

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тверской государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра гигиены и экологии

Рабочая программа дисциплины
Гигиена

для иностранных обучающихся 2-3 курса,

направление подготовки (специальность)
31.05.01 Лечебное дело,

форма обучения
очная

Трудоемкость, зачетные единицы/часы	6 з.е. / 216 ч.
в том числе:	
контактная работа	104 ч.
самостоятельная работа	112 ч.
Промежуточная аттестация, форма/семестр	Экзамен / семестр 5

Тверь, 2026

Разработчики: зав. кафедрой гигиены и экологии, д-р мед. наук, доцент Самоукина А.М; старший преподаватель кафедры гигиены и экологии Смирнов А.В., ассистент кафедры гигиены и экологии Брюнеткина Е.С.

Внешняя рецензия дана: заместитель руководителя Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ивановской области, к.м.н. Когут В.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры гигиены и экологии «20» мая 2026 г. (протокол № 7)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании профильного методического совета «22» мая 2026 г. (протокол № 6)

Рабочая программа утверждена на заседании центрального координационно-методического совета «27» августа 2026 г. (протокол № 1)

I. Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по специальности 31.05.01 Лечебное дело, утвержденным приказом Минобрнауки России от 12.08.2020 г. № 988, с учетом рекомендаций основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) высшего образования.

1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся общепрофессиональных компетенций для оказания квалифицированной медицинской помощи в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Задачами освоения дисциплины являются:

предупреждение возникновения заболеваний среди населения путем проведения профилактических и противоэпидемических мероприятий;

формирование у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих;

обучение пациентов основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения - Индикаторы достижения компетенций	В результате изучения дисциплины обучающийся должен:
ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	ИОПК-2.1. Планирует и применяет наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний	Знать: - основные критерии здорового образа жизни и методы его формирования; - социально-гигиенические и медицинские аспекты алкоголизма, наркоманий, токсикоманий, основные принципы их профилактики; - формы и методы санитарно-гигиенического просвещения среди пациентов (их законных представителей), медицинских работников; - основные гигиенические мероприятия оздоровительного характера, способствующие укреплению здоровья и профилактике возникновения наиболее распространенных заболеваний; Уметь: - проводить санитарно-гигиеническое просвещение среди детей и взрослых пациентов (их законных представителей) и медицинских работников с целью формирования здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний; - формировать у детей и взрослых (их законных представителей) поведение, направленное на сохранение и повышение уровня соматического здоровья; - разрабатывать и реализовывать программы формирования здорового образа

	ИОПК-2.2. Осуществляет пропаганду здорового образа жизни, санитарно-просветительскую работу среди населения	жизни; Владеть: - навыками пропаганды здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний; - навыками проведения санитарно-просветительской работы среди детей и взрослых; формирования у детей и взрослых пациентов (их законных представителей) поведения, направленного на сохранение и повышение уровня соматического здоровья; - навыками формирования программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ. Знать: - основные критерии здорового образа жизни и методы его формирования; - социально-гигиенические и медицинские аспекты алкоголизма, наркоманий, токсикоманий, основные принципы их профилактики; - формы и методы санитарно-гигиенического просвещения среди пациентов (их законных представителей), медицинских работников; - основные гигиенические мероприятия оздоровительного характера, способствующие укреплению здоровья и профилактике возникновения наиболее распространенных заболеваний; Уметь: - проводить санитарно-гигиеническое просвещение среди детей и взрослых пациентов (их законных представителей) и медицинских работников с целью формирования здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний; - формировать у детей и взрослых (их законных представителей) поведение, направленное на сохранение и повышение уровня соматического здоровья; Владеть: - навыками пропаганды здорового образа жизни и профилактики наиболее распространенных заболеваний; - навыками проведения санитарно-просветительской работы среди детей и взрослых; - навыками формирования у детей и
--	--	--

	ИОПК-2.3. Формирует программы здорового образа жизни, направленные на снижение влияния негативных факторов на организм человека	взрослых пациентов (их законных представителей) поведения, направленного на сохранение и повышение уровня соматического здоровья; - навыками формирования программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; Знать: - основные критерии здорового образа жизни и методы его формирования; - социально-гигиенические и медицинские аспекты алкоголизма, наркоманий, токсикоманий, основные принципы их профилактики; - основы профилактической медицины; - этапы планирования и внедрения коммунальных программ профилактики наиболее распространенных заболеваний; Уметь: - разрабатывать и реализовывать программы формирования здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ; - разрабатывать план профилактических мероприятий и осуществлять методы групповой и индивидуальной профилактики наиболее распространенных заболеваний; - назначать профилактические мероприятия пациентам с учетом факторов риска для предупреждения и раннего выявления заболеваний, в том числе онкологических; проводить подбор и назначение лекарственных препаратов и немедикаментозных методов для профилактики наиболее распространенных заболеваний. Владеть: - навыками разработки плана профилактических мероприятий и осуществления методов групповой и индивидуальной профилактики наиболее распространенных заболеваний; - навыками назначения профилактических мероприятий детям и взрослым с учетом факторов риска, - навыками онкологической и гигиенической профилактики в соответствии с порядками оказания медицинской помощи,
--	--	--

		клиническими рекомендациями, с учетом стандартов медицинской помощи; - навыками подбора и назначения немедикаментозных методов для профилактики наиболее распространенных заболеваний.
--	--	---

3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина «Гигиена» входит в Обязательную часть Блока 1 ОПОП специалитета.

Предшествующий уровень образования – базовые знания дисциплин:

«**Нормальная физиология**» - для освоения модулей «Основы коммунальной гигиены» и «Гигиена детей и подростков»:

- функциональные системы организма человека, их регуляция и саморегуляция при воздействии внешней среды;
- закономерности функционирования отдельных органов и систем.

«**Микробиология, вирусология**» - для освоения модулей «Гигиеническое значение факторов окружающей среды», «Основы коммунальной гигиены» и «Гигиена питания»:

- классификация, морфология и физиология микроорганизмов и их идентификация;
- распространение и влияние на здоровье человека;
- методы микробиологических исследований.

Дисциплина «Гигиена» является фундаментом для изучения следующих дисциплин профессионального цикла:

«**Инфекционные болезни**» - модули «Гигиена питания», «Гигиеническое значение факторов окружающей среды», «Основы коммунальной гигиены».

«**Основы формирования здоровья**» - модули «Введение в специальность», «Гигиена детей и подростков», «Гигиена питания», «Здоровый образ жизни».

4. Объем дисциплины составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часов, в том числе 104 часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем, 76 часов самостоятельной работы обучающихся и 36 часов на подготовку к экзамену.

Для контроля самостоятельной работы студентов используются: тестирование на каждом занятии, тестирование в рамках рубежного контроля и рабочая тетрадь для подготовки к занятиям (Приложение 4).

5. Образовательные технологии

В процессе преподавания дисциплины используются следующие образовательные технологии, способы и методы формирования компетенций: лекция-визуализация, метод малых групп, использование компьютерных обучающих программ, написание рефератов, подготовка презентаций, УИРС в рамках СНО.

6. Формы промежуточной аттестации

В V семестре проводится трехэтапный курсовой экзамен, включающий в себя оценку практических навыков, тестирование и собеседование по теоретическим вопросам и ситуационным задачам. На кафедре реализуется балльно-накопительная система оценки знаний и умений студентов.

II. Учебная программа дисциплины

1. Содержание дисциплины

1. ВВЕДЕНИЕ В СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

1.1. Гигиена как основная профилактическая дисциплина медицины

2. МОДУЛЬ «ОСНОВЫ КОММУНАЛЬНОЙ ГИГИЕНЫ»

2.1. Гигиеническая оценка микроклимата

2.2. Комплексная оценка микроклимата

2.3. Гигиеническая оценка химического состава воздуха

2.4. Гигиеническая оценка эффективности вентиляции

2.5. Гигиеническая оценка естественного освещения

2.6. Гигиеническая оценка искусственного освещения

2.7. Рубежный контроль по модулю «Основы коммунальной гигиены»

3. МОДУЛЬ «ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ ФАКТОРОВ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ»

3.1. Вода: значение в жизнедеятельности человека, химический состав воды, нормативные документы

3.2. Гигиеническая оценка качества питьевой воды централизованной системы водоснабжения

3.3. Гигиеническая оценка качества питьевой воды нецентрализованной системы водоснабжения

3.4. Методы улучшения качества питьевой воды

3.5. Эколого-гигиеническое значение и санитарно-гигиенические показатели чистоты почвы.

