



# СЕСТРИНСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В УСЛОВИЯХ ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЯ



# ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА



Повышенное  
артериальное  
давление



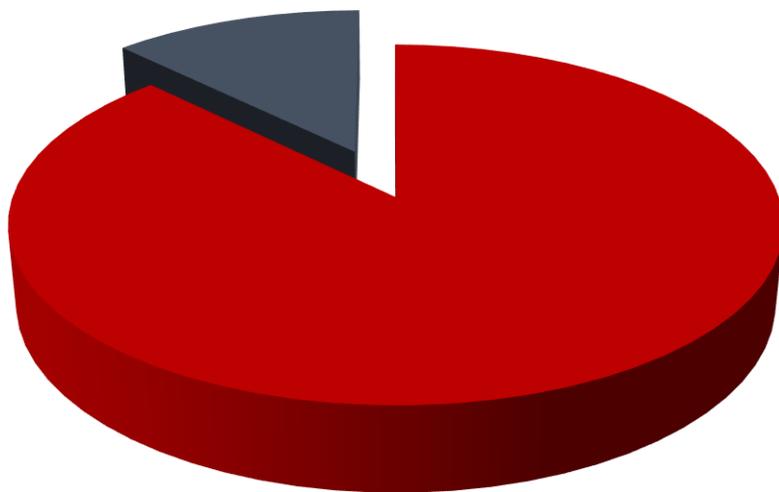
Гиперхолестеринемия



Курение  
табака



Пагубное  
употребление  
алкоголя



**87,5%**

в структуре  
общей смертности населения

# ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ

**33,1%** в структуре смертности



более 40% мужчин и 25% женщин не знают о том, что у них повышенное артериальное давление.

# ГИПЕРХОЛИСТЕРИНЕМИЯ (НЕРАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ)

**25,4 %** в структуре смертности



- из них 20% - необходимо медикаментозное лечение

# КУРЕНИЕ ТАБАКА

- **17,1%** в структуре общей смертности



63% мужчин и 30% женщин

33 % среди всех подростков

# ПАГУБНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ

- **11,9%** в структуре общей смертности



2017 год - **10,5** литров чистого этилового спирта на душу населения

# ПРОГРАММА ЗДОРОВАЯ РОССИЯ

<http://www.takzdorovo.ru>



## ПОРТАЛ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Официальный ресурс Министерства здравоохранения  
Российской Федерации

Поиск



ВХОД / РЕГИСТРАЦИЯ

ПРИВЫЧКИ

ПИТАНИЕ

ДВИЖЕНИЕ

ДЕТИ

ПРОФИЛАКТИКА

ДЛЯ СПРАВКИ

СЕРВИСЫ

СКАЧАТЬ

8 800 200 0 200

БЕСПЛАТНАЯ «ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ»  
ПО ВОПРОСАМ:

- здорового питания
- физической активности.
- отказа от табака
- рисков потребления алкоголя
- рисков потребления наркотиков
- работы центров здоровья

31  
мая

клуб  
никотиновой  
НЕЗАВИСИМОСТИ



НЕЗАВИСИМОСТЬ  
как преодолеть  
алкогольную  
и наркотическую  
зависимость

Узнайте адреса центров  
здоровья в своем городе.

Сердечко и плюсик  
Центры здоровья  
для взрослых

Выбери свой регион

НАЙТИ

1 2 3 4 5 6 7 ... 13

### Три главных принципа здоровой жизни

17 ноября 2017 года, 07:09



От чего зависит наше здоровье в первую очередь, и как вести себя в повседневной жизни, чтобы избежать опасных заболеваний, продлить молодость и сохранять хорошее самочувствие, рассказывают ведущие специалисты.

### Ирина Осипова: «Волонтерское движение по профилактике здорового образа жизни расширяется»

21 ноября 2016 года, 11:05



### Оксана Драпкина: «Распространение ожирения приводит к росту других опасных заболеваний»

14 ноября 2016 года, 16:33



### ЗД УЗИ

17 октября 2017 года, 16:00



Медицинские технологии активно развиваются. Появляются новые разработки, которые позволяют решать все более сложные задачи.

