

# ОСНОВЫ ПЕДИАТРИИ И ГИГИЕНЫ

## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование готовности к использованию систематизированных знаний о закономерностях морфофункционального развития организма детей и практических навыков в работе по охране и укреплению здоровья детей в учреждениях образования, социальной сферы и здравоохранения.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы педиатрии и гигиены» относится к вариативной части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Основы педиатрии и гигиены» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия и возрастная физиология», «Безопасность жизнедеятельности», «Общая и экспериментальная психология (с практикумом)».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Образовательные программы для детей дошкольного возраста», «Психология дошкольного возраста», «Психология развития», «Дефектология», «Клиническая психология детей и подростков», «Патопсихология», «Специальная психология», «Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);
- способностью учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях (ОПК-1).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### **знать**

- морфофизиологические особенности детей, группы здоровья, критерии и факторы, которые его определяют;
- принципы и методики проведения закаливающих процедур у детей;
- гигиенические требования к питанию, организации внешней среды, организации занятий по физическому развитию детей;
- основные принципы построения режима дня у детей различного возраста;
- закономерности возникновения и профилактики острых и хронических заболеваний у детей;
- признаки неотложных состояний, причины их вызывающие и приемы оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях и травмах;

### **уметь**

- выявлять индивидуальные и возрастные особенности ребенка, учитывать их в своей профессиональной деятельности;
- использовать приемы оказания первой помощи при несчастных случаях и травмах;

### **владеть**

- навыками составления режима дня у детей различного возраста;
- навыками оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях и травмах.

#### **4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение**

количество зачётных единиц – 2,  
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 6 ч., СРС – 62 ч.),  
распределение по семестрам – 1 курс, лето,  
форма и место отчётности – зачёт (1 курс, лето).

#### **5. Краткое содержание дисциплины**

Введение в курс «Основы педиатрии и гигиены». Гигиена как основа профилактики заболеваний и здорового образа жизни..

Введение. Предмет, задачи и содержание курса «Основы педиатрии и гигиены». Общие закономерности роста и развития организма человека. Особенности влияния факторов окружающей среды и социальных условий на здоровье ребенка. Значение гигиены для укрепления и сохранения здоровья. Основные задачи гигиены. Здоровье и его показатели. Здоровый образ жизни. Факторы риска. Комплексная оценка состояния здоровья детей. Группы здоровья детей. Физическое развитие – важный показатель состояния здоровья. Методы изучения физического развития ребенка (соматоскопия, соматометрия, физиометрия). Интегральная оценка физического развития в зависимости от положения в процентильных интервалах. Организация контроля за физическим развитием детей. Определение понятия «болезнь». Понятие об этиологии, патогенезе. Периоды (стадии) заболеваний. Острые и хронические заболевания. Преобладающие заболевания в разных детских возрастных группах. Зависимости частоты и тяжести заболеваний детей от состояния санитарной культуры, условий жизни, социально-экономических и гигиенических факторов. Анализ и использование показателей здоровья педагогическим персоналом. Система профилактических мероприятий.

Содержание и методика проведения закаливающих процедур. Особенности закаливания детей.

Сущность закаливания. Принципы закаливания и эффекты. Виды и формы закаливания. Закаливание воздухом, холодом, водой. Купание в открытых водоемах. Солнечные ванны. Методики проведения закаливающих процедур.

Особенности развития детей различного возраста.

Возрастная периодизация: характеристика и особенности периодов (новорожденности, грудной, дошкольный, дошкольный, младший, средний и старший школьный). Влияние наследственности, социально-экономических и природных условий на рост и развитие детского организма, его состояние здоровья.

Особенности рационального питания детей. Гипоаллергенная диета.

Значение питания для роста и развития детского организма. Понятие рационального питания. Гигиенические требования к питанию детей. Суточная потребность детей в энергии. Соотношение белков, углеводов и жиров. Обеспечение детей минеральными веществами и витаминами. Питьевой режим ребенка. Основные требования к режиму питания. Естественное вскармливание. Современные принципы естественного вскармливания. Понятие о прикорме, докорме, коррекции питания. Основные требования к меню в дошкольных образовательных организациях и общеобразовательных учреждениях. Профилактика пищевых отравлений. Гипоаллергенная диета: показания. Воспитание у детей гигиенических навыков, связанных с приемом пищи.

Рациональный режим детей различных возрастных групп.

