

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Лабинский медицинский колледж»
министерства здравоохранения Краснодарского края

РАССМОТРЕНО

на заседании цикловой комиссии

Протокол № 2 от 10.09.2022

Председатель цикловой комиссии

 Л.А. Калиниченко

«10» 09 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ

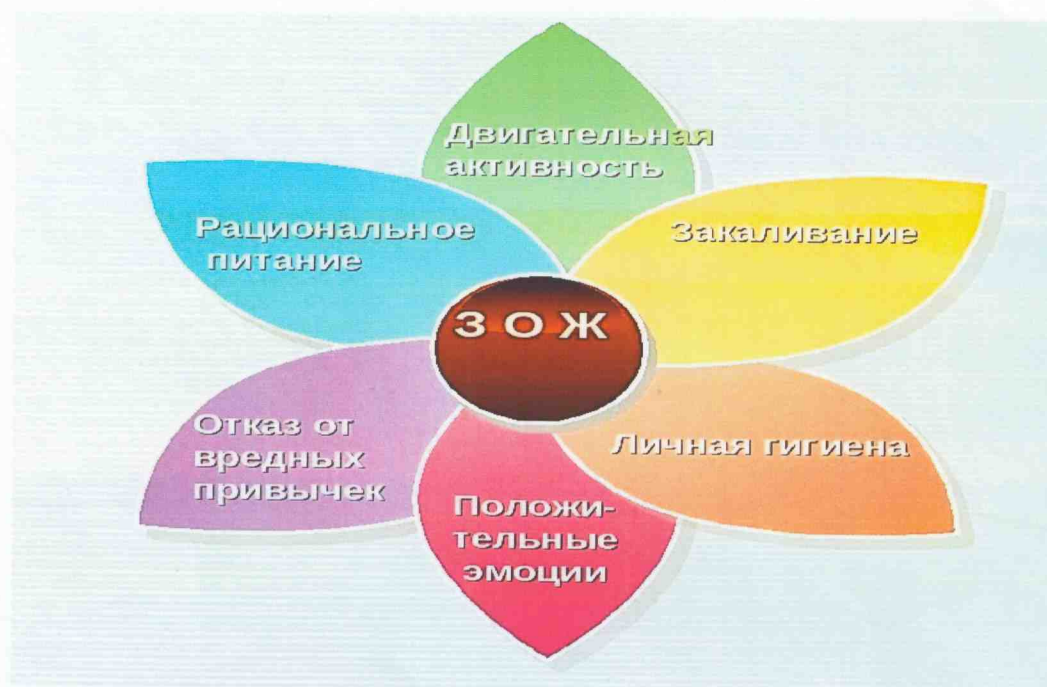
«Лабинский медицинский колледж»

 С.П. Самойлов

«10» 09 2022 г.



Формирование социальных установок на здоровый образ жизни



Автор проекта: Калиниченко Любовь Алексеевна

Исполнители проекта: студенты 3 курса отделения «Сестринское дело»

Тип проекта: Долгосрочный, групповой, творческий.

Сроки проекта: с 2022г. бессрочный

Содержание

<i>№ п/п</i>	<i>Название разделов</i>	<i>Страницы</i>
1.	Краткая аннотация проекта	3-4
2.	Актуальность проекта	5
3.	Цель проекта Задачи проекта	6
4.	Введение	7
5.	Прогнозируемые результаты	8
6.	План реализации проекта	9
7.	Реализация проекта: - «Особенности режима питания беременной женщины» - «Обучение родственников пациентов элементам ухода в домашних условиях» - Элементы ухода за детьми первого года жизни и пропаганда грудного вскармливания «Здоровье матери и ребенка» - Лектор здоровья «СПИД чума 21 века. Не погибни из-за невежества», «Мы против СПИДа»	10 11-14 15-17 18-26 27-38
8.	Выводы	39-40
9	Список используемой литературы	41

Название проекта
«Формирование социальных установок на здоровый образ жизни»

Краткая аннотация проекта

Разработка проекта продиктована стремлением создать максимально благоприятные условия для формирования здоровьесозидающей образовательной среды и духовные потребности обучающихся. Проект охватывает большую аудиторию: младшее, среднее, старшее звено обучающихся.

Социальный проект «Формирование социальных установок на здоровый образ жизни» носит просветительский, творческий характер. Он создан с целью изменения существующего отношения к своему здоровью, через пропаганду здорового образа жизни. Также проект направлен на повышение информированности населения о средствах сохранения здоровья нации и положительной динамики.

Для реализации проекта были определены следующие направления деятельности:

- 1) Исследование факторов влияния на ценностные ориентации, проведение социологических опросов среди населения и формирование через изучение данных факторов отношения к своему здоровью.
- 2) Обучение родственников элементам ухода в домашних условиях и возможность использования как важный инструмент предотвращения ошибок при сочетании с другими ключевыми элементами безопасности малоподвижного пациента.
- 3) Сохранение здоровья беременных женщин и новорожденного ребенка, через формирование особенностей режима, гигиены и питания.
- 4) Повышение информационной осведомленности населения о мерах профилактики ВИЧ-инфекции, как средство сохранения здоровья нации

и положительной динамики в уровне заболеваемости и смертности вследствие данного социально значимого заболевания.

5) Формирование ключевых компетенций: навыков работы в группе, владение различными социальными ролями в коллективе.

6) Сотрудничество с партнерскими учреждениями и организациями для совместной деятельности.

Актуальность проекта

Тема формирования здорового образа жизни очень актуальна, а в наше время особенно, поскольку с каждым годом увеличивается количество людей, имеющих проблемы со здоровьем, вследствие вредных привычек, не рационального питания, не соблюдения правил ухода за детьми раннего детского возраста, пагубно сказываются, как на духовное, так и физическое состояние здоровья населения.