### Реаниматологом должен стать каждый

21 ноября 2016 года, 10:48



### Когда толстеет печень

14 ноября 2016 года, 14:34



# ПРОГРАММА ЗДОРОВАЯ РОССИЯ

<http://mpmo.ru/>

Служба медицинской профилактики Московской области

«Будущее принадлежит  
медицине предохранительной»  
Выдающийся хирург Н. И. Пирогов



[Главная](#) [Новости](#) [Интересное](#) **[Материалы](#)** [Мероприятия](#) [Приказы](#) [Советы](#) [Партнеры](#) [Центры здоровья](#)

[Здоровые города](#) [МОЦМП](#) [Календарь ВОЗ](#) [Семинары 2018](#) [Акции 2018](#) [Новости партнеров](#) [Энциклопедия](#)

[Диспансеризация](#) [РОПНИЗ](#)

Архив рубрики: *Материалы*

## Национальная стратегия по борьбе с онкологическими заболеваниями на долгосрочный период до 2030 года

Опубликовано 05.02.2018 автором [redaktor](#)

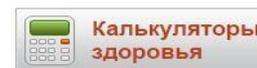
Скачать Национальная стратегия по борьбе с онкологическими заболеваниями на долгосрочный период до 2030 года

Рубрика: [Материалы](#) | Метки: [Борьба с онкологическими заболеваниями](#), [национальная стратегия](#) | Комментарии отключены

## Методические рекомендации «Организация проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения» 4 издание

Опубликовано 29.01.2018 автором [redaktor](#)

Скачать Методические рекомендации Организация проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения 4 издание Методические рекомендации содержат описание организации проведения диспансеризации взрослого населения в медицинских организациях первичной медико-санитарной помощи в

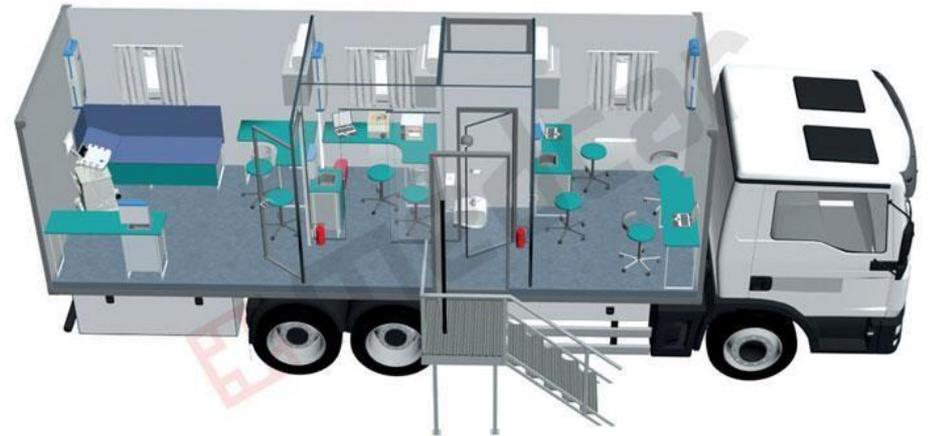


Телефон горячей линии помощи при отказе от табакокурения 8-800-200-0-200

# НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ

- ❑ **Приказ от 19 августа 2009 г. № 597н** «Об организации деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака»
- ❑ **Приказ Министерства здравоохранения РФ от 29 октября 2020 года № 1177н** «Об утверждении Порядка организации и осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях»

**В РОССИИ БОЛЕЕ 500 ЦЕНТРОВ ЗДОРОВЬЯ  
В МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ:  
28 ДЛЯ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ  
8 - ДЛЯ ДЕТСКОГО НАСЕЛЕНИЯ**



# СТРУКТУРА ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЯ

- кабинет врача
- кабинет для проведения группового профилактического консультирования (школ пациента)
- кабинеты тестирования, инструментального и лабораторного обследования
- кабинет гигиениста стоматологического
- кабинет лечебной физкультуры
- кабинет здорового питания



## Центры здоровья – современная профилактическая технология



# ФУНКЦИИ ЦЕНТРОВ ЗДОРОВЬЯ

1. проведение **обследования граждан** с целью выявления факторов риска развития неинфекционных заболеваний (1 раз в год)
2. участие в проведении **диспансеризации** (1 раз в 3 года), профилактических медицинских осмотров, **диспансерном наблюдении**
3. **индивидуальное консультирование** граждан по вопросам ведения здорового образа жизни
4. проведение **школ здоровья**
5. направление пациентов в необходимых случаях к **врачам-специалистам**
6. мотивирование граждан к ведению здорового образа жизни **в трудовых и учебных коллективах**
7. обучение граждан правилам оказания **первой помощи**
8. повышение уровня знаний **медицинских работников**
9. **анализ статистических данных**

# АППАРАТНО-ПРОГРАММНЫЙ КОМПЛЕКС

ростомер, весы,  
динамометр, калипер  
через USB-разъем  
подключены к ПК,  
данные автоматически  
вводятся в компьютер

Время на одно обследование -  
1-2 минуты.

