ГРУПА №2

Кущенко К.

Беспала С.

Дмитренко А.

Бандура А.

Часник Є.

ГІГІЄНІСТИ

ПИТАННЯ №1

Дайте обґрунтовані рекомендації, яких треба дотримуватися при хворобі

- Інфекційні хвороби передаються переважно двом основними шляхами: при контакті та при диханні
- серйозний ризик представляє прямий контакт з кров'ю або виділеннями інфікованої людини, особливо, якщо у вас на шкірі є відкриті рани.
- Інфекція також може передаватися через предмети, забруднені кров'ю або виділеннями носія інфекції (непрямий контакт)

РЕКОМЕНДАЦІЇ

№1: Уникнення взаємодії з людиною, що здатна викликати її захвюрювання, або здоровою людиною, яка може заразитися від вас

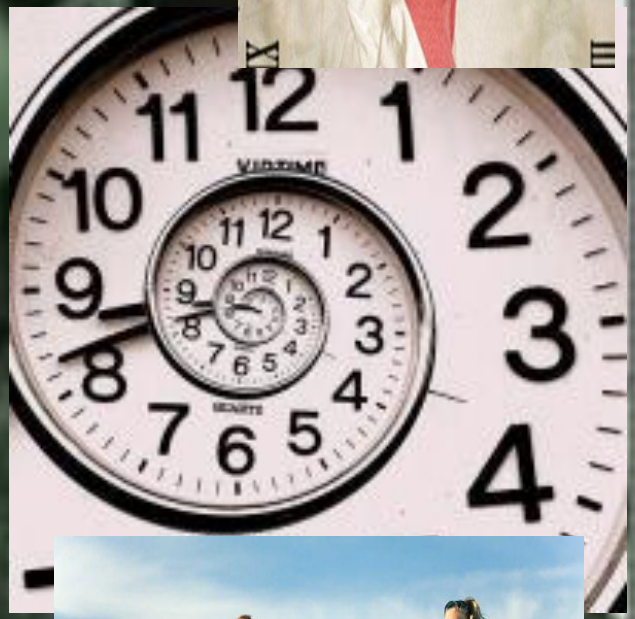
№2: Регулярно відвідувати лікаря і слідувати його рекомендаціям.

№3: Не займайтесь самолікуванням!

РЕКОМЕНДАЦІЇ

№4: Не зволікайте і при перших ознаках захворювання звертайтесь до лікаря!

№5: Якщо ви знаєте про те, що маєте захворювання, що передалось вам спадково, бажано мати постійного, так званого "сімейного лікаря.

