

МІЖРЕГІОНАЛЬНА  
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



МАУП

**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**  
дисципліни  
**“ОСНОВИ МЕДИЧНИХ ЗНАНЬ”**  
(для бакалаврів)

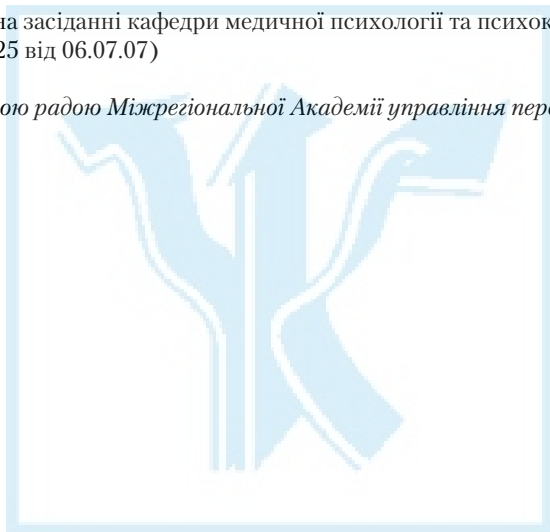
МАУП

Київ 2008

Підготовлено доцентом кафедри медичної психології та психокорекції  
*В. А. Траченко*, викладачем кафедри медичної психології та психокорекції  
*Л. Г. Тарасенко*

Затверджено на засіданні кафедри медичної психології та психокорекції  
(протокол № 25 від 06.07.07)

*Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом*



**Траченко В. А., Тарасенко Л. Г.** Навчальна програма з дисципліни “Основи медичних знань” (для бакалаврів). – К.: МАУП, 2008. – 22 с.

Навчальна програма містить пояснювальну записку, тематичний план, зміст дисципліни “Основи медичних знань”, питання для самоконтролю, вказівки до виконання контрольної роботи, теми контрольних робіт, а також список літератури.

© Міжрегіональна Академія  
управління персоналом (МАУП),  
2008

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

**Мета** вивчення дисципліни “Основи медичних знань”:

1. Засвоєння студентами теоретичних основ і сучасних принципів охорони здоров'я; методів вивчення та оцінки стану здоров'я населення у взаємозв'язку з чинниками, що на нього впливають; організації діяльності закладів охорони здоров'я, методів аналізу та оцінки якості надання медичної допомоги населенню; технологій розробки управлінських рішень, спрямованих на поліпшення стану здоров'я населення та якості медичної допомоги.

Це передбачає вивчення законодавчих та організаційних основ функціонування й методів оцінки діяльності основних галузей (підсистем) і закладів охорони здоров'я, взаємодії між ними та суміжними немедичними галузями, основ управління системою охорони здоров'я.

2. Сформувати у студентів глибоке розуміння необхідності підтримки здорового способу життя, допомогти здобути глибокі знання в галузі педагогічної, медичної та психологічної валеології, навчити їх практично застосовувати набуті вміння і навички у своїй педагогічній діяльності з метою профілактики захворювань, рекреації та оптимізації здоров'я особистості, орієнтації її на здоровий спосіб життя; сформувати у дітей свідоме та відповідальне ставлення до індивідуального здоров'я та здоров'я нації.

Курс має міждисциплінарний характер і поєднує педагогічний, медико-психологічний, соціальний, методично-фізіологічний та юридичний компоненти.

В результаті засвоєння курсу студенти повинні *знати*:

- основні завдання, методи і принципи валеології;
- сутність поняття “здоровий спосіб життя”;
- вплив зовнішніх та внутрішніх факторів на здоров'я людини;
- основи раціонального харчування;
- основи психічного здоров'я та самопсихотерапії;
- причини ризику та основи профілактики різних соматичних і психосоматичних захворювань.

У процесі вивчення курсу використовуватимуться як традиційні форми занять — лекції та практичні заняття, так і нетрадиційні — дискусії, зустрічі з лікарями, хворими чи пацієнтами. Вивчення дисципліни передбачає написання рефератів, підготовку доповідей, самостійну науково-дослідну роботу студентів, що сприятиме ґрунтовному осмисленню теоретичного матеріалу.

Основна дидактична мета практичних занять — розширення, поглиблення і деталізація наукових знань, отриманих на лекціях та у процесі самостійної роботи і спрямованих на підвищення рівня засвоєння навчального матеріалу, прищеплення умінь і навичок, розвиток наукового мислення та усного мовлення студентів.

Студенти, згідно з тематичним планом проведення практичних занять, самостійно опрацьовують лекційний матеріал та рекомендовану літературу з відповідної теми, готують в разі потреби, необхідні дидактичні матеріали та виконують домашні завдання.

На практичних заняттях формуються вміння визначати рухову активність та складати індивідуальні оздоровчі програми. Студенти ознайомлюються із сучасними методиками діагностики здоров'я та щоденниками самоконтролю.

Зміст самостійної роботи студента визначається навчальною програмою, методичними матеріалами, завданнями та вказівками викладача. Викладач визначає обсяг самостійної роботи, узгоджує її з іншими видами навчальної діяльності, розробляє методичні засоби проведення поточного та підсумкового контролю, аналізує результати самостійної навчальної роботи кожного студента.

