



## ЗМІСТ

Пояснювальна записка .....	3
Тематичний план дисципліни “Екологія з основами гігієни” ....	5
Зміст дисципліни “Екологія з основами гігієни” .....	5
Вказівки до виконання контрольної роботи .....	11
Варіанти контрольних робіт .....	13
Методичні рекомендації до самостійної роботи студентів .....	14
Питання для самоконтролю.....	19
Список літератури.....	22

Відповідальний за випуск *А. Д. Везеренко*  
Редактор *А. А. Потюнник*  
Комп'ютерне верстання *О. М. Бабаєва*

Зам. № ВКЦ-4860

Формат 60×84/16. Папір офсетний.  
Друк ротативний трафаретний.  
Ум. друк. арк. 1.4. Обл.-вид. арк. 0,99 Наклад 50 пр.  
Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)  
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП

ДП “Видавничий дім “Персонал”  
03039 Київ-39, просп. Червонозоряний, 119, лгт. ХХ

*Свідцтво про внесення до Державного реєстру  
суб'єктів видавничої справи ДК № 3262 від 26.08.2008 р.*

Надруковано в друкарні ДП «Видавничий дім «Персонал»

**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**  
**дисципліни**  
**“ЕКОЛОГІЯ З ОСНОВАМИ ГІГІЄНИ”**  
**(для бакалаврів)**

Київ  
ДП «Видавничий дім «Персонал»  
2012

6. *Наказ* МОЗ України “Про порядок розробки, впровадження та застосування дезінфекційних засобів” від 09.04.1993 р. № 75.
7. *Наказ* МОЗ України “Про затвердження Положення про державну санітарно-епідеміологічну службу Міністерства охорони здоров’я України” від 19.11.2002 р. № 42.
8. *Санітарні правила* для підприємств громадського харчування (СанПин 42–1235777–91).
9. *Санітарні правила* улаштування, обладнання та експлуатації больниць, родильних будинків та інших лікувальних закладів (Сан Пин 5179–90). — МЗ СРСР, 1990.
10. *Акулова К. И., Бушутева К. А.* Коммунальная гигиена. — М.: Медицина, 1986.
11. *Войфен В.* Больничная гигиена. — Минск: Беларусь, 1984.
12. *Ішович Р. Д.* Гігієна. — К.: Здоров’я, 1993.
13. *Іончарук Е. М., Бардов В. Ф.* Загальна гігієна. — К.: Здоров’я, 1991.
14. *Дацик І. І., Ішович Р. Д.* Профілактична медицина. Загальна гігієна з основами екології. — К.: Здоров’я, 1999.
15. *Загальна гігієна з основами екології /* За ред. проф. В. А. Кондратюка. — Тернопіль: Укрмедкнига, 2003.
16. *Загальна гігієна з основами екології /* За ред. І. І. Нінберга, І. В. Сергєти, Л. І. Цимбалюка — К.: Здоров’я, 2001.
17. *Нікберг І. І.* Гігієна больниць. — К.: Здоров’я, 1993.
18. *Хромченко О. М., Куценко Г. І.* Санітарно-епідеміологічна служба. — М.: Медицина, 1990.

*Додаткова*

19. *Артыков М. Б.* Роль лікувально-профілактичних установ у гігієнічному вихованні та вихованні населення. — Ташкент: Медицина, 1983.
20. *Бабов Д. М., Надворний Н. Н.* Руководство к практическим занятиям по гигиене с техникой санитарно-гигиенических исследований. — М.: Медицина, 1976.
21. *Венцель Р. В.* Внутрибольничные инфекции. — М.: Медицина, 1990.
22. *Загальна гігієна та екологія людини /* За ред. В. Г. Бардова та І. В. Сергєти — Вінниця: Нова книга, 2002.

Підготовлено доктором біологічних наук, професором *О. В. Бавою*

Затверджено на засіданні кафедри управління персоналом та медичного менеджменту (протокол № 1 від 25.08.09)

Схвалено *Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом*

**Баво О. В.** Навчальна програма дисципліни “Екологія з основами гігієни” (для бакалаврів). — К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2012. — 24 с.

Навчальна програма містить пояснювальну записку, тематичний план, зміст дисципліни, вказівки до виконання контрольної роботи, варіанти контрольних робіт, методичні рекомендації до самостійної роботи студентів, питання для самоконтролю, а також список літератури.

© Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП), 2012  
 © ДП «Видавничий дім «Персонал», 2012

Навчальна програма дисципліни “Екологія з основами гігієни” підготовлена для студентів, які навчаються за напрямом “Менеджмент і адміністрування”, за спеціальністю “Менеджмент”, професійного спрямування “Медичний та фармацевтичний менеджмент” і однією з основних у системі загальногігієнічних дисциплін. Вона містить розділи гігієни, радіаційної гігієни, епідеміології.

Структурно-логічна схема спеціалізації передбачає вивчення навчальної дисципліни “Загальна гігієна з основами екології”, що є вихідною та передумовою вивчення таких навчальних дисциплін: “Основи менеджменту охорони здоров’я”, “Організаційно-правові засади менеджменту охорони здоров’я”, “Економіка і фінансування охорони здоров’я”, “Страхова медицина”, “Підприємництво в охороні здоров’я”, “Санітарно-епідеміологічне забезпечення роботи медичних закладів”.