Так как, здоровый образ жизни ведет к процветанию. Все мы от рождения получаем определенный генетический набор, который должен обеспечить достижение максимально возможных жизненных целей. Но реализовать эти возможности на практике и достичь своего жизненного потолка даже в идеальных жизненных условиях могут только здоровые люди, которых среди ведущих здоровый образ жизни существенно больше.

Поэтому необходима смена оздоровительной парадигмы, самого подхода к решению проблем, связанных со здоровьем. Общественное внимание должно переместиться на формирование и пропаганду способов здорового образа жизни, основанных не столько на медицинских, сколько на культурных, социальных и экологических факторах. Чем раньше у населения сформируется мотивация, то есть осознанная необходимость заботиться о своем здоровье, тем здоровее будет каждый конкретный человек и общество в целом.

Цель проекта:

Содействие в формировании у населения сознательной потребности в ведении и пропаганде здорового образа жизни.

Задачи проекта:

- формировать установки на ведение и активную пропаганду здорового образа жизни;
- стимулировать и поддерживать инициативы населения по реализации проекта;
- обучать ответственному отношению к способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- профилактика вредных привычек;
- организовать сотрудничество с медицинскими организациями по пропаганде здорового образа жизни.

Введение

Выбор темы нашего проекта обусловлен социальной значимостью проблемы Здоровья. Здоровье человека - актуальная тема для обсуждения у всех времен и народов.

А в XXI веке проблема Здоровья вышла в разряд первостепенных проблем.

Учеными-педагогами, медиками, социологами и политиками отмечается, что современная социально-экономическая ситуация, падение уровня жизни и экологическое неблагополучие отрицательно сказываются на здоровье всего населения, что вызывает особую тревогу.

По данным Национального Центра проблем формирования здорового образа жизни, сердечно-сосудистые заболевания являются ведущей причиной смерти в мире. В число таких заболеваний входят инфаркт, инсульт, гипертония, пороки сердца и сердечная недостаточность. В Краснодарском крае в 2020 г. диагноз туберкулеза был поставлен 1584 впервые выявленным пациентам, на учете на начало года состояло 4082 пациентов.

Более 40% школьников среднего и старшего возраста курят, до 39% эпизодически употребляют алкоголь, до 17% пробуют наркотические вещества, до 41% вступают в ранние половые контакты. В связи с этим в десятки раз возросло количество венерических заболеваний, в том числе СПИДа среди подростков. По состоянию на 1 января 2021 г. в Краснодарском крае проживает 9,7 тысячи ВИЧ-инфицированных женщин от которых родилось 3892 ребёнка, 155 переведены в разряд ВИЧ-инфицированных.

Это в значительной степени актуализирует роль всех социальных институтов, призванных решать обозначенные задачи. Немаловажная роль среди них принадлежит медицинским образовательным учреждениям.

Прогнозируемые результаты

Результаты работы по данному проекту можно оценить по следующим показателям:

- проведение совместных акций и мероприятий по пропаганде здорового образа жизни с партнерскими учреждениями и организациями;
- развитие социально-коммуникативных навыков и умений необходимых для сохранения здоровья для успешной жизнедеятельности в современном обществе;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни через интеллектуальное самовыражение;
- улучшение знаний населения о ЗОЖ.

План реализации проекта

1 этап. Подготовительный

1. Исследовать факторы влияния на ценностные ориентации, возможные варианты решения проблемы низкой мотивации населения к ведению здорового образа жизни.
2. Определить источники информации (научная и справочная литература, Интернет-ресурсы, беседы с медицинскими работниками, педагогами, обучающимися, родителями, пациентами и их родственниками).

2 этап. Планирование работы

Составить и согласовать организационный план совместных действий с партнерскими учреждениями ГБПОУ КК «Лабинский социально-технический техникум», ГАПОУ КК «Лабинский аграрный техникум» и организациями (ГБУЗ МЗ КК «Лабинская ЦРБ» и МЦ «Портал») по формированию ключевых компетенций в вопросах сохранения и укрепления здоровья, повышению информационной осведомленности населения о социально значимых заболеваниях.

3 этап. Реализация проекта

Реализовать проект в соответствии с разработанным планом действий.

Реализация проекта

На данный момент вопросы пропаганды и профилактики здорового образа жизни являются одними из наиболее приоритетных направлений как в здравоохранения, так и в медицинских колледжах.

Для того, чтобы наиболее эффективно решить поставленные в проекте задачи, необходимы не только усилия педагогических и медицинских работников и обучающихся, но в первую очередь населения.

С этой целью среди обучающихся, родителей, пациентов и их родственников, подростков учебных заведений и школ г. Лабинска были проведены опросы, диспуты, мастер-классы по вопросам: «Здоровье матери и ребенка: особенности режима, гигиены и питания беременной женщины», «Обучение родственников пациентов элементам ухода в домашних условиях: смена памперса, смена постельного белья, перемещение с кровати на кресло-каталку, профилактика пролежней», «СПИД - чума XXI века, Не погибни из-за невежества!».

**«Особенности режима питания беременной женщины»
на базе Женская консультация МБУЗ «Лабинская ЦРБ» МЗ КК**

Дата проведения мероприятия: 14.10.2022 г.

От момента зачатия до 2-летнего возраста ребенка — идет интенсивный рост формирования ребенка.

Именно в это время на фоне максимальной скорости роста и наибольшей пластичности обменных процессов программируется состояние здоровья человека.