Уровень квалификации  
персонала - медицинская  
сестра.



# ЭКСПРЕСС-АНАЛИЗАТОР ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ОБЩЕГО ХОЛЕСТЕРИНА И ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ

Перед проведением анализа  
рекомендуется не употреблять пищу в  
течение не менее 12 часов,  
за сутки перед анализом не употреблять  
жирные продукты  
(сыр, майонез, яйца),  
а также избегать употребления кофе,  
физической нагрузки.  
Поверхность пальца не должна содержать  
следов жидкости,  
этилового спирта



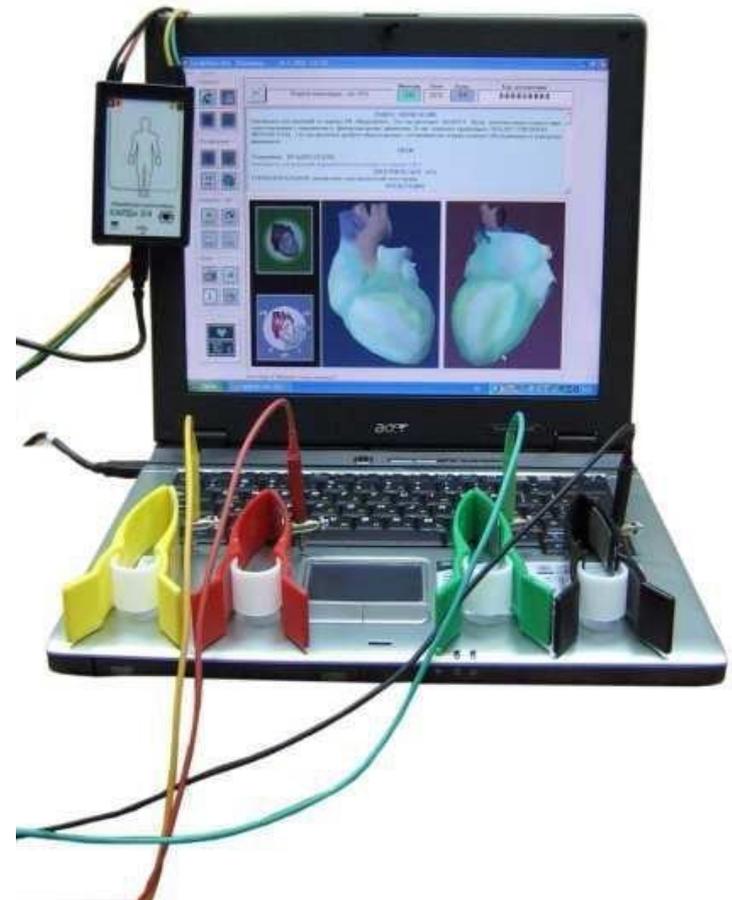
Время на одно обследование -  
3-6 минут.  
Уровень квалификации персонала -  
медицинская сестра

