	Министерство здравоохранения Рязанской области
	Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Рязанский медицинский колледж»
	В рамках реализации «Программы развития колледжа»
	ШКОЛА ЗОЖ

Фетальный алкогольный синдром:

разбитые надежды,
разрушенная жизнь

9/9/99

Всемирный день знаний о ФАС

Гречанинова Людмила Михайловна
председатель ЦМК по специальности
«Акушерское дело»
Видеоселекторное совещание 07.09.2015
Рязанский медицинский колледж



Акушерское дело

План открытых мероприятий



Методический совет

29.10.2015

Л.М. Гречанинова, А.Л. Шумова

**Формирование
навыков здорового
образа жизни
у молодежи в
«Рязанском
медицинском
колледже»**

При распространении идей ничто не является более эффективным, чем привлечение тех, на кого эти идеи направлены.

Лучший способ воспитать человека – не воспитывать, а привлечь его к воспитанию других.

Лучший способ информировать – привлечь к информированию других.

Один из самых действенных способов усвоения информации – передача ее кому-либо

Рязань 2015

Методические рекомендации для волонтеров, преподавателей и студентов по вопросам здорового образа жизни включают основные направления работы по формированию культуры здорового образа жизни. Предназначены для организации медико-санитарного просвещения и пропаганды ЗОЖ в «Рязанском медицинском колледже» Материалы включают в себя описание опыта работы и основных технологий организации мероприятий на основе взаимодействия и сотрудничества всех субъектов воспитательного процесса на основе формирования у обучающихся способности к самопознанию, самосовершенствованию и саморазвитию. Представлен макет методических материалов для организации акций, приуроченных к Всемирным дням, а также материалы, представленные на Конференции «ПРОФИЛАКТИКА- 2015»

Составители:

Журавлева Т.П. – заместитель директора

Никифорова Г.Н.- руководитель отдела по воспитанию

Алимушкина Ю.А.- руководитель отдела научно-информационного обеспечения образовательного процесса

Шумова А.Л. к.м.н., руководитель отдела по инновационному и стратегическому развитию, руководитель «Школы здорового образа жизни»

Миринова С.Н., заведующая отделением

Туманова С.А., заведующая отделением

Никифорова Г.Н., руководитель отдела

Дрожжина Е.А.,

Губарева В.А., преподаватель

Захарова Е.В., преподаватель

Клишунова Л.В., преподаватель

Дрожжина Е.А. -

Рецензент: заведующая отделением

восстановительного лечения ГБУ РО ГКБ №4,
врач физиотерапевт
высшей квалификационной категории

Г.В. Дивеева

Содержание

№	Тема	Стр.
1.	ОПЫТ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МОЛОДЕЖИ В «РЯЗАНСКОМ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОМ КОЛЛЕДЖЕ»	4
2.	МАКЕТ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПЛАНИРОВАНИЯ МЕДИКО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ АКЦИИ	11
3.	<i>КЛАСС XXI ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБРАЩЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ (Z00-Z99)</i> Выписка из МКБ – 10)	14
4.	Материалы по изучению проблем здорового образа жизни в Рязанском медицинском колледже, представленные на конференции «ПРОФИЛАТИКА-2015», Москва	24

1. ОПЫТ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МОЛОДЕЖИ В «РЯЗАНСКОМ МЕДИЦИНСКОМ КОЛЛЕДЖЕ»

В настоящее время формирование здорового образа жизни у населения является одним из ведущих направлений развития здравоохранения Российской Федерации. Формирование здорового образа жизни у студентов-медиков имеет свои особенности. Это деятельность, позволяющая:

1- осуществить первичную профилактику социально опасных форм поведения у молодежи;

2- сформировать образ жизни для сохранения и укрепления здоровья с учетом профессиональных рисков;

3 – рассмотреть вопросы стиля жизни в контексте семейных ценностей и традиций;

4- обучить данной работе как будущей профессиональной деятельности.

Поэтому подход, основанный на выделении приоритетов и возможности оценки эффективности достигнутых результатов (то есть модели профессиональной деятельности) лежит в основе выбора форм и методов работы со студентами-медиками по формированию здорового образа жизни.

Обучение студентов по вопросам формирования здорового образа жизни в настоящее время в «Рязанском медицинском колледже» включает в себя различные направления:

внесение вопросов сохранения и укрепления здоровья в рабочие программы по всем учебным дисциплинам и профессиональным модулям,

проведение учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы,

введение учебной дисциплины «Профессиональная культура здоровья»,

включение вопросов здорового образа жизни в административный срезовой контроль знаний студентов,

работу с населением в части формирования здорового образа жизни во время прохождения производственной практики,

включение вопросов сохранения и укрепления здоровья в конкурсы по специальностям,

работу волонтерского движения;

работу над проектом по формированию здоровьесберегающего пространства и другие формы организационной, учебной (аудиторной и внеаудиторной) и воспитательной работы.