Беременность есть физиологическое явление, однако не всегда беременность протекает нормально. Нормальное ее течение во многом зависит от соблюдения беременной правил личной гигиены и питания.

В период внутриутробного развития как недостаточное, так и избыточное поступление пищевых веществ, способны нарушить процессы формирования органов и тканей.

Во время беременности в организме наступает перестройка обменных процессов, поэтому и правильное питание является одним из важнейших условий благоприятного течения и исхода беременности и родов.

Конечно, беременность протекает у всех по-разному: тошнота, тяжесть в желудке, отвращение к некоторым продуктам бывают очень часто, но нельзя утверждать, что при отсутствии тошноты и рвоты беременность протекает неправильно.

В организме происходит процесс «уживания» с новым состоянием, с развитием внутри беременной еще одного живого существа. Надо помочь этому процессу.

Поэтому, мы постараемся дать Вам краткие рекомендации по питанию и гигиеническому поведению во время беременности.

Слайд 1

Вопреки расхожему мнению «есть за двоих» беременная женщина не должна, важны качество и состав пищи.

Питаться надо дробно, понемногу, 5-6 раз в день. 3 основных приема пищи и 2-3 перекуса продуктами рационального питания.

Слайд 2

Если тошнота беспокоит по утрам, то 1-й маленький завтрак следует провести в постели. *Прекрасно, если будущий папа побалуует беременную, а если он не может, то следует поставить у кровати на тумбочку чашку чая с кусочком подсушенного зернового хлеба с сыром, затем прилечь и полежать в кровати позавтракать.*

Слайд 4

Чтобы справиться с изжогой, надо есть понемногу. После еды обязательно походить и не садиться. Прекрасно помогают народные средства, такие как тертая морковь, сотовый мед, щелочная минеральная вода (только без газов). При упорной изжоге можно применять жженую магнезию в порошках, она безвредна, поскольку практически не всасывается и не вызывает последующего повышения кислотности.

Слайд 5

При запорах надо включить в меню продукты, стимулирующие перистальтику кишечника. В первую очередь это хлеб грубого помола с отрубями. К чаю хороши сухие ржаные хлебцы, тоже с отрубями. Рекомендуются каша из цельных круп: овсяная, гречневая, пшеничная, ячневая, перловая. Между едой можно выпить стаканчик компота из чернослива. *Вместо конфет лучше взять несколько ягод тщательно помытого инжира или кураги. Полезны также тушеная морковка или тыква с маслом и сливками.*

Слайд 6

Прекрасно действует блюдо из свеклы. Натощак полезно выпить стакан свежего сока апельсина, винограда, яблок или грейпфрута.

Способствуют опорожнению кишечника кисломолочные биопродукты (бифи-простокваша, био-йогурт, кефир) — они наведут порядок в системе отделения желчи, увеличат эффективность всасывания и усвоения полезных элементов пищи, предупредят дисбактериоз

Слайд 7

Беременность — это удобный случай побаловать себя фруктами, ягодами, зеленью.

Грейпфруты прекращают тошноту у большинства женщин. Также трудно переоценить пользу киви — это настоящая кладовая витамина С, благотворно влияющего на течение беременности. Яблоки (симиренко, антоновка) содержат кислоты, которые очищают кровь, освобождают организм от лишних и вредных продуктов обмена и устраняют этим причины гестоза.

Часто будущим мамам хочется клюквы или моченой брусники. В них содержится бензойная кислота, губительно действующая на микробы, вызывающие воспаление почек и мочевых путей.

Слайд 8

Большую роль в организме играет печень. Она помогает выводить вредные вещества, защищает и поддерживает равновесие в 2 «государствах»: в организме матери и в организме ее крохи. Чтобы печень справилась, не надо нагружать ее сверх меры. Желательны животные белки — это творог, рыба; нежирное мясо — говядина, телятина, кролик, птица; неострый сыр — «суздальский» или «адыгейский». Витамин В6 содержится в печени, мясе, гречневой крупе, фасоли. Витамин Е содержится в муке из зародышей пшеницы — достаточно съедать по 1 столовой ложке 3 раза в день этой муки.

Слайд 9

Витамин D важен для профилактики преждевременных родов и других осложнений беременности. Содержится в рыбе, грибах, молочных продуктах.

Йод способствует нормальному развитию центральной нервной системы плода. Содержится в рыбе, морепродуктах, молочных продуктах. Рекомендуемая доза – от 100 до 250 мкг йода в сутки.

Железо участвует в формировании тканей плода и плаценты, необходимо для профилактики анемии. Содержится в красном мясе, которое лучше варить или готовить на пару, а также в рыбе.

Кальций нужен для формирования скелета плода. Содержится в молочных продуктах. Рекомендуемая доза – 1000 мг в сутки.

Не рекомендуется есть жареную, жирную и острую пищу.

Слайд 10

Уважаемые будущие мамы, настанет долгожданный момент, и Ваш малыш появится на свет. Первые годы жизни ребенка характеризуются интенсивным ростом, развитием и является наиболее важным периодом жизни малыша. Уход и рациональное питание - основа формирования здоровья в детстве и в дальнейшей жизни.

В связи с этим мы подготовили для Вас материал в виде памяток по грудному вскармливанию, как золотого стандарта кормления детей первого года жизни.

Фото отчет
Обучающиеся ГБПОУ «Лабинский медицинский колледж»
проводят лекцию-беседу
«Особенности режима питания беременной женщины»



***«Обучение родственников пациентов элементам ухода в
домашних условиях»***

на базе ГБУЗ «Лабинская ЦРБ» МЗ КК

Дата проведения мероприятия: 29.09.2022 г.