3.6. Основы радиационной гигиены

3.7. Основы гигиены труда. Профессиональные заболевания

3.8. Рубежный контроль по модулю «Гигиеническое значение факторов окружающей среды»

4. МОДУЛЬ «ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ»

4.1. Физическое развитие детей и подростков

4.2. Методы оценки физического развития детей и подростков

4.3. Санитарно-эпидемиологические требования к общеобразовательным организациям

4.4. Гигиеническая оценка школьного расписания

4.5. Санитарно-гигиеническое обследование школы.

4.6. Рубежный контроль по модулю «Гигиена детей и подростков»

5. МОДУЛЬ «ГИГИЕНА ПИТАНИЯ»

ЧАСТЬ I. ПИТАНИЕ КАК ФАКТОР СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

5.1.1 Суточные энергозатраты человека.

5.1.2. Принципы рационального питания

5.1.3. Пищевой статус и оценка адекватности индивидуального питания.

5.1.4. Микробные пищевые отравления

5.1.5. Немикробные пищевые отравления

5.1.6. Санитарно-эпидемиологические требования к предприятиям общественного питания

5.1.7. Рубежный контроль «Гигиенические основы рационального питания»

ЧАСТЬ II. ЭКСПЕРТИЗА ПРОДОВОЛЬСТВИЯ

5.2.1. Гигиеническая экспертиза молока

5.2.2. Гигиеническая экспертиза мяса, рыбы, консервов

5.2.3. Гигиеническая экспертиза муки и хлеба

5.2.4. Рубежный контроль «Экспертиза продовольствия»

6. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

6.1. Здоровый образ жизни. Личная гигиена как составляющая часть общественной гигиены

2. Учебно-тематический план

2. Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций*

Коды (номера) модулей (разделов) дисциплины и тем	Контактная работа обучающихся с преподавателем					Всего часов на контактную работу	Самостоятельная работа студента, включая подготовку к экзамену (зачету)	Итого часов	Формируемые компетенции	Используемые образовательные технологии, способы и методы обучения	Формы текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости
	Лекции	Семинары	лабораторные практикумы	практические занятия, клинические	экзамен/зачет				ОПК-2		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Введение в специальность	4			2		6	2	8			
1.1.	4			2		6	2	8	X	ЛВ, ДОТ, МГ	Т
2. Основы коммунальной гигиены	4			14		18	15	33			
2.1.	2			2		4	3	7	X	ЛВ, МГ, ДОТ	С, Т, ЗС
2.2.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
2.3.	2			2		4	2	6	X	ЛВ, МГ, ДОТ	С, Т, Пр
2.4.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
2.5.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
2.6.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
2.7. Рубежный контроль				2		2	2	4	X	ДОТ	Т, ЗС, Пр
3. Гигиеническое значение факторов окружающей среды	8			19		27	19	46			
3.1.	2			2		4	3	7	X	ЛВ, МГ, ДОТ	С, Т, Пр
3.2.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
3.3.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
3.4.				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
3.5.	2			2		4	3	7	X	ЛВ, ДОТ	С, Т, ЗС, Р
3.6.	2			2		4	2	6	X	ЛВ, ДОТ	С, Т, Р, ЗС
3.7.	2			5		7	3	10	X	ЛВ, ДОТ	С, Т, Р, ЗС
3.8. Рубежный контроль				2		2	2	4	X	ДОТ	Т, ЗС, Пр

4. Гигиена детей и подростков	4			12		16	12	28			
4.1.	2			2		4	2	6	X	ЛВ, ДОТ	С, Т, Пр
4.2.				2		2	2	4	X	ДОТ	С, Т, ЗС
4.3.	2			2		4	2	6	X	ЛВ, ДОТ	С, Т
4.4.				2		2	2	4	X	ДОТ	С, Т, ЗС
4.5.				2		2	2	4	X		Э
4.6. Рубежный контроль				2		2	2	4	X	ДОТ	Т, ЗС, Пр
5. Гигиена питания	12			22		34	26	60			
Часть I Питание как фактор укрепления и сохранения здоровья											
5.1.1				2		2	2	4	X	ДОТ	С, Т, Р, ЗС
5.1.2.	2			2		4	2	6	X	ЛВ, КОП, ДОТ	Т, С, Пр
5.1.3	2			2		4	2	6	X	ЛВ, ДОТ	Т, С, Пр
5.1.4	2			2		4	3	7	X	ЛВ, ДОТ	Т, С, ЗС, Р
5.1.5	2			2		4	3	7	X	ЛВ, ДОТ	Т, С, ЗС, Р
5.1.6.				2		2	2	4	X	ДОТ	Т, С, ЗС, Р
5.1.7 Рубежный контроль				2		2	2	4	X	ДОТ	Т, ЗС
Часть II Экспертиза продовольствия											
5.2.1	2			2		4	3	7	X	ЛВ, МГ, ДОТ	С, Т, Пр
5.2.2	2			2		4	3	7	X	ЛВ, ДОТ	С, Т, ЗС
5.2.3				2		2	2	4	X	МГ, ДОТ	С, Т, Пр
5.2.4 Рубежный контроль				2		2	2	4	X	ДОТ	Т, ЗС, Пр
6. Здоровый образ жизни				3		3	2	5			
6.1.				3		3	2	5	X	ДОТ	С, Т, Р
Экзамен							36	36			Пр, Т, ЗС, С
ИТОГО:	32			72		104	112	216			

Список сокращений: Образовательные технологии, способы и методы обучения (с сокращениями): традиционная лекция (Л), лекция-визуализация (ЛВ), метод малых групп (МГ), использование компьютерных обучающих программ (КОП), подготовка и защита рефератов (Р), дистанционные образовательные технологии (ДОТ).

Формы текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости (с сокращениями): Т – тестирование, Пр – оценка освоения практических навыков (умений), ЗС – решение ситуационных задач, Р – написание и защита реферата, С – собеседование по контрольным вопросам.

III. Фонд оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации

1. Оценочные средства для текущего, в т.ч. рубежного контроля успеваемости

Примеры заданий в тестовой форме

Инструкция. Вашему вниманию предлагаются задания, в которых может быть один или несколько вариантов ответа. Укажите номер(а) правильного(ых) ответа(ов).

1. ГАЗОВАЯ ЭМБОЛИЯ ЯВЛЯЕТСЯ РЕЗУЛЬТАТОМ

- 1) пневмонии
- 2) горной болезни
- 3) высотной болезни
- 4) кессонной болезни
- 5) гипертонической болезни

2. ПРИБОР ДЛЯ ИЗМЕРЕНИЯ АТМОСФЕРНОГО ДАВЛЕНИЯ:

- 1) анемометр
- 2) психрометр
- 3) гальванометр
- 4) термоанемометр
- 5) барометр – анероид

3. ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

- 1) умеренность
- 2) оптимальный объем
- 3) расширенность
- 4) сбалансированность
- 5) ритмичность

Эталоны ответов

1-4, 2-5, 3-1,3,4,5.

Критерии оценки тестового контроля

За каждый правильный ответ студенту начисляется 1 балл.

Примеры контрольных вопросов для собеседования/письменного контроля знаний

1. Физические факторы среды обитания человека.
2. Терморегуляция: понятие, основные процессы формирования, изменение под влиянием температурных условий окружающей среды.
3. Гигиеническое значение солей аммония, нитритов и нитратов. Методика определения азота нитратов в воде. Меры профилактики водной метгемоглобинемии.