Профілактика — провідний напрям вітчизняної медицини і практичної охорони здоров’я. На сучасному етапі необхідність втілення профілактичних заходів, спрямованих на оптимізацію умов життя людей, запобігання захворювань значно зросла. А це потребує формування гігієнічного світогляду у медичних менеджерів усіх категорій і рівнів, гігієнічного мислення, розуміння ролі чинників навколишнього середовища та соціальних умов у виникненні захворювань.

Однією з провідних навчальних дисциплін підготовки медичних та фармацевтичних менеджерів є “Екологія з основами гігієни” і призначена забезпечити бакалаврів теоретичними знаннями основних положень гігієни, практичними навичками оцінювання чинників навколишнього середовища та профілактики їх негативного впливу на здоров’я людини.

Навчальна програма розроблена для студентів заочної форми навчання і поєднує в собі роботу програму курсу, завдання та рекомендації до виконання семестрової контрольної роботи.

**Після вивчення курсу студенти повинні знати:**

- елементи санітарного законодавства України, на базі яких здійснюється професійна діяльність акушерки;
- вплив чинників навколишнього середовища на здоров’я людини, на розвиток плода та перебіг вагітності;

76. Гігієнічні вимоги до опалення, вентиляції та освітлення основних приміщень лікарні (пологового будинку).
77. Нормативні показники мікроклімату, повітряного середовища, природного і штучного освітлення основних приміщень лікарні.
78. Санітарно-гігієнічний та протиепідемічний режим лікарні.
79. Санітарно-гігієнічний та протиепідемічний режим пологового будинку.
80. Заходи щодо профілактики внутрішньолікарняних інфекцій та СНІДу.
81. Гігієна праці медичного персоналу.
82. Професійні шкідливості в діяльності медичних працівників та заходи щодо захисту їх від негативного впливу.
83. Організація контролю за дотриманням протиепідемічного режиму в лікувальних закладах.
84. Особиста гігієна — основа здорового способу життя.
85. Значення раціонального режиму дня для збереження і зміцнення здоров’я.
86. Гігієна тіла, догляд за шкірою, волоссям, порожниною рота.
87. Фізична культура та загартовування.
88. Гігієна взуття.
89. Біоритмологічні основи особистої гігієни.
90. Гігієна одягу.

## **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**

*Нормативно-правові акти*

1. Закон України “Основи законодавства України про охорону здоров’я” // Відомості Верховної Ради України. — 1993. — № 4.
2. Закон України “Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення” // Відомості Верховної Ради України. — 1994. — № 27.
3. Закон України “Про лікарські засоби” // Відомості Верховної Ради України. — 1996. — № 22.
4. Закон України “Про захист населення від інфекційних хвороб” // Відомості Верховної Ради України. — 2000.
5. Наказ МОЗ України “Про дотримання санітарно-гігієнічного режиму в лікувально-профілактичних закладах” від 28.02.1993 р. № 111.

- основні напрями профілактики захворювань, пов'язаних з негативним впливом чинників навколишнього середовища на здоров'я людини;
  - гігієнічні вимоги до якості питної води та організація забезпечення населення доброякісною питною водою;
  - вплив житлових умов на здоров'я людини та гігієнічні вимоги до житла;
  - значення харчування для здоров'я людини. Вплив на здоров'я кількісних і якісних характеристик харчового раціону;
  - гігієнічні вимоги до організації харчування окремих груп населення (вагітних, породіль, дітей);
  - вплив праці та умов виробничого середовища на здоров'я людини, на перебіг вагітності і розвиток плода;
  - заходи профілактики захворювань, пов'язаних з професійною діяльністю;
  - гігієну праці медичних працівників;
  - санітарно-гігієнічні вимоги до влаштування та утримання пологих будинків, жіночих консультацій;
  - заходи щодо профілактики внутрішньолікарняних інфекцій;
  - заходи щодо профілактики СНІДу;
  - основи особистої гігієни;
  - організацію санітарно-гігієнічного та протиепідемічного режиму в лікарні;
- вміти:*
- вимірювати та давати гігієнічне оцінювання температури повітря, відносній вологості, швидкості руху повітря;
  - відбирати проби води з водопроводу, шахтного колодезя для лабораторних досліджень;
  - визначати та оцінювати органолептичні показники питної води.
  - оцінювати санітарні умови житла. Складати рекомендації щодо оздоровлення житлових умов;
  - проводити розрахунки енергетичної цінності добового раціону та збалансованості в ньому харчових речовин;
  - проводити санітарне обстеження приміщень харчоблоку лікарні (пологового будинку), давати гігієнічне оцінювання та рекомендації щодо усунення недоліків;
  - контролювати бактеріальне забруднення повітря, поверхні та предметів в основних приміщеннях пологового будинку (відділення).

