**Основы профилактики (вопросы к экзаменам):**

1. **Критерии здоровья человека. Группы здоровья (5 групп)**
2. **Конституциональные типы человека. Индекс пропорциональности телосложения.**
3. **Основные принципы сохранения и укрепления здоровья (7-8 принципов)**
4. **Рациональное, адекватное питание (7 принципов). Определение оптимальной массы тела или индекс массы тела.**
5. **Адекватная физическая нагрузка. Положительное действие ее на организм человека (9 факторов)**
6. **Стресс. Стадии развития стресса. Общие принципы преодоления стресса.**
7. **Семья. Основные проблемы современной семьи.**
8. **Пожилой и старческий возраст. Организация питания лиц преклонного возраста (9принципов)**
9. **Здоровый образ жизни человека как биологическая и социальная проблема. Определение ЗОЖ. Критерии здоровья человека.**
10. **Выработка личных качеств, необходимых для ведения здорового образа жизни (8 качеств)**
11. **Питание как фактор сохранения и укрепления здоровья . 7 ингредиентов сбалансированного рационального питания. Принципы рационального питания.**
12. **Основной обмен. Определение. Биологическая ценность белка. Продукты - источники полноценного белка и неполноценного белка.**
13. **Биологическая ценность жиров и углеводов в питании человека.**
14. **Биологическая роль минеральных веществ в питании человека. Макроэлементы, микроэлементы.**
15. **Значение физической нагрузки в ЗОЖ. Незначительная физическая нагрузка. Физическая нагрузка в сфере обслуживания. Значительная физическая нагрузка**.

**Вопросы по «сестринскому делу в системе первичной медико-санитарной помощи (ПМСП) населению»**

1. **Объем ПМСП в условиях поликлиники. Приказ МЗ РФ №487 от 29.07.2005**
2. **Структура и работа городской поликлиники.**
3. **Структура и работа женской консультации.**
4. **Структура и работа детской поликлиники**
5. **Профилактическая деятельность м/с детской поликлиники.**
6. **Основные принципы работы врача общей практики.**
7. **Экспертиза временной нетрудоспособности. Участие м/с в проведении экспертизы.**
8. **Участие м/с в проведении медико-социальной экспертизы. Группы инвалидности.**
9. **Предупреждение развития неинфекционных болезней. Понятие. Группы неинфекционных заболеваний, являющиеся причиной смертности пациентов трудоспособного возраста.**
10. **Предупреждение распространения инфекционных болезней. Группа ЗППП. Факторы риска развития этих заболеваний.**
11. **Факторы риска заражения и распространения ВИЧ-СПИД.**

**Факторы риска распространения психических заболеваний и алкоголизма в мире и РФ.**

1. **Участковый принцип медицинского обслуживания. Обязанности участковой м/с.**
2. **Виды оказания медицинской помощи. Приказ МЗ РФ №487 от 29.07.2005**
3. **Формы оказания медицинской помощи. Характеристика. Приказ МЗ РФ №487 от 29.07.2005**
4. **Диспансеризация. Порядок проведения. Критерии эффективности. Примерные диспансерные группы (приказ №1344н от 21.12.2012)**
5. **Скорая медицинская помощь, в том числе специализированная. Приказ МЗ РФ №487 от 29.07.2005**