Критерии оценки при собеседовании/письменном контроле знаний

5 баллов – студент демонстрирует системные теоретические знания, владеет терминологией, логично и последовательно объясняет сущность явлений и процессов, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью и способность быстро реагировать на уточняющие вопросы;

4 балла – студент демонстрирует прочные теоретические знания, владеет терминологией, логично и последовательно объясняет сущность явлений и процессов, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью, но при этом делает несущественные ошибки, которые потом быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем;

3 балла – студент демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов, недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает недостаточно свободное владение монологической речью, терминологией, логичностью и последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем;

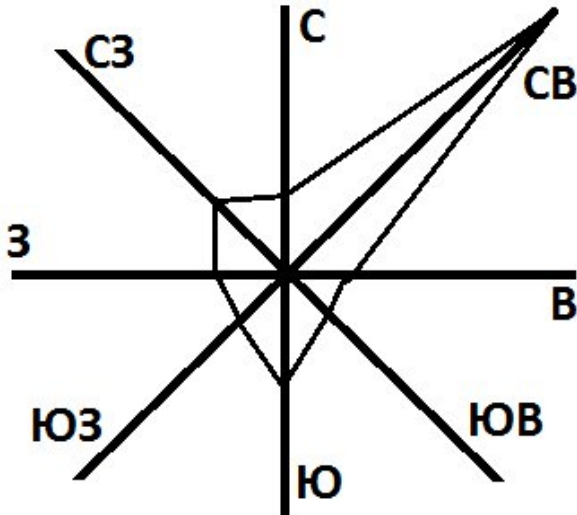
0 баллов – студент отказывается от ответа или демонстрирует незнание теоретических основ предмета, несформированные навыки анализа явлений и процессов, не умеет делать аргументи-

рованные выводы и приводить примеры, показывает слабое владение монологической речью, не владеет терминологией, проявляет отсутствие логичности и последовательности изложения, делает ошибки, которые не может исправить даже при коррекции преподавателем.

Примеры ситуационных задач

Задача 1

По представленной розе ветров дайте рекомендации по строительству больницы в населенном пункте.



Эталон ответа

Точка пересечения всех румбов в центре розы ветров – нулевая отметка. Процент ветров различных направлений за год (в процентах) откладывают на соответствующих румбах от нулевой отметки. Максимально удаленная точка от центра по любому из румбов говорит о преобладании ветров данного направления. В представленном примере в населенном пункте преобладает ветер северо-восточного направления, который дует с северо-востока на юго-запад. В связи с этим, чтобы минимизировать попадание загрязняющих выбросов на больницу, ее необходимо расположить на северо-востоке.

Задача 2.

Лабораторией произведен анализ воды из водопроводных кранов нового 80 квартирного дома, расположенного в I климатическом районе.

Результаты анализа:

Запах – 2 балла

Привкус – 1 балл

Цветность - 40°

Мутность – 2 мг/л

Сухой остаток – 1000 мг/л

Сульфаты – 300 мг/л

Хлориды – 300 мг/л

Общая жесткость – 7 мг- экв/л

рН – 8,0

Фтор – 1,3 мг/л

Железо – 4,0 мг/л

Медь – 0,01 мг/л

Цинк – 0,02 мг/л

Мышьяк – 0,001 мг/л

Свинец – не обнаружен

Нитраты – 5 мг/л

Микробное число - 80

Остальные показатели в норме.

1. Определите соответствие качества воды требованиям СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
2. Оцените возможность дальнейшего использования воды в качестве питьевой.

Эталон ответа

Показатель	Значение	Норма	Оценка
Запах	2 балла	не более 2 баллов	соответствует
Привкус	1 балл	не более 2 баллов	соответствует
Цветность	10°	не более 20°(35°)	соответствует
Мутность	2 мг/л	не более 1,5 (2) мг/л	не соответствует
Сухой остаток	1000 мг/л	не более 1000 (1500) мг/л	соответствует
Сульфаты	300 мг/л	не более 500 мг/л	соответствует
Хлориды	300 мг/л	не более 350 мг/л	соответствует
Общая жесткость	7 мг-экв/л	7 (10) мг-экв/л	соответствует
pH	8,0	в пределах 6-9	соответствует
Фтор	1,3 мг/л	в зависимости от климат.района: I-II – не более 1,5 мг/л III – не более 1,2 мг/л	соответствует
Железо	4 мг/л	не более 0,3(1,0) мг/л	не соответствует
Медь	0,01 мг/л	не более 1,0 мг/л	соответствует
Цинк	0,02 мг/л	не более 5,0 мг/л	соответствует
Мышьяк	0,001 мг/л	не более 0,05 мг/л	соответствует
Свинец	не обнаружен	не более 0,03 мг/л	соответствует
Нитраты	5 мг/л	не более 45 мг/л	соответствует
Микробное число	80	не более 50	не соответствует

1. Качество воды не соответствует требованиям СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
2. Заключение: исследуемая вода водопроводных кранов не может быть использована в качестве питьевой.

Задача 3.

В профилакторий завода направлен рабочий литейного цеха. Возраст - 30 лет, рост – 175 см, вес – 80 кг. Врач профилактория рассчитал, что энергозатраты рабочего, включая основной обмен, составляют 65 ккал на 1кг массы тела. Калорийность суточного рациона составляет 4500 ккал. Питается 2 раза в день: утром и вечером. На завтрак приходится 30% калорийности, на ужин, состоящий из трех блюд – 70%. Соотношение белков, жиров и углеводов (Б: Ж: У) в питании 1 : 3 : 6.

1. Оцените адекватность питания пациента
2. Перечислите основные принципы рационального питания нарушены в данном случае

3. При необходимости дайте рекомендации по нормализации рациона

Эталон ответа

1. Питание рабочего неадекватно. ИМТ = 26, что говорит об избыточной массе тела. Идеальная масса, рассчитанная по индексу Брока – 60 кг. Таким образом, необходимая калорийность рациона при идеальной массе тела должна составлять 3900 ккал, вместо имеющихся 4500 ккал.
2. В питании рабочего нарушены следующие принципы рационального питания: умеренности, т.к. калорийность рациона превышает энергозатраты, ритмичности – 2-х разовое питание при норме 3-4 разового питания, что, соответственно, отразилось и на распределении калорийности, где основная нагрузка приходится на ужин (70%); сбалансированности – в рационе отмечается избыток жиров и углеводов.
3. Пациенту необходимо снизить калорийность суточного рациона и привести ее в соответствие с суточными энергозатратами. Необходимо увеличить кратность приема пищи до 3(4) раз в день, с распределением суточной калорийности между завтраком, обедом и ужином 30 %; 50 %; 20 % (соответственно). Разнообразить рацион, обеспечивая правильный баланс между белками, жирами и углеводами 1:1:4 (соответственно). Потреблять достаточное количество сырых овощей и фруктов (300 г и выше в сутки).

Критерии оценки при решении ситуационных задач

5 баллов – задача решена правильно и оформлена в соответствии с предложенным алгоритмом. Даны исчерпывающие ответы на все вопросы задачи.

4 балла – задача решена правильно, но содержит незначительные ошибки в оценке показателей (не более 30%) и оформлении. Ответы на все вопросы неполные.

3 балла – задача решена правильно, но содержит ошибки в оценке показателей (не более 50 %) и оформлении. Даны ответы не на все вопросы задачи.

0 баллов – задача решена неправильно. Содержит ошибки в оценке показателей (более 50 %). Даны неверные ответы на вопросы задачи.

Примеры лабораторных работ

Лабораторная работа № 1. Комплексная оценка микроклимата помещений. Кататермометрия и определение ЭЭТ.

Лабораторная работа № 2. Гигиеническая оценка искусственного освещения помещений.

Лабораторная работа № 3. Определение содержания углекислого газа в воздухе помещений.

Критерии оценки при выполнении лабораторной работы

5 баллов – лабораторная работа выполнена с соблюдением правил техники безопасности; протокол лабораторной работы оформлен во время занятия, содержит подробное описание всех этапов лабораторной работы. Дано правильное развернутое санитарно-гигиеническое заключение, подтвержденное подписью преподавателя.

4 балла – лабораторная работа выполнена с соблюдением правил техники безопасности; протокол лабораторной работы оформлен во время занятия; этапы лабораторной работы описаны недостаточно подробно. Санитарно-гигиеническое заключение, подтвержденное подписью преподавателя, содержит незначительные ошибки.

3 балла – лабораторная работа выполнена с небольшими нарушениями правил техники безопасности; протокол лабораторной работы оформлен во время занятия, но в нем отсутствует описание некоторых этапов лабораторной работы. Санитарно-гигиеническое заключение, подтвержденное подписью преподавателя, содержит негрубые ошибки.