52. Захворювання, пов'язані з харчуванням.
53. Харчові отруєння, класифікація їх, причини виникнення, профілактика.
54. Види харчових добавок та їх роль у харчуванні людини.
55. Гігієнічні вимоги до влаштування та утримання харчоблоку лікарні.
56. Організація харчування хворих у лікарні.
57. Особиста гігієна працівників харчових об'єктів.
58. Основи фізіології праці. Вплив виробничого середовища на здоров'я і працездатність людини.
59. Професійні шкідливості і професійні захворювання.
60. Вплив виробничого середовища на здоров'я вагітної, перебіг вагітності та розвиток плода.
61. Гігієна і охорона жінок та підлітків.
62. Особливості гігієни праці в сільськогосподарському виробництві.
63. Організація і методи захисту працюючих від впливу несприятливих чинників у промисловому й сільськогосподарському виробництві.
64. Вікові особливості росту і розвитку дітей та підлітків.
65. Вплив навколишнього середовища на фізичний розвиток і здоров'я дітей та підлітків.
66. Санітарно-гігієнічні вимоги до планування, утримання та обладнання дитячих закладів.
67. Гігієнічні вимоги до дитячих меблів та іграшок.
68. Санітарно-гігієнічні вимоги до планування, обладнання, санітарного утримання класних приміщень, спортивного залу, лабораторій та майстерень загальноосвітніх шкіл.
69. Гігієнічні вимоги до планування, обладнання, утримання комп'ютерного класу.
70. Гігієнічні вимоги до режиму роботи з комп'ютером.
71. Режим дня та гігієна навчальної і позанавчальної діяльності у школі.
72. Професійна орієнтація учнів у школі.
73. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки і планування території лікарні.
74. Внутрішнє планування лікарняного відділення, палатної секції та палати.
75. Особливості планування інфекційних, радіологічних відділень, операційного блоку, пологового будинку.

**ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**  
*дисципліни*  
**“ЕКОЛОГІЯ З ОСНОВАМИ ГІГІЄНИ”**

№ пор.	Назва змістовного модуля і теми
1	<b>Змістовий модуль I. Основи гігієни та екології</b> Гігієна та екологія в системі управління закладами охорони здоров'я. Організація санітарно-епідеміологічної служби України
2	Гігієна та екологія повітря
3	Гігієна ґрунту і очищення населених місць
4	Гігієна води і водопостачання населених пунктів
5	Гігієна житла та благоустрій населених місць
6	<b>Змістовий модуль II. Гігієна харчування і праці</b> Гігієна харчування
7	Гігієна праці
8	Гігієна дітей та підлітків
9	Гігієна лікувально-профілактичних закладів
10	Особиста гігієна
Разом годин: 54	

**ЗМІСТ**  
*дисципліни*  
**“ЕКОЛОГІЯ З ОСНОВАМИ ГІГІЄНИ”**

**Змістовий модуль I. Основи гігієни та екології**

**Тема 1. Гігієна та екологія в системі управління закладами охорони здоров'я. Організація санітарно-епідеміологічної служби України**

Предмет, методи вивчення гігієни та екології, їх роль та значення у медичній галузі і в суспільстві в цілому. Історія гігієни та екології. Гігієна як наука, її мета і завдання. Об'єкт вивчення гігієни — здоров'я людини та навколишнє середовище, їх взаємодія. Закони гігієни. Визначення поняття “санітарія”. Зв'язок гігієни з іншими науками, в тому числі медичними та екологією.

23. Вплив атмосферних забруднень на навколишнє середовище, здоров'я та умови життя населення.
24. Санітарна охорона атмосферного повітря.
25. Роль ґрунту в поширенні інфекційних захворювань і гельмінтів серед населення.
26. Вплив хімічного складу ґрунту на здоров'я населення. Геохімічні ендемії.
27. Організація санітарного очищення населених місць від рідких нечистот і твердих відходів.
28. Санітарна охорона ґрунту від забруднення.
29. Фізіологічне, гігієнічне та епідеміологічне значення води.
30. Зв'язок хімічного складу води з виникненням ендемічних хвороб.
31. Гігієнічні вимоги до якості питної води.
32. Гігієнічна характеристика джерел водопостачання.
33. Місцеве водопостачання. Гігієнічні вимоги до влаштування та утримання шахтного колодезя.
34. Централізоване водопостачання.
35. Методи очищення та знезараження води.
36. Зони санітарної охорони джерел водопостачання.
37. Гігієнічні проблеми урбанізації.
38. Гігієнічні принципи містобудування. Значення озеленення міст.
39. Гігієнічні вимоги до житла.
40. Мікроклімат житлових приміщень.
41. Гігієнічні вимоги до природного і штучного освітлення житлових приміщень.
42. Причини вологості в житлових приміщеннях, заходи боротьби з нею.
43. Гігієнічні вимоги до опалення житла.
44. Джерела та показники забруднення повітряного середовища житла.
45. Гігієнічні вимоги до вентиляції житлових приміщень, показники ефективності вентиляції.
46. Фізіолого-гігієнічні основи харчування.
47. Режими харчування.
48. Рациональне харчування, його принципи і значення для здоров'я людини.
49. Значення основних компонентів харчових продуктів у раціоні людини.
50. Добова потреба в харчових продуктах різних груп населення.
51. Роль вітамінів і мінеральних речовин у харчуванні.



Основні етапи в історії розвитку гігієни. Внесок українських учених у розвиток гігієнічної науки і санітарної практики.