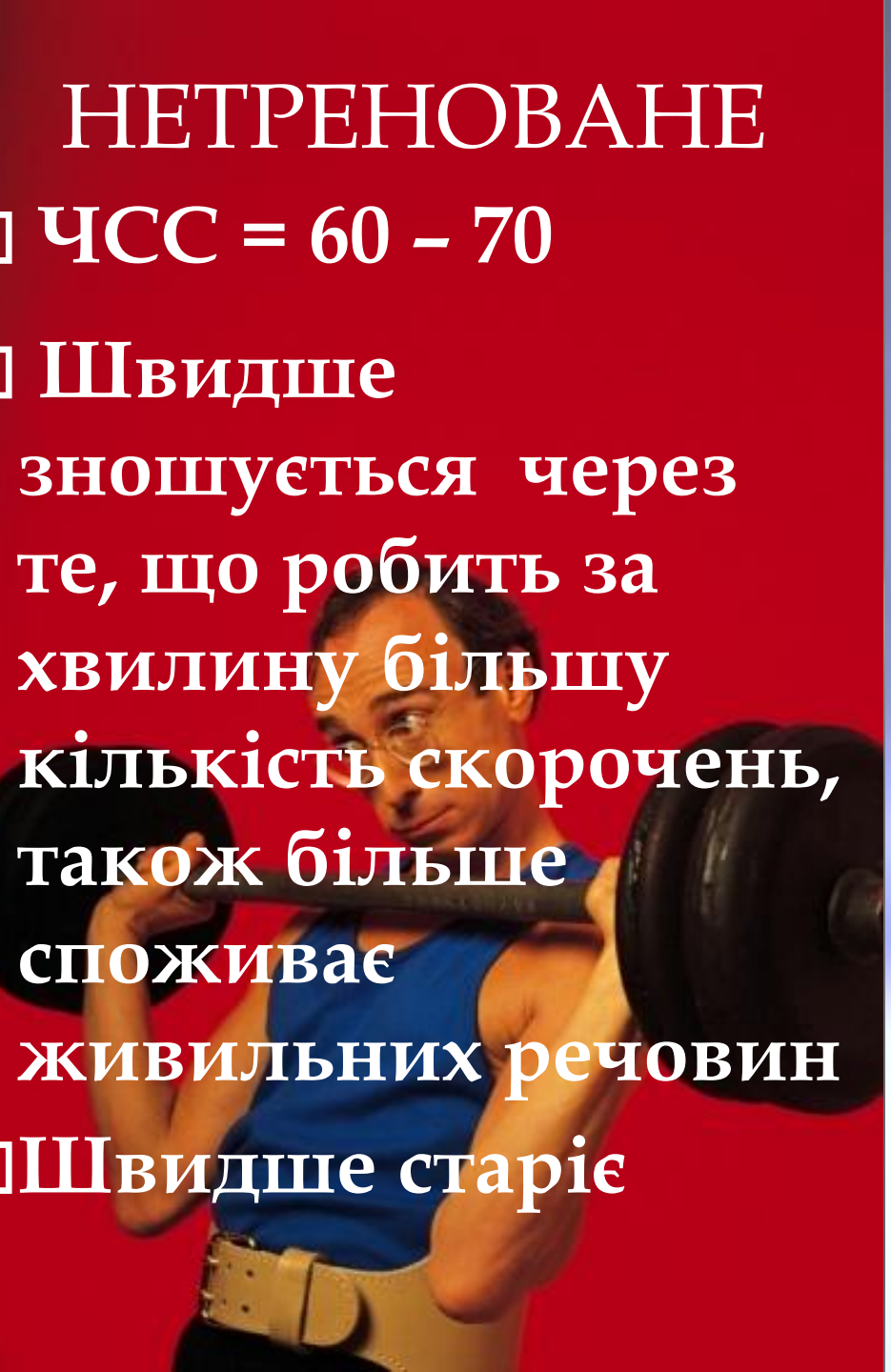


Чим відрізняються серця тренованої і нетренованої

ПИТАННЯ №2

НЕТРЕНОВАНЕ

- ЧСС = 60 – 70
- Швидше зношується через те, що робить за хвилину більшу кількість скорочень, також більше споживає живильних речовин
- Швидше старіє



