



Компонент образовательной программы

Образовательная программа утверждена

Решением Ученого совета

ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»

Протокол от 21.01.2026 г. № 1

Аннотация к рабочей программе дисциплины

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ

по специальности

31.08.71 Организация здравоохранения и общественное здоровье
направленность (профиль): **Организация здравоохранения и общественное**
здоровье
(уровень подготовки кадров высшей квалификации)

Форма обучения: очная

Блок 1. Дисциплины (модули)

Б1.Э Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Элективные дисциплины (модули)

Б1.Э.1.2 Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний.

Цель изучения дисциплины (модуля): формирование способности к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников):

В результате освоения программы ординатуры у выпускника должны быть сформированы: универсальные, профессиональные компетенции.

В результате освоения указанной программы ординатуры выпускник должен обладать следующими компетенциями:

универсальными компетенциями:

– способен критически и системно анализировать, определять возможность и способы применения достижения в области медицины и фармации в профессиональном контексте (УК-1).

профессиональными компетенциями:

– способен к управлению структурным подразделением медицинской организации, в том числе организационно-методическим подразделением (ПК-2);

– способен к менеджменту качества и безопасности деятельности в медицинской организации, к разработке и внедрению системы менеджмента качества (ПК-5).

Планируемые результаты обучения

Врач-ординатор-организатор здравоохранения должен:

знать: государственную политику в области охраны здоровья населения; сущность, основные понятия, принципы и методы экологической безопасности, включая характерные особенности воздействия некоторых химических, биологических и физических факторов окружающей среды на здоровье населения и медицинских работников; современные подходы, современные стратегии профилактики и укрепления здоровья: формы и методы, технологии формирования здорового образа жизни; основы разработки эффективных программ профилактики; современные подходы и стратегии ВОЗ к профилактике неинфекционных заболеваний;

уметь: выявлять факторы, оказывающие влияющие на здоровье и детерминанты здоровья; разрабатывать основные мероприятия по

профилактике заболеваний и укреплению здоровья, оценивать их эффективность; эффективно взаимодействовать с представителями различных слоев населения, в том числе и группами риска; разрабатывать типовые планы действий и программы профилактики с учетом существующих приоритетных экологических и социальных проблем в конкретных условиях;

владеть: навыками оценки безопасности медицинской деятельности; аргументированно принимать обоснованные решения с точки зрения безопасности и организовывать их выполнение; формами и методами, технологии формирования здорового образа жизни; основами разработки эффективных программ профилактики; работы с научной, учебной, справочной литературой и электронными ресурсами, навыками публичной речи, аргументации; методами эффективного взаимодействия с представителями различных слоев населения, в том числе и группами риска; методологией установления причинно-следственных связей в системе «окружающая среда-здоровье».

Карта формирующих компетенций (или их частей) дисциплины (модуля)

№ п/п	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемый результат обучения по дисциплине		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	Способен критически и системно анализировать, определять возможность и способы применения достижения в области медицины и фармации в профессиональном контексте (УК-1).	Анализирует достижения в области медицины и фармации в профессиональном контексте (УК-1.1).	Государственную политику в области охраны здоровья населения; сущность, принципы и методы экологической безопасности; формы и методы, технологии формирования здорового образа жизни; основы разработки эффективных программ профилактики.	Выявлять факторы, оказывающие влияние на здоровье и детерминанты здоровья с учетом существующих приоритетных экологических и социальных проблем в конкретных условиях.	Методологией установления причинно-следственных связей в системе «окружающая среда-здоровье».
2.	Способен к управлению структурным подразделением медицинской организации, в том числе организационно-методическим подразделением (ПК-2).	Организует деятельность структурного подразделения медицинской организации (ПК-2.1).	Современные стратегии профилактики и укрепления здоровья: формы и методы, технологии формирования здорового образа жизни; основы разработки	Разрабатывать основные мероприятия по профилактике заболеваний и укреплению здоровья, оценивать их эффективность; разрабатывать типовые планы действий и	Навыками аргументированно принимать обоснованные решения с точки зрения безопасности и самостоятельно организовывать их выполнение.

№ п/п	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемый результат обучения по дисциплине		
			Знать	Уметь	Владеть
			эффективных программ профилактики.	программы профилактики.	
3.	Способен к менеджменту качества и безопасности деятельности в медицинской организации, к разработке и внедрению системы менеджмента качества (ПК-5).	Осуществляет менеджмент качества и безопасность медицинской организации (ПК-5.2).	Государственную политику в области охраны здоровья; характерные особенности воздействия некоторых химических, биологических и физических факторов окружающей среды на здоровье населения и медицинских работников; современные подходы, современные стратегии профилактики и укрепления здоровья.	Выявлять факторы, оказывающие влияние на здоровье и детерминанты здоровья; разрабатывать основные мероприятия по профилактике заболеваний и укреплению здоровья, оценивать их эффективность; разрабатывать типовые планы действий и программы профилактики.	Навыками оценки безопасности медицинской деятельности; аргументированно принимать обоснованные решения с точки зрения безопасности и организовывать их выполнение; формами и методами, технологии формирования здорового образа жизни; основами разработки эффективных программ профилактики.

Содержание дисциплины:

Раздел I Основные факторы риска в развитии заболеваний

Тема 1. Государственная и региональная политика в отношении здорового образа жизни и профилактики заболеваний. Основы государственной политики Российской Федерации в области охраны здоровья. Межсекторальное сотрудничество в формировании здорового образа жизни и профилактики заболеваний. Стратегия предупреждения хронических неинфекционных заболеваний. Декларации и хартии по укреплению здоровья. Основные международные организации работающие в области охраны здоровья. Основные направления деятельности ВОЗ. Основные программные документы организаций, работающих в области охраны здоровья. Региональная политика г. Москвы в области охраны здоровья, формировании здорового образа жизни и профилактики заболеваний.