Значення гігієни в діяльності менеджерів медицини та фармацевти.

Міжнародні засади організації санітарно-епідеміологічної служби. Сучасні тенденції розвитку санітарно-епідеміологічної служби в Україні.

Загальні положення Закону України “Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення”.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

### **Тема 2. Гігієна та екологія повітря**

Повітряне середовище як елемент біосфери, його склад та гігієнічне значення. Будова атмосфери. Характеристика фізичних властивостей атмосферного повітря — температури, вологості, швидкості руху, атмосферного тиску. Гігієнічне значення сонячної радіації. Комплексний вплив на організм людини фізичних властивостей атмосферного повітря — метеорологічних чинників. Визначення понять — “погода”, “клімат”, “мікроклімат”. Акліматизація як соціально-біологічний процес. Вплив погоди й клімату на організм людини. Геліометеотропні реакції та їх профілактика.

Гігієнічне значення хімічного складу повітря. Джерела забруднення атмосферного повітря. Універсальні домішки-забруднювачі атмосферного повітря: газоподібні (двоокис сірки, окис вуглецю, сірководень, окиси азоту) та механічні аеродисперсні системи (пил) органічного та неорганічного походження.

Вплив атмосферних забруднень на навколишнє середовище, здоров'я та умови життя населення. Кислотні дощі, смоги.

Вплив наслідків чорнобильської катастрофи на стан здоров'я населення забруднених територій України.

Санітарна охорона повітряного середовища.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

### **Тема 3. Гігієна ґрунту і очищення населених місць**

Ґрунт як елемент біосфери, його гігієнічне значення. Будова ґрунту. Роль ґрунту в поширенні інфекційних захворювань і гельмінтів серед населення. Вплив хімічного складу ґрунту на здоров'я населення. Геохімічні ендемії.

9. Держсанепідслужбу МОЗ України очолює головний державний санітарний лікар України, який призначається на посаду і звільняється з посади Кабінетом Міністрів України.

### **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ**

1. Предмет і завдання гігієни. Закони гігієни.
2. Основні етапи в історії розвитку гігієни.
3. Визначення поняття “санітарія”.
4. Внесок українських учених у розвиток гігієнічної науки й санітарної практики.
5. Обов'язки середнього медичного працівника у проведенні санітарно-гігієнічних заходів у лікувально-профілактичних і дитячих установах.
6. Вчення про епідемічний процес, його науково-практичне значення.
7. Організаційна структура санітарно-епідеміологічної служби.
8. Роль і завдання гігієни, санітарії та епідеміології в медичній галузі і в суспільстві.
9. Роль санітарно-епідеміологічної служби в соціальній екології та профілактиці.
10. Правові основи діяльності санепідслужби.
11. Методологічні підходи до організації та аналізу діяльності санепідстанції.
12. Зміст і основні проблеми лікарняної гігієни та епідеміології.
13. Лікарня — основна ланка в системі охорони здоров'я.
14. Роль гігієни та санітарії в роботі сучасної лікарні.
15. Організація санітарно-гігієнічного та протиепідемічного нагляду за лікувально-профілактичними закладами.
16. Структура і функції відділення з нагляду за санепідрежимом у лікувальних закладах.
17. Повітряне середовище, хімічний склад, фізичні властивості, гігієнічне значення їх.
18. Комплексний вплив на організм людини фізичних властивостей атмосферного повітря.
19. Визначення понять “погода”, “клімат”, “мікроклімат”.
20. Акліматизація як соціально-біологічний процес.
21. Гігієнічне значення сонячної радіації.
22. Геліометеотропні реакції та їх профілактика.

- організовує ведення державного обліку інфекційних хвороб, професійних захворювань, масових неінфекційних захворювань (отруєнь), радіаційних уражень людей;
  - веде державні реєстри інфекційних хвороб, продуктів харчування, харчових і біологічно активних добавок, потенційно небезпечних факторів, дезінфекційних засобів, висновків державної санітарно-епідеміологічної експертизи;
  - визначає методи випробування дезінфекційних засобів, регламентує та контролює їх застосування;
  - встановлює обмеження або забороняє в'їзд на територію України її громадян, іноземців та осіб без громадянства, експорт, імпорт, транзит вантажів і товарів з країн або регіонів у зв'язку з неблаготворливою епідемічною ситуацією на їх територіях;
  - аналізує причини та умови виникнення і розповсюдження інфекційних хвороб, професійних захворювань, масових неінфекційних захворювань (отруєнь), радіаційних уражень людей;
  - погоджує галузеві та міжгалузеві програми забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя;
  - взаємодіє з державними органами і громадськими організаціями з питань охорони здоров'я людини;
  - вживає заходів до розвитку міжнародного співробітництва з питань забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення.
6. Посадовими особами держсанепідслужби МОЗ України є головні державні санітарні лікарі та їх заступники, лікарі-гігієністи, лікарі-епідеміологи та помічники лікарів, уповноважені здійснювати державний санітарно-епідеміологічний нагляд згідно із законодавством.
7. Діяльність органів, установ і закладів держсанепідслужби МОЗ України, крім посадових осіб, забезпечується за допомогою інших спеціалістів (спеціалісти лабораторій з медичною, біологічною, інженерно-технічною освітою, провізори, наукові співробітники, адміністративно-допоміжний персонал, бухгалтери, економісти, програмісти, юристи тощо), що працюють у закладах держсанепідслужби МОЗ України.
8. На заклади держсанепідслужби МОЗ України покладаються функції відповідних територіальних, транспортних та об'єктових органів державного санітарно-епідеміологічного нагляду.