Актуальность:

Безопасность пациентов – это отсутствие предотвратимого вреда, который может быть причинен пациенту в процессе оказания ему ухода, как в стенах стационара, так и при оказании ухода за малоподвижным человеком в домашних условиях.

Обучение родственников может использоваться как важный инструмент предотвращения ошибок при его использовании в сочетании с другими ключевыми элементами безопасности. Для обеспечения устойчивого и существенного повышения безопасности медико-санитарного обслуживания, необходимо привлечь внимание пациентов и их родственников к вопросам ответственности за собственное здоровье и формирование приверженности к лечению и уходу, позволяющие улучшать показатели безопасности.

Обоснование:

Проведение мастер-класса по обучению элементам ухода, создает условия для обучающихся родственников неподвижных пациентов, являясь подспорьем по безопасному уходу в домашних условиях.

Здравствуйте. Сегодня мы проводим Мастер-класс «Обучение родственников пациентов элементам ухода в домашних условиях»

Данный мастер-класс мы проводим с целью создать условия для обучающихся родственников неподвижных пациентов, по безопасному уходу в домашних условиях являясь подспорьем при уходе.

Безопасность пациентов – это отсутствие предотвратимого вреда, который может быть причинен пациенту в процессе оказания ему ухода, как в стенах стационара, так и при оказании ухода за малоподвижным человеком в домашних условиях.

Обучение родственников может использоваться как важный инструмент предотвращения ошибок при его использовании в сочетании с другими ключевыми элементами безопасности. Для обеспечения устойчивого и существенного повышения безопасности медико-санитарного обслуживания, необходимо привлечь внимание пациентов и их родственников к вопросам ответственности за собственное здоровье и формирование приверженности к лечению и уходу, позволяющие улучшать показатели безопасности.

Фото отчет

«Обучение родственников пациентов элементам ухода в домашних условиях»



Обучающаяся проводит мастер-класс «Обучение родственников пациентов элементам ухода в домашних условиях»



Элементы ухода за детьми первого года жизни и пропаганда грудного вскармливания

«Здоровье матери и ребенка»

Дата проведения мероприятия: 09.03.2023 г.

Здравствуйтесь уважаемые мамы, первые годы жизни ребенка характеризуются интенсивным ростом, развитием и является наиболее важным периодом жизни малыша. Уход и рациональное питание - основа формирования здоровья в детстве и в дальнейшей жизни.

Наиболее часто возникают вопросы по элементам ухода и кормлению детей первого года жизни.

В связи с этим студенты отделения «Сестринское дело»: Ажигова Заира, Галюкова Залина, Мурадян Милана помогут Вам разобраться в тонкостях кормления, как золотого стандарта кормления детей первого года жизни и продемонстрируют элементы ухода.

Слайд 2

Закончен сложный, но приятный путь от зачатия до рождения малыша. Перерезана соединявшая мать и дитя пуповина, через которую осуществлялось питание и дыхание маленького чуда. Но связь между ними не прервана. Ведь теперь малыш будет питаться грудным молоком.

Грудное вскармливание – та невидимая нить, которая продолжает связывать маму и кроху после рождения. Оно предназначено природой для питания младенца, поэтому и называется естественным. В современном мире остро стоит вопрос всего естественного и натурального, поэтому врачи ведут пропаганду и борьбу за грудное вскармливание. Мы хотим призвать растить наших деток крепкими и здоровыми, призвать женщин, которые стали или готовятся стать мамами, кормить своих малышек грудью.

Виды вскармливания:

- Естественное вскармливание: ребенок питается исключительно калорийным материнским молоком (допустим прикорм до $\frac{1}{5}$ общего объема пищи);

- Искусственное вскармливание: детские смеси выступают альтернативой грудному молоку;

- Смешанное вскармливание: сочетание грудного молока (как минимум $\frac{1}{5}$ общего объема) с докормом смесями.

Слайд 3

Как мы уже говорили грудное вскармливание, является золотым стандартом в питании детей первого года жизни.

ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

Оптимальным видом питания для ребенка первого года жизни является вскармливание материнским молоком. Оно имеет множество достоинств. Преимущества грудного вскармливания состоят в следующем:

Для ребенка:

- снижается частота и продолжительность диспептических заболеваний;

- обеспечивается защита от респираторной инфекции;

- снижается частота случаев отита и рецидивов отита;

- возможно снижение риска аутоиммунных болезней, таких как сахарный диабет I типа и воспалительные заболевания пищеварительного тракта;

- снижается риск развития аллергии к коровьему молоку;

- возможно снижение риска ожирения в более старшем детском возрасте;

- улучшается острота зрения и психомоторное развитие, что может быть обусловлено наличием в молоке полиненасыщенных жирных кислот, в частности докозагексаеновой кислоты;

- повышаются показатели умственного развития по шкале IQ, что может быть обусловлено присутствующими в молоке факторами или повышенным стимулированием;

- уменьшаются аномалии прикуса благодаря улучшению формы и развитию челюстей. Слайд 4

Для матери:

- раннее начало грудного вскармливания после рождения ребенка способствует восстановлению сил матери после родов, уменьшает риск кровотечения;

- увеличивается период послеродового бесплодия, а, следовательно, и интервал между беременностями, если не используются противозачаточные средства;

- возможно ускорение потери массы тела и возвращение ее к тем значениям, которые были до беременности;

- уменьшается риск рака груди в предклимактерическом возрасте;

- возможно снижение риска остеопороза и переломов бедра в постклимактерическом возрасте.

Слайд 5

Техника кормления является залогом успешного и длительного вскармливания.

А хватает ли малышу молока?

