**Страница медика**

Аманжолова Молдир Курмантаевна школьный врач. Стаж работы 5 мес СШ № 74

Белоусова Людмила Анатолевна школьный м/с. Стаж работы 34 года

Ахаева Баян Джахлековна школьный м/с. Стаж работы 6 лет

|  |
| --- |
| **Цель:**создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности.**Задача:**«У учащихся должны быть выработаны формы поведения, помогающие избежать опасности для жизни и здоровья. Снижение заболеваемости среди учащихся».Объем работы, проводимой в школе осуществляется по следующим направлениям:Организационное - провести проверку санитарного состояния школы перед началом учебного года ( исправность вентиляции, отопление, наличие оборудования в физкультурном зале, в буфете, расстановка мебели в классах) и определить готовность школы к приему учащихся. В случае необходимости составить акт и предъявить его администрации школы с указанием срока выполнения предъявленных требований.Подготовить медкабинет, обеспечить его необходимым инвентарем (весы,ростомер, аптечка, таблица для определения остроты зрения учащихся, термометры, сумка-холодильник, стеклянный шкаф).Подготовить необходимую медицинскую документацию.Подготовить или дополнить папку методических рекомендаций, приказов, инструкций по организации медицинского обслуживания школьников.Подготовить папку с интруктивно-методическими материалами по санитарно-просветительной работе:а) примерные тесты диктантов, лекций и бесед по вопросам охраны здоровья школьников;б) список научно-популярных и медицинских фильмов;в) комплекты печатных материалов, листовки, памятки, обращения, буклеты по различным вопросам охраны здоровья школьников;г) комплекты наглядных материалов, выставки, плакаты, санбюллетени.Составить план работы медицинского персонала на год, утвердить его у директора КГКП поликлиники № 4, согласовать с директором школы. На основании этого плана составить план работы на месяц. **Салауатты өмір салты туралы мәлімет.****21.11.2011г.**Салауатты өмір салты дегеніміз-әр адамның озіне деген көз қарасы әр адам өзине өте қатты көңіл бөлу керек.**Денсаулық байланысты:*** Салауатты өмир салты 55%
* Тұқымқуалау 18 %
* Қоршаған орта 17%
* Денсаулық сақтау органдары 10%

**Денсаулыққа әсер беретін факторлар*** Темекі шегу
* Жергілікті сусындар
* Нашақорлық

**Салауатты өмір салтының ең маңызды факторлары.**1. Куніне 8 сагаттан кем уйықтамау
2. Күніне 3 рет тамақтану сонымен қаттар аз көлеммен 4-5 рет тамақтану керек.
3. Таңғы асты тастамау ботқа немесе нан жеу қажет
4. Артық салмақпен күресіп бір қалыпты салмақты ұстау керек.
5. Дереу темекі тартудан бас тарту
6. Күніне 30 минут жаяу журу керек, үнемі дене жаттығуымен шұғылданыңыз.

 Казіргі кезде туберкулезбен ауыратын адамдар саны Казахстанда жылдан жылға көбейіп келе жатыр.Сонымен қатар әр адам жылына 1 рет тексерістен өтіп отыру қажет. Әр бір адам өзінің қан қысымын білу қажет. Артериялық қан қысымын өлшеу кейде тіпті белгілері білінбейтін гипертонияны анықтаудың негізгі әдісі болып табылады. Аитқым келгені әр адам өзінің қан қысымын да біліп журуі тиіс дегім келеді. Дифтерия корь, паротит, краснуха, коклюш, столбняк, екпелерін уақытында алу керек.**Здоровый образ жизни** **(выступление на школьной линейке ) СШ №74**  **21.11.2011г.**Здоровье – естественное состояние человека характеризующиеся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием болезненных изменений.**Здоровье зависит от** * Образа жизни 55%
* Наследственных факторов 18%
* Окружающей среды 17%
* Состояние систем здравоохранения 10%

То есть здоровье человека напрямую зависит от образа жизни.Приоритетам направлениям ЗОЖ является профилактика заболеваний.* Курение
* Наркомания
* Алкоголизм

**Важнейшие условия ЗОЖ:** 1. Ежедневный сон 7-8 часов
2. Режимное трехразовое питание (по последним данным кушать надо малыми порциями 5-6 раз в день)
3. Завтраки желательно кашу
4. Подержание нормального веса
5. 6 дневные физические нагрузки
6. Воздержание от употребление алкоголя
7. Полный отказ от курение