Забруднення і самоочищення ґрунту. Утворення рідких і твердих відходів у населених місцях, їх склад, норми накопичення, епідеміологічне та гігієнічне значення.

Організація санітарного очищення населених місць. Вивізна і сільська системи очищення — каналізація. Гігієнічні вимоги до збирання, транспортування та знешкодження твердих відходів і рідких нечистот у містах і сільській місцевості.

Особливості видалення і знешкодження нечистот у лікувальних закладах: інфекційних, хірургічних відділеннях, пологових будинках.

Санітарна охорона ґрунту: обмеження викидів шкідливих речовин промисловими підприємствами, перехід виробництва на безвідходні технології, поліпшення процесів збирання та утилізації відходів, регламентація забруднення ґрунту хімічними речовинами, підвищення санітарної культури населення.

Санітарні умови зберігання, транспортування та використання пестицидів.

Оцінювання санітарного стану ґрунту.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

#### **Тема 4. Гігієна води і водопостачання населених пунктів**

Вода як елемент біосфери. Фізіологічне, гігієнічне та епідеміологічне значення води. Характерні особливості водних епідемій. Зв'язок хімічного складу води з виникненням ендемічних хвороб (флюорозу, карієсу, водно-нітратної меттемоглобінемії). Гігієнічні вимоги до якості питної води.

Джерела питної води та їх характеристика (атмосферні, підземні, поверхневі води). Організація водопостачання населених місць. Норми водопостачання. Централізоване водопостачання: схеми водогонів з підземних джерел та з відкритих водойм.

Методи поліпшення якості питної води. Знезаражування води хлоруванням, ультрафіолетовим промінням, ультразвуком, термічними методами. Значення централізованого водопостачання в забезпеченні оптимальних санітарних умов життя та профілактики захворювання населення.

Особливості децентралізованого водопостачання. Гігієнічні вимоги до влаштування та утримання шахтного і трубчастого колодязів, каптажу джерел. Методика санітарії шахтного колодязя та знезараження води в ньому. Організація водопостачання окремих груп приміщень

(сільської школи, лікарні, бази відпочинку). Зони санітарної охорони джерел водопостачання.

### **Практичні заняття**

Відбір проб води для лабораторного дослідження. Визначення органолептичних показників. Визначення дози розвитку хлорного вапна для хлорування води в шахтному колодязі.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

### **Тема 5. Гігієна житла та благоустроїв населених місць**

Гігієнічні проблеми урбанізації. Гігієнічні принципи містобудування: зонування території, санітарний благоустрій. Вплив озеленення населених місць на екологічну ситуацію і здоров'я людини.

Гігієнічні вимоги до житла і умов проживання в ньому. Природне й штучне освітлення приміщень, гігієнічні норми освітленості. Мікроклімат житлових приміщень. Причини вологості в житлових приміщеннях і заходи боротьби з нею. Джерела та показники забруднення повітряного середовища житла. Гігієнічні вимоги до експлуатації газових нагрівальних приладів у побуті. Природна і штучна вентиляція житлових приміщень. Показники ефективності вентиляції: вентиляційний об'єм і кратність повітрообміну. Кондиціонування повітря. Опалення житлових приміщень.

Гігієнічні вимоги щодо планування будинків готельного типу та туртожитків.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

### **Змістовий модуль II. Гігієна харчування та праці**

#### **Тема 6. Гігієна харчування**

Харчування як чинник збереження і зміцнення здоров'я людини. Фізіолого-гігієнічні основи харчування. Функції їжі. Рациональне харчування, його принципи і значення для здоров'я людини. Особливості харчування вагітних, породіль. Вимоги до режиму харчування. Значення основних компонентів харчових продуктів у раціоні людини, добова потреба в них різних груп населення. Роль вітамінів і мінеральних речовин у харчуванні. Гігієнічна характеристика окремих харчових продуктів (м'яса, риби, молока, злакових, овочів, фруктів).

Захворювання, пов'язані з харчуванням. Інфекційні хвороби, гельмінтози, які передаються через їжу. Харчові отруєння, класифікація їх, причини, профілактика. Харчові добавки, їх види, роль у харчуванні людини.