Слайд 6

Оценить достаточность лактации вы можете по следующим признакам:

Признаки достаточности лактации

- ваш малыш хорошо прибавляет в весе;

- проверка на мокрые пеленки: сытый и здоровый младенец мочится от 6 и более раз в сутки;

- спокойное поведение и преобладание положительных эмоций крохи;
- спокойный, длительный сон;
- бархатистая и эластичная кожа, упругие ткани;
- стул от 1 до 6-8 раз в сутки, однородной консистенции, с кислым запахом.

Слайд 7

Для самостоятельной оценки прибавки массы тела и определения необходимого объема питания вашего крохи рекомендую пользоваться следующими расчетами, которые мы предоставим Вам в виде памяток.

Объем питания в сутки:

- от 10 дней до 2 месяцев - $\frac{1}{5}$ от массы тела (600-900мл);
- от 2 до 4 месяцев — $\frac{1}{6}$ (800-1000мл);
- от 4 до 6 месяцев - $\frac{1}{7}$ (900-1000мл);
- от 6 мес. до 1 года - $\frac{1}{8}$ (1000-1100 мл).

Чтобы найти $\frac{1}{5}$, $\frac{1}{6}$, $\frac{1}{7}$, $\frac{1}{8}$ часть от массы, необходимо массу в гр. разделить на 5, 6, 7 и 8 соответственно. Суточный объём питания не должен превышать в первом полугодии 1000 мл, во втором полугодии 1100 мл.

Слайд 8

По мере роста и развития малыша грудное молоко или смесь не смогут в полной мере обеспечить его достаточным количеством энергии, питательных веществ и микроэлементов (железо, цинк и др.).

Также должны развиваться навыки жевания и формироваться восприятие новых вкусов и структуры пищи для развития ребеночка.

Что такое прикорм?

Прикорм — это все продукты, вводимые в рацион детям грудного возраста кроме женского молока или смеси.

С какого возраста?

Ранее 4 месяцев жизни ребенок еще не готов к усвоению иной пищи, чем грудное молоко или детская молочная смесь. К этому возрасту созревает ряд пищеварительных ферментов, формируется достаточный уровень местного иммунитета, что снижает риск развития аллергических реакций, ребенок приобретает способность проглатывать полужидкую и более густую пищу, что обусловлено угасанием «рефлекса выталкивания ложки». Введение прикорма после 6 месяцев может вызвать выраженный дефицит микронутриентов (железа, цинка и др.) и привести к задержке формирования навыков жевания густой пищи. Слишком позднее начало введения разнообразных продуктов повышает риск развития аллергических реакций. Помните, что сроки введения прикорма устанавливаются индивидуально, с учетом готовности ребенка к восприятию новой пищи.

- Первый прикорм нужно вводить не ранее 17 недели, и это начало 5 месяца

Не позднее 26 недели, это начало 6 месяца.

Но схему и сроки введения продуктов прикорма все же обсудить с врачом, который ребенка наблюдает и знает его индивидуальные особенности развития и состояния здоровья.

Слайд 9

Первый прикорм, с чего начинать?

Если ребенок развивается нормально и имеет хорошую прибавку в весе, или даже чрезмерную, тогда необходимо начинать с однокомпонентного овощного пюре.

Не рекомендуют начинать с фруктового прикорма, т.к. деткам нравится сладкое и они отказываются от «не вкусных» овощных пюре.

Но, тем не менее, соки являются обязательным продуктом прикорма!

Слайд 10

Соки являются источником водорастворимых витаминов.

Обычно первыми соками, с которыми знакомится ребенок, являются гипоаллергенные монокомпонентные соки промышленного производства – яблочный или грушевый.

Не рекомендуют виноградный сок до года.

Рекомендуемые продукты прикорма и блюда смотрите в памятке!

Слайд 11

Если ребенок не достаточно хорошо набирает вес?

Тогда начинаем с безглютеновой каши (гречневая, рисовая, кукурузная, и

Слайд 12

Таблицы так же мы предоставим Вам в виде памяток

Слайд 13

И в завершении о прикормах рассмотрим основные правила введения прикорма

Правила введения прикорма

- Прикорм необходимо вводить постепенно, в течении 1-2 недель, начиная с 6-10 гр. (1/2, 1, 1.5 и т.д.) при этом новый продукт следует давать перед кормлением грудью или смесью;

- Новый прикорм давать в первой половине дня, чтобы оценить реакцию на введение;

Предпочтение отдавать прикормам промышленного производства;

- Начинать с монокомпонентных каш, пюре;

- Каждый новый продукт добавляем в течение 4-5 дней;

- НЕ ВВОДИТЬ прикорм, если ребенок болен и в период проведения профпрививок!

Калиниченко Л.А.:

А сейчас студенты отделения Сестринского дело, продемонстрируют Вам элементы ухода за детьми первого года жизни!

Слайд 15

За первый год жизни ребенок делает гигантский скачок в своем физическом и эмоциональном развитии (представьте только, что его мозг увеличивается в 1,5 раза!). Но и родители многому учатся, особенно если малыш — первый. «Как ухаживать за ушками, носиком, глазками — это, конечно, очень важно, и мы об этом рассказываем обязательно.

Элементы ухода за детьми:

- Подмывание грудного ребенка;
- Проведение утреннего туалета грудного ребенка;
- Пеленание свободное (для дома).

Фото отчет

Обучающиеся ГБПОУ «Лабинский медицинский колледж»
демонстрируют элементы ухода и принципы рационального питания
детей раннего детского возраста





Лектор здоровья
«СПИД чума 21 века. Не погибни из-за невежества»

Дата проведения мероприятия: 01.12.2022 г. ГАПОУ КК «Лабинский аграрный техникум».

Дата проведения мероприятия: 01.012.2023 г.

