

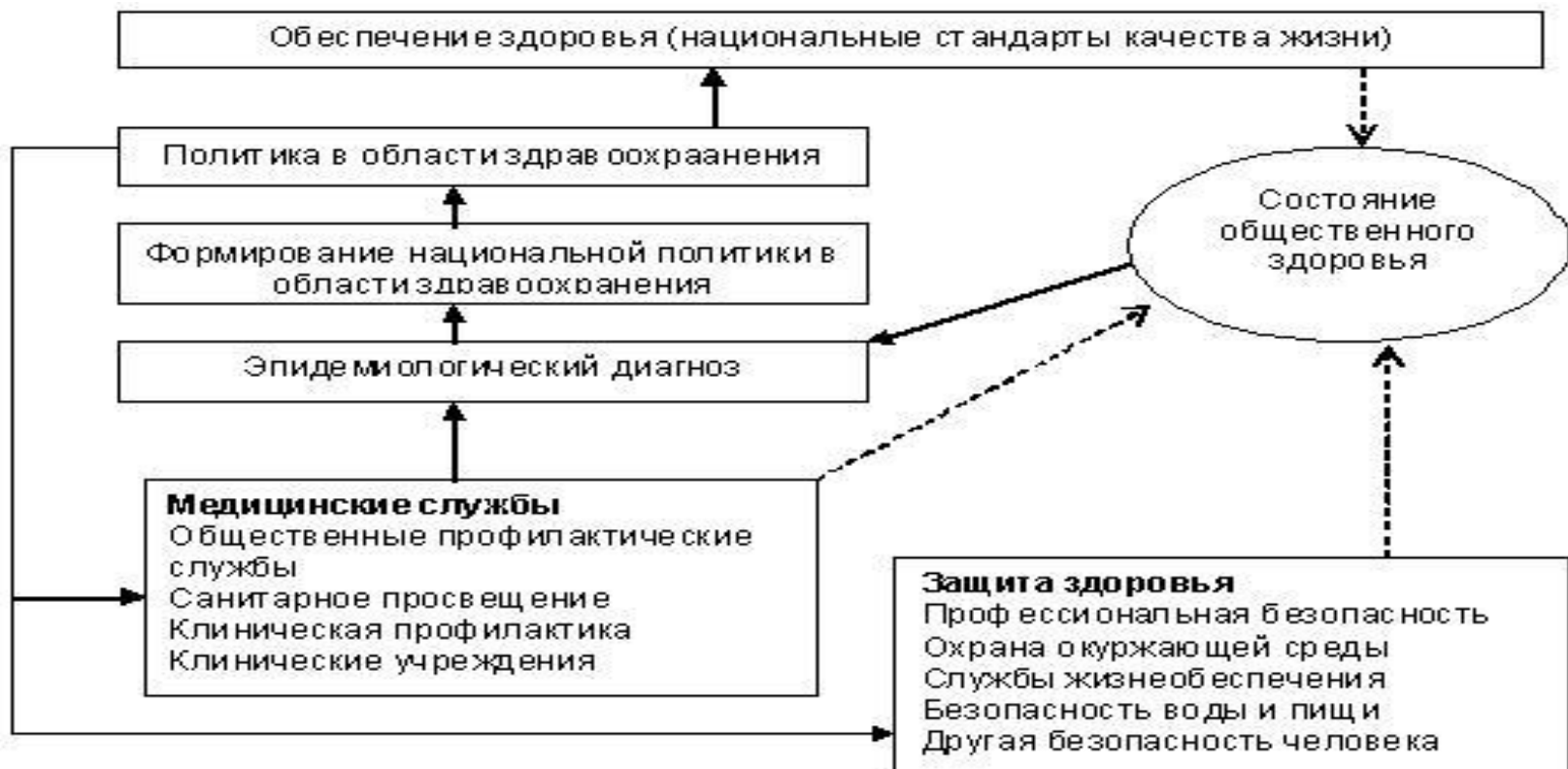
# Профилактика

Камысбаева Ж  
05-1 группа

- **Профилактика** (көне грекше: prophylaktikos - алдын алу).  
Жалпы аурулардың алдын алуымен бірге, жалпы денсаулықтың нығайтуға бағытталған сақтандыру шараларының жүйесі.<sup>[1]</sup>

