

КЗ СОР «Сумський фаховий медичний коледж»

Спеціальність 223 – Медсестринство

Вибіркова дисципліна

Хвороби цивілізації

«Живи в цивілізації – контролюю її ризики»



Організація навчального процесу

Структура курсу

90 годин · 3 кредити ECTS

- Лекції – 10 год.
- Практичні заняття – 40 год.
- Самостійна робота – 40 год.

Форма контролю

Підсумковий контроль – диференційований залік.

Курс поєднує теоретичну підготовку з практичними навичками, необхідними для роботи медичної сестри в умовах сучасної охорони здоров'я.

Що таке хвороби цивілізації?

Це неінфекційні захворювання, спричинені сучасним способом життя, екологічними факторами та психоемоційним напруженням. Вони є основною причиною інвалідності та смертності у світі.

Епідемічний масштаб

Серцево-судинні, онкологічні хвороби, діабет та ожиріння – лідери смертності глобально.

Гіподинамія та стрес

Малорухливість, переїдання, шкідливі звички – ключові тригери патології.

Профілактика

Багато хвороб хронічні – знання про етіологію та профілактику є критичним.



Мета дисципліни



Основна мета

Сформувати у здобувачів освіти вміння **діагностувати, запобігати та коригувати** розлади, спричинені сучасним середовищем і способом життя.

- i** Дисципліна інтегрує знання з патофізіології, дієтології, психології та гігієни для цілісного розуміння проблем здоров'я.

Компетентності здобувача освіти

Після вивчення дисципліни студент здобуває широкий спектр компетентностей:

Загальні компетентності

- ЗК 3 – Гендерна рівність
- ЗК 4 – Практичне застосування знань
- ЗК 5 – Комунікація державною мовою
- ЗК 6 – Розуміння предметної області
- ЗК 8 – Міжособистісна взаємодія

Спеціальні компетентності

- СК 1 – Професійні стандарти
- СК 2 – Догляд за пацієнтом
- СК 4 – Сімейно-орієнтований підхід
- СК 6 – Мультидисциплінарна команда
- СК 7 – Обґрунтовані клінічні рішення
- СК 9 – Діагностика та дезінфекція
- СК 10 – Безпека пацієнта
- СК 12 – Неперервний розвиток
- СК 13 – Санітарно-гігієнічні заходи
- СК 15 – Профілактичні втручання

Програмні результати навчання

Комунікація та документація

ПРН 1, 4, 5 – Ведення медичної документації, спілкування державною мовою, дотримання правил охорони праці.

Діагностика та маніпуляції

ПРН 9, 10, 11, 12 – Розпізнавання ознак хвороб, підготовка до досліджень, застосування ліків, виконання маніпуляції.

Екстрена допомога та безпека

ПРН 8, 13 – Надання невідкладної допомоги, створення безпечного лікарняного середовища.

Профілактика та навчання

ПРН 15, 16, 17 – Консультування населення щодо ЗСЖ, вакцинація, протиепідемічні заходи.

Командна робота та розвиток

ПРН 6, 7, 18, 19 – Етична взаємодія, паліативна компетентність, ефективна командна робота.

Основні напрямки вивчення



Фактори ризику

Стрес, гіподинамія, нездорове харчування, куріння, алкоголь, екологічне забруднення.



Патогенез

Механізми розвитку захворювань, пов'язаних із сучасним ритмом і способом життя.



Ключові хвороби

Гіпертонія, ІХС, атеросклероз, діабет II типу, ожиріння, депресія, синдром хронічної втоми.

