

С.Ж.Асфендияров атындағы
Қазақ Ұлттық медицина
Университеті



Казахский Национальный
Медицинский Университет
имени С.Д.Асфендиярова

Тақырыбы: Әлеуметтік маңызды аурулармен
науқастарды жүргізу бойынша мектептерді
ұйымдастыру принциптері (ЖИА, Қант диабеті,
БА,ХОБЛ, АГ,)

Орындаған: Жетписбаев Ж.К.

Қабылдаған:

Факультет: ЖМ

Топ: 19-1к

Жоспары:

- Мектептер туралы
- Денсаулық мектептері туралы
- Денсаулық мектептерінің мақсаты
- Пациенттерді оқытуды кім жүргізу қажет
- Денсаулық мектебін ұйымдастыру модельдері
- ЖИА
- Қант Диабеті
- БА, ХОБЛ
- Артериальды гипертония
- Пайдаланылған әдебиеттер

Денсаулық мектептері туралы

Мектеп денсаулық сақтаудың әрбір мектебі үшін бас дәрігердің бұйрығымен құрылады. Бұйрықта Мектептің басшысы, 1 жылға өткізілетін сабақтар графигі.

Мектепте Оқытудың минимальды штатын оқытуды жүргізетін специалист, дәрігер немесе орта медициналық жұмысшы (медбике, фельдшер).



Денсаулық мектебі амбулаторлы-поликлиникалық бөлімше, сонымен қоса оған медициналық профилактика, денсаулық орталығы күндізгі стационар немесе стационардың специализацияланған бөлімшелері (терапевтік, кардиологиялық, эндокринологиялық, пульмонологиялық), санаторий-профилакторий санаторий базасында құрылады



ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ
по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний

Денсаулық мектептерінің мақсаты

Халықты салауатты өмір салты дағдыларына үйрету, науқастардың денсаулығын өз бетінше өмірін өзгертуге, құзырлықты жоғарылату сұрақтарына және қоршаған орта жағдайына бейімделуге оқыту, насихаттау.



Пациенттерді оқытуды кім жүргізу қажет

- Мектепте сабақтарды арнайы құжаты бар дәрігер, фельдшер, медбике жүргізуге құқығы бар. Специалисттер дайындығы үшін медициналық мекеме басшысы жауапты.



- Топтағы пациенттер саны – 10 -12 болуына кеңес беріледі.
- Пациенттер Мектептегі сабақтарға емдеуші дәрігерімен, денсаулық орталығы дәрігері, кез келген профиль специалисттерімен бағытталуы мүмкін.



WWW.MALYI-BIZNES.RU

Денсаулық мектебін ұйымдастыру модельдері

2 схемасы болуы мүмкін:

- 1 – курстың барлық сабақтарында науқастарды оқытуды бір ғана специалист жүргізеді;
- 2 – науқастарды оқытуды әртүрлі специалисттермен жүргізеді, олардың бар болуына және квалификациясына байланысты.

ЖИА

Жүректің созылмалы аурулары. Оған стенокардия, аритмия, жүрек жетіспеушілігі, миокард инфаркті және т.б. жатады.

Жалпы шолу

- *Жүрек ишемиялық ауруларының белгілері:*
- Төс тұсының ұстамалы ауыруы (стенокардия).
Бұл бір науқаста тек жайсыздықпен байқалса, енді басқаларында – қатты қысып, (күйдіріп кейде жүректің қыжылдауы) ауруымен сипатталады. Ауыру сезімінің сол иыққа немесе сол қолға «берілуі» жүрек ишемиялық ауруларына тән жағдай. Сонымен қатар ауыру сезімі мойынға, оң жақ иыққа, жауырын арасына «берілуі» мүмкін.



- Тез әлсіреу, шаршампаздық.
 - Ауа жетіспеушілігі.
- Денеге жүктеме түскенде ендігу және жүректің қатты соғуы.
 - Тәулік соңында аяқтың ісінуі.
- Лоқсу және асқа тәбеттің болмауы.