на базе ГБПОУ КК «Лабинский социально – технический техникум»

Калиниченко Л.А.

Дорогие ребята, мальчики и девочки, нет, девушки и юноши!

Один раз в году - 1 декабря - наступает день, когда о СПИДе вспоминают все. Это Всемирный день борьбы со СПИДом. По этому поводу мы проводим наше мероприятие.

Вы уже не дети и ещё не взрослые, вы, юные. Вы находитесь сейчас в том периоде, когда вас подстерегает много опасностей. Вам придётся принимать решения, от которых зависит ваше будущее, ваша жизнь.

Вам кажется, что родители и мы, преподаватели, по отношению к вам проявляем излишнюю опеку, читаем скучные нравоучения. Сегодня с вами будут говорить ваши ровесники. Будьте внимательными и благодарными зрителями. Знания никогда не бывают лишними. Возможно, сегодня или завтра, или через несколько лет, они помогут вам принять правильное решение.

Ведущий 1

Сегодня наша планета стоит на краю катастрофы.

ВИЧ – инфекция регистрируется на всей территории РФ.

✓ За 9 месяцев 2021 года РФ зарегистрировано- 54.423 –новых случаев ВИЧ

✓ умерло 23.319 человек

✓ распространенность в Краснодарском крае 317,7 на 100 тыс. населения.

По состоянию на 1 января 2021 г. в Краснодарском крае проживает 9,7 тысячи ВИЧ-инфицированных женщин от которых родилось 3892 ребёнка, 155 переведены в разряд ВИЧ-инфицированных.

Ведущий 2

Что знает молодёжь об этом страшном недуге? Как уберечь себя и своих близких от заражения, откуда черпают знания? На эти и некоторые другие вопросы мы постараемся сегодня получить ответы.

(Звонят колокола) (слайд ангел благая весть)

Чтец 1. Вы слышите? Звонят колокола!

Чтец 2. Они как будто бы несут благую весть!

Чтец 1. Быть может прославляют нашу землю?

Чтец 2. Или венчанье двух сердец!

Чтец 1. Да нет же! Человек родился, новый на земле! Вот и звонят колокола!

(слайд ребёнок родился, красота природы)

Чтец 2. Он видит и море и небо!

Чтец 1. Он тянется к свету, ни к мгле!

Чтец 2. Человек родился!!!

Чтец 1. Человек родился!!!

Вместе: Родился человек!!!

Чтец 1. Каждую секунду на Земле рождается человек.

Он приходит на нашу Землю созидать и творить...

Чтец 2. Растить детей...

Чтец 1. Приумножать земные богатства...

Чтец 2. Жить и любить!!!

Чтец 1. Потому что любовь – это жизнь.

Вместе: А жизнь – это любовь!!!

Чтец 1. Любви порыв не ведает стыда!

Чтец 2. Любовь приходит вдруг и неоткуда,

Чтец 1. Так было, есть и будет так всегда,

Вместе: а потому бессмертно это чудо!

Чтец 2. Жизнь полна чудес и прекрасна, но рядом с прекрасным ходит зло, которое калечит человеческие судьбы, уносит их жизни.

Видео «Исповедь больного ВИЧ»

Ведущий 2

ВИЧ-инфекция, подобно пожару, охватила все континенты. За необычайно короткое время она стала проблемой номер один в мире, оттеснив на второе место рак и сердечно - сосудистые заболевания.

Ведущий 1

Пожалуй, ни одна болезнь не задавала ученым такие серьезные загадки за столь незначительный срок. Война с вирусом СПИДа ведется на планете с нарастающими усилиями. Ежемесячно в мировой научной прессе публикуются новые сведения о ВИЧ-инфекции, и её возбудителе, которые часто заставляют коренным образом менять точку зрения на патологию этого заболевания.

Ведущий 2

Эмблемой Всемирного дня борьбы со СПИДом – является Красная ленточка, которая была принята в августе 1987 Джеймсом В. Бунном и Томасом Неттером, двумя сотрудниками Всемирной организации здравоохранения в Женеве.

Раздают красные ленточки, как символ борьбы со СПИДом.

Ведущий 1

СПИД - одна из важнейших и трагических проблем, возникших перед всем человечеством в начале XXI века. Синдром приобретенного иммунного дефицита (СПИД) представляет собой заболевание вирусной этиологии, протекающее с поражением иммунной и нервной систем и проявляющееся развитием тяжелых инфекционных поражений и злокачественных новообразований.

Ведущий 2

Гипотезы происхождения ВИЧ:

1-я гипотеза – большинство исследователей склоняются к мысли, что заболевание возникло в Африке, а затем распространилось на другие территории (США и страны Европы). Согласно африканской гипотезе предшественником ВИЧ могли быть близкородственные вирусы приматов. В Африке были выявлены очаги, где у обезьян достаточно широко распространялся вирус, сходный с вирусом иммунодефицита человека.

Ведущий 1

2-я гипотеза – вирус мог приспособиться к жизни в человеческом организме благодаря широкому использованию таких научных достижений XX века, как пересадки органов и других открытий в медицине, которые могли способствовать формированию как более слабых, так и более опасных форм вируса.

Ведущий 2

История возникновения ВИЧ.

Впервые симптомы СПИДа были зарегистрированы в 1978 г. у нескольких пациентов в США, Швеции и на Гаити.

В 1983г. Люк Монтанье из Института Пастера (Франция) открыл вирус иммунодефицита человека

Первый случай ВИЧ в СССР был зарегистрирован в 1987 г.

В Лабинске первый случай ВИЧ-инфекции был выявлен спустя 10 лет.