0 баллов – лабораторная работа выполнена с серьезными нарушениями техники безопасности, протокол лабораторной работы не оформлен во время занятия или содержит грубые ошибки в оформлении и заключении.

Примеры тем рефератов

1. Эколого-гигиеническое значение почвы
2. Силикозы. Профилактика пылевых болезней

3. Эндемический зоб. Причины развития, профилактика

Критерии оценки реферата

5 баллов - выполнены все требования к содержанию и оформлению реферата;

4 балла - основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочеты (имеются неточности в изложении материала; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении);

3 балла - имеются существенные отступления от требований к реферированию (тема раскрыта лишь частично; отсутствует логическая последовательность в суждениях; допущены ошибки в оформлении реферата);

0 баллов - требования к реферату не выполнены: тема не раскрыта, правила оформления не соблюдены.

Перечень практических навыков

1. Определите и дайте гигиеническую оценку температуры, относительной влажности, скорость движения и барометрического давление воздуха учебной комнаты.
2. Определите и дайте гигиеническую оценку перепаду температур по вертикали и горизонтали в учебной комнате.
3. Определите и дайте гигиеническую оценку охлаждающей способности воздуха учебной комнаты.
4. Определите и дайте гигиеническую оценку ЭЭТ учебной комнаты.
5. Определите и дайте гигиеническую оценку светового коэффициента учебной комнаты.
6. Определите и дайте гигиеническую оценку коэффициента глубины заложения учебной комнаты.
7. Определите и дайте гигиеническую оценку КЕО учебной комнаты.
8. Рассчитайте необходимое количество ламп, необходимое для создания достаточного уровня искусственной освещенности учебной комнаты.
9. Определите и дайте гигиеническую оценку искусственной освещенности учебной комнаты при помощи люксметра.
10. Определите и дайте гигиеническую оценку искусственной освещенности учебной комнаты расчетным методом.
11. Проведите количественное определение хлоридов в воде и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
12. Проведите определение сульфатов в воде полуколичественным методом и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
13. Проведите определение общей жесткости воды и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
14. Проведите качественное и количественное определение запаха воды и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
15. Проведите качественное и количественное определение цветности воды и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
16. Проведите определение прозрачности воды и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
17. Проведите определение временной жесткости воды и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
18. Определите цвет, консистенцию, запах молока и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
19. Определите плотность молока и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
20. Определите наличие примеси соды к молоку и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
21. Определите наличие примеси крахмала к молоку и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
22. Определите кислотность молока и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
23. Определите кислотность муки и дайте гигиеническую оценку результата исследования.

24. Определите пористость хлеба и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
25. Проведите дифференциальную диагностику истинного и ложного бомбажа.
26. Проверьте герметичность консервов и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
27. Проведите пробу на ощупь муки и дайте гигиеническую оценку результата исследования.
28. Проведите измерение роста и массы тела.
29. Проведите измерение жизненной емкости легких.
30. Проведите измерение силы мышц сгибателей кисти.
31. Проведите измерение становой силы.
32. Проведите измерение окружности грудной клетки.
33. Проведите измерение величины экскурсии грудной клетки

Критерии оценки практических навыков

5 баллов – студент правильно называет метод исследования, правильно называет прибор, правильно демонстрирует методику исследования /измерения, правильно оценивает результат.

4 балла – студент правильно называет метод исследования, правильно называет прибор, допускает единичные ошибки в демонстрации методики исследования /измерения и оценке его результатов.

3 балла – студент неправильно называет метод исследования, но при этом дает правильное название прибора. Допускает множественные ошибки в демонстрации методики исследования /измерения и оценке его результатов.

0 баллов - студент неправильно называет метод исследования, дает неправильное название прибора. Не может продемонстрировать методику исследования /измерения, а также оценить результат.

2. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

По итогам освоения дисциплины проводится трехэтапный курсовой экзамен:

Первый этап экзамена. Практические навыки

Второй этап экзамена. Аттестационное тестирование

Третий этап. Собеседование

Проверка практических навыков осуществляется на рубежных контролях. Балл за данный этап выводится как среднее арифметическое баллов за практические навыки в ходе освоения отдельных модулей дисциплины.

Ко второму и третьему этапам экзамена допускаются студенты, сдававшие первый этап и имеющие допуск к экзаменационной сессии. Данные этапы принимаются в соответствии с расписанием, составленным учебно-методическим управлением университета.

Примеры практических навыков

1. Определение и гигиеническая оценка искусственной освещенности учебной комнаты при помощи люксметра.
2. Определение и гигиеническая оценка искусственной освещенности учебной комнаты расчетным методом.
3. Количественное определение хлоридов в воде и гигиеническая оценка результата исследования.

Критерии оценки практических навыков

5 баллов – студент правильно называет метод исследования, правильно называет прибор, правильно демонстрирует методику исследования /измерения, правильно оценивает результат.

4 балла – студент правильно называет метод исследования, правильно называет прибор, допускает единичные ошибки в демонстрации методики исследования /измерения и оценке его результатов.

3 балла – студент неправильно называет метод исследования, но при этом дает правильное название прибора. Допускает множественные ошибки в демонстрации методики исследования /измерения и оценке его результатов.

0 баллов - студент неправильно называет метод исследования, дает неправильное название прибора. Не может продемонстрировать методику исследования /измерения, а также оценить результат.

Примеры заданий в тестовой форме

Инструкция. *Вашему вниманию предлагаются задания, в которых может быть один вариант ответа. Укажите номер правильного ответа.*

1. ОДНО ИЗ ОСНОВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ К ОДЕЖДЕ ДЛЯ ХОЛОДНОГО КЛИМАТА

- 1) низкая теплопроводность, достаточная паро- и воздухопроницаемость
- 2) высокая теплопроводность, низкая паро- и воздухопроницаемость
- 3) низкая теплопроводность, низкая паро- и воздухопроницаемость
- 4) замкнутый покррой

2. УНИВЕРСАЛЬНЫЙ САНИТАРНЫЙ ПОКАЗАТЕЛЬ АНТРОПОГЕННОГО ЗАГРЯЗНЕНИЯ ВОЗДУХА БОЛЬНИЧНЫХ ПАЛАТ

- 1) диоксид углерода
- 2) аммиак
- 3) фенол
- 4) окисляемость воздуха

3. ОПТИМАЛЬНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ СУТОЧНОЙ КАЛОРИЙНОСТИ МЕЖДУ ОТДЕЛЬНЫМИ ПРИЕМАМИ ПИЩИ ПРИ ТРЕХ КРАТНОМ РЕЖИМЕ ПИТАНИЯ В ЖАРКОМ КЛИМАТЕ

- 1) 30%; 50%; 20%
- 2) 50%; 30%; 20%
- 3) 25%; 50%; 25%
- 4) 25%; 25%; 50%

Эталоны ответов

1. – 1, 2. – 1, 3. – 4

Критерии оценки аттестационного тестирования

Студентом даны правильные ответы на задания в тестовой форме (из 30 тестовых заданий, представленных в случайном порядке компьютером)

- 70 % и менее – 2 балла
- 71-80 % – 3 балла
- 81-90 % – 4 балла
- 91-100 % – 5 баллов

К **третьему этапу экзамена** не допускаются студенты, имеющие ниже 3 баллов по двум первым этапам экзамена. Студенты отвечают на 2 теоретических вопроса билета и решают ситуационную задачу.

Примеры теоретических вопросов для собеседования по билетам

Билет 1.

1. Основные источники загрязнения атмосферного воздуха в современном мире. Влияние на здоровье населения. Мероприятия по санитарной охране атмосферного воздуха.
2. Эндемический зоб. Причины возникновения. Способы определения напряженности зобной эндемии (Индекс Ленца-Бауэра, коэффициент Коломийцевой). Профилактика эндемического зоба.

Билет 2.

1. Витамин С. Биологическая роль. Суточная норма. Факторы внешней среды, способствующие сохранению и разрушению витамина С. Группы пищевых продуктов в зависимости от содержания в них витамина С. Состояния организма, связанные с недостаточным или избыточным по-

ступлением витамина. Способы приготовления пищи, способствующие максимальному сохранению витамина С в продуктах.

