

**Перелік питань до ІСПИТУ з дисципліни «ГІГІЄНА ТА ЕКОЛОГІЯ»  
для студентів II курсу медичного факультету  
галузі знань 22 «Охорона здоров'я»  
спеціальності 222 «Медицина»,  
(літня екзаменаційна сесія)**

**Розділ Загальні питання гігієни та екології.**

1. Гігієна як наука. Значення гігієни у практичній діяльності лікаря у т.ч. лікаря загальної практики, сімейного лікаря.
2. Методи та методики гігієнічних досліджень, їх класифікація. Методи вивчення стану навколишнього середовища і його гігієнічної оцінки, методи вивчення впливу навколишнього середовища на здоров'я людини.
3. Визначення поняття «профілактика», види профілактики (громадська та особиста, первинна, вторинна та третинна), визначальні пріоритети.
4. Джерела інфекції гострої респіраторної вірусної хвороби COVID-19, спричиненої SARS-COV-2 та особливості поширення збудника поміж людей. Заходи загальної та індивідуальної профілактики коронавірусної інфекції.
5. Історія виникнення та основні етапи розвитку гігієни. Розвиток гігієни в Україні.
6. Історія становлення і розвитку кафедри загальної гігієни з екологією ЛНМУ імені Данила Галицького. Львівська наукова школа. Основні напрямки наукових досліджень кафедри.
7. Санітарне законодавство. Різновиди санітарії. Поняття про санітарний нагляд, його організація.
8. Держпродспоживслужба України, основні завдання. Центр громадського здоров'я Міністерства охорони здоров'я України, основні завдання.
9. Екологія навколишнього середовища: мета, завдання, методи досліджень, основні напрямки, роль у збереженні здоров'я та профілактиці захворювань. Екологічна ситуація в Україні.
10. Навколишнє середовище та здоров'я людини. Актуальні питання гігієни в умовах аридного і гумідного клімату тропічної зони.
11. Гігієнічне нормування чинників навколишнього середовища. Значення гігієнічного нормування шкідливих хімічних речовин.

**Гігієна повітря, клімат, погода. Гігієна житла.**

12. Сонячна радіація та її гігієнічне значення (спектр сонячного випромінювання, характеристика фізичних властивостей та біологічної дії, можливі зрушення у стані здоров'я та захворювання). Інсоляція приміщень, види інсоляційних режимів.
13. Діапазон довжини хвиль ультрафіолетової частини сонячного спектра біля земної поверхні. Біологічний вплив довгохвильового, середньохвильового і

короткохвильового ультрафіолетового випромінювання. Поняття про біодозу, профілактичну і оптимальну дозу ультрафіолетового випромінювання.

14. Використання ультрафіолетового бактерицидного випромінювання для знезараження повітря та дезінфекції поверхонь в приміщеннях закладів охорони здоров'я та установ. (Наказ № 882 від 06.05.2021 р. «Про затвердження санітарно-протиепідемічних правил і норм використання ультрафіолетового бактерицидного випромінювання для знезараження повітря та дезінфекції поверхонь в приміщеннях закладів охорони здоров'я та установ/закладів надання соціальних послуг/соціального захисту населення»)

15. Вплив надмірного ультрафіолетового випромінювання на організм. Ультрафіолетова недостатність, умови її виникнення. Профілактичні заходи.

16. Діапазон довжини хвиль інфрачервоної частини сонячного спектра біля земної поверхні. Фізіологічний вплив інфрачервоного випромінювання на організм. Профілактика теплового удару.

17. Гігієнічні вимоги до природного та штучного освітленні приміщень. Зрушення у стані здоров'я та захворювання, що виникають в умовах недостатнього освітлення. Профілактичні заходи.

18. Атмосфера як елемент біосфери та фактор здоров'я (структура, склад, властивості). Охорона атмосферного повітря від забруднень. Можливі зрушення у стані здоров'я при зміні складу атмосферного повітря, профілактичні заходи.

19. Метеорологічні фактори. Зрушення у стані здоров'я та захворювання, що зумовлені впливом метеофакторів. Заходи профілактики.

20. Атмосферний тиск, біологічна дія. Профілактика гірської, висотної і кесонної хвороб.

21. Вентиляція приміщень та її гігієнічне значення. Гігієнічна характеристика систем, видів вентиляції приміщень. Показники якості повітря та ефективності вентиляції у приміщенні.