**Профилактика заболевания**Полугодовые медицинские осмотры определенных возрастных групп населения. Прохождение флюорографий 1 раз в год все население старше 15 лет. для своевременного выявления туберкулеза наиболее распространенного в Казахстане соц. заболевания передающиеся воздушно- капельным, контактно бытовым, путем а так же через пищу, молоко, мясо, больного животного. Детям от 2 до 15 лет для выявления заболевания проводится пр Манту чем и будем занимается на этой неделе.Против таких инфекционных заболеваний как Дифтерия корь, паротит, краснуха, коклюш, столбняк, проводятся профилактические прививки в определенном возрасте.C:\Documents and Settings\Медкабинет\Рабочий стол\картинки по зож\67_13.jpg**C:\Documents and Settings\Медкабинет\Рабочий стол\картинки по зож\images.jpeg**   |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Что такое грипп A(H1N1) и откуда он появился? Пути передачи и симптомы гриппа A (H1N1). Как обезопасить себя от вируса гриппа A (H1N1)?** |
|  Буквально недавно все средства массовой информации забили тревогу. Все дело в том, что произошла вспышка rpnnnaA(H1N1)-«свиного» гриппа в Мексике.Чтобы понять, чем это грозит людям, давайте уточним, что же такое грипп А (Н1N1). Как рассказывают ученые всех стран, в Мексике, после мутации вируса гриппа, которым болели свиньи, болезнь приобрела новые свойства и качества, благодаря чему стала крайне опасна для всех окружающих. Вирусы гриппа типа А могут инфицировать несколько видовживотных, включая птиц, свиней, лошадей, тюленей и китов.  |
|  | Новый вирус гриппа опасен для человека, т.к. человек не"встречался" с ним в природе. Грипп A (H1N1) - это острое, с высокой степенью заражения заболевание у людей, вызываемое высокопатогенным вирусом А(Н1 N1). Вирус содержит уникальную комбинацию генов, которые ранее не были обнаружены ни у свиней, ни у человека, ни в одной из стран мира. Врачи и эпидемиологи уже на сегодняшний день зафиксировали страшный вирус гриппа типа А/Калифорния - 04/2009/ -более 100 странах мира. |
| **Республике Казахстан также зарегистрированы слу¬чаи гриппа A(H1N1), грипп подтвержден лабораторно. ПУТИ ПЕРЕДАЧИ И СИМПТОМЫ ГРИППА A (H1N1):** Почему грипп A(H1N1) в Мексике стал угрозой для всего человечества, также легко объясняется тем, что эпидемия гриппа может начаться даже посредством распространения вируса воздушно-капельным путем. То есть, просто находясь в непосредственной близости с носителем гриппа A(H1N1), человек может быстро заразиться этой смертельно опасной инфекцией. Сам по себе грипп может и не был столь опасен, если бы не обладал такими возможностями распространения. |
|  | **ПУТИ ПЕРЕДАЧИ:**   Вирус распространяется среди людей воздушно-капельным путем и через предметы обихода. Источником заражения является больной человек, также бессимптомный носитель инфекции (с атипичной формой заболевания).Вирусы гриппа А(Н1 N1) быстро погибают при температуре +70° С и выше. |
| Вирус выживает длительно (4 и более лет) при низких температурах. Признаки пандемического гриппа A(H1N1) проявляются очень быстро, человек начинает себя плохо чувствовать, испытывает недомогания, грипп очень быстро прогрессирует в организме человека. |
|     **СИМПТОМЫ ГРИППА A(H1N1)**  Симптомы гриппа A(H1N1) практически неотличимы от симптомов обычного гриппа.   • высокая температура;• боли и неприятные ощущения в мышцах;• кашель, насморк и воспаление горла;• головная боль, рвота и расстройство желудка.  |
|  | Полный набор стандартного гриппа, но грипп A(H1N1) в отличие от обычного - так просто не отпускает своего больного.Основная проблема заключается в том, как быстро и беспрепятственно свиной грипп передается от человека к человеку воздушно-капельным путем. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Как обезопасить себя от вируса гриппа A(H1N1)**  Вирус гриппа A(H1N1) умирает при высокой температуре (+70С), а, следовательно, и при термической обработке при приготовлении пищи погибает.   В остальном профилактика гриппа А(Н 1N1) такая же как и при обычном гриппе. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Санитарно-противоэпидемические**                      * Составить план проф. прививок.
* Обеспечить врачебный осмотр детей перед проф.прививками.
* Провести обследование учащихся на гельминты и дегельминтизацию.
* Осуществлять контроль за санитарно-гигиеническими условиями обучения и воспитания учащихся (санитарное состояние помещения, освещения, температурный режим, соблюдение перемен и перерыва между сменами: правильная расстановка, маркировка парт, станков, организация самообслуживания и т.д.) уделяя внимание соблюдению режима в группах продленного дня у 6-леток.
* Проводить контроль за технологией приготовления пищи, мытьем посуды, сроками реализации продуктов и готовой пищи.
* Проводить осмотр персонала пищеблока на наличие гнойничков заболеваний, отмечая результаты в журнале.
* Организовать учет и изоляцию заболевших инфекционными болезнями школьников, проводить осмотры контактных.
* Осуществлять контроль за прохождением персонала школы медосмотра, флюорографии.

