

**Тематический план занятий семинарского типа
по дисциплине «Гигиена и экология человека»
для обучающихся по образовательной программе специальности
30.05.01 Медицинская биохимия (уровень специалитета)
форма обучения очная
на 2023-2024 учебный год**

№	Тематические блоки	Часы акад.
1	<p>Гигиеническая оценка химического и микробного загрязнения воздушной среды, микроклимата жилых, учебных, медицинских помещений¹ (часть 1). Воздушная среда закрытых помещений (химический состав воздуха помещения, факторы его формирующие). Микробное загрязнение окружающей среды в помещениях. Критерии качества воздуха в помещении. Вентиляция помещений: естественная, искусственная, кондиционирование воздуха; показания к их устройству².</p>	2
	<p>Гигиеническая оценка химического и микробного загрязнения воздушной среды, микроклимата жилых, учебных, медицинских помещений¹ (часть 2). Микроклимат: понятие, факторы его определяющие, классификация. Гигиенические требования к параметрам микроклимата жилых и общественных помещений. Классификация тепловых состояний человека и физиологические показатели его оценки².</p>	2
2	<p>Гигиеническая оценка инсоляционного режима, естественного и искусственного освещения жилых, учебных, медицинских помещений¹ (часть 1). Свет и освещение, гигиеническое значение. Гигиеническая оценка инсоляционного режима жилых, учебных и медицинских помещений. Гигиеническая оценка естественного освещения помещений².</p>	2
	<p>Гигиеническая оценка инсоляционного режима, естественного и искусственного освещения жилых, учебных, медицинских помещений¹ (часть 2). Гигиеническая оценка искусственного освещения помещений. Физиологические методы оценки достаточности освещения².</p>	2
3	<p>Гигиеническая оценка качества питьевой воды и источников водоснабжения. Методы улучшения качества воды¹. Влияние качества воды на здоровье населения. Гигиенические принципы нормирования качества воды. Мероприятия по улучшению качества воды². Часть 1</p>	2
	<p>Гигиеническая оценка качества питьевой воды и источников водоснабжения. Методы улучшения качества воды¹. Влияние качества воды на здоровье населения. Гигиенические принципы нормирования качества воды. Мероприятия по улучшению качества воды². Часть 2</p>	2
4	<p>Пищевая и биологическая ценность продуктов питания животного и растительного происхождения. Гигиеническая оценка доброкачественности продуктов питания¹ (часть 1). Классификация пищевых продуктов (с учетом характерных признаков и особенностей использования). Пищевая и биологическая ценность молока и молочных продуктов. Пищевая и биологическая ценность мяса и мясных продуктов, рыбы, яиц. Пищевая и биологическая ценность хлеба, круп и макаронных изделий. Пищевая и биологическая ценность овощей и плодов (фруктов, ягод, орехов)².</p>	2
	<p>Пищевая и биологическая ценность продуктов питания животного и растительного происхождения. Гигиеническая оценка доброкачественности продуктов питания¹ (часть 2). Заболевания, передаваемые через молоко и мясо. Гигиенические требования к качеству молока, мяса, хлеба².</p>	2