# СИСТЕМА СКРИНИНГА СЕРДЦА КОМПЬЮТЕРИЗИРОВАННАЯ - КАРДИОВИЗОР

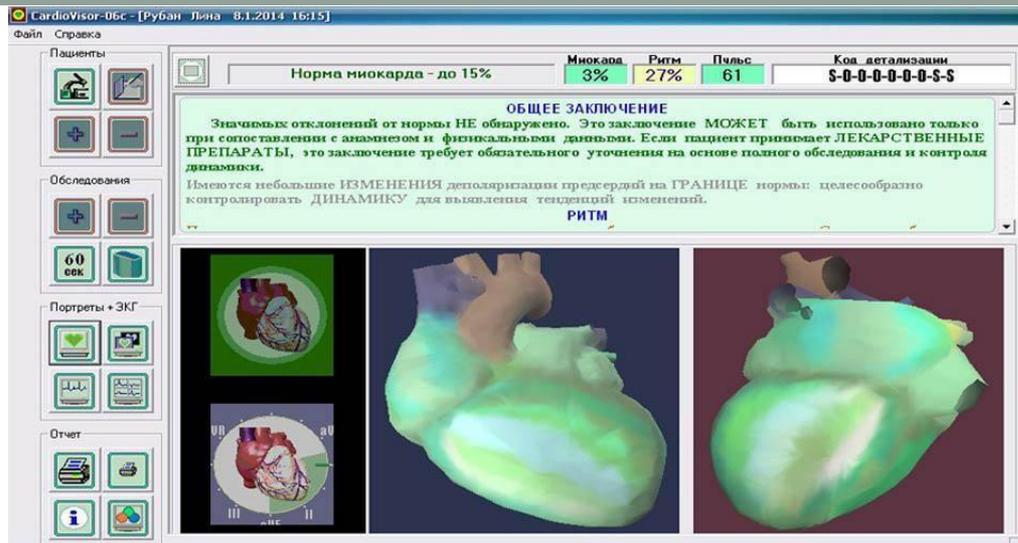
Время на одно обследование –  
3-4 минуты.

(при необходимости нагрузочной  
пробы – 6-8 минут)

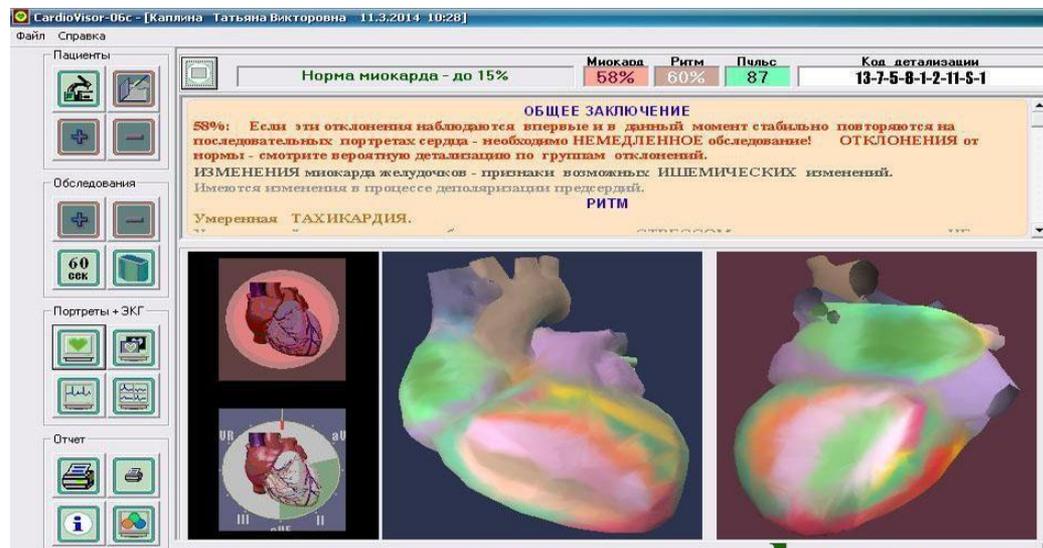
Уровень квалификации персонала  
– фельдшер или медсестра.



- ❑ Нормально работающее сердце экран показывает в зеленом цвете.
- ❑ Малейшие изменения показаны в розовом, существенные — в красном цвете.
- ❑ Пламенное сердце свидетельствует об инфаркте.