- Біріншілік профилактика – бұл аурудың пайда болуының және де дамуының алдын – алу жөніндегі факторлар жүйесі( вакцинация, рациональдық еңбек режимі және демалыс, рациональдық сапалы тамақтану, физикалық белсенділік, қоршаған ортаның жақсаруы және т. б.) сонымен қатар біріншілік профилактикаға мемлекеттің салауатты өмір салтының әлеуметтік – экономикалық шаралары, қоршаған орта, тәлім – тәрбие және т.б. жатады. Профилактикалық қабілеттілік барлық медицина қызметкерлеріне міндетті түрде қажет. Ал арнайы емес поликлиникалар, ауруханалар, диспансерлер, босану үйлері емдеу – профилактикалық деп аталады.

- Екіншілік профилактика бұл – қауіп – қатер факторларды шақыратын жағдайларға байланысты іс - шаралар комплексін жүргізу болып табылады. Қауіп - қатер факторлары белгілі бір жағдайларда аурулардың пайда болуына, қабынуына немесе қайталануына (рецидив) алып келуі мүмкін. Екіншілік профилактиканың тиімді әдістері - диспансерлеу, динамикалық бақылау, бағытталған ем жүргізу болып табылады.



## Реализация системообразующей функции общественного здоровья

# Үшіншілік профилактика

- өмірге қабілеттілігінен айырылған науқастарға арналған іс - шаралар комплексі (кешені). Үшіншілік профилактика әлеуметтік, еңбектік, психологиялық және медициналық реабилитациялық мақсатқа ие. Барлық профилактикалық шаралардың ішіндегі маңыздысы тұрғылықты жерлерде салауатты өмір салтын және медико – әлеуметтік белсенділіктерді жүргізу.

# Салауатты өмір сүрудің негізгі әдістері мен формасы

- Салауатты өмір сүру мақсаты – тұрғылықты жерлерде санитарлық – гигиеналық нормаларды сақтау, денсаулықты сақтау және нығайту, еңбекке деген жоғары қабілеттілікті қамтамасыз ету, ұзақ өмір сүрудің белсенділігіне жету болып табылады.
- Осы мақсатты жүзеге асыру үшін келесі тапсырмаларды шешу керек:
- Салауатты өмір салты жайлы медико – гигиеналық ақпаратпен қамтамасыз ету
- Аймақтық салауатты өмір салтына жағдай жасау үшін мемлекеттік мекемелер тұрақты жұмыс атқару керек
- Медицина қызметкерлерін тазалыққа бағытталған жұмысқа жұмылдыру
- Салауатты өмір салты үшін барлық ұлттардың қозғалысын ұйымдастыру

# Медициналық профилактикалық бөлімшелердің арнайы міндеттері

- Емдік – профилактика бөлімшесінің медициналық профилактика орталығымен қарым – қатынасын қамтамасыз ету.
- Қауіп – қатер факторлары, өмір сүру коррекциясы, медициналық және гигиеналық білім және салауатты өмір салты негізіндегі емдік – профилактикалық мекемедегі медициналық жұмыскерлерге организациялық – методикалық әдісті қамтамасыз ету.
- Көптеген хабарларды пайдалана отырып денсаулықты қорғау туралы сұрақтарға, мамандар мен түрлі топ өкілдеріне жауап беру үшін мәлеметтік қормен қамтамасыз ету.
- Профилактикалық сұрақтарға байланысты білімге баға мен оны оқып білу, түрлі бөлімшелердегі жұмыстар мен емдік – профилактикалық бөлімшелерде кабинеттердің ерекшеліктеріне байланысты.



