

Министерство здравоохранения Амурской области

ГАУ АО ПОО «Амурский медицинский колледж»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

ПМ. 01 ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ

МДК 01.01 ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ

(ЗДОРОВЫЕ ЖЕНЩИНЫ И МУЖЧИНЫ)

**Специальность
34.02.01 Сестринское дело**

ППССЗ (базовая подготовка)

2020 год

Рассмотрено
на заседании выпускающей ЦМК
Протокол № 5
от «10» июня 2020 г.

Председатель ЦМК Симонова Г.А.
Симонова Г.А.

Методические рекомендации для студентов по выполнению внеаудиторной, самостоятельной работы составлены в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело и содержат перечень рекомендаций для организации самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся по ПМ. 01 проведение профилактических мероприятий, МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение (Здоровые женщины и мужчины).

Составитель: Васильева Т.В., преподаватель ГАУ АО ПОО «АМК»

Рекомендованы Экспертным советом при информационно - методическом центре
ГАУ АО ПОО «АМК»

Заключение Экспертного совета № 107 от «26» июня 2020 г.

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ О САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ

1. Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации;
- формирования общих и профессиональных компетенций;
- развитию исследовательских умений.

2. Формы и виды самостоятельной работы студентов

1. Чтение основной и дополнительной литературы. Самостоятельное изучение материала по литературным источникам.
2. Работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы.
3. Работа со словарем, справочником.
4. Поиск необходимой информации в сети Интернет.
5. Конспектирование источников.
6. Реферирование источников.
7. Составление аннотаций к литературным источникам.
8. Составление рецензий и отзывов на прочитанный материал.
9. Составление обзора публикаций по теме.
10. Составление и разработка словаря (гlossария).
11. Составление или заполнение таблиц.
12. Работа по трансформации учебного материала, перевод его из одной формы в другую.
13. Ведение дневника (дневник практики, дневник наблюдений, дневник самоподготовки и т.д.)
14. Прослушивание учебных аудиозаписей, просмотр видеоматериала.
15. Выполнение аудио - и видеозаписей по заданной теме.
16. Подготовка к различным формам промежуточной и итоговой аттестации (к тестированию, контрольной работе, зачету, экзамену).
17. Выполнение домашних работ.
18. Самостоятельное выполнение практических заданий репродуктивного типа (ответы на вопросы, тренировочные упражнения, опыты, задачи, тесты).
19. Выполнение творческих заданий.
20. Подготовка устного сообщения для выступления на занятии.
21. Написание реферата. Подготовка к защите (представлению) реферата на занятии.
22. Подготовка доклада и написание тезисов доклада.
23. Выполнение комплексного задания или учебного проекта по учебной дисциплине. Подготовка к его защите на семинарском или практическом занятии.
24. Подготовка к участию в деловой игре, конкурсе, творческом соревновании.
25. Подготовка к выступлению на конференции.

3. Формы контроля самостоятельной работы

1. Просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем.

2. Организация самопроверки, взаимопроверки выполненного задания в группе.
3. Обсуждение результатов выполненной работы на занятии.
4. Проведение письменного опроса.
5. Проведение устного опроса.
6. Организация и проведение индивидуального собеседования.
7. Организация и проведение собеседования с группой.
8. Проведение семинаров.
9. Защита отчетов о проделанной работе.
10. Организация творческих конкурсов.
11. Организация конференций.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

1. Цели и задачи модуля – требования к результатам освоения модуля

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен иметь **практический опыт** проведения профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода;

уметь:	знать:
обучать население принципам здорового образа жизни; проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия; консультировать по вопросам рационального и диетического питания;	современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;

2. Результаты освоения профессионального модуля

Результатом освоения программы профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «Проведение профилактических мероприятий», в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1	Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.
ПК 1.2.	Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.
ПК 1.3	Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.
ОК.1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК.2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.
ОК.3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК.4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК.5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК.6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК.7.	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.
ОК.8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.
ОК.9.	Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.
ОК.10.	Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.
ОК.11.	Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.
ОК.12.	Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
ОК.13.	Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

3. Тематический план

Теоретические занятия	Практические занятия
1. Репродуктивная система женщины в зрелом возрасте - 2 час.	1.Репродуктивная система женщины и мужчины в зрелом возрасте - 6 час.
1. Репродуктивная система мужчины и женщины в зрелом возрасте – 2 час.	
2. Роль семьи в жизни человека. Планирование семьи – 2 час.	2.Роль семьи в жизни человека. Планирование семьи – 6 час.
3. Внутриутробное развитие человека. Влияние вредных факторов на плод. Физиологическое течение беременности – 2 час.	3.Внутриутробное развитие человека. Влияние вредных факторов на плод – 6 час.
4. Роды. Особенности сестринского ухода в родах – 2 час.	4.Роды. Особенности сестринского ухода в родах – 6 час.
5. Послеродовый период. Особенности сестринского ухода в послеродовом периоде – 2 час.	5.Послеродовый период. Особенности сестринского ухода в послеродовом периоде – 6 час.