- здійснює державний санітарно-епідеміологічний нагляд за додержанням вимог санітарного законодавства органами виконавчої влади та органами місцевого самоврядування, підприємствами, установами, організаціями незалежно від форм власності та господарювання та громадянами;

- проводить державну санітарно-епідеміологічну експертизу, обстеження, розслідування, лабораторні та інструментальні дослідження і випробування, а також санітарну, гігієнічну, токсикологічну, епідеміологічну та інших видів оцінку середовища життєдіяльності людини, об'єктів господарської та інших видів діяльності, продукції, робіт, послуг, проектної документації і видає висновок щодо їх відповідності (невідповідності) вимогам санітарних норм;

- проводить лабораторні дослідження і випробування з метою визначення впливу на стан здоров'я і життя людини повітря, води, ґрунту, продукції, що виробляється чи реалізується;

- здійснює гігієнічне нормування та проводить державну реєстрацію небезпечних для здоров'я і життя людини факторів середовища життєдіяльності;

- вивчає, оцінює і прогнозує показники здоров'я населення залежно від стану середовища його життєдіяльності, визначає фактори довкілля, що шкідливо впливають на стан здоров'я людини;

- аналізує санітарну та епідемічну ситуацію;

- вносить в установленому порядку до органів виконавчої влади та органів місцевого самоврядування пропозиції щодо проведення заходів з метою забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення, необхідності введення карантину;

- забезпечує охорону території України від занесення та поширення особливо небезпечних (у тому числі карантинних) і небезпечних інфекційних хвороб, здійснює санітарно-епідеміологічний контроль і нагляд в пунктах пропуску через державний кордон;

- погоджує санітарні та протиепідемічні (профілактичні) заходи, контролює їх здійснення;

- затверджує та вводить у дію санітарні норми;

- видає обов'язкові для виконання приписи і постанови щодо усунення або обмеження шкідливого впливу на стан здоров'я і життя людини факторів середовища життєдіяльності, причин та умов виникнення і поширення інфекційних хвороб;



на основі єдиності, підпорядкованості, підконтрольності та підзвітності вищому головному державному санітарному лікарю.

За невиконання або неналежне виконання посадовими особами державної санітарно-епідеміологічної служби своїх обов'язків вони притягаються до юридичної відповідальності згідно із законом.

3. Заклади держсанепідслужби МОЗ України у своїй діяльності керуються Конституцією України, законами України, актами Президента України та Кабінету Міністрів України, Положенням про державний санітарно-епідеміологічний нагляд в Україні, Положенням про державну санітарно-епідеміологічну службу України, цим Положенням, наказами МОЗ України, наказами та постановами головно-го державного санітарного лікаря України, статутами та положеннями про ці заклади.

4. Завданнями держсанепідслужби МОЗ України є:

1) здійснення державного санітарно-епідеміологічного нагляду;  
2) узагальнення практики застосування законодавства у сфері забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення, розроблення пропозицій щодо вдосконалення цього законодавства;  
3) визначення першочергових заходів щодо профілактики інфекційних хвороб та масових неінфекційних захворювань (отруєнь), запобігання шкідливому впливу на стан здоров'я і життя людини факторів середовища життєдіяльності;

4) забезпечення гігієнічного нормування та державної реєстрації небезпечних для здоров'я і життя людини факторів середовища життєдіяльності;

5) аналіз причин і умов виникнення ситуацій санітарного та епідемічного неблагополуччя (поширення інфекційних хвороб, професійних захворювань, масових неінфекційних захворювань (отруєнь), радіаційних уражень людей), підготовка пропозицій щодо запобігання виникненню таких ситуацій, контроль за здійсненням відповідних заходів;

6) координація роботи з проведення гігієнічного виховання населення;

7) координація діяльності центральних і місцевих органів виконавчої влади у сфері забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення.

5. Держсанепідслужба МОЗ України відповідно до покладених на неї завдань:

Забруднення харчових продуктів ксенобіотиками та їх попередження.

Гігієнічні вимоги до підприємств громадського харчування (на прикладі харчоблоку лікарні: центральної кухні, їдальні та буфету).

Організація харчування хворих.

Санітарні правила торгівлі харчовими продуктами. Зберігання і транспортування харчових продуктів. Медичні огляди й особиста гігієна працівників харчових об'єктів.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

### **Тема 7. Гігієна праці**

Предмет, завдання і методи гігієни праці. Основи фізіології праці. Вплив виробничого середовища на здоров'я і працездатність людини. Стомлення та перевтомлення, заходи профілактики. Професійні шкідливості та професійні захворювання. Професійні хвороби, пов'язані з вимушеним положенням тіла та напруженням окремих органів. Особливості виробничого мікроклімату та його вплив на організм людини. Виробничий шум та вібрація, заходи профілактики шкідливого впливу. Виробничі інтоксикації та профілактика їх. Гігієна праці з отрутохімікатами.

Основні заходи запобігання виробничому травматизму. Гігієнічні вимоги до виробничої вентиляції та освітлення. Гігієна та охорона праці жінок і підлітків. Особливості гігієни праці в сільськогосподарському виробництві.

Організація і методи захисту від впливу несприятливих чинників у промисловому й сільськогосподарському виробництві.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

### **Тема 8. Гігієна дітей та підлітків**

Предмет і завдання гігієни дітей та підлітків. Вікові особливості росту й розвитку дітей та підлітків. Вплив навколишнього середовища на фізичний розвиток і здоров'я дітей та підлітків.

Санітарно-гігієнічні вимоги до планування, утримання і обладнання дитячих дошкільних закладів. Гігієнічні норми освітленості основних приміщень, температури повітря, повітрообміну. Гігієнічні вимоги до дитячих меблів та іграшок. Загартування дітей у дошкільних закладах. Режим дня дитячого дошкільного закладу.