   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|   **Санитарно- просветительный**   Составить план санитарно-просветительной работы на год и каждый месяц, обеспечить его выполнение.   Проводить лекции- беседы для школьников (по плану) включая вопросы полового воспитания, антиалкогольную и антиникотиновую пропаганду.  Принять участие в организации проведения вечера, посвященного выдающимся деятелям медицины.  Принять участие в организации и проведении олимпиады здоровья.  Принять участие в выпуске санбюллетня и оформления уголка здоровья.  Организовать работу с сан.постами, активом школы (3 общественных сан.поста, по 1 посту в каждом 5 и 10 кл., подготовить по 2 санитара в 1 и 4-х классах).  Совместно с администрацией школы проводить работу с родителями:       а) беседы, лекции на тему:"Профилактика заболеваний, гигиена школьника " и др. Организовать выставку по вопросам охраны здоровья школьников.Проводить инструктаж, цикл лекций или отдел бесед с техническим персоналом школы:- о санитарном состоянии школьных помещений, пришкольного участка (воздушно-тепловой режим, освещение, отопление и уборка)- профилактика инфекционных заболеваний у школьников: личная гигиена тех.персонала.Проводить методические занятия с учителями школы в том числе:а) консультации поведения основ гигиены, программы соответствующих учебных предметов;б) лекции по вопросам гигиены и охраны здоровья школьников;в) выступление на педагогическом совета по вопросам охраны здоровья и гигиенического воспитания школьников (результаты диспансеризации детей и практические выводы, гигиеническая организация трудового и производственного обучения)г) подбор комплектов методических и наглядных пособий по гигиеническому обучению воспитания.д) приобретение медикаментов для кабинета ;е) выполнение предписанных процедур;ж) постоянный контроль за выполнением санитарных норм и предписаний органов надзора.Проведение физкультминутки в начальных классах.    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **С 06 по 18 сентября 2010 года по городу Караганды прошла «Неделя иммунизации». Учащиеся писали диктанты на тему: «Профилактика полиомиелита»**    **Диктант «Профилактика полиомиелита» для учащихся 5-11-х классов.**    ПРОФИЛАКТИКА ПОЛИОМИЕЛИТАПолиомиелит – это инфекционное заболевание, которое вызывается вирусом полиомиелита.Полиомиелитом заражаются от больного человека невакционированные или не полностью вакцинированные дети в условиях не соблюдения правил личной гигиены. Заболевание регистрируется у детей до 5 летнего возраста.Поливирус проникает в организм через рот, при употреблении загрязненной пищи или воды, а также через носовые ходы – при вдыхании. Вирус размножается в кишечнике и поражает нервную систему.Первые признаки полиомиелита: высокая температура, слабость, головная боль, рвота, реже жидкий стул и боли в конечностях. Почти один из 200 случаев заражения приводит к необратимому параличу (обычно ног). Смерть больного обычно наступает в результате параличей дыхательных мышц.Профилактика: главную роль в профилактике полиомиелита играет вакцинация:• добиться широкого охвата вакцинацией детей в возрасте от 0 до 6 лет, для того чтобы сократить число восприимчивых детей к полиомиелиту;• организовать Национальную кампанию по иммунизации на дому;• соблюдать правила личной гигиены;• также профилактика полиомиелита сводится к общесанитарным мероприятиям: улучшению качества водоснабжения, рациональному питанию, санитарной очистке населенных мест, канализации.Вакцинируя детей сразу, мы лишаем дикий полиовирус места его обитания. Полиовирус долго не живет в окружающей среде, так что без поселения в организм человека он быстро погибает.Вакцина является очень эффективным средством защиты детей от вируса на протяжении всей жизни.Согласно Календаря профилактических прививок Республики Казахстан ребенок до 1 года должен получить 3 дозы вакцины против полиомиелита, в возрасте 1 год – 4-ую дозу. Вакцинация детей против полиомиелита проводится бесплатно от 0 до 6 лет.ПОЛИОМИЕЛИТ ЯВЛЯЕТСЯ УГРОЗОЙ ДЛЯ НЕВАКЦИНИРОВАННЫХ ДЕТЕЙ ВО ВСЕМ МИРЕ!      |

**Информация**

по СОШ № 13 медработника школы Цыганковой Л.В.

Школа готовится к зиме. Во всех классах заклеили окна. Проводится профилактика по заболеваниям грипп и ОРВИ. Составлен план профилактики противоэпидемических мероприятий по борьбе с гриппом.

Сотрудники приобретают маски. В наличии достаточное количество противогриппозных средств. Вакцинация надежная защита от гриппа.