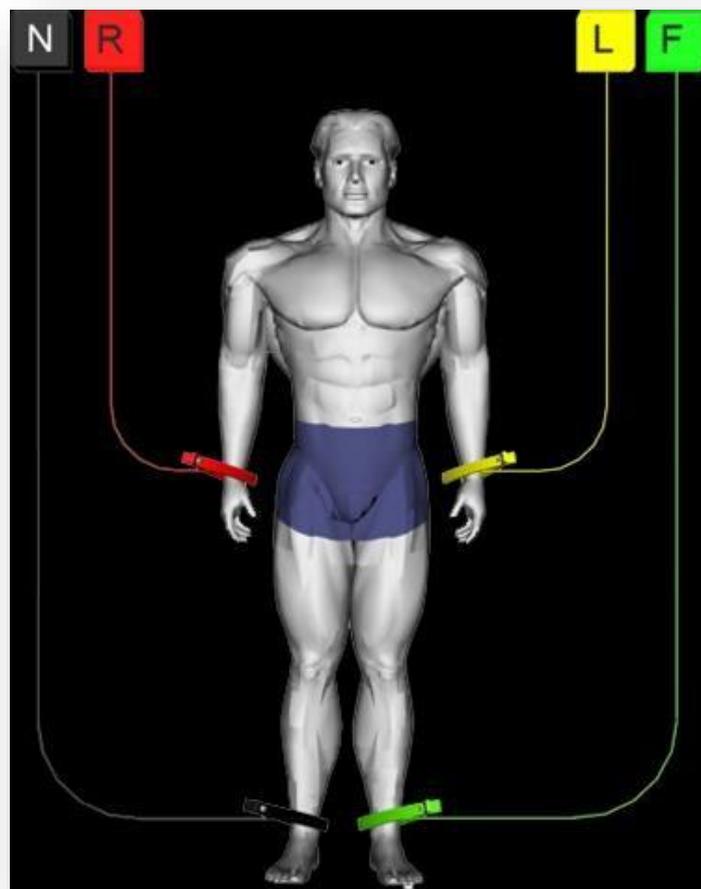


**ПАТОЛОГИИ НЕ ВЫЯВЛЕНО**



**изменения при инфаркте**

# РАСПОЛОЖЕНИЕ ЭЛЕКТРОДОВ



# НЕПРАВИЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ПАЦИЕНТА



# АППАРАТ ДЛЯ КОМПЛЕКСНОЙ ДЕТАЛЬНОЙ ОЦЕНКИ ФУНКЦИЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ (СПИРОМЕТР КОМПЬЮТЕРИЗИРОВАННЫЙ)

Спирометрию лёгких проводят утром на голодный желудок, допускается нежирный завтрак за 2 часа до процедуры. Для достоверности теста стоит придерживаться основных правил:

- отказаться от курения за несколько часов;
- заменить утренний кофе на более здоровый напиток, например, сок;
- в некоторых случаях лечащий врач может отменить для пациента применение медикаментов за несколько часов;
- выбрать свободную одежду, в которой будет максимально удобно.

За 20 минут до процедуры пациенту предложат отдохнуть и восстановить дыхательные функции, находясь в состоянии покоя.



Время на одно  
обследование -  
4-5 минуты.

Уровень квалификации  
персонала - фельдшер или  
медсестра.

# БИОИМПЕДАНСМЕТР ДЛЯ АНАЛИЗА ВНУТРЕННИХ СРЕД ОРГАНИЗМА (процентное соотношение воды, мышечной и жировой ткани)

За 1 час до диагностики необходимо исключить прием пищи и воды, за сутки - алкоголя.

- Возраст, пол, рост, вес, объем талии, бедер и запястья заносятся в компьютер со специальной программой.
- Исследование проводится в положении лежа на кушетке.
- К руке и ноге подсоединяются электроды, подключенные к анализатору.



Время на одно обследование -  
3-4 минут.  
Уровень квалификации персонала  
- медицинская сестра.

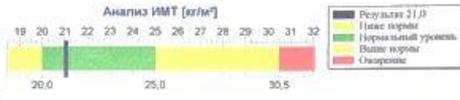
# Анализатор состава тела BC-418

Измерение

Режим: Стандарт  
 Жировая масса: 15,2 кг  
 =25,2 %  
 Вес без жира: 44,9 кг



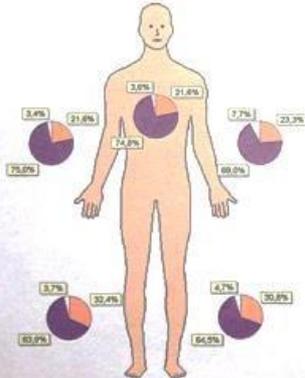
Рост: 169 см  
 Вес: 60,1 кг  
 ИМТ: 21,0 кг/м²  
 Основной обмен: 5640 кДж  
 =1347 ккал



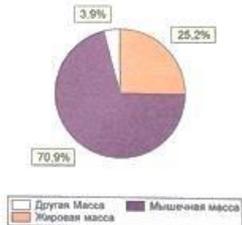
Мышечная масса: 42,6 кг  
 Содержание воды: 32,9 кг  
 =54,7 %  
 Импеданс: 682 Ohm