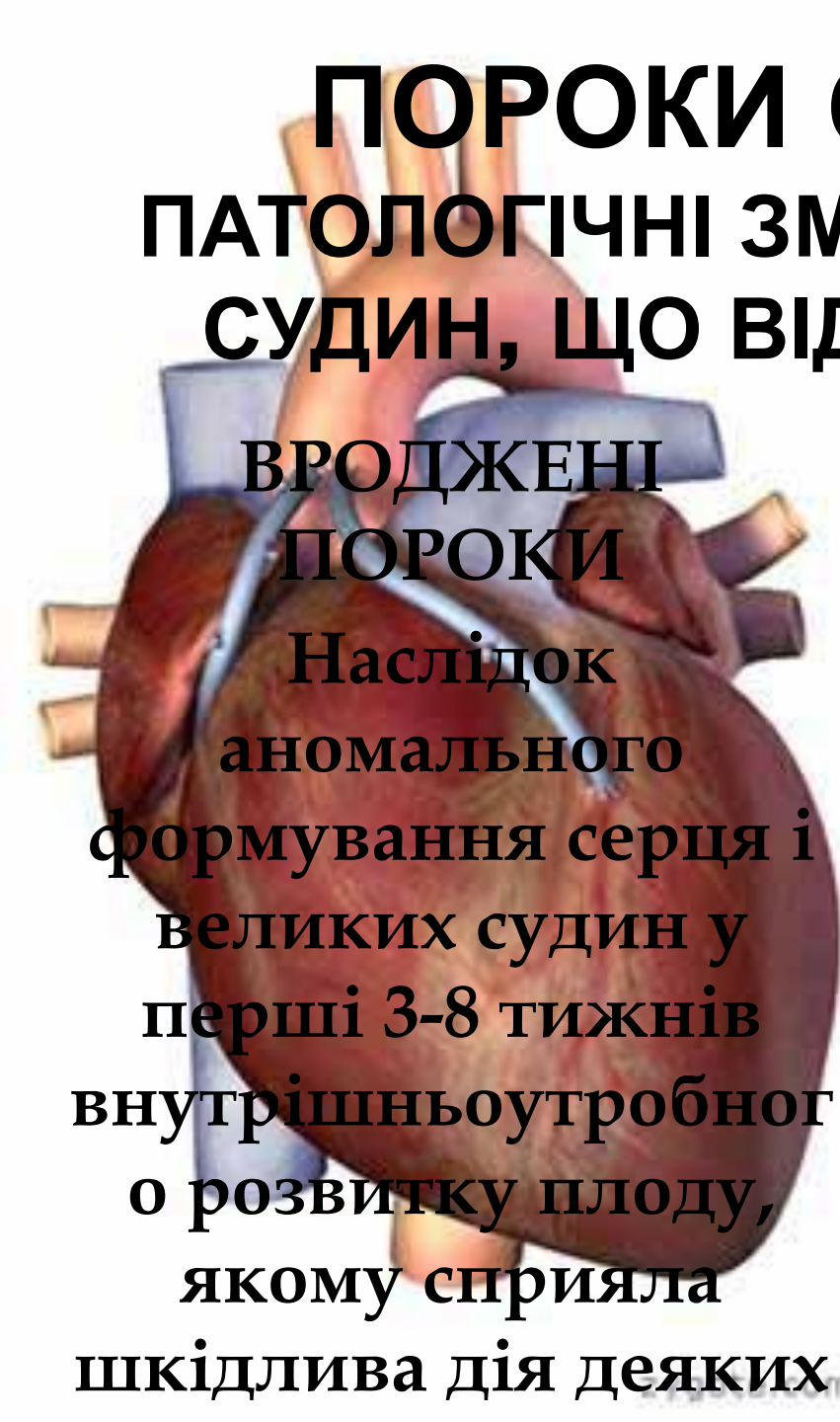
ТРЕНОВАНЕ

- ЧСС = 50-40-менше
- Обмін речовин повільніший звичного, організм працює економніше, а тривалість життя збільшується
- У тренованому організмі збільшується кількість багатих енергією з'єднань, і завдяки цьому підвищуються практично всі

ПИТАННЯ №3

Що називається пороком серця?