Тема 2. Экологические факторы риска. Главные проблемы экологии Москвы. Классификация факторов экологического риска. Естественные и антропогенные факторы риска. Геологические факторы и катастрофы, климатические явления, биолого-социальные бедствия. Хозяйственная деятельность человека, влияющая на возникновение и течение

названных природных процессов. Антропогенно обусловленные факторы экологического риска. Радиационная опасность. Химическая опасность. Эпидемиологический риск, зависящий от загрязнения воды и почвы бытовыми стоками. Риск от географического распространения возбудителей заболеваний. Главные проблемы экологии Москвы: вредные выбросы от автомобилей, бытовые и промышленные отходы, шумо- и свето-загрязнение, загрязнение воды и почвы.

Тема 3. Конституциональные факторы риска и личная гигиена. Основные конституциональные факторы риска. Роль конституциональных факторов в развитии болезней. Личная гигиена как одна из составляющих здорового образа жизни. Эпидермальный барьер и уход за кожными покровами. Гигиена полости рта. Личная гигиена и профилактика заболеваний у населения.

Тема 4. Физическая активность и здоровый образ жизни. Гиподинамия и физическая активность. Физические нагрузки. Оздоровительная физическая культура или систематические упражнения. Лечебная физкультура. Глобальная стратегия ВОЗ в области физической активности и питания. Влияние физической активности на здоровый образ жизни. Государственные программы г. Москвы по развитию физкультуры и спорта.

Тема 5. Рациональное питание. Основы рационального питания, обеспечивающим энергетические потребности организма и сбалансированное поступление питательных веществ. Рациональное питание и нутрициология. Энергетическая ценность пищевых продуктов и режим питания. Основные принципы организации рационального питания. Роль БАД в рациональном питании. Роль пробиотиков и микробиоты в процессе пищеварения.

Тема 6. Аддиктивные расстройства. Проблематика алкоголизма и наркомании и противодействие им в г. Москве. Курение табака (никотина) и его вред для здоровья. Алкоголь и связанные с ним проблемы. Наркотические вещества и их влияние на здоровье. Патологический гемблинг. Интернет-зависимость, субкультуры, социальные сети. Аддиктивные расстройства и их влиянием на развитие хронических заболеваний. Проблематика алкоголизма и наркомании и противодействие им в г. Москве.

Раздел II Профилактика заболеваний и старения

Тема 7. Профилактика ряда хронических неинфекционных заболеваний. Работа павильонов «Здоровая Москва». Профилактика ряда хронических неинфекционных заболеваний. Профилактика изменений веса.

Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Профилактика сахарного диабета II типа. Профилактика хронических бронхолегочных заболеваний. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Профилактика онкологических заболеваний. Профилактика заболеваний глаз.

Тема 8. Профилактика инфекционных заболеваний. Совершенствование организационных форм иммунопрофилактики. Иммунопрофилактика. Правовые аспекты вакцинопрофилактики. Виды иммунобиологических препаратов. Национальный календарь профилактических прививок. Профилактика респираторных инфекций. Профилактика кишечных инфекций. Совершенствование организационных форм иммунопрофилактики. Организация массовой вакцинопрофилактики в условиях современного мегаполиса. Состояние процесса вакцинации в городе Москве в «постковидный период». роль единой медицинской информационно-аналитической системы города Москвы (ЕМИАС) в решении проблем вакцинации.

Тема. 9. Эпидемиологические методы выявления основных хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития. Виды клинических исследований, одномоментные и когортные исследования. Характеристика основных эпидемиологических методов исследования. Выявление вероятности наличия неинфекционных заболеваний. Выявление факторов риска хронических неинфекционных заболеваний.

Тема 10. Профилактика старения как системная технология и новая наука. Программа «Московское долголетие». История развития геронтологии как науки. Теоретические основы геронтологии. Современные геронтологические концепции. Генетика старения и долгожительства. Наследственное преждевременное старение (прогерии). Кандидатные гены смерти и долголетия человека. Роль специфических хромосом в старении. Общие закономерности динамики обмена веществ и энергии при старении. Советы начинающим долгожителям. Инновационные технологии для продления жизни. Влияние профилактики старения на состояние общества и экономик. Программа «Московское долголетие» для пенсионеров.

Раздел III. Общие принципы построения профилактических программ

Тема. 11. Качество жизни и общие принципы построения профилактических программ. Критерии для оценки качества жизни. Физические, психологические критерии, уровень независимости, жизнь в обществе, окружающая среда, духовность. Использование критериев качества

жизни в современной медицине. Разработка опросника качества жизни. Общий опросник качества жизни. Планирование профилактических программ. Общие принципы профилактической деятельности. Технологии формирования здорового образа жизни. Виды профилактических программ. SWOT (SWOT)-анализ.

Тема. 12. Психологические и этические аспекты построения профилактических программ, доказательная медицина. Психологические аспекты профилактики – психология здоровья. Этические аспекты построения профилактических программ. Основы технологии сбора, анализа, синтеза и использования медицинской информации, позволяющей принимать оптимальные решения по профилактике и лечению заболеваний. Основные принципы биоэтики. Профилактика с точки зрения доказательной медицины.