6. Климактерический период. Значение здорового образа жизни в профилактике возникновения климактерического синдрома – 2 час.	6.Климактерический период. Значение здорового образа жизни в профилактике возникновения климактерического синдрома – 6 час.
Итого: 14 час	36 час.

5.Количество часов, отведенное на самостоятельную внеаудиторную работу при освоении программы раздела профессионального модуля – 25 ч.

Содержание

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1.

Тема: Репродуктивная система женщины и мужчины в зрелом возрасте

Студент должен знать:

1. Репродуктивная система женщины: строение и функции половых органов и женского таза, их роль в репродукции.
2. Женские половые гормоны, их биологическое действие на организм.
3. Регуляция менструального цикла, овогенез.
4. Влияние факторов окружающей среды на овогенез, менструальный цикл, фертильность, гигиена половых органов.
5. Гигиена менструального цикла.
6. Репродуктивная система мужчины: строение и функции мужских половых органов.
7. Половые и добавочные железы.
8. Мужские половые гормоны, их биологическое действие на организм.
9. Сперматогенез.
10. Влияние факторов окружающей среды на сперматогенез, потенцию, фертильность.
11. Гигиена половых органов.

Студент должен уметь:

1. Нарисовать по памяти женские и мужские половые органы и железы и обозначить их.
2. Определить истинную конъюгату и объяснить её значение.
3. Нарисовать по памяти таблицу регуляции менструального цикла и объяснить действие гормонов в разные дни цикла.
4. Выявлять проблемы, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области строения половых органов, таза и менструальной функции.

Задания для самоконтроля:

1. Нарисовать наружные женские половые органы и обозначить акушерскую промежность и преддверие влагалища.
2. Нарисовать внутренние половые органы женщины и обозначить ампулярный отдел трубы, перешеек, наружный зев, левый боковой свод.
3. Нарисовать мужские половые органы и обозначить железы и придаток яичка.
4. Назвать количество костей таза и соединения костей.
5. Нарисовать плоскости таза и обозначить их размеры.
6. Назвать физиологические потребности человека.

В помощь студенту:

Схема регуляции менструального цикла

ЦНС

Гипоталамус	ФС-РФ	Л-РФ, пролактин-РФ
Гипофиз	ФСГ	ЛГ, пролактин
Яичники	овуляция	
	Гормоны: эстрогены фолликулиновая	Гормон: прогестерон лютеиновая
Матка	Дес-я Рег-я Проллифер- я	секреция
Дни цикла	1 3-5 7-8 14	28

**Дес-я - десквамация,
Рег-я- регенерация.
Проллифер-я- пролиферация**

Различают 4 наружных размера таза:

Distantia spinarum – расстояние между передневерхними осями подвздошных костей 25-26 см;

Distantia cristarum – расстояние между гребнями подвздошных костей 28-29 см;

Distantia trochanterica – наибольшее расстояние между большими вертелами бедренных костей 30-32 см

Conjgata externa (наружная конъюгата) – расстояние между надкрестцовой ямкой и серединой верхнего края лона 20-21 см.

Главной конъюгатой таза является *истинная (vera)*. Это расстояние между крестцовым мысом и наиболее выступающей точкой на внутренней поверхности лонного сочленения. О ее размерах судят по величине наружной конъюгаты и диагональной.

Диагональная конъюгата (Conjgata diagonalis) – расстояние между надкрестцовой ямкой и серединой наружного верхнего края симфиза 12,5 и более см.

Индекс Соловьева – 1/10 часть окружности лучезапястного сустава.

Для определения истинной конъюгаты от величины диагональной вычитают индекс Соловьева. От величины наружной конъюгаты вычитают 8 см, если окружность лучезапястного сустава = 13 см. и менее, вычитают 9 см, если окружность лучезапястного сустава = 14-15 см. и вычитают 10 см, если окружность лучезапястного сустава более 15 см.

Например:

1. Таз: 25-28-30-20 см, С.Д. = 12,5 см. Окружность лучезапястного сустава = 14 см. Найти С.В.