Однако, несмотря на декларированность ценности здоровья и при достаточно высоком уровне информирования о факторах риска, ответственность за снижение работоспособности и развитие заболеваний (по данным наших исследований) в большинстве случаев перекладывается как студентами, так и преподавателями, на систему здравоохранения.

Таким образом, информирование, включение в образовательный и воспитательный процесс вопросов по формированию здорового образа жизни являются необходимыми, но недостаточными условиями для формирования

активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья и социальной ответственности за свое здоровье у студентов-медиков.

Мы провели ряд исследований по изучению состояния резервов здоровья у студентов в связи с уровнем физической активности, психологическими особенностями, профилем ответственности. На основании полученных результатов осуществляли коррекцию образовательных программ – содержательную и технологическую части. Однако, ведущим фактором, обуславливающим эффективность деятельности, является вовлечение самих студентов в обучающий процесс по формированию здорового образа жизни и создание среды, в которой системообразующим фактором является ценность здоровья.

***Международный и отечественный опыт работы
медицинских и образовательных учреждений
свидетельствует о том, что
наибольшую результативность и эффективность
такой работы обеспечивает привлечение самих
молодых людей к профилактической работе с
молодежью,***

***так как при распространении идей ничто не
является более эффективным, чем привлечение тех,
на кого эти идеи направлены.***

***Лучший способ воспитать человека – не
воспитывать, а привлечь его к воспитанию других.***

***Лучший способ информировать – привлечь к
информированию других.***

***Один из самых действенных способов усвоения
информации – передача ее кому-либо.***

Поэтому основная задача деятельности в области формирования здорового образа жизни студентов включает формирование ценности личного здоровья и освоение технологий его сохранения и укрепления на основе приверженности и пропагандирования здорового образа жизни самими студентами в молодежной среде. Именно на этой идее строится наша работа в отношении волонтерского движения в части формирования здорового образа жизни.

Однако в настоящее время огромный потенциал системы образования в части формирования мировоззрения, образа жизни молодежи используется недостаточно эффективно, что, на наш взгляд, обусловлено следующими причинами:

- рассогласованностью во взглядах, позициях самих работников образовательной сферы, их недостаточным профессионализмом в работе по формированию здорового образа жизни;

- расхождением в целях этой работы специалистов системы образования и здравоохранения с «потребителями» образовательных услуг – молодыми людьми, родителями, работодателями;

- отсутствием единого информационно-методического пространства, технологий деятельности и координации работы как отдельных педагогов, так и

структурных подразделений учреждения в целом в части формирования здорового образа жизни.

С целью повышения эффективности и оптимизации деятельности по формированию здорового образа жизни у сотрудников и студентов колледжа, была организована работа «Школы здорового образа жизни», основной целью которой является координация, информационное и организационно-методическое сопровождение деятельности всех заинтересованных структур колледжа. Координация учебной (аудиторной и внеаудиторной) и внеучебной деятельности по формированию здорового образа жизни, включение обучающихся мероприятий для преподавателей и организация массовых мероприятий, как ведущей социальной технологии формирования здорового образа жизни на наш взгляд, являются основными условиями эффективности этой работы. Деятельность на индивидуальном, групповом и массовом уровнях требует достаточно профессиональной методической и административной поддержки.

Наиболее эффективной технологией формирования здорового образа жизни у студентов мы считаем развитие волонтерского движения в рамках работы «Школы здорового образа жизни», так как его идеология – учет потребностей добровольца и организация деятельности на основе решения конкретных задач, безусловно, является достаточно сложной, но на наш взгляд наиболее оптимальной для формирования здорового образа жизни у студентов-медиков. Данная работа требует достаточно хорошо организованной образовательной среды, в которой возможно определение проблем, постановка задач и организация деятельности студентов на основе реальных и действительно востребованных мероприятий. А для этого необходимо объединений усилий и резервов всех структурных подразделений и деятельности всех участников образовательного процесса. Необходимо сложить все кусочки «мозаики» данной работы в единое целое. Именно для решения этих задач была создана «Школа здорового образа жизни».

Координация различных направлений работы на основе единого методического подхода, на наш взгляд, и является основным и определяющим условием работы по формированию здорового образа жизни в образовательном учреждении.

Основными методическими задачами являются:

- внедрение технологии обучения, основанной на формировании навыков;
- организация единого учебно-воспитательного пространства при проведении мероприятий в рамках волонтерского движения;
- включение мероприятий по формированию неприятия курения, употребления ПАВ, злоупотребления алкоголем через проведение волонтерами изучения мнений (отношения) у населения к данным факторам риска;
- организация единых для колледжа мероприятий в рамках проводимых Всемирных (международных) дней ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения) и другими международными организациями.