Санітарно-гігієнічні вимоги до планування загальноосвітніх шкіл, до обладнання, санітарного утримання класних приміщень,

спортивного залу, шкільних лабораторій і майстерень. Нормативи їх площі, освітленості, повітрообміну, мікроклімату. Гігієнічні вимоги до шкільних меблів.

Аудіовізуальні засоби навчання, комп'ютери та комп'ютерні ігри. Гігієнічні вимоги до їх використання.

Режим дня та гігієна навчальної і позанавчальної діяльності в школі. Професійна орієнтація учнів. Гігієнічні вимоги до умов розміщення, улаштування та утримання літніх оздоровчих таборів.

### **Тема 9. Гігієна лікувально-профілактичних закладів**

Значення гігієни лікувально-профілактичних закладів у підвищенні ефективності лікування, створенні безпечних умов для пацієнтів та медичного персоналу.

Основні типи лікувально-профілактичних закладів. Системи забудови лікарняних комплексів. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки і планування території лікарні. Внутрішнє планування лікарні. Гігієнічні вимоги до лікарняного відділення, палатної секції та палати. Особливості планування інфекційних та радіологічних відділень, операційного блоку. Внутрішнє планування пологового будинку, амбулаторно-поліклінічних установ, ФАПів.

Гігієнічні вимоги до опалення, вентиляції та освітлення лікарняних приміщень. Нормативні показники мікроклімату, повітряного середовища, природного і штучного освітлення основних лікарняних приміщень.

Санітарно-гігієнічний та протиепідемічний режим лікарні, пологового будинку. Заходи профілактики внутрішньолікарняних інфекцій.

Збирання, видалення і знешкодження специфічних лікарняних відходів. Контроль за дотриманням протиепідемічного режиму в лікувальних закладах.

Гігієна праці медичного персоналу. Професійні шкідливості в діяльності медичних працівників та заходи щодо захисту від їх впливу. Профілактика СНІДу.

*Література [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]*

### **Тема 10. Особиста гігієна**

Особиста гігієна — основа здорового способу життя. Складові особистості гігієни. Гігієна тіла, догляд за шкірою і волоссям. Засоби догляду. Гігієнічний догляд за порожниною рота. Фізична культура та загартування. Шкідливі звички та попередження їх.

охорони здоров'я України, яка реалізує державну політику у сфері забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення та спрямовує свою діяльність на профілактику інфекційних хвороб, професійних захворювань, масових неінфекційних захворювань (отруєнь), радіаційних уражень людей, запобігання шкідливому впливу на стан їх здоров'я і життя факторів середовища життєдіяльності.

2. Систему держанепідслужби МОЗ України становлять:

- Головне санітарно-епідеміологічне управління МОЗ України;
- управління радіаційного захисту населення та медичних проблем аварії на Чорнобильській АЕС МОЗ України;
- Центральна санітарно-епідеміологічна станція МОЗ України;
- Кримська республіканська санітарно-епідеміологічна станція;
- обласні, міські, міжрайонні, районні санітарно-епідеміологічні станції;
- Центральна санітарно-епідеміологічна станція на залізничному транспорті, санітарно-епідеміологічні станції на залізницях, лінійні санітарно-епідеміологічні станції на залізницях;
- Центральна санітарно-епідеміологічна станція на водному транспорті, санітарно-епідеміологічні станції водних басейнів і портів;
- Центральна санітарно-епідеміологічна станція на повітряному транспорті;
- санітарно-епідеміологічні станції об'єктів з особливим режимом роботи;
- дезінфекційні станції;
- санітарно-карантинні підрозділи (відділи, пункти);
- спеціалізовані заклади МОЗ, утворені для боротьби з особливо небезпечними (у тому числі карантинними) і небезпечними інфекційними хворобами;
- наукові установи санітарно-епідеміологічного профілю;
- об'єднання, центри, лабораторії (наукові та науково-практичні, контрольні, експертні, проблемні);
- Комітет з питань гігієнічного регламентування МОЗ України;
- інші заклади санітарно-епідеміологічного профілю, утворені згідно із законодавством України.

Головні державні санітарні лікарі, посадові особи закладів державної санітарно-епідеміологічної служби виконують свої функції

### **Варіант 7**

1. Медичні огляди й особиста гігієна працівників харчових об'єктів.
2. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки і планування території лікарні.
3. Санітарна охорона ґрунту.

### **Варіант 8**

1. Особливості виробничого мікроклімату та його вплив на організм людини.
2. Гігієнічні вимоги до лікарняного відділення, палатної секції та палати.
3. Характерні особливості водних епідемій.

### **Варіант 9**

1. Виробничі інтоксикації та їх профілактика.
2. Особливості планування інфекційних та радіологічних відділень, операційного блоку.
3. Гігієнічні проблеми урбанізації.

### **Варіант 10**

1. Акліматизація як соціально-біологічний процес.
2. Гігієнічні вимоги до виробничої вентиляції та освітлення.
3. Гігієнічні вимоги до опалення, вентиляції та освітлення лікарняних приміщень.