ПОРОКИ СЕРЦЯ – СТІЙКІ ПАТОЛОГІЧНІ ЗМІНИ В БУДОВІ СЕРЦЯ І СУДИН, ЩО ВІД НЬОГО ВІДХОДЯТЬ



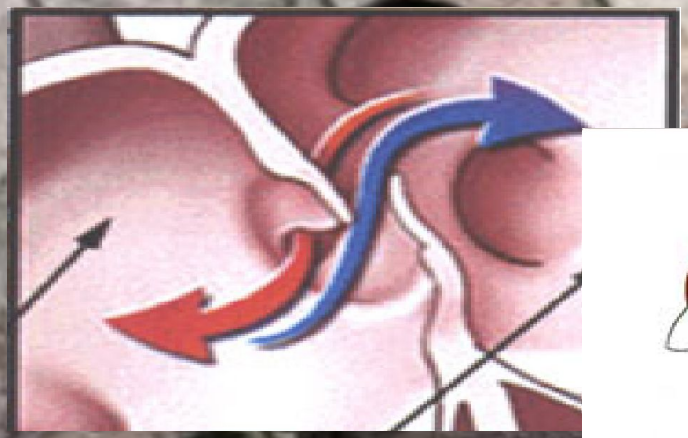
ВРОДЖЕНІ ПОРОКИ

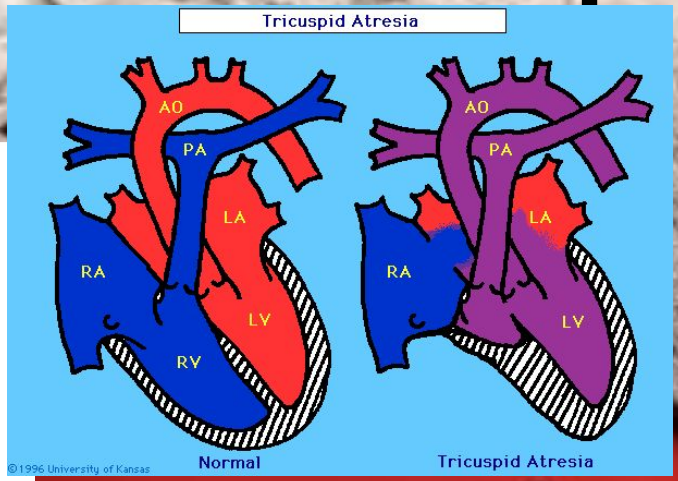
Наслідок аномального формування серця і великих судин у перші 3-8 тижнів внутрішньоутробного розвитку плоду, якому сприяла шкідлива дія деяких

НАБУТІ ПОРОКИ

Наслідок захворювань після народження, найчастіше – ревматизму, рідше – атеросклерозу, септичного ендокардиту, сифілісу. Виявляються в недостатності клапанів, звуженні клапанних отворів, дефектах

ОСНОВА ПОРОКІВ СЕРЦЯ





1. Патологічні сполучення між шлуночками, передсердями і магістральними судинами
2. Аномалії клапанів
3. Звуження або зарощення магістральних судин;
4. Ненормальне відходження або впадіння великих судин;
5. Аномалії розташування серця або його камер, аномалії кровопостачання серця.

ВРОДЖЕНІ ПОРОКИ СЕРЦЯ

Характерні задишка, відставання в фізичному розвитку, обмеження рухової активності, схильність до запалення легень, ендокардиту. Діагноз ставлять при наявності шуму, збільшенні розмірів серця і зміни конфігурації серця,

НАБУТІ ПОРОКИ СЕРЦЯ

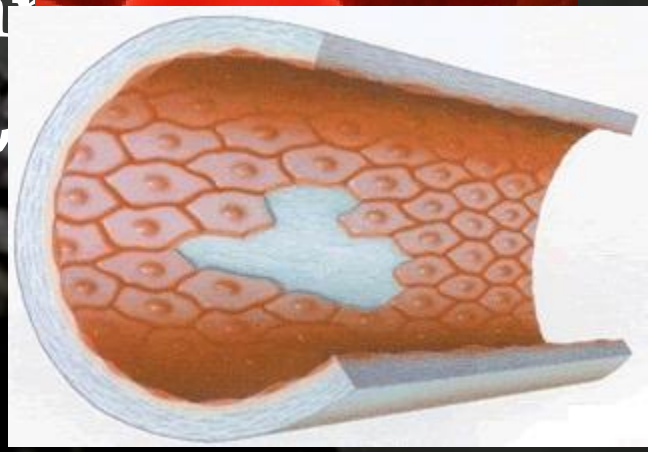
Виявляються в недостатності клапанів, звуженні (стенозі) клапанних отворів, в комбінації цих пороків. Трапляються також дефекти серцевих перегородок, ураження клапанів в результаті поранення або інфаркту міокарда. Найчастіше бувають пороки клапана лівого передсердно-шлуночкового отвору, так звані мітральні пороки серця, потім — аортальні, рідше — пороки інших клапанів.