Выбор оптимальных форм и методов работы кураторов групп, преподавателей со студентами по формированию здорового образа жизни в

рамках волонтерского движения должен основываться на личных интересах и ожиданиях всех участников, в том числе и преподавателей. Поэтому одним из условий, обеспечивающих неформальное и профессиональное отношение к работе со студентами со стороны всего педагогического коллектива является организация обучающих мероприятий для руководителей и преподавателей по современным технологиям формирования здорового образа жизни, например, проведение лекций по аналогии с публичными лекциями Минздрава России, проведение педагогических семинаров по анализу опыта организации различных проектов, проведение тренингов (например, на основе собственного мотивационного профиля разработка мероприятий по формированию здорового образа жизни; обеспечение информационно-методической поддержки, организацию мероприятий по технологии «WORKSHOP».

Наиболее важными моментами мы считаем внедрение технологий обучения на основе формирования личных навыков и построение мероприятий с учетом включения всех заинтересованных сторон образовательного процесса: предварительная подготовка педагогического коллектива, обеспечение методической и информационной поддержки работы, проведение исследований по ключевым моментам, включение в акции в обязательном порядке организации научно-исследовательской работы студентов, мониторинг проводимой работы.

В предлагаемые материалы мы включили

I. элементы используемой нами технологии формирования здорового образа жизни, основанное на развитии жизненных навыков (на основе материалов Всемирной организации здравоохранения) и

II. рекомендуемые методические материалы (макет) для планирования массовых мероприятий, активными и основными участниками которых должны быть сами студенты - волонтеры.

I. Формирование здорового образа жизни, основанное на развитии жизненных навыков

Образование в области здоровья, основанное на привитии навыков, представляет собой подход к созданию или внедрению здорового образа жизни и условий на основе знаний, отношений и *навыков* с использованием познавательного опыта с акцентом на методике совместного участия.

Жизненные навыки - это способность к адаптивному и положительному поведению, которое дает возможность человеку эффективно справляться с потребностями и трудностями повседневной жизни (определение ВОЗ). В частности, жизненные навыки - это психосоциальные компетенции и навыки межличностного общения, которые помогают людям принимать информированные решения, решать проблемы, мыслить критически и творчески, эффективно общаться, строить здоровые взаимоотношения, сопереживать другим людям, организовывать свою жизнь здоровым и продуктивным образом. Жизненные навыки могут быть направлены на личные действия или действия в отношении других людей, или могут применяться к действиям, которые меняют окружающую среду с тем, чтобы сделать ее благоприятной для здоровья.

Жизненные навыки для санитарного просвещения на основе навыков

1. Коммуникация и навыки межличностного общения

Навыки межличностного общения

Вербальная/невербальная коммуникация

- Активное слушание
- Выражение чувств: получение и предоставление (без обвинений) и получение отклика.

Навыки ведения переговоров/отказа

- Переговоры и разрешение конфликтов
- Навыки настойчивости
- Навыки отказа.

Формирование сопереживания/эмпатии

- Способность слушать, понимать потребности других людей, понимать обстоятельства и выразить это понимание.

Сотрудничество и коллективная/групповая работа

- Проявление уважения к тому, что делают другие люди, и к другому стилю
- Оценка собственных возможностей и вклад в коллектив/ группу.

Навыки пропаганды/защиты интересов

- Влияние на навыки и убеждения.
- Навыки создания сети и мотивации

2. Навыки принятия решений и критического мышления

Навыки принятия решения/решения проблем

- Навыки сбора информации
- Оценка будущих последствий совершаемых действий для самого себя и для других – определение альтернативных решений проблем
- Навыки анализа влияния ценностей и отношений, касающихся себя лично и других, на мотивацию.

Навыки критического мышления

- Анализ влияния сверстников и средств массовой информации
- Анализ отношений, ценностей, социальных норм, убеждений и факторов, влияющих на них
- Определение существенной информации и источников информации.

3. Навыки самоуправления и решения проблем

Навыки увеличения самоуверенности и способностей самоконтроля, принятия ответственности, изменения или достижения изменений

- Формирование чувства собственного достоинства/ самоуверенности
- Формирование навыков самоанализа, включение осознание прав, влияния, ценностей, отношений, прав, сильных и слабых сторон
- Определение целей
- Навыки самооценки, самоконтроля.

Навыки управления чувствами/эмоциями

- Управление чувством гнева
- Чувством горя и тревоги

- Чувствами, обусловленными потерей, насилием и травмой.

Навыки управления стрессом

- Контроль времени
- Положительное мышление
- Методика релаксации.

**Конкретные жизненные навыки для основных проблем здоровья:
курение, злоупотребления алкоголем, употребление ПАВ**

1. Коммуникация и навыки межличностного общения

Навыки коммуникации

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- информирования других об отрицательных и социальных последствиях и личных причинах отказа от алкоголя, табака и наркотиков;
- обращения с просьбой не курить в их присутствии.

Навыки сопереживания

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- слушать и показать понимание причин, по которым друг может принять решение использовать наркотики;
- предложить альтернативы привлекательным и убедительным образом.

Навыки пропаганды и защиты

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- убеждать руководителя принять и ввести в силу политику учреждения, свободного от табака;
- обеспечить поддержку на местном уровне учреждениям и общественным организациям, свободным от табакокурения.

