Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования «Красноярский государственный

медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Фармацевтический колледж

# Д Н Е В Н И К

**ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ**

Наименование практики «Здоровый человек и его окружение»

Ф.И.О. Ховалыг Чайзат Аяновна

Место прохождения практики \_\_\_ дистанционно \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (медицинская организация, отделение)

с «24» июня 2020 г. по «30 » июня 2020г

Руководители практики:

Общий - Ф.И.О. (должность) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Непосредственный - Ф.И.О. (должность) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Методический руководитель- Ф.И.О. (должность) Филенкова Н.Л.

Красноярск

2020

Содержание

1. Цели и задачи практики

2. Знания, умения, практический опыт, которыми должен овладеть обучающийся после прохождения практики

3. Тематический план

4. График прохождения практики

5. Инструктаж по технике безопасности

6. Содержание и объем проведенной работы

7. Манипуляционный лист

8. Отчет (цифровой, текстовой)

**Цель и задачи прохождения производственной практики**

**Цель** производственной практики «Здоровый человек и его окружение» состоит в закреплении и углублении теоретической подготовки обучающегося, приобретении им практических умений, формировании компетенций, составляющих содержание профессиональной деятельности медицинской сестры.

**Задачи**:

1. Ознакомление со структурой детской поликлиники и организацией работы среднего медицинскогоперсонала.
2. Обучение студентов проведению мероприятий по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.
3. Обучение студентов оформлению медицинской документации.
4. Формирование основ социально-личностной компетенции путем приобретения студентом навыков межличностного общения с медицинским персоналом и пациентами.
5. Адаптация обучающихся к конкретным условиям деятельности учреждений здравоохранения.

**Знания, умения, практический опыт, которыми должен овладеть обучающийся после прохождения практики**

**Знать:**

1. Современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья.
2. Основы иммунопрофилактики различных групп населения.
3. Принципы рационального и диетического питания.
4. Роль сестринского персонала при проведении диспансеризации населения и работе «школ здоровья».

**Уметь:**

1. Проводить обучение населения принципам здорового образа жизни.
2. Проведение и осуществление оздоровительных и профилактических мероприятий.
3. Консультировать пациента и его окружения по вопросам иммунопрофилактики.
4. Консультировать по вопросам рационального и диетического питания, физического и нервно-психического развития.
5. Организовать мероприятия по проведению диспансеризации.

**Приобрести практический опыт:** проведение профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода.

**Тематический план**

|  |  |
| --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов и тем практики** |
|
|
| **1.** | **Детская поликлиника** |
| 1.1 | Педиатрический участок |
| 1.2 | Прививочный кабинет |
| 1.3 | Кабинет здорового ребенка |
| 1.4 | Медицинский кабинет ДОУ, школы |

**График прохождения практики**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов и тем практики** | **Всего часов** |
|
|
| **1.** | **Детская поликлиника** | **36** |
| 1.1 | Педиатрический участок | 18 |
| 1.2 | Прививочный кабинет | 6 |
| 1.3 | Кабинет здорового ребенка | 6 |
| 1.4 | Медицинский кабинет ДОУ, школы | 6 |
|   | **Итого** | **36** |
| **Вид промежуточной аттестации** | дифференцированный зачет |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Содержание и объем проведенной работы | Оценка | Подпись |
| 24.06.2020 | **План 1 Рабочего дня**1.Утренний туалет новорожденного. 2.Гигиеническая ванна для грудного ребенка. 3. Задача: ребенку 9 мес.на естественном вскармливании. Масса при рождении 3500.Рассчитать сут. и разовый объем пищи, составить меню.**Утренний туалет новорожденного и грудного ребенка (в условиях стационара).**Показания:- соблюдение гигиены тела;- обеспечение универсальной потребности ребенка «быть чистым»;- формирование навыков чистоплотности.Оснащение:- стерильные ватные шарики и жгутики;- стерильное растительное масло;- раствор фурациллина 1:5000;- шпатель, пинцет;- 2% таниновая мазь;- лоток для стерильного материала;- лоток для обработанного материала;- чистый набор для пеленания или одежда, расположенная на пеленальном столике;- дезинфицирующий раствор, ветошь;- мешок для грязного белья;- резиновые перчатки и фартук.Выполнение процедуры:

|  |
| --- |
| -Объяснить маме (родственникам) цель и ход выполнения процедуры.  |
| -Подготовить необходимое оснащение. |
| -Вымыть и осушить руки, надеть перчатки. Обработать пеленальный столик дезинфицирующим раствором и постелить на него пеленку. |
| -Раздеть ребенка (при необходимости подмыть) и положить на пеленальный столик. Сбросить использованную одежду в мешок для грязного белья. |
| -Обработать ребенка ватными шариками, смоченными в растворе фурациллина от наружного угла глаза к внутреннему ( для каждого глаза использовать отдельный тампон). |
| -Умыть ребенка тампоном, смоченным раствором фурациллина в следующей последовательности: лоб, щеки, кожа вокруг рта. |
| -Почистить носовые ходы тугими ватными жгутиками, смоченными в растительном масле, вводя в каждый носовой ход отдельный жгутик вращательными движениями. |
| -При необходимости уши ребенка прочистить сухими ватными жгутиками ( для каждого ушка отдельный жгутик). |
| -Открыть рот ребенка, слегка нажав на подбородок, и осмотреть слизистую рта. |
| -Обработать естественные складки кожи ватными тампонами, смоченными в стерильном масле, меняя их по мере необходимости. Обработку проводить в следующей последовательности: за ушами – шейные – подмышечные -локтевые - лучезапястные и ладонные – подколенные -голеностопные – паховые - ягодичные.Примечание: минимальный расход шариков - два: на верхнюю и нижнюю половину туловища. |

**Утренний туалет новорожденного и грудного ребенка в домашних условиях.**Показания:- соблюдение гигиены тела;- обеспечение универсальной потребности ребенка «быть чистым»;- формирование навыков чистоплотности.Оснащение:- кипяченая вода;- стерильное растительное масло;- ватные шарики и жгутики;- лоток для обработанного материала;- чистый набор для пеленания или одежда, расположенные на пеленальном столике.Подготовка к процедуры:-Объяснить маме (родственникам) цель и ход выполнения процедуры. 1. -Подготовить необходимое оснащение.
2. -Вымыть и осушить руки, на пеленальный столик постелить на пеленку.
3. -Раздеть ребенка (при необходимости подмыть) и положить на пеленальный столик.
4. Выполнение процедуры:
5. -Умыть ребенка промокательными движениями ватным тампоном, смоченным кипяченой водой.
6. -Обработать ребенка ватными шариками, смоченными кипяченой водой, от наружного угла лаза к внутреннему ( для каждого глаза использовать
7. отдельный тампон). Аналогично обработке просушить глаза сухими ватными тампонами.
8. -Почистить носовые ходы тугими ватными жгутиками, смоченными в растительном масле, вводя в каждый носовой ход отдельный жгутик вращательными движениями.
9. -Вращательными движениями прочистить слуховые проходы тугими жгутиками.

*Примечание:* уши ребенку обрабатывают 1 раз в неделю или по мере необходимости.-Открыть рот ребенка слегка, нажав на подбородок,и осмотреть слизистую рта.-Обработать естественные складки кожи ватными тампонами, смоченными в стерильном масле, меняя их по мере необходимости. Обработку проводить в следующей последовательности: - за ушами – шейные – подмышечные – локтевые - лучезапястные и ладонные – подколенные – голеностопные – паховые - ягодичные.Завершение процедуры:-Одеть ребенка и уложить в кроватку.-Убрать пленку с пеленального стола.**Гигиеническая ванна для грудного ребенка.**Показания:- обеспечение универсальной потребности ребенка «быть чистым»;- закаливание ребенка;- формирование навыков чистоплотности.Оснащение:- ванночка для купания;- пеленка для ванны;- кувшин для воды;- водный термометр;- махровая (фланелевая) рукавичка;- детское мыло (шампунь);- махровое полотенце;- стерильное растительное масло (присыпка);- чистый набор для пеленания (одежда), расположенные на пеленальном столике;- дезинфицирующий раствор, ветошь.Обязательные условия:- первую гигиеническую ванну проводить через день после отпадения пуповины;- не купать сразу после кормления;- при купании обеспечить t в комнате 22-24 °С.Подготовка к процедуре:-Объяснить маме (родственникам) цель и ход выполнения процедуры. -Подготовить необходимое оснащение.-Поставить ванночку в устойчивое положение. Обработать внутреннюю поверхность ванночки дезинфицирующим раствором. Вымыть ванночку щеткой и сполоснуть кипятком.-Протереть пеленальный столик дезинфицирующим раствором и приготовить на нем пеленки.-Положить на дно ванночки пеленку, сложенную в несколько слоев ( края пеленки не должны заходить на боковые стенки ванночки).-Положить в ванну водный термометр. Наполнить ванну водой на ½ или 1/3 t воды 36-370С. Примечание: при заполнении ванны водой чередовать холодную и горячую воду, при необходимости добавить несколько капель 5% раствора перманганата калия до бледно-розового окрашивания воды.-Набрать из ванны воду в кувшин для ополаскивания ребенка .-Раздеть ребенка при необходимости подмыть Проточной водой.Выполнение процедуры:-Взять ребенка на руки, поддерживая левой рукой спину и затылок, правой - ягодицы и бедра. Медленно погрузить малыша в воду ( сначала ножки и ягодицы, затем-верхнюю половину туловища). Вода должна доходить до уровня сосков ребенка, верхняя часть груди остается открытой. Освободить руку, продолжая левой поддерживать голову и верхнюю половину туловища ребенка.-Надеть на свободную руку рукавичку, помыть ребенка в следующей последовательности: голова ( от лба к затылку) – шея – туловище - конечности (особенно тщательно промыть естественные складки кожи). Последними обмыть половые органы, межъягодичную область.-Снять рукавичку. Приподнять ребенка над водой и перевернуть ребенка вниз лицом. Ополоснуть малыша водой из кувшина (желательно иметь помощника).-Накинув полотенце, положить ребенка на пеленальный столик. Осушить кожные покровы промокательными движениями.Заключительный этап:-Обработать естественные складки кожи стерильным растительным маслом. Одеть ребенка и уложить в кроватку.-Использованные пеленки, «рукавичку» поместить в мешок для грязного белья ( рукавичку прокипятить). Слить воду из ванны. Обработать внутреннюю поверхность ванны и рабочую поверхность пеленального стола дезраствором. Вымыть и осушить руки.**Задача: ребенку 9 месяцев на естественном вскармливании. Масса при рождении 3500. Рассчитать суточный и разовый объем пищи, составить меню.**Dm= 3500+5950= 9450грV cуточный= 9450 : 10 = 945 млV разовый= 945: 5 = 189 млМеню на 1 день:6.00-грудное молоко 200мл10.00- Молочно-злаковая безглютеновая каша 150мл, яичный желток 1/2, фруктовое пюре 50мл12.00- фруктовый сок 50мл14.00- овощное пюре 100мл, мясное пюре 100мл, белый хлеб 10г18.00- кефир 150мл, творог 50г, печенье 10г22.00- грудное молоко 200 мл

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Итог дня:** | Выполненные манипуляции | Количество |
|  | Утренний туалет новорожденного. | 2 |
|  | Гигиеническая ванна для грудного ребенка. | 1 |
|  | Задача. | 1 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Содержание и объем проведенной работы | Оценка | Подпись |
| 25.06.2020 | **План 2 Рабочего дня**1.Обработка пупочной ранки. 2.Антропометрия(рост,вес, окр головы, груди).3. Задача: ребенку 3 мес. на смешанном вскармливании. Масса при рождении 3300. Рассчитать сут. и разовый объем пищи и составить меню.**Обработка пупочной ранки.**Показания: «открытая» пупочная ранка.Оснащение: - стерильные ватные шарики;- лоток для обработанного материала;- 3%р-р перекиси водорода;- 70%этиловый спирт;- 5%р-р перманганата калия (в условиях стационара);- 1%р-р бриллиантовой зеленки (в домашних условиях);- стерильная пипетка;- набор для пеленания, приготовленный на пеленальном столике;- резиновые перчатки;- емкость с дезинфицирующим раствором, ветошь.Обязательные условия: -при обработке пупочной ранки обязательно растягивать её края ( даже при образовавшейся корочке).Подготовка к процедуре:-Объяснить маме ( родственникам) цель и ход выполнения процедуры. -Подготовить необходимое оснащение.-Вымыть и осушить руки, надеть перчатки. Обработать пеленальный столик дезинфицирующим раствором и постелить на него пеленку.-Уложить ребенка на пеленальном столе.Выполнение процедуры:-Хорошо растянуть края пупочной ранки указательным и большим пальцами левой руки.-Капнуть из пипетки в ранку 1-2 капли 3% раствора перекиси водорода, удалить образовавшуюся в ранке «пену» и корочку стерильной ватной палочкой (сбросить палочку в лоток).-Сохраняя растянутыми края пупочной ранки, обработать её стерильной ватной палочкой, смоченной 70% этиловым спиртом, движением изнутри к наружи (сбросить палочку в лоток). Обработать кожу вокруг ранки этиловым спиртом с помощью ватной палочки движениями от центра к периферии (сбросить палочку в лоток).-Обработать (по необходимости) пупочную ранку (не затрагивая вокруг ранки) 5%раствором перманганата калия или спиртовым раствором бриллиантовой зелени с помощью ватной палочки (сбросить палочку в лоток).Завершение процедуры:-Запеленать ребенка и положить в кроватку.-Убрать пеленку с пеленального стола и поместить её в мешок для грязного белья. Использованные палочки замочить в дез. растворе. Протереть рабочую поверхность пеленального стола дезинфицирующим раствором, снять перчатки, вымыть и осушить руки.**Антропометрия (масса тела, рост, окружность головы, груди).****Измерение массы тела (возраст до 2 лет).**Показания:-оценка адекватности питания ребенка;-оценка физического развития.Оснащение:-чашечные весы;-резиновые перчатки;-емкость с дезинфицирующим раствором, ветошь;-бумага и ручка.Обязательное условие: Взвешивать ребенка натощак, в одно и то же время, после акта дефекацииПодготовка к процедуре:-Объяснить маме/родственникам цель исследования.-Установить весы на ровной устойчивой поверхности. Подготовить необходимое оснащение.-Проверить, закрыт ли затвор весов.-Вымыть и осушить руки, надеть перчатки. Обработать лоток дезинфицирующим раствором с помощью ветоши.-Постелить на лоток сложенную в несколько раз пелёнку ( следить, чтобы она не закрывала шкалу и не мешала движению штанги весов). -Установить гири на нулевые деления. Открыть затвор. Уравновесить весы с помощью вращения противовеса ( уровень коромысла должен совпадать с контрольным пунктом).-Закрыть затвор.