

**Красноярское государственное образовательное учреждение  
Среднего профессионального образования  
«Красноярский медицинский техникум»**

**Рассмотрено на  
заседании ЦМК  
«\_\_»\_\_2009г  
Протокол №\_\_  
Председатель ЦМК**

**Утверждено:  
Зам.директора по  
учебной работе  
Шарайкиной Е.Ю.  
«\_\_»\_\_2009г**

**Презентация  
теоретического занятия по дисциплине  
Гигиена и экология человека  
Тема:«Гигиена детей и подростков»**



**Приготовила:  
преподаватель  
дисциплины Гигиена  
и экология человека  
Панова Н.А.**

**Г.Красноярск 2009г**

**Цели:**

**Образовательная:**

**Сформировать основные понятия о состоянии здоровья и физического развития детей и подростков, о гигиенических проблемах школьной зрелости.**

**Развивающая:**

**Развивать навык комплексная оценка состояния здоровья детей и подростков.**

**Воспитательная :**

**Воспитывать ответственное отношение к здоровью детей и подростков.**

**Студент должен знать:**

- методы исследования и оценки физического развития детей и подростков.**
- Методы определения школьной зрелости.**
- участие медицинских работников в проведении профессиональной ориентации школьников.**
- оценка групповой ячейки.**
- оценка основных помещений школы.**

# **ПЛАН**

**1.Предмет, цель, задачи гигиены детей и подростков.**

**2.Состояние здоровья и физического развития детей и подростков.**

**3.Гигиенические проблемы школьной зрелости, профессиональной профориентации.**

**4.Гигиенические требования к условиям и режиму обучения образовательных учреждениях.**

**5.Гигиенические принципы планировки дошкольных учреждений.**

**ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ – отрасль профилактической медицины, которая разрабатывает и обосновывает нормативы гигиенически полноценной среды обитания растущего организма для обеспечения формирования и сохранения здоровья детей и подростков.**

**Цель - нормирование факторов среды учреждений воспитания и образования.**

**К категории детей и подростков относят лица в возрасте с рождения до 18 лет.**

**В любом государстве существует система обучения и воспитания детей и подростков. Их деятельность нуждается в гигиенической регламентации и медицинском обеспечении.**

**Гигиена детей и подростков как наука изучает:**

- мониторинг здоровья детей в организованных коллективах.**
- гигиена деятельности, отдыха детей и подростков.**
- гигиена строительства и оборудования детских учреждений.**
- гигиена питания д.п.**
- гигиена работающего подростка.**
- формирование здорового образа жизни.**
- факторов риска здоровья д.п.**

# **Мониторинг здоровья Д и П**

**Это система длительного слежения за объектами, процессами и явлениями.**

**Цель мониторинга показателей здоровья подрастающего поколения – управление здоровьем населения.**

**К показателям здоровья Д и П относятся:**

- заболеваемость**
- физическое развитие**
- группы здоровья при комплексной оценке состояния здоровья.**

# **Заболеваемость детей и подростков**

**Заболеваемость характеризуется показателями ее уровня и структуры.**

**Уровень заболеваемости – это количество заболеваний в расчете на 1000 (100, 10 000 или 100 000) человек.**

**Структура заболеваемости (%) – это доля отдельных классов болезней в числе всех обращений в детские поликлиники.**

**По рекомендации ВОЗ для характеристики заболеваемости используют понятия:**

- превичная заболеваемость – число первых обращений, впервые выявленных..**
- Общая заболеваемость – число первичных обращений по поводу заболеваний в данном и предыдущем году.**
- заболевания и нарушения, выявленные при осмотрах на определенную дату**
- индекс здоровья – доля детей (%) ни разу не обращавшихся в данном году по поводу болезни.**



**Факторы риска – совокупность условий, которые допускают вероятность утраты здоровья, формирование хронической патологии, прогрессирования болезни, инвалидизации и преждевременной смерти человека.**

## **Факторы риска:**

**-медико-социальные ( плохое качество питания, рост вредных привычек, асоциальные формы поведения, рост числа лиц с болезнями, гинекологическая заболеваемость, рост числа юных матерей, семейное воспитание, некачественное медицинское обслуживание).**

**-биологические факторы ( неудовлетворительное состояние родителей, врожденная патология).**

**-экологические факторы (ухудшающие качество окружающей среды)**

**-протектор-факторы ( позитивные) – оказывают благоприятное влияние на рост и развитие детей, хорошие жилищные условия, любовь и уважение к ребенку, комплекс мер защиты, стимуляция физиологического развития, умственные и физические нагрузки в системе образования и в семье.**