Навыки ведения переговоров/ навыки отказа

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- противостоять неоднократным просьбам друзей пожевать или покурить табак, таким образом, чтобы не потерять престиж или друзей.

Навыки межличностного общения

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- поддержать людей, которые пытаются остановить потребление табака или других наркотиков;
- выразить конструктивную позитивную нетерпимость к тому, что друг потребляет вредные вещества. «Нехорошо, что ты делаешь это...»

2. Навыки принятия решений и критического мышления

Навыки принятия решений

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- собирать информацию в отношении последствий потребления алкоголя и табака;
- оценивать последствия в сравнении с причинами, которые молодые обычно приводят потребления алкоголя или табака;
- привести собственные доводы отказа от алкоголя или других наркотиков и дать объяснение этих причин другим людям;
- предложить пить безалкогольные напитки на вечеринке, где подается алкоголь;

- принять и придерживаться решения прекратить потребление табака или других наркотиков, и обратиться за помощью к другим людям с этой целью.

Навыки критического мышления

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- анализировать рекламу, целью которой является приобщение молодых людей к потреблению табака, и посмотреть, как она играет на желании выглядеть «хладнокровным», привлекательным для девушек или юношей;
- давать контринформацию, которая включает стоимость покупки сигарет и то, как еще можно использовать эти средства;
- оценить, как потребление табака сказывается на молодых людях;
- проанализировать, что может подтолкнуть их к потреблению вредных веществ, и направить их на поиски здоровой альтернативы.

3. Навыки самоконтроля и преодоления проблем

Навыки управления стрессами

Студенты могут наблюдать и практиковать способы:

- анализировать, что способствует стрессу;
- уменьшать стресс с помощью физических упражнений, медитации и управления временем; заводить дружбу с людьми, которые оказывают поддержку и помогают расслабиться

2. МАКЕТ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПЛАНИРОВАНИЯ МЕДИКО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ АКЦИИ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

программы мероприятий по формированию здорового образа жизни

1. НАЗВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ (информационно-коммуникационные кампании, акции и другие массовые мероприятия)

2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

3. УЧАСТНИКИ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ (структурные подразделения колледжа, учреждения образования, культуры, социальной защиты, общественные организации и др.):

4. ЦЕЛИ (информирование студентов, преподавателей и др., мотивация к ведению здорового образа жизни, формирование ответственности за состояние здоровья, повышение медицинской активности (прохождение диспансеризации, профосмотров, вакцинопрофилактика) и др.):

5. АКТУАЛЬНОСТЬ (учет показателей состояния здоровья различных групп населения, демографических показателей и др.)

6. ВКЛЮЧЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ ВСЕМИРНЫМ ДНЯМ:

Дата	ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ	Содержание мероприятия

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

Мероприятие	Тема	Целевая	Дата	Место	Ответствен-
-------------	------	---------	------	-------	-------------

		аудитория		проведения	ные
ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА					
1. Обучение кадров					
1.1 педагогические работники колледжа					
1.2. медицинские работники, социальные и педагогические работники образовательных учреждений.					
2. Методическая работа (методические материалы: методические разработки мероприятий, рекомендаций, информационные письма, листовки для различных групп и др.)					
3. Социологические исследования (опросы, анкетирование, другие формы изучения потребности в профилактических мероприятиях)					
ПОДГОТОВКА НАГЛЯДНЫХ МАТЕРИАЛОВ					
Санитарные бюллетени					
Буклеты					
Листовки					
Памятки					
Прочее					
Массовая работа (сотрудники колледжа, студенты – волонтеры, медицинские и немедицинские работники)					
Конференция					
Круглый стол					
Тематические выставки: в библиотеке,					

Тематические занятия для школьников, работников ЛПУ, населения					
Конкурсы, викторины					
Участие в работе «Школы здоровья»					
Другие формы					

7. КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Дата	Вид и наименование мероприятия	Целевая аудитория	Время проведения	Место проведения	Ответственные

8. АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОТЧЕТ О ВЫПОЛНЕНИИ ПРОГРАММЫ МЕРОПРИЯТИЙ (составляется после проведения всех мероприятий, обязательно включает в себя оценку эффективности программы в целом и каждого мероприятия в отдельности).

3. МКБ -10 Класс 21

МКБ №10

КЛАСС XXI ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБРАЩЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ (Z00-Z99)

Примечание:

Данный класс не предназначен для международных сравнений или для первичного кодирования причин смерти. Рубрики **Z00-Z99** предназначены для тех случаев, когда в качестве "диагноза" или "проблемы" указаны не болезнь, травма или внешняя причина, классифицированные в рубриках **A00-Y89**, а иные обстоятельства.

ОБРАЩЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ДЛЯ МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА И ОБСЛЕДОВАНИЯ (Z00-Z13)

Примечание: неспецифические отклонения от нормы, обнаруженные в ходе этих обследований, следует кодировать рубриками **R70-R94**.