Жүрек ауруларының даму қаупін болдырмас үшін әрбір адам келесі шараларды орындауы қажет:

- **Дұрыс тамақтану:** бұл – қауіпті төмендетудің басты сатысы
- Дене жаттығуларымен тұрақты шұғылдану: бұл аурудың даму қаупін төмендетеді. Жаттығулар жүректің бұлшық етін шынықтырып, оның тиімді жұмысын қамтамасыз етуге мүмкіндік береді.
- Темекі шегуді тастаңыз: бұл арқылы аурудың даму қаупін төмендете аласыз.

- Өз дене салмағыңызды бақылап отырыңыз. Дене салмағының артықшылығы, әсіресе семіздік, жүректің ишемиялық ауруларының дамуына әкеледі.
- Күйзелістерден аулақ болыңыз.
- Қан қысымын өлшеп, бақылап отырыңыз. Қан қысымының жоғарлауы жүрекке үлкен күш түсіреді.
- Қанның құрамындағы холестерин мен глюкозаның деңгейін анықтаған жөн.
- Алдын алу тексерулерден тұрақты өтіп тұрыңыз

Сабақтардың құрылымы

Мектепегі сабақтардың ортақ құрылымы бар:

- Кіріспе (Сабақтардың құрылымымен танысу)
- Ақпараттық бөлім(сабақтың теориялық бөлімі)
- Оқытудың активті формалары (практикалық қабілеттерге оқыту)
- Сабақтың қорытынды бөлімі (қорытындыны шығару)

Ақпараттық бөлім

- Сабақтың ақпараттық бөлім анықтамалық құжат ретінде көрсетілген. Ақпараттық басты бағыты – науқасты ауруы жайлы ақпараттау және емдеу және профилактика процесіне қатысуын түсіну.
- Сабақтың активті бөлімі науқастардың өзінің жағдайын бағалай алатындай және денсаулығын сақтауға бағытталған қабілеттерін дамыту

Сабақтың құрылымы

- Толық цикл 45 минуттан болатын 7 сабақтан тұрады.
- 1 Сабақ . ЖИА туралы не білу қажет
- 2 Сабақ. ЖИА кезіндегі тамақтану принциптері
- 3 Сабақ. ЖИА кезінде физикалық күштеме
- 4 Сабақ . ЖИА кезіндегі фитотерапия
- 5 Сабақ . ЖИА медикаментозды емі
- 6 Сабақ. Қорытынды

Диабет

Диабет (лат. *diabetes mellitus*) — бұл қанда глюкоза мөлшерінің көбейіп кетуінен пайда болатын дерт. Бұл аурумен жаста, кемел жастағылар да, кәрі де ауырады. Әсіресе жасөспірім кездегі диабет ауруы өте қиын, әйтсе де бұл ауру 40-тан асқан, тамақты шектен тыс ішіп, толыса бастаған адамдарға тән болып келеді. Қант диабеті - көмірсутек, май, ақуыздың зат алмасуының созылмалы бұзылуы, яғни қанға көп мөлшерде қант түйіршегінің бөлінуі болып табылады. Диабет инсулиннің асқазан асты безінен жеткілікті мөлшерде бөлінбеуі салдарынан басталады. Инсулинсіз ағза қант түйіршегін өңдей алмайды. Соның салдарынан қанның құрамында глюкоза мөлшері артады

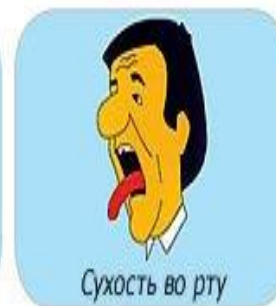
- **Қант диабетінің негізгі симптомдары**
- үнемі сусап тұру (полидипсия)
- кіші дәреттің жиілеп, көп болуы (полиурия)
- үнемі шаршаулы сезіну (полифагия)
- қол-аяқтың ұйып, жансыздануы
- үнемі қарын аштығынан арылмау
- салмақ азаюы
- **Қант диабетінің екінші деңгейлі симптомдар**
- терінің қышуы
- көздің көру қабілетінің айырылуы («тұман көлегейлегендей»)
- жыныс қынабының жиі инфекциямен ауыруы
- аяққа жазылмайтын созылмалы жара шығуы.
- естен тан

БДҰ жіктеуі 1981ж бойынша қант диабетін 2 түрге бөлген:

▣ *Инсулинге тәуелді I түрі* – 25 жасқа дейінгі жастарда немесе балаларда кездесетін диабет инсулиннің бездік жеткіліксіздігінен оның толық болмауынан дамиды. Ол сырқат адамның қатты арып азуымен ауыр түрде өтеді және инсулинмен емдемесе тез кетоацидоз дамып, адамның өлуіне әкеледі.

