

ТЕМЫ И ЗАДАНИЯ ПО УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ (ТУРИСТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ) И WELLNESS-ТЕХНОЛОГИИ В ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА»

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЯЕМОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

РАЗДЕЛ 1. НЕОТЛОЖНЫЕ СОСТОЯНИЯ, ТРЕБУЮЩИЕ СРОЧНОЙ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ

Занятие №1

Тема «Открытые повреждения (раны). Виды кровотечения, симптомы, доврачебная помощь»

Тематика рефератов:

1. Основные виды ран и их осложнения.
2. Причины, основные признаки, профилактика очаговой (местной) инфекции: фурункул, карбункул, гидроаденит, панариций, абсцесс.
3. Причины, основные признаки, профилактика общей гнойной инфекции – сепсиса.
4. Причины, основные признаки, профилактика столбняка.
5. Определение, виды и характеристика кровотечений. Опасные кровотечения у взрослых
6. Основные признаки острого малокровия (анемия).
7. Основные способы временной остановки наружных и внутренних кровотечений.

Занятие №2

Тема «Внезапные состояния при отравлениях ядовитыми грибами, растениями и укусах клещей, змей, животных, причины, симптомы, первая помощь»

Тематика рефератов:

1. Отравление ядовитыми грибами (бледная поганка, ложный опенок лисичка ложная, перезревшие грибы) - признаки, первая помощь.
2. Отравления ядовитыми растениями (красавка, полынь, дурман, белена), признаки, первая помощь.
3. Укусы насекомых, основные признаки, первая помощь, профилактика.
4. Укусы змей, основные признаки, первая помощь, профилактика.
5. Укусы животных, основные признаки, первая помощь, профилактика.

Занятие №3

Тема «Основные виды травм. Понятие о травматическом шоке»

Тематика рефератов:

1. Основные виды травм.
2. Понятия о закрытых повреждениях – ушибы мягких тканей, растяжения и разрывы связок, вывихи. Основные признаки, доврачебная помощь.
3. Понятие об осложнениях - травматический шок, острая анемия, асфиксия, раневая инфекция.
4. Профилактика травматизма при проведении туристских мероприятий.
5. Нарушения дыхания в результате попадания инородных тел в дыхательные пути (инородные предметы, рвотные массы, удушье).
6. Травматический шок, его фазы, признаки. Оказание первой помощи.

Занятие №4

Тема «Переломы костей, причины, симптомы, первая помощь. Синдром длительного сдавливания. Транспортная иммобилизация»

Тематика рефератов:

1. Виды, признаки переломов.
2. Переломы и их осложнения.
3. Правила и объем доврачебной помощи при закрытых переломах костей.
4. Правила и объем доврачебной помощи при открытых переломах костей.
5. Синдром длительного сдавливания тканей (травматический токсикоз) - причины, основные признаки, доврачебная помощь.

Занятие №5

Тема «Причины, симптомы, первая помощь при ожоге, отморожении, электротравме, ударе молнии, утоплении»

Тематика рефератов:

1. Понятие об ожогах и их видах.
2. Степени термических ожогов, признаки, первая доврачебная помощь.
3. Понятие об ожоговой болезни, признаки, первая доврачебная помощь.

4. Обморожения, их степени, первая доврачебная помощь.
5. Электротравма: причины, признаки (местные и общие), доврачебная помощь.
6. Профилактика ожогов, отморожений электротравм в туристических мероприятиях.
7. Утопление в пресной и морской воде, причины, признаки, доврачебная помощь.

Занятие №6

Тема «Солнечный и тепловой удары, обморок, укачивание. Отравления химическими веществами, причины, симптомы, первая помощь»

Тематика рефератов:

1. Солнечный удар, основные симптомы, доврачебная помощь.
2. Тепловой удар, основные симптомы, доврачебная помощь.
3. Острая сосудистая недостаточность (обморок), основные симптомы, доврачебная помощь.
4. Укачивание, основные симптомы, доврачебная помощь.

Занятие №7

Тема «Аллергические состояния, причины, симптомы, первая помощь. Отравления химическими веществами, причины, симптомы, первая помощь»

Тематика рефератов:

1. Аллергические состояния (анафилактический шок, отек Квинке), причины, симптомы, первая помощь.
2. Отравление угарным газом, причины, симптомы, доврачебная помощь.
3. Отравления аммиаком, хлором, фосфорорганическими веществами, причины, симптомы, доврачебная помощь.
4. Основные симптомы, доврачебная помощь при поступлении яда через кожу и слизистые оболочки.

Занятие №8

Тема «Горная (высотная) и кессонная (декомпрессионная) болезни, причины, симптомы, доврачебная помощь, профилактика»

Тематика рефератов:

1. Горная (высотная) болезнь – механизм развития, основная симптоматика.
2. Горная (высотная) болезнь, доврачебная помощь, профилактика.
3. Кессонная (декомпрессионная) болезнь – причины, симптомы,

4. Кессонная (декомпрессионная) болезнь, доврачебная помощь, профилактика.

РАЗДЕЛ 2. ТЕХНИКА ОКАЗАНИЯ НЕОТЛОЖНОЙ ПОМОЩИ

Занятие №9

Тема «Назначения и виды повязок, техника наложения»

Тематика рефератов:

1. Назначения и общие правила наложения повязок.
2. Клеевые, лейкопластырные, косыночные повязки.
3. Виды повязок и особенности их наложения.

Занятие №10

Тема «Техника измерения температуры тела, артериального давления, пульса. Уход за больными при лихорадке»

Тематика рефератов:

1. Физиологические нормы и техника измерения температуры тела.
2. Физиологические нормы и техника измерения артериального давления.
3. Физиологические нормы и техника измерения пульса.
4. Лихорадка, причины, периоды и основные симптомы.
5. Уход за больными при лихорадке.
6. Оборудование изолятора и хранение лекарств в домашних условиях.
7. Оборудование изолятора и хранение лекарств в условиях похода.

Занятие №11

Тема «Массаж, действие на организм»

Тематика рефератов:

1. Массаж - одно из средств оздоровления, наряду с занятиями спортом, правильным питанием.
2. Механизм действия массажа на кожу подкожно-жировой слой, мышцы и суставы.
3. Механизм действия массажа на нервную систему, кровеносную и лимфатическую систему, обмен веществ.
4. Виды массажа: лечебный, классический, профилактический, спортивный, рефлекторный, косметический и др.

РАЗДЕЛ 3. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

Занятие №12

Тема «Первая помощь при заболеваниях органов дыхания и сердечно-сосудистой системы»

Тематика рефератов:

1. Острые респираторные заболевания, причины возникновения, клиника, первая помощь, профилактика.
2. при, бронхите, воспалении легких, бронхиальной астме.
3. Основные признаки, первая помощь при поражениях сердечно-сосудистой системы.
4. Понятие об ишемической болезни сердца и ее формах (стенокардия, инфаркт миокарда).
5. Основные признаки, первая помощь и профилактика артериальной гипертензии, гипертонического криза.

Занятие №13

Тема «Первая помощь при инфекциях дыхательных путей, кишечных и кровяных инфекциях. Антропозоонозные и особо опасные инфекции»

Тематика рефератов:

1. Грипп: возбудитель, источник инфекции, пути передачи, основные симптомы, осложнения.
2. Ангина: причины, симптомы, первая помощь.
3. Диарея путешественников, дизентерия: источники инфекции, пути передачи, основные симптомы, первая помощь.
4. Кровяные инфекции. Геморрагические лихорадки (Хунин, Мачупо, крымская). Малярия. Лаймская болезнь (Боррелиоз). Возбудители, источники инфекции, пути передачи, основные симптомы, оказание первой помощи, противоэпидемические мероприятия.
5. Чесотка. Профилактика.
6. Педикулез. Профилактика.
7. Понятие о карантинных инфекциях: холера, чума, желтая лихорадка. Возбудители, пути передачи, основные симптомы, профилактика.
8. Понятие о бактериальном очаге, карантине, обсервации.

РАЗДЕЛ 4. КУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ, ОКАЗЫВАЕМЫЕ В РАМКАХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО СЕРВИСА ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА

Занятие №14

Тема «Характеристика основных активных видов отдыха и оздоровления»

Тематика рефератов:

1. Виды активного отдыха и оздоровления. Современный рынок медицинского отдыха.
2. Формы организации активных видов отдыха. Лечебная физкультура в системе активного отдыха.
3. Основные виды ЛФК. Комплекс упражнений ЛФК.
4. Определение уровня физической нагрузки.
5. Пешеходные прогулки. Методы лечения с помощью лечебной физкультуры.
6. Основные принципы применения ЛФК.
7. Основные режимы двигательной активности на курортах. Щадящий режим. Возрастные параметры. Утренняя гимнастика. Прогулки. Игры. Тренирующий режим. Утренняя гимнастика. Дозированная ходьба.
8. Плавание как метод оздоровления: организационные принципы. Температурный режим. Продолжительность. Активные виды плавания.
9. Формы ближнего туризма. Зимний и горнолыжный спорт. Водный спорт. Гребля. Рафтинг.

Занятие №15

Тема «Курортные факторы: возможности использования в оздоровительных целях»

Тематика рефератов:

1. Природные лечебные и оздоровительные факторы: климатические и бальнеологические.
2. Лечебное действие курортных факторов.
3. Психотерапия, как один из природных лечебных и оздоровительных факторов.
4. Физиотерапия, как один из лечебных и оздоровительных факторов.
5. Диетотерапия, как один из лечебных и оздоровительных факторов.
6. Преформированные физические факторы, как один из природных лечебных и оздоровительных факторов.
7. Воздействие природно-климатических факторов (минеральные воды, лечебные грязи, климат, ландшафт) на организм человека.

Занятие №16

Тема «Основные тенденции развития индустрии оздоровительных услуг Vellnes- и SPA-технологий»

Тематика рефератов:

1. Основные тенденции развития индустрии оздоровительных услуг: внедрение различных методик и процедур, связанных с улучшением состояния здоровья и самочувствия человека.
2. Определение основных составляющих Vellnes- и СПА деятельности.
3. Анализ существующих систем развития индустрии оздоровительных услуг.
4. Способы оздоровления, оздоровительные мероприятия во внекурортных учреждениях

Занятие №17

Тема «Vellness-технологии - индустрия гостеприимства, отдыха, здоровья, спорта и туризма»

Тематика рефератов:

1. Vellness–индустрия - современная концепция здорового образа жизни.
2. Vellness-индустрия - система взаимосвязи медицинских, физических, психологических и социальных мероприятий.
3. Составные части Vellness-направлений - фитнес, эстетическая косметология, диагностика, СПА и релаксация, разные способы омоложения и замедления процессов старения, правильное питание (без изнурения организма диетами), отказ от вредных привычек, позитивное отношение к себе и окружающим, достижение согласия с миром и самим собой.
4. Основная цель Vellness–индустрии - долголетие, сохранение длительной активности, тонизация организма, достижение состояния физического и душевного благополучия.

Занятие №18

Тема «СПА-направление - оздоровление через воду»

Тематика рефератов:

1. СПА – направление в индустрии красоты и гостеприимства, связанное с водой и продуктами водной среды.
2. Основные составные части СПА – направления: гидротерапия, талассотерапия, бальнеотерапия, релаксация.
3. Воздействие СПА – процедур на все органы чувств человека ("холистический" подход).

4. Основная цель СПА – направления - релаксация, достижение состояния душевной гармонии и красоты.