Исключено: обследования в связи с беременностью и деторождением (**Z30-Z36, Z39.-**)

Z00 Общий осмотр и обследование лиц, не имеющих жалоб или установленного диагноза

Исключено:

медицинское обследование в административных целях (**Z02.-**)
специальные скрининговые обследования (**Z11-Z13**)

Z01 Другие специальные осмотры и обследования лиц, не имеющих жалоб или установленного диагноза

Включено: текущее обследование определенных систем

Исключено:

обследование:

- в административных целях (**Z02.-**)
 - при подозрении на заболевания (состояния) (не подтвержденные) (**Z03.-**)
- специальные скрининговые обследования (**Z11-Z13**)

Z02 Обследование и обращение в административных целях

Z03 Медицинское наблюдение и оценка при подозрении на заболевание или патологическое состояние

Исключено: случаи жалоб, вызванных страхом болезни, у лица с неустановленным диагнозом (**Z71.1**)

Z04 Обследование и наблюдение с другими целями

Включено: обследование в судебно-медицинских целях

Z08 Последующее обследование после лечения злокачественного новообразования

Включено: медицинское наблюдение и контроль после лечения

Исключено: последующая медицинская помощь и состояния выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

Z09 Последующее обследование после лечения состояний, не относящихся к злокачественным новообразованиям

Включено: медицинское наблюдение и контроль после лечения

Исключено:

контроль за:

- контрацепцией (Z30.4-Z30.5)

- протезами и другими медицинскими устройствами (Z44-Z46)

медицинское наблюдение и контроль после лечения злокачественного новообразования (Z08.-)

последующая медицинская помощь и состояние выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

Z10 Текущая общая проверка здоровья определенных подгрупп населения

Исключено: медицинское обследование в административных целях (Z02.-)

Z11 Специальное скрининговое обследование с целью выявления инфекционных и паразитарных болезней

Z12 Специальное скрининговое обследование с целью выявления злокачественных новообразований

Z13 Специальное скрининговое обследование с целью выявления других болезней и нарушений

ПОТЕНЦИАЛЬНАЯ ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СВЯЗАННАЯ С ИНФЕКЦИОННЫМИ БОЛЕЗНЯМИ (Z20-Z29)

Z20 Контакт с больным или возможность заражения инфекционными болезнями

Z21 Бессимптомный инфекционный статус, вызванный вирусом иммунодефицита человека [ВИЧ]

Исключено:

болезнь, вызванная вирусом иммунодефицита человека [ВИЧ] (B20-B24)

контакт с больным или возможность заражения вирусом иммунодефицита человека [ВИЧ] (Z20.6)

лабораторное подтверждение наличия вируса иммунодефицита человека [ВИЧ] (R75)

Z22 Носительство возбудителя инфекционной болезни

Включено: подозрение на носительство возбудителя болезни

Z23 Необходимость иммунизации против одной бактериальной болезни

Исключено: иммунизация:

- непроведенная (Z28.-)
- против комбинаций болезней (Z27.-)

Z24 Необходимость иммунизации против одной определенной вирусной болезни

Исключено: иммунизация:

- непроведенная (Z28.-)
- против комбинации болезней (Z27.-)

Z25 Необходимость иммунизации против одной из других вирусных болезней

Исключено: иммунизация:

- непроведенная (Z28.-)
- против комбинаций болезней (Z27.-)

Z26 Необходимость иммунизации против одной из других инфекционных болезней

Исключено: иммунизация:

- непроведенная (Z28.-)
- против комбинаций болезней (Z27.-)

Z27 Необходимость иммунизации против комбинаций инфекционных болезней

Исключено: непроведенная иммунизация (Z28.-)

Z28 Непроведенная иммунизация

Z29 Необходимость других профилактических мер

Исключено:

- десенсибилизация к аллергенам (Z51.6)
- профилактическое хирургическое вмешательство (Z40.-)

ОБРАЩЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В СВЯЗИ С ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМИ, ОТНОСЯЩИМИСЯ К РЕПРОДУКТИВНОЙ ФУНКЦИИ (Z30-Z39)

Z30 Наблюдение за применением противозачаточных средств

Z31 Восстановление и сохранение детородной функции

Исключено: осложнения, связанные с искусственным оплодотворением (N98.-)

Z32 Обследование и тесты для установления беременности

Z33 Состояние, свойственное беременности

Z34 Наблюдение за течением нормальной беременности

Z35 Наблюдение за течением беременности, подверженной высокому риску

**Z36 Дородовое обследование с целью выявления патологии у плода
[антенатальный скрининг]**

Исключено:

аномалии, выявленные при антенатальном скрининге матери (O28.-)
текущая пренатальная помощь (Z34-Z35)

Z37 Исход родов

Примечание: эта рубрика предназначена для дополнительного кодирования исхода родов в документах, относящихся к матери.

Z38 Живорожденные младенцы, согласно месту рождения

Z39 Послеродовая помощь и обследование

**ОБРАЩЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В СВЯЗИ С
НЕОБХОДИМОСТЬЮ ПРОВЕДЕНИЯ СПЕЦИФИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР И
ПОЛУЧЕНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ (Z40-Z54)**

Примечание: рубрики Z40-Z54 могут быть использованы для лиц, которые получают профилактическую помощь или которым предоставляется помощь, необходимая для выздоровления или с целью закрепления результатов лечения.