- Білімдік шаралардың біріншілік және екіншілік ауруларға енгізілуі, денсаулық шарасындағы медициналық шаралардың, гигиенаға үйретілуінің және халықты тәрбиелеуі аймақтың аурушаңдылық көлеміне байланысты.
- Денсаулықты сақтау мен жақсартуға арналған координация мен консультативті – ем шаралық қамтамасыз етілуі.
- Денсаулықты сақтау және жақсарту мәселесіндегі медициналық жұмыскерлердің ұйымдастырылуы, бақылануы және жұмысқа қатысу анализ, яғни қатерлі факторларға қарамастан өлім санын азайту

- Емдеу – профилактикалық мекемелердегі науқаспен жұмыс жүргізу:
- Инструменталы зерттеулер (антропометрия, қан қысымын өлшеу т.б.)
- Қауіпті факторларды алдын – алу үшін анамнез жинау және тестілеуден өткізу керек.
- Салауатты өмір салты жайлы кеңестер беру.
- Профилактикалық мақсатта тексеруден өткізуді ұйымдастыру, прививкалар (акпелер ) профилактикасын жүргізу.
- Денсаулықты нығайту және сақтау жайлы әртүрлі аймақтық топтардың арасында, мектептерде лекциялар семинарлар жүргізу керек

- Әрбір медицина қызметкерлері мемлекеттік санитарлық – эпидемиологиялық орталықтың бақылауымен, нұсқауымен санитарлық – гигиеналық жұмыстарды жүргізеді.
- Медициналық қызметкерлер гигиеналық оқыту мен тәрбиелеудің барлық әдістерін білу керек. Әдісінің өзі 3 негізден құралған:
  - Ауызша
  - Жазбаша
  - Сызбанұсқа түрінде

- Ауызша әдістің формасына: қазіргі талаптарға сай лекциялар, агитациялық – ақпараттық шығулар, жеке немесе топтық әңгімелесулер, сұрақ – жауап кештері ( сағаттар ), дискуссия ( пікір – талас ), викторина, конференция, үйірмелер.
- Лекция – ауызша айтылатын, ең көп таралған материал, белгілі бір уақытта бір тақырыпқа монолог формасында сұрақ көтеру. Лекция 3 бөлімнен тұрады: кіріспе, негізгі материал мазмұны және қорытынды.
- Әңгімелесу – ауызша айтылатын ең тиімді тәсіл. Аудиторияда сұхбаттасу барысында көп адамдармен ( 25 – 30 адамға дейін) тығыз байланыс орнату. Талқылау барысында тыңдаушылардың көп бөлігі тақырыпқа назар аударады.
- Сұрақ – жауап кеші – бұл да сұхбаттасу, бірақ мұнда аудитория сұрақ қояды, ал жүргізуші жауап береді. Кештің сәтті өтуі жүргізушінің дайындалу дәрежесіне байланысты. Сұрақтар алдын – ала дайындалады, немесе сол кеште қойылады.
- Дискуссия – жеткілікті дайындалған топта тақырыпты активті түрде талқылау. Дискуссия аудиториямен жүргізілуі мүмкін. Ол материалды терең ұғымда ұсынылады. Гигиеналық оқулар және халықты тәрбиелеу орталық және жергілікті бағдарламалар, радиоларда, теледидарларда ( лекция, сұхбаттасу, сұрақ – жауап т.б. түрінде ) жүргізіледі. Бұндай бағдарлама әдетте, белгілі күндерде, сағаттарда болады.

- Ал баспа әдісіне: жинақтамалар, буклет, журнал, күнтізбелік кітап, естелік, қабырға газеттері жатады.
- Баспа әдісі санитарлық – гигиеналық шараларды үйретуге, жеке және жалпылай ауырулардың профилактикалауда жиі қолданылады. Бұл әдіс 2 негізгі топқа бөлінеді:
- А) Баспа әдісі медицинақызметкерлерінің өз күштерімен құрастыру ( сұрақ- жауап тақтасы, санитарлық қабырғалық газет, санитарлық бюллетендер, баптар).
- Б) баспа өнімдері ( жинақтамалар, естелік, газет, журнал, лазунг )
- Осылардың арасынан ең негізгі тәсілдерге: а) көп баспаға шығарылуы; б) көптеген халықты жаулау; в) ұғынуға көмектесу; г) мазмұнның нақтылығы; Ең қарапайым әдісі – лазунг.

