992.
4. Пяткін К.Д., Кривошеїн Ю.С. "Мікробіологія з вірусологією та імунологією" - К.: Вища шк., 1992.