Исключено: последующее обследование при медицинском наблюдении после лечения (Z08-Z09)

Z40 Профилактическое хирургическое вмешательство

Z41 Процедуры, не имеющие лечебных целей

Z42 Последующая помощь с применением пластической хирургии

Исключено: пластическая хирургия:

- как метод лечения текущей травмы - кодируется в соответствующей травме
- как не имеющая лечебных целей косметическая операция (Z41.1)

Z43 Уход за искусственными отверстиями

Включено:

- закрытие
- зондирование или бужирование
- исправление
- обработка или промывание
- удаление катетера

Исключено:

осложнения наружной стомы (J95.0, K91.4, N99.5)
подгонка и налаживание протеза и другого устройства (Z44-Z46)
состояние, связанное с наличием искусственного отверстия, без необходимости ухода (Z93.-)

Z44 Подгонка и налаживание наружного протезного устройства

Исключено: наличие протезного устройства (Z97.-)

Z45 Налаживание и уход за имплантированным устройством

Исключено:

наличие протезов и других устройств (Z95-Z97)
нарушение функционирования или другие осложнения с устройством - см.
Алфавитный указатель

Z46 Подгонка и налаживание других устройств

Исключено:

наличие протезов и других устройств (Z95-Z97)
только выдача повторного рецепта (Z76.0)

Z47 Другие виды последующей ортопедической помощи

Исключено:

осложнения с внутренним ортопедическим устройством, имплантатом или пересаженной тканью (T84.-)
помощь, включающая реабилитационные процедуры (Z50.-)
последующее обследование после лечения перелома (Z09.4)

Z48 Другие виды последующей хирургической помощи

Исключено:

подгонка и налаживание протеза и другого устройства (Z44-Z46)
последующая ортопедическая помощь (Z47.-)
последующее обследование после:
- лечения перелома (Z09.4)
- операции (Z09.0)
уход за искусственным отверстием (Z43.-)

Z49 Помощь с использованием диализа

Включено: подготовка и проведение диализа

Исключено: состояние зависимости от почечного диализа (Z99.2)

Z50 Помощь с использованием реабилитационных процедур

Исключено: консультации (Z70-Z71)

Z51 Другие виды медицинской помощи

Исключено: последующее обследование после лечения (Z08-Z09)

Z52 Доноры органов и тканей

Исключено: обследование потенциального донора (Z00.5)

Z53 Обращение в учреждения здравоохранения в связи со специфическими процедурами, не выполненными

Исключено: непроведенная иммунизация (Z28.-)

Z54 Период выздоровления

ПОТЕНЦИАЛЬНАЯ ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СВЯЗАННАЯ С СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИМИ И ПСИХОСОЦИАЛЬНЫМИ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМИ (Z55-Z65)

Z55 Проблемы, связанные с обучением и грамотностью

Исключено: нарушения психологического развития (F80-F89)

Z56 Проблемы, связанные с работой и безработицей

Исключено:

проблемы, связанные с обстоятельствами жилищного и экономического характера (Z59.-)

профессиональная подверженность риск-факторам (Z57.-)

Z57 Профессиональная подверженность риск-факторам

Z58 Проблемы, связанные с физическими факторами окружающей среды

Исключено: профессиональная подверженность риск-факторам (Z57.-)

Z59 Проблемы, связанные с обстоятельствами жилищного и экономического характера

Исключено: неадекватное снабжение питьевой водой (Z58.6)

Z60 Проблемы, связанные с факторами социального окружения

Z61 Проблемы, связанные с неблагоприятными событиями, пережитыми в детстве

Исключено: синдром жестокого обращения (T74.-)

Z62 Другие проблемы, связанные с воспитанием ребенка

Исключено: синдром жестокого обращения (T74.-)

Z63 Другие проблемы, связанные с близкими людьми, включая семейные обстоятельства

Исключено:

проблемы, связанные с:

- воспитанием (Z62.-)

- неблагоприятными событиями, пережитыми в детстве (Z61.-)

синдром жестокого обращения (Т74.-)

Z64 Проблемы, связанные с определенными психосоциальными обстоятельствами

Z65 Проблемы, связанные с другими психосоциальными обстоятельствами
Исключено: текущая травма - см. Алфавитный указатель

ОБРАЩЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В СВЯЗИ С ДРУГИМИ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМИ (Z70-Z76)

Z70 Консультации, касающиеся сексуальных отношений, поведения и ориентации

Исключено: консультирование по поводу контрацепции или детородной функции (Z30-Z31)

Z71 Обращение в учреждения здравоохранения в связи с получением других консультаций и медицинских советов, не классифицированных в других рубриках

Исключено:

консультации, касающиеся сексуальных отношений (Z70.-)

консультирование по поводу контрацепции или детородной функции (Z30-Z31)