**Закон РФ « О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ( 1999г),**

**Обязывает осуществлять меры по профилактике заболеваний и укреплению здоровья детей. За соблюдением гигиенических нормативов, условий и режима дня обеспечивают специалисты центров Госсанэпиднадзора ( санитарный врач и эпидемиологи).**

## **ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ.**

**Под физическим развитием понимают совокупность морфологических и функциональных свойств организма, которые характеризуют его рост и развитие.**

**Методика исследования физического развития – антропометрия. Исследования проводят в утренние часы, натощак, на обнаженном человеке.**

## **Существует три группы показателей физического развития :**

- 1.соматометрические ( длина тела стоя, сидя, масса тела, окружность грудной клетки, головы, талии ...)**
- 2.физиометрические (экскурсия грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия рук, артериальное давление пульс..)**
- 3.соматоскопические ( состояние костно-мышечной системы, жировотложение, развитие постоянных зубов, тип сложения, степень полового созревания..)**

**Во всем мире для индивидуальной и коллективной оценки физического развития используют центильный метод оценки физического развития, который основывается на создании набора оценочных таблиц и ростовых кривых, построенных на основе измерений здоровых представителей коренного населения.**

**Каждый измеренный у ребенка признак должен быть помещен в свою область центильной шкалы в соответствующей таблице.**

**Проводится комплексная оценка здоровья по критериям:**

- наличия или отсутствия в период обследования хронических заболеваний**
- уровень функционального состояния основных систем организма**
  - степень сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям**
- уровень достигнутого развития и степень его гармоничности.**

**По совокупности всех критерий детей разделяют по группам здоровья:**

- 1.- здоровые**
- 2.- здоровые, но имеющие функциональные и морфологические отклонения**
- 3. – дети, больные с хроническими заболеваниями в состоянии компенсации**
- 4. – больные хроническими заболеваниями в состоянии субкомпенсации**
- 5. – больные хроническими заболеваниями в состоянии декомпенсации**

## **ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ШКОЛЬНОЙ ЗРЕЛОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ.**

**Формирование профессиональной направленности человека происходит в школьные годы, но у многих к концу обучения не вырабатываются интересы к определенной деятельности. Они не принимают во внимание особенности здоровья, психики при выборе профессии.**

**Для подготовки подростка к выбору профессии существует система мероприятий профессиональной ориентации.**

**Медицинская профессиональная ориентация – ведется в двух направлениях:**

**-основном – врачебная проф. консультация.**

**-информационном – гигиеническое обучение и воспитание подростков, ознакомление родителей и педагогов с медицинскими вопросами выбора профессии. Задача мед. персонала – в определении степени риска отклонений в состоянии здоровья подростка и разработке рекомендаций по выбору профессии или специальности.**

**Самые частые причины ограничения проф. пригодности - аномалии зрения, нарушения осанки, снижение слуха, при кожных заболеваниях.**

**На протяжении всего периода обучения подростки наблюдаются по этапно:**

**-медицинское и психофизиологическое обследование.**

**-анализ состояние здоровья с использованием профессиограммы и перечня медицинских противопоказаний.**

**-составление врачебно- проф. заключения.**

**-рекомендации по проведению лечебно-профилактических мероприятий.**

# **Гигиенические требования к условиям и режиму обучения и воспитания детей и подростков.**

**Размещение и планировка земельного участка.**

**Гигиенические принципы проектирования, строительства и благоустройства детских образовательных учреждений:**

- принцип групповой изоляции для дошкольных образовательных учреждений**
- блочно-секционный принцип строительства школьного здания**
- обеспечение полноценного воздушно-теплого, светового режимов**
- организация рационального питания**
- организация образовательного процесса, насыщенного оздоровительными технологиями.**



## **Участок общеобразовательных школ:**

- радиус обслуживания -0,3-0,5км пешеходной допустимости(15-30мин – транспортной допустимости)**
  - уровень шума не более 60дБА**
  - территория участка ограждается забором и полосой зеленых насаждений (не менее 5% от земельного участка)**
  - участок должен иметь искусственное освещение**
  - площадь60м.кв. на одного учащегося –на 500 учеников  
33м.кв. - на 800-1000человек.**
  - должен иметь спортивную, учебно-опытную, хозяйственную, отдыха зоны и зону застройки.**
- Здание общеобразовательной школы может быть следующих вариантов: централизованное, павильонное, блочное. Гигиенически целесообразное – бочный тип (секции для начальных, средних и старших классов, площадь учебных помещений - 2,5м.кв. на одного учащегося)**

**Школьная мебель должна соответствовать росту ребенка**  
**Различают шесть групп школьной мебели( от 100-175см и выше)**  
**Мебель имеет фабричную маркировку (цифровое обозначение в виде дроби- номер стола стоит в числителе, а рост детей- в знаменателе... $\frac{3}{130-150}$ , наносят на нижнюю поверхность крышки стола и сиденья стула.; цветная маркировка наносится в виде круга с  $\varnothing$ -15-20мм на боковые поверхности стола и стула)**