Распределение долей	Туловище	Правая рука	Левая рука	Правая нога	Левая нога	Общее
Жировая масса	7,1кг	0,6кг	0,7кг	3,5кг	3,3кг	15,2кг
Мышечная масса	24,7кг	2,1кг	2,0кг	6,9кг	6,9кг	42,6кг
Другая Масса	1,2кг	0,1кг	0,3кг	0,4кг	0,5кг	2,4кг

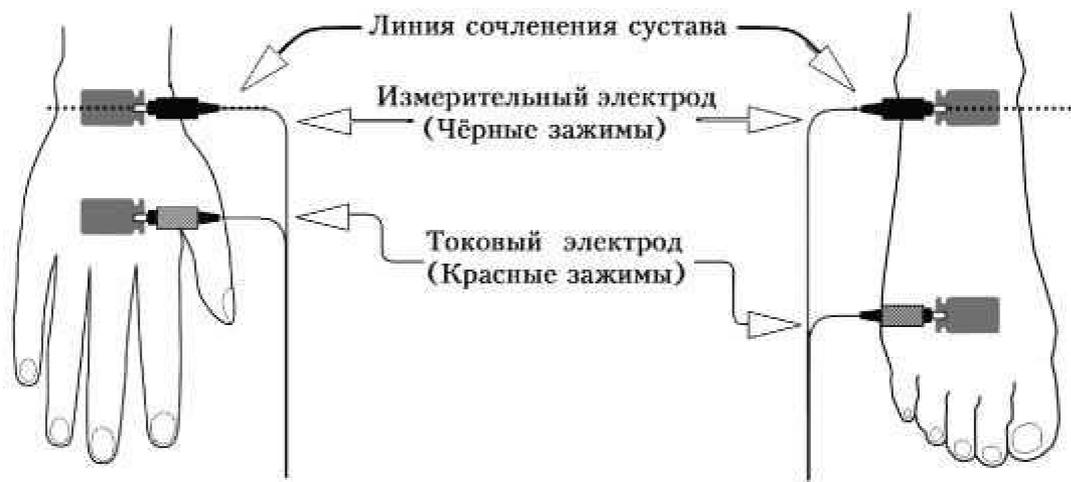
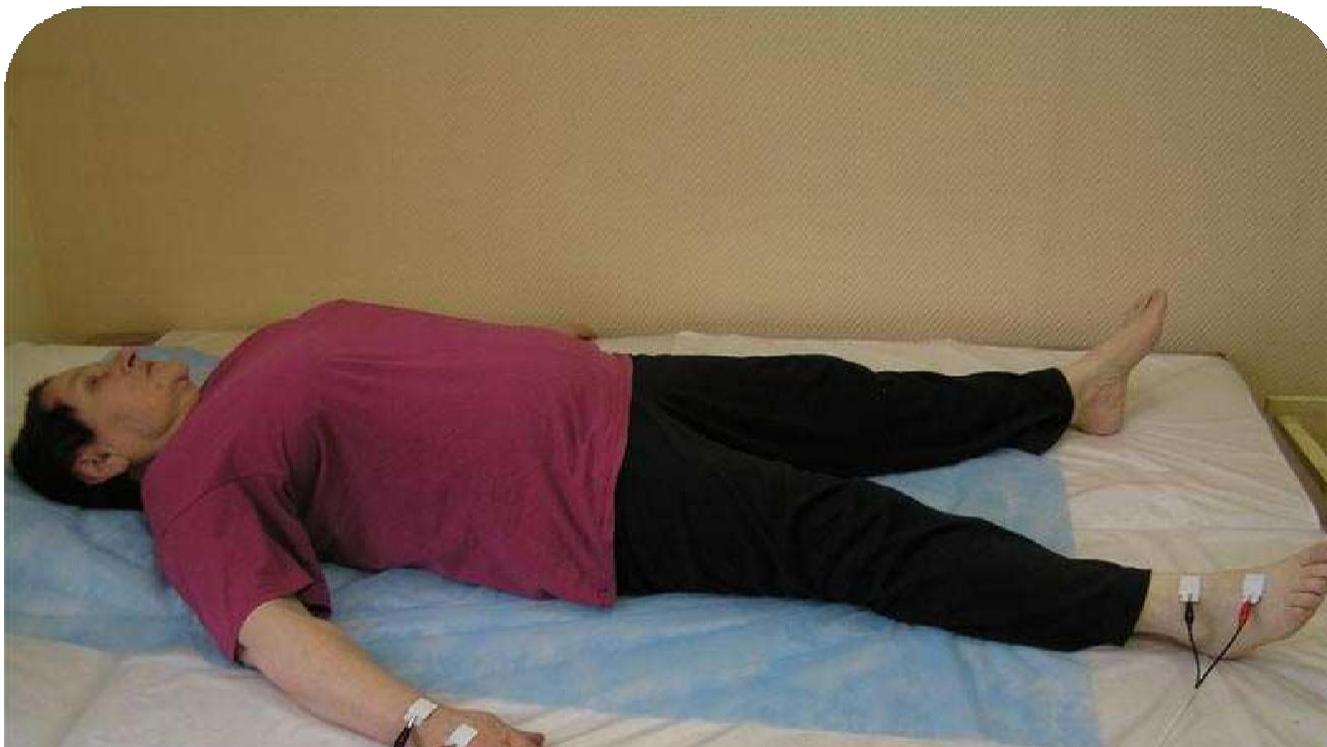


