



Министерство здравоохранения Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Северо-Западный государственный медицинский университет имени И.И. Мечникова"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

(ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ

И. о. Ректора
ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова
Минздрава России

/О.Г.Хурцилава/

21 сентября 2017 года.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
ПО ТЕМЕ
«Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения»**

**Кафедра гериатрии, пропедевтики и управления в сестринской
деятельности**

Специальность: Гериатрия


Санкт-Петербург – 2017

1. Состав рабочей группы
 по разработке дополнительной профессиональной программы повышения квалификации по
 теме «Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения», специальность
 «Гериатрия»

№ п/п.	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, звание	Должность	Место работы
1.	Сафонова Ю.А.	К.м.н.	Доцент кафедры геронтологии, гериатрии и сестринского дела	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ
2.	Зоткин Е.Г.	Д.м.н.	Декан факультета сестринского образования и медико-социальной работы	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ
3.	Малинин В.В.	Д.м.н., профессор	Профессор кафедры геронтологии, гериатрии и сестринского дела	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ
4.	Головкин В.И.	Д.м.н., профессор	Профессор кафедры геронтологии, гериатрии и сестринского дела	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ
5.	Волков А.В.	К.м.н.	Доцент кафедры геронтологии, гериатрии и сестринского дела	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ
6.	Мироненко А.Н.	д.м.н., доцент	Профессор кафедры геронтологии, гериатрии и сестринского дела	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ Главный врач СПб ГБУЗ «Городская больница № 15»
По методическим вопросам				
7.	Онищенко Е.Ф.	Д.м.н., профессор	Председатель методсовета факультета сестринского образования и медико-социальной работы	ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова МЗ РФ

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации врачей гериатров по теме «Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения» обсуждена на заседании кафедры геронтологии, гериатрии и сестринского дела «19» мая 2017 г., протокол № 6.

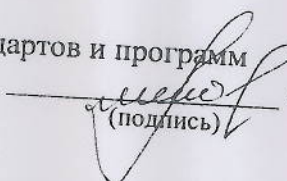
Заведующий кафедрой,

 / Зоткин Е.Г.
 (подпись) (ФИО)

СОГЛАСОВАНО:

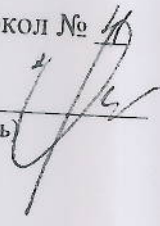
с отделом образовательных стандартов и программ ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России «08» сентября 2017 г.

Заведующий отделом образовательных стандартов и программ

 / Михайлова О.А.
 (подпись) (расшифровка подписи)

Одобрено методическим советом факультета сестринского образования и медико-социальной работы
«26» июня 2017 г. протокол № 11

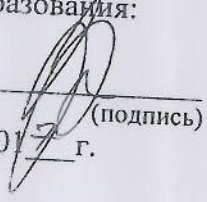
Председатель, профессор


(подпись)

/Онищенко Е.Ф./
(расшифровка подписи)

Программа принята к реализации в системе непрерывного медицинского и фармацевтического образования:

Декан факультета


(подпись)

«26» июня 2017 г.

/Зоткин Е.Г./
(расшифровка подписи)

2. Общие положения

2.1. Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации по теме «Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения» (далее – Программа), специальность «Гериатрия», представляет собой совокупность требований, обязательных при ее реализации в рамках системы непрерывного медицинского и фармацевтического образования.

2.2. Направленность Программы - практико-ориентированная и заключается в удовлетворении потребностей профессионального развития медицинских работников, обеспечении соответствия его квалификации меняющимся условиям профессиональной деятельности и социальной среды.

2.3. Цель Программы - совершенствование имеющихся компетенций для повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

2.4. Задачи Программы:

- обновление существующих теоретических и освоение новых знаний, методик и изучение передового практического опыта по вопросам организации;

- усвоение и закрепление на практике профессиональных знаний, умений и навыков, обеспечивающих совершенствование профессиональных компетенций по вопросам организации профилактической работы среди населения старшего возраста в медицинских организациях различного профиля.

3. Характеристика программы

3.1. Трудоемкость освоения Программы составляет 36 академических часов (1 академический час равен 45 мин).

3.2. Программа реализуется в очной форме обучения на базе ФБГОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России.

К освоению Программы допускается следующий контингент (специальности): врачи гериатры, врачи терапевты участковые.

3.3. Содержание Программы построено в соответствии с модульным принципом, структурными единицами модуля являются разделы. Каждый раздел модуля подразделяется на темы, каждая тема – на элементы, каждый элемент – на подэлементы.

Для удобства пользования Программой в учебном процессе каждая его структурная единица кодируется. На первом месте ставится код раздела (например, 1), на втором – код темы (например, 1.1), далее – код элемента (например, 1.1.1), затем – код подэлемента (например, 1.1.1.1). Кодировка вносит определенный порядок в перечень вопросов, содержащихся в Программе, что, в свою очередь, позволяет кодировать контрольно-измерительные (тестовые) материалы в учебно-методическом обеспечении Программы.

3.5. Учебный план определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение модулей (разделов), устанавливает формы организации учебного процесса и их соотношение (лекции, ОСК, семинарские и практические занятия), формы контроля знаний и умений обучающихся.

С учетом базовых знаний обучающихся и актуальности в Программу могут быть внесены изменения в распределение учебного времени, предусмотренного учебным планом программы, в пределах 15% от общего количества учебных часов.

3.6. В Программу включены планируемые результаты обучения, в которых отражаются требования профессиональных стандартов и квалификационных требований, указанных в квалификационных справочниках по соответствующим должностям, профессиям и специальностям.

3.7. Программа содержит требования к итоговой аттестации обучающихся, которая осуществляется в форме зачета и выявляет теоретическую и практическую подготовку в

соответствии с целями и содержанием программы.

3.8. Организационно-педагогические условия реализации Программы включают:

- а) тематику учебных занятий и их содержание для совершенствования компетенций;
- б) учебно-методическое и информационное обеспечение;
- в) материально-техническое обеспечение;
- г) кадровое обеспечение.

4. Планируемые результаты обучения

4.1. Требования к квалификации:

Уровень профессионального образования: Высшее образование - специалитет по одной из специальностей: "Лечебное дело", "Педиатрия".

4.2. Результаты обучения по Программе направлены на совершенствование компетенций, усвоенных в рамках полученного ранее высшего образования, и в приобретении компетенций, необходимых для профессиональной деятельности по специальности «Герiatrics» или «Герiatrics»

4.3. Характеристика профессиональных компетенций, подлежащих совершенствованию в результате освоения Программы.

У обучающегося совершенствуются следующие профессиональные компетенции (далее – ПК)

- готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1);

- готовность к проведению профилактических медицинских осмотров, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения (ПК-2);

- готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья пожилого населения (ПК-3);

4.4. Характеристика новых профессиональных компетенций, приобретаемых в результате освоения Программы.

У обучающегося должны быть сформированы следующие профессиональные компетенции (далее – ПК):

- готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК- 4);

- готовность к ведению и лечению пациентов пожилого и старческого возраста (ПК-5);

-готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (ПК-6);

4.5. Перечень знаний и умений, обеспечивающих совершенствование (и приобретение) профессиональных компетенций.

В результате освоения Программы слушатель должен: приобрести следующие необходимые знания:

- нормативно-правовую базу по организации гериатрической медицинской помощи населению;
- санитарно-эпидемиологические правила и принципы социальной гигиены, биосоциальные аспекты здоровья, болезни и старения;
- особенности здоровья населения пожилого и старческого возраста и методы его изучения;
- влияние на здоровье и продолжительность жизни населения социально-экономических и социально-гигиенических факторов;
- взаимодействие медицинских организаций с органами социальной защиты и общественными организациями;
- новые методологические подходы к определению ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности;

приобрести следующие **необходимые умения**:

- организовывать работу по оказанию гериатрической помощи на вверенной территории;
- собирать жалобы и анамнез заболевания и жизни больного по всем системам организма;
- проводить полное физикальное обследование пациента (осмотр, пальпация, перкуссия, аускультация) в соответствии с порядком проведения комплексной гериатрической оценки;
- составлять план проведения лечения (медикаментозного и немедикаментозного) при различных заболеваниях с учетом особенностей этиопатогенеза заболевания, особенностей фармакодинамики и фармакокинетики у пожилого человека;
- определять минимальное количество препаратов для получения максимального клинического эффекта, исключить полипрагмазию в связи с возможностью побочных и токсических эффектов при назначении большого количества препаратов;
- составлять план реабилитационных мероприятий при различных заболеваниях с учетом возрастных особенностей, оценить реабилитационный потенциал и реабилитационный прогноз;
- составлять индивидуальную программу реабилитации пожилому пациенту, имеющему инвалидность и организовать контроль за его выполнением

приобрести следующие **необходимые практические навыки**:

- внедрить в клиническую практику комплексную гериатрическую оценку пожилого пациента;
- владеть методами диагностики наиболее распространенных гериатрических синдромов;
- проводить обучение пациентов старшего возраста или их родственников методам самоконтроля над течением основных возраст-ассоциированных заболеваний.

5. Календарный учебный график

График обучения	Разделы Программы	Академических часов в день	Дней в неделю	Всего часов по разделам Программы (этапам)
Форма обучения	Теоретическое обучение	6	3	18
	Практическое обучение (обучающий симуляционный курс)	6	2	12
	Итоговая аттестация	4	1	4

6. Учебный план

Категория слушателей: врачи гериатры, врачи терапевты участковые

Форма обучения: очная

Режим занятий: 6 учебных часов в день

Трудоемкость: 36 акад. часов

Код	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе					Форма контроля
			Лекции	ОСК	ПЗ, СЗ, ЛЗ	СР	ДО	
1	Современные тенденции развития системы профилактики преждевременного старения	10	2	2	6	-	-	Промежуточный контроль (тестовый контроль)
1.1	Представления о физиологическом и патологическом старении. Теории старения.	1	1	-	-	-	-	Текущий контроль (опрос)
1.2	Биомаркеры старения и их диагностическая значимость для клинической медицины	1	1	-	-	-	-	Текущий контроль (опрос)
1.3	Комплексная гериатрическая оценка людей старшего возраста	4	-	2	2	-	-	Текущий контроль (опрос)
1.4	Геропротекторные лекарственные средства и биологически активные вещества	4	-	-	4	-	-	Текущий контроль (опрос)
2	Организация проведение мероприятий по профилактике преждевременного старения	22	2	10	10	-	-	Промежуточный контроль (тестовый контроль)
2.1	Инновационные компьютерные технологии в медицинской практике	4	-	-	4	-	-	Текущий контроль (опрос)
2.2	Нутритивный статус и способы его оценки в пожилом возрасте	4	-	4	-	-	-	Текущий контроль (опрос)
2.3	Основы рационального питания в пожилом возрасте	4	2	-	2	-	-	Текущий контроль (опрос)
2.4	Физическая активность и физические упражнения в пожилом возрасте	6	-	4	2	-	-	Текущий контроль (тестовые задания)
2.5	Когнитивные нарушения, ассоциированные с возрастом и когнитивный резерв мозга	2	-	-	2	-	-	Текущий контроль (опрос)
2.6	Модификация образа жизни и коррекция поведенческих факторов	2	-	2	-	-	-	
Итоговая аттестация		4	-	-	4	-	-	Зачет
Всего		36	4	12	20			

7. Рабочая программа

по теме «Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения»

РАЗДЕЛ 1. Современные тенденции развития системы профилактики преждевременного старения

Код	Наименования тем, элементов и подэлементов
1.1	Представления о физиологическом и патологическом старении. Теории старения
1.1.1	Молекулярно-генетическая теория старения
1.1.2	Теломерная теория старения
1.1.3	Свободно-радикальная теория старения
1.1.4	Стохастическая теория старения
1.2	Биомаркеры старения и их диагностическая значимость для клинической медицины
1.2.1	Роль биомаркеров хронического воспаления и стресса в динамике старения
1.2.2.	Роль биомаркеров углеводного и липидного обмена в динамике старения
1.2.3.	Понятие «генетический паспорт» и «генетические сети».
1.3	Комплексная гериатрическая оценка людей старшего возраста
1.3.1	Определение функциональных способностей организма стареющего человека
1.3.2.	Способы получения наиболее общих представлений о состоянии физического здоровья
1.3.3.	Основные гериатрические синдромы: понятие, определение
1.3.4.	Старческая астения. Саркопения: причины, факторы риска, способы их выявления
1.3.5.	Падения: причины, факторы риска, способы их выявления
1.3.6.	Хронический болевой синдром: причины, способы верификации
1.4	Геропротекторные лекарственные средства и биологически активные вещества
1.4.1.	Характеристика фармакологических групп лекарственных средств с наиболее выраженной геропротекторной активностью. Соотношение польза/риск
1.4.2.	Понятие «фармакология здорового человека». Определение «геропротекторные средства».
1.4.3.	Классификация геропротекторов по способности обеспечивать гомеостаз организма
1.4.4.	Направления терапии преждевременного старения
1.4.5.	БАДы и продукты функционального питания с доказанным геропротекторным действием

РАЗДЕЛ 2. Организация проведение мероприятий по профилактике преждевременного старения

Код	Наименования тем, элементов и подэлементов
2.1	Инновационные компьютерные технологии в медицинской практике
2.1.1	Инновационные компьютерные технологии в медицинской практике при профилактике преждевременного старения
2.2	Нутритивный статус и способы его оценки в пожилом возрасте
2.2.1	Расчет энергетической потребности организма пожилого человека

Код	Наименования тем, элементов и подэлементов
2.2.2	Оценка питания с помощью опросников (Mini Nutritional Assessment)
2.2.3.	Возрастные изменения состава тела и скорости метаболизма в пожилом возрасте
2.3	Основы рационального питания в пожилом возрасте
2.3.1	Особенности водно-электролитного баланса в пожилом возрасте
2.3.2	Расчет рациона питания для пожилого человека
2.3.3	Хронические заболевания и питание в пожилом возрасте
2.4	Физическая активность и физические упражнения в пожилом возрасте
2.4.1	Рекомендации ВОЗ по уровню физической активности в пожилом возрасте
2.4.2	Характеристика физических упражнений и двигательных режимов. Методика планирования и проведения физических упражнений
2.4.3.	Основы техники ходьбы с палками
2.4.5.	Контроль интенсивности и самоконтроль во время и после занятий по физической культуре
2.4.6	Безопасность при проведении тренировочных занятий, физических упражнений
2.5	Когнитивные нарушения, ассоциированные с возрастом и когнитивный резерв мозга
2.5.1.	Классификация и общая симптоматика когнитивных нарушений: дезориентировка, расстройства эмоционально-волевой сферы, расстройства внимания, расстройства влечений
2.5.2.	Психометрические тесты для выявления когнитивных нарушений
2.5.3.	Дисциркуляторная энцефалопатия и хроническая ишемия мозга
2.5.4	Деменция, болезнь Альцгеймера, Бинсвангера
2.5.5	Медикаментозная и немедикаментозная коррекция метаболических, гемостатических, сосудистых и висцеральных нарушений при когнитивных нарушениях
2.5.6	Нейропротекция и ноотропные препараты
2.6	Модификация образа жизни и коррекция поведенческих факторов
2.6.1	Особенности питания и физической активности при легкой деменции упражнений
2.6.2	Тренировка памяти

8. Организационно-педагогические условия реализации программы

8.1. Тематика учебных занятий и их содержание для совершенствования компетенций:

лекционные занятия

№	Тема лекции	Содержание	Совершенствуемые компетенции
2.	Молекулярно-генетическая теория старения	1.1.1	ПК-1, ПК-3
3.	Теломерная теория старения	1.1.2	ПК-1, ПК-3
4.	Свободно-радикальная теория старения	1.1.3	ПК-1, ПК-3
5.	Стохастическая теории старения	1.1.4	ПК-1, ПК-3
6.	Роль биомаркеров хронического воспаления и стресса в динамике старения	1.2.1	ПК-1, ПК-3
7.	Роль биомаркеров углеводного и липидного обмена в динамике старения	1.2.2.	ПК-1, ПК-3
8.	Понятие «генетический паспорт» и «генетические сети».	1.2.3.	ПК-1, ПК-3
9.	Особенности водно-электролитного баланса в пожилом возрасте	2.3.1	ПК-1, ПК-2
10.	Хронические заболевания и питание в пожилом возрасте	2.3.3	ПК-2, ПК-6

практические занятия:

№	Тема практического занятия	Содержание	Совершенствуемые компетенции
	Определение функциональных способностей организма стареющего человека	1.3.1	ПК-1, ПК-2
	Способы получение наиболее общих представлений о состоянии физического здоровья	1.3.2.	ПК-1, ПК-2
	Основные гериатрические синдромы: понятие, определение	1.3.3.	ПК-4, ПК-6
	Старческая астения. Саркопения: причины, факторы риска, способы их выявления	1.3.4.	ПК-4, ПК-5
	Падения: причины, факторы риска, способы их выявления	1.3.5.	ПК-4, ПК-5
	Хронический болевой синдром: причины, способы верификации	1.3.6.	ПК-4, ПК-5
	Характеристика фармакологических групп лекарственных средств с наиболее выраженной геропротекторной активностью. Соотношение польза/риск	1.4.1.	ПК-4, ПК-5
	Понятие «фармакология здорового человека». Определение «геропротекторные средства».	1.4.2.	ПК-4, ПК-5

№	Тема практического занятия	Содержание	Совершенствуемые компетенции
	Классификация геропротекторов по способности обеспечивать гомеостаз организма	1.4.3.	ПК-4, ПК-5
	Направления терапии преждевременного старения	1.4.4.	ПК-1, ПК-3
	БАДы и продукты функционального питания с доказанным геропротекторным действием	1.4.5.	ПК-1, ПК-5
	Иновационные компьютерные технологии в медицинской практике при профилактике преждевременного старения	2.1.1	ПК-1, ПК-2
	Особенности водно-электролитного баланса в пожилом возрасте	2.3.1	ПК-1, ПК-2
	Хронические заболевания и питание в пожилом возрасте	2.3.3	ПК-4, ПК-5
	Рекомендации ВОЗ по уровню физической активности в пожилом возрасте	2.4.1	ПК-1, ПК-2
	Характеристика физических упражнений и двигательных режимов. Методика планирования и проведения физических упражнений	2.4.2	ПК-1, ПК-2
	Основы техники ходьбы с палками	2.4.3.	ПК-2, ПК-6
	Контроль интенсивности и самоконтроль во время и после занятий по физической культуре	2.4.5.	ПК-2, ПК-6
	Безопасность при проведении тренировочных занятий, физических упражнений	2.4.6	ПК-2, ПК-6
	Классификация и общая симптоматика когнитивных нарушений: дезориентировка, расстройства эмоционально-волевой сферы, расстройства внимания, расстройства влечений	2.5.1.	ПК-4, ПК-5
	Психометрические тесты для выявления когнитивных нарушений	2.5.2.	ПК-4, ПК-5
	Дисциркуляторная энцефалопатия и хроническая ишемия мозга	2.5.3.	ПК-4, ПК-5
	Деменция, болезнь Альцгеймера, Бинсвангера	2.5.4	ПК-4, ПК-5
	Медикаментозная и немедикаментозная коррекция метаболических, гемостатических, сосудистых и висцеральных нарушений при когнитивных нарушениях	2.5.5	ПК-5, ПК-6

№	Тема практического занятия	Содержание	Совершенствуемые компетенции
	Нейропротекция и ноотропные препараты	2.5.6	ПК-4, ПК-5

Обучающий симуляционный курс:

№	Тема практического занятия	Содержание	Совершенствуемые компетенции
1.	Основные гериатрические синдромы	Электронные стандартизированные ситуационные задачи	ПК-4, ПК-6
2.	Старческая астения. Саркопения: причины, факторы риска, способы их выявления	Отработка практических навыков выявления старческой астении, саркопении	ПК-4, ПК-5
3.	Падения: причины, факторы риска, способы их выявления	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-5
4.	Хронический болевой синдром: причины, способы верификации	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-6
5.	Расчёт энергетической потребности организма пожилого человека	Электронные стандартизированные ситуационные задачи	ПК-2, ПК-5
6.	Оценка питания с помощью опросников (Mini Nutritional Assessment)	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-5
7.	Методика планирования и проведения физических упражнений	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-6
8.	Основы техники ходьбы с палками	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-5
9.	Контроль интенсивности и самоконтроль во время и после занятий по физической культуре	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-5
10.	Особенности питания и физической активности при легкой деменции	Электронные стандартизированные ситуационные задачи	ПК-4, ПК-5
11.	Тренировка памяти	Отработка практических навыков	ПК-4, ПК-6

8.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение.

Основная литература:

1. Лазебник Л., Верткин А., Конев Ю., Ли Е., Скотников А. Старение. Профессиональный врачебный подход. – М.: Эксмо, 2013. - 320 с.
2. Руководство по геронтологии и гериатрии. В 4 томах. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010.
3. Фоменко А., Баранова А., Митницкий А., Жикривецкая С., Москалёв А. Биомаркеры старения человека. - СПб.: Изд-во «Европейский Дом», 2016. - 264 с.
4. Сборник методических рекомендаций по использованию рецептур блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях СПб. Авторский коллектив кафедры

технологии и организации питания Торгово-экономического Университета, зав. кафедрой М.Н. Куткина и начальник Управления социального питания Правительства СПб Н.А. Петрова. СПб.: Речь, 2012.- 160 с.

5. Захаров В.В., Яхно Н.Н. Когнитивные расстройства в пожилом и старческом возрасте.- М., 2005.-71 с.
6. Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья ВОЗ (2010)
<http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/ru/>
7. Бубнова М.Г., Аронов Д.М., Бойцов С.А. Обеспечение физической активности у граждан, имеющих ограничения в состоянии здоровья / методические рекомендации. М.: 2015

Дополнительная литература:

1. Зоткин Е.Г., Серпов В.Ю., Сафонова Ю.А., Прощаев К.И. Старческая астения и саркопения: методы верификации и оценка степени нарушений. Учебное пособие. – СПб.: Изд.отдел «Альта Астра», 2017. – 56 с.
2. Фролова, Е.В. Комплексная оценка состояния здоровья пожилого человека: учебное пособие / Е.В. Фролова. Е.М. Корыстина. – СПб.: Издательство СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2014. – 60 с.
3. Лавут Л.М., Зоткин Е.Г. Рациональное питание людей старшего возраста/ Учебное пособие - СПб.: БФ Санкт-Петербургский институт общинных и социальных работников, 2013.-80 с.
4. Барановский А.Ю., Райхельсон К.Л., Харитонов А.Г. Оценка состояния питания: Учебное пособие. – СПб.: Издательство СЗГМУ им. И.И. Мечникова 2013 – 64 с.
5. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины: учебное пособие / А.А. Усанова, О.И.Шепелева, Т.В.Горячева. – Ростов н/Д: Феникс, 2017. – 253 с.

Базы данных, информационно-справочные системы:

Программа тестирования MOODLE

1. Сайт Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И.Мечникова — URL: <http://szgmu.ru>
2. Российская научная электронная библиотека: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
3. Электронные версии печатных изданий <http://pressa.ru/izdanie/15934>
4. Российская национальная библиотека <http://www.nlr.ru>

8.3. Материально-техническое обеспечение, необходимое для организации всех видов дисциплинарной подготовки:

- учебные аудитории, оснащенные материалами и оборудованием для проведения учебного процесса, в том числе электронного обучения;
- клинические базы ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России;
- аудиторный и библиотечный фонд, в том числе дистанционные и электронные возможности, для самостоятельной подготовки обучающихся.

8.4. Кадровое обеспечение. Реализация Программы осуществляется профессорско-преподавательским составом, состоящим из специалистов, систематически занимающихся научной и научно-методической деятельностью со стажем работы в системе высшего и/или дополнительного профессионального образования в сфере здравоохранения не менее 5 лет.

9. Формы контроля и аттестации

9.1. Текущий контроль хода освоения учебного материала проводится в форме *устного опроса*. Промежуточный контроль проводится в форме *тестового контроля*.

9.2. Итоговая аттестация обучающихся по результатам освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации проводится в форме *зачета*.

9.3. Обучающиеся допускаются к итоговой аттестации после изучения Программы в объеме, предусмотренном учебным планом.

9.4. Обучающиеся, освоившие Программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

10. Оценочные средства

Примерная тематика контрольных вопросов:

1. Причины и признаки старения на различных уровнях организации живой материи.
2. Критерии подбора геропротекторов для потенциального применения у людей.
3. Укажите клинические признаки белково-энергетической недостаточности у пожилых.
4. Особенности коррекции белково-энергетической недостаточности.
5. Перечислите все риски, связанные с низкой физической активностью
6. Отметьте все возможные физиологические преимущества, возникающие сразу в ответ на физическую активность.
7. Укажите рекомендованный уровень физической активности для взрослых людей в неделю
8. Направления терапии преждевременного старения/
9. Назовите клинические признаки деменции, когнитивных нарушений.
10. Направления терапии когнитивных нарушений в пожилом возрасте.

Задания, выявляющие практическую подготовку обучающегося:

1. Разработать рекомендации по питанию, физической активности и геропротекторной фармакотерапии пациенту с ГБ I ст.
2. Разработать медицинские рекомендации пациенту в возрасте 32 лет без жалоб на состояние здоровья с повышенным уровнем гомоцистеина.
3. Разработать схему применения БАДов с геропротекторной активностью пациентке 46 лет с пресбиопией в условиях длительной работы в офисе.
4. Разработать схему лечения СД 2 типа у пациентки 82 лет.
5. Разработать схему профилактики преждевременного старения у пациента 37 лет в условиях экстремальных физических и психологических нагрузок при склонности к ОРВИ.
6. Рассчитать индекс массы тела.
7. Перечислите основные способы оценки нутритивного статуса
8. Провести оценку питания на основе краткой шкалы -Mini Nutritional Assessment.
9. Проведите оценку когнитивных нарушений с помощью MMSE

Примеры тестовых заданий:

Геронтология – это:

- а) раздел социологии и психологии, изучающий изменение психики при старении человека;
- б) раздел биологии и медицины, изучающий процессы старения человека;
- в) область клинической медицины, изучающая болезни людей старших возрастных групп;

- г) раздел психологии;
- д) раздел патофизиологии.

Гериатрия - это область клинической медицины:

- а) изучающая болезни людей старших возрастных групп;**
- б) определяющая условия проживания пожилых и старых людей;
- в) разрабатывающая методы лечения и профилактики заболеваний детей;
- г) изучающий болезни детей;
- д) изучающий болезни подростков.

К категории лиц пожилого возраста можно отнести людей:

- а) 76-90 лет;
- б) 60-75 лет;**
- в) 50-60 лет;
- г) 40-49 лет;
- д) 30-39 лет.

Гериатрия изучает:

- а) выяснение первичных механизмов старения;
- б) выяснение приспособительных механизмов организма в процессе старения;
- в) геронтопсихологию;
- г) биологические аспекты старения;
- д) особенности развития, клинического течения, лечения и профилактики различных заболеваний у людей пожилого и старческого возраста.**

Какие способы оценки сниженной способности к самообслуживанию пожилого человека применимы в гериатрической практике:

- а) специально созданные опросники**
- б) результаты инструментального обследования
- в) тестирование
- г) комплексная гериатрическая оценка

Категории долгожителей соответствует возраст:

- а) моложе 100 лет;
- б) старше 80 лет;
- в) старше 75 лет;
- г) старше 90 лет;**
- д) старше 95 лет.

К категории лиц старческого возраста можно отнести людей:

- а) 90 и больше лет;
- б) 75-89 лет;**
- в) 60-74 лет;
- г) 50-59 лет;
- д) 45-55.

В течении болезней пожилых и старых людей не характерно:

- а) атипичность течения болезней;
- б) ареактивность;
- в) выраженность клинических проявлений;**
- г) сглаженность клинических проявлений;

д) множественность патологических процессов.

Естественное старение характеризуется:

- а) ранним развитием возрастных изменений;
- б) последовательностью развития возрастных изменений;**
- в) большой выраженностью возрастных изменений;
- г) развитием острых заболеваний;
- д) развитием хронических заболеваний.

11. Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации»;
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
5. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 8 октября 2015 г. № 707н «Об утверждении квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки "Здравоохранение и медицинские науки".
6. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 23.07.2010 № 541н «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих», раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»;
7. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 15.05.2012 № 543н «Об утверждении Положения об организации оказания первичной медико-санитарной помощи взрослому населению»;
8. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи».
9. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 29 января 2016 г. № 38н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи по профилю «гериатрия».
10. Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 5 февраля 2016 г. N 164-р).
11. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 14 апреля 2015 г. № 187н "Об утверждении Порядка оказания паллиативной медицинской помощи взрослому населению"
12. Приказ Минобрнауки России от 25.08.2014 N 1073 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 31.08.31 Гериатрия (уровень подготовки кадров высшей квалификации)" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.10.2014 N 34386

АННОТАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
ПО ТЕМЕ
«Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения»

Специальность		Гериатрия
Тема		«Актуальные вопросы профилактики преждевременного старения»
Цель		Совершенствование имеющихся компетенций для повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации
Категория обучающихся		Врачи гериатры, врачи терапевты участковые
Трудоемкость		36 акад. час
Форма обучения		очная
Режим занятий		6 акад. часов в день
Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию в результате освоения программы (при наличии)	ПК-1	готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания
	ПК-2	готовность к проведению профилактических медицинских осмотров, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения
	ПК-3	готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья взрослого населения и подростков
	ПК-4	готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем
	ПК-5	готовность к ведению и лечению пациентов пожилого и старческого возраста
	ПК-6	готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской

		реабилитации
Характеристика новых компетенций, формирующихся в результате освоения программы (при наличии)	нет	
Разделы программы	Раздел 1	Современные тенденции развития системы профилактики преждевременного старения
	Раздел 2	Организация проведение мероприятий по профилактике преждевременного старения
Обучающий симуляционный курс	Да	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные гериатрические синдромы 2. Старческая астения. Саркопения: причины, факторы риска, способы их выявления 3. Падения: причины, факторы риска, способы их выявления 4. Хронический болевой синдром: причины, способы верификации 5. Расчёт энергетической потребности организма пожилого человека 6. Оценка питания с помощью опросников (Mini Nutritional Assessment) 7. Методика планирования и проведения физических упражнений 8. Основы техники ходьбы с палками 9. Контроль интенсивности и самоконтроль во время и после занятий по физической культуре 10. Особенности питания и физической активности при легкой деменции упражнений 11. Тренировка памяти
Применение дистанционных образовательных технологий	Да	Изучение нормативно-правовых актов
Стажировка	нет	
Формы аттестации		Промежуточная аттестация, итоговая аттестация