Z72 Проблемы, связанные с образом жизни

Исключено: проблемы, связанные с:

- социально-экономическими и психосоциальными обстоятельствами (Z55-Z65)

- трудностями организации нормального образа жизни (Z73.-)

Z73 Проблемы, связанные с трудностями организации нормального образа жизни

Исключено: проблемы, связанные с социально-экономическими и психосоциальными обстоятельствами (Z55-Z65)

Z74 Проблемы, связанные с зависимостью от постороннего ухода

Исключено: зависимость от поддерживающих жизнедеятельность механизмов или других приспособлений НКД (Z99.-)

Z75 Проблемы, связанные с медицинским обеспечением и другой медицинской помощью

Z76 Обращение в учреждения здравоохранения в связи с другими обстоятельствами

ПОТЕНЦИАЛЬНАЯ ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, СВЯЗАННАЯ С ЛИЧНЫМ И СЕМЕЙНЫМ АНАМНЕЗОМ И ОПРЕДЕЛЕННЫМИ СОСТОЯНИЯМИ, ВЛИЯЮЩИМИ НА ЗДОРОВЬЕ (Z80-Z99)

Исключено:

когда возможность повреждения плода является основанием для наблюдения или принятия соответствующих мер во время беременности (O35.-)
последующая медицинская помощь и состояние выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

последующие осмотры (Z08-Z09)

случаи, когда семейный или личный анамнез являются причиной проведения специального скрининга или другого осмотра или исследования (Z00-Z13)

Z80 В семейном анамнезе злокачественное новообразование

Z81 В семейном анамнезе психические расстройства и расстройства поведения

Z82 В семейном анамнезе определенные снижения трудоспособности и хронические инвалидизирующие болезни

Z83 В семейном анамнезе другие специфические нарушения

Исключено: контакт с больным или возможность заражения инфекционной болезнью в семье (Z20.-)

Z84 В семейном анамнезе другие болезненные состояния

Z85 В личном анамнезе злокачественное новообразование

Исключено:

последующая медицинская помощь и состояние выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

последующее обследование после лечения злокачественного новообразования (Z08.-)

Z86 В личном анамнезе некоторые другие болезни

Исключено: последующая медицинская помощь и состояние выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

Z87 В личном анамнезе другие болезни и болезненные состояния

Исключено: последующая медицинская помощь и состояние выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

Z88 В личном анамнезе аллергия к лекарственным средствам, медикаментам и биологическим веществам

Z89 Приобретенное отсутствие конечности

Включено: потеря конечности:

- послеоперационная
- посттравматическая

Исключено:

врожденное отсутствие конечностей (Q71-Q73)
приобретенная деформация конечностей (M20-M21)

Z90 Приобретенное отсутствие органов, не классифицированное в других рубриках

Включено: послеоперационная или посттравматическая потеря части тела НКД

Исключено:

врожденное отсутствие органов - см. Алфавитный указатель
послеоперационное отсутствие:
- селезенки (D73.0)
- эндокринных желез (E89.-)

Z91 В личном анамнезе риск-факторы, не классифицированные в других рубриках

Исключено:

в личном анамнезе злоупотребление психоактивными веществами (Z86.4)
воздействие загрязнения и другие проблемы, касающиеся физических факторов окружающей среды (Z58.-)
профессиональная подверженность риск-факторам (Z57.-)

Z92 В личном анамнезе медицинское лечение

Z93 Наличие искусственного отверстия

Исключено:

искусственное отверстие, требующее внимания или ухода (Z43.-)
осложнения внешней стомы (J95.0, K91.4, N99.5)

Z94 Наличие трансплантированного(ой) органа и ткани

Исключено:

осложнения, связанные с трансплантированным органом или тканью - см. Алфавитный указатель
наличие:
- искусственного сердечного клапана (Z95.3)
- сосудистого лоскута (Z95.-)

Z95 Наличие сердечных и сосудистых имплантатов и лоскутов

Исключено: осложнения в связи с сердечными и сосудистыми устройствами, имплантатами и лоскутами (T82.-)

Z96 Наличие других функциональных имплантатов

Исключено:

осложнения в связи с внутренними протезными устройствами, имплантатами и лоскутами (T82-T85)

подгонка и налаживание протеза и другого устройства (Z44-Z46)

Z97 Наличие других устройств

Исключено:

наличие устройства для дренажа спинномозговой жидкости (Z98.2)

осложнения в связи с внутренними протезными устройствами, имплантатами и лоскутами (T82-T85)

подгонка и налаживание протеза и другого устройства (Z44-Z46)