Самостійна робота студента забезпечується системою навчально-методичних засобів: підручниками, навчальними та методичними посібниками, конспектом лекцій викладача, практикумом, таблицями, схемами тощо.

**ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**  
**дисципліни**  
**“ОСНОВИ МЕДИЧНИХ ЗНАТЬ”**

№ пор.	Назва змістового модуля і теми
1	2
1	<b>Змістовий модуль I. Соціальна медицина та організація охорони здоров'я</b> Соціальна медицина та організація охорони здоров'я. Визначення. Предмет, зміст. Історія охорони здоров'я в Україні
2	<b>Змістовий модуль II. Основи організації та управління охороною здоров'я</b> Система охорони здоров'я в Україні. Види систем охорони здоров'я

1	2
3	Принципи та організація лікувально-профілактичної допомоги
4	Етичні гарантії права на охорону здоров'я, медичну допомогу і медичне страхування
5	<b>Змістовий модуль III. Здоров'я населення</b>
6	Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я
7	Адаптація. Фактори, що впливають на здоров'я людини
7	Здоров'я і хвороба – єдність протилежностей
8	<b>Змістовий модуль IV. Гігієна та організація санітарно-епідеміологічної служби</b>
9	Загальна гігієна як галузь медичної науки та практики охорони здоров'я
9	Природне і соціальне в житті людини. Профілактика
10	Екологія і здоров'я
11	<b>Змістовий модуль V. Валеологія – наука про здоровий спосіб життя</b>
11	Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві. Фізичне здоров'я індивіда
12	Чинники здоров'я. Спосіб життя. Довголіття і здоров'я
13	<b>Змістовий модуль VI. Харчування і здоров'я. Соціальні умови здоров'я</b>
13	Характеристика основних нутрієнтів та баластних речовин
14	Основні поняття наркології. Профілактика і шляхи запобігання шкідливим звичкам
15	<b>Змістовий модуль VII. Рухова активність і здоров'я</b>
15	Методологічні передумови фізичної культури та її фізіологічні основи
16	Місце фізичної культури у підтриманні та зміцненні рівня здоров'я
17	<b>Змістовий модуль VIII. Раціональна організація життєдіяльності</b>
17	Методологічні основи і фактори раціональної організації життєдіяльності людини
18	Аналіз державної політики в галузі охорони здоров'я
Разом годин: 81	

**ЗМІСТ**  
**дисципліни**  
**“ОСНОВИ МЕДИЧНИХ ЗНАТЬ”**

**Змістовий модуль I. Соціальна медицина та організація охорони здоров'я**

**Тема 1. Соціальна медицина та організація охорони здоров'я. Визначення. Предмет, зміст. Історія охорони здоров'я в Україні**

Соціальна медицина та організація охорони здоров'я. Визначення. Предмет, зміст, завдання. Охорона здоров'я як складна соціально-економічна система та специфічна галузь народного господарства. Головне призначення соціальної медицини та управління охороною здоров'я як науки і навчальної дисципліни — оцінка критеріїв суспільного здоров'я і якості медичної допомоги, їх оптимізація.

Об'єкти медико-соціальних досліджень (групи осіб, населення адміністративної території; окремі заклади (поліклініки, стаціонари, діагностичні центри, спеціалізовані служби; органи охорони здоров'я; об'єкти навколишнього середовища; загальні і специфічні фактори ризику різних захворювань). Історія охорони здоров'я в Україні (три етапи побудови центральних органів управління охороною здоров'я).

*Література [7; 9; 14; 15; 21; 23–26; 28; 36; 39; 54; 55; 60]*

**Змістовий модуль II. Основи організації та управління охороною здоров'я**

**Тема 2. Система охорони здоров'я в Україні. Види систем охорони здоров'я**

Охорона здоров'я як система заходів, спрямованих на забезпечення збереження і розвитку фізіологічних і психологічних функцій, оптимальної працездатності та соціальної активності людини при максимальній біологічно можливій індивідуальній тривалості життя. Види систем охорони здоров'я. Основні завдання Міністерства охорони здоров'я України. Виконання закладами охорони здоров'я експертних функцій щодо: а) експертизи тимчасової непрацездатності громадян;

б) військово-лікарської експертизи; в) судово-медичної і судово-психіатричної експертизи; г) патолого-анатомічних розтинів трупів.

*Література* [14; 15; 21; 23; 24; 26; 28; 36; 39; 54; 60]

### ***Тема 3. Принципи та організація лікувально-профілактичної допомоги***

Основні принципи організації надання медичної допомоги в Україні. Правовий статус закладів охорони здоров'я. Структура закладів охорони здоров'я за ступенем інтенсивності медичного обслуговування. Типи закладів охорони здоров'я, що надають медичну (лікувально-профілактичну) допомогу. Медична статистика. Статистичний метод: визначення статистики.

Предмет, зміст, теоретичні основи. Застосування статистики в медико-біологічних дослідженнях. Роль статистики в медицині й охороні здоров'я. Етапи статистичного дослідження. 1-й етап – організаційний; 2-й етап – збирання інформації, методи збирання матеріалу (безпосереднє спостереження, документальний метод, опитування, інтерв'ювання, анкетний метод); 3-й етап – обробка даних, статистичне групування зібраного матеріалу, підготовка матеріалів для зведення, статистичне зведення, статистичні таблиці, обробка даних з використанням сучасних математико-статистичних методів та обчислювальних засобів; 4-й етап – аналіз та оформлення результатів статистичного дослідження; 5-й етап – впровадження результатів дослідження в практику та оцінка ефективності).