2. Виды питания. Основные принципы рационального питания. Принципы составления рациона. Оценка меню-раскладки.

Билет 3.

1. Пищевые отравления нитратами и нитритами. Пути поступления и трансформация в организме. Нитрато-нитритная метгемоглобинемия. Профилактика.

2. Основные элементы здорового образа жизни. Формирование и пропаганда ЗОЖ среди студенческой молодежи.

Критерии оценки ответа на теоретический вопрос

5 баллов – студент демонстрирует системные теоретические знания, владеет терминологией, логично и последовательно объясняет сущность явлений и процессов, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью и способность быстро реагировать на уточняющие вопросы.

4 балла – студент демонстрирует прочные теоретические знания, владеет терминологией, логично и последовательно объясняет сущность явлений и процессов, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью, но при этом делает несущественные ошибки, которые потом быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем.

3 балла – студент демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов, недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает недостаточно свободное владение монологической речью, терминологией, логичностью и последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

2 балла – студент отказывается от ответа или демонстрирует незнание теоретических основ предмета, несформированные навыки анализа явлений и процессов, не умеет делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает слабое владение монологической речью, не владеет терминологией, проявляет отсутствие логичности и последовательности изложения, делает ошибки, которые не может исправить даже при коррекции преподавателем.

Примеры ситуационных задач

Задача 1.

В спортивном зале площадью 400 м^2 , занимаются 25 студентов. Высота помещения – 6 м. Проветривание осуществляется двумя непрерывно работающими вытяжными вентиляторами. Скорость движения воздуха в вентиляционном отверстии – $2,5 \text{ м/с}$, площадь сечения каждого из вентиляционных отверстий – $0,4 \text{ м}^2$. Физические упражнения средней тяжести. Выделение CO_2 – 240 л/час/чел . Дайте оценку эффективности вентиляции помещения, в случае необходимости укажите мероприятия по оптимизации вентиляции.

Эталон ответа

Объем воздуха, поступающего в помещение, составляет $0,4 \times 2 \times 2,5 \times 3600 = 7200 \text{ м}^3$. Фактическая кратность воздухообмена равна: $7200 \text{ м}^3 : 2400 \text{ м}^3 = 3$. Необходимый объем вентиляции составляет: $240 \times 25 / (1 - 0,4) = 10\,000 \text{ м}^3$. Необходимая кратность воздухообмена равна: $10\,000 \text{ м}^3 : 2400 \text{ м}^3 = 4,1$.

Вентиляция спортивного зала не эффективна, т.к. фактическая кратность воздухообмена меньше кратности необходимой. Для того, чтобы оптимизировать вентиляцию необходимо чаще проветривать помещение.

Задача 2.

Дайте гигиеническую оценку микроклимата больничной палаты гастроэнтерологического отделения в зимний период, если температура воздуха составляет 19^0 , относительная влажность – 50 %, скорость движения воздуха – $0,7 \text{ м/сек}$, ЭЭТ равна $16,3^0$.

В случае необходимости дайте рекомендации по нормализации микроклимата.

Эталон ответа

Показатель	Значение	Норма	Оценка
Температура	19°C	Допустимая 20 - 26°C	не соответствует
Относительная влажность	50%	30 – 60%	соответствует
Скорость движения воздуха	0,7 м/сек	0,1 – 0,2 м/с	не соответствует
ЭЭТ	16,3°C	Зона комфорта 17,2 – 21,7°C	не соответствует (ниже зоны комфорта)

Закключение:

1. Для оценки микроклимата больничной палаты гастроэнтерологического отделения использовался СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", раздел – «Организации, осуществляющие медицинскую деятельность». Микроклимат палаты не соответствует установленным нормативам.

2. Для нормализации микроклимата необходимо повысить параметры отопления, ликвидировать сквозняки.

Задача 3.

При обследовании населения одного из районов Тверской области (обследовано 3000 человек) выявлено:

Процент населения с I – II степенью зоба – 30 %;

Процент населения с III - V степенью зоба – 20 %;

Количество мужчин с III - V степенью зоба - 200 человек;

Количество женщин с III – V степенью за - 400 человек.

1) Оцените тяжесть и напряженность зобной эндемии в районе.

2) Наметьте план мероприятий по профилактике йодной эндемии.

Эталон ответа

1. Тяжесть зобной эндемии рассчитывается по индексу Ленца-Бауэра, который показывает тяжесть зобной эндемии и представляет собой отношение количества мужчин с III – V степенью зоба к количеству женщин, с той же степенью выраженности зоба. В нашем случае это отношение равно 1:2, что говорит о том, что в районе – сильная тяжесть зобной эндемии.

Напряженность зобной эндемии можно рассчитать, используя фактор Коломийцевой, представляющий собой отношение процента лиц, страдающих I-II степенью зоба к проценту лиц, имеющих III – V степень выраженности зоба. В нашем случае эта величина – 1,5, что говорит о сильной напряженности зобной эндемии, т.к. значение ниже 2.

2. План профилактических мероприятий:

1) массовая профилактика – употребление йодированной поваренной соли, обогащенных йодом хлебобулочных и макаронных изделий.

2) групповая профилактика – работа с определенными контингентами лиц (беременные, школьники).

3) индивидуальная профилактика – употребление продуктов с высоким содержанием йода (морская капуста), индивидуальный прием препаратов йода после консультации специалиста.

Критерии оценки ситуационной задачи

5 баллов – задача решена правильно и оформлена согласно алгоритму. Даны исчерпывающие ответы на все вопросы задачи.

4 балла – задача решена правильно, но содержит незначительные ошибки в оценке показателей (не более 30 %) и оформлении. Ответы на все вопросы неполные.

3 балла – задача решена правильно, но содержит ошибки в оценке показателей (не более 50 %) и оформлении. Даны ответы не на все вопросы задачи.

2 балла – задача решена неправильно. Содержит ошибки в оценке показателей (более 50 %). Даны неверные ответы на вопросы задачи.

Третий этап «собеседование» оценивается как среднее арифметическое баллов на оба вопроса билета и баллов за ситуационную задачу.

Критерии итоговой оценки за экзамен

Итоговая оценка по промежуточной аттестации не может превышать «удовлетворительно»:

1. при индивидуальном рейтинге менее 60 %;
2. при получении на одном из этапов промежуточной аттестации оценки ниже 3 баллов.

Студенты, получившие ниже 3 баллов на двух первых этапах экзамена, к собеседованию не допускаются с выставлением итоговой оценки за экзамен «неудовлетворительно». На пересдаче такие студенты сдают первый и второй этапы экзамена.

Итоговая оценка за экзамен у студентов, получивших менее 3 баллов на любых двух этапах экзамена – «неудовлетворительно». На пересдаче такие студенты сдают второй и третий этапы экзамена.

Итоговая оценка за экзамен выставляется как среднее арифметическое за три этапа экзамена с округлением результата до целых по математическим правилам.

<i>ФИО студента</i>	<i>Баллы</i>						
	<i>Первый этап</i>	<i>Второй этап</i>	<i>Третий этап</i>				<i>Итоговый балл</i>
			Вопрос 1	Вопрос 2	Задача	Средний балл	
Иванов О.И	2	4	3	3	4	3,3	3
Петров И.В	4	2	4	4	4	4	3
Васильев Е.В.	4	4	2	2	3	2,33 (2)	3
Кузнецов П.К.	2	2	-	-	-	-	2
Сидорова Е.А.	3	4	5	5	4	4,66	3,9 (4)
Аксенова В.Л.	4	4	3	3	4	3,33 (3)	3,77 (4)

Перевод итогового балла в оценку за экзамен производится по следующей схеме:

5 баллов – «отлично»

4 балла – «хорошо»

3 балла – «удовлетворительно»

менее 3 баллов – «неудовлетворительно»

На кафедре реализуется балльно-накопительная система, согласно которой студенты, чей индивидуальный рейтинг за весь период освоения дисциплины составил 71% и более могут получить итоговую оценку за промежуточную аттестацию в соответствии с накопленными баллами, при их согласии с оценкой (Приложение 5).