$CV = 12,5 \text{ см} - 1,4 \text{ см} = 11,1 \text{ см}$ (норма).

$CV = 20 \text{ см} - 9 = 11 \text{ см}$

2. Таз: 25-28-30-18 см, С.Д. = 10,5 см. Окружность лучезапястного сустава = 16 см. Найти С.В.

$CV = 10,5 \text{ см} - 1,6 \text{ см} = 8,9 \text{ см}$ (меньше нормы).

$CV = 18 \text{ см} - 10 = 8 \text{ см}$ (меньше нормы)

Ромб Михаэлиса – пояснично – крестцовый ромб. Верхний угол – проекция надкрестцовой ямки, боковые – задневерхние ости подвздошных костей, нижний угол – ягодичная складка. Вертикальный размер приблизительно равен прямому размеру плоскости входа в малый таз – 11 см., поперечный размер 10,5 см.

**Задания, обязательные для выполнения в процессе самоподготовки
(с указанием количества часов)**

1. Нарисовать схему регуляции менструального цикла и выучить её.	4
2. Пример: Определить истинную конъюгату. Размеры таза: 26-29-32-21. Окружность лучезапястного сустава 17 см. Диагональная конъюгата 13 см. Решение: $21 - 10 = 11 \text{ см}$ $13 - 1,7 = 11,3 \text{ см}$ Ответ: Величина истинной конъюгаты соответствует норме.	
3. Определить истинную конъюгату. Размеры таза: 25-28-31-19. Окружность лучезапястного сустава 15 см. Диагональная конъюгата 11,5 см.	
4. Проверь себя:	

Граф- диктант для закрепления

1. К наружным половым органам женщины не относится преддверие влагалища.
2. В задней трети больших половых губ расположены бартолиновые железы.
3. Преддверие влагалища с боков ограничено большими половыми губами.
4. При второй степени чистоты влагалища выделения сметанообразные желтоватые.
5. При второй степени чистоты влагалища в мазке определяются единичные лейкоциты в поле зрения.
6. Пространство между стенкой влагалища и шейкой матки называется зев.
7. Форма канала шейки матки коническая.
8. Канал шейки матки называется интерстициальным.
9. Слизистая канала шейки матки выстлана железистым эпителием.
10. Стенка матки имеет три слоя, один из них – истмический.
11. Форма полости матки треугольная.
12. Между шейкой матки и собственным телом находится свод.
13. Гормонообразующим органом у женщины является матка.
14. Фолликулы созревают в маточной трубе.
15. Оплодотворение происходит в маточной трубе.
16. Миометрий расположен между эндометрием и периметрием.
17. Мочевой пузырь находится за маткой.
18. Яичники прикрепляются к задней поверхности широкой маточной связки.
19. Женские половые органы не образуют семя.
20. Канал, по которому движется оплодотворенная яйцеклетка называется цервикальным.

Ответ:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
-	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	+	+	-

Занятие № 2

Тема 2. Роль семьи в жизни человека. Планирование семьи.

Студент должен знать:

Здоровье семьи

1. Понятие семьи. Типы, этапы жизненного цикла, основные функции семьи. Характеристика основных функций семьи. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека.
2. **Определение типа семьи.** Определение этапа жизненного цикла семьи. Выявление основных медико-социальных проблем семьи, определение возможных путей их решения.
3. Классификацию контрацептивных средств.
4. Определение понятия «Индекс Перля».

Студент должен уметь:

1. Уметь объяснить плюсы и минусы применения различных контрацептивных средств.
2. Составлять рекомендации по подготовке к запланированной беременности.
3. Обучать семейные пары правильному использованию некоторых видов контрацепции

В помощь студенту

контрац. ср-во/ признак	Как при- меняется	Как действует	Путь применения	Недостатки	Преимущества
Презерватив	При каждом половом акте	Предотвращает попадание спермы во влагалище	Одевается на половой член в состоянии эрекции	Снижает интенсивность сексуальных ощущений, может порваться	Прост в применении, защищает от ИППП
Внутриматочная спираль	Ставится на 2-5 лет, через перерыв можно повторить	Ускоряет прохождение яйцеклетки по трубе, вызы- вает асептиче- ское воспаление в матке	Ставится в полость матки	Имеет противопоказания для применения, экспульсия, воз- растает частота воспалительных заболеваний жпо, вставляется врачом.	Эффект наступает сразу, можно извлечь, в любое время, длительный срок применения
Колпачки, диафрагма	Ставится перед половым актом на срок до 6 часов.	Предотвращает попадание спермы в цервикальный канал	Одевается на шейку матки	Требуют гигиенического ухода, уточнения размера при уве- личении веса, обучения перед применением, правильного одевания.	Снижение риска рака шейки матки при регулярном применении, не требует частых расходов на приобретение, можно при- менять, когда противопоказана спираль
Эстроген- гестагенные таблетки	Ежедневно с 5 дня цикла,	Предотвращает овуляцию	Per os	Имеется много противопо- казаний, нельзя забыть выпить таблетку, есть	Высокий эффект, уменьшают количество менструальных