- Парақтар оқушылардың санына есептелген болады, және де агитациялық сипаттамасы бар.
- Естелік – ғылыми танымал кітапша ( лекция сияқты ), мамандардың жетістіктері, медициналық тақырыпта сұрақ – жауап пен еңбектерінен құралады. Сұрақ – жауап тақтасы оқушылардың сұрағынан және дәрігер мамандардың жауабынан тұрады. Тақта алдында арнайы сұраққа арналған қорапша тұру керек. Жауап қысқа және ғылыми дайындалған болуы керек.
- Санитарлық қабырғалық газеттер: емдеу мекемелеріне, медициналық санитарлық бөлімшелерде, мектеп және басқа да орындарға біріледі.
- Санитарлық бюллетень ( кітапша ) барлық орындарға беріледі, ол жалпы жинақталған болу керек, оған қойылатын талаптар: тартылуы, тақырыптың нақтылығы, қызықты мазмұны болу керек.

# Бейнелеу әдістері

- Жазық құралдар: плакат, сурет, кесте, сызба, диаграмма, картограмма, фотография, үлкен масштабты слайд, слайд – серия, диапозитив ( секцияға арналған серия ), диафильм, кинофильм, видеофильм;
- Көлемді құралдар: муляж, макет, модем, фантом, диарама, скульптура, чучело;
- Табиғи құралдар: макропрепарат, микропрепарат ( өсімдіктерден және жануарлардан алынған өнімдер ).
- Біріктірілген құралдар: денсаулық мерекесі, театр, агитбригадалар;
- Техникалық құралдар: фильмоскоп, киноаппарат, эпидиаскоп, магнитофон, видеоманитофон, т.б.

# Виды профилактики

**Первичная профилактика** — система мер предупреждения возникновения и воздействия факторов риска развития заболеваний (вакцинация, рациональный режим труда и отдыха, рациональное качественное питание, физическая активность, охрана окружающей среды и т.д.). Ряд мероприятий первичной профилактики может осуществляться в масштабах государств

**Вторичная профилактика** — комплекс мероприятий, направленных на устранение выраженных факторов риска, которые при определенных условиях (стресс, ослабление иммунитета, чрезмерные нагрузки на любые другие функциональные системы организма) могут привести к возникновению, обострению и рецидиву заболевания. Наиболее эффективным методом вторичной профилактики является диспансеризация как комплексный метод раннего выявления заболеваний, динамического наблюдения, направленного лечения, рационального последовательного оздоровления.

**Профилактика третичная - реабилитация (син. восстановление здоровья) (Rehabilitation)** - комплекс медицинских, психологических, педагогических, социальных мероприятий, направленных на устранение или компенсацию ограничений жизнедеятельности, утраченных функций с целью возможно более полного восстановления социального и профессионального статуса, предупреждения рецидивов и хронизации заболевания.



- Вакцинация— распространённый способ первичной профилактики.



- **Профилактика первичная (Primary prevention)**  
- комплекс медицинских и немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний, общих для всего населения, отдельных региональных, социальных, возрастных, профессиональных и иных групп и индивидуумов.

- **Первичная профилактика** включает:
- А) Меры по снижению влияния вредных факторов на организм человека (улучшение качества атмосферного воздуха, питьевой воды, структуры и качества питания, условий труда, быта и отдыха, уровня психосоциального стресса и других, влияющих на качество жизни), проведение экологического и санитарно-гигиенического контроля.
- Б) Меры по формированию здорового образа жизни, в том числе:
  - создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний всех категорий населения о негативном влиянии факторов риска на здоровье, возможностях его снижения;
  - обучение здоровью;
  - меры по снижению распространенности курения и потребления табачных изделий, снижению потребления алкоголя, профилактика потребления наркотиков и наркотических средств;
  - побуждение населения к физически активному образу жизни, занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления

- В) Меры по предупреждению развития соматических и психических заболеваний и травм, в том числе профессионально обусловленных, несчастных случаев, инвалидизации и смертности от неестественных причин, дорожно-транспортного травматизма и др.
- Г) Выявление в ходе проведения профилактических медицинских осмотров вредных для здоровья факторов, в том числе и поведенческого характера, для принятия мер по их устранению с целью снижения уровня действия факторов риска.