Критерии оценки за промежуточную аттестацию выставляются в день проведения экзамена (зачета)

Оценка за экзамен при индивидуальном рейтинге:

71 - 84 % от нормативного рейтинга – «удовлетворительно»;

85 - 94 % – «хорошо»;

95 - 100 % – «отлично».

При несогласии студента с уровнем оценки, он имеет право сдавать экзамен (второй и третий этапы промежуточной аттестации) по правилам и критериям, изложенным в рабочей программе дисциплины. Кроме того, на экзамен (второй и третий этапы) приглашаются:

- студенты, получившие «неудовлетворительно» на первом этапе экзамена;
- студенты, чей индивидуальный рейтинг составил ниже 71%;
- студенты, имеющие пропущенные по неуважительной причине занятия и лекции.

Фонды оценочных средств для проверки уровня сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины для каждой формируемой компетенции создается в соответствии с образцом, приведенным в Приложении № 1.

IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины:

а) Основная литература:

1. Минх, А.А. Методы гигиенических исследований: учебник /А.А. Минх. - 4-е изд., стер., исправл. и доп. – Москва: Альянс, 2016. – 584 с.: ил. – Текст непосредственный.

Электронный ресурс:

1. Общая гигиена : учебник / А. М. Большаков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. – URL: <http://client.studmedlib.ru/book/ISBN9785970436875.html> (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

б) Дополнительная литература:

1. Гигиена: В 2 т.: учебник / ред. Ю. П. Пивоваров. – Москва: «Академия», 2013. – Т.1. – 2013. – 320 с.; Т. 2. – 2013. – 351 с. – Текст непосредственный.

Электронный ресурс:

1. Гигиена питания. Руководство к практическим занятиям: учебное пособие / Королев А.А., Н и к и т е н к о Е . И . - М . : Г Э О Т А Р - М е д и а, 2018.–URL:<http://client.studmedlib.ru/book/ISBN9785970448724.html> (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

2. Социально-гигиенический мониторинг / П.И. Мельниченко, В.И. Попов, Ю.И. Стёпкин - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. – URL: <http://client.studmedlib.ru/book/ISBN9785970441503.html> (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

3. Гигиена / Мельниченко П. И., Архангельский В. И., Козлова Т. А., Прохоров Н. И., Семеновых Г. К., Семеновых Л. Н - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2014. – URL: <http://client.studmedlib.ru/book/ISBN9785970430835.html> (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

4. Гигиена детей и подростков: учебник / В. Р. Кучма. — 3-е изд., доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – URL: <http://client.studmedlib.ru/book/ISBN9785970449400.html> (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» URL: https://www.rospotrebnadzor.ru/sanitary_rules/polnye-teksty-dokumentov.php (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» URL: https://www.rospotrebnadzor.ru/sanitary_rules/polnye-teksty-dokumentov.php (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

7. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» URL: https://www.rospotrebnadzor.ru/sanitary_rules/polnye-teksty-dokumentov.php (дата обращения 25.04.2024). – Текст: электронный.

2. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

- 1) Лекционный материал.
- 2) Перечень заданий в тестовой форме для оценки исходного уровня знаний для каждого занятия (в электронной форме).
- 3) Перечень заданий в тестовой форме для рубежных контролей (в электронной форме).
- 4) Перечень задач для рубежных контролей (в электронной форме).
- 5) Перечень практических навыков для рубежных контролей (в электронной форме).
- 6) Методические указания для студентов, обучающихся по специальности «лечебное дело» и «педиатрия» по теме «Физическое развитие детей и подростков» (в электронной форме).
- 7) Учебно-методическое пособие для студентов по теме «Гигиеническая экспертиза муки и хлеба» (в электронной форме).
- 8) Учебно-методическое пособие для студентов по теме «Экспертиза молока и молочных продуктов» (в электронной форме).
- 9) Учебно-методическое пособие для студентов по теме «Гигиеническая экспертиза мяса, рыбы, консервов» (в электронной форме).

3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Профессиональные базы данных, информационные справочные системы и электронные образовательные ресурсы:

Электронный справочник «Информо» для высших учебных заведений <http://www.informuo.ru>

Информационно-поисковая база Medline <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>

Электронный библиотечный абонемент Центральной научной медицинской библиотеки Первого Московского государственного медицинского университета им. И.М. Сеченова <http://www.emll.ru/newlib/>

Российское образование. Федеральный образовательный портал. <http://www.edu.ru>

4. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

4.1. Перечень лицензионного программного обеспечения:

1. MicrosoftOffice 2016:

- Access 2016;
- Excel 2016;
- Outlook 2016 ;
- PowerPoint 2016;
- Word 2016;
- Publisher 2016;
- OneNote 2016.

2. ABBYY FineReader 11.0

3. Карельская медицинская информационная система К-МИС

4. Программное обеспечение для тестирования обучающихся SunRAV TestOfficePro

5. Программное обеспечение «Среда электронного обучения 3KL»

6. Компьютерная программа для обработки данных SPSS

7. Экспертная система обнаружения текстовых заимствований на базе искусственного интеллекта «Руконтекст»

8. Справочно-правовая система Консультант Плюс

4.2. Перечень электронно-библиотечных систем (ЭБС):

1. Электронно-библиотечная система «Консультант студента» www.studmedlib.ru

2. Справочно-информационная система MedBaseGeotar (mbasegeotar.ru)

3. Электронная библиотечная система «elibrary» (<https://www.elibrary.ru>)

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Представлены в ЭИОС <https://eos.tvgm.ru/course/view.php?id=233>

V. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Представлены в Приложении № 2.

VI. Научно-исследовательская работа студента

Научно-исследовательская работа студентов заключается в изучении специальной литературы о достижениях современной отечественной и зарубежной исследователей в области гигиены и экологии; осуществлении сбора, обработки, анализа и систематизации научно-технической информации по заданной теме; проведении научных исследований, направленных на исследование и гигиенической оценки окружающей среды, проблемах рационального питания, здорового образа жизни, экологии и другие актуальные проблемы с последующим составлением отчета по теме или ее разделу; подготовка и выступление с докладом на конференции; подготовка к публикации статьи, тезисов в рамках студенческого научного общества.

VII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

Представлены в Приложении № 3.

**Фонды оценочных средств
для проверки уровня сформированности компетенций
по итогам освоения дисциплины**

Шифр, наименование компетенции

ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения

ИОПК 2.1. Планирует и применяет наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний

ИОПК 2.2. Осуществляет пропаганду здорового образа жизни, санитарно-просветительскую работу среди населения

ИОПК 2.3. Формирует программы здорового образа жизни, направленные на снижение влияния негативных факторов на организм человека/

Задания комбинированного типа с выбором верного ответа и обоснованием выбора из предложенных

Выберите один правильный ответ.

Задание 1

Норма содержания хлоридов в питьевой воде нецентрализованной системы водоснабжения согласно актуальному нормативному документу (мг/дм³)

- 1) не менее 350
- 2) не более 350
- 3) не менее 500
- 4) не более 500
- 5) не более 250

Ответ: не более 350

Обоснование: согласно СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" норма содержания хлоридов в питьевой воде нецентрализованной системы водоснабжения не более 350 мг/дм³

Задание 2

Заболевания, возникающие при недостатке или избытке в почве минеральных веществ

- 1) аллергические
- 2) инфекционные
- 3) эндемические
- 4) паразитарные

Ответ: эндемические

Обоснование: эндемическое заболевание — заболевание, характерное для определённой

местности. Часто связано с резкой недостаточностью или избыточностью содержания какого-либо химического элемента в среде. Инфекционные заболевания — группа заболеваний, вызываемых проникновением в организм патогенных (болезнетворных) микроорганизмов, вирусов и прионов. Паразитарные болезни — группа заболеваний, вызываемых паразитами (простейшими, гельминтами и членистоногими). Аллергические заболевания — группа заболеваний, обусловленных гиперчувствительностью индивида к определенным чужеродным веществам – аллергенам и протекающих с развитием IgE-опосредованной реакции иммунной системы.

Задание 3

Прибор для измерения естественной освещенности

- 1) люксметр
- 2) бутирометр
- 3) анемометр
- 4) лактоденсиметр

Ответ: люксметр

Обоснование: люксметр — переносной прибор для измерения освещённости, один из видов фотометров. Бутирометр — прибор для определения содержания массовой доли жира в молоке. Анемометр — прибор для измерения скорости движения воздуха. Лактоденсиметр — прибор для измерения плотности молока.