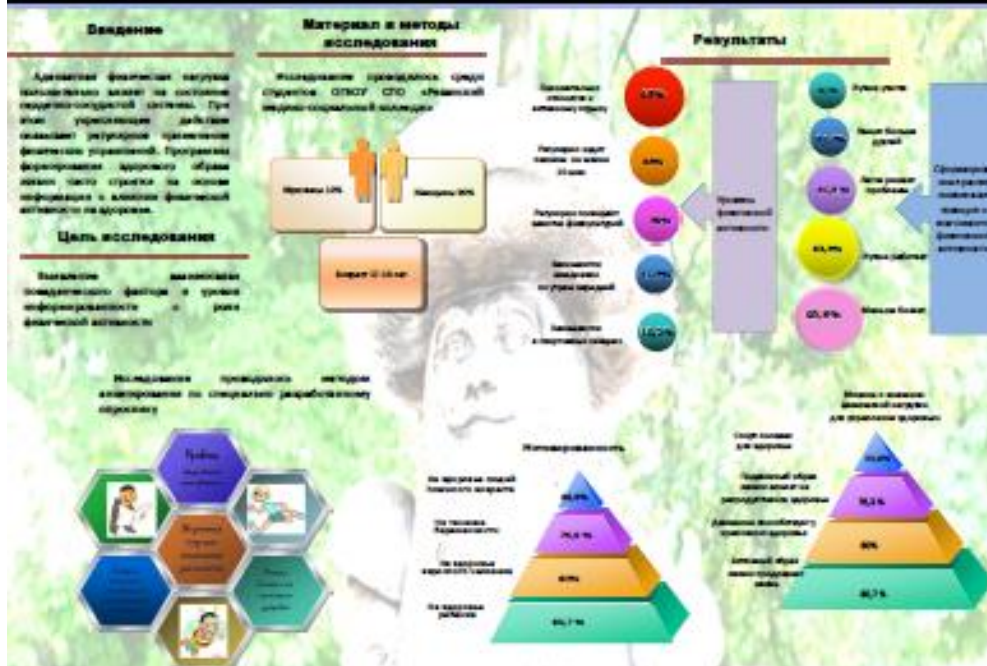
Z98 Другие послеоперационные состояния

Исключено:

последующая медицинская помощь и состояние выздоровления (Z42-Z51, Z54.-)

послеоперационные и постпроцедурные осложнения

Z99 Зависимость от поддерживающих жизнедеятельность механизмов и устройств, не классифицированная в других рубриках



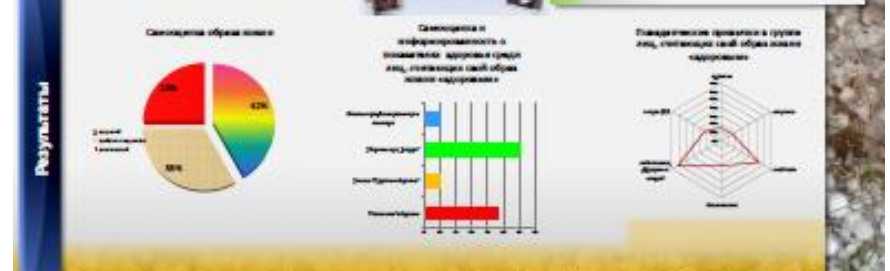
Здоровый образ жизни: самообман или реальность?

А.Л. Шумова, О.А. Горюева, З.Т. Лашкина, Г.С. Прохорова
ОГБОУ СПО «Рязанский медико-социальный колледж», г. Рязань

Введение
Здоровый образ жизни играет важную роль в жизни человека, а также является фактором профилактики заболеваний и развития психофизических заболеваний. В настоящее время здоровый образ жизни становится важным фактором среди молодежи, стремящейся к успеху и благополучию.

Цель исследования
Оценить информированность студентов об уровне здоровья, выявить факторы, влияющие на формирование здорового образа жизни.

Материал и методы
В исследовании приняло участие 136 студентов колледжа старшего звена, в возрасте от 17 до 28 лет. Все студенты прошли процедуру лабораторной диагностики здоровья согласно приказу Министерства здравоохранения РФ №120 от 22.06.2011 года и дополнили свои ответы на вопросы анкеты. Диагностика проводилась по вопросам информированности об уровне здоровья и его состоянии, а также по вопросам состояния здоровья, образа жизни, особенностей питания, уровня физической активности, времени, уделяемого занятиям.



Выводы
 Большинство студентов (87%) имеют положительное отношение к физической нагрузке, 48% регулярно ходят пешком по улице, 40% регулярно посещают занятия физкультурой, 17% посещают занятия по спорту на работе, 12% посещают занятия в спортивных клубах, 75% хорошо себя чувствуют, 10% часто болеют, 12,2% часто испытывают усталость, 10,8% часто болеют, 10,8% мало болеют.

Резюме / The summary
 В группе студентов - медиков, оценивших свой образ жизни как здоровый, более всего информированность об уровне здоровья и высокая информированность о состоянии здоровья. Предлагается включить профилактику заболеваний в программу медицинского образования.

It is noted that most students (87%) have a positive attitude to physical activity, 48% regularly walk on the street, 40% regularly attend physical education classes, 17% attend sports classes at work, 12% attend classes in sports clubs, 75% feel good, 10% get sick often, 12.2% get tired often, 10.8% get sick often, 10.8% get sick less often.

We suggest to include prophylactic measures in the program of medical education.