**Школьная мебель должна соответствовать  
росту ребенка.**

**Различают шесть групп школьной мебели( от  
100-175см и выше)**

**Мебель имеет фабричную маркировку  
(цифровое обозначение в виде дроби-номер  
стола стоит в числителе, а рост детей-в  
знаменателе...3/130-150, наносят на нижнюю  
поверхность крышки стола и сиденья стула.;  
цветная маркировка наносится в виде круга с  
Д-15-20мм на боковые поверхности стола и  
стула)**

## **Режим дня.**

**Суточный режим – это распределение, продолжительность и организация всех видов деятельности, отдыха и приемов пищи в течении суток. Принципы суточного режима:**

**-совпадение компонентов режима с природными ритмами активности физиологических систем организма;**

**-дозировка продолжительности компонентов режима, содержания, объема и интенсивности информации в зависимости от возрастных анатомо-физиологических, а также индивидуальных особенностей и состояния здоровья детей.**

**-чередование бодрствования и сна, труда, и отдыха, различных видов деятельности.**

**Гигиенические требования к условиям и режиму обучения и воспитания детей и подростков.**

**Размещение и планировка земельного участка.**

**Гигиенические принципы проектирования, строительства и благоустройства детских образовательных учреждений:**

**- принцип групповой изоляции для дошкольных образовательных учреждений**

**- блочно-секционный принцип строительства школьного здания**

**- обеспечение полноценного воздушно-теплого, светового режимов**

**- организация рационального питания**

**- организация образовательного процесса, насыщенного оздоровительными технологиями.**

## **Участок общеобразовательных школ:**

- радиус обслуживания -0,3-0,5км пешеходной допустимости(15-30мин – транспортной допустимости)**
- уровень шума не более 60дБА**
- территория участка ограждается забором и полосой зеленых насаждений (не менее 5% от земельного участка)**
- участок должен иметь искусственное освещение**
- площадь60м.кв. на одного учащегося –на 500 учеников**  
**33м.кв. - на 800-1000человек.**
- должен иметь спортивную, учебно-опытную, хозяйственную, отдыха зоны и зону застройки.**

**Здание общеобразовательной школы может быть следующих вариантов:  
централизованное, павильонное, блочное.  
Гигиенически целесообразное – бочный тип  
(секции для начальных, средних и старших классов, площадь учебных помещений - 2,5 м.кв. на одного учащегося)**



# **Дошкольные учреждения-**

**площадь земельного участка нормируют из расчета не менее 35...40м/кв. на одно место. Выделяют функциональные зоны:**

**-основное здание**

**-хозяйственная зона**

**-игровая территория с групповыми площадками для каждой группы с тeneвым навесом для защиты от погодных условий**

**-физкультурные площадки**



**Здание дошкольного образовательного учреждения включает:**

**-групповые ячейки**

**-специализированные помещения для занятий**

**-сопутствующие помещения**

**-служебно-бытовые**

**На земельном участке соблюдается принцип групповой изоляции**

**Здание должно быть не больше 2-х этажей, может быть централизованным и блочным.**



**Мебель распределена на пять групп, учитывая возраст и умения детей**



## **Список литературы для преподавателей:**

### **Основная:**

- Матвеева Н.А. Гигиена и экология человека, 2005г.**
- Румянцева Г.И. Гигиена,- М. : ГЭОТАР Медицина, 2000г.**
- Пивоваров Ю.П. Гигиена и экология человека. Курс лекций. – М.: ВУНМЦ, 2001г.**

### **Дополнительная литература:**

- Одум Ю « Экология»,1986г.**
- Алексеев С.В. « Экология человека», -М.: ГОУ МЗ РФ, 2001г**
- Алексеев С.В., -Пивоваров Ю.П. Экология человека. Учебник. М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2001г.**

### **Список литературы для студентов:**

#### **Основная:**

- Пивоваров Ю.П. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека. 3-у изд., допол. и испр.-М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2001.**
- А.М.Лакшин, В.А.Катаева Общая гигиена с основами экологии человека: Учебник для студентов стоматологических факультетов медицинских вузов.-М.:Медицина, 2004.**
- Алексеев С.В., Пивоваров Ю.П., Янушанец О.И. Экология человека. Учебник. М.: ИКАР, 2002.**

#### **Дополнительная:**

- Одум Ю « Экология»,1986г.**
- Алексеев С.В. « Экология человека», -М.: ГОУ МЗ РФ, 2001г**

**Спасибо за внимание!**