Ведущий 1

И еще мы хотели бы добавить, что права ВИЧ-инфицированных ничем не отличаются от прав иных категорий граждан: они также имеют право на оказание медицинской помощи, на свободу труда, на получение образования, на личную и семейную тайну и т.д.

Государство гарантирует ВИЧ-положительным гражданам:

- доступность медицинского освидетельствования
- бесплатное предоставление всех видов медицинской помощи, медикаментов
- возможность получения образования, трудоустройства

Ведущий 2

Но ВИЧ-положительные лица имеют также и обязанности:

За заражение другого человека ВИЧ-инфекцией или постановление его в опасность заражения ВИЧ-инфекцией в значительном числе государств предусматривается уголовная ответственность. В России соответствующие меры наказания предусматриваются статьёй.

Ведущий 1

А сейчас мы с вами проведём наглядную игру-опыт под названием «молодёжная тусовка». Мы приглашаем выйти сюда 6 студентов.

(Раздаются стаканчики с водой, на опыт даётся время - 3 мин)

Условие

Вам даётся 3 минуты, чтобы вступить в контакт со своими сокурсниками. Вступая в контакт, вы должны перелить немного воды из своего стаканчика в стакан соседа. По истечении 3 минут игра будет остановлена для дальнейшего опыта.

Готовы?

Начали ... (звучит молодёжная музыка).

Это опыт необычный. На его примере мы хотели показать, как может распространяться инфекция в окружающей среде. В один из стаканов мы условно «поместили» вирус (в воде растворили крахмал), и с какой скоростью он распространился, мы наглядно увидим. В каждый из ваших стаканчиков мы капнем йод. Если произойдёт реакция и вода окрасится в фиолетовый цвет, это значит, что вы заразились. Так что всегда будьте бдительны и внимательны!

Ведущий 2

А теперь давайте выясним вашу информированность по ВИЧ/СПИД. Информирован значит вооружен. Ребята, пожалуйста, будьте поактивнее, желающие участвовать поднимаем руки!

И так, расшифруем аббревиатуру ВИЧ,.... СПИД...

Продолжаем отвечать на вопросы в формате «Да» или «Нет».

№	Утверждение	да	нет
1	ВИЧ-инфекция – это медленно прогрессирующее вирусное заболевание иммунной системы, приводящее к ослаблению иммунной защиты человека.		
2	СПИД – это состояние, при котором организм человека не в силах бороться с инфекционными заболеваниями.		
3	ВИЧ-инфекция может передаваться с укусами некоторых насекомых.		
4	Зараженного ВИЧ человека можно «определить» по внешнему виду.		
5	ВИЧ передается через кровь, при половых контактах, от матери к ребенку (при беременности, родах и грудном вскармливании)		
6	Период окна – период, когда ВИЧ присутствует в организме человека, однако анализы на ВИЧ показывают отрицательный результат.		
7	ВИЧ можно заразиться в бассейне, в душевой, в бане.		
8	ВИЧ-инфекцию можно вылечить.		
9	Можно ли заразиться ВИЧ при совместном с ВИЧ-инфицированным использовании бытовых предметов: расчески, одежды, полотенца и т.д.		
10	Противозачаточные таблетки могут предотвратить передачу ВИЧ.		
11	Распространенными признаками ИППП являются зуд/жжение половых органов, необычные выделения из половых органов.		
12	ВИЧ может передаваться воздушно-капельным путем.		
13	Человек может длительно болеть ВИЧ-инфекцией и ИППП и не подозревать об этом.		
14	Вирусные гепатиты – группа инфекций, вызываемых вирусами и сопровождающихся воспалением печени.		
15	Против гепатита С существует надежная защита – вакцина.		
16	Могут ли ИППП привести к бесплодию.		
17	Если у человека обнаружены ВИЧ-инфекция или ИППП, лечение следует проводить обоим партнерам.		
18	Существует три пути инфицирования вирусным гепатитом С: половой, через кровь, от матери к ребенку (при беременности, родах и грудном вскармливании).		
19	Законом РФ не предусматривается уголовная ответственность если одно лицо подвергает риску заражения ИППП или ВИЧ-инфекцией другое.		
20	Чем раньше начато лечение ИППП, тем лучше результат и меньше осложнений.		

Примечание:

Ответы: 1-да, 2-да, 3-нет, 4-нет, 5-да, 6-да, 7-нет, 8-нет, 9-нет, 10-нет, 11-да, 12-нет, 13-да, 14-да, 15-нет, 16-да, 17-да, 18-да, 19-нет, 20-да.

И так закрепим:

Пути передачи вируса:

- при половом контакте с больным СПИДом или зараженным ВИЧ, чаще при половых извращениях;
- в результате использования для инъекций не стерильных шприцев путем введения крови или ее препаратов, содержащих вирус
- от беременной женщины, зараженной СПИДом, к ее ребенку.

Вирус не передается: (Озвучивают через одного)

- через воздух;
- при разговоре, кашле и т. п.;
- при пользовании общей посудой;
- через рукопожатие;
- через поцелуй;
- через пищу;
- через предметы домашнего обихода;
- при купании в бассейне, душе;
- через спортивные предметы;
- через общение с домашними животными;
- через укусы насекомых;
- при уходе за больными.
-

Подчеркиваем: Ни одного случая заражения СПИДом не возникло при бытовых контактах или при контактах на работе.

Ведущий1

– Каковы признаки (симптомы) СПИДа?

Основные симптомы:

- Навязчивый сухой кашель.
- Длительная, более трех месяцев, лихорадка (повышение температуры) непонятного происхождения.
- Увеличение лимфоузлов (кроме паховых).
- Резкое снижение веса.
- Длительная диарея.
- Частые головные боли, слабость, снижение памяти и работоспособности.
- Воспаление слизистой оболочки полости рта, беловатый налет, язвы.
- Необъяснимое снижение зрения и слепота.
- Потливость ночью.