Общие положения. Учет анатомо-физиологических особенностей и состояния здоровья детей при построении и проведении режима дня в образовательных учреждениях. Виды режимов. Понятие о тренирующем и щадящем режиме дня. Основные принципы построения режима дня в различных возрастных группах. Роль медицинского и педагогического персонала в организации периода адаптации детей. Гигиена учебной деятельности. Виды занятий, в зависимости от возраста детей, их продолжительность. Гигиенические требования к составлению расписания занятий на день, неделю с учетом суточной, недельной, сезонной ритмичной физиологических функций. Сочетание занятий с другими режимными моментами.

Профилактика острых и хронических заболеваний у детей.

Общие закономерности возникновения, распространения и прекращения инфекционных болезней у детей. Понятие об инфекции и инфекционном процессе. Основные звенья эпидемического процесса и их взаимодействие. Возбудители инфекционных заболеваний (вирусы, бактерии, грибки и др.). Токсические свойства возбудителей. Патогенность, вирулентность, контагиозный индекс. Источники инфекции: больные и бактерионосители. Понятие о механизмах и путях передачи инфекции. Роль воды, воздуха, почвы, пищевых продуктов в передаче инфекции. Стадии течения инфекционных заболеваний: инкубационный период, начальные проявления, разгар болезни, выздоровление, остаточные явления. Противоэпидемические и санитарно-гигиенические мероприятия. Понятие о дезинфекции (текущая, заключительная и профилактическая). Способы дезинфекции и дератизации (физические, химические и биологические). Особенности проведения дезинфекции в образовательных учреждениях. Специфическая и неспецифическая устойчивость детей к инфекционным заболеваниям. Понятие об иммунитете. Профилактические прививки. Календарь прививок. Реакции и осложнения после прививок. Показания к ограничению или полному отводу от прививок. Способы повышения неспецифической устойчивости детей к инфекционным заболеваниям: соблюдение режима дня, рациональная организация питания, двигательного режима, закаливания и др. Значение гигиенического воспитания детей, соблюдения правил личной гигиены сотрудниками для борьбы и профилактики инфекционных заболеваний. Роль взаимодействия медицинского, педагогического и вспомогательного персонала в профилактике инфекционных заболеваний, проведение противоэпидемических мероприятий. Корь. Клиника, профилактика. Краснуха. Клиника, профилактика. Краснуха беременных. Ветряная оспа. Клиника, профилактика. Скарлатина. Клиника, профилактика. Дифтерия. Клиника, профилактика. Эпидемический паротит. Клиника, профилактика. Коклюш. Клиника, профилактика. Вирусный гепатит. Клиника, профилактика. ОРВИ (грипп, парагрипп, аденовирусная инфекция). Клиника, профилактика.

Гигиена отдельных органов и систем.

Гигиена нервной системы. Неадекватное поведение детей. Его формы (упрямство, капризы, немотивированный плач, отказ от контактов с воспитателем, двигательная расторможенность). Причины, меры профилактики. Неврозы, неврозоподобные состояния. Причины, меры профилактики. Особенности индивидуального подхода к детям, страдающим истерией, неврастенией, неврозом навязчивых состояний, заиканием, энурезом, онанизмом и др. Гигиена зрения. Аномалии рефракции (дальнозоркость, близорукость, астигматизм). Причины возникновения, признаки, степени нарушения, профилактика. Косоглазие и меры его предупреждения. Врожденные и приобретенные нарушения цветового зрения у детей. Значение их своевременного выявления. Правила организации занятий, требующих напряжения зрения; гигиенические требования к работе за компьютером и просмотру телевизионных передач. Офтальмотренаж. Гигиена органов дыхания и голосового аппарата. Гигиена кожи. Значение чистоты и целостности кожных покровов. Правила проведения утреннего и вечернего туалета детей раннего возраста. Уход за кожей детей старше года. Купание, уход за волосами и ногтями ребенка. Гигиенические требования к туалетным принадлежностям. Причины, симптомы и предупреждение заболеваний (опрелости, потница, гнойничковые заболевания). Заболевания пищеварительной системы у детей. Гельминтозы,

их профилактика. Заболевания органов дыхания у детей: бронхит, пневмония, бронхиальная астма.

Физическое воспитание: укрепление костно-мышечной системы, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.

Осанка и ее зависимость от развития костной и мышечной систем. Формирование правильной осанки. Значение правильного положения ребенка при работе за столом, в кровати, при выполнении физических упражнений, других формах трудовой деятельности (работа на участке), играх и т.д. Обучение детей правильной посадке за столом. Признаки, виды и степени нарушения осанки у детей (сутулость, кифотическая осанка, лордическая осанка, сколиозы). Мероприятия, способствующие исправлению осанки. Плоскостопие, его причины, симптомы, способы выявления и меры предупреждения.

Гигиена окружающей среды.

Гигиенические требования к воздушной среде и тепловому режиму помещений в дошкольных образовательных организациях и общеобразовательных учреждениях. Гигиенические требования к световому режиму в дошкольных образовательных организациях и общеобразовательных учреждениях. Гигиенические требования к оборудованию игральных и групповых комнат, спален, раздевалки, туалетных комнат в дошкольных образовательных организациях. Гигиенические требования к помещениям и оборудованию общеобразовательных учреждений. Гигиенические требования к детской мебели. Профилактика нарушения осанки у детей. Требования, предъявляемые к детской одежде и обуви. Санитарно-гигиенические требования к условиям организации работы детей с компьютером. Гигиенические требования к трудовой деятельности детей. Гигиенические требования к детским книгам и игрушкам.

Первая помощь при несчастных случаях и травмах.

Общие принципы оказания первой доврачебной помощи. Аптечка первой помощи, ее содержание, правила хранения и использования. Понятия «асептика» и «антисептика». Меры предупреждения несчастных случаев и травматизма в детском дошкольном учреждении и семье. Понятие о травме. Виды травм. Особенности и структура детского травматизма. Принципы оказания первой помощи. Травматический шок. Первая помощь, профилактика, особенности травматического шока у детей. Основы десмургии, виды повязок (спиральная, крестообразная, восьмиобразная и т.д.). Техника наложения повязок на различные части тела. Открытые повреждения. Классификация ран и их клинические признаки. Правила оказания первой помощи при ранениях. Осложнения ран. Виды кровотечений. Понятие о патологическом и травматическом кровотечении. Способы остановки артериального, венозного и капиллярного кровотечений. Правила наложения жгута. Первая помощь при кровотечении из уха, носа, при легочном, желудочном, кишечном кровотечении у детей. Закрытые повреждения: ушибы, растяжения, вывихи, закрытые переломы костей. Признаки, первая помощь, правила транспортировки. Применение холода и тепла при травмах. Способы иммобилизации. Способы наложения повязок. Синдром длительного сдавливания (травматический токсикоз). Первая помощь и последовательность ее оказания. Открытые переломы костей. Признаки, первая помощь. Способы и правила иммобилизации. Первая помощь при повреждении головы, шеи и позвоночника. Сотрясения и ушибы головного мозга. Признаки, первая помощь, особенности транспортировки. Повязки на голову и шею. Закрытые и открытые повреждения грудной клетки. Признаки, первая помощь, повязки на грудную клетку. Повреждения живота, органов брюшной полости и таза. Закрытые и проникающие ранения живота. Виды повязок на область живота и паха. Первая помощь при повреждении нижней конечности. Повязки на нижнюю конечность. Иммобилизация верхней и нижней конечности. Ожоги (термические, химические, радиационные, солнечные). Площадь, степень тяжести ожога. Ожоговая болезнь. Особенности течения ожогов у детей раннего и дошкольного возраста. Принципы оказания первой до врачебной помощи при ожогах I-IV степени. Первая помощь при ожогах слизистой оболочки глаз, полости рта и

желудка. Меры профилактики. Переохлаждение и обморожение. Первая помощь, профилактика. Солнечный и тепловой удар у детей. Симптомы, первая помощь и профилактика. Электротравма. Местные и общие признаки, первая помощь. Первая помощь при обморочном состоянии, эпилептическом припадке, истерическом припадке у детей. Первая помощь при головной и зубной боли. Первая помощь при утоплении в соленой и пресной воде, при удушении. Первая помощь при отравлении кислотами и щелочами, медикаментозными средствами. Понятие «острый живот». Выпадение прямой кишки, ущемление грыжи, парафимоз. Первая помощь, профилактика у детей дошкольного возраста. Первая помощь при укусах змей и насекомых. Терминальное состояние. Понятие о клинической и биологической смерти. Приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Особенности реанимации у детей.

## **6. Разработчик**

Щербакова Татьяна Геннадьевна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры эколого-биологического образования и медико-педагогических дисциплин ФГБОУ ВО «ВГСПУ».