				побочные действия	выделений, просты в употреблении.
Гестагенные препараты	Ежедневно с 1 дня цикла на 2-3 месяца	Подавляют овуляцию, сгущают шейечную слизь, снижают восприимчивость матки к оплодотворенной яйцеклетке	Per os инъекция	Менструации могут стать нерегулярными, возможны межменструальные выделения, при поносе, рвоте – неэффективны Менструации могут стать нерегулярными, возможны побочные эффекты (прибавка в весе, головокружение, утомляемость, раздражительнос.) Беременность может возникнуть в течение года.	Можно курящим, старше 35 лет, кормящим грудь. Длительный контрацептивный эффект, профилактика рака яичников и эндометрия, уменьшается риск воспалительных заболеваний женских половых органов
Прерванное половое сношение	Во время полового акта, перед эякуляцией половой член вынимается из влагалища женщины	Семя не попадает во влагалище и матку	-	Низкая эффективность, держит партнеров в напряжении, при быстром семяизвержении партнера может остаться «при своих интересах».	Прост в использовании, дешев, нет противопоказаний со стороны женщины, не требует дополнительной подготовки
Спринцевание	После каждого полового акта	Семя вымывается из влагалища и не попадает в шейку матки	После полового акта женщина производит спринцевание кислыми или щелочным раствором	Низкая эффективность, недопустимо промедление с процедурой спринцевания, нельзя применить вне дома.	Прост, дешев, всегда выполним в домашних условиях, нет противопоказаний со стороны женщины
Стерилизация	На все оставшееся время после операции	Семя не попадает в трубы при женской стерилизации, нет сперматозоидов в эякуляте - при мужской	Оперативным путем производится перевязка маточных труб у женщины или семявыносящих путей у мужчины	Делается на всю оставшуюся жизнь, высокая стоимость операции	100% эффект, нет противопоказаний со стороны женщины

Вопросы для самоконтроля:

«Выбери меня»

Прочитать утверждение за цифрой. Подобрать ответ буквой.

1. Прост в применении. Ответственность берет на себя мужчина.
2. Показаны женщинам, которым нельзя применять таблетки, содержащие эстрогены.
3. Препарат вводят на срок до 5 лет.
4. Ускоряет прохождение яйцеклетки по маточной трубе, не давая ей созреть, в матке вызывает асептическое воспаление, не давая прикрепиться яйцу.
5. Можно применять вместе со спермицидом.
6. Содержит гормоны в трех концентрациях.
7. Может применяться после полового акта.
8. Физиологическая контрацепция.
9. Половое удовлетворение путем взаимных ласк.
10. Препарат вводится на срок до 3 месяцев.

Ответы:

- a. Норплант.
- b. Диафрагма или колпачок.
- c. Постинор
- d. Гестагены
- e. Петтинг
- f. Трирегол
- g. Презерватив.
- h. Внутриматочная спираль (ВМС)
- i. Депо-провера (гестаген)
- j. Кормление ребенка грудью

Эталон ответа:

Вопрос	Ответ	Вопрос	Ответ
1	g	6	f
2	d	7	c
3	a	8	j
4	h	9	e
5	b	10	i

Задания, обязательные для выполнения в процессе самоподготовки(с указанием количества часов)

1. Составить план беседы с пациенткой о контрацепции.	4
---	---

Занятие № 3.

Тема: “Внутриутробное развитие плода. Влияние вредных факторов на плод. Физиология беременности”.

Студент должен знать:

Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности беременной. Процесс оплодотворения и развития плодного яйца. Признаки беременности. Влияние вредных факторов на развитие эмбриона и плода. Дородовые патронажи.

Физиологические изменения в организме женщины в связи с беременностью.

Студент должен уметь:

Определять признаки беременности: предположительные (сомнительные), вероятные, достоверные.

Определять предполагаемый срок родов.

