

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ**  
**УКРАЇНСЬКА МЕДИЧНА СТОМАТОЛОГІЧНА АКАДЕМІЯ**  
**КАФЕДРА ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ**  
**ДЛЯ ВИКЛАДАЧІВ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНОГО ЗАНЯТТЯ**  
**ДЛЯ ЛІКАРІВ-КУРСАНТІВ**

**ТЕМА :** Здоровий спосіб життя.

**ДЛЯ ЦИКЛУ:** Тематичне вдосконалення «Онкологія в стоматології».

ЗАТВЕРДЖЕНО  
на засіданні кафедри  
«27» серпня 2019 року

Протокол № 1

Зав. кафедри  
професор, д. мед. н.

П. М. Скрипников

**Тривалість заняття – 2 години.**

**Мета заняття:** розвиток почуття пріоритетності при вирішенні онкологічних проблем. Удосконалити у лікарів-курсантів почуття професійної відповідальності за профілактику та виявлення онкологічної патології.

**Виховна мета:** Здоров'я — це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає його здібність до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Воно є найважливішою передумовою до пізнання оточуючого світу, до самоутвердження та щастя людини. Активне довге життя — це важлива складова людського фактору. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), «Здоров'я — це стан фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів».

**Обсяг повторної інформації – 80%.**

**Обсяг нової інформації – 20%** (за рахунок диференційної діагностики захворювань та їх профілактики, нових лікувальних засобів).

## ПЛАН ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТТЯ

Код елемента	№ п/п	Назва навчальних питань	Час	
7.2	I	Вступне слово викладача	5 хв.	
	II	Визначити обсяг теоретичних знань з теми:		
		1.	Основні елементи здорового способу життя	5 хв.
		2.	Формування здорового способу життя	5 хв.
		3.	Раціональний режим праці та відпочинку	5 хв.
		4.	Гігієна харчування	5 хв.
		5.	Фізичне загартування	5 хв.
	III	Прийом тематичних хворих та проведення: <ul style="list-style-type: none"> <li>– клінічних методів дослідження</li> <li>– допоміжних методів дослідження</li> <li>– визначення діагнозу та заходів лікарського втручання.</li> </ul>	1 год.	
	IV	Проведення самоконтролю знань	20 хв.	
	V	Підсумки заняття	10 хв.	

### УМОВИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТТЯ

1. Навчальні кімнати онкодиспансера, відділення голови та шиї.
2. Тематичні хворі.
3. Медична картка стоматологічного хворого.
4. Обладнання та інструментарій для діагностики та лікування хворих.
5. Ілюстрації з теми, відеоматеріали.

### ПЕРЕЛІК ПРАКТИЧНИХ НАВИЧОК ТА СТУПІНЬ ЇХ ЗАСВОЄННЯ

№ п/п	Назва навичок	Ступінь опанування		
		Ознайомився	Опанував	Оволодів
1	Провести клінічне обстеження хворих			+
2	Оцінити вид і стан елементів ураження			+
3	Взяти мазок-відбиток (зішкріб)			+
4	Призначити додаткові методи дослідження, проаналізувати результат: <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведення мікробіологічного дослідження;</li> <li>- інтерпретація результатів цитологічного дослідження;</li> <li>- читання рентгенологічне, КТ, МРТ досліджень;</li> </ul>		+	+
5	Тактика лікаря-стоматолога у комплексному лікуванні хворого			+
6	Здійснити динамічне спостереження за станом хворого			+

## **МЕТОДИ КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ПРАКТИЧНИХ НАВИЧОК**

1. Самоконтроль.
2. Складання схеми лікування згідно встановленого діагнозу.
3. Оцінка лабораторних та допоміжних методів дослідження.
4. Оформлення облікової та звітної медичної документації.

## **МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ ДО ПРАКТИЧНОГО ЗАНЯТТЯ**

1. Типовий навчальний план та програма.
2. Тестові завдання, ситуаційні задачі.
3. Методична розробка.
4. Лекційний матеріал.
5. Навчальна література.
6. Відеофільм з даної теми.

## **ХАРАКТЕР І ОБ'ЄМ НАВЧАЛЬНОЇ РОБОТИ ЛІКАРІВ–КУРСАНТІВ ПОЗА СІТКОЮ РОЗКЛАДУ З ДАНОЇ ТЕМИ**

1. Самостійне вивчення тематичної літератури.
2. Скласти схему диференційної діагностики.
3. Написання рефератів, доповідей.
4. Відповіді на ситуаційні задачі.