5	<p>Гигиеническая оценка полноценности питания. Алиментарно-зависимые заболевания, причины, профилактика. Оценка адекватности индивидуального питания по макронутриентному составу и энергии¹ (часть 1).</p> <p>Понятие о рациональном питании, принципы рационального питания. Принципы нормирования питания различных групп населения. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах².</p>	2
	<p>Гигиеническая оценка полноценности питания. Алиментарно-зависимые заболевания, причины, профилактика. Оценка адекватности индивидуального питания по макронутриентному составу и энергии¹ (часть 2).</p> <p>Классификация алиментарно-зависимых заболеваний. Профилактика алиментарно-зависимых неинфекционных заболеваний. Биологическая роль белков, жиров, углеводов; нормирование, источники в питании. Режим питания, понятие, значение².</p>	2
6	<p>Оценка адекватности питания по микронутриентам: витаминам, минеральным веществам¹ (часть 1).</p> <p>Биологическая роль, нормирование, источники в питании водорастворимых витаминов. Биологическая роль, нормирование, источники в питании жирорастворимых витаминов. Виды витаминных недостаточностей².</p>	2
	<p>Оценка адекватности питания по микронутриентам: витаминам, минеральным веществам¹ (часть 2).</p> <p>Причины гиповитаминозов, их проявления. Приемы сохранения и повышения витаминной ценности рационов питания, профилактика гиповитаминозов. Биологическая роль, нормирование, источники в питании минеральных веществ².</p>	2
7	<p>Оценка пищевого статуса, характеристика риска для здоровья.</p> <p>Гигиенические рекомендации по коррекции фактического питания¹ (часть 1). Статус питания: понятие, классификация. Показатели, используемые для оценки статуса питания².</p>	2
	<p>Оценка пищевого статуса, характеристика риска для здоровья.</p> <p>Гигиенические рекомендации по коррекции фактического питания¹ (часть 2). Определение статуса питания студента. Разработка рекомендаций по коррекции питания².</p>	2
8	<p>Профилактика пищевых отравлений¹ (часть 1).</p> <p>Пищевые отравления: понятие, классификация. Пищевые отравления микробной природы: этиология, патогенез, клиника, профилактика².</p>	2
	<p>Профилактика пищевых отравлений¹ (часть 2).</p> <p>Пищевые отравления немикробной природы: этиология, патогенез, клиника, профилактика. Тактика врача-лаборанта на случае пищевого отравления².</p>	2
9	<p>Факторы производственной среды; прогноз влияния на состояние здоровья работающих; профилактические мероприятия¹ (часть 1).</p> <p>Понятие о вредных и опасных производственных факторах. Классификация вредных производственных факторов. Оценка условий труда по показателям вредности и опасности. Классы условий труда, гигиенические критерии оценки².</p>	2
	<p>Факторы производственной среды; прогноз влияния на состояние здоровья работающих; профилактические мероприятия¹ (часть 2).</p> <p>Основные профессиональные заболевания, их профилактика (при воздействии нагревающего микроклимата, шума, вибрации, ионизирующего излучения, токсичных веществ, промышленной пыли)².</p>	2
10	<p>Тяжесть и напряженность трудового процесса; влияние на функциональное состояние и здоровье работающих. Медико-санитарное обеспечение работающих промышленных предприятий¹ (часть 1).</p> <p>Тяжесть и напряженность труда, понятия. Показатели тяжести и напряженности труда. Утомление и переутомление, понятия; субъективные и объективные признаки².</p>	2

	Тяжесть и напряженность трудового процесса; влияние на функциональное состояние и здоровье работающих. Медико-санитарное обеспечение работающих промышленных предприятий¹ (часть 2). Медицинские осмотры трудящихся: понятие об обязательных предварительных и периодических медицинских осмотрах; цель и задачи. Профессиональные заболевания; понятие, примеры, направления профилактики ² .	2
11	Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков; критерии и группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как показатель здоровья, методы исследования и оценки. Проблема школьной зрелости¹ (часть 1). Критерии здоровья детей, способы определения, оценка. Показания для отнесения детей к каждой из групп здоровья. Методы исследования физического развития: соматоскопические, соматометрические, физиометрические ² .	2
	Комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков; критерии и группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как показатель здоровья, методы исследования и оценки. Проблема школьной зрелости¹ (часть 2). Календарный и биологический возраст: понятие, показатели, варианты оценки. Комплексная оценка физического развития: показатели, варианты оценки. Медицинские и психофизиологические критерии определения школьной зрелости ² .	2
12	Гигиена питания организованных групп населения в экстремальных ситуациях, полевых условиях¹. Организация питания населения в экстремальных ситуациях, полевых условиях (на примере питания военнослужащих) ² .	2
	Гигиена водоснабжения организованных групп населения в экстремальных ситуациях, полевых условиях¹. Организация водоснабжения населения в экстремальных ситуациях, полевых условиях (на примере водоснабжения военнослужащих) ² .	2
13	Формирование здорового образа жизни человека¹. Роль здорового образа жизни в сохранении и укреплении здоровья. Элементы здорового образа жизни и методы его пропаганды. Гигиена умственного труда; режимы труда и отдыха. Роль физической активности и закаливания в укреплении здоровья, физиологическая сущность закаливания. Виды закалывающих воздействий. Культура питания. Алкоголизм, курение, нарко- и токсикомании, как основные негативизмы образа жизни человека; проблемы борьбы с ними. Индивидуальная профилактика СПИДа и других заболеваний ² .	2
14	Итоговое занятие: обсуждение результатов рейтинговой оценки знаний студентов по дисциплине.	1
	Итого	51

1 – тема

2 – сущностное содержание

Рассмотрено на заседании кафедры общей гигиены и экологии ИОЗ «24» мая 2023 г., протокол № 9

Заведующая кафедрой



Н.И. Латышевская