- **Виды профилактических медицинских осмотров:**
- • при приеме на работу или поступлении в учебное заведение;
- • при приписке и призыве на воинскую службу;
- • для экспертизы допуска к профессии, связанной с воздействием вредных и опасных производственных факторов либо с повышенной опасностью для окружающих;
- • для раннего выявления социально-значимых заболеваний, таких как онкологические, сердечно-сосудистые, туберкулез и др.;
- • осмотров профессиональных групп (декретированных контингентов) работников общественного питания, торговли, детских учреждений и т.д.) с целью предупреждения распространения ряда заболеваний.
- Д) Проведение иммунопрофилактики различных групп населения.
- Е) Оздоровление лиц и групп населения, находящихся под воздействием неблагоприятных для здоровья факторов с применением мер медицинского и немедицинского характера.

- **Профилактика вторичная (secondary prevention)** - комплекс медицинских, социальных, санитарно-гигиенических, психологических и иных мер, направленных на раннее выявление и предупреждение обострений, осложнений и хронизации заболеваний, ограничений жизнедеятельности, вызывающих дезадаптацию больных в обществе, снижение трудоспособности, в том числе инвалидизации и преждевременной смертности.

# Вторичная профилактика включает:

- А) Целевое санитарно-гигиеническое воспитание, в том числе индивидуальное и групповое консультирование, обучение пациентов и членов их семей знаниям и навыкам, связанным с конкретным заболеванием или группой заболеваний.
- Б) Проведение диспансерных медицинских осмотров с целью оценки динамики состояния здоровья, развития заболеваний для определения и проведения соответствующих оздоровительных и лечебных мероприятий.
- В) Проведение курсов профилактического лечения и целевого оздоровления, в том числе лечебного питания, лечебной физкультуры, медицинского массажа и иных лечебно-профилактических методик оздоровления, санаторно-курортного лечения.
- Г) Проведение медико-психологической адаптации к изменению ситуации в состоянии здоровья, формирование правильного восприятия и отношения к изменившимся возможностям и потребностям организма.
- Д) Проведение мероприятий государственного, экономического, медико-социального характера, направленных на снижение уровня влияния модифицируемых факторов риска, сохранение остаточной трудоспособности и возможности к адаптации в социальной среде, создание условий для оптимального обеспечения жизнедеятельности больных и инвалидов (например: производство лечебного питания, реализация архитектурно-планировочных решений и создание соответствующих условий для лиц с ограниченными возможностями и т.д.).

- Примером организации работы по вторичной профилактике отдельных заболеваний, определяющих состояние заболеваемости, инвалидности и смертности населения, может быть опыт работы школ по профилактике гипертонической болезни сердца, сахарного диабета, бронхиальной астмы и хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ) и т.д.
- Речь идет о конкретных, индивидуальных действиях медицинских работников первичного звена с группами пациентов с конкретными индивидуально-выявленными факторами риска по индивидуальной программе их устранения и регулярной оценкой состояния здоровья с учетом дополнительных методов лабораторно-инструментальных исследований.
- В конечном итоге имеется в виду, что по истечении времени (3-5 лет), по мере снижения воздействия индивидуальных факторов риска, наступает улучшение состояния здоровья, снижается риск обострений, уменьшается потребность в обращении пациента на станцию скорой медицинской помощи, необходимости в стационарном лечении.



# третичная профилактика

- Некоторые специалисты предлагают термин **третичная профилактика** как комплекс мероприятий, по реабилитации больных, утративших возможность полноценной жизнедеятельности. Третичная профилактика имеет целью социальную (формирование уверенности в собственной социальной пригодности), трудовую (возможность восстановления трудовых навыков), психологическую (восстановление поведенческой активности) и медицинскую (восстановление функций органов и систем организма) реабилитацию.