*Література* [7; 9; 13; 21; 23; 28; 30; 32; 62]

### ***Тема 4. Етичні гарантії права на охорону здоров'я, медичну допомогу та медичне страхування***

Теоретичні аспекти лікарської етики й медичної деонтології. Етичні й деонтологічні традиції вітчизняної медицини, їх значення в діяльності лікаря. Етичні аспекти лікарської діяльності в умовах ринкових відносин.

Морально-етичні й професійно-етичні аспекти діяльності лікаря. Лікарська таємниця, її юридичні та моральні аспекти. Питання лікарської таємниці у випадках соціально небезпечних хвороб. Деонтологічні проблеми лікарських помилок. Клятва Гіппократа. Клятва лікаря.

Сучасні проблеми лікарської етики й медичної деонтології.

*Література* [11; 13; 15; 21; 24]

### **Змістовий модуль III. Здоров'я населення**

#### ***Тема 5. Медико-біологічні та соціальні проблеми здоров'я***

Біологічна, соціальна та психологічна сутність здоров'я. Цільові підходи до визначення поняття “здоров'я” (загальнофілософський, індивідуальний теоретичний, індивідуальний практичний, популярний). Визначення цих понять.

Показники здоров'я населення та окремих його груп. Основні групи чинників, що впливають на рівні показників здоров'я, спосіб життя людей (стиль, уклад, якість, рівень), стан навколишнього середовища, біологічні фактори, обсяг і якість медичної допомоги. Три рівні опису цінності “здоров'я” (біологічний, соціальний, особливий психологічний).

*Література* [3; 4; 13; 26; 27; 29; 31; 34; 60; 62]

#### ***Тема 6. Адаптація. Фактори, що впливають на здоров'я людини***

Визначення поняття “адаптація”. Види адаптації. Адаптація організму до зовнішніх факторів середовища. Показники здоров'я. Три взаємопов'язані рівні здоров'я (суспільний, груповий та індивідуальний). Індивідуальне здоров'я. Фактори, що впливають на здоров'я людини.

*Література* [3; 4; 13; 31; 34; 62]

#### ***Тема 7. Здоров'я і хвороба — єдність протилежностей***

Загальне вчення про хворобу. Причини захворювання (зовнішні і внутрішні). Чотири стадії розвитку захворювання. Здоров'я і хвороба — єдність протилежностей.

Захворюваність населення як найважливіша соціально-гігієнічна проблема. Джерела інформації про захворюваність. Міжнародна класифікація хвороб, травм і причин смертності, основні принципи її побудови, порядок використання, значення у вивченні захворюваності й смертності населення.

Визначення поняття “захворюваність населення”. Методи вивчення захворюваності, їхня характеристика. Види захворюваності. Показники загальної захворюваності.

*Література* [3; 4; 13; 26; 27; 29; 31; 34; 60; 62]



## **Змістовий модуль IV. Гігієна та організація санітарно-епідеміологічної служби**

### ***Тема 8. Загальна гігієна як галузь медичної науки та практики охорони здоров'я***

Гігієна як наука, її мета, зміст, завдання, методи дослідження та зв'язок з іншими науками. Розділи гігієни: комунальна гігієна, гігієна навколишнього середовища (загальна гігієна), гігієна праці, гігієна харчування, радіаційна гігієна, військова гігієна, гігієна дітей і підлітків, авіаційна і космічна гігієна.

Санітарно-епідеміологічна служба в Україні. Основні етапи розвитку гігієни. Гігієнічне нормування як основа профілактики захворювань населення. Методи гігієнічних досліджень довкілля та його впливу на організм людини і суспільне здоров'я.

*Специфічні методи гігієни:* метод санітарного обстеження та опису, гігієнічний експеримент: медичне обстеження (індивідуальне чи масове) з використанням антропометричних, клінічних, фізіолого-біохімічних, імунобіологічних, рентгенологічних методів; санітарно-статистичний метод (шляхом розрахування демографічних показників); епідеміологічний метод (вивчає особливості поширення хвороб); методи математичної статистики (об'єднують метод санітарно-статистичний та епідеміологічний).

*Комплексні методи* (методи наукового мотивування гігієнічних нормативів, вивчення стану здоров'я певної групи осіб, вивчення гігієнічного фактора).

Індивідуальна гігієна (гігієна тіла та ротової порожнини; профілактика шкідливих звичок; дотримання режиму дня як важлива гігієнічна передумова здорового способу життя; гігієна одягу та взуття).

*Література* [7; 9; 11; 22; 26; 27; 29; 55; 56; 59]

### ***Тема 9. Природне і соціальне в житті людини. Профілактика***

Вчення про природу й суспільство, взаємодія соціальних і біологічних закономірностей. Характер впливу чинників навколишнього середовища на здоров'я людини. Генетичні наслідки забруднення навколишнього середовища. Біологічні та соціальні ознаки людини. Дія іонізуючого випромінювання на людину.

Профілактика – генеральний напрямок охорони здоров'я. Основні принципи профілактичної роботи. Диспансеризація здорових

і хворих. Інтеграційна міжнародна програма профілактики неінфекційних захворювань (СНІД). Основні напрями відпрацювання методів організації профілактичної та реабілітаційної роботи в процесі диспансеризації населення. Основні етапи диспансеризації. Сучасні підходи до профілактики.

