



Тема : Охрана здоровья военнослужащих



- 1. Общие положения об охране здоровья военнослужащих. Оздоровление условий службы и быта военнослужащих.**
- 2. Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом.**
- 3. Санитарно-противоэпидемические (профилактические) мероприятия.**
- 4. Лечебно-профилактические мероприятия.**
- 5. Банно-прачечное обслуживание.**



Первый учебный вопрос



**Общие положения об охране здоровья
военнослужащих. Оздоровление условий
службы и быта военнослужащих.**



Общие положения об охране здоровья военнослужащих. Оздоровление условий службы и быта военнослужащих.



Охрана здоровья и физическое развитие военнослужащих - неотъемлемая часть их подготовки к выполнению своего воинского долга. Охрана здоровья обеспечивается созданием командирами (начальниками) во взаимодействии с органами государственной власти безопасных условий военной службы. Забота о сохранении и укреплении здоровья военнослужащих - обязанность командиров (начальников).

Охрана здоровья военнослужащих достигается:

- проведением командирами (начальниками) мероприятий по оздоровлению условий службы и быта;
- систематическим их закаливанием, регулярными занятиями физической подготовкой и спортом;
- осуществлением санитарно-противоэпидемических (профилактических) и лечебно-профилактических мероприятий.



Общие положения об охране здоровья военнослужащих. Оздоровление условий службы и быта военнослужащих.



Основными направлениями деятельности командиров (начальников) по оздоровлению условий службы и быта военнослужащих являются:

- строгое соблюдение санитарных правил и норм, выполнение требований общевоинских уставов по размещению военнослужащих, организации их питания, водоснабжению и другим видам материального обеспечения и бытового обслуживания;
- организация выполнения распорядка дня и регламента служебного времени;
- своевременное и полное доведение до каждого военнослужащего материальных средств согласно установленным нормам довольствия;
- проведение мероприятий по сохранению и восстановлению окружающей среды и обеспечению экологической безопасности в районе расположения воинской части (подразделения).



Второй учебный вопрос



Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом.



Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом.



Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом проводятся в целях повышения устойчивости их организма к различным резким изменениям физических факторов окружающей среды, к условиям, связанным с особенностями военной службы и выполнением боевых задач.



Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом. (продолжение)



Основными способами закаливания военнослужащих являются:

- ежедневное выполнение физических упражнений на открытом воздухе;
- обмывание до пояса холодной водой или принятие кратковременного холодного душа;
- полоскание горла холодной водой, а также мытье ног холодной водой перед отбоем;
- проведение в зимний период лыжных тренировок и занятий, выполнение некоторых работ в облегченной одежде;
- проведение в летний период занятий физической подготовкой и спортивно-массовых мероприятий в облегченной одежде, принятие солнечных ванн и купание в открытых водоемах в свободное от занятий и работ время и в дни отдыха.



Третий учебный вопрос



**Санитарно-противоэпидемические
(профилактические) мероприятия.**



Санитарно-противоэпидемические (профилактические) мероприятия.



Каждый военнослужащий должен заботиться о сохранении своего здоровья, не скрывать болезней, строго соблюдать правила личной и общественной гигиены, воздерживаться от курения и употребления алкоголя, не допускать употребления наркотических средств и психотропных веществ.

Выполнение правил личной гигиены включает:

- утреннее умывание с чисткой зубов;
- мытье рук перед приемом пищи;
- умывание, чистку зубов и мытье ног перед сном;
- своевременное бритье лица, стрижку волос и ногтей;
- принятие гигиенического душа;
- помывку в бане не реже одного раза в неделю со сменой нательного и постельного белья, портянок (носков);
- содержание в чистоте обмундирования и постели, своевременную смену подворотничков.



Четвертый учебный вопрос



Лечебно-профилактические мероприятия.



Лечебно-профилактические мероприятия.



Основными лечебно-профилактическими мероприятиями являются диспансеризация, амбулаторное, стационарное и санаторно-курортное лечение военнослужащих.

В целях предупреждения распространения инфекционных заболеваний лечебно-профилактические мероприятия, проводимые медицинской службой, обязательны для всех военнослужащих.

Диспансеризация включает медицинский контроль за состоянием здоровья личного состава, активное раннее выявление заболеваний, изучение условий военной службы и быта военнослужащих, выявление факторов, отрицательно влияющих на их здоровье, проведение профилактических и лечебно-оздоровительных мероприятий.



Лечебно-профилактические мероприятия. (продолжение)



Роту на медицинское обследование представляет командир роты, на медицинский осмотр - старшина роты.

На медицинских обследованиях личного состава роты обязаны присутствовать все офицеры и прапорщики роты. Они должны сообщать врачу о своих наблюдениях за состоянием здоровья подчиненных.

Результаты медицинских обследований и осмотров личного состава роты врач заносит в медицинские книжки. Военнослужащие, нуждающиеся по состоянию здоровья в диспансерном динамическом наблюдении, берутся на учет и периодически подвергаются контрольным медицинским обследованиям. Командир роты отвечает за полный охват личного состава медицинским обследованием.



Пятый учебный вопрос



Банно-прачечное обслуживание.



Банно-прачечное обслуживание.



Помывка в бане военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, а также проходящих военную службу по контракту, при размещении их в казарме должна производиться не реже одного раза в неделю с одновременной сменой полного комплекта белья и портянок (носков).

При помывке в бане (приеме душа) личный состав обеспечивается мылом, полотенцами и продезинфицированными мочалками.

Время помывки в бане определяется заблаговременно.

Стирка белья производится в прачечных. Порядок стирки устанавливается заместителем командира полка по тылу. При отсутствии прачечных стирку хлопчатобумажного обмундирования разрешается производить самим военнослужащим в специально отведенных и оборудованных для этого помещениях (местах). Сушка обмундирования проводится в сушилках или отведенных для этого местах.