- **4. Комплексные программы профилактики болезней. Основные формы практической деятельности в профилактической социальной медицине.**
- **Профилактическая программа (Preventive program)** - систематизированное изложение основных целей, задач, направлений деятельности по профилактике заболеваемости, сохранению и укреплению здоровья.
- Профилактические программы могут быть общими или целевыми, включают в себя обоснование и перечень мероприятий по реализации поставленных задач, сроки и условия реализации, исполнителей, ресурсную потребность, ожидаемый результат, а также системы управления, контроля и оценки. Процесс формирования и реализации программ включает в себя полный программный цикл.
- Основными формами практической деятельности в профилактической социальной медицине являются:

- **Санитарное просвещение** – деятельность по пропаганде научных медицинских знаний с целью обеспечения здорового образа жизни; гигиеническое воспитание и санитарное просвещение.
- Цель – формирование сознательно активного гигиенического поведения населения, базирующегося на научно обоснованных медицинских рекомендациях, нормативах и традициях.
- Реализация цели предусматривает:
  - 1) обеспечение населения необходимой научной медицинской информацией о здоровье и здоровом образе жизни;
  - 2) вовлечение всех медицинских работников в санитарно-просветительскую деятельность.
- Различают три типа пропаганды медицинских знаний: массовая, групповая, индивидуальная. Пропаганда здорового образа жизни включает следующие направления:
  - а) пропаганда рационального питания;
  - б) пропаганда физической культуры;
  - в) пропаганда психогигиены и гигиены умственного труда;
  - г) пропаганда гигиены быта;
  - д) пропаганда предотвращения развития вредных для здоровья привычек;
  - е) пропаганда семейных отношений и др.
- Во всех случаях санитарное просвещение должно основываться на следующих принципах:
  - научность (пропаганда тех сведений и положений, которые являются научным знанием, прочно установленным и утвержденным в науке);
  - правдивость и объективность;
  - дифференцированность и целенаправленность;
  - массовость;
  - систематичность;
  - последовательность;
  - комплексность;
  - профильность.

- **Диспансеризация.** Термин происходит от французского слова *dispansaire* – специальное лечебно-профилактическое учреждение, в задачу которого входит выявление больных с ранними формами некоторых заболеваний, лечение заболевших, систематическое наблюдение за состоянием здоровья определенных групп населения с целью предупреждения возникновения или распространения этих болезней.
- **Диспансеризация** – метод лечебно-профилактической деятельности (профилактика), состоящий в обязательном учете определенных контингентов населения, активном наблюдении за больными в ранний период развития заболевания, своевременном проведении лечебно-профилактических мероприятий, направленных на сохранение здоровья и оздоровление окружающей среды.
- Профилактическая работа обязательна для всех медицинских учреждений, которые в нашей стране принято называть лечебно-профилактическими. Однако иногда очень трудно убедить врача-клинициста рассматривать профилактику как обязанность, образец современной так называемой лечебной медицины. Большой вред профилактике наносит формализм, который проявляется в делении работы на лечебную и профилактическую, в требовании составлять отчеты о проценте посещений пациентов с профилактической целью, выделении особых дней профилактики и пр. В конечном итоге он приводит к омертвлению этой формы профилактической медицинской практики.

- Основной формой профилактики в лечебно-профилактических учреждениях должно быть *диспансерное наблюдение*. Оно не может быть сведено только к профилактическим осмотрам. В действительности это комплекс диагностических, лечебных, просветительских, социальных и индивидуально-гигиенических актов, направленных на предохранение населения от новых болезней и предупреждение неблагоприятных исходов уже возникших заболеваний – синтез лечебной и профилактической деятельности. Сужение понятия “диспансеризация” до проведения сплошных или выборочных осмотров населения оставляет в стороне работу со здоровыми.
- Диспансерное наблюдение в лечебно-профилактических учреждениях включает:
  - 1) Раннюю медицинскую диагностику.
  - а) Пассивную (при обращении больных).
  - б) Активную (скрининговая).
  - в) Собственно медицинскую диагностику.
  - 2) Постоянное наблюдение за больными (регистры, диспансерные группы).
  - 3) Своевременное лечение.
  - 4) Социальные мероприятия в отношении групп больных.
  - 5) Охрана окружающей среды.