Задания закрытого типа на установление соответствия

Задание 1

Прочитайте текст и установите соответствие

Укажите химический состав атмосферного воздуха и процентное отношение его основных компонентов.

К каждой позиции, данной в левом столбце, дайте соответствующую позицию из правого столбца:

Основные компоненты воздуха		Содержание (%)	
а	Азот	1	1%
б	Кислород	2	0,03%
в	Углекислый газ (в городе)	3	0,04%
г	Углекислый газ (в сельской местности)	4	21%
д	Инертные газы	5	78%

Запишите выбранные цифры по соответствующими буквами

а	б	в	г	д
5	4	3	2	1

Задание 2

Прочитайте текст и установите соответствие

Дайте интерпретацию результатов определения вкуса молока при органолептическом исследовании.

К каждой позиции, данной в левом столбце, дайте соответствующую позицию из правого столбца:

Варианты вкуса молока		Интерпретация результатов	
а	Специфический молочный, слегка сладковатый	1	Скисшее молоко
б	Слабовыраженный вкус	2	Свежее молоко
в	Кисловатый или кислый	3	Молоко разбавлено водой
г	Горький	4	молозиво
д	Соленый	5	Использование горьких кормов (полынь) и/или лечение животного антибактериальными препаратами

Запишите выбранные цифры по соответствующими буквами

а	б	в	г	д
2	3	1	5	4

Задание 3

Прочитайте текст и установите соответствие

Укажите названия категорий пищевых продуктов.

К каждой позиции, данной в левом столбце, дайте соответствующую позицию из правого столбца:

Категория продукта		Название категории	
а	I категория	1	Продукты с пониженной пищевой ценностью
б	II категория	2	Недоброкачественные пищевые продукты
в	III категория	3	Условно пригодные пищевые продукты
г	IV категория	4	Доброкачественные пищевые продукты

Запишите выбранные цифры по соответствующими буквами

а	б	в	г
4	3	2	1

Задания закрытого типа на установление соответствия

Задание 1

Прочитайте текст и установите последовательность

Этапы гиперхлорирования

1.	расчет количества хлорной извести для обеззараживания необходимого объема воды
2.	выбор дозы активного хлора с последующим перерасчетом на хлорную известь
3.	хлорирование
4.	приготовление 1% водного раствора хлорной извести
5.	дехлорирование

Запишите соответствующую последовательность цифр, определяющих порядок их появления слева направо

2	1	4	3	5
---	---	---	---	---

Задание 2

Прочитайте текст и установите последовательность

Этапы развития горной болезни

1.	снижение диффузного давления кислорода
2.	снижение насыщения тканей кислородом (гипоксия)
3.	снижение парциального давления кислорода в альвеолярном воздухе
4.	снижение насыщения крови кислородом (гипоксемия)
5.	снижение атмосферного давления

Запишите соответствующую последовательность цифр, определяющих порядок их появления слева направо

5	3	1	4	2
---	---	---	---	---

Задание 3

Прочитайте текст и установите последовательность

Этапы расследования пищевых отравлений

1.	Составление акта расследования пищевого отравления.
2.	Завершение расследования пищевого отравления, разработка и реализация мероприятий по ликвидации пищевого отравления.
3.	Выявление подозрения на пищевое отравление, подтверждение первичного эпидемиологического диагноза и выяснение его характера. Установление этиологического фактора пищевого отравления.
4.	Расшифровка механизма приобретения продуктом (кулинарным изделием) патогенных и токсических свойств. Выявление источников инфекции.

Запишите соответствующую последовательность цифр, определяющих порядок их появления слева направо

3	4	2	1
---	---	---	---

Задания открытой формы

Дополните.

1. Прибор для измерения становой силы _____.
2. С избыточным поступлением в организм человека нитратов и нитритов связано возникновение заболевания _____.
3. Величина коэффициента отражения зависит от _____.

Контрольные вопросы и задания

1. Какие виды примесей могут быть обнаружены при проведении оценки качества муки?
2. Назовите основные гигиенические требования к планировке и отделке внутренних помещений пищеблока.
3. Назовите положительные и отрицательные свойства молока как продукта питания

Практико-ориентированные задания

Задание 1

1. Оцените возможность использования воды из местного источника водоснабжения в качестве питьевой.
2. Назовите нормативный документ, регулирующий качество воды нецентрализованной системы водоснабжения

При лабораторном исследовании воды трубчатого колодца населенного пункта N. (4 климатический пояс) были получены следующие результаты:

Общая минерализация (сухой остаток), 1600 мг/дм³

Сульфаты (SO₄²⁻), 550 мг/дм³

Фтор, 0,6 мг/дм³

Общее микробное число (ОМЧ) (37 ± 1,0) °C, 100 КОЕ/см³

Эталон ответа:

1. Исследуемая вода не может быть использована в качестве питьевой, в связи с несоответствием ее качества нормативному документу (превышение уровня общей минерализации и сульфатов)
2. Нормативный документ СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" ", раздел III. Нормативы качества и безопасности воды. Гигиенические требования к качеству пи-

Задание 2

1. Оцените качество мяса, используя критерии его доброкачественности.
2. Определите категорию продукта и оцените возможность его использования в пищу.

При оценке качества говяжьего мяса было установлено: цвет мяса на разрезе светлее, чем обычно, без блеска; поверхность сухая, обветренная, покрыта темной корочкой. При проведении пробы с сернокислой медью в бульоне наблюдалось образование хлопьев. При гельминтологическом исследовании на площади 40 см² мяса обнаружены 2 живые финны.

Эталон ответа:

1. Мясо сомнительной свежести. Невысокая степень поражения финнами (менее 3 финн на поверхности 40 см²).
2. Категория продукта – II (условно годные пищевые продукты). После применения определенного вида обработки продукт может быть пригоден в пищу.

Задание 3

1. Определите ЭЭТ при помощи номограммы.
2. Дайте оценку микроклимата процедурной.

При изучении микроклимата процедурной гастроэнтерологического отделения были получены следующие результаты:

- 1) температура воздуха по сухому термометру психрометра 25°C;
- 2) температура воздуха по влажному термометру психрометра 21°C;
- 3) скорость движения воздуха 0.5 м/сек.

Эталон ответа:

1. ЭЭТ находится в зоне комфорта, но за пределами линии комфорта.
2. Микроклимат процедурной гастроэнтерологического отделения благоприятный (допустимый).

Ситуационные (или расчетные) задачи

Задача 1

В классе площадью 36 м² с высотой потолка 2,5 м находятся 10 учеников. В классе имеется одно окно. Проветривание класса осуществляется через форточку размером 40 см х 60 см каждый час в течение 10 минут во время перемены. Скорость движения воздуха в вентиляционном отверстии – 0,5 м/с.

Концентрация CO₂ в классе 0,12%.

Задание

1. Оцените эффективность вентиляции по кратности воздухообмена.
2. Оцените эффективность вентиляции по содержанию углекислого газа в помещении.
3. Дайте заключение об эффективности вентиляции учебного класса и рекомендации по ее улучшению в случае необходимости.

Эталон ответа

I. Оценка эффективности вентиляции по кратности воздухообмена

1. Объем воздуха, поступающего в помещение

$$V_{\text{возд}} = S \cdot v \cdot t = 0,4 \cdot 0,6 \cdot 0,5 \cdot 600 = 72 \text{ м}^3$$

2. Фактическая кратность воздухообмена

$$K_{\text{ф}} = V_{\text{возд}} / V_{\text{пом}}$$

$$V_{\text{пом}} = L \cdot B \cdot H = 36 \cdot 2,5 = 90 \text{ м}^3$$

$$K_{\text{ф}} = 72/90 = 0,8.$$

3. Необходимый объем вентиляции

$$V_{\text{вент}} = 22,6 \cdot n / \text{ПДК CO}_2 \cdot [\text{CO}_2]_{\text{атм}}$$

$$V_{\text{вент}} = 22,6 \cdot 10 / 1 - 0,4 = 226/0,6 = 376,7 \text{ м}^3$$

4. Необходимая кратность воздухообмена

$$K_{\text{н}} = V_{\text{вент}} / V_{\text{пом}}$$

$$K_{\text{н}} = 376,7/90 = 4,2$$

$$K_{\text{ф}} < K_{\text{н}} \quad (0,8 < 4,2) \text{ — вентиляция неэффективна}$$

II. Оценка эффективности вентиляции по содержанию углекислого газа в помещении

ПДК CO₂ для воздуха жилых и общественных помещений – 0,1%.