*Література* [10; 11; 16; 20; 25; 43; 44; 52; 53]

### **Тема 10. Екологія і здоров'я**

Фактори небезпек. Їх види. Хімічні фактори небезпеки. Біологічні фактори небезпеки. Біологічна зброя. Психофізіологічні фактори небезпек (стрес, фрустрація, конфлікт, криза, транс, екстаз). Природні небезпеки (стихійні, тектонічні стихійні лиха, виверження вулканів, землетруси, топологічні стихійні лиха, селі). Природно-техногенні небезпеки. Природно-соціальні небезпеки.

Біологічні чинники природного та антропогенного походження. Біологічне забруднення, пов'язане з присутністю у воді, повітрі і ґрунті патогенних мікроорганізмів, личинок і лялечок синантропних мух, яєць гельмінтів тощо. Епідемія. Ендемія. Загальна характеристика захворювань, викликаних біологічними чинниками (грип, хвороба Боткіна або вірусний гепатит, туберкульоз (сухоти), захворювання, які передаються статевим шляхом (сифіліс, гонорея, трихомонадні ураження, хламідіоз, генітальний герпес). СНІД – синдром набутого імунodefіциту. Наркотики та наркоманія.

*Література* [4; 5; 9; 11; 16; 17; 20; 31; 37; 38; 50]

## **Змістовий модуль V. Валеологія – наука про здоровий спосіб життя**

### **Тема 11. Проблеми здоров'я людини в сучасному суспільстві. Фізичне здоров'я індивіда**

Валеологія як наука про здоровий спосіб життя. Фізичний розвиток як один із критеріїв оцінки здоров'я населення. Значення вивчення фізичного розвитку для практики охорони здоров'я. Система спостереження за фізичним розвитком. Основні ознаки фізичного розвитку. Акселерація як соціально-гігієнічна проблема.

Медичне страхування, його соціально-економічні й організаційні основи. Система медичного страхування (обов'язкове, добровільне). Страхові медичні організації.

Вплив соціально-економічних, психологічних чинників на стан здоров'я людини як цілісного складного феномена. Взаємодія соціальних, духовних, фізичних і психічних складових життєдіяльності людини.

*Література* [2; 3; 7; 21; 30; 40; 48]

### **Тема 12. Чинники здоров'я. Спосіб життя. Довголіття і здоров'я**

Передумови для здоров'я. Залежність здоров'я населення від способу виробництва й матеріальних умов життя. (Мир. Дах над головою. Соціальна справедливість, рівність, неупередженість. Освіта. Харчування. Прибуток. Стабільна екосистема. Сталі ресурси).

Спосіб життя: визначення, основні елементи, вплив його на здоров'я населення. Медична активність суспільства, колективу, особистості. Профілактична активність.

Старіння. Вітаукт як конкретний процес, пов'язаний механізмами регуляції з віковим розвитком, зі старінням, який може бути визначений як адаптація, компенсація, відновлення, захист тощо. Загальні відомості про довголіття. Критерії віку. Середня тривалість життя.

*Література* [8; 9; 13; 15; 22; 33; 42; 48; 56]

### **Змістовий модуль VI. Харчування і здоров'я. Соціальні умови здоров'я**

#### **Тема 13. Характеристика основних нутрієнтів та баластних речовин**

Політика українського уряду в галузі харчування. Найпопулярніші оздоровчі дієти. Дієта М. Бірхер-Беннера. Дієта Г. Шелтона. Дієта П. Брега.

Обмін білків, вуглеводів і жирів в організмі людини. Функції білків (структурна, каталітична, гормональна, транспортна, захисна, механічна, енергетична). Основний структурний компонент білка. Регуляція білкового обміну (нервова, гуморальна). Функції вуглеводів (енергетична, структурна, перетворення вуглеводів). Функції ліпідів (енергетична, структурна, захисна, термоізоляційна, обмінна).

Значення води. Значення мінеральних речовин. Регуляція водного балансу і мінерального обміну. Вітаміни як біологічно активні речовини, які беруть участь в обміні речовин. Функції вітамінів А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, С, D, Е, К.

*Література* [1–5; 8; 13; 33; 34; 37; 38; 50; 57]

#### **Тема 14. Основні поняття наркології. Профілактика і шляхи запобігання шкідливим звичкам**

Алкоголізм і наркоманія як соціально-гігієнічна проблема. Соціально-гігієнічне значення проблеми алкоголізму. Визначення алкоголізму в широкому соціальному й медичному аспектах. Поширеність алкоголізму, його вплив на захворюваність і травматизм. Алкоголізм і продуктивність праці. Пияцтво й злочинність. Шляхи формування наркотичної звички та наркотичної залежності. Фактори та мотивація підліткової наркоманії. Основні типи наркотиків.

Роль органів та установ охорони здоров'я в попередженні алкоголізму й наркоманії. Організація медичної допомоги хворим, що хворіють на алкоголізм. Психоневрологічний диспансер, його роль і завдання у боротьбі з алкоголізмом, наркоманією, токсикоманією. Наркологічний диспансер. Роль громадськості, засобів масової комунікації в профілактиці алкоголізму й наркоманії.