Распределение массы тела



## Состав тела

Индекс массы тела	20	18,5	23,9	95%		
Жировая масса (кг), нормированная по росту	14,3	10,4	17,3	103%		
Тощая масса (кг)	45,7	39,7	61,5	90%		
Активная клеточная масса (кг)	25,5	20,6	32,1	97%		
Доля активной клеточной массы (%)	55,9	50,0	56,0	105%		
Скелетно-мышечная масса (кг)	22,5	18,7	30,1	92%		
Доля скелетно-мышечной массы (%)	49,3	43,5	51,5	104%		
Удельный основной обмен (ккал/кв.м/сут.)	822,4	796,1	899,9	97%		
Общая жидкость (кг)	33,5	29,1	45,2	90%		
Внеклеточная жидкость (кг)	14,0	11,6	18,1	94%		
Соотношение талия / бедра	0,69	0,60	0,85	95%		
Классификация по проценту жировой массы	23,8	18,6	23,8	29,1	34,3	90%
	Истощение	Фитнес-стандарт	Норма	И избыточный вес	Ожирение	



- ❑ Кушетка недостаточно широка для занятия пациентом правильной позы (правильная поза: руки (плечо) должны быть разведены под углом 45 градусов, предплечья могут располагаться параллельно корпусу).
- ❑ Ноги должны быть разведены относительно продольной оси, так, чтобы они не касались друг друга (20-25 градусов).
- ❑ От ближайшей стены до пациента должно быть не менее 15 см
- ❑ Расположение вблизи отопительной батареи недопустимо (



# СИСТЕМА АНГИОЛОГИЧЕСКОГО СКРИНИНГА С АВТОМАТИЧЕСКИМ ИЗМЕРЕНИЕМ СИСТОЛИЧЕСКОГО АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ И РАСЧЕТА ЛОДЫЖЕЧНОГО - ПЛЕЧЕВОГО ИНДЕКСА

Значение ЛПИ показывает, насколько периферическая артериальная болезнь (ПАБ) может поражать конечности пациента, однако, оно не определяет место образования блокады или степень её развития.

Диапазон и интерпретация показателей:

- Нормальный: 1 – 1,29.
- Граничный: 0,91 – 0,99
- Мягкая степень ПАОБ: 0,71 – 0,90
- Средняя степень ПАОБ: 0,41 – 0,7
- Тяжелая степень ПАОБ <0,4



