

ПЕРВИННА ПРОФІЛАКТИКА ЯК ЧАСТИНА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Каськова Л.Ф., Левченко Н.В., Карпенко О.О., Новікова С.Ч., Моргун Н.А.

Здоровий спосіб життя - всі дії людини, які безпосередньо спрямовані або опосередковано стосуються формування, збереження, зміцнення, споживання, відновлення і передачі здоров'я. Формування здорового способу життя людини відбувається на всіх рівнях освіти та здійснюється за допомогою освітніх технологій та методів.

Ще у 20-30-ті роки минулого століття в Україні шлях до розв'язання проблеми формування здорового способу життя вбачався у здійсненні комплексу заходів первинної профілактики й просвіти [1]. У подальшому з розвитком профілактичної медицини у 80-х роках була ухвалена комплексна програма профілактики захворювань, у якій формування здорового способу життя розглядалося як "основа первинної профілактики". Тоді участь навчальних закладів у формуванні здорового способу життя молодого покоління обмежувалася лише вихованням навичок гігієнічної поведінки та профілактикою шкідливих звичок вживання алкоголю й наркотичних речовин, тютюнокуріння.

Зараз первинна профілактика розглядається як зусилля, спрямовані на попередження хвороб та формування активного, адаптивного, високо функціонального життєвого стилю, спрямованого на здоров'я.

Формування здорового способу життя та виявлення під час проведення профілактичних медичних оглядів шкідливих для здоров'я факторів і прийняття заходів з їх усунення є частиною заходів первинної профілактики. Інформаційно-пропагандистське виховання, санітарна освіта, фізична культура та відмова від шкідливих звичок є методами формування здорового способу життя [2].

Слід відзначити, що у студентів медичного вузу здоровий спосіб життя теоретично обґрунтовується не тільки завдяки виховній роботі, а й під час практичних занять та лекцій.

До засобів освіти [3] для формування здорового способу життя, що використовуються у студентів стоматологічного факультету на кафедрі дитячої терапевтичної стоматології з профілактикою стоматологічних захворювань, можна віднести підручники, методичні рекомендації, моделі зубних рядів, набори інструментів для стоматологічного огляду, розчини та тестові системи, комп'ютери, програмне забезпечення.

Розрізняють три основних напрямки санітарної освіти: 1) розповсюдження знань про здоровий спосіб життя, шляхи та методи збереження здоров'я, профілактики захворювань; 2) пропаганду дотримання правил та методів здорового способу життя і профілактики шляхом виховання; 3) гігієнічну освіту та виховання.

Санітарно-просвітницька робота може бути активною та пасивною. До активних форм належать бесіди, виступи, лекції, доповіді. Пасивні форми – видання науково-популярної літератури, статей, листівок, пам'яток, плакатів, санітарних бюлетнів, проведення виставок, показ кінофільмів та ін. Із засобів освіти у санітарно-просвітницькій роботі на кафедрі використовуються бесіди із студентами, видання санітарних бюлетнів, мультимедійна лекція.

Кінцевою ціллю санітарно-просвітницької роботи є не знання про предмет бесіди чи виступ лікаря, а переконання та вчинки слухача внаслідок набуття їм цих знань. Послідовність досягнення цілі має наступний вигляд: інформація – знання – переконання – навички – звички.

Гігієнічне виховання та навчання у стоматології є важливою частиною санітарно-просвітницької роботи. На кафедрі самі студенти займаються санітарно-просвітницькою роботою із профілактики стоматологічних захворювань. Так, під час виробничої практики медичної сестри у стоматологічному відділенні студенти 2 курсу займаються санітарно-просвітницькою роботою щодо профілактики небезпечних інфекцій,

створюючи санітарні бюлетені. Студенти старших курсів після освоєння теоретичної основи займаються санітарно-просвітницькою роботою із профілактики стоматологічних захворювань із дітьми під час практичних занять та виробничої практики на 3 та 5 курсі. Студенти проводять бесіди, проводять контрольоване чищення зубів у дітей під час прийому, організують уроки гігієни в організованих колективах.

Для організації інформаційного забезпечення зниження поширеності куріння, зниження вживання алкоголю у студентів викладачі використовують такі засоби освіти як показ слайдів та ролики соціальної реклами «Збережи себе» про шкідливість алкоголю. Крім цього під час виховних годин розглядається закон України щодо обмеження споживання слабоалкогольних напоїв, проводиться дискусія із питань профілактики СНІДу, бесіди про роль матері у профілактиці стоматологічних захворювань, про боротьбу з тютюнопалінням, про відношення молоді до наркотиків.

Для раннього виявлення факторів ризику стоматологічних захворювань як у студентів, так і самими студентами у пацієнтів використовуються набори інструментів для стоматологічного огляду, розчини та тестові системи. Наприклад, виявляються такі карієсогенні фактори як стан гігієни порожнини рота, кислотна резистентність емалі за допомогою ТЕР-теста, мінералізуючий потенціал ротової рідини та швидкість ремінералізації емалі за допомогою КОШРЕ-теста.

Таким чином, на кафедрі дитячої терапевтичної стоматології з профілактикою стоматологічних захворювань формування здорового способу життя як частина первинної профілактики відбувається не тільки у студентів, а й здійснюється самими студентами у пацієнтів.

Література:

1. Каган С.С. Робота Всеукраїнського інституту соціалістичної охорони здоров'я як комплексного соціально-гігієнічного інституту // Профілактична медицина. – 1934. - №3. – С.44.

2. Здоровый образ жизни и профилактика социально значимых заболеваний.
Инновационная образовательная программа МГМСУ 2007-2008гг. // www.msmsu.ru

3. Навчальний посібник / Кузьмінський А.І. - К.: Знання, 2005.- 486 с.