

Оглавление

Введение	3
----------------	---

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Глава 1. Основные инфекционные заболевания и их профилактика

§ 1. Инфекционные заболевания, их классификация, факторы риска их возникновения	10
§ 2. Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллёз и ботулизм), причины их возникновения и профилактика	13
§ 3. Инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулёз)	16

Глава 2. Основные неинфекционные заболевания и их профилактика

§ 4. Неинфекционные заболевания и факторы риска их возникновения	20
§ 5. Неинфекционные заболевания (ишемическая болезнь сердца, диабет, инсульт)	23

Глава 3. Первая помощь при травмах и ранениях

§ 6. Значение первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего	29
§ 7. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях	31
§ 8. Оказание первой помощи при ранениях. Методы остановки кровотечения	34
§ 9. Травматические переломы. Правила оказания первой помощи при переломах	38
§ 10. Виды повязок и правила их наложения	40

Глава 4. Первая помощь при отравлениях

§ 11. Оказание первой помощи при отравлении лекарственными препаратами	47
§ 12. Оказание первой помощи при отравлении алкоголем и никотином	51

§ 13. Оказание первой помощи при отравлении препаратами бытовой химии	56
§ 14. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом	60
§ 15. Оказание первой помощи при отравлении аварийно химически опасными веществами (АХОВ)	63

Глава 5. Первая помощь при термических ожогах, отморожениях, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током

§ 16. Оказание первой помощи при термических ожогах	68
§ 17. Оказание первой помощи при отморожении	72
§ 18. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах	75
§ 19. Оказание первой помощи при поражении электрическим током	78

Глава 6. Первая помощь при массовых поражениях

§ 20. Особенности оказания первой помощи при массовых поражениях	83
§ 21. Индивидуальное медицинское оснащение	87

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Глава 7. Здоровье и здоровый образ жизни

§ 22. Здоровье и его значение в жизнедеятельности человека	94
§ 23. Факторы, влияющие на здоровье	97
§ 24. Репродуктивное здоровье	100
§ 25. Социально-демографические процессы в России. Роль государства в обеспечении демографической безопасности	105
§ 26. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	109

Глава 8. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие

§ 27. Женская половая система и её функционирование	115
§ 28. Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка	121
§ 29. Влияние окружающей среды на здоровье человека	126
§ 30. Влияние неблагоприятных факторов внешней среды на здоровье плода и новорождённого	131

§ 31. Курение и употребление алкоголя, их влияние на репродуктивное здоровье	135
§ 32. Наркомания, её последствия, профилактика наркомании	144
§ 33. Ранние половые связи и их последствия для здоровья	151
§ 34. Инфекции, передаваемые половым путём, и меры по их профилактике	155
§ 35. ВИЧ-инфекция и СПИД	159

Глава 9. Здоровый образ жизни — неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья

§ 36. Стресс и его воздействие на человека	169
§ 37. Режим дня, труда и отдыха	173
§ 38. Основные виды питательных веществ и их значение в питании человека	179
§ 39. Рациональное питание и его значение для здоровья ...	183
§ 40. Влияние двигательной активности на здоровье человека	191
§ 41. Закаливание и его влияние на здоровье	196
§ 42. Правила личной гигиены и здоровье человека	203

Глава 10. Правовые аспекты взаимоотношения полов

§ 43. Брак и семья. Культура брачных отношений	212
§ 44. Основы семейного права в Российской Федерации	221
§ 45. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребёнка»	227

Глава 11. Беременность и уход за младенцем

§ 46. Беременность и гигиена беременности	234
§ 47. Уход за младенцем	242

Словарь	253
----------------------	-----