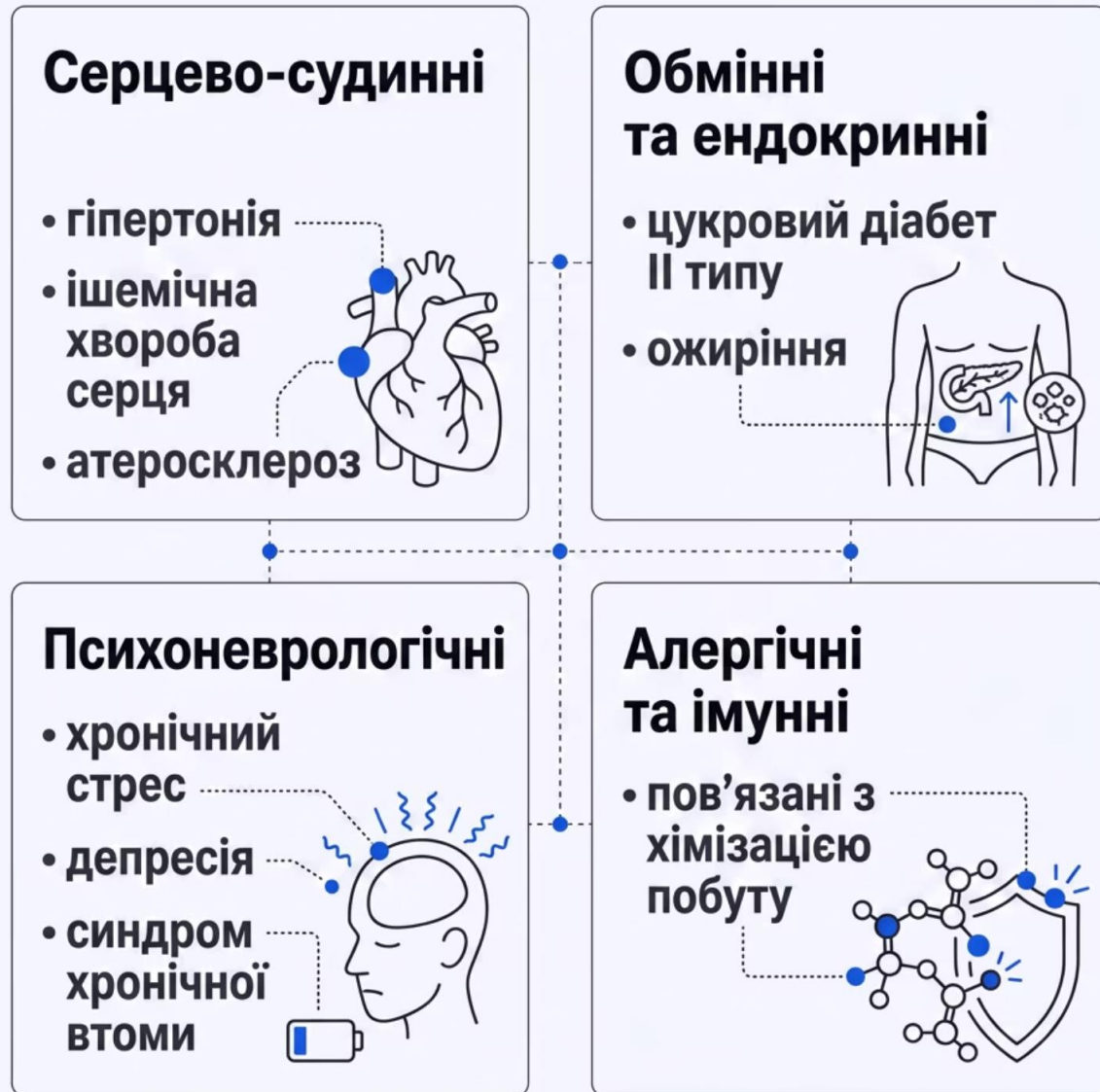


Профілактика

Корекція способу життя, раціональне харчування, фізична активність.



Ключові хвороби цивілізації



Чому це важливо?

Ці захворювання мають спільну основу – **відхилення від природного способу життя**. Розуміння їхнього патогенезу дозволяє медичній сестрі ефективно планувати профілактику та догляд.

- ❑ Більшість хвороб цивілізації є хронічними та важко піддаються повному виліковуванню – тому профілактика є пріоритетом.

Що ви зможете після курсу?



Аналізувати причини хвороб

Оцінювати вплив гіподинамії, стресу, неправильного харчування та шкідливих звичок на організм.



Розробляти програми профілактики

Формувати індивідуальні плани корекції раціону та фізичної активності для запобігання ожирінню та діабету.



Діагностувати та прогнозувати ризики

Вчасно розпізнавати симптоми хвороб серцево-судинної, ендокринної та нервової систем.



Формувати здоровий спосіб життя

Професійно оцінювати та коригувати спосіб життя пацієнтів для підвищення якості та тривалості активного довголіття.



Змініть спосіб життя сьогодні — уникніть хронічних хвороб завтра!

Курс «Хвороби цивілізації» – це ваш перший крок до того, щоб стати професіоналом, який не лише лікує, а й **запобігає**.