*Література* [4; 6; 12; 22; 30; 46; 47; 61]

#### **Змістовий модуль VII. Рухова активність і здоров'я**

##### **Тема 15. Методологічні передумови фізичної культури та її фізіологічні основи**

Фізична культура і фізичне виховання. Природа як джерело фізичного розвитку людини та її загартованості. Форми і види оздоровчої роботи засобами фізичної культури.

*Література* [1; 2; 5; 7–9; 41; 45; 48]

##### **Тема 16. Місце фізичної культури у підтриманні та зміцненні рівня здоров'я**

Механізми лікувальної дії фізичних вправ за В. К. Добровольським (тонізуюча, трофічна дія, компенсаторна, нормалізуюча). Організація фізичного виховання зі школярами, що мають відхилення у стані здоров'я.

Основні засоби фізичного виховання. Загальне поняття про поставу. Характерні ознаки правильної постави. Методика корекції дефектів постави.

*Література* [1; 2; 5; 7; 9; 40–42]

## **Змістовий модуль VIII. Раціональна організація життєдіяльності**

### ***Тема 17. Методологічні основи і фактори раціональної організації життєдіяльності людини***

Визначення та формування здорового способу життя молоді. Поняття здорового способу життя. Досвід вивчення здорового способу життя молоді. Навчання здорового способу життя (медична модель, освітня модель, радикально-політична модель, модель самозміцнення).

Шляхи формування здорового способу життя. Служба формування здорового способу життя в Україні. Центри здоров'я, їхня структура, функції, методи роботи.

*Література* [17–19; 32; 35; 39; 49; 51; 58]

### ***Тема 18. Аналіз державної політики в галузі***

Концепція розвитку охорони здоров'я населення України. Державна політика у сфері охорони здоров'я. Реформування економічних засад системи охорони здоров'я. Реорганізація системи управління у сфері охорони здоров'я. Створення умов для здорового способу життя.

Оптимізація діяльності галузі охорони здоров'я. Інноваційна і кадрова політика у системі охорони здоров'я. Концептуальні напрями розвитку охорони здоров'я в місті Києві. Основні напрями політики київської влади у сфері охорони здоров'я.

*Література* [15; 18; 19; 24; 35; 51; 58]

## **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ**

1. Концепція розвитку охорони здоров'я України.
2. Інноваційна і кадрова політика у системі охорони здоров'я.
3. Принципи та організація лікувально-профілактичної допомоги.
4. Поняття медичної етики та медичної деонтології.
5. Державна політика у сфері охорони здоров'я.
6. Сутність поняття “здоров'я”.
7. Взаємозв'язок суспільного, групового й індивідуального рівня здоров'я.
8. Біологічна та соціальна категорії здоров'я.
9. Процес адаптації людини до навколишнього середовища.
10. Ознаки здоров'я і його кількісна оцінка.

11. “Третій стан” людини і його характеристика.
12. Вплив способу життя на здоров'я людини.
13. Вплив несприятливого навколишнього середовища на стан здоров'я.
14. Загальний рівень здоров'я населення України.
15. Шляхи вирішення проблеми збереження здоров'я населення України.
16. Фізіологічний компонент трудової діяльності людини.
17. Психічний компонент трудової діяльності людини.
18. Поняття психофізіологічних факторів небезпеки.
19. Характерні ознаки психофізіологічних факторів небезпеки.
20. Особливості фізичної праці.
21. Характерні ознаки розумової праці.
22. Фактори, які впливають на ступінь працездатності.
23. Визначення небезпеки та походження небезпек.
24. Соціальна медицина та організація охорони здоров'я. Визначення, предмет, зміст.
25. Система охорони здоров'я в Україні.
26. Види систем охорони здоров'я.
27. Сутність природно-техногенних небезпек, їх причини, наслідки, шляхи запобігання цим явищам.
28. Проблеми природно-соціальних небезпек та шляхи запобігання їм.
29. Як убезпечитися від хвороб, що передаються статевим шляхом?
30. Загрозлива небезпека від наркотиків та наркоманії.
31. Класифікація наркотиків і типів залежності.
32. Ускладнення, що виникають при систематичному вживанні наркотиків.
33. Закони та принципи правильного харчування.
34. Енергетика харчування. Вітаміни та мікроелементи.
35. Дія голоду на організм. Дієта.
36. Валеологічна характеристика білків, жирів, жироподібних речовин та вуглеводів.
37. Характеристика основних вітамінів та вітаміноподібних речовин. Правила збереження вітамінів у їжі.
38. Характеристика та класифікація мінеральних речовин.
39. Поняття про антиоксиданти. Рекомендації щодо вибору харчових продуктів.
40. Значення води в організмі людини. Правила питного режиму.
41. Проблема водозабезпечення питною водою, шляхи її вирішення.