ПИТАННЯ №4

Вплив нікотину та алкоголю на серцево-судинну систему

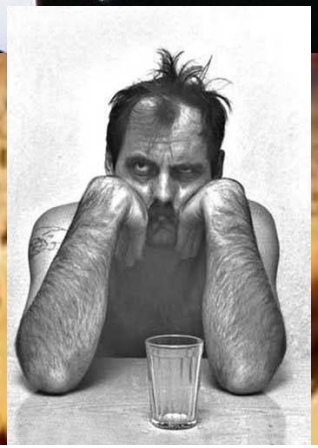
ВПЛИВ НІКОТИНУ

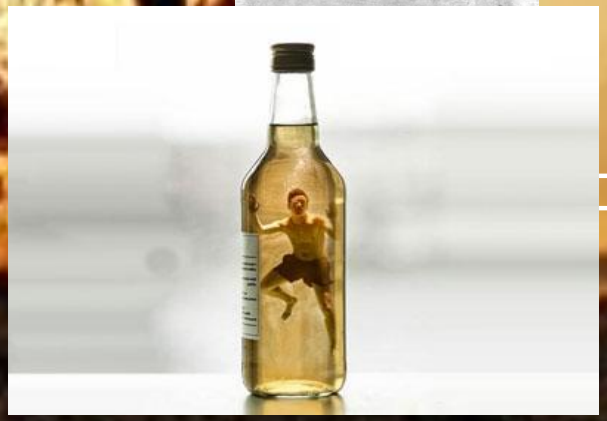
- Моноксид вуглецю та окислювальні гази
- Збільшення в крові рівня карбоксигемоглобіну
- Пошкодження ендотелію
- Дим сигарети має здатність пошкоджувати всі основні ша судинної стінки і, перш за все, ендотелій



Кадмий
Угарный газ
Клей
Никотин
Аммоний
Бутан
Гексамин
Бумага
Метан
Мышьяк
Угарный газ
Метанол
Краска