## **МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ**

Під час опрацювання навчального курсу “Екологія з основами гігієни” необхідно засвоїти основні теоретичні положення про державну санітарно-епідеміологічну службу Міністерства охорони здоров'я України, затверджених Наказом Міністерства охорони здоров'я України від 19 листопада 2002 р. № 420.

До основних Положень належать:

1. Державна санітарно-епідеміологічна служба Міністерства охорони здоров'я України (далі – держсанепідслужба МОЗ України) є централізованою системою органів, установ, закладів та підрозділів (далі – заклади) санітарно-епідеміологічного профілю Міністерства

Фізіологічні основи відпочинку. Значення раціонального режиму дня для збереження і зміцнення здоров'я. Біоритмологічні основи особистої гігієни.

Гігієна одягу та взуття.

*Література* [1–2; 4; 10; 15; 17; 21; 28; 30]

## **ВКАЗІВКИ ДО ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ**

Контрольна робота з навчальної дисципліни “Екологія з основами гігієни” виконується відповідно до навчальних планів за напрямом “Менеджмент і адміністрування”, за спеціальністю “Менеджмент”, професійного спрямування “Медичний та фармацевтичний менеджмент”.

Виконання контрольної роботи студентами заочної форми навчання є складовою навчального процесу та активною формою самостійної роботи студентів,

Мета контрольної роботи – поглибити та систематизувати отримані у процесі вивчення дисципліни теоретичні знання, сформувати вміння самостійно працювати з навчальною, спеціальною літературою, законодавчими актами та статистичними матеріалами, а також з матеріалами власних досліджень в організаціях і застосовувати отримані знання та навички на практиці.

Зміст роботи має відповідати плану і розкривати тему.

Варіант контрольної роботи студент вибирає за першою літерою свого прізвища (див. таблицю).

Перша літера прізвища студента	Номер варіанта контрольної роботи
А, Б, В	1
Г, Д, Є, Е	2
Ж, З, І	3
Й, К, Л	4
М, Н, О	5
П, Р, С	6
Т, У, Ф	7
Х, Ц, Ч	8
Ш, Щ	9
Ю, Я	10

## **ВАРІАНТИ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ**

### **Варіант 1**

1. Гігієнічні вимоги щодо планування будинків готельного типу та гуртожитків.
2. Особливості гігієни праці в сільськогосподарському виробництві.
3. Санітарно-гігієнічний та протиепідемічний режим лікарні, пологового будинку.

### **Варіант 2**

1. Раціональне харчування, його принципи і значення для здоров'я людини.
2. Санітарно-гігієнічні вимоги до планування, утримання і обладнання дитячих дошкільних закладів.
3. Гігієна праці медичного персоналу.

### **Варіант 3**

1. Харчові отруєння, їх класифікація, причини, профілактика.
2. Гігієнічні вимоги до дитячих меблів та іграшок
3. Біоритмологічні основи особистої гігієни.

### **Варіант 4**

1. Забруднення харчових продуктів ксенобіотиками та їх попередження.
2. Санітарно-гігієнічні вимоги до планування загальноосвітніх шкіл, до обладнання, санітарного утримання класних приміщень.
3. Внесок українських учених у розвиток гігієнічної науки і санітарної практики.

### **Варіант 5**

1. Гігієнічні вимоги до підприємств громадського харчування.
2. Аудіовізуальні засоби навчання, комп'ютери та комп'ютерні ігри. Гігієнічні вимоги до їх використання.
3. Гігієнічне значення сонячної радіації.

### **Варіант 6**

1. Організація харчування хворих.
2. Режим дня та гігієна навчальної і позанавчальної діяльності в школі.
3. Санітарна охорона повітряного середовища.

Головним завданням контрольної роботи є рубіжний контроль професійно-орієнтованих знань з дисципліни "Загальна гігієна з основами екології", набутих під час самостійного опрацювання літератури і нормативно-правових актів.

**Загальні вимоги.** Контрольну роботу слід виконувати на одній стороні паперу аркуша А4 державною мовою. Сторінки необхідно пронумерувати.

Структурно контрольна робота має містити: титульний аркуш; відповіді на питання згідно з варіантом; список використаної літератури, оформлений за загальноприйнятими вимогами.

Перевіряючи контрольні роботи, викладач звертатиме увагу на такі параметри:

- ґрунтовність відповіді за поставленні запитання, яка свідчить про рівень опанування теоретичним матеріалом;
- розуміння категорій навчальної дисципліни, що позначається у власному викладенні матеріалу, а не в переписуванні підручника, а також у доречно дібраних прикладах з діяльності закладу охорони здоров'я;
- уміння коментувати наведені ілюстрації (або реальні документи медичної установи);
- оформлення роботи (структура, заголовки, посилання тощо).

Контрольні роботи, виконані не за своїм варіантом, не розглядаються і не повертаються студентам. Після одержання роботи із зауваженнями викладача необхідно виправити роботу з урахуванням зауважень і здати її для повторної перевірки. Роботи, виконані недбало, з виправленнями та іншими порушеннями вимог щодо їх оформлення, не розглядаються і не зараховуються.

З питань виконання та оформлення контрольної роботи передбачене індивідуальне консультування, яке можна отримати у викладача на кафедрі управління персоналом та медичного менеджменту відповідно до графіка консультацій та за телефоном 490–95–25.