42. Визначення предмета валеології, форми і методи предмета.
43. Охарактеризуйте поняття “здоровий спосіб життя” і доведіть взаємозалежність способу життя і здоров’я.
44. Проаналізуйте “шкідливі” звички.
45. Охарактеризуйте роль рухової активності у підтриманні здоров’я людини.
46. Охарактеризуйте фактори здоров’я людини.
47. Опишіть фактори впливу на тривалість життя людини.
48. Наведіть основні завдання валеології, гігієни та психогігієни.
49. Опишіть основні положення гігієни розумової праці.
50. Охарактеризуйте екзогенні та ендогенні фактори здоров’я.
51. Доведіть, що фізична культура і спорт – суттєвий фактор збереження здоров’я людини.
52. Проаналізуйте вплив фізичних вправ на психосоматичне здоров’я.
53. Розкрийте сутність поняття “адаптація”, її прояви і залежність від резервів організму людини.
54. Охарактеризуйте адаптаційний потенціал людини.
55. Поясніть зміст поняття “психічне здоров’я” людини.
56. Поясніть сутність індивідуального підходу до здоров’я та формування здорового способу життя.
57. Охарактеризуйте причини смертності населення в Україні і стан здоров’я населення.
58. Охарактеризуйте категорії “здоров’я”, “хвороба”, “третій стан”, взаємозв’язок між ними.
59. Охарактеризуйте людину як систему. Як Ви розумієте цілісність людини?
60. Особливості біосистеми організму людини.
61. Фактори ризику виникнення захворювань.
62. Опишіть значення природного і соціального в житті людини.
63. Фактори зміцнення здоров’я людини.
64. Чому сильні емоції та стреси є факторами ризику розвитку захворювань?
65. Охарактеризуйте психологію стресу та його наслідки.
66. Шляхи формування наркотичної звички та наркотичної залежності.
67. Фактори та мотивація підліткової наркоманії.
68. Основні типи наркотиків.
69. Що таке синдром зміненої реактивності при зловживанні наркотиків?

70. Шляхи подолання наркотичної залежності.
71. Профілактика адиктивної поведінки дітей та підлітків.
72. Поняття про чинники ризику, їх класифікація.
73. “Хвороби цивілізації”, їх чинники.
74. Спосіб життя людини і сучасні хвороби. Поняття про фактори ризику, їх класифікація.
75. Причини поширення хвороб цивілізації.
76. Методи профілактики та зміцнення здоров'я людини.
77. Профілактика захворювань дихальної системи.
78. Здоровий хребет — запорука довголіття.
79. Профілактика захворювань внутрішніх органів і систем.
80. Масаж.
81. Загартування.
82. Методики оздоровлення організму (М. М. Амосова, П. Брега та ін.).
83. Система охорони здоров'я в Україні, її галузі, взаємозв'язок між ними.
84. Органи охорони здоров'я та номенклатура закладів охорони здоров'я.
85. Основні принципи охорони здоров'я в Україні.
86. Основні законодавчі та підзаконні нормативні акти про охорону здоров'я.
87. Фізичний розвиток як один із критеріїв оцінки здоров'я населення.
88. Методика вивчення, основні показники фізичного розвитку індивіда.
89. Медико-соціальна експертиза втрати працездатності (тимчасової та стійкої): мета, її види.
90. Форми і види оздоровчої роботи засобами фізичної культури.

### ***ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ***

З метою контролю засвоєння знань студентів з дисципліни “Основи медичних знань” навчальним планом передбачено виконання контрольної роботи у формі реферату і складання комплексного заліку (екзаменаційного іспиту).

Мета контрольної роботи з психології медичної праці — визначити рівень засвоєння студентами основних положень і зв'язків психології медичної праці, загальних закономірностей психологічних змін у медичних працівників; методів оптимізації праці медичних працівни-



ків, запобігання поглибленню психологічних змін внаслідок тривалої дії факторів, пов'язаних з професійною діяльністю.

Номер варіанта контрольної роботи з психології медичної праці для кожного студента визначає викладач.

### **ТЕМИ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ**

1. Здоров'я людини як пріоритет у діяльності держави.
2. Здоров'я людини й безпека держави.
3. Роль держави в забезпеченні здоров'я громадян.
4. "Хвороби цивілізації". Класифікація факторів ризику "хвороб цивілізації".
5. Проблема особистої відповідальності людини за своє здоров'я.
6. Екологія й спосіб життя сучасної людини.
7. Роль медицини в забезпеченні здоров'я.
8. Поняття про медичну профілактику захворюваності.
9. Спосіб життя й здоров'я. Критерії здоров'я людини.
10. Компоненти здорового способу життя та їх характеристика.
11. Особливості взаємин людини з природою. Соціальна сутність людини.
12. Соціальні фактори, що зумовлюють спосіб життя сучасної людини.
13. Культурологічні фактори способу життя сучасної людини.
14. Протиріччя біологічного й соціального в забезпеченні здоров'я людини й шляхи його подолання.
15. Поняття про адаптацію.
16. Поняття про здоров'я та його класифікацію.
17. Рухова активність і тривалість життя.
18. Поняття про фізичну культуру й спорт.
19. Стонлення, його механізми і значення.
20. Вплив фізичного тренування на функціональні системи організму.
21. Поняття про раціональну організацію життєдіяльності.
22. Особливості розумової праці та класифікація її видів.
23. Значення планування життєдіяльності для здоров'я людини.
24. Проблема харчування і здоров'я.
25. Алкоголізм і наркоманія як соціально-гігієнічна проблема.
26. Шляхи формування наркотичної звички та наркотичної залежності.

27. Фактори та мотивація підліткової наркоманії. Основні типи наркотиків.
28. Роль громадськості, засобів масової комунікації в профілактиці алкоголізму та наркоманії.
29. Система охорони здоров'я України.
30. Гігієна як наука, її зв'язок з іншими науками. Галузі медичних знань.