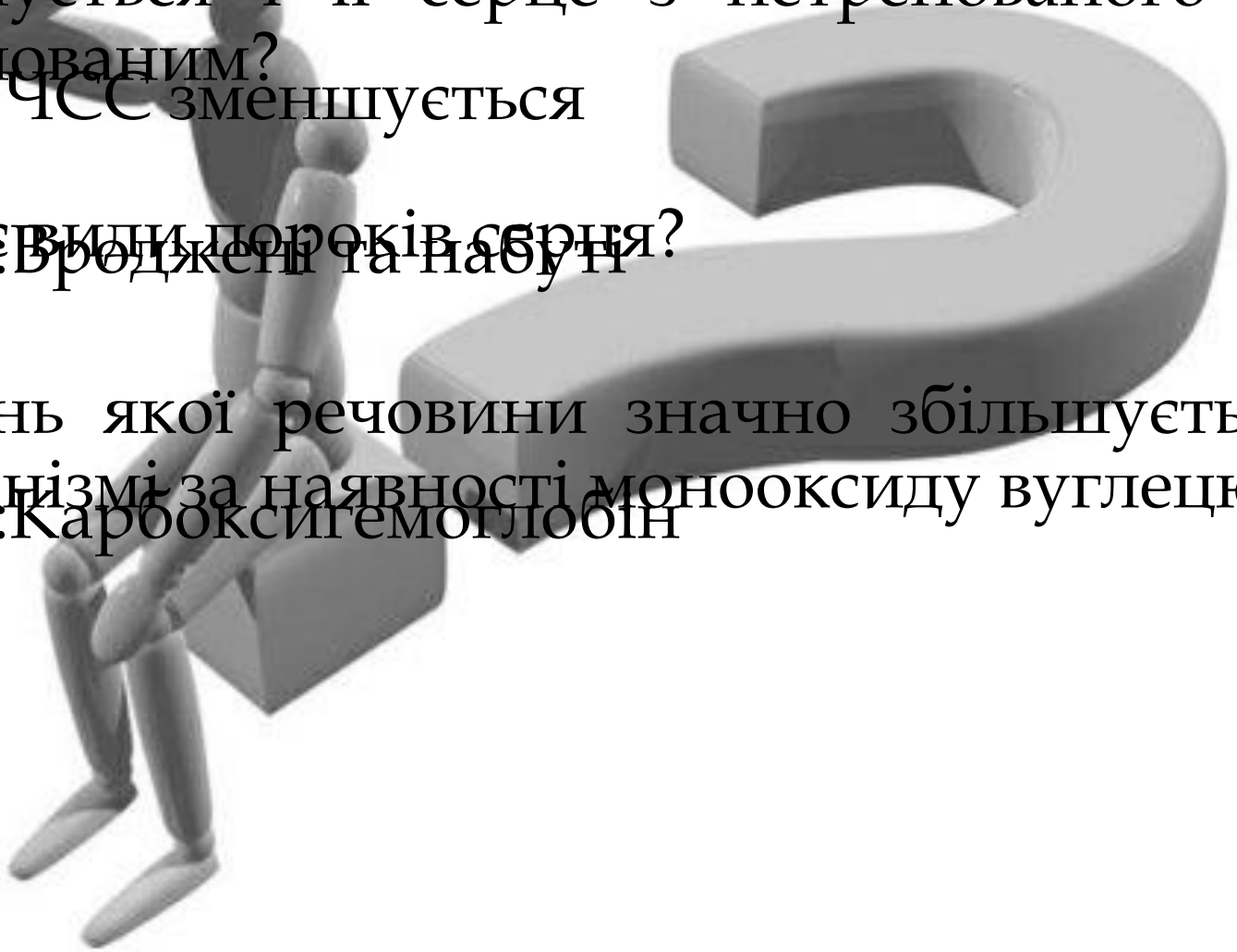
ВПЛИВ АЛКОГОЛЮ





- Шлях надходження алкоголю в організм - через шлунково-кишковий тракт.
- 20% - всмоктується у шлунку,
- Решта 80% - у тонкому кишечнику.
- Особливо шкідливий етиловий спирт для печінки.
- Підшлункова залоза в результаті алкогольного впливу запалюється, і виникає розвиток діабету.
- Систематичне вживання алкоголю призводить до пришвидшення біологічного старіння.

ПИТАННЯ ДО ТЕМИ



1. Як змінюється ЧСС людини, якщо вона тренується і її серце з нетренованого стає тренованим?
   - В: ЧСС зменшується
2. Які є види пороків серця?
   - В: Вроджені та набуті
3. Рівень якої речовини значно збільшується в організмі за наявності монооксиду вуглецю?
   - В: Карбоксигемоглобін

ПИТАННЯ ДО ТЕМИ

4. На які складові судин кровоносної системи найбільше впливає дим сигарети?

   В:Всі шари судинної стінки, особливо – ендотелій

5. Які пороки клапанів серця трапляються найчастіше?

   В:Клапани лівого передсердно-шлуночкового отвору

6. Чому дорівнює ЧСС у нетренованої людини?

   В:50-60 уд/хв

7. Чому серце нетренованої людини “зношується” швидше?