Концентрация CO₂ в классе 0,12%.

[CO₂] в классе > ПДК CO₂ — вентиляция неэффективна.

III. Заключение: вентиляция класса неэффективна.

Рекомендации: увеличить продолжительность проветривания.

Задача 2

В ходе комплексной проверки районной больницы города N. в январе 2023 г. были получены следующие результаты.

Исследование микроклимата больничной палаты для взрослых показало:

- 1) средняя температура воздуха в помещении – 17°C;
- 2) температура воздуха по сухому термометру психрометра в центре кабинета на высоте 1 м от пола – 18°C;
- 3) температура воздуха по влажному термометру психрометра в центре кабинета на высоте 1 м от пола – 11°C;
- 4) перепад температуры воздуха по вертикали – 4°C;

5) перепад температуры воздуха по горизонтали – 3°C;

6) относительная влажность воздуха – 41%;

7) скорость движения воздуха – 0,4 м/сек;

Также в ходе проверки было установлено, что естественное освещение больничной палаты осуществляется через одно окно, площадью 3,3 м², с площадью остекления – 2,8 м². Высота окна – 2,0 м. Расстояние от пола до верхнего края окна – 2,85 м. Площадь палаты – 15 м² (ширина – 3 м, глубина – 5 м). Внутренняя горизонтальная естественная освещенность – 60 люкс. Наружная единовременная горизонтальная естественная освещенность – 15 000 люкс. Угол падения света – 42°, угол отверстия – 4°.

Измерение показателей достаточности искусственного освещения палаты:

1) уровень искусственной освещенности (для освещения использовались люминесцентные лампы) – 120 люкс;

2) коэффициент неравномерности для всего помещения в целом – 1:1.

Задание

1. Укажите нормативный документ, раздел и категорию помещения необходимые для оценки микроклимата, естественного и искусственного освещения больничной палаты для взрослых.

2. Дайте гигиеническую оценку микроклимата, включая определение ЭЭТ, естественного и искусственного освещения с расчетом показателей, необходимых для оценки естественного освещения (световой коэффициент, коэффициент естественной освещенности и коэффициент заглубления).

3. Дайте практические рекомендации по нормализации микроклимата, естественного и искусственного освещения палаты для взрослых с учетом конкретных условий задачи в случае необходимости

Эталон ответа

Категория помещений – больничная палата для взрослых

Расчет:

$$СК = 2,8/15 = 1:5,4$$

$$КЗ = 5/2,85 = 1,75$$

$$КЕО = 60 \times 100 / 15000 = 0,4\%$$

Показатель	Значение	Норма	Оценка
Микроклимат			
Температура средняя	17°C	20-26°C	Ниже нормы
Перепад температуры по вертикали	4°C	Не более 2-3°C	Выше нормы
Перепад температуры по горизонтали	3°C	Не более 2-3°C	Соответствует норме

Относительная влажность	41 %	Не более 60 %	Соответствует норме
Скорость движения воздуха	0, 4 м/сек	Не более 0,1-0,2 м/сек	Выше нормы
ЭЭТ	14,5 °С	17,2 - 21,7°С 18,1 - 18,9 °С	Ниже зоны комфорта (неблагоприятный, охлаждающий)
Естественное освещение			
Световой коэффициент (СК)	1:5	Не менее 1:5 - 1:6	Соответствует норме
Коэффициент заглубления (КЗ)	1,8	Не более 2,5	Соответствует норме
Коэффициент естественной освещенности (КЕО)	0,4%	Не менее 0,5%	Ниже нормы
Угол падения	42°	Не менее 27°	Соответствует норме
Угол отверстия	4°	Не менее 5°С	Ниже нормы
Искусственное освещение			
Освещенность искусственная	120 лк	Не менее 100 лк	Соответствует норме
Яркость рабочей поверхности	-	-	-
Кн на рабочем месте	-	-	-
Кн для всего помещения в целом	1:1	Не менее 1:3	Соответствует норме

Заключение

1. Для оценки микроклимата, естественного и искусственного освещения больничной палаты для взрослых использовался СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", раздел – «Организации, осуществляющие медицинскую деятельность», категория помещения – палаты для взрослых больных.

2. Микроклимат и естественное освещение палаты для взрослых не соответствуют, искусственное освещение соответствует нормативному документу п.1.

3. Рекомендации: для нормализации микроклимата (повышения температуры): рекомендуется повысить параметры системы отопления, для снижения скорости движения воздуха необходимо исключить сквозняки. Для нормализации естественного освещения: увеличения угла отверстия – необходимо спилить верхушки деревьев, препятствующие проникновению света внутрь палаты, увеличения КЕО – необходимо помыть оконные стекла или предотвратить их замерзание, препятствующие проникновению естественного света.

Задача 3

При обследовании населения нескольких районов Тверской области (обследовано 3000 человек) получены следующие результаты:

Процент населения с I-II степенью зоба - 30%;

Процент населения с III - V степенью зоба - 20%;

Количество мужчин с III - V степенью зоба - 200 человек;

Количество женщин с III – V степенью зоба – 400 человек.

Задание

- 1) Оцените тяжесть зобной эндемии
- 2) Оцените напряженность зобной эндемии

Эталон ответа

При обследовании населения нескольких районов Тверской области (обследовано 3000 человек) было выявлено

Процент населения с I - II степенью зоба	30%	Количество мужчин с III - V степенью зоба	200 человек
Процент населения с III - V степенью зоба	20%	Количество женщин с III - V степенью зоба	400 человек

Для определения тяжести зобной эндемии в области необходимо рассчитать индекс Ленца-Бауэра: по формуле количество мужчин с III - V степенью зоба необходимо разделить на количество женщин с III - V степенью увеличения щитовидной железы:

Расчет:

$$\text{Индекс Л - Б} = \frac{N_{\text{м}}(\text{III - V степень увеличения})}{N_{\text{ж}}(\text{III - V степень увеличения})}$$
$$\text{Индекс Л - Б} = \frac{200}{400} = 1:2$$

1:2 — высокая тяжесть зобной эндемии

Для определения напряженности зобной эндемии необходимо рассчитать коэффициент Коломийцевой: по формуле процент лиц с I - II степенью зоба необходимо разделить на процент лиц с III - V степенью увеличения щитовидной железы.

Расчет:

$$\text{КК} = \frac{\% \text{ лиц с I - II степенью увеличения}}{\% \text{ лиц с III - V степенью увеличения}}$$
$$\text{КК} = \frac{30\%}{20\%} = 1,5$$

1,5 — высокая напряженность зобной эндемии

Заключение

В нескольких районах Тверской области выявлена высокая тяжесть (1:2) и высокая напряженность (1,5) зобной эндемии.

Справка
о материально-техническом обеспечении рабочей программы дисциплины
Гигиена

(название дисциплины, модуля, практики)

№ п\п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Учебная комната №1	Письменный стол, учебные столы, стулья, доска, наборы учебных плакатов, телевизор
2.	Учебная комната №2	Письменный стол, учебные столы, стулья, доска, наборы учебных плакатов, телевизор
3.	Учебная комната №3	Письменный стол, учебные столы, стулья, доска, наборы учебных плакатов, телевизор

* Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

**Лист регистрации изменений и дополнений на _____ учебный год
в рабочую программу дисциплины (модуля, практики)**

(название дисциплины, модуля, практики)

для обучающихся _____ курса,

специальность: _____
(название специальности)

форма обучения: очная/заочная

Изменения и дополнения в рабочую программу дисциплины рассмотрены на

заседании кафедры « _____ » _____ 202__ г. (протокол № _____)

Зав. кафедрой _____ (ФИО)
подпись

Содержание изменений и дополнений

№ п/п	Раздел, пункт, номер страницы, абзац	Старый текст	Новый текст	Комментарий