## **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

### *Основна*

1. *Амосов Н. М.* Раздумья о здоровье. — М.: Физкультура и спорт, 1987.
2. *Апанасенко Г. Л., Попова Л. О.* Медична валеологія. — К.: Здоров'я, 1998. — 248 с.
3. *Андрущенко В. П., Михальченко М. І.* Сучасна соціальна філософія. — К.: Генеза, 1996. — 368 с.
4. *Алексеенко И. Р., Кейсевич Л. В.* Последняя цивилизация? Человек. Общество. Природа. — К.: Наук. думка, 1997. — 412 с.
5. *Бабин І. І., Царенко А. В., Черняк В. М. та ін.* Пізнавай себе. — Тернопіль, 1996. — 232 с.
6. *Бабаян Э. А., Гонопольский М. Х.* Учебное пособие по наркологии. — М.: Медицина, 1981. — 304 с.
7. *Билич Г. Л., Назарова Л. В.* Основы валеологии. — СПб.: Водолей, 1998. — 560 с.
8. *Брегг П. С.* Здоровье и долголетие. — М.: Грэгори-Пэйдж, 1996. — 415 с.
9. *Брехман И. И.* Введение в валеологию — науку о здоровье. — Л.: Наука, 1987. — 125 с.
10. *Безпека життєдіяльності / За ред. Я. Бедрія.* — Львів: Вид. фірма "Афіша", 1998.
11. *Білявський Г. О., Падун М. М., Фурдуй Р. С.* Основи загальної екології. — К.: Либідь, 1995.
12. *Валентик Ю. В., Зыков О. В., Цетлин М. Г.* Теория и практика медико-социальной работы в наркологии. — М.: Фонд НАН, 1997.
13. *Васильев В. Н.* Здоровье и стрессы. — М.: Знание, 1991. — 160 с.
14. *Вишняков Н. И.* (ред.). Экспертиза нетрудоспособности в здравоохранении: Учеб.-методич. пособие. — СПб., 1995. — 39 с.

15. *Голяченко О. М., Сердюк А. М., Приходський О. О.* Соціальна медицина, організація та економіка охорони здоров'я. — К., 1997. — 328 с.
16. *Гражданская оборона* / Под ред. Е. П. Шубина. — М.: Просвещение, 1991.
17. *Городиловський А.* Поширення хвороб, що передаються статевим шляхом, як прояв соціальних проблем в Україні // Українська національна ідея: здоров'я нації: Мат. конференції. — Л., 2004. — С. 79–83.
18. *Демографічна криза в Україні. Проблеми дослідження, витоки, складові, напрямки протидії* / За ред. В. Стешенко. — К., 2001. — 560 с.
19. *Демографічна криза в Україні. Її причини і наслідки: Зб. матеріалів.* — К.: Парламентське вид-во, 2003. — 446 с.
20. *Злобін Ю. А.* Основи екології. — К.: Лібра, 1998.
21. *Здравоохранение и медицинская наука в Украинской ССР* / Под ред. А. Е. Романенко. — К., 1987. — Т. 1. — 479 с.
22. *Збереження та зміцнення репродуктивного здоров'я підлітків та молоді: потенціал громади: Метод. матеріали до тренінгу* / Авт.-упоряд. Н. В. Зимівець; За заг. ред. Г. М. Лактіонової. — К., 2004. — 205 с.
23. *Криштова Б.* Органи управління та керівництво охороною здоров'я в період української державності // Агарт. — 2000. — № 12.
24. *Комаров Ю. М.* (ред.). Концепція дальнішого розвитку здравоохранения и прикладной медицинской науки в Российской Федерации. — М., 1994. — 180 с.
25. *Конституція України.* — К.: Юрінком, 1996.
26. *Корюкин В. Г.* (ред.). Здравоохранение Санкт-Петербурга в цифрах. — СПб., 1994. — 54 с.
27. *Лисицын Ю. П.* Социальная гигиена и организация здравоохранения. Проблемные лекции: Учеб. пособие. — М.: Медицина, 1992. — 509 с.
28. *Лучкевич В.* Основы социальной медицины и управления здравоохранением: Учеб. пособие. — СПб.: ГМА, 1997. — 184 с.
29. *Миляев В. А.* (ред.). Методические указания к практическим занятиям по социальной гигиене и организации здравоохранения. — Л., 1991. — 110 с.
30. *Никифоров Г. С.* Психология здоровья: Учеб. пособие. — СПб., 2002. — 256 с.

31. *Основи соціоекології*: Навч. посіб. / За ред. Г. О. Бачинського. — К.: Вища шк., 1995. — 238 с.
32. *Радши Я. Ф.* Державне управління охороною здоров'я в Україні: генезис, проблеми та шляхи реформування. — К., 2001. — 358 с.
33. *Українська національна ідея — здоров'я нації*: Мат. наук.-практ. конф. — Л., 2004. — 146 с.
34. *Хижняк М. І., Нагорна А. М.* Здоров'я людини та екологія. — К.: Здоров'я, 1995. — 232 с.