▣ *Инсулинге тәуелсіз II түрі* - жасы ұлғайған адамдарда кездесетін және инсулиннің салыстырмалы жеткіліксіздігінен дамиды (70%). Қанда инсулиннің мөлшері аздап қана төмендеген немесе тіпті қалыпты деңгейде болады. Сырқаттардың арасында дененің толып кетуі жиі байқалады және кетоацидоз дамымайды.

- Сабақ кестесі:
- 1-сабақ:
қант диабеті дегеніміз не?
- Қант диабетің белгілері қандай?
- қандағы қант деңгейінің көтерерілуі не үшін қауіпті?
- қанттың қандай мөлшері қалыпты болып есептелінеді?
- инсулин деген не?
- 1 не 2 — түрдегі диабет деген не?
- қант диабетінің пайда болу себебі?



- 2 Сабақ: Қант диабеті бар науқастардың өзін бақылауды үйрету.
- Қандағы глюкоза деңгейін қалай анықтайды ?
- Қандағы глюкоза деңгейін қандай жиілікте бақылау керек
- АҚ және тамақтану режимін қалып келтіру үйрету



- 3 — сабақ. Физикалық белсенділік
- Спортпен шұғылдану кезінде не білу керек?
- Физикалық белсенділік кезінде көмірсу мен инсулин деңгейін коррекциялау.
- Физикалық белсенділік кезінде сақтандыру шараларын үйрену.



Самоконтроль во время физической нагрузки

Показатели, которые необходимо контролировать:

- Сахар крови (до, во время и после физической нагрузки)
- Пульс
- Артериальное давление
- Общее самочувствие (слабость, головокружение и т.д.)

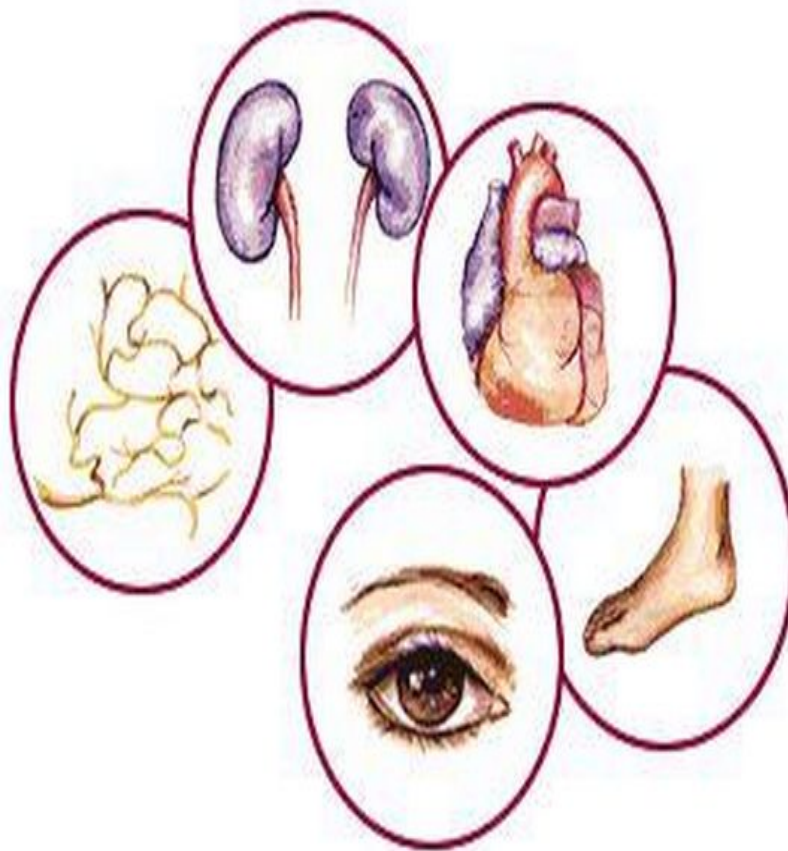


- 4 – Сабақ
- Қантты диабет кезіндегі диетотерапия.
- Қандай тағамдар гипергликемияға алып келеді (қандағы қант деңгейін көтереді)?
- Қандағы қант деңгейін көтермейтін тағамдар?

- 5-Сабақ. Инсулинотерапия
- Организмдегі инсулин секрециясымен қызметі.
- Инсулин препараттары
- Инсулинотерапияның тәртібі және инсулин дозасын есептеуді үйрету.
- Енгізу техникасы және оны сақтау



- 6 –сабақ Қант диабетінің асқынуы:
Жедел асқынулар
- диабеттік кома;
- гипогликемия.
- Созылмалы асқынулары
- жүрек және қан тамырларын зақымдауы;
- көзді зақымдауы;
- аяқты зақымдауы.



Бронхиальды астма, ХОБЛ



Бронхиальная астма (БА) и ХОБЛ – бронхообструктивті синдромның дамуымен жүретін көптеп таралған ауру.

Бронхиальды астмадан жылына 150 000 адам қайтыс болады!



№1 сабақ

- 1. Бронхиальды астма дегеніміз не?
Терминология, проблеманың заманға сай келуі.
- 2. Тыныс жолдарының құрылысы.
Бронхиальды астма ұстамасы кезінде пайда болатын паталогиялық өзгерістер.
- 3. Аллергия: аллергендердің түрлері, терминология, профилактика.

№2 сабақ

- 1. Пикфлуометрия. Құрылығымен танысу және оны қолдану тәсілдері.
Пикфлоуметр көмегімен өзін-өзі бақылау.
Пикфлоуметрия күнделігі.

№3 сабақ

- 1. Базисті терапия.
- 2. Дәрілік препараттарды жеткізудің заманауи тәсілдері.
- 3. Ингаляционды препараттырдың жақсы жақтары(преимущества).
- 4. Спейсерді қолдану.

№4 сабақ

- 1. Небулайзеротерапия.
- 2. БА терапиясындағы
Глюкокортикостероидтар.
- 3. Ингаляционды және жүйелі
глюкокортикостероидтар, негізгі
препараттар, қолдануға көрсетіштер,
зиянды әсерлері.

№5 сабақ

- 1. БА баспалдақты терапиясы.
- 2. БА бақылау туралы түсінің.
- 3. БА асқынуы: себептері, негізгі симптомдары, дәрігерге қаралу критериилері.
- 4. Тұншығу ұстамасында көрсетілетін көмек түрлері.

№6 сабақ

- 1. БА науқастарға тыныстық гимнастика. Тыныстық гимнастика Түрлері.
- 2. Өкпенің дренажды функциясын жақсартуға бағытталған жаттығулар.
- 3. БА массаждың маңыздылығы
- 4. Қорытынды

Артериальды Гипертония

- 1 сабақ. Гипертония жайлы не білу қажет
- 2 сабақ. Дұрыс тамақтану
- 3 сабақ. Артық салмақ және АГ
- 4 сабақ. Физикалық белсенділің және денсаулық
- 5 сабақ. Темекі тарту және денсаулық
- 6 сабақ. Стресс және денсаулық
- 7 сабақ. АГ медикаментозды емдеу

Пайдаланылған әдебиеттер

- http://gkkp18.kz/kz/additional_menu/shkola-zozh/shkola-zdorovya-ishemicheskaya-bolezn-serdcza
- <https://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%88%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F>
- <http://webmed.irkutsk.ru/doc/pdf/hpschool.pdf>
- https://vk.com/doc314305604_422910772
- <http://ocmp.belzdrav.ru/upload/medialibrary/980/%D0%A8%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%BF%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%BE%D0%B2%20%D1%81%20%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B3%D0%B8%D0%BF%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BE%D0%BD%D0%B8%D0%B5%D0%B9.PDF>
- http://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31160518
- <http://www.14crp.by/profilaktika/shkoly-zdorovya/120-programma-tsikla-zanyatij-shkoly-khobl-ba>

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ЗАКОНЧЕНА



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!