**Перечень вопросов для подготовки к зачёту по дисциплине**

**«Гигиена и экология (общая)» для студентов факультета высшего сестринского образования**

Введение. Здоровье населения и окружающая среда. Основы экологии человека.

Введение. Гигиена - основная профилактическая дисциплина. Предмет и содержание гигиены. Основные понятия, цели, объекты, методы, задачи. Исторические этапы развития гигиены. Здоровье, понятие, концепции здоровья. Основы профилактики. Первичная, вторичная, третичная профилактика. Законодательные уровни профилактики. Гигиеническое нормирование. Гигиеническая диагностика: принципы, этапы. Окружающая среда и здоровье человека. Экология, основные законы. Эколого-гигиеническое нормирование. Здоровый образ жизни, принципы организации. Основы законодательства РФ по вопросам охраны окружающей среды и рационального природопользования. Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населении». Основные положения Национального плана действий по гигиене окружающей среды. Воздушная среда и ее гигиеническое значение. Физические свойства воздушной среды (атмосферное давление, температура, скорость движения воздуха, влажность и т.д.). Атмосферный воздух и воздух помещений: общая характеристика, источники загрязнения, влияние на здоровье населения. Мероприятия по охране атмосферного воздуха. Солнечная радиация: спектр, биологическое действие, инсоляция. Требования к естественному освещению помещений, показатели, нормативы. Климат и погода. Метеотропные реакции, меры профилактики. Гигиена воды и водоснабжения. Эколого-гигиеническое значение гидросферы. Физиолого-гигиеническое значение воды. Химический состав воды и эндемические заболевания. Инфекционные и паразитарные заболевания, передающиеся через воду. Источники водоснабжения, их сравнительная гигиеническая характеристика. Принципы охраны водоисточников. Методы и средства улучшения качества питьевой воды. Современные критерии качества питьевой воды. Гигиеническое значение почвы. Состав, свойства почвы. Химический состав почвы и передача вредных веществ по биологическим цепям. Биологические факторы и почва. Самоочищение почвы.

Гигиена лечебно-профилактических учреждений

Основные задачи больничной гигиены. Современные гигиенические проблемы больничного строительства. Гигиенические требования к размещению больниц и планировке больничного участка. Системы застройки больниц, зонирование больничного участка. Гигиенические требования к планировке и оборудованию приемного отделения, палатной секции, лечебно-диагностических отделений (операционного блока, рентгенологических и радиологических отделений). Планировка и режим работы в терапевтическом, хирургическом, детском, акушерском и инфекционном отделениях больниц. Система санитарно-гигиенических мероприятий по созданию охранительного режима и благоприятных условий пребывания больных в лечебном учреждении. Микроклимат, показатели естественной и искусственной освещенности, типы инсоляционного режима, источники загрязнения воздуха больничных помещений. Способы санации воздуха. Элементы санитарного благоустройства больниц- отопление, вентиляция, водоснабжение, канализация, их гигиеническая оценка. Санитарные правила спуска и очистки больничных сточных вод, сбор и удаление медицинских отходов. Внутрибольничные инфекции. Определение, классификация, структура, источники. Характеристика возбудителей, путей и факторов передачи. Гигиенические аспекты профилактики внутрибольничных инфекций. Планировочные, санитарно-технические и дезинфекционные мероприятия. Санитарно-гигиенический и противоэпидемический режим больницы.

Гигиена труда и охрана здоровья работающих

Основы гигиены труда. Профессиональные вредности в условиях производства, классификация. Критерии оценки тяжести и напряженности труда. Утомление и переутомление. Шум, вибрация, электромагнитные поля, промышленная пыль, влияние на организм, меры профилактики. Понятие о промышленных ядах, путях их поступления в организм, метаболизме, путях выведения. Понятие о профессиональных отравлениях и заболеваниях. Система оздоровительных мероприятий на производстве.

Радиационная гигиена

Ионизирующее излучение. Биологическое действие ионизирующей радиации. Характеристика основных видов излучения (альфа-, бета-, гамма-, рентгеновского). Факторы, определяющие радиационную опасность. Нормы радиационной безопасности. Основы санитарно-гигиенического нормирования в области радиационной гигиены. Облучение населения природными источниками ионизирующих излучений. Охрана окружающей среды от радиоактивных загрязнений. Особенности профессиональной деятельности и радиационная безопасность медицинского персонала, работающего с источниками ионизирующих излучений. Радиационная безопасность пациентов при диагностике и лечении с использованием источниками ионизирующих излучений.

Гигиена детей и подростков

Основные проблемы гигиены детей и подростков. Закономерности роста и развития детского организма как основа нормирования среды обитания детей и подростков. Принципы нормирования факторов окружающей ребенка среды. Возрастные анатомо-физиологические особенности органов и систем детского организма. Состояние здоровья детей и подростков. Влияние экологических, социально-гигиенических и внутришкольных факторов на состояние здоровья. Школьные болезни, причины, профилактика. Показатели индивидуального здоровья детей и здоровья детских коллективов. Группы здоровья. Физическое развитие как показатель здоровья населения. Методы оценки физического развития (сигмальный, регрессионный, центильный и др.). Оценка уровня биологического развития комплексными методами. Гигиена учебных занятий в школе. Адаптация детей к учебному процессу в начале обучения. Гигиенические принципы организации учебного процесса, требования к организации урока, учебного дня и учебной недели. Гигиенические требования к учебным пособиям и техническим средствам обучения. Профилактика нарушений состояния здоровья при работе на персональных компьютерах. Профилактика утомления. Гигиенические основы режима дня. Основные режимные моменты, их последовательность и продолжительность для детей школьного возрастов.

Питание и здоровье человека

Питание как фактор здоровья человека. Понятие о рациональном питании, законы, принципы, нормы. Методы оценки адекватности питания. Понятие о пищевом статусе. Концепции питания человека, их гигиеническая оценка. Белки, жиры, углеводы: источники, гигиеническое значение, суточная потребность. Витамины, их биологическое значение, суточная потребность, источники. Гипо-, гипервитаминозы, причины, профилактика. Минеральные вещества (макро- и микроэлементы), их роль в питании, источники, суточная потребность. Понятие об алиментарных заболеваниях. Методика расследования и профилактика. Эколого-гигиенические аспекты питания. Чужеродные химические вещества в продуктах питания, степень их опасности для здоровья человека, пути детоксикации.