22. Мікроклімат приміщень та його гігієнічне значення. Класифікація мікроклімату.

23. Гігієнічна вимоги до опалення приміщень, його види.

24. Шляхи тепловіддачі організму та їхнє значення для терморегуляції організму. Перегрівання, тепловий удар, переохолодження, їхня профілактика.

25. Гігієнічна оцінка комплексного впливу параметрів мікроклімату на теплообмін людини (еквівалентно-ефективні, результуючі температури). Зрушення у стані здоров'я та захворювання, що зумовлені впливом метеофакторів. Заходи профілактики.

26. Клімат та здоров'я населення (визначення, класифікація, кліматоформуєчі та кліматохарактеризуючі фактори, їх гігієнічна характеристика).

27. Акліматизація людини. Особливості акліматизації у південних та північних широтах. Використання кліматичних факторів з оздоровчою та профілактичною метою.

28. Погода (визначення, класифікація, погодоформуєчі та погодохарактеризуючі фактори), вплив на організм людини. Геліометеотропні

реакції та геліометеотропні захворювання людини, їхня профілактика.

29. Медичні класифікації погоди, значення показників, які лежать в їх основі.

30. Хімічний склад атмосферного і видихуваного повітря. Фізіологічне значення окремих його компонентів.

31. Антропогенне забруднення повітря приміщень і його вплив на організм. Гігієнічне значення вуглекислого газу в повітрі приміщень, гігієнічні нормативи вуглекислого газу в повітрі приміщень.

32. Умови життя в населених пунктах та здоров'я людини. Особливості формування міського середовища і гігієнічні аспекти життя в сучасному місті. Урбанізація як соціально-гігієнічна проблема.

33. Планування та забудова території населеного пункту. Принципи функціонального зонування території населених пунктів. Гігієнічне значення зелених насаджень у населених пунктах.

### **Гігієна води та водопостачання. Гігієна ґрунту та очищення населених місць**

34. Порівняльна гігієнічна характеристика основних джерел водопостачання.

35. Централізована і децентралізована система водопостачання, їх порівняльна гігієнічна характеристика.

36. Загальна схема облаштування головних споруд водопроводу з підземних та поверхневих джерел водопостачання. Водопровідна мережа та її облаштування.

37. Основні елементи та правила благоустрою шахтного колодязя. „Санация” колодязів і знезараження води в них.

38. Гігієнічні вимоги до організації санітарно-захисних зон в місці водозабору.

39. Правила відбору проб води для повного та скороченого аналізу з вододжерел та водогону, прилади. Методика консервування та транспортування.

40. Показники якості питної води за ДСанПІН № 2.2.4 – 171 - 10.

41. Вода як джерело інфекційних захворювань Гігієнічні вимоги до питної води за показниками епідемічної безпеки.

42. Вода як джерело неінфекційних захворювань.

43. Фтор як токсикологічний показник якості води. Гігієнічні нормативи вмісту фтору у питній воді в залежності від кліматичного регіону. Ендемічний флюороз і карієс, умови виникнення і шляхи профілактики.

44. Загальні методи покращання якості води, їхня сутність.

45. Спеціальні методи покращання (кондиціонування) води.

46. Гігієнічна характеристика фізичних ( безреагентних) методів знезаражування води.

47. Гігієнічна характеристика хімічних ( реагентних) методів знезаражування води.

48. Міжнародний стандарт питної води та особливості його використання в умовах тропіків.

49. Гігієнічна характеристика водних ресурсів та джерел водопостачання в аридних (засушливих) та гумідних (зволожених) зонах тропіків.
50. Гігієнічна характеристика методів і засобів очищення, знезаражування, спеціальних методів кондиціонування води в умовах тропіків.
51. Комплексна гігієнічна оцінка санітарного стану ґрунту.
52. Поняття про біогеохімічні провінції. Профілактика біогеохімічних ендемій.
53. Роль ґрунту у виникненні та розповсюдженні інфекційних захворювань та інвазій.
54. Методика гігієнічного нормування вмісту шкідливих хімічних речовин у ґрунті.
55. Загальна схема та споруди для очистки побутових стічних вод. Мала каналізація.
56. Системи видалення рідких відходів (асенізація, каналізація), їхнє гігієнічне значення. Поняття про малу каналізацію.
57. Гігієнічна характеристика методів очистки стічної води.
58. Збір та транспортування твердих відходів, методи їхнього знешкодження та утилізації.