Составлять рекомендации беременной женщине по режиму дня, питанию; обучение специальным физическим упражнениям.

Обучать беременную основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов

Вопросы для самоконтроля:

1. Что называется овуляцией и где она происходит?
2. Как сперматозоиды попадают в маточную трубу?
3. Где расположен ампулярный отдел маточной трубы?
4. Сколько хромосом имеет зигота?
5. Какое состояние трубы может нарушить движение зиготы?
6. Что происходит, если движение зиготы нарушено?
7. Какой слой слизистой матки называется функциональным?
8. Каково значение функционального слоя в период плацентации?
9. К какому сроку беременности длина плода в сантиметрах равна сроку беременности в неделях?
10. Почему длина плода 45-46 см не может являться признаком зрелости?
11. В какие периоды развития плода не бывает уродств при воздействии вредных факторов и почему?

Проверь себя:

Графический диктант

1. Эмбриональный период развития плодного яйца начинается с оплодотворения.
2. Во время имплантации плодного яйца слизистая оболочка находится в стадии пролиферации.
3. Дробление плодного яйца заканчивается стадией морулы.
4. На стадии морулы яйцо попадает в матку.
5. После периода органогенеза наступает период имплантации.
6. В фетальный период идет созревание органов, заложенных в период органогенеза.
7. Влияние вредных факторов в период имплантации может вызвать уродства у плода.
8. Ворсистая оболочка называется амнионом.
9. Вокруг каждой ворсинки плаценты циркулирует материнская кровь – первичное или вторичное межворсинчатое пространство.
10. Плацента образуется из сильно разросшихся ворсин хориона и мышечного слоя матки.
11. Длина пуповины в норме 30-40 см.
12. Амнион расположен между децидуальной оболочкой и хорионом.
13. В пуповине проходят два сосуда – большая артерия и узкая вена.
14. В пуповине по вене течет артериальная кровь от плаценты к плоду.
15. Беременность продолжается 9 акушерских или 10 лунных месяцев.
16. Масса зрелого плода не менее 2500 гр.
17. Длина доношенного плода 45 см и более.
18. Количество околоплодных вод в норме от 1,5 до 2 л.
19. Плодный пузырь защищает плод от неблагоприятных воздействий, предохраняет пуповину от сдавления.
20. Болезни матери в фетальный период вызывают ЗВУР плода.

Эталон ответа:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
+	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	+

Задания, обязательные для выполнения в процессе самоподготовки(с указанием количества часов)

Составить 2-х дневное меню для беременной с указанием значимости употребляемых продуктов	4
--	---

Тема: Роды. Особенности сестринского ухода в родах

Студент должен знать:
<p>Студенты должны знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предвестники родов; 2. Периоды родов; 3. Длительность родов; 4. Родовые изгоняющие силы; 5. Изменения в организме родильницы; 6. Признаки отделения плаценты. 7. Приемы выделения последа.

Студент должен уметь:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Проводить беседы по применению обезболивания в родах. 2. Определить характер родовой деятельности. 3. Определить состояние плода. 4. Определить состояние роженицы. 5. Проводить первое пеленание новорожденного.

В помощь студентам:

Вопрос	Ответ
1. Можно ли считать началом родов излитие околоплодных вод у беременной?	Нет. Это осложнение беременности
2. Можно ли считать началом родов прелиминарный период и почему?	Нет. Во время прелиминарного периода не происходят структурные изменения в шейке матки.
3. Как расценить своевременность излития околоплодных вод?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Собрать анамнез. Выяснить, началась ли родовая деятельность? 2. Сделать внутреннее исследование и выяснить степень раскрытия шейки матки.
4. Через какой промежуток времени должны возникать схватки у роженицы, если их частота 1-2, а продолжительность 20-30 секунд? Нарисовать на доске.	7-10 минут.
5. Чем еще характеризуется схватка	Силой, интервалами, синхронностью,

кроме продолжительности и частоты?	координированностью.
6. Какие сведения должна получить акушерка, свидетельствующие о состоянии плода?	Выслушать сердцебиение, определить его ритм, частоту и громкость. Выяснить как шевелится плод. Чрезмерная или недостаточная активность – плохой признак.
7. Как узнать, что первый период родов закончился?	Женщина начнет потуживаться.
8. Можно ли характеристики схватки перенести на потуги (частота, сила, продолжительность, синхронность, координированность)?	Да.