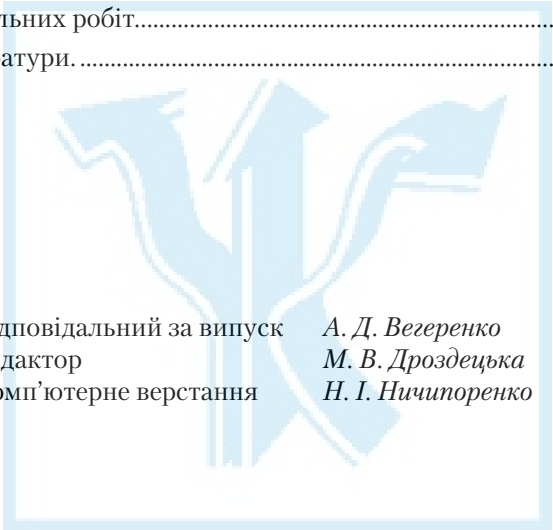
*Додаткова*

35. *Бакка М. Т., Мельничук А. С., Сівко В. І.* Охорона і безпека життєдіяльності людини: Конспект лекцій. — Житомир: Льонок, 1995. — 165 с.
36. *Бахтеева Т.* Чи є життя після діагнозу // Уряд. кур'єр. — № 46 (3459). — 2007.
37. *Биология*: Пособие для подг. отд. мед. ин-та / Под общ. ред. Н. Е. Ковалева. — М.: Высш. шк., 1985. — 384 с.
38. *Безопасность* жизнедеятельности: Учеб. для вузов / Под общ. ред. С. В. Белова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Высш. шк., 1999. — 448 с.
39. *Волошин А.* Чи відбуваються реформи в медицині? // Ваше здоров'я. — 1999. — № 93.
40. *Валеологія* (інформаційно-методичний збірник). — К.: Знання України, 1996. — 336 с.
41. *Газета “Валеологія”, 1999–2000.*
42. *Грушко В. С.* Основи здорового способу життя. — Тернопіль, 1999. — 368 с.
43. *Крутецкий В. А.* Основы педагогической психологии. — М.: Просвещение, 1972. — 255 с.
44. *Ланін В. М.* Безпека життєдіяльності. — Л.: Львівський банківський коледж, 1998.
45. *Литвинова Г. О., Ванханен В. Д.* Гігієна. — К.: Здоров'я, 1994. — 334 с.
46. *Личко А. Е., Битенский В. С.* Подростковая наркология. — Л.: Медицина, 1991. — 304 с.
47. *Лекции* по наркологии. — 2-е изд., перераб. и доп. / Под ред. Н. Н. Иванца. — М.: Нолидж, 2000. — 448 с.
48. *Мінський І. Я.* Практикум з валеології: У 2 ч. — Черкаси, 1998.
49. *Медична допомога в державній політиці України* // Розбудова держави. — 1993. — № 3.

50. *Основи екології та охорона навколишнього природного середовища: Навч. посіб. / За ред. В. С. Джигиря. — Львів, 1999. — 238 с.*
51. *Про необхідність демографічної спрямованості державної політики // Демограф. ситуація в Україні. Мат. конференції / За ред. Л. А. Пирого. — К., 1993. — Ч. 1.*
52. *Предвечный Г. П., Шерковина Ю. А. Социальная психология. — М.: Полит. лит., 1975.*
53. *Пістун І. П. Безпека життєдіяльності: Навч. посіб. — Суми: Університетська кн., 1999.*
54. *Пашков В. Напрямки оптимізації господарсько-правового забезпечення суспільних відносин у галузі охорони здоров'я. — К.: МОРІОН, 2006. — 360 с.*
55. *Родионова В. Н. Менеджмент в здравоохранении в новых экономических условиях // Экономика и управление здравоохранением / Под ред. Ю. П. Лисицына. — М., 1993.*
56. *Руководство по социальной гигиене и организации здравоохранения / Под ред. Ю. П. Лисицына. — М.: Медицина, 1984. — Т. 1.*
57. *Словарь по этике / Под ред. А. С. Кона. — 5-е изд. — М.: Политиздат, 1983.*
58. *Саєнко Ю. Соціальний портрет України і моделі майбутнього // Універсум. — 2004. — № 10–12.*
59. *Социальная гигиена и организация здравоохранения / Под ред. А. Ф. Серенко и В. В. Ермакова. — М.: Медицина, 1984. — 630 с.*
60. *Сырцова Л. Е., Костродымов Н. Н. и др. Основы управления в здравоохранении и менеджмент // Экономика и инновационные процессы в здравоохранении: Учеб. пособие / Под ред. В. З. Кучеренко. — М., 1994.*
61. *Фридман Л. С., Флеминг Н. Ф., Робертс Д. Г., Хайман С. Е. Наркология: Пер. с англ. — М.: Бином; СПб: Невский диалект, 1998.*
62. *Шмалей С. В. Діагностика здоров'я. — Херсон, 1994.*

## ***ЗМІСТ***

Пояснювальна записка.....	3
Тематичний план дисципліни “Основи медичних знань” .....	4
Зміст дисципліни “Основи медичних знань” .....	6
Питання для самоконтролю .....	13
Вказівки до виконання контрольної роботи .....	16
Теми контрольних робіт.....	17
Список літератури.....	18



Відповідальний за випуск	<i>А. Д. Вегеренко</i>
Редактор	<i>М. В. Дроздецька</i>
Комп'ютерне верстання	<i>Н. І. Ничипоренко</i>

**МАУП**

Зам. № ВКЦ-3318

Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)

03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП