

Вопросы для зачета студентов

1. Цель и задачи дисциплины «Основы медицинских знаний (туристический аспект) и Wellness-технологии в индустрии туризма и гостеприимства»
2. Виды медицинской помощи. Основной алгоритм доврачебной медицинской помощи.
3. Признаки здоровья и факторы, влияющие на него.
4. Субъективные и объективные показатели индивидуального здоровья.
5. Определение понятий «здоровье» и «болезнь».
6. Значение медицинских знаний для деятельности в сфере туризма.
7. Терморегуляция и измерение температуры тела.
8. Определение и характеристика пульса. Методика измерения АД. Нормальное, повышенное и пониженное артериальное давление (АД).
9. Общие реакции организма на повреждение. Первая помощь.
10. Укусы насекомых и животных, их последствия. Оказание помощи при укусе ядовитой змеи, животных.
11. Десмургия. Виды повязок, техника их наложения.
12. Понятия клинической, биологической смерти, их признаки и факторы, влияющие на продолжительность клинической смерти.
13. Временная иммобилизация при переломе костей с помощью подручных средств.
14. Техника проведения закрытого массажа сердца и искусственного дыхания.
15. Оказание первой помощи при травмах рук, ног, головы.
16. Оздоровительное и развивающее значение занятий туризмом (виды здоровья, здоровый образ жизни и его формирование).
17. Физическая подготовка туристов как основа здоровьесозидания. Планирование и оптимизация физических нагрузок.
18. Закаливание организма: общее и профилированное закаливание, средства закаливания.
19. Организация первой помощи при кровотечениях.
20. Организация первой помощи при поражении молнией.
21. Организация первой помощи при утоплении.
22. Виды ран, их признаки и осложнения.
23. Виды и признаки кровотечений.
24. Виды, признаки и осложнения закрытых повреждений.
25. Виды, признаки и осложнения переломов.
26. Основные признаки, первая помощь при растяжении и разрыве связок
27. Причины возникновения, признаки и осложнения травматического шока.
28. Солнечный и тепловой удар, основные симптомы, первая помощь.
29. Причины, основные симптомы и первая помощь при обмороке.

30. Причины, симптомы, первая помощь при аллергических реакциях.
31. Причины отравления угарным газом, симптомы, первая помощь.
32. Симптомы, доврачебная помощь при отравлении аммиаком, хлором, фосфорорганическими веществами.
33. Причины, признаки и первая помощь при укусе клещей.
34. Основные признаки, первая помощь при вывихах, ушибах мягких тканей. Профилактика травматизма при проведении туристских мероприятий.
35. Основные признаки, первая помощь при укачивании.
36. Термическая травма: обморожения, ожоги, особенности первой помощи.
37. Утопление, виды и особенности первой помощи.
38. Причины, виды и признаки отравлений различной этиологии.
39. Определение здорового образа жизни, его структура.
40. Электротравма. Симптомы, особенности оказания первой доврачебной помощи.
41. Правила и объем доврачебной помощи при закрытых и открытых переломах костей.
42. Синдром длительного сдавливания, особенности неотложной помощи.
43. Иммобилизация. Правила наложения шины при переломах конечностей.
44. Массаж - одно из средств оздоровления, наряду с занятиями спортом, правильным питанием.
45. Медицинский и оздоровительный туризм: сущность, основные понятия, особенности, различия.
46. Виды и формы активного отдыха и оздоровления. Современный рынок медицинского отдыха.
47. Основные режимы двигательной активности на курортах.
48. Природные лечебные и оздоровительные факторы: климатические и бальнеологические.
49. Лечебное действие курортных факторов: психотерапия, преформированные физические факторы.
50. Природно-климатические факторы и их действие на человека: минеральные воды, лечебные грязи, климат, ландшафт.
51. Wellness-индустрия - современная концепция здорового образа жизни. Способы оздоровления, оздоровительные мероприятия во внекурортных учреждениях.
52. Составные части Wellness-направлений - фитнес, эстетическая косметология, диагностика, SPA- и релаксация, способы омоложения и замедления процессов старения, правильное питание, отказ от вредных привычек, позитивное отношение к себе и окружающим.
53. SPA- направление в индустрии красоты и гостеприимства, связанное с водой и продуктами водной среды.

54. Основные составные части СПА – направления: гидротерапия, талассотерапия, бальнеотерапия, релаксация.

55. Природно-климатические факторы и их действие на человека: минеральные воды, лечебные грязи, климат, ландшафт.

56. Основные тенденции развития индустрии оздоровительных услуг: внедрение различных методик и процедур, связанных с улучшением состояния здоровья и самочувствия человека.

57. Wellness-индустрия - система взаимосвязи медицинских, физических, психологических и социальных мероприятий.

58. Курортные факторы: возможности использования в оздоровительных целях.