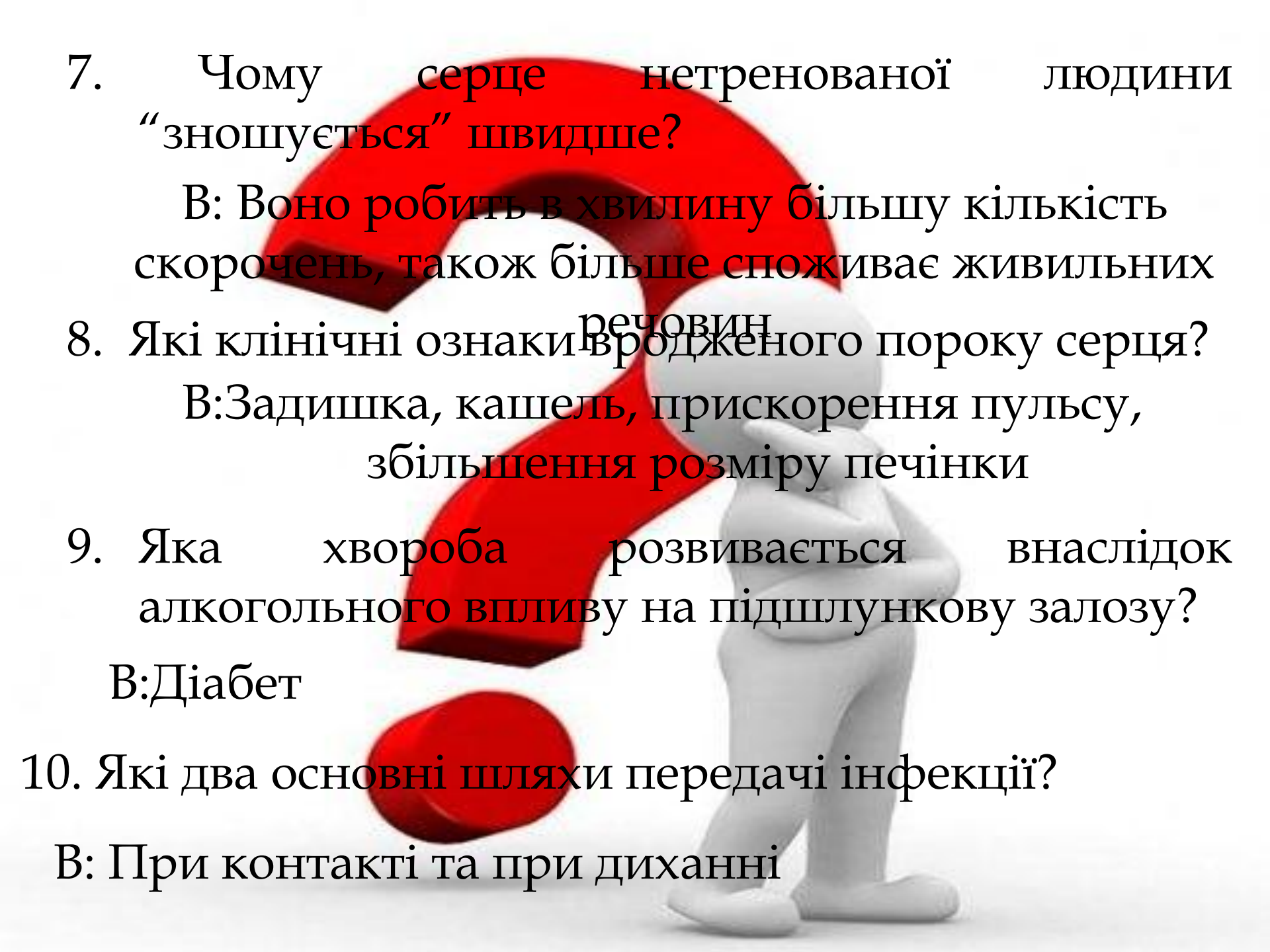
В: Воно робить в хвилину більшу кількість скорочень, також більше споживає живильних речовин

8. Які клінічні ознаки вродженого пороку серця?

В:Задишка, кашель, прискорення пульсу, збільшення розміру печінки

9. Яка хвороба розвивається внаслідок алкогольного впливу на підшлункову залозу?

В:Діабет

10. Які два основні шляхи передачі інфекції?

В: При контакті та при диханні