Выполнение процедуры:-Уложить ребёнка на весы головой к широкой части (или усадить).-Открыть затвор. Передвинуть «килограммовую» гирю, расположенную на нижней части весов, до момента падения штанги вниз, затем сместить гирю на одно деление влево. Плавно передвинуть гирю, определяющую граммы и расположенную на верхней штанге, до положения установления равновесия.-Закрыть затвор и снять ребёнка с весов.Завершение процедуры:-Записать показатели массы тела ребёнка (фиксируются цифры слева от края гири).-Убрать пелёнку с весов.-Протереть рабочую поверхность весов дезинфицирующим средством. Снять перчатки, вымыть и осушить руки.**Измерение длины тела (у детей до 1-го года).**Показания:- оценка физического развития.Оснащение:- горизонтальный ростомер;- пелёнка;- резиновые перчатки;- ёмкость с дезинфицирующим раствором, ветошь;- бумага, ручка.Подготовка к процедуре:-Объяснить маме/родственниками цель исследования-Установить горизонтальный ростомер на ровной устойчивой поверхности шкалой «к себе». Подготовить необходимое оснащение.-Вымыть и осушить руки, надеть перчатки.-Обработать рабочую поверхность ростомера дезинфицирующим раствором с помощью ветоши.-Постелить пелёнку (она не должна закрывать шкалу и мешать движению подвижной планки).Выполнение процедуры:-Уложить ребёнка на ростомер головой к подвижной планке. Выпрямить ноги малыша лёгким нажатием на колени. Придвинуть к стопам, согнутую под прямым углом, подвижную планку ростомера. По шкале определить длину тела ребёнка.-Убрать ребёнка с ростомера.Завершение процедуры:-Записать результат. Сообщить результат маме.-Убрать пелёнку с ростомера. Протереть рабочую поверхность весов дезинфицирующим средством. Снять перчатки, вымыть и осушить руки.**Измерение окружности грудной клетки.**Показания:- оценка физического здоровья.Оснащение:- сантиметровая лента;- 70% этиловый спирт;- марлевая салфетка;- ручка, бумага.Подготовка к процедуре:-Объяснить маме/родственниками цель исследования, получить согласие мамы-Подготовить необходимое оснащение.-Обработать сантиметровую ленту с двух сторон спиртом с помощью салфетки -Уложить или усадить ребёнкаВыполнение процедуры:Наложить сантиметровую ленту на грудь ребёнка по ориентирам: а) сзади - нижние углы лопаток;б) спереди - нижний край около сосковых кружков(у девочек пубертатного возраста верхний край 4 ребра, над молочными железами). Определить показатели окружности головы. Завершение процедуры:-Записать результат. Сообщить результат ребёнку/маме.**Измерение окружности головы.**Показания:- оценка физического здоровья;- подозрение на гидроцефалию.Оснащение:- сантиметровая лента;- 70% этиловый спирт, марлевая салфетка;- ручка, бумага.Подготовка к процедуре:-Объяснить маме/родственниками цель исследования, получить согласие мамы-Подготовить необходимое оснащение.-Обработать сантиметровую ленту с двух сторон спиртом с помощью салфетки-Уложить или усадить ребёнкаВыполнение процедуры:-Наложить сантиметровую ленту на голову ребёнка по ориентирам: а) сзади - затылочный бугор;б) спереди - надбровные дуги. Примечание: следить, чтобы палец исследователя не находился между лентой и кожей головы ребёнка. Опустить подвижную планку ростомера(без надавливания) к голове ребёнка, определить окружности головы.Завершение процедуры:-Записать результат. Сообщить результат ребёнку/маме.**Задача: ребенку 3 месяца на смешанном вскармливании. Масса при рождении 3300. Рассчитать суточный и разовый объем пищи и составить меню.**Dm= 3300+ 2200= 5500 грV суточный = 5500 