## **ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА ДЛЯ ОПРАЦЮВАННЯ**

1. Стоматологические аспекты осложнений лечения местнораспространенного рака слизистой оболочки полости рта / [Матякин Г.Г., Иванова В.В., Иванов В.М. и др.]. // Опухоли головы и шеи. – 2013. – №2 (59). – С. 59-61.
2. Лепин А.В. Роль профилактических стоматологических мероприятий в улучшении результатов лечения больных со злокачественными заболеваниями слизистой оболочки полости рта / А.В. Лепин, О.В. Иванов. // Астраханский медицинский журнал. – 2014. – Т. 9. - №1. – С. 105-110.
3. Соловьев М.М. Профилактика рака органов полости рта / М.М. Соловьев. // Форум практикующего стоматолога. – 2013. - №5 (11). – С. 4-13.
4. Кравченко Л.С. Ефективність застосування апігелю для лікування променевої реакції слизової оболонки порожнини рота після опромінення злоякісних пухлин у ділянці голови та шиї // Кравченко Л.С., Бас А.О., Заградська О.А. // Український стоматологічний альманах. – 2014. - №2. – С. 35-38.
5. Фармакотерапія в стоматології: навчальний посібник / Ф 24 Бобирьов В.М., Петрова Т.А., Островська Г.Ю., Рябушко М.М. – Вінниця: Нова Книга, 2014. – 40-41, 88-92.
6. Максименко П.Т. Затруднение и ошибки в диагностике заболеваний слизистой оболочки рта, губ, языка / Полтава.: Полтавский літератор, 2012.- 119с.

7. Нідзельський М.Я. Семіологія в стоматології / Нідзельський М.Я., Є.Г. Шиян, М.Д. Король, Н.В. Цветкова, В.В. Савченко // Полтава: ФОП Мирон І.А.- 2017.-188с. Стоматологическое обследование. Основные методы.- 4-е изд. – ВОЗ. Женева,1997.

8. Стоматологія: підручник у 2 кн.- Кн.2/ М. М. Рожко, І.І Кириленко, О.Г. Денисенко та ін.;за ред.. проф.. М.М. Рожка. К.: ВєВ «Медицина», 2013.- 992 С; кольор. вид.

9. Щепотин І.Б. Алгоритмы современной онкологии / І.Б. Щепотин, Г.В. Бондарь, Ю.В. Думанский и др. К.: - Книга плюс, 2006- 304с.

Підпис автора методичної розробки \_\_\_\_\_ доц. Хміль Т.А.

Дата складання розробки «\_\_» \_\_\_\_\_ 2019 р.

Дата перегляду та доповнення «\_\_» \_\_\_\_\_ 20 р. Протокол № \_\_\_\_\_

Дата перегляду та доповнення «\_\_» \_\_\_\_\_ 20 р. Протокол № \_\_\_\_\_

Дата перегляду та доповнення «\_\_» \_\_\_\_\_ 20 р. Протокол № \_\_\_\_\_

Дата перегляду та доповнення «\_\_» \_\_\_\_\_ 20 р. Протокол № \_\_\_\_\_

Дата перегляду та доповнення «\_\_» \_\_\_\_\_ 20 р. Протокол № \_\_\_\_\_

## Ситуаційні задачі

1. Життя людини прийнято характеризувати такими показниками, як:
  - А) самооцінка;
  - Б) тривалість;
  - В) рівень;
  - Г) якість.
  
2. Здоров'я – це:
  - А) стан динамічної рівноваги;
  - Б) фізичний стан;
  - В) психологічне і соціальне благополуччя;
  - Г) відсутність хвороб.
  
3. Абсолютно здоровий – це:
  - А) організм підтримує всі показники в межах фізіологічної норми;
  - Б сукупність типових для людини видів життєдіяльності;
  - В) стан організму, при якому всі органи і системи функціонують ідеально;
  - Г) патологічний процес.
  
4. Порушення адаптації – в результаті тривалого впливу несприятливих факторів в організмі:
  - А) порушується система саморегуляції;
  - Б) накопичуються токсичні речовини;
  - В) знижується активність захисних сил;
  - Г) здатність витримувати навантаження і за рахунок внутрішніх резервів.
  
5. Передхвороба:
  - А) накопичуються дезадаптаційні зміни;
  - Б) виникає імунодефіцит;
  - В) порушується обмін речовин;
  - Г) наростає втомлюваність та ризик виникнення захворювань.
  
6. Спосіб життя – це:
  - А) піклуватися про гігієну тіла, одягу і вдома;
  - Б) вживати різноманітну їжу;
  - В) можливості організму покращувати самопочуття;
  - Г) сукупність типових для людини видів життєдіяльності.
  
7. Спосіб життя характеризується:
  - А) особливостями поведінки на відпочинку;
  - Б) звичками;

- В) особливостями поведінки на роботі;
- Г) особливостями поведінки в побуті.

8. Які звички підвищують захисні можливості організму і покращують самопочуття і здоров'я:

- А) сон;
- Б) вживання різноманітної їжі;
- В) виконання фізичних вправ;
- Г) відмовитися від шкідливих звичок.

9. Фактори, які сприяють здоров'ю:

- А) особиста відповідальність за своє життя;
- Б) високий рівень самоповаги;
- В) знання форм поведінки;
- Г) спеціальні та життєві навички.

10. Науково доведено, що люди, які ведуть здоровий спосіб життя, зазвичай:

- А) часто хворіють;
- Б) живуть довше;
- В) більш повно реалізують себе;
- Г) отримують більше задоволення від життя.

11. Серед навичок, необхідних для здорового способу життя, дуже важливі:

- А) навички постановки мети;
- Б) шкідливі звички;
- В) розробка планів;
- Г) досягнення мети.

**Відповіді :**

1. – Б, В, Г.

2. – А,

3. – В,

4. – А, Б, В,

5. – А, Б, В,

6. - Г,

7 – А, Б, В, Г,

8 – А, Б, В, Г,

9 – А, Б, В, Г,

10 – Б, В, Г,

11 – А, Г.