Варианты проблем в родах:

Первый период родов:

- Пациентка не понимает значения постельного режима;
- Дефицит знаний о своем состоянии;
- Неадекватное поведение роженицы в связи с сильными болями;
- Не понимает значения самообезболивания;
- Ложные позывы к дефекации;
- Не понимает роли глубокого дыхания во время схваток;
- Неумение расслабляться навстречу боли.
- Страх потерять ребенка;
- Боязнь оставаться одной в палате

Второй период родов:

1. Риск травмы новорожденного;
2. Нежелание тужиться из-за болей в промежности;
3. Риск родового травматизма матери.

Решите задачу

Повторнородящая И., 23 лет, поступила в роддом с доношенной беременностью спустя 4 ч от начала регулярных, периодически повторяющихся схваток. Беременность вторая, первые роды 2 года назад протекали нормально. Со стороны внутренних органов патологических изменений не обнаружено, АД 125/80 мм рт. Ст. Положение плода продольное, первая позиция, предлежащая голова прижата ко входу в малый таз. Сердцебиение плода ясное, ритмичное, частота 140 уд./мин.

Данные влагалищного исследования: влагалище широкое, шейка матки укорочена, края ее толстые, отверстие открыто на 4 см. Плодный пузырь цел, напрягается при схватках. Расположение предлежащей головы плода не определяется из-за опасности раннего разрыва плодного пузыря.

Вопросы:

1. В каком периоде родов женщина?
2. Механизм сглаживания и раскрытия шейки матки у этой роженицы.
3. Нормально ли идет темп раскрытия отверстия матки?
4. Рассказать о положении тела роженицы в первом периоде родов.

Вопросы для самоконтроля:

1. Что является началом родов?
А) излитие околоплодных вод б) появление регулярной родовой деятельности
Б) опущение живота
2. Родовыми изгоняющими силами 1 периода родов являются:
А) схватки б) потуги в) правильно а) и б)
3. Схваткой называются рефлекторные сокращения мышц матки
А) да б) нет
4. В норме количество околоплодных вод равно:
А) 300мл б) 500 мл в) 800-1000 мл
5. В норме околоплодные воды
А) светлые б) зеленые в) оранжевые
6. В конце первого периода родов количество схваток за 10 мин
А) 1-2т б) 2-3 в) 3-4
7. Частотой схваток называется количество схваток в час
А) да б) нет
8. Указать последовательность раскрытия шейки матки у первородящих
А) раскрытие наружного зева со скоростью 1 см в час;
Б) раскрытие внутреннего зева, шейка укорачивается;
В) шейка матки сглаживается
9. За 7 часов родовой деятельности у повторнородящей шейка матки раскроется на:
А) на 1 см б) на 5 см в) на 7 см
10. В норме околоплодные воды изливаются при раскрытии шейки матки на :
А) на 1 см б) на 3-4 см в) на 8 см
11. Излитие околоплодных вод до начала родовой деятельности называется:
А) своевременным б) преждевременным в) ранним
12. Полное раскрытие шейки матки в см соответствует:
А) 5 б) 8 в) 10 г) 15
13. Началом второго периода родов является:

- А) начало потуг б) полное раскрытие шейки матки в) излитие околоплодных вод
14. Разгибание головки в родах при переднем виде затылочного предлежания происходит перед:
 А) сгибанием головки б) внутренним поворотом головки
 В) внутренним поворотом плечиков
15. Сердцебиение плода в родах в норме составляет:
 А) 100-120 в мин. б) 160 и более в) 120-160 в мин.
16. Во втором периоде родов сердцебиение выслушивают:
 А) через 15-20 мин б) через 30 мин. в) после каждой потуги
17. За одну потугу роженица должна тужиться:
 А) 1 раз б) 2 раза в) 3 раза
18. Концом второго периода родов является:
 А) полное раскрытие шейки матки б) излитие околоплодных вод
 В) рождение последа г) рождение плода
19. Запоздалое излитие вод бывает:
 А) при беременности б) в первом периоде родов в) во втором периоде родов
- 20) За 5 часов родовой деятельности у первородящей:
 А) шейка матки сглажена б) шейка укорочена в) шейка раскрыта полностью

Эталон ответа:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
б	а	а	в	а	в	б	б ^{ва}	в	в	б	в	б	в	в	в	в	г	в	б

Задания, обязательные для выполнения в процессе самоподготовки (с указанием количества часов)

Составить возможные проблемы пациентки в родах с указанием целей и планов сестринских вмешательств	4
--	---

Занятие № 5

Тема: Послеродовой период. Особенности сестринского ухода в послеродовом периоде.