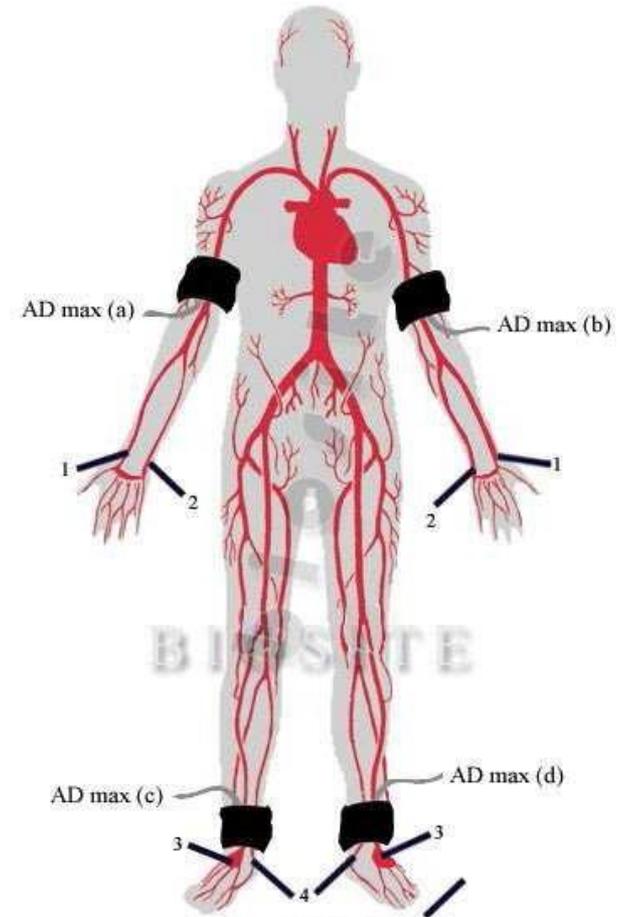
Время на одно обследование -  
6-8 минут.

Уровень квалификации персонала -  
фельдшер или медсестра.

**Лодыжечно-плечевой индекс – это параметр,  
позволяющий оценить адекватность  
артериального кровотока в нижних конечностях**

ЛПИ = sАД на лодыжке/sАД на плече

**снижение  
ЛПИ до 0,95 и ниже  
обструктивное  
поражение аорты или  
артерий нижних конечностей**



# ПУЛЬСОКСИМЕТР (ОКСИМЕТР ПУЛЬСОВОЙ)

Осуществляется в целях определения концентрации кислорода в гемоглобине и частоты сокращений сердца

**Нормальный  
показатель сатурации  
95 - 99%**



Время на одно обследование  
- 1-2 минуты.  
Уровень квалификации персонала -  
медсестра

# АНАЛИЗАТОР ОКИСИ УГЛЕРОДА ВЫДЫХАЕМОГО ВОЗДУХА С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ КАРБОКСИГЕМОГЛОБИНА (СМОКЕЛАЙЗЕР)

## Результаты

- ❑ **зеленый: 0—6 ppm (не курильщик)**
- ❑ **оранжевый: 7—10 ppm (легкий курильщик)**
- ❑ **красный: 10—20 ppm (курильщик)**
- ❑ **красный + звуковой сигнал: более 20 ppm (тяжелый курильщик).**



Миллионная доля (ppm, от англ. parts per million – частей на миллион) – единица измерения концентрации.



Время на одно обследование - 1-2 минуты.  
Уровень квалификации персонала - медицинская сестра.

# ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ В БИОЛОГИЧЕСКИХ СРЕДАХ ОРГАНИЗМА

## Анализируемые группы веществ

- барбитураты,
- бензодиазепины,
- каннабиноиды,
- опиаты,
- антиконвульсанты,
- амфетамины,
- антидепрессанты,
- производные фенотиазина,
- стероиды и их метаболиты.



# УЧЕТНАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ ЦЕНТРА ЗДОРОВЬЯ

- ❑ учетная форма № 025-ЦЗ/у «Карта центра здоровья»
- ❑ учетная форма № 025-ЦЗ/у-2 «Карта центра здоровья ребенка»
- ❑ учетная форма № 002-ЦЗ/у «Карта здорового образа жизни» (по желанию гражданина выдается ему на руки)
- ❑ на каждого обратившегося в центр здоровья заполняется учетная форма № 025-1/у «Талон пациента, получающего помощь в амбулаторных условиях»

# Дополнительные источники

 Письмо Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 5 мая 2012 года № 14-3/10/1-2819 «О направлении методических рекомендаций «Оказание медицинской помощи взрослому населению в центрах здоровья»»

 Организация и функционирование центров здоровья. Учебное пособие. – Москва: ГОУ ВПО РГМУ, 2010. - URL: [http://www.technomedica.ru/site\\_files/docs/books/health-care-centers.pdf](http://www.technomedica.ru/site_files/docs/books/health-care-centers.pdf)