Ведущий 2

– Болезнь не щадит никого, но есть поговорка «Береженого Бог бережет».

Как предохранить себя от заражения ВИЧ инфекцией?

Ведущий 1

Для того, чтобы уберечься от заражения, необходимо:

- Избегайте вступления в ранние и незащищённые половые отношения
- Не употребляйте психоактивные, наркотические веществам.
- Будьте внимательны во время проведения любых манипуляций, связанных с повреждением кожных покровов (в поликлиниках, больницах, тату-, пирсинг-салонах, косметологических центрах).
- Регулярно проходите тестирование на **ВИЧ** (вместе с половым партнером).

Ведущий 2

Половые контакты – наиболее распространенный путь передачи вируса.

- Поэтому надежный способ избежать заражения при случайных половых отношениях – использование презерватива. Применение презерватива практически исключает прямое попадание через слизистые оболочки половых органов зараженной спермы или вагинальной жидкости.

- Внутривенное употребление наркотиков не только вредно для здоровья, но и значительно повышает риск заражения ВИЧ. Часто лица, вводящие внутривенно наркотики, используют общие иглы и шприцы.

- Использование любого инструментария, (шприцы, системы для переливания крови и т. д.) как в медицинских учреждениях, так и в быту (маникюр, педикюр, татуировки, бритье и т. п.), где может содержаться кровь человека, зараженного вирусом, требует их стерилизации.

- При любых возникших у вас подозрениях обратитесь к врачу.

Ведущий 2

– Существуют ли эффективные методы лечения СПИДА на сегодняшний день? Какие исследования ведутся в этом направлении?

Лечение СПИДа может быть:

- этиологическим (уничтожение или замедление размножения в организме вируса)
- патогенетическим (стимулирование иммунитета)
- симптоматическим (лечение сопутствующих заболеваний).

К сожалению, достаточно эффективных методов лечения СПИДа пока нет. Получены лишь препараты, способные затормаживать, размножение вируса. Есть лекарства, оказывающие стимулирующее воздействие на иммунитет. Лечение сопутствующих заболеваний малоэффективно, поскольку человек постоянно живет в среде, где находится множество микроорганизмов, способных вызвать на фоне иммунодефицита то или иное заболевание. Учитывая все это, основным средством борьбы со СПИДом остается профилактика.

Ведущий 1

Подводя итоги, можно сделать вывод:

- СПИД – опасное и коварное заболевание, которое вызывается вирусом иммунодефицита
- СПИД распространяется из-за нашего невежества, а также нежелания изменить нормы своего поведения;
- лозунг «Не погибни из-за невежества!» должен стать реальностью и нормой жизни.

Фото отчет

Вручение грамот от МКУ МЦ «Портал»



Проведение наглядной игры-опыта под названием «молодёжная тусовка»



Раздача обучающимся ГБПОУ «Лабинский медицинский колледж»
участникам мероприятия красных ленточек, как символа борьбы с ВИЧ-
инфекцией



Выступление главного специалиста МКУ МЦ «Портал»



Выводы

На промежуточных этапах реализации проекта определены и детально изучены не благоприятные факторы влияния на здоровье населения и сформированы основные направления дальнейшей деятельности. Проведенные за 12 месяцев реализации проекта различные мероприятия и акции способствовали росту информированности населения и подростков по здоровому образу жизни.

Посредством реализации запланированной программы мероприятий были достигнуты следующие результаты:

- сформированы установки на ведение здорового образа жизни, на развитие личностных качеств, необходимых для успешной жизнедеятельности в современном обществе;
- повышена ответственность отношения к способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья и отказа от вредных привычек;
- налажено сотрудничество с медицинскими организациями по формированию ключевых компетенций в вопросах сохранения и укрепления здоровья, повышению информационной осведомленности населения о социально значимых заболеваниях.

С этой целью среди обучающихся, родителей, пациентов и их родственников, подростков учебных заведений и школ г. Лабинска были проведены опросы, диспуты, мастер-классы по вопросам: «Здоровье матери и ребенка: особенности режима, гигиены и питания беременной женщины», «Обучение родственников пациентов элементам ухода в домашних условиях: смена памперса, смена постельного белья, перемещение с кровати на кресло-каталку, профилактика пролежней», лектор здоровья «СПИД - чума XXI века, Не погибни из-за невежества!».

Основным итогом совместных мероприятий с учреждениями и организациями ГБУЗ МЗ КК «Лабинская ЦРБ» и МЦ «Портал» по формированию здорового образа жизни является осознание участниками процесса, что каждый человек должен проявлять индивидуальный и творческий подход к своему здоровью.

Таким образом, представляется необходимым продолжение работы в направлении формирования ценностных представлений о здоровом образе жизни, создания установки на сознательное отношение населения к своему здоровью, ключевым элементам безопасности, через пропаганду здорового образа жизни и возможность практически повлиять на осознанный выбор в пользу жизненных установок и ценностных ориентиров.

Учитывая актуальность направления, данный проект мы будем продолжать и расширять.

Список используемой литературы

1. Баслаева Н.М., Савкин В.М. здоровье нации: стратегия и тактика (о проблемах здравотворчества в регионах России) // Валеология. 2021., № 2, с. 35 – 37.
2. Дробижева Л.Н., директор института социологии РАН. Ценность здоровья и культура нездоровья в России, 2020.
3. <http://spkurdymov/narod.ru/Drobizheva3.htm>