Студент должен знать:

1. Изменения в организме женщины в послеродовом периоде;
2. Значение грудного вскармливания для матери и ребенка;
3. Роль семьи и медицинских работников в решении проблем послеродового периода.

Студент должен уметь:

1. Объяснить пациентке роль грудного вскармливания;
2. Провести беседу по гигиене послеродового периода.
3. Провести беседу о питании родильницы.

Ответьте на вопросы:

1. В чем заключается механизм отделения плаценты?
2. В каком случае плацента отделяется с центра, а в каком с краю?
3. По каким признакам узнают, что плацента отделилась?
4. Какие приемы выделения плаценты может применить медицинская сестра?
5. Какова продолжительность нормального последового периода?
6. Может ли протекать третий период родов без кровотечения?
7. О чем говорит отсутствие признаков отделения плаценты и отсутствие кровотечения?
8. Какие показания для применения операции ручного отделения плаценты и выделения последа?
9. Какова величина допустимой кровопотери в родах?
10. Какова продолжительность послеродового периода раннего и позднего?
11. В чем заключается наблюдение за родильницей в первые два часа после родов?
12. В чем заключается дальнейшее наблюдение за родильницей?
13. В чем заключается дальнейшее наблюдение за новорожденным?
14. Ваше отношение к совместному пребыванию матери и ребенка.
15. Какие мероприятия проводятся в послеродовом отделении для предупреждения септических заболеваний матери и новорожденного?
16. На какие сутки пациентка выписывается из родильного дома, и какие документы ей даются на руки для детской поликлиники, женской консультации и ЗАГСа?
17. Какие рекомендации даются родильнице для профилактики воспалительных заболеваний женских половых органов и молочных желез?
18. Какие рекомендации будут даны родильнице по соблюдению диеты?

Решите задачу

Родильница С. на 5-е сутки после родов. Общее состояние удовлетворительное, температура тела 36,8 °С, пульс ритмичный, удовлетворительного наполнения и напряжения, частота 72 в 1 мин. Со стороны внутренних органов патологических изменений не обнаружено. Молочные железы увеличены в размерах, плотноватые, не гиперемированы, соски в хорошем состоянии. Матка сокращена, безболезненна, дно ее определяется посередине расстояния между пупком и верхним краем лобка. Лохии

кровянисто-серозные (желтые), в небольшом количестве. Мочеиспускание свободное, диурез положительный. Стул самостоятельный—1 раз в сутки.

Вопросы.:

1. Диагноз.
2. Соответствует ли состав лохий и высота стояния дна матки у этой родильницы 5-м суткам послеродового периода?
3. Причины, вызывающие нарушение мочеиспускания в послеродовом периоде.

Вопросы для самоподготовки

Задания, обязательные для выполнения в процессе самоподготовки (с указанием количества часов)

1. Составить план проведения беседы: Гигиена послеродового периода. 2. Составить план проведения беседы: Питанию родильницы.	4
---	---

Занятие № 6

Тема: Климактерический период. Значение здорового образа жизни в профилактике возникновения климактерического синдрома

Студент должен знать:

1. Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза».
2. Причины возникновения климакса.
3. Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде.
4. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин.
5. Возможные проблемы женщин и мужчин в течение климактерического периода и пути их решения

Студент должен уметь:

1. Составлять рекомендаций по питанию, режиму дня, гигиене человека в климактерическом периоде

Вопросы для самоподготовки:

1. Дать определение и назвать синонимы данного периода жизни женщины.
2. Является ли климактерический период гормонозависимым?
3. Какие отмечают фазы в климактерическом периоде?
4. Перечислить признаки пременопаузы.

5. Как изменяется жизнь женщины в постменопаузе?
6. Что означает термин «физиологический покой половой системы»?
7. Какие факторы влияют на преждевременное наступление менопаузы?
8. Какими нарушениями характеризуется климактерический синдром?
9. Пациенткой, каких врачей может стать женщина при климактерическом синдроме?
10. Может ли быть климакс у мужчин и как он проявляется?
11. Перечислить основные принципы лечения климактерического синдрома. Являются ли гормоны необходимым компонентом в лечении КС?
12. Каково значение возраста супругов, вступающих в климактерический возраст на возникновение отклонений от его течения?
13. Нужно ли изменять образ жизни супругов, входящих в климактерический период?
14. Как изменяется диета лиц, находящихся в климактерическом периоде?
15. Перечислите негормональные препараты для профилактики климактерического синдрома.
16. Перечислите гормональные препараты для лечения климактерического синдрома.

Задания, обязательные для выполнения в процессе самоподготовки(с указанием количества часов)

Подобрать пословицы и поговорки о данном периоде жизни женщины. Провести беседу о режиме и диете в климактерическом периоде.	4
---	---

Вопросы для дифзачета:

1. Строение части матки, выходящей во влагалище (шейки). Что находится между этой частью матки и стенкой влагалища?
2. Какие процессы происходят в яичнике под влиянием ФСГ гипофиза?
3. Перечислить преимущества и недостатки барьерных средств контрацепции.
4. Какое влияние оказывают на плод вредные факторы в предимплантационный период?
5. Чем начинается родовая деятельность?
6. Какими признаками сопровождается пременопауза?
7. Сколько стенок и какие имеет влагалище, степени чистоты.
8. Какие процессы происходят в яичнике под влиянием ЛГ и пролактина?
9. Перечислить преимущества внутриматочных средств контрацепции.

10. Какое влияние оказывают на плод вредные факторы в фетальный период?
11. Название и продолжительность 1, 2 и 3 периодов родов.
12. Дать определение термину «менопауза». Время ее наступления.
13. Перечислить внутренние половые органы мужчины.
14. Какие процессы происходят в матке под влиянием прогестерона?
15. Перечислить недостатки внутриматочных средств контрацепции.
16. Какое влияние оказывают на плод вредные факторы в период органогенеза?
17. Название и начало 1, 2, 3 периодов родов.
18. Перечислить ранневременные признаки климакса.
19. Строение маточных труб (длина, толщина, отделы, слои стенки трубы).
20. Какие процессы происходят в яичнике в середине менструального цикла?
21. Перечислить недостатки физиологических средств контрацепции.
22. Какие изменения при беременности наблюдаются в сердечно-сосудистой системе в связи с увеличением матки? Параметры пульса, давления у беременной в норме.
23. Перечислить моменты биомеханизма родов.
24. Какие изменения наблюдаются в организме женщины в постменопаузе?
25. Строение яичника (количество, размеры, масса, слои).
26. Какие процессы происходят в яичнике с 14 по 28 день цикла?
27. Стерилизация мужская и женская как средство контрацепции.
28. Какие факторы являются вредными во время беременности?
29. Какие процессы идут в матке в третьем периоде родов. Его название?
30. Какой образ жизни следует вести женщинам с целью профилактики климактерического синдрома?
31. Перечислить кости и сочленения таза.
32. Какие процессы происходят в матке под влиянием эстрогенов?
33. Преимущества физиологической контрацепции.
34. Какие изменения наблюдаются в желудочно-кишечном тракте при беременности?
35. Как определить частоту схваток?

36. Какие изменения наблюдаются в нервной системе у женщины в климактерическом периоде?
37. Какие процессы происходят в яичнике под влиянием ЛГ и пролактина?
38. Перечислить преимущества внутриматочных средств контрацепции.
39. Какое влияние оказывают на плод вредные факторы в фетальный период?
40. Продолжительность всех трех периодов родов.
41. Перечислить четыре наружных размера таза.
42. Как применяются гормональные средства контрацепции?
43. Какие продукты должна ограничивать или исключать из рациона беременная женщина?
44. Какие признаки характерны для предвестников родов?
45. Лохии, их характер в послеродовом периоде.
46. Перечислить поздневременные изменения в организме женщины в климактерическом периоде.
47. Перечислить механизмы в организме женщины, защищающие матку и трубы от инфекции.
48. Определить плодные и малоплодные дни при менструальном цикле 26 дней.
49. Определить срок родов по Негеле: последние месячные 7 ноября.
50. Какое излитие околоплодных вод называется ранним?
51. Как изменяются размеры матки в послеродовом периоде на 3, 5, 7 день?
52. Какие изменения в обмене веществ наблюдаются в климактерическом периоде?
53. Размеры таза 25-28-30-21, диагональная конъюгата 13 см, окружность лучезапястного сустава 18 см. Определить истинную конъюгату по наружной и диагональной.
54. Перечислить признаки зрелости плода.
55. Какие изменения наблюдаются в мочевыделительной системе у беременной женщины?
56. Дать определение термину «схватка».
57. Изменения в молочных железах в послеродовом периоде.
58. Какими признаками сопровождается пременопауза?
59. Какое число отнять от длительности цикла для начала тестирования (иммуноферментный метод)?
60. Какие поздневременные изменения наблюдаются у женщины в климактерическом периоде и с чем это связано?