- **3. Санитарно-эпидемиологический надзор.** Диагностическая сущность практики профилактической медицины в полной мере раскрывается в санитарно-эпидемиологическом (санитарный, медико-экологический) надзоре (СЭН). СЭН – сбор, анализ, распространение прямой и опосредованной информации о состоянии здоровья населения и контроль за реализацией профилактических мероприятий.
- В 1968 г. на XXI Всемирной ассамблее здравоохранения (в ней приняли участие делегаты более чем из 100 стран) были сформулированы три основных принципа (направления) деятельности по СЭН:
  - 1) систематический сбор необходимых эпидемиологических данных;
  - 2) систематизированное обобщение и своевременная оценка этих данных;
  - 3) доведение полученных результатов до заинтересованных лиц, в частности тех, кто предпринимает практические действия;
  - 4) ответственность за контроль последствий предпринимаемых действий.
- При проведении СЭН медико-экологическая система решает информационные и диагностические задачи:
  - а) сбор общей медицинской, специальной медицинской и немедицинской информации;
  - б) установление эпидемиологического диагноза, который является научным медицинским основанием для выработки здравоохранительной политики на разных уровнях.

- **4. Государственный контроль за исполнением санитарного законодательства.** В историческом плане “медицинская полиция”, “санитарная полиция” являются первыми видами профилактической деятельности. Накапливавшийся опыт многих поколений периодически подвергался осмыслению и первоначальному закреплению в устных традициях многих народов, а затем – в освещенных мировыми религиями письменных ограничительных предписаниях (законы Моисея, Талмуд, Коран). Значительно позже эти нормативы стали исходить от государства. Например, в Древнем Риме существовали специальные городские чиновники – эдилы, которые следили за порядком при продаже продуктов питания, чистотой воды, очисткой территории и пр. и имели право наказывать нарушителей санитарного порядка.

# Резюме

- Профилактические мероприятия — важнейшая составляющая системы здравоохранения, направленная на формирование у населения медико-социальной активности и мотивации на здоровый образ жизни.



# ЛИТЕРАТУРЫ:

- Материалы для подготовки и квалификационной аттестации по специальности «Общественное здоровье и здравоохранение». Учебное пособие (под редакцией В. С. Лучкевича и И. В. Полякова). Санкт-Петербург, 2005
- [riktamed.ru/php/content.php?id=13584](http://riktamed.ru/php/content.php?id=13584)
- [www.aversnpk.ru/publications/article-12-2006/](http://www.aversnpk.ru/publications/article-12-2006/)
- [ru.wikipedia.org/wiki/Профилактика\\_\(медицина\)](http://ru.wikipedia.org/wiki/Профилактика_(медицина))
- [www.medlinks.ru/article.php?sid=32027](http://www.medlinks.ru/article.php?sid=32027)
- [www.vreferat.ru/cat/index.php?go=3&pid=1193&p=2](http://www.vreferat.ru/cat/index.php?go=3&pid=1193&p=2)
- ###\_ftnref7" name="\_ftn7" title="">[7]###\_ftnref8" name="\_ftn8" title="">[8]###\_ftnref9" name="\_ftn9" title="">[9] ###\_ftnref10" name="\_ftn10" title="">[10] ###\_ftnref11" name="\_ftn11" title="">[11] <http://lechebnik.info/619/5.htm>
- ###\_ftnref13" name="\_ftn13" title="">[13] ###\_ftnref14" name="\_ftn14" title="">[14]###\_ftnref15" name="\_ftn15" title="">[15]  
Вакцинопрофилактика. - справочник для врачей. под ред. В.К. Таточенко, Н.А.Озерецковского - / М., 1994.- 179 с.