### **Гігієна харчування.**

59. Гігієнічні принципи раціонального харчування.
60. Методики визначення енерговитрат людини та потреб в основних нутрієнтах.
61. Норми фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах та енергії для різних груп населення (за наказом МОЗ України №1073, 2017 р.), їхнє наукове обґрунтування.
62. Теорії харчування, функції їжі та види харчування.
63. Аліментарна патологія, її розповсюдженість та класифікація. Профілактика аліментарних та аліментарно-зумовлених захворювань.
64. Поняття про харчовий статус організму та методики його оцінки.
65. Показники адекватності та збалансованості харчування. Методи та засоби медичного контролю за харчуванням окремих груп населення.
66. Класифікація харчових продуктів. Гігієнічна оцінка харчових продуктів. Поняття про фальсифіковані, рафіновані продукти, сурогати.
67. Фізіолого-гігієнічне значення білків у харчуванні людини. Захворювання, зумовлені дефіцитом та надлишком білків та їхня профілактика. Поняття про білково-енергетичну недостатність.
68. Фізіолого-гігієнічне значення вуглеводів у харчуванні людини. Захворювання, зумовлені дефіцитом та надлишком вуглеводів їхня профілактика.
69. Фізіолого-гігієнічне значення жирів у харчуванні людини. Захворювання, зумовлені дефіцитом та надлишком жирів та їхня профілактика.
70. Фізіолого-гігієнічне значення вітамінів у харчуванні людини. Гіпо- та авітамінози.
71. Гігієнічне значення макро- та мікроелементів у харчуванні людини. Захворювання, що зумовлені дефіцитом та надлишком мікроелементів,

профілактика.

72. Ендемічний зоб як гігієнічна проблема, його етіологія, профілактика.

73. Харчова і біологічна цінність молока та молочних продуктів. Кисломолочні продукти та їхнє лікувальне значення Показники якості та ознаки фальсифікації і псування молока.

74. Харчова і біологічна цінність продуктів переробки зерна. Показники якості та псування борошна.

75. Харчова і біологічна цінність овочів та фруктів, їхнє гігієнічне значення.

76. Харчова і біологічна цінність м'яса та м'ясних продуктів. Гігієнічні вимоги до м'яса і м'ясних продуктів. Профілактика захворювань, що пов'язані із споживанням недоброякісних м'ясних продуктів.

77. Харчова і біологічна цінність риби. Гігієнічні вимоги до риби і рибних продуктів. Захворювання, що пов'язані зі споживанням рибних продуктів.

78. Гігієнічна характеристика методів і засобів консервування харчових продуктів.

79. Харчові отруєння, їхня класифікація, обов'язки лікаря, який першим установив діагноз харчового отруєння. Профілактика харчових отруєнь.

80. Харчові токсикоінфекції. Етіологія, профілактика.

81. Ботулізм. Етіологія, профілактика.

82. Стафілококова інтоксикація. Етіологія, профілактика.

83. Харчові отруєння немікробної природи. Етіологія, профілактика.

84. Харчові отруєння мікробної природи. Етіологія, профілактика.

85. Харчові отруєння хімічної природи та їхня профілактика.

86. Генетично-модифіковані продукти та соціально-гігієнічні проблеми пов'язані з їхнім використанням.

87. Поняття про харчові та біологічні добавки, їхнє значення.

88. Гігієнічні вимоги до харчування людей різних вікових груп, професій, спортсменів.

89. Особливості харчування студентів.

90. Наукові принципи гігієнічного нормування хімічних речовин в харчових продуктах.

## **Розділ «Спеціальні питання гігієни та екології»**

### **Гігієна дітей і підлітків.**

91. Чинники навколишнього середовища та соціальні умови життя, що впливають на процеси формування здоров'я дітей і підлітків. Основні критерії здоров'я. Розподіл дітей і підлітків за групами здоров'я.

92. Зрушення у стані здоров'я та захворюваності, які зумовлені дією чинників навколишнього середовища та умов перебування учнів у навчальних закладах.

93. Система управління станом здоров'я дітей і підлітків. Роль сімейного лікаря у формуванні сприятливих гігієнічних умов виховання та навчання дитини.

94. Фізичний розвиток як один з найважливіших критеріїв оцінки стану

здоров'я. Показники фізичного розвитку дітей та підлітків, правила антропометрії.

95. Поняття про календарний та біологічний вік, показники рівня біологічного розвитку дітей і підлітків. Сучасні уявлення про акселерацію і децелерацію дітей і підлітків.

96. Поняття про шкільну зрілість. Гігієнічні основи та методика визначення функціональної готовності дитини до навчання у школі.

97. Методи оцінки фізичного розвитку дітей і підлітків. Методи оцінки стану здоров'я та фізичного розвитку організованих дитячих колективів.

98. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки, будівлі та групової секції дитячого дошкільного закладу. Принцип групової ізоляції та його значення.

99. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки і будівлі загальноосвітнього навчального закладу відповідно до санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти (2020 р.). Принцип функціонального зонування та його значення.

100. Гігієнічні вимоги до освітлення класу у загальноосвітній школі. Зрушення у стані здоров'я дітей, що виникають в умовах недостатнього освітлення. Профілактичні заходи.

101. Санітарний регламент для закладів загальної середньої освіти (Наказ № 1111/35394 від 10.11.2020 р.). Гігієнічні вимоги до організації навчально-виховного процесу у сучасних загальноосвітніх закладах.

102. Особливості навчально-виховного процесу в гімназіях, ліцєях, дитячих санаторіях та оздоровчих установах.

103. Гігієнічні вимоги до розкладу занять у школі та методика його оцінки. Гігієнічні вимоги до організації і методики проведення уроку.

104. Гігієнічні вимоги до навчальних меблів та їх фізіологічне обґрунтування. Правила маркування парт, інших навчальних меблів та розсаджування учнів. Гігієнічні вимоги до розміщення навчальних меблів у шкільному класі.

105. Гігієнічні вимоги до шкільних підручників та навчальних посібників.

106. Гігієнічні вимоги до режиму дня дітей та підлітків (основні режимні елементи, їхня тривалість, гігієнічні принципи оцінки режиму дня).

107. Гігієнічні принципи раціональної організації фізичного виховання дітей і підлітків. Види, засоби та форми фізичної культури в сучасних навчальних закладах.

108. Лікарський контроль за організацією занять фізичною культурою та гігієнічні аспекти медичного забезпечення фізичного виховання дітей і підлітків

109. Організація харчування дітей в дитячих дошкільних та шкільних навчально-виховних закладах та контроль за ним. (Постанова № 305 від 24 березня 2021 р. (Київ) «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку». (Із змінами, внесеними згідно з Постановами КМ [№ 786 від 28.07.2021](#), [№ 823 від 11.08.2021](#), [№ 871 від 18.08.2021](#))).

### **Гігієна праці.**

110. Фізична та розумова праця. Фізіологічні зрушення при фізичній і

розумовій праці в різних органах та системах. Статична і динамічна (позитивна і негативна) робота.

111. Гігієнічна оцінка ступеня важкості і напруженості процесу праці, показники їх оцінки (функціональні та ергонометричні).

112. Гігієна розумової та операторської праці, провідні принципи та методи її організації.

113. Професійні шкідливості, їхня класифікація. Шкідливі і небезпечні чинники на виробництві. Гігієнічна характеристика умов праці - оптимальних, допустимих, шкідливих та небезпечних (екстремальних).

114. Працездатність та її фази. Зміни працездатності упродовж робочого дня та тижня. Крива працездатності. Темп, ритм та монотонність праці, динамічний стереотип. Втома та перевтома, основи їхньої профілактики. Наукова організація праці.

115. Вимушене положення тіла і напруження окремих груп м'язів, як професійна шкідливість. Профілактика захворювань, що викликані вимушеним положенням тіла.

116. Ультрафіолетова радіація як виробнича шкідливість. Профілактичні заходи.

117. Інфрачервона радіація як виробнича шкідливість. Профілактика захворювань при роботі, що пов'язана з впливом інфрачервоної радіації.

118. Виробничий мікроклімат, фактори, що його зумовлюють, вплив несприятливого мікроклімату на здоров'я працюючих, профілактичні заходи.

119. Шум як виробнича та побутова шкідливість (характеристика фізичних властивостей і біологічної дії, прилади та одиниці вимірювання). Специфічні і неспецифічні реакції організму на дію шуму; шумова хвороба, її профілактика.

120. Поняття про інфразвук та ультразвук. Профілактика шкідливої дії на організм.

121. Вібрація як виробнича шкідливість. Вплив загальної і локальної (низько- та високочастотної) вібрації на організм працюючих. Профілактика шкідливої дії виробничої вібрації.

122. Електромагнітне випромінювання як виробнича шкідливість (характеристика фізичних властивостей і біологічної дії). Профілактика шкідливої дії НВЧ-поля.

123. Гігієнічні правила для користувачів за умов роботи з персональними комп'ютерами та при експлуатації мобільних телефонів.

124. Гігієнічна оцінка лазерного випромінювання, біологічні ефекти, профілактика шкідливої дії лазерного випромінювання, його застосування у медичній практиці.

125. Класифікація пилу за походженням, хімічним складом, дисперсністю, способом утворення. Аерозолі дезінтеграції та конденсації. Види впливу пилу на організм.

126. Пневмокониоз, їхні види, профілактика. Гігієнічні нормативи пилу у повітрі робочої зони в залежності від вмісту діоксиду кремнію. Профілактика пилової патології на виробництві.

127. Поняття про токсичність і небезпечність речовин. Класи небезпечності

промислових отрут, показники.

128. Токсикометрія, токсикокінетика, токсикодинаміка. Основні параметри токсикометрії.

129. Наукові принципи гігієнічного нормування ксенобіотиків. Принцип пороговості, поріг шкідливої і нешкідливої дії. Поняття про лімітуючу ознаку шкідливості.

130. Поняття про гігієнічний норматив, його різновиди. Види гігієнічних нормативів: гранично допустимі концентрації (ГДК) у різних середовищах, максимально разова концентрація (ГДК<sub>м.р.</sub>) речовини в атмосферному повітрі та повітрі робочої зони, середньодобова концентрація речовини (ГДК<sub>с.д.</sub>) в атмосферному повітрі, середньозмінні (ГДК<sub>с.з.</sub>) у виробничому середовищі, максимально допустимі рівні (МДР) пестицидів і нітратів у харчових продуктах, ДДД - допустима добова доза, ДКМ – допустима кількість міграції (в середовище з полімерних та інших матеріалів).

131. Поняття про матеріальну, функціональну, змішану кумуляцію. Ступені кумуляції, критерії оцінки при ентеральному введенні ксенобіотиків.

132. Комбінована, комплексна, поєднана дія факторів виробничого середовища і довкілля, методи оцінки.

133. Промислові отрути, їхня класифікація, шляхи надходження в організм, виведення. Групи заходів з профілактики професійних отруень.

134. Професійні отруєння, їхні види. Канцерогенні, мутагенні, алергенні, нейротоксичні та геронтогенні чинники у виробництві та профілактика їхнього шкідливого впливу.

135. Професійне отруєння свинцем, профілактика.

136. Професійне отруєння ртуттю, профілактика.

137. Професійне отруєння чадним газом, профілактика.

138. Нітросполуки, їхня виробнича шкідливість (біологічна дія). Профілактика захворювань, що пов'язані з впливом цих сполук.

139. Біологічні фактори у медичних підрозділах та виробництві. Гігієнічна оцінка умов праці. Профілактика несприятливої дії біологічних факторів.

140. Гігієна праці лікарів різних спеціальностей. Характеристика праці лікарів за важкістю, напруженістю, шкідливістю та небезпечністю. Профілактика професійних захворювань.

141. Гігієна сільськогосподарської праці (сільських механізаторів, працівників тваринництва). Зрушення у стані здоров'я та заходи щодо їхньої профілактики.

142. Гігієна праці при роботі з пестицидами. Класифікація пестицидів, заходи профілактики захворювань.

143. Професійні та професійно зумовлені захворювання медичних працівників. Заходи по оздоровленню умов праці медичних працівників. Засоби і заходи індивідуального захисту медичних працівників від інфікування збудником коронавірусної інфекції COVID-19.

## **Гігієна лікувально-профілактичних закладів. Радіаційна гігієна.**



144. Поняття про ситуаційний та генеральний плани забудови лікарняних закладів, гігієнічні вимоги до основних показників забудови (віддаленість від джерел забруднення повітря, ґрунту, площа, щільність забудови та озеленення, взаєморозміщення будівель, санітарний благоустрій ділянки).

145. Системи забудови лікарень, гігієнічна характеристика.

146. Гігієнічні вимоги до земельної ділянки лікарні, її площі, щільності забудови, озеленення, відстаней між будівлями. Зонування лікарняної ділянки.

147. Поняття про палатну секцію соматичного відділення для дорослих. Структура палатної секції соматичного відділення для дорослих, кількість ліжок і палат у ній, її розташування.

148. Гігієнічні вимоги до місткості, площі лікарняної палати соматичного відділення для дорослих, розташування ліжок в ній.

149. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації терапевтичного відділення лікарні. Санітарно – протиепідемічний режим.

150. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації хірургічного відділення лікарні. Санітарно – протиепідемічний режим.

151. Операційний блок, його структура. Поняття про септичні та асептичні операційні, їхнє поповерхове розташування. Зонування операційного блоку, набір приміщень, що входять до кожної зони.

152. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації інфекційного відділення лікарні. Гігієнічні вимоги до планування, місткості і площ боксів, півбоксів, боксованих палат.

153. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації дитячого відділення лікарні. Санітарно – протиепідемічний режим.

154. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації перинатальних центрів. Санітарно – протиепідемічний режим.

155. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації акушерського стаціонару. Санітарно – протиепідемічний режим.

156. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації приймальних відділень лікарень, набір приміщень.

157. Особливості прийому хворих у соматичні відділення для дітей, інфекційні, акушерські відділення та зумовлені ними планувальні особливості приймальних відділень.

158. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації поліклінічних відділень. Планувальні особливості дорослих і дитячих поліклінік.

159. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації рентгенологічного відділення. Санітарно – дозиметричний контроль.

160. Гігієнічні вимоги до улаштування, обладнання та експлуатації радіологічного відділення. Санітарно – дозиметричний контроль. Гігієнічна оцінка ефективності протирадіаційного захисту.

161. Гігієнічна характеристика іонізуючого випромінювання (фізичні властивості, біологічна дія, види доз, прилади та одиниці вимірювання). Гігієнічні принципи радіаційного контролю. Норми радіаційної безпеки.

162. Гігієнічна характеристика факторів, які визначають характер і важкість променевих ушкоджень. Кількісні та якісні характеристики радіонуклідів та

іонізуючих випромінювань. Гігієнічні принципи радіаційного контролю.

163. Стохастичні та нестохастичні наслідки опромінення персоналу та населення внаслідок аварії на ЧАЕС.

164. Гігієнічні основи протирадіаційного захисту у медицині, промислових та побутових умовах. Методика оцінки радіаційного фону місцевості. Основні санітарні правила роботи з радіоактивними речовинами.

165. Вимоги до особистої гігієни медперсоналу та пацієнтів. Гігієнічний режим хворого. Терміни заміни білизни.

166. Поняття про інфекції, пов'язані з наданням медичної допомоги (ПНМД), джерела, шляхи передачі. Причини поширення та наслідки ПНМД у лікувальних установах. Заходи профілактики ПНМД. Неспецифічна і специфічна профілактика. Наказ № 1614 від 03.08.2021 р. «Про організацію профілактики інфекцій та інфекційного контролю в закладах охорони здоров'я та установах (зкладах надання соціальних послуг) соціального захисту населення».

167. Роль мікробного обсіменіння повітря, інструментів, предметів лікарняного побуту і догляду за хворими в поширенні інфекцій, пов'язаних з наданням медичної допомоги. Критерії бактеріальної чистоти повітря в лікарнях.

168. Етіологія, джерела та шляхи передачі ВІЛ-інфекції. Первинна профілактика ВІЛ-інфекції. Методи профілактичної роботи серед школярів, підлітків та молоді стосовно запобігання інфікуванню ВІЛ-інфекцією.

169. Поняття санітарно-гігієнічного, протиепідемічного та лікувально-щадного режиму лікарні. Режим прибирання, провітрювання та УФ опромінення приміщень лікарні. Гігієнічні вимоги до водопостачання, каналізування лікувальної установи, видалення сміття.

170. Джерела забруднення навколишнього середовища медичними та фармацевтичними відходами, небезпечність для довкілля і людини.

171. Державні санітарно-протиепідемічні правила і норми щодо поводження з медичними відходами (Наказ від 08.06.2015 р. № 325). Категорії медичних відходів. Етапи системи поводження з відходами. Шляхи знешкодження медичних та фармацевтичних відходів. Лікарські препарати як забруднювальні речовини для довкілля, їхня утилізація.

172. Принципи лікувально-профілактичного харчування. Раціони і види лікувально-профілактичного харчування.

173. Поняття про фармакологічну дію їжі. Лікувальне (дієтичне) харчування, принципи його побудови, значення у комплексній терапії та профілактиці захворювань.

174. Роль білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, вітамінів у лікувальному харчуванні.

175. Лікувальні та дієтичні властивості м'яса, риби, молока, яєць, їхнє значення у лікувальному харчуванні.

176. Лікувальні та дієтичні властивості овочів, фруктів, круп, борошна, хліба, їхнє значення у лікувальному харчуванні.

177. Сучасні вимоги щодо удосконалення лікувального (дієтичного) харчування у лікувально-профілактичних закладах. Наказ МОЗ України № 931 від 29.10.2013 р. «Про удосконалення організації лікувального харчування та

роботи дієтологічної системи в Україні».

178. Гігієнічні вимоги до приготування страв з метою збереження вітамінів.

179. Основні принципи планування приміщень харчоблоку лікарні. Типи забудови. Набір приміщень харчоблоку.

180. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання приміщень харчоблоку, механічного та немеханічного обланання. Правила миття кухонного і столового посуду.

181. Санітарно-гігієнічні вимоги до приймання продуктів на харчоблок лікарні. Правила зберігання та контроль за якістю продовольчої сировини і готової їжі.

182. Санітарно-гігієнічні вимоги до видачі готової їжі з кухні, транспортування і роздачі їжі у відділеннях.

### **Основні джерела, шляхи, масштаби забруднення довкілля. Природні та антропогенні катастрофи. Організація санітарно-гігієнічних заходів при надзвичайних ситуаціях.**

183. Основні джерела та шляхи забруднення довкілля чинниками фізичної, хімічної та біологічної природи.

184. Визначення та класифікація надзвичайних ситуацій (НС) за походженням, масштабами, швидкістю розвитку.

185. Природні катастрофи (повені, землетруси, зсува, селі), їхні екологічні і медичні наслідки.

186. Техногенні катастрофи, їхні екологічні і медичні наслідки.

187. Соціальні надзвичайні ситуації, їхні медичні наслідки.

188. Ядерні катастрофи, екологічні і медичні наслідки аварії на ЧАЕС.

189. Санітарно-гігієнічні заходи в осередку НС.

190. Умови праці ліквідаторів в осередку НС. Індивідуальні засоби захисту при ліквідації наслідків НС.

### **Здоровий спосіб життя. Особиста гігієна. Наукові основи хроногігієни.**

191. Здоровий спосіб життя, визначення, зміст. Особиста гігієна як галузь гігієнічної науки, її зміст та значення для збереження і зміцнення здоров'я в сучасних умовах.

192. Гігієна тіла, шкіри та волосся, порожнини рота та зуби, засоби догляду за ними, їхня гігієнічна оцінка.

193. Гігієнічні принципи загартовування. Методи, засоби та режими загартовування з використанням природних чинників (сонячне випромінювання, повітря, вода).

194. Профілактика гіпокінезії. Фізична культура як один з найважливіших елементів особистої гігієни в сучасних умовах.

195. Наркоманії, токсикоманії, тютюнопаління, їхній шкідливий вплив на здоров'я. Несприятливий вплив на здоров'я надмірного вживання алкоголю. Профілактичні заходи.

196. Психопрофілактика. Психогігієнічні принципи раціональної організації навчальної та професійної діяльності.

197. Біологічні ритми та стан здоров'я. Десинхроноз. Біоритмологічні принципи раціональної організації навчальної та професійної діяльності.

198. Раціональна організація вільного часу як важливий фактор реалізації амплітудно-фазової програми біоритмів. Поняття про активний та пасивний відпочинок. Гігієна сну.

199. Основні шляхи та засоби гігієнічного навчання та виховання різних груп населення.

200. Порівняльна гігієнічна характеристика одягу та взуття з природних і штучних тканин та матеріалів. Гігієнічні вимоги до одягу і взуття для різних вікових груп населення. Гігієнічна оцінка лікарняного одягу.

201. Гігієнічна характеристика лазень і їх роль у збереженні здоров'я та профілактиці захворювань.

202. Особливості особистої гігієни в умовах аридного і гумідного клімату тропічної зони.

### **Перелік практичних завдань до ІСПИТУ з дисципліни «ГІГІЄНА ТА ЕКОЛОГІЯ»**

1. Визначити показники мікроклімату у приміщенні (принцип, навести приклад).
2. Накреслити (побудувати) «розу вітрів» за наведеними показниками повторюваності вітрів, обрати земельну ділянку для розміщення лікарні у населеному пункті.
3. Визначити індивідуальну еритемну дозу УФ опромінення біологічним методом (принцип).
4. Визначити профілактичну та фізіологічну дозу УФ опромінення (принцип методу).
5. Провести санацію повітря у приміщенні за допомогою УФ опромінювача, оцінити ефективність (алгоритм).
6. Визначити й оцінити кут падіння світлових променів на робоче місце в навчальній аудиторії (алгоритм, навести приклад).
7. Визначити світловий коефіцієнт у навчальній аудиторії (алгоритм, навести приклад).
8. Визначити коефіцієнт природньої освітленості у приміщенні (алгоритм, навести приклад).
9. Визначити штучну освітленість у навчальній аудиторії методом «ват» (принцип методу, навести приклад).
10. Визначити фактичну кратність повітрообміну у приміщенні за вмістом вуглекислого газу (алгоритм, навести приклад).
11. Визначити необхідну кратність повітрообміну у приміщенні за вмістом вуглекислого газу (алгоритм, навести приклад).
12. Провести профілактичну санацію шахтного колодязя (алгоритм).
13. Визначити постійну жорсткість води (принцип методу, алгоритм).
14. Визначити індивідуальні добові енерговитрати найпростішим методом.
15. Визначити індивідуальні потреби у вуглеводах.

16. Визначити індивідуальні потреби у білках.
17. Визначити індивідуальні потреби у жирах.
18. Визначити енергоцінність раціону (сніданку, обіду, вечері).
19. Визначити адекватність харчування за меню — розкладкою (алгоритм дій).
20. Визначити індивідуальний Індекс маси тіла.
21. Визначити показники харчового статусу (алгоритм).
22. Визначити функціональну готовність дитини до навчання у школі (навести критерії).
23. Визначити у молоці залишки соди і крохмалю (принцип методів).
24. Визначити густину молока (принцип методу).
25. Дії лікаря при розслідуванні харчового отруєння.
26. Дати рекомендації щодо профілактики харчових отруєнь мікробного та немікробного походження.
27. Визначити календарний вік дитини в день обстеження, оцінити її фізичний розвиток дитини за методом шкал регресії.
28. Визначити вірогідність відмінностей показників фізичного розвитку дітей.
29. Визначити основні розміри шкільної парти (стола і стільця), описати відповідність анатомічним розмірам:
  - а) висота парти (стола) і висота стільця;
  - б) диференція, і дистанція спинки стільця;
  - в) диференція парти, дистанція сидіння.
30. Визначити клас умов праці за важкістю, напруженістю, шкідливістю і небезпечністю.
31. Визначити (обрати) місце розташування земельної ділянки у населеному пункті для будівництва лікарні.
32. Провести обстеження санітарно-гігієнічних умов у лікарняній палаті терапевтичного відділення (алгоритм виконання):
  - а) визначити параметри мікроклімату, зазначити гігієнічні нормативи;
  - б) визначити параметри якості повітря, зазначити гігієнічні нормативи;
  - в) визначити параметри природного і штучного освітлення, зазначити гігієнічні нормативи.
33. Організація лікувального харчування.
34. Порядок призначення лікувального харчування хворим у лікарні.
35. Провести санітарно-гігієнічний контроль за якістю харчових продуктів і готової їжі у лікувально-профілактичних закладах (алгоритм).
36. Провести обстеження дотримання санітарно-гігієнічних умов у харчоблоці лікарні (алгоритм).
37. Порядок проведення бракеражу та видачу готової їжі з кухні у палатні відділення.
38. Алгоритм проведення гігієнічної обробки рук медичного персоналу.
39. Розрахувати параметри захисту від зовнішнього опромінення при роботі з джерелами  $\alpha$ ,  $\beta$ ,  $\gamma$  та рентгенівським випромінюванням (товщину стін).
40. Накреслити план-схему рентгенкабінету.
41. Накреслити план-схему боксу інфекційної лікарні.

Завідувач кафедри

проф. Федоренко В.І.

©