

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
**Муромский институт (филиал)**  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования  
**«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(МИ ВлГУ)**

Кафедра *ТБ*

«УТВЕРЖДАЮ»  
Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_ Д.Е. Андрианов  
\_\_\_\_\_ 25.05.2021

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

*Основы медицинских знаний и здорового образа жизни*

**Направление подготовки**

*44.03.05 Педагогическое образование (с двумя  
профилями подготовки)*

**Профиль подготовки**

*Английский язык и Немецкий язык*

| Семестр | Трудоем-<br>кость,<br>час./зач.<br>ед. | Лек-<br>ции,<br>час. | Практи-<br>ческие<br>занятия,<br>час. | Лабора-<br>торные<br>работы,<br>час. | Консультация,<br>час. | Конт-<br>роль,<br>час. | Всего<br>(контакт-<br>ная<br>работа),<br>час. | СРС,<br>час. | Форма<br>промежу-<br>точного<br>контроля<br>(экз., зач.,<br>зач. с оц.) |
|---------|--|----------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|------------------------|---|--------------|---|
| 3       | 72 / 2                                 | 16                   | 16                                    |                                      | 1,6                   | 0,25                   | 33,85   | 38,15        | Зач.  |
| Итого   | 72 / 2                                 | 16                   | 16                                    |                                      | 1,6                   | 0,25                   | 33,85   | 38,15        |   |

Муром, 2021 г.

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель дисциплины: формирование знаний в области основ медицинских знаний и здорового образа жизни.

Задачи дисциплины: привитие умений по идентификации и квантификации опасностей и навыков в определение стратегического направления предупреждения нарушения здоровья человека и оказанию первой (доврачебной) помощи пострадавшим.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

К исходным требованиям, необходимым для изучения дисциплины, относятся знания, умения и навыки, сформированные в результате изучения дисциплин: «Биология», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Анатомия человека» и других естественнонаучных дисциплин изучающихся в школе. Дисциплина является базовой для изучения таких дисциплин как "Педагогика", "Психология" и других, а так же для прохождения производственной практики и написания выпускной квалификационной работы.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

| Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)   | Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции  |  | Наименование оценочного средства |
|---|---|--|----------------------------------|
|   | Индикатор достижения компетенции  | Результаты обучения по дисциплине  |                                  |
| УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | УК-8.2 Способен предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний с учетом возрастных особенностей | Знает приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний (УК-8.2)<br>Умеет предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний с учетом возрастных особенностей (УК-8.2) | тесты                            |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

##### 4.1. Форма обучения: очная

Уровень базового образования: среднее общее.

Срок обучения 5л.

##### 4.1.1. Структура дисциплины

| №<br>п\п | Раздел (тема) дисциплины   | Семестр | Контактная работа обучающихся с педагогическим работником |                      |                     |                    |         |              |          | Самостоятельная работа | Форма текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации(по семестрам) |
|----------|--|---------|---|----------------------|---------------------|--------------------|---------|--------------|----------|------------------------|--|
|          |  |         | Лекции  | Практические занятия | Лабораторные работы | Контрольные работы | КП / КР | Консультация | Контроль |                        |  |
| 1        | Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья                  | 3       | 2   | 2                    |                     |                    |         |              |          | 7                      | отчет, промежуточное тестирование  |
| 2        | Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования ЗОЖ             | 3       |   | 2                    |                     |                    |         |              |          | 5                      | отчет, промежуточное тестирование  |
| 3        | Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Применение реанимационных мероприятий | 3       | 2   | 4                    |                     |                    |         |              |          | 2                      | отчет, промежуточное тестирование  |
| 4        | Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь                                 | 3       | 2   | 4                    |                     |                    |         |              |          | 4                      | отчет, промежуточное тестирование  |
| 5        | Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие  | 3       | 8   | 4                    |                     |                    |         |              |          | 4                      | отчет, промежуточное тестирование  |
| 6        | Микробиология, иммунология и   | 3       | 2   |                      |                     |                    |         |              |          | 16,15                  | промежуточное тестирование   |

|                  |   |    |    |    |  |  |  |     |      |       |      |
|------------------|---|----|----|----|--|--|--|-----|------|-------|------|
|                  | эпидемиология. Меры профилактики инфекционных заболеваний |    |    |    |  |  |  |     |      |       |      |
| Всего за семестр |   | 72 | 16 | 16 |  |  |  | 1,6 | 0,25 | 38,15 | Зач. |
| Итого            |   | 72 | 16 | 16 |  |  |  | 1,6 | 0,25 | 38,15 |      |

## 4.1.2. Содержание дисциплины

### 4.1.2.1. Перечень лекций

#### Семестр 3

*Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья*

##### Лекция 1.

Здоровье и факторы его формирования (2 часа).

*Раздел 3. Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Применение реанимационных мероприятий*

##### Лекция 2.

Здоровый образ жизни и его составляющие (2 часа).

*Раздел 4. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь*

##### Лекция 3.

Детский травматизм. Профилактика (2 часа).

*Раздел 5. Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие*

##### Лекция 4.

Первая медицинская помощь при кровотечениях и травматическом шоке (2 часа).

##### Лекция 5.

Первая медицинская помощь при отравлениях (2 часа).

##### Лекция 6.

Первая медицинская помощь при ранениях. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях (2 часа).

##### Лекция 7.

Реанимация. Неотложная помощь в критических ситуациях (2 часа).

*Раздел 6. Микробиология, иммунология и эпидемиология. Меры профилактики инфекционных заболеваний*

##### Лекция 8.

Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Профилактика и лечение инфекционных заболеваний (2 часа).

### 4.1.2.2. Перечень практических занятий

#### Семестр 3

*Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья*

##### Практическое занятие 1

Здоровье и факторы, его определяющие (2 часа).

*Раздел 2. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования ЗОЖ*

##### Практическое занятие 2

Состояния, требующие неотложной медицинской помощи. Тактика оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях (2 часа).

*Раздел 3. Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Применение реанимационных мероприятий*

##### Практическое занятие 3

Общий уход за пораженными и больными (2 часа).

#### **Практическое занятие 4**

Транспортная иммобилизация при повреждениях и переломах костей (2 часа).

*Раздел 4. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь*

#### **Практическое занятие 5**

Способы остановки кровотечений (2 часа).

#### **Практическое занятие 6**

Десмургия (2 часа).

*Раздел 5. Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие*

#### **Практическое занятие 7**

Первая медицинская помощь при ранениях (2 часа).

#### **Практическое занятие 8**

Лекарственные вещества и их применение (2 часа).

### **4.1.2.3. Перечень лабораторных работ**

Не планируется.

### **4.1.2.4. Перечень тем и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Перечень тем, вынесенных на самостоятельное изучение:

1. Определение понятия «здоровье». Компоненты здоровья.
2. Предболезнь, болезнь. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.
3. Общественное здоровье. Критерии оценки индивидуального здоровья.
4. Модели организации здравоохранения. Основные принципы российской системы здравоохранения.
5. Контроль за состоянием здоровья школьников.
6. Понятие об иммунитете и его виды. Показания и противопоказания к иммунизации.
7. История распространения инфекционных болезней. Инфекционный процесс. Эпидемический процесс.
8. Инфекционные болезни.
9. Основные противозидемические мероприятия.
10. Методы, виды и способы дезинфекции. Профилактика инфекционных заболеваний в школе.
11. Основные понятия о неотложных состояниях.
12. Общие правила транспортировки пострадавших.
13. Признаки неотложных состояний и первичные мероприятия: контузия, кома, обморок, коллапс; поражение электрическим током; ожоги; утопление; отморожение и переохлаждение.
14. Признаки неотложных состояний и первичные мероприятия: отравления; комы при сахарном диабете; гипертонический криз; приступ стенокардии; острые боли в животе.
15. Признаки неотложных состояний и первичные мероприятия: инородные тела; тепловой, солнечный удар (перегревание головы и тела); признаки клинической и биологической смерти.
16. Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к её применению. Постреанимационные осложнения.
17. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них. Травматический шок.
18. Раны и кровотечения: ранения грудной клетки; ранения живота.
19. Повязки их виды и способы наложения.
20. Переломы костей. Ушибы. Вывихи. Травмы и поражения глаз.
21. Биологическое и социальное в природе человека - единство и противоречие.
22. Здоровый образ жизни. Понятие и составляющие. Биологический потенциал здоровья.
23. Наследственные болезни. Генная терапия. Медико-генетическое консультирование.
24. Основные понятия и законы экологии человека. Варианты биологического действия загрязнителей окружающей среды.

25. Питьевая вода и здоровье. Экология продуктов питания. Эндоекология.
26. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся. Мотивация здоровья и ЗОЖ. Кодекс здоровья.
27. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни.
28. Двигательная активность и здоровье.
29. Питание и здоровье. Эволюционные предпосылки рационального питания. Современные основы рационального питания.
30. Умственная работоспособность и утомление. Труд и здоровье учителя. Профилактика заболеваний учителя.
31. Компьютер и здоровье.
32. Профилактика заболеваний и роль педагогов в укреплении здоровья школьников.
33. Предпосылки, стимулирующие рост потребления алкоголя - наркотического яда. Терминология наркотизма. Классификация и особенности действия на организм наркотических средств и психотропных веществ. Молодежь и наркотики.
34. Компоненты табачного дыма, формирующие наркозависимость и определяющие вредность курения.
35. Чем опасно «пассивное курение»?
36. «Девичий перекур» - угроза здоровью будущей матери и ее потомству.
37. Способы защиты от наркомании.
38. Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка.

Для самостоятельной работы используются методические указания по освоению дисциплины и издания из списка приведенной ниже основной и дополнительной литературы.

#### **4.1.2.5. Перечень тем контрольных работ, рефератов, ТР, РГР, РПР**

Не планируется.

#### **4.1.2.6. Примерный перечень тем курсовых работ (проектов)**

Не планируется.

### **5. Образовательные технологии**

Использование проблемно-ориентированного междисциплинарного подхода к изучению дисциплины предусматривает комплексное освоение основ медицинских знаний и формирования здорового образа жизни.

При проведении аудиторных занятий предполагается использование различных форм обучения:

- пассивная форма (классическая лекция);
- интерактивная форма (использование механизмов взаимодействия с учащимися и контроля усвоения знаний, например, в виде либо “лекции-беседы”, либо “лекции-дискуссии”).

### **6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

Фонды оценочных материалов (средств) приведены в приложении.

### **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.**

#### **7.1. Основная учебно-методическая литература по дисциплине**

1. Пискунов, В. А. Здоровый образ жизни : учебное пособие / В. А. Пискунов, М. Р. Максинаева, Л. П. Тупицына. — Москва : Прометей, 2012. — 86 с. — <http://www.iprbookshop.ru/18568>

2. Базеко, Н. П. Все секреты здорового питания / Н. П. Базеко, С. И. Пиманов. — 2-е изд. — Москва : Медицинская литература, 2018. — 179 с. - <http://www.iprbookshop.ru/75517>

## **7.2. Дополнительная учебно-методическая литература по дисциплине**

1. Цуркин, А. П. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. П. Цуркин, Ю. Н. Сычёв. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 320 с. - <http://www.iprbookshop.ru/10621>
2. Физическая культура в обеспечении здоровья: методические разработки / сост. А.Н. Груздев. — Тамбов: Изд-во ГОУ ВПО ТГТУ, 2011. — 16 с. - <http://window.edu.ru/resource/456/76456>
3. Сидоренко С.М., Бугаевский В.В., Ефремова В.Н., Котелевская Е.А., Клипко Е.П. Безопасность жизнедеятельности. Первая доврачебная неотложная помощь: Учебное пособие. — Краснодар: Кубанский ГАУ, 2009. — 116 с. - <http://window.edu.ru/resource/508/77508>
4. Журнал "Здоровье детей" - <http://zdd.1september.ru/>

## **7.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

В образовательном процессе используются информационные технологии, реализованные на основе информационно-образовательного портала института ([www.mivlgu.ru/iop](http://www.mivlgu.ru/iop)), и инфокоммуникационной сети института:

- предоставление учебно-методических материалов в электронном виде;
- взаимодействие участников образовательного процесса через локальную сеть института и Интернет;
- предоставление сведений о результатах учебной деятельности в электронном личном кабинете обучающегося.

Информационные справочные системы:

Достоверная научная информация по основным разделам биологии <http://www.nature.ru>

Единое окно образовательных ресурсов <http://window.edu.ru/>

Официальный сайт компании "КонсультантПлюс" <http://www.consultant.ru/>

Департамент здравоохранения Владимирской области <http://dz.avо.ru/home.html?start=7>

Программное обеспечение:

LibreOffice (Mozilla Public License v2.0)

## **7.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

[iprbookshop.ru](http://iprbookshop.ru)  
[window.edu.ru](http://window.edu.ru)  
[zdd.1september.ru](http://zdd.1september.ru)  
[nature.ru](http://nature.ru)  
[consultant.ru](http://consultant.ru)  
[dz.avо.ru](http://dz.avо.ru)  
[mivlgu.ru/iop](http://mivlgu.ru/iop)

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Лекционная аудитория

проектор SANYO PDG - DSU 20; ноутбук HP.

Лаборатория физиологии, гигиены и токсикологии

Часы песочные; термометры; система для крови; система для растворов; спиртометр сухой; ростомер; прибор «Витафон»; молоток неврологический; молоток медицинский; спиртовка; зеркало носовое; воронка стеклянная; набор шприцов; зажим винтовой; мешок реанимационный; секундомер; измеритель артериального давления мембранный ИАДМ-ОП-1-01 – 5 шт.; спирометр сухой – 5 шт.

## **9. Методические указания по освоению дисциплины**

Для успешного освоения теоретического материала обучающийся: знакомится со списком рекомендуемой основной и дополнительной литературы; уточняет у преподавателя, каким дополнительным пособиям следует отдать предпочтение; ведет конспект лекций и прорабатывает лекционный материал, пользуясь как конспектом, так и учебными пособиями.

На практических занятиях пройденный теоретический материал подкрепляется выполнением заданий по основным темам дисциплины. Занятия проводятся в учебной аудитории, используя мультимедийное оборудование. Выполнение заданий производится индивидуально в часы, предусмотренные расписанием занятий в соответствии с методическими указаниями к практическим работам. Отчет по практической работе каждый студент выполняет индивидуально с учетом рекомендаций по оформлению.

Отчет выполняется в рабочей тетради, сдается преподавателю по окончании занятия или в начале следующего занятия. Отчет должен включать пункты:

- название практической работы;
- цель работы;
- оснащение;
- задание;
- порядок работы;
- решение, развернутый ответ, таблица, ответы на контрольные вопросы (в зависимости от задания);
- вывод по работе.

Самостоятельная работа оказывает важное влияние на формирование личности будущего специалиста, она планируется обучающимся самостоятельно. Каждый обучающийся самостоятельно определяет режим своей работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием дисциплины. Он выполняет внеаудиторную работу и изучение разделов, выносимых на самостоятельную работу, по личному индивидуальному плану, в зависимости от его подготовки, времени и других условий.

Форма заключительного контроля при промежуточной аттестации – зачет. Для проведения промежуточной аттестации по дисциплине разработаны фонд оценочных средств и балльно-рейтинговая система оценки учебной деятельности студентов. Оценка по дисциплине выставляется в информационной системе и носит интегрированный характер, учитывающий результаты оценивания участия студентов в аудиторных занятиях, качества и своевременности выполнения заданий в ходе изучения дисциплины и промежуточной аттестации.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению *44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)* и профилю подготовки *Английский язык и Немецкий язык*  
Рабочую программу составил *ст. преподаватель Калиниченко М.В.*\_\_\_\_\_

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры *ТБ*

протокол № 15 от 11.05.2021 года.

Заведующий кафедрой *ТБ* \_\_\_\_\_ *Шарапов Р.В.*

(Подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии факультета

протокол № 7 от 19.05.2021 года.

Председатель комиссии ГФ \_\_\_\_\_ *Макаров М.В.*

(Подпись)

(Ф.И.О.)

**Фонд оценочных материалов (средств) по дисциплине**  
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

**1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине**

Тесты

1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп: определение понятия «здоровье»; компоненты здоровья; концепции здоровья; оздоровительные доктрины мира.
2. Основные признаки нарушения здоровья ребенка: предболезнь, болезнь; факторы, определяющие здоровье и болезнь; общественное здоровье; критерии оценки индивидуального здоровья.
3. Модели организации здравоохранения. Основные принципы российской системы здравоохранения. Охрана здоровья женщин и детей. Контроль за состоянием здоровья школьников.
4. Иммуитет, его виды.
5. Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие. Общие правила транспортировки пострадавших. Универсальная аптечка.
6. Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях: контузия; кома; обморок; коллапс.
7. Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях: поражение электрическим током; ожоги; утопление; отморожение и переохлаждение; отравления.
8. Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях: комы при сахарном диабете; гипертонический криз; приступ стенокардии; острые боли в животе; инородные тела; тепловой, солнечный удар (перегревание головы и тела).
9. Комплекс сердечн-легочной реанимации и показания к её применению: признаки клинической и биологической смерти; реанимация; постреанимационные осложнения.
10. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них: травматический шок; раны и кровотечения; ранения грудной клетки и живота; переломы костей; ушибы и вывихи; травмы и поражения глаз.
11. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема: здоровый образ жизни; биологический потенциал здоровья; наследственные болезни; генная терапия; медико-генетическое консультирование.
12. Варианты биологического действия загрязнителей окружающей среды. Питьевая вода и здоровье. Экология продуктов питания. Эндозкология.
13. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся. Мотивация здоровья и ЗОЖ.
- 14) Пять главных признаков клинической смерти:
  1. Отсутствие сознания.
  2. Сильные боли в области сердца.
  3. Широкие, не реагирующие на свет зрачки.
  4. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  5. Помутнение роговицы и появление феномена кошачьего зрачка.
  6. Стеклышко, поднесенное ко рту, не запотевают.
  7. Ворсинки ваты или пушинки, поднесенные ко рту, остаются неподвижными.
- 15) Признаки биологической смерти:
  1. Отсутствие реакции зрачков на свет.
  2. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  3. Помутнение роговицы и появление феномена кошачьего зрачка.
  4. Появление трупных пятен.
  5. Обильное кровотечение.

- 16) Комплекс сердечно-легочной реанимации включает в себя:
  1. Измерение артериального давления.
  2. Наложение на раны стерильных повязок.
  3. Наложение шин на поврежденные конечности.
  4. Прекардиальный удар.
  5. Непрямой массаж сердца.
  6. Искусственную вентиляцию легких.
- 17) Прекардиальный удар наносят:
  1. В область сердца, по левой половине грудной клетки.
  2. В область верхней трети грудины у места прикрепления ключиц.
  3. По мечевидному отростку грудины.
  4. В область нижней трети грудины на 2-4 сантиметра выше мечевидного отростка.
  5. По спине между лопатками.
  6. По левой лопатке.
- 18) Непрямой массаж сердца следует проводить:
  1. 40-80 раз в минуту.
  2. 40-80 раз в минуту, в зависимости от пола.
  3. 40-80 раз в минуту в соответствии с ритмом своего дыхания и физическими возможностями.
  4. 40-80 раз в минуту в соответствии с особенностями упругости грудной клетки пострадавшего.
- 19) Оптимальное соотношение вдохов ИВЛ и ритма надавливаний на грудину при реанимации одним спасателем:

|                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 1. На 1 вдох – 5 надавливаний.   | 3. На 1 вдох – 10 надавливаний. |
| 2. На 2 вдоха – 15 надавливаний. | 4. На 2 вдоха – 5 надавливаний. |
- 20) Для начальной стадии шока характерны:
  1. Бледность кожных покровов.
  2. Неадекватное поведение, отсутствие критичности к своему состоянию и ситуации.
  3. Апатия, адинамия.
  4. Нормальный или повышенный уровень артериального давления.
  5. Психомоторное возбуждение.
  6. Покраснение кожи лица и шеи.
  7. Резкое снижение уровня артериального давления.
  8. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  9. Состояние комы.
- 21) Для торпидной стадии шока характерны:
  1. Резкая бледность кожных покровов.
  2. Обильный холодный липкий пот.
  3. Землистый оттенок кожи с мраморным рисунком.
  4. Апатия и адинамия.
  5. Суебливость, излишняя разговорчивость.
  6. Нормальный или повышенный уровень артериального давления.
  7. Значительное снижение уровня артериального давления.
  8. Покраснение кожи и появление сыпи.
  9. Прекращение выделения мочи (анурия).
- 22) Оптимальное соотношение вдохов ИВЛ и ритма надавливаний на грудину при реанимации двумя спасателями:

1. На 1 вдох – 5 надавливаний.
  2. На 2 вдоха – 15 надавливаний.
  3. На 1 вдох – 10 надавливаний.
  4. На 2 вдоха – 5 надавливаний.
- 23) Рана очистилась от гноя. Можно...
1. Держать рану открытой.
  2. Накладывать мазовые повязки.
  3. Пропитывать рану перекисью.
- 24) У вас в группе больной с диабетом. Он теряет сознание. Пульс прощупывается. Какие мероприятия и в какой последовательности необходимо проводить.
1. Повернуть на живот, очистить рот от рвотных масс.
  2. Отпаивать густым теплым сиропом.
  3. Нанести удар по груди.
  4. Реанимация.
  5. Приложить холод к голове.
- 25) Выделите правила приближения к утопающему и его транспортировки из воды:
1. Сзади.
  2. Навстречу.
  3. За волосы или за ворот одежды.
  4. Транспортировка на спине, придерживая голову утопающего над водой.
  5. Транспортировка его на животе.
- 26) Наиболее достоверный признак отека легких:
1. Клокочущее дыхание.
  2. Нормальное дыхание, но бледный цвет лица.
  3. Сипящее дыхание.
- 27) Вдыхание кислорода через пары спирта это – наиболее эффективное средство борьбы с пенообразованием при...
1. Отеке легких.
  2. Шоке.
  3. Диабете.
- 28) Могут ли грибы и ягоды восполнить суточные энергозатраты организма человека?
1. Да.
  2. Нет.
- 29) Съедобны ли растения, выделяемые на изломе млечный сок?
1. Да.
  2. Нет.
- 30) Если не удалось установить причину отравления и явные признаки наблюдаются лишь у одного пострадавшего, следует ли проводить профилактическое промывание?
1. Да.
  2. Нет.
- 31) В каком положении должна быть голова при повторной рвоте?
1. На боку.
  2. Вниз.
  3. Вверх.

- 32) В течение какого времени необходимо срочно удалить яд из раны при укусе гадюкой?
1. До 30 мин.
  2. От 30 минут до 1 ч.
  3. От 1 ч. до 2 ч.
- 33) Тяжелый горный поход, впереди еще несколько дней, а у вас уже пузырьчатые мозоли. Какого принципа вы придерживаетесь?
1. Срежете пузырь, наложите лейкопластырь.
  2. Возьмете иголку с ниткой, смочите их в зеленке, проткнете насквозь мозоль, закрепите концы нити и наложите лейкопластырь.
- 34) Что необходимо делать при фурункуле?
- повязку.
1. Кожу вокруг места воспаления протереть настойкой йода, затем асептическую повязку.
  2. Выдавить гной, держать на открытом воздухе.
- 35) В чем заключается первая помощь при воспалении лимфатических узлов?
1. Протирать кожу спиртом.
  2. Йодом.
  3. Больному необходимы антибиотики.
  4. Больному необходимы витамины.
- 36) В чем заключается первая помощь при тепловом ударе?
1. Напоить подслащенной водой.
  2. Напоить подсоленной водой.
  3. Наложить холодный компресс на голову.
- 37) Можно ли накладывать на обожженную рану крем или мазь?
1. Да.
  2. Нет.
- 38) В чем будет заключаться первая помощь при укусе мухами и комарами?
1. Смазать место укуса мылом.
  2. ...кремом.
  3. ...другими средствами.
- 39) Сколько литров воды необходимо выпить отравившемуся?
1. 1 л.
  2. 2 л.
  3. 3 л.
  4. 4 л.
- 40) Не позже какого времени необходимо ввести сыворотку, если на то есть необходимость? Не позже чем...
1. 15 мин.
  2. 30 мин.
  3. 1 ч.
  4. 2 ч.
- 41) Следует ли прекращать движение при незначительных судорогах в ногах?
1. Да.
  2. Нет.

- 42) Какие продукты необходимо употреблять при сильном замерзании?
1. Продукты с большим содержанием жиров.
  2. ...белков.
  3. ...углеводов.
- 43) Большая теплоотдача идет от...
1. Головы.
  2. Тела.
  3. Конечностей.
- 44) При угрозе переохлаждения необходимо...
1. Отдохнуть (сон).
  2. Бодрствовать, ни в коем случае не спать.
- 45) Что такое «Нидерландский мост» и когда он применяется?
1. При переломе ребер.
  2. При переломе ног.
  3. При переломе позвоночника.
  4. При переломе таза.
- 46) Сколько времени может находиться жгут на конечности в холодное время года?
1. Не более 30 мин.
  2. Не более 1 ч.
  3. Не более 2 ч.
- 47) Инородное тело глубоко внедрилось в рану. Необходимо:
1. Извлечь его немедленно.
  2. Ни в коем случае не извлекать самостоятельно.
- 48) Поражено глазное яблоко. Сильное кровотечение. Нужно ли останавливать кровотечение путем надавливания?
1. Да.
  2. Нет.
- 49) В ране находится инородное тело. Сильное кровотечение. Надо ли извлекать инородное тело?
1. Да.
  2. Нет.
- 50) Можно ли использовать шнурок вместо жгута?
1. Да.
  2. Нет.
- 51) При почечной колике (боль в поясничной области)...
1. Принять но-шпу.
  2. Принять обычное обезболивающее.
- 52) При тепловом ударе... Выделите верное.
1. Дать жаропонижающие средства.
  2. Принять алкоголь.
  3. Принимать напитки, содержащие кофеин (кофе).
  4. Чай, давать холодное питье.

53). После удара молнии в одиноко стоящее дерево один из укрывавшихся под ним от дождя путников замертво упал. У пораженного молнией левая рука черная, обожженная по локоть; зрачки широкие, не реагирующие на свет; пульса на сонной артерии нет.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:

1. Закопать пораженного молнией в землю.
2. Нанести прекардиальный удар и приступить к сердечно-легочной реанимации.
3. Накрыть обожженную поверхность чистой тканью.
4. Поручить кому-нибудь вызвать «Спасателей».
5. Повернуть пострадавшего на живот и ждать прибытия врачей.
6. Убедиться в отсутствии реакции зрачков на свет и пульса на сонной артерии.
7. Поднести ко рту зеркальце, ватку или перышко и по запотеванию стекла и движению ворсинок определить наличие дыхания.
8. Положить холод на голову.
9. Положить холод на место ожога.
10. Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.

54) В походе туристу деревом придавило ноги. Он в сознании. В таком состоянии находится уже более двух часов.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:

1. Поднять дерево и освободить ноги.
2. Не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки.
3. Снять обувь и обложить ноги ниже препятствия бутылками и фляжками с горячей водой (воду согреть на костре).
4. Обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой.
5. Туго забинтовать ноги до места препятствия.
6. Предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса).
7. Исключить прием какой-либо жидкости.
8. Дать 2-3 таблетки анальгина.
9. Наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания.
10. Постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего.
11. Наложить импровизированные шины от подмышек до пяток.
12. Наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток.
13. Туго забинтовать ноги до паховых складок.
14. Переносить и перевозить пострадавшего на носилках даже при удовлетворительном самочувствии.

55) При неправильном использовании примуса большое количество огня попало на участки туловища. Пострадавший катается по снегу, пытаясь сбить пламя. Его рубашка на спине уже перестала тлеть, под остатками ткани видна черная кожа с множеством влажных трещин и пузырей.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:

1. Снять с пострадавшего рубашку.
2. Положить его на спину.
3. Перевернуть на живот.
4. Набрать как можно больше пакетов со снегом и положить их на спину.
5. Удалить остатки одежды и промыть кожу чистой водой.
6. Обработать обожженную поверхность спиртом, одеколоном или водкой.
7. Удалить остатки одежды и пузыри.
8. Наложить на места ожогов стерильные повязки.
9. Накрыть спину чистой простыней.
10. Предложить пострадавшему 2-3 таблетки анальгина.
11. Оросить ожог растительным маслом.

12. Густо посыпать место ожога мукой.
  13. Присыпать обожженную поверхность содой.
  14. Предложить пострадавшему обильное теплое питье.
- 56) Если нет препаратов традиционной медицины, какие из имеющихся средств вы будете использовать при промывании ран, ссадин, проколов?
1. Крепкие спиртные напитки.
  2. Спиртосодержащая парфюмерия.
  3. Горючее: бензин (автомобильный).
  4. Керосин.
  5. Сода питьевая.
  6. Уксус (эссенция).
  7. Сок чеснока или лимона.
- 57) Какими нетрадиционными (немедицинскими) средствами можно остановить капиллярное кровотечение?
1. Соком свежей свеклы.
  2. Зверобоя.
  3. Крапивы.
  4. Лопуха.
  5. Подорожника.
  6. Ромашки.
  7. Щавеля.
  8. Листьями смородины.
- 58) Путем наложения пращевидной повязки фиксируют...
1. Нижнюю челюсть.
  2. Верхнюю челюсть.
- 59) Участник попал в лавину, по всем признакам перелом костей таза. Распределите действия в хронологическом порядке:
1. Под колени положить валик.
  2. Уложить пострадавшего на ровную твердую поверхность.
  3. Ноги согнуть в коленных и тазобедренных суставах.
  4. Бедра развести немного в стороны.
- 60) Ранение живота. Как транспортировать пострадавшего?
1. На спине.
  2. На поврежденном боку.
  3. Полулежа.
  4. Сидя.
- 61) Сколько времени может находиться жгут на конечности в теплое время года?
1. Не более 30 мин.
  2. Не более 1 ч.
  3. Не более 2 ч.
- 62) Действия при ожогах:
1. Поврежденной стороне.
  2. На неповрежденной стороне.
  3. Укрывают.
  4. Держат участки ожога открытыми.
  5. Дают много жидкости.
  6. Пить запрещается.

7. Как исключение – в полулежащем положении.
- 63) Кровотечение из уха. В чем будет заключаться первая помощь?
  1. В ушную раковину тампон, смоченный перекисью водорода.
  2. Принять дицинон.
  3. Принять полулежащее положение, наклонив голову в сторону больного уха.
- 64) В чем заключается первая помощь при изжоге?
  1. Принять гастрал.
  2. Принять простое обезболивающее и слабительные таблетки.
  3. Есть молочные каши (рисовая, манная...).
- 65) Первая помощь при подозрении на аппендицит.
  1. Абсолютный голод.
  2. Дать слабительные средства.
  3. Нельзя пить.
  4. Транспортировать в положении сидя или на боку.
  5. Транспортировать лежа.
  6. Но-шпа при усиливающихся болях.
66. Информация, воспринимаемая органами чувств через первую сигнальную систему, называется...
  - А) вербальной
  - Б) сенсорной
  - В) индифферентной
  - Г) структурной
67. Нормой называется...
  - А) стадия функциональной готовности организма к развитию заболевания
  - Б) латентный, скрытый период болезни
  - В) жизнедеятельность организма, которая выражается в изменении функций
  - Г) биологический оптимум живой системы
68. Химическую преграду чужеродным веществам, попадающим в желудочно-кишечный тракт создает...
  - А) интерферон
  - Б) инсулин
  - В) лимфоциты
  - Г) соляная кислота
69. Повышение температуры тела до 38-39°C, появлении боли при глотании и жевании, припухлость околоушных желез с одной или обеих сторон являются характерными симптомами..
  - А) скарлатины
  - Б) эпидемического паротита (свинки)
  - В) стоматита
  - Г) дифтерии
70. Нитроглицерин является основным средством...
  - А) купирования приступа бронхиальной астмы
  - Б) снижения артериального давления
  - В) купирования приступа болей в области сердца
  - Г) снижения сахара в крови
71. От появления предвестников до смертельного исхода может пройти всего несколько часов при развитии \_\_\_\_\_ комы
  - А) диабетической
  - Б) печеночной
  - В) гипогликемической

- Г) гипергликемической
72. К достоверным признакам биологической смерти не относится
- А) появление трупных пятен
  - Б) появление симптома «кошачьего глаза»
  - В) отсутствие реакции зрачка на свет
  - Г) признаки высыхания роговицы
73. Минимальный срок проведения непрямого массажа сердца даже при отсутствии признаков его эффективности
- А) 1 час
  - Б) 5 мин.
  - В) 15-20 мин
  - Г) 10 мин
74. Механическое нарушение целостности кожных покровов , слизистых оболочек на всю их глубину – это ...
- А) рана
  - Б) кровоподтек
  - В) царапина
  - Г) ссадина
75. При наружном капиллярном и умеренном венозном кровотечении противопоказано...
- А) накладывать артериальный жгут
  - Б) накладывать тугую асептическую повязку
  - В) придавать конечности возвышенное положение
  - Г) прикладывать к поврежденному месту холод
76. Боль в спине даже при полной неподвижности, непроизвольное вытягивание рук вверх, выше головы потеря контроля над телом, в тяжелых случаях – нарушение дыхания и параличи верхних и нижних конечностей – это симптомы возможного перелома....
- А) позвоночника
  - Б) тазовых костей
  - В) бедренной кости
  - Г) костей черепной коробки
77. При тяжелом отравлении угарным газом необходимо...
- А) согреть пострадавшего и дать обильное питье
  - Б) вывести пострадавшего на чистый воздух
  - В) обтереть кожу влажной салфеткой
  - Г) приступить к непрямому массажу сердца
78. Решающее значение в регулировании масштаба эпидемического процесса величина которого зависит от степени выраженности иммунитета и уровня санитарной культуры населения, имеет..
- А) восприимчивое население
  - Б) вирулентность возбудителя
  - В) механизм передачи возбудителя
  - Г) эпидемический очаг
79. Назовите механические травмы мягких тканей:
1. Ушибы.
  2. Отморожения.
  3. Сотрясения.
  4. Растяжения.
  5. Ожоги.
  6. Кома.
  7. Разрывы.
  8. Сдавления.
  9. Шок.

80. Последовательность мероприятий ПМП при травмах мягких тканей:
1. Тугая повязка на поврежденную область.
  2. Промыть желудок.
  3. Холод к месту повреждения.
  4. Иммобилизация при обширных ушибах, разрывах мышц, связок.
  5. Обезболивание.
  6. Возвышенное положение поврежденной конечности.
81. Травма, характеризующаяся чрезмерным смещением суставных поверхностей, образующих сустав, относительно друг друга, называется:
1. Ушиб.
  2. Растяжение.
  3. Вывих.
  4. Перелом.
  5. Укус.
82. При каких ранах чаще всего остаются незамеченными повреждения глубжележащих органов (сосудов, нервов, внутренних органов):
1. Колотые.
  2. Резаные.
  3. Рубленые.
  4. Ушибленные.
  5. Рваные.
  6. Укушенные.
83. Назовите последовательность выполнения мероприятий ПМП при ранениях:
1. Иммобилизация (фиксация) поврежденной части тела.
  2. Обезболивание.
  3. Осуществить туалет раны.
  4. Наложить асептическую повязку.
  5. Остановка кровотечения.
  6. Транспортировка в лечебное учреждение для оказания квалифицированной врачебной помощи.
84. Возможным осложнением укушенных ран является:
1. Сибирская язва.
  2. Гепатит.
  3. Бешенство.
  4. Чума.
  5. Дизентерия.
  6. Брюшной тиф.
85. Вирус бешенства попадает в организм человека при укусе:
1. Собаки, волка, лисы.
  2. Кошки, рыси.
  3. Летучей мыши.
  4. Барсука, хорька, горностая.
86. Возможным осложнением всех случайных ран (в случае загрязнения почвой) является:
1. Сибирская язва.
  2. Гепатит.
  3. Чума.
  4. Дизентерия.
  5. Брюшной тиф.
  6. Столбняк.

87. Первая помощь при укусе змеи:
1. Наложить жгут выше места укуса.
  2. Надрезать ранку и отсосать яд.
  3. Успокоить пострадавшего, не позволять ему двигаться.
  4. Наложить на место укуса холодный компресс или чистую влажную давящую повязку.
  5. Закапать 5-6 капель сосудосуживающих капель в нос и в ранку от укуса
  6. Дать внутрь противоаллергическое средство (димедрол, супрастин).
  7. Как можно быстрее доставить пострадавшего в медицинское учреждение, так как укушенный должен получить соответствующее противоядие в течение 4 часов после укуса.
88. Признаки отравления:
1. Резкая слабость.
  2. Головокружение, головная боль.
  3. Повышенная температура тела, озноб.
  4. Боль в животе.
  5. Тошнота, рвота, понос.
  6. Возбуждение.
  7. Боль в нижней части живота.
89. ПМП при отравлении и изжоге:
1. Выпить 3-4 стакана кипяченной подкрашенной марганцовкой воды и вызвать рвоту.
2. Выпить 6 стаканов кипяченой воды.
  3. Дать 1 стакан кипяченой воды.
  4. Повторное промывание желудка.
  5. Прием большого количества сладкой жидкости.
  6. Выпить 10 таблеток активированного угля.
  7. Выпить 15 таблеток активированного угля.
  8. При изжоге – кислые продукты, сладости.
  9. При изжоге – рисовая, гречневая, манная каши.
  10. Тепло к животу.
  11. При изжоге – слабительные таблетки.
90. ПМП при болях в животе:
1. Но-шпа.
  2. Фуразолидон.
  3. Энтеросептол.
  4. Левомецитин.
91. ПМП при кишечных инфекциях:
1. Но-шпа.
  2. Фуразолидон.
  3. Энтеросептол.
  4. Левомецитин.
92. Признаки хирургических заболеваний (аппендицита):
1. Тошнота, реже рвота.
  2. Боли в правой нижней половине живота.
  3. Схватки в данной области.
  4. Жидкий стул.
93. ПМП при подозрении на хирургические заболевания:

1. Голод.
2. Обильное теплое питье.
3. Прием слабительного.
4. Обильное холодное питье.
5. Транспортировка в положении лежа.
6. Транспортировка в положении сидя.
94. Выделите признаки переутомления:
  1. Головная боль.
  2. Головокружение.
  3. Слабость.
  4. Сонливость или, наоборот, невозможность заснуть.
  5. Тошнота.
  6. Эмоциональная неустойчивость (плаксивость, раздражительность). Создает предпосылки для возникновения простудных и обострения хронических заболеваний.
  7. Активная позиция, желание все выполнять самостоятельно и быстро.
95. ПМП при переутомлении:
  1. Заключается в обеспечении 10-12-часового отдыха.
  2. 3 дня отдыха.
  3. Высококалорийная, лучше горячая пища, горячий, сладкий некрепкий чай.
  4. Можно 20-100 г алкоголя, легкие успокоительные (валериана, пустырник, при невозможности заснуть – корвалол).
  5. Комфортное место в палатке. Полезен массаж, растирание стоп «Звездочкой».
  6. Следует избегать переохлаждения, не пить кофе, не есть шоколад.
  7. После отдыха можно воспользоваться легкими стимуляторами (женьшень, элеутерококк, янтарная кислота... – см. аптечка).
  8. Если необходимо гарантированно привести больного в работоспособное состояние, рекомендуется приставить к нему куратора для наблюдения за лечением и психологической разгрузки.
  9. Употреблять большое количество кофе и шоколада.
96. Признаки нервного срыва:
  1. От беспричинной назойливой веселости, до истерического состояния.
  2. Обычно раздражительность, экспрессивность, неадекватно бурная реакция на происходящее вокруг, плаксивость, перепады настроения.
  3. Бессонница.
  4. Апатия.
  5. Отсутствие аппетита.
  6. Сильный аппетит.
97. ПМП при нервном срыве:
  1. Разговорить пострадавшего, помочь «выплеснуть эмоции».
  2. Дать некрепкого чая, по необходимости – покормить.
  3. Можно сделать массаж.
  4. Иногда помогает полчаса – час совместной не слишком тяжелой физической работы (приготовление пищи, складывание дров, собирание ягод и т.д.).
  5. Потом лучше дать больному уснуть. Если не получается заснуть – 20-40 капель корвалола или таблетка супрастина или димедрола.
  6. Алкоголь.
98. Наибольшую опасность при ушибах головы представляют повреждения...
  1. Лица.
  2. Мозга.
  3. Костей черепа.

99. Каких правил стоит придерживаться при транспортировке пострадавшего силами группы?

1. Идти в ногу.
2. Идти не в ногу.
3. При спуске с горы идущие впереди должны поднимать носилки выше, а идущие сзади нести их на вытянутых руках.
4. При спуске с горы идущие впереди должны нести их на вытянутых руках, идущие сзади – нести их на вытянутых руках....
5. При подъеме в гору передние несут носилки на вытянутых руках, а задние поднимают их выше.
6. При подъеме в гору передние поднимают носилки выше, задние – держат на вытянутых руках.

100. Закаливание – это ...

А) система профилактических мероприятий, направленных на сопротивляемость организма неблагоприятным факторам окружающей среды.

Б) система мероприятий, направленных на выработку специфического иммунитета к различным возбудителям заболеваний.

В) адаптация организма к условиям внешней среды.

101. Перечислите виды оздоровительного закаливания

А) Аэротерапия

Б) Гелиотерапия

В) Хождение босиком

Г) Акваотерапия

Д) все ответы верны

102. Гиподинамия – это...

А) снижение нагрузки на мышцы и ограничение общей двигательной активности организма.

Б) усиление двигательной нагрузки на мышцы

В) нет правильного ответа

103. Здоровье – это....

А) состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.

Б) качественная характеристика, складывающаяся из набора количественных параметров: антропометрических, физических, биохимических, биологических и других биомаркеров.

В) все ответы верны.

104. Здоровый образ жизни – это....

А) образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Б) это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания, физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.

В) глобальный социальный аспект, составная часть жизни общества в целом.

Г) предпосылка для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций

Д) все ответы верны

105. Врожденный иммунитет – это ....

А) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

Б) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

В) может создаваться с помощью антител матери, которые поступают к плоду во время беременности, а потом и при грудном вскармливании уже к ребенку.

106. Приобретенный иммунитет – это ...

А) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

Б) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

В) может создаваться с помощью антител матери, которые поступают к плоду во время беременности, а потом и при грудном вскармливании уже к ребенку.

107. Естественный иммунитет – это....

А) может создаваться с помощью антител матери, которые поступают к плоду во время беременности, а потом и при грудном вскармливании уже к ребенку.

Б) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

В) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

108. Искусственный иммунитет – это ...

А) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

Б) обретаётся организмом после вакцинации или в результате введения особого вещества – лечебной сыворотки.

В) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

109. Предболезнью называется...

А) нарушение строения органов и тканей

Б) латентный скрытый период болезни

В) жизнедеятельность организма, которая выражается в изменении функций

Г) стадия функциональной готовности организма к развитию заболевания

Д) все ответы верны кроме А,В

110. Здоровое питание это...

Трудновыполнимые диеты

Экзотические продукты

Употребление в достаточном количестве свежих овощей и фруктов

111. Очень важно, чтобы каждое утро начиналось с...

Улыбки

Зарядки

Плотной пищи

112. Укажите неправильный ответ:

Нужно избегать больших объемов пищи за один приём

Есть нужно не спеша, тщательно пережевывая пищу

Редкие приёмы пищи полезны нашему организму

113. Продолжите фразу Владимира Леви «Жизнь делает жизнью...»

Движение

Излишества

Ожидания

114. Для того, чтобы сон стал крепким, нужно перед сном...

Послушать приятную музыку

Сделать массаж

Дать волю своим эмоциям

115. Продолжите фразу: «Солнце, воздух и (...) — наши лучшие друзья»

Сытная пища

Сила воли

Вода

116. Для того, чтобы быть здоровым, необходимо...

Всё время себя подстёгивать

Заниматься спортом

Правильно питаться

117. Какая пища вредна для нашего организма?

Пареная

Сырая

Жареная

118. Влажное обтирание полезно...

После переохлаждения

Для закаливания

Во время озноба

119. Какая пища не пойдёт впредь?

«На скорую руку»

Всухомятку

Тщательно пережеванная

120. В день нужно съедать минимум (...) свежих овощей и фруктов

Триста грамм

Полкилограмма

Два килограмма

121. Для предотвращения переутомления необходимо:

Чередовать труд и отдых

С утра выполнить большой объем работы

Соблюдать последовательность в работе и учебе

122. Что экономит время и силы?

Удобное хорошо проветриваемое рабочее место

Чередование напряжения с расслаблением

Постоянное перекусывание

123. Для вторичного потока дыма, выбрасываемого при выкуривании сигареты, характерно то, что он...

А) отходит от сигареты вне затяжек

Б) создает условия для пассивного курения

В) содержит минимальные концентрации вредных газов

Г) абсолютно безвреден

124. Малоподвижный образ жизни отрицательно влияет, в первую очередь на...

а) Сердце

б) Голени

в) Плечи

125. Какие положения входят в кодекс «Здоровый образ жизни»?

А) Общение с природой

Б) Стремление к радости

В) Саможаление

126. Всем больным с острыми болями в животе, до осмотра врача недопустимо принимать любые \_\_\_\_\_ средства. (слово введите в форме соответствующего падежа)

127. При засорении глаз. Выделите верные действия.

1. Вытаскивать руками.

2. Для извлечения использовать вату.

3. Пострадавшего заставляют смотреть прямо, вверх и большим пальцем оттягивая край века книзу, извлекают соринку.

4. Извлекать соринку уголком чистого носового платка.

128. В случае обнаружения клеща можно использовать следующие способы:

1. Смазать его каким – либо жиром или маслом, крутя пинцетом снять с кожи.

2. Обхватить ниткой в петлю и выдернуть.

3. Обратиться в медпункт, не вытаскивать самостоятельно (до медпункта несколько часов).

4. Снять руками с тела.

129. Признаки растяжения:

1. Боль.
2. Отек.
3. Нет отека.
4. Движения возможны, но болезненны.
5. Движения невозможны.
130. Признаки вывиха:
  1. Деформация в области сустава.
  2. Движения в суставе невозможны.
  3. Движения в суставе возможны, но болезненны.
131. Первая помощь при подозрении на аппендицит.
  1. Абсолютный голод.
  2. Дать слабительные средства.
  3. Нельзя пить.
  4. Транспортировать в положении сидя или на боку.
  5. Транспортировать лежа.
  6. Но-шпа при усиливающихся болях.
132. При почечной колике (боль в поясничной области)...
  1. Принять но-шпу.
  2. Принять обычное обезболивающее.
133. При тепловом ударе... Выделите верное.
  1. Дать жаропонижающие средства.
  2. Принять алкоголь.
  3. Принимать напитки, содержащие кофеин (кофе).
  4. Чай, давать холодное питье.
134. Выделите болезнь, которая может выражаться в следующих комплексных признаках: охлаждением, горной болезнью, переутомлением, травмой, наличием хронических инфекций, сопровождаться одышкой, слабостью, жаром, ознобом, болями в области груди, румянцем на щеках, синюшностью носа, частым пульсом, температурой до 39 гр.
  1. Бронхит.
  2. Воспаление легких.
  3. Переохлаждение.
  4. Обморожение.
  5. Астма.
  6. Обычная простуда.
135. Три действия первой помощи при отморожении:
  1. Протереть спиртом.
  2. Наложение стерильной повязки.
  3. Транспортировка в больницу.
  4. Наложение маевой повязки.
136. Достоверные признаки синдрома длительного сдавливания после извлечения из завала:
  1. Улучшение состояния.
  2. Ухудшение состояния сразу после освобождения.
  3. Появление розовой или красной мочи.
  4. Снижение температуры тела.
137. Выделите три фазы обморожения:
  1. Фаза приспособительных реакций (мышечная дрожь, учащение дыхания и пульса, бледность кожи).
  2. Фаза возбуждения (пульс частый, морозит).
  3. Фаза ступорозная (сонливость, дрожь исчезает, обманчивое ощущение тепла, пульс реже, дыхание поверхностное).
  4. Фаза угасания жизненных функций – теряет сознание, наступают судороги, окоченение, смерть при отсутствии помощи).
138. Два признака внезапной смерти...

1. Нет сознания.
2. Нет пульса.
3. Трупные пятна.
139. Выделите 3 признака истинного утопления:
  1. Синюшность кожи.
  2. Бледность кожи.
  3. Пена изо рта.
  4. Сильное набухание сосудов шеи.
  5. Небольшой отек шеи не наблюдается.
140. Выделите признаки переохлаждения:
  1. Озноб и дрожь.
  2. Нарушение сознания (апатия, заторможенность, бред, неадекватность).
  3. Заторможенности не наблюдается, адекватные реакции соблюдаются.
  4. Посинение или побледнение губ.
  5. Низкая температура.
  6. Повышенная температура тела.
141. Недопустимо накладывать шины на ноги, если:
  1. Пострадавший лежит в «позе лягушки».
  2. Из конечностей течет кровь.
  3. Если нога болтается.
142. Три признака бледного утопления:
  1. Бледность кожи.
  2. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  3. Иногда пена изо рта.
  4. Нет сознания, но есть пульс.
143. При появлении озноба и мышечной боли:
  1. Согреть, предложить теплое питье или пищу с большим содержанием сахара.
  2. Необходима пища с большим содержанием белков.
  3. ...жиров.
144. В какое помещение необходимо доставить пострадавшего с обморожением?
  1. В хорошо протопленное.
  2. Прохладное.
145. Выделите признаки обморока:
  1. Потеря сознания на 5-6 мин.
  2. Потеря сознания на 3-4 мин.
  3. Слабость, головокружение.
  4. Звон в ушах.
  5. Потемнение в глазах.
  6. Бред, галлюцинации.
  7. Апатия или возбуждение.
146. Какое количество времени длится кратковременная потеря сознания?
  1. 1 – 2 мин.
  2. 3 – 4 мин.
  3. 5 – 6 мин.
147. Только больные дикие животные осмеливаются приблизиться к человеческому жилью. Укусы каких частей тела более опасны?
  1. Рук и лица.
  2. Ног.
  3. Туловища.
  4. Шеи.
148. При попадании инородного тела в верхние дыхательные пути необходимо:
  1. Ударить кулаком по спине.
  2. ...ребром ладони по лопатке.
  3. ...раскрытой ладонью между лопатками.

149. При укусе змеи недопустимо:
  1. Накладывать жгут на конечность.
  2. Принимать алкоголь даже в небольших дозах.
  3. Накладывать шину на укушенную конечность.
  4. Предлагать обильное сладкое питье.
150. Что подразумевается под торпидной стадией шока?
  1. Состояние шока, заканчивающееся смертью.
  2. Обратимое состояние шока, заканчивающееся улучшением состояния организма.
151. Что подразумевается под «шоковыми органами»?
  1. Органы, которые в большей степени страдают во время шока.
  2. Органы, на которые шок совершенно не влияет.
  3. Органы, которые в большей степени страдают в дальнейшем после шока.
152. Алгоритм оказания первой медицинской помощи в случае появления признаков отека легких. Выделите последовательность действий:
  1. Усадить.
  2. Наложить жгуты на бедра.
  3. Наладить дыхание кислорода через пары спирта.
  4. Приложить тепло к стопам.
153. В каких случаях в результате утопления шансы на выживание крайне малы?
  1. При нахождении под водой более 3-4 мин.
  2. При частых судорогах и рвоте.
  3. При длительном пребывании в коме.
  4. При нахождении под водой более 10 мин.
  5. При выделении розовой пены из дыхательных путей.
154. Стадии асфиксии:
  1. Кашляет и краснеет.
  2. Слезы.
  3. Рвота.
  4. Кашляет и бледнеет.
  5. Выделение пены изо рта.

#### Общее распределение баллов текущего контроля по видам учебных работ для студентов

|  |  |    |
|--|--|----|
| Рейтинг-контроль 1                                   | 2 практических работы, промежуточный тест. | 26 |
| Рейтинг-контроль 2                                   | 3 практических работы, промежуточный тест. | 32 |
| Рейтинг-контроль 3                                   | 3 практических работы, промежуточный тест. | 32 |
| Посещение занятий студентом                          |  | 8  |
| Дополнительные баллы (бонусы)                        |  | 0  |
| Выполнение семестрового плана самостоятельной работы |  | 2  |

## 2. Промежуточная аттестация по дисциплине

### Перечень вопросов к экзамену / зачету / зачету с оценкой.

### Перечень практических задач / заданий к экзамену / зачету / зачету с оценкой (при наличии)

Тесты:

УК-8:

Блок 1 (знать)

1. Информация, воспринимаемая органами чувств через первую сигнальную систему, называется...

- А) вербальной
- Б) сенсорной
- В) индифферентной
- Г) структурной

2. Нормой называется...

- А) стадия функциональной готовности организма к развитию заболевания
- Б) латентный, скрытый период болезни
- В) жизнедеятельность организма, которая выражается в изменении функций
- Г) биологический оптимум живой системы

3. Химическую преграду чужеродным веществам, попадающим в желудочно-кишечный тракт создает...

- А) интерферон
- Б) инсулин
- В) лимфоциты
- Г) соляная кислота

4. Повышение температуры тела до 38-39°C, появлении боли при глотании и жевании, припухлость околоушных желез с одной или обеих сторон являются характерными симптомами..

- А) скарлатины
- Б) эпидемического паротита (свинки)
- В) стоматита
- Г) дифтерии

5. Нитроглицерин является основным средством...

- А) купирования приступа бронхиальной астмы
- Б) снижения артериального давления
- В) купирования приступа боли в области сердца
- Г) снижения сахара в крови

6. От появления предвестников до смертельного исхода может пройти всего несколько часов при развитии \_\_\_\_\_ комы

- А) диабетической
- Б) печеночной
- В) гипогликемической
- Г) гипергликемической

7. К достоверным признакам биологической смерти не относится

- А) появление трупных пятен
- Б) появление симптома «кошачьего глаза»
- В) отсутствие реакции зрачка на свет
- Г) признаки высыхания роговицы

8. Минимальный срок проведения непрямого массажа сердца даже при отсутствии признаков его эффективности

- А) 1 час
- Б) 5 мин.
- В) 15-20 мин

Г) 10 мин

9. Механическое нарушение целостности кожных покровов , слизистых оболочек на всю их глубину – это ...

А) рана

Б) кровоподтек

В) царапина

Г) ссадина

10. При наружном капиллярном и умеренном венозном кровотечении противопоказано...

А) накладывать артериальный жгут

Б) накладывать тугую асептическую повязку

В) придавать конечности возвышенное положение

Г) прикладывать к поврежденному месту холод

11. Боль в спине даже при полной неподвижности, непроизвольное вытягивание рук вверх, выше головы потеря контроля над телом, в тяжелых случаях – нарушение дыхания и параличи верхних и нижних конечностей – это симптомы возможного перелома....

А) позвоночника

Б) тазовых костей

В) бедренной кости

Г) костей черепной коробки

12. При тяжелом отравлении угарным газом необходимо...

А) согреть пострадавшего и дать обильное питье

Б) вывести пострадавшего на чистый воздух

В) обтереть кожу влажной салфеткой

Г) приступить к непрямому массажу сердца

13. Решающее значение в регулировании масштаба эпидемического процесса величина которого зависит от степени выраженности иммунитета и уровня санитарной культуры населения, имеет..

А) восприимчивое население

Б) вирулентность возбудителя

В) механизм передачи возбудителя

Г) эпидемический очаг

14. Закаливание – это ...

А) система профилактических мероприятий, направленных на сопротивляемость организма неблагоприятным факторам окружающей среды.

Б) система мероприятий, направленных на выработку специфического иммунитета к различным возбудителям заболеваний.

В) адаптация организма к условиям внешней среды.

15. Перечислите виды оздоровительного закаливания

А) Аэротерапия

Б) Гелиотерапия

В) Хождение босиком

Г) Акватерапия

Д) все ответы верны

16. Гиподинамия – это...

А) снижение нагрузки на мышцы и ограничение общей двигательной активности организма.

Б) усиление двигательной нагрузки на мышцы

В) нет правильного ответа

17. Здоровье – это....

А) состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.

Б) качественная характеристика, складывающаяся из набора количественных параметров: антропометрических, физических, биохимических, биологических и других биомаркеров.

В) все ответы верны.

18. Здоровый образ жизни – это....

А) образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Б) это концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью соответствующего питания. физической подготовки, морального настроя и отказа от вредных привычек.

В) глобальный социальный аспект, составная часть жизни общества в целом.

Г) предпосылка для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций

Д) все ответы верны

19. Врожденный иммунитет – это ....

А) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

Б) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

В) может создаваться с помощью антител матери, которые поступают к плоду во время беременности, а потом и при грудном вскармливании уже к ребенку.

20. Приобретенный иммунитет – это ...

А) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

Б) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

В) может создаваться с помощью антител матери, которые поступают к плоду во время беременности, а потом и при грудном вскармливании уже к ребенку.

21. Естественный иммунитет – это....

А) может создаваться с помощью антител матери, которые поступают к плоду во время беременности, а потом и при грудном вскармливании уже к ребенку.

Б) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

В) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

22. Искусственный иммунитет – это ...

А) генотипический признак организма, передающийся по наследству.

Б) обретается организмом после вакцинации или в результате введения особого вещества – лечебной сыворотки.

В) фенотипический признак, сопротивляемость чужеродным агентам, которая формируется после вакцинирования или перенесенного организмом инфекционного заболевания

23. Предболезнью называется...

А) нарушение строения органов и тканей

Б) латентный скрытый период болезни

В) жизнедеятельность организма, которая выражается в изменении функций

Г) стадия функциональной готовности организма к развитию заболевания

Д) все ответы верны кроме А,В

24. Здоровое питание это...

Трудновыполнимые диеты

Экзотические продукты

Употребление в достаточном количестве свежих овощей и фруктов

Блок 2 (уметь)

- 1) Пять главных признаков клинической смерти:
  1. Отсутствие сознания.
  2. Сильные боли в области сердца.
  3. Широкие, не реагирующие на свет зрачки.
  4. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  5. Помутнение роговицы и появление феномена кошачьего зрачка.
  6. Стеклышко, поднесенное ко рту, не запотевают.
  7. Ворсинки ваты или пушинки, поднесенные ко рту, остаются неподвижными.
  
- 2) Признаки биологической смерти:
  1. Отсутствие реакции зрачков на свет.
  2. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  3. Помутнение роговицы и появление феномена кошачьего зрачка.
  4. Появление трупных пятен.
  5. Обильное кровотечение.
  
- 3) Комплекс сердечно-легочной реанимации включает в себя:
  1. Измерение артериального давления.
  2. Наложение на раны стерильных повязок.
  3. Наложение шин на поврежденные конечности.
  4. Прекардиальный удар.
  5. Непрямой массаж сердца.
  6. Искусственную вентиляцию легких.
  
- 4) Прекардиальный удар наносят:
  1. В область сердца, по левой половине грудной клетки.
  2. В область верхней трети грудины у места прикрепления ключиц.
  3. По мечевидному отростку грудины.
  4. В область нижней трети грудины на 2-4 сантиметра выше мечевидного отростка.
  5. По спине между лопатками.
  6. По левой лопатке.
  
- 5) Непрямой массаж сердца следует проводить:
  1. 40-80 раз в минуту.
  2. 40-80 раз в минуту, в зависимости от пола.
  3. 40-80 раз в минуту в соответствии с ритмом своего дыхания и физическими возможностями.
  4. 40-80 раз в минуту в соответствии с особенностями упругости грудной клетки пострадавшего.
  
- 6) Оптимальное соотношение вдохов ИВЛ и ритма надавливаний на грудину при реанимации одним спасателем:
 

|                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| 1. На 1 вдох – 5 надавливаний.   | 3. На 1 вдох – 10 надавливаний. |
| 2. На 2 вдоха – 15 надавливаний. | 4. На 2 вдоха – 5 надавливаний. |
  
- 7) Для начальной стадии шока характерны:
  1. Бледность кожных покровов.
  2. Неадекватное поведение, отсутствие критичности к своему состоянию и ситуации.
  3. Апатия, адинамия.
  4. Нормальный или повышенный уровень артериального давления.
  5. Психомоторное возбуждение.
  6. Покраснение кожи лица и шеи.

7. Резкое снижение уровня артериального давления.
  8. Отсутствие пульса на сонной артерии.
  9. Состояние комы.
- 8) Для торпидной стадии шока характерны:
    1. Резкая бледность кожных покровов.
    2. Обильный холодный липкий пот.
    3. Землистый оттенок кожи с мраморным рисунком.
    4. Апатия и адинамия.
    5. Суетливость, излишняя разговорчивость.
    6. Нормальный или повышенный уровень артериального давления.
    7. Значительное снижение уровня артериального давления.
    8. Покраснение кожи и появление сыпи.
    9. Прекращение выделения мочи (анурия).
  - 9) Оптимальное соотношение вдохов ИВЛ и ритма надавливаний на грудину при реанимации двумя спасателями:
    1. На 1 вдох – 5 надавливаний.
    2. На 2 вдоха – 15 надавливаний.
    3. На 1 вдох – 10 надавливаний.
    4. На 2 вдоха – 5 надавливаний.
    13. Рана очистилась от гноя. Можно...
      1. Держать рану открытой.
      2. Накладывать мазовые повязки.
      3. Пропитывать рану перекисью.
  - 10) У вас в группе больной с диабетом. Он теряет сознание. Пульс прощупывается. Какие мероприятия и в какой последовательности необходимо проводить.
    1. Повернуть на живот, очистить рот от рвотных масс.
    2. Отпаивать густым теплым сиропом.
    3. Нанести удар по груди.
    4. Реанимация.
    5. Приложить холод к голове.
  - 11) Выделите правила приближения к утопающему и его транспортировки из воды:
    1. Сзади.
    2. Навстречу.
    3. За волосы или за ворот одежды.
    4. Транспортировка на спине, придерживая голову утопающего над водой.
    5. Транспортировка его на животе.
  - 12) Наиболее достоверный признак отека легких:
    1. Клокочущее дыхание.
    2. Нормальное дыхание, но бледный цвет лица.
    3. Сипящее дыхание.
  - 13) Вдыхание кислорода через пары спирта это – наиболее эффективное средство борьбы с пенообразованием при...
    1. Отеке легких.
    2. Шоке.
    3. Диабете.
  - 14) Могут ли грибы и ягоды восполнить суточные энергозатраты организма человека?

1. Да.
  2. Нет.
- 
- 15) Съедобны ли растения, выделяемые на изломе млечный сок?
    1. Да.
    2. Нет.
- 
- 16) Если не удалось установить причину отравления и явные признаки наблюдаются лишь у одного пострадавшего, следует ли проводить профилактическое промывание?
    1. Да.
    2. Нет.
- 
- 17) В каком положении должна быть голова при повторной рвоте?
    1. На боку.
    2. Вниз.
    3. Вверх.
- 
- 18) В течение какого времени необходимо срочно удалить яд из раны при укусе гадюкой?
    1. До 30 мин.
    2. От 30 минут до 1 ч.
    3. От 1 ч. до 2 ч.
- 
- 19) Тяжелый горный поход, впереди еще несколько дней, а у вас уже пузырьчатые мозоли. Какого принципа вы придерживаетесь?
    1. Срежете пузырь, наложите лейкопластырь.
    2. Возьмете иголку с ниткой, смочите их в зеленке, проткнете насквозь мозоль, закрепите концы нити и наложите лейкопластырь.
- 
- 20) Что необходимо делать при фурункуле?
    1. Кожу вокруг места воспаления протереть настойкой йода, затем асептическую повязку.
    2. Выдавить гной, держать на открытом воздухе.
- 
- 21) В чем заключается первая помощь при воспалении лимфатических узлов?
    1. Протирать кожу спиртом.
    2. Йодом.
    3. Больному необходимы антибиотики.
    4. Больному необходимы витамины.
- 
- 22) В чем заключается первая помощь при тепловом ударе?
    1. Напоить подслащенной водой.
    2. Напоить подсоленной водой.
    3. Наложить холодный компресс на голову.
- 
- 23) Можно ли накладывать на обожженную рану крем или мазь?
    1. Да.
    2. Нет.
- 
- 24) В чем будет заключаться первая помощь при укусе мухами и комарами?
    1. Смазать место укуса мылом.
    2. ...кремом.
    3. ...другими средствами.

- 25) Сколько литров воды необходимо выпить отравившемуся?
1. 1 л.
  2. 2 л.
  3. 3 л.
  4. 4 л.
- 26) Не позже какого времени необходимо ввести сыворотку, если на то есть необходимость? Не позже чем...
1. 15 мин.
  2. 30 мин.
  3. 1 ч.
  4. 2 ч.
- 27) Следует ли прекращать движение при незначительных судорогах в ногах?
1. Да.
  2. Нет.
- 28) Какие продукты необходимо употреблять при сильном замерзании?
1. Продукты с большим содержанием жиров.
  2. ...белков.
  3. ...углеводов.
- 29) Большая теплоотдача идет от...
1. Головы.
  2. Тела.
  3. Конечностей.
- 30) При угрозе переохлаждения необходимо...
1. Отдохнуть (сон).
  2. Бодрствовать, ни в коем случае не спать.
- 31) Что такое «Нидерландский мост» и когда он применяется?
1. При переломе ребер.
  2. При переломе ног.
  3. При переломе позвоночника.
  4. При переломе таза.
- 32) Сколько времени может находиться жгут на конечности в холодное время года?
1. Не более 30 мин.
  2. Не более 1 ч.
  3. Не более 2 ч.
- 33) Инородное тело глубоко внедрилось в рану. Необходимо:
1. Извлечь его немедленно.
  2. Ни в коем случае не извлекать самостоятельно.
- 34) Поражено глазное яблоко. Сильное кровотечение. Нужно ли останавливать кровотечение путем надавливания?
1. Да.
  2. Нет.
- 35) В ране находится инородное тело. Сильное кровотечение. Надо ли извлекать инородное тело?
1. Да.

2. Нет.
- 36) Можно ли использовать шнурок вместо жгута?
  1. Да.
  2. Нет.
- 37) При почечной колике (боль в поясничной области)...
  1. Принять но-шпу.
  2. Принять обычное обезболивающее.
- 38) При тепловом ударе... Выделите верное.
  1. Дать жаропонижающие средства.
  2. Принять алкоголь.
  3. Принимать напитки, содержащие кофеин (кофе).
  4. Чай, давать холодное питье.

### Блок 3 (владеть)

1). После удара молнии в одиноко стоящее дерево один из укрывавшихся под ним от дождя путников замертво упал. У пораженного молнией левая рука черная, обожженная по локоть; зрачки широкие, не реагирующие на свет; пульса на сонной артерии нет.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:

1. Закопать пораженного молнией в землю.
2. Нанести прекардиальный удар и приступить к сердечно-легочной реанимации.
3. Накрыть обожженную поверхность чистой тканью.
4. Поручить кому-нибудь вызвать «Спасателей».
5. Повернуть пострадавшего на живот и ждать прибытия врачей.
6. Убедиться в отсутствии реакции зрачков на свет и пульса на сонной артерии.
7. Поднести ко рту зеркальце, ватку или перышко и по запотеванию стекла и движению ворсинок определить наличие дыхания.
8. Положить холод на голову.
9. Положить холод на место ожога.
10. Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.

2) В походе туристу деревом придавило ноги. Он в сознании. В таком состоянии находится уже более двух часов.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:

1. Поднять дерево и освободить ноги.
2. Не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки.
3. Снять обувь и обложить ноги ниже препятствия бутылками и фляжками с горячей водой (воду согреть на костре).
4. Обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой.
5. Туго забинтовать ноги до места препятствия.
6. Предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса).
7. Исключить прием какой-либо жидкости.
8. Дать 2-3 таблетки анальгина.
9. Наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания.
10. Постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего.
11. Наложить импровизированные шины от подмышек до пяток.
12. Наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток.
13. Туго забинтовать ноги до паховых складок.

14. Переносить и перевозить пострадавшего на носилках даже при удовлетворительном самочувствии.

3) При неправильном использовании примуса большое количество огня попало на участки туловища. Пострадавший катается по снегу, пытается сбить пламя. Его рубашка на спине уже перестала тлеть, под остатками ткани видна черная кожа с множеством влажных трещин и пузырей.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:

1. Снять с пострадавшего рубашку.
2. Положить его на спину.
3. Перевернуть на живот.
4. Набрать как можно больше пакетов со снегом и положить их на спину.
5. Удалить остатки одежды и промыть кожу чистой водой.
6. Обработать обожженную поверхность спиртом, одеколоном или водкой.
7. Удалить остатки одежды и пузыри.
8. Наложить на места ожогов стерильные повязки.
9. Накрыть спину чистой простыней.
10. Предложить пострадавшему 2-3 таблетки анальгина.
11. Оросить ожог растительным маслом.
12. Густо посыпать место ожога мукой.
13. Присыпать обожженную поверхность содой.
14. Предложить пострадавшему обильное теплое питье.

4) Если нет препаратов традиционной медицины, какие из имеющихся средств вы будете использовать при промывании ран, ссадин, проколов?

1. Крепкие спиртные напитки.
2. Спиртосодержащая парфюмерия.
3. Горючее: бензин (автомобильный).
4. Керосин.
5. Сода питьевая.
6. Уксус (эссенция).
7. Сок чеснока или лимона.

5) Какими нетрадиционными (немедицинскими) средствами можно остановить капиллярное кровотечение?

1. Соком свежей свеклы.
2. Зверобоя.
3. Крапивы.
4. Лопуха.
5. Подорожника.
6. Ромашки.
7. Щавеля.
8. Листьями смородины.

7) Путем наложения пращевидной повязки фиксируют...

1. Нижнюю челюсть.
2. Верхнюю челюсть.

8) Участник попал в лавину, по всем признакам перелом костей таза. Распределите действия в хронологическом порядке:

1. Под колени положить валик.
2. Уложить пострадавшего на ровную твердую поверхность.
3. Ноги согнуть в коленных и тазобедренных суставах.
4. Бедра развести немного в стороны.

- 10) Ранение живота. Как транспортировать пострадавшего?
  1. На спине.
  2. На поврежденном боку.
  3. Полулежа.
  4. Сидя.
  
- 11) Сколько времени может находиться жгут на конечности в теплое время года?
  1. Не более 30 мин.
  2. Не более 1 ч.
  3. Не более 2 ч.
  
- 12) Действия при ожогах:
  1. Поврежденной стороне.
  2. На неповрежденной стороне.
  3. Укрывают.
  4. Держат участки ожога открытыми.
  5. Дают много жидкости.
  6. Пить запрещается.
  7. Как исключение – в полулежащем положении.
  
- 13) Кровотечение из уха. В чем будет заключаться первая помощь?
  1. В ушную раковину тампон, смоченный перекисью водорода.
  2. Принять дицинон.
  3. Принять полулежащее положение, наклонив голову в сторону больного уха.
  
- 14) В чем заключается первая помощь при изжоге?
  1. Принять гастрал.
  2. Принять простое обезболивающее и слабительные таблетки.
  3. Есть молочные каши (рисовая, манная...).
  
- 15) Первая помощь при подозрении на аппендицит.
  1. Абсолютный голод.
  2. Дать слабительные средства.
  3. Нельзя пить.
  4. Транспортировать в положении сидя или на боку.
  5. Транспортировать лежа.
  6. Но-шпа при усиливающихся болях.

### **Методические материалы, характеризующие процедуры оценивания**

Индивидуальный семестровый рейтинг студента формируется на основе действующего в ВУЗе Положения "О проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся".

В течение семестра студент получает баллы успеваемости за выполнение всех видов учебных поручений: посещение лекций, выполнение практических работ. По итогам контрольного тестирования с учетом индивидуального семестрового рейтинга студента выставляется зачет.

Максимальная сумма баллов, набираемая студентом по дисциплине равна 100.

| Оценка в баллах | Оценка по шкале       | Обоснование  | Уровень сформированности компетенций |
|-----------------|-----------------------|--|--------------------------------------|
| Более 80        | «Отлично»             | Содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному   | <b>Высокий уровень</b>               |
| 66-80           | «Хорошо»              | Содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками | <b>Продвинутый уровень</b>           |
| 50-65           | «Удовлетворительно»   | Содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки                      | <b>Пороговый уровень</b>             |
| Менее 50        | «Неудовлетворительно» | Содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки  | <b>Компетенции не сформированы</b>   |

### 3. Задания в тестовой форме по дисциплине

Примеры заданий:

Как правильно выбрать место наложения кровоостанавливающего жгута при венозном кровотечении?

- наложить жгут на обработанную рану
- выше раны на 10-15 см
- на 10-15 см ниже раны
- на 20-25 см ниже раны
- ниже раны на 30 см

Первая медицинская помощь при обморожении?

- растереть пораженный участок жестким материалом или снегом
- создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье
- сделать легкий массаж, растереть пораженное место одеколоном или другим спиртосодержащим средством
- согреть обмороженную конечность, поместив ее под струю хорошо теплой воды, сделать легкий массаж

Назовите основные правила оказания первой помощи при солнечном и тепловом ударах?

- как можно быстрее перенести пострадавшего в тень, уложить на спину (голова должна быть ниже туловища), сделать растирание в области сердца
- поместить пострадавшего в тень или в прохладное помещение, снять одежду, расслабить ремень, уложить на спину, приложить холодный компресс к голове, положить под голову валик, напоить прохладной водой, обеспечить достаточный доступ свежего воздуха
- усадить пострадавшего в тень, напоить холодным напитком, наложить холодный компресс на грудь
- перенести пострадавшего в тень, уложить на бок или спину со склоненной набок головой (голова должна быть ниже туловища для притока крови), обеспечить достаточный доступ свежего воздуха, расстегнув одежду и расслабив ремень

У ребенка (10 лет) после урока физкультуры отмечались следующие внешние признаки: изменение цвета кожи, повышенное выделение пота, нарушение ритма дыхания, нарушение координации движения (медленные движения), временное снижение работоспособности. Отмечались болевые ощущения в мышцах и головокружение. Все это признаки .....

Слабость, озноб, резкое повышение температуры (до 39 градусов Цельсия), снижение (отсутствие) аппетита, боли в нижней части живота, жидкий стул с примесью крови (или слизи) являются симптомами .....

Кишечные инфекции передаются здоровому человеку от больного или бактерионосителя преимущественно ..... путем

Полный перечень тестовых заданий с указанием правильных ответов, размещен в банке вопросов на информационно-образовательном портале института по ссылке <https://www.mivlgu.ru/iop/question/edit.php?courseid=1340&category=39806%2C30277&qbshowtext=0&qbshowtext=1&recurse=0&recurse=1&showhidden=0>

Оценка рассчитывается как процент правильно выполненных тестовых заданий из их общего числа.