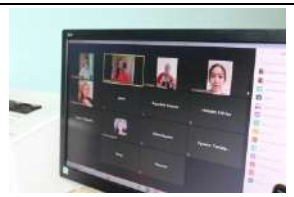
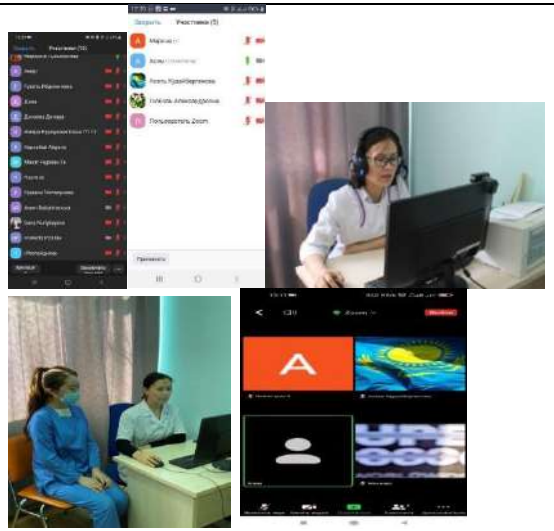
Мониторинг работы школы здоровья за 1 квартал 2023 года
по ГКП на ПХВ «ГП № 11»

№	Названия школ	Темы занятий:	Охват	Фото отчет
1	**Школа астмы** В течении 1 квартала провели 9 занятий.	По следующим темам: 1. Анатомия и физиология дыхательных путей. Ознокомления с бронхиальной астмой. Причины вызывающие данное заболевание и механизмы его развития. 2. Приступы, первые признаки начинающего приступа. Факторы риска, способствующие возникновению и обострению заболевания. 3. Алгоритм действия при приступе удушья и в период обострения бронхиальной астмы. Профилактические меры для предупреждения приступа. 4. Лечение бронхиальной астмы. Ингаляционная техника. Базисная терапия. Негормональные и гормональные препараты в лечении БА. 5. Лечение обострений. Немедикаментозные методы лечения (ПФК, ФТЛ и т.д.). Современные подходы к различным видам немедикаментозной терапии. 6. Питание во время БА. 7. Пикфлуометрия. Обучение ведению дневника самоконтроля. **8.** Подведение итогов и контроль полученных знаний.	Охват 62 человек.	
2	**Школа диабета** В течении 1 квартала провели 6 занятий.	1. Понятие о сахарном диабете. Типы сахарного диабета. 2. Принципы питания при сахарном диабете. 3. Физические нагрузки при сахарном диабете 4. Лечение сахарного диабета. Сахароснижающие препараты. 5. Инсулинотерапия. Виды инсулинов, схемы инсулинотерапии. Техника инъекций. Хранение инсулина 6. Острые и хронические осложнения сахарного диабета.	Охват 58 человек.	

		7. Самоконтроль. Контроль сахара крови и ацетона в моче в домашних условиях. Уход за стопами. 8. Самоконтроль. Состояние глаз и почек у больных диабетом		
3	**Школа здорового ребенка** В течении 1 квартала провели 11 занятий.	1. Новорожденный ребенок и уход за ним. 2. Грудное вскармливание. Правила прикладывания к груди 3. Физическое воспитание (гимнастика, массаж, закаливание организма) 4. Уход, игры и общение в целях развития ребёнка 5. Рекомендации по питанию детей первых 3-лет жизни 6. Понятие о рахите. Профилактика рахита у детей первого года жизни года 7. Профилактика ОРВИ у детей раннего возраста 8. Роль прививок в профилактике инфекционных заболеваний. Календарь прививок	97	
4	**Школа инсульта** В течении 1 квартала провели 6 занятий.	1. Что необходимо знать об инсульте. Виды инсульта. 2. Факторы риска. Первичная и вторичная профилактика инсульта. 3. Принципы ухода за пациентом с инсультом, патронаж, подходы к реабилитации. Средства ухода за больными. Средства реабилитации 4. Постинсультное состояния, реабилитация пациентов перенесших инсульт. 5. Гипертонический криз и острая гипертоническая энцефалопатия	67	

		6. Оптимизация обслуживания и самообслуживания больного в домашних условиях 7. Юридические основы социальной помощи пациентам с инсультом 8. Уход за тяжелобольным пациентом		
5	**Школа АГ** В течении 1 квартала провели 6 занятий.	1. Что надо знать об артериальной гипертонии. Механизмы развития артериальной гипертонии. Обучение пациентов измерению артериального давления, знакомство с тонометром. 2. Здоровое питание. Что необходимо знать пациенту о питании при АГ. 3. Ожирение и АГ. 4. Физическая активность при АГ. 5. Факторы риска при АГ. Возможные осложнения АГ. 6. Профилактика АГ. 7. Медикаментозное лечение АГ. Как повысить приверженность пациентов к лечению 8. АГ у отдельных групп населения (подростков, старших возрастных групп, беременных, спортсменов)		

6	**Школа молодой матерей** В течении 1 квартала провели 11 занятий.	1. Питание молодой матери. 2. Гигиена молодой матери. 3. Грудное вскармливание. Ошибки, ведущие к прекращению или уменьшению лактации 4. Уход за новорожденным. Подготовка к прогулке с новорожденным 5. Контрацепция 6. Развитие коммуникативных навыков матери с ребенком и его ближайшим окружением 7. Психо-эмоциональное состояние молодой матери. Профилактика послеродовой депрессии. 8. Развитие материнских чувств во взаимоотношении с собственным ребенком	83	
7	**Школа пожилых** В течении 1 квартала провели 12 занятий.	1.Факторы благоприятствующие долгожительству. Профилактика болезней людей пожилого возраста. Первая доврачебная помощь. 2.Заболевания сердечно-сосудистой системы. Атеросклероз. Нарушения сердечного ритма. Ишемическая болезнь сердца, стенокардия. Гипертоническая болезнь. 3.Заболевания органов дыхания. Острый бронхит. Бронхиальная астма. Грипп и ОРВИ. 4.Заболевания позвоночника их профилактика. Строение позвоночника. Осанка. Как вести себя при острой боли в спине. Грыжа межпозвоночных дисков. Остеохондроз позвоночника. Спондилез 5.Заболевания ЖКТ. Симптомы больного желудка (запах изо рта, тошнота, изжога, рвота и кровавая рвота, метеоризм, икота, анорексия, запор) 6.Головная боль: напряжения, мигрень, при болезнях носа и носоглотки, при нервных заболеваниях. Советы для профилактики головных болей. 7.Ожирение: причины, формула оценки массы тела. Принципы рационального питания	109	

		8.Влияние хронического стресса на здоровье. Иммунитет. Бессонница: причины, лечение, профилактика		
8	**Школа поведенческих факторов** В течении 1 квартала провели 8 занятий.	1.Физическая активность – основа здорового образа жизни 2.Режим дня и здоровье человека 3.Стресс – как фактор риска поведенческих расстройств 4.Коммуникативные навыки 5.Здоровое питание 6.Чрезмерное употребление алкоголя 7.Профилактика ожирения 8.Профилактика табакокурения	91	
9	**Школа планирования семьи** В течении 1 квартала провели 10 занятий.	1. Питание во время беременности и после родов 2. Гигиена беременной 2 и 3 триместр 3. Половая жизнь при беременности 4. Кесарево сечение 5. Контрацепция 6. Вредные привычки и беременность 7. Гигиена супружеской жизни. Общие сведения об инфекциях, передаваемых половым путем 8. Планирование семьи	111	

10	**Школа подготовки к родам** В течении 1 квартала провели 12 занятий.	1.Анатомические и физиологические изменения в организме женщины в период беременности. Первые этапы развития плода. 2.Рациональное питание в период беременности. 3.Комплекс упражнений во время беременности. 4.Половая жизнь во время беременности. 5.Психологическая подготовка к родам и рождению ребенка. Поведение в родах. 6.Подготовка к 1, 2, 3 периоду родов. Положения во время схваток и родов. 7.Профилактика наиболее распространенных осложнений родов и послеродового периода. 8.Основы ухода за новорожденными. Практические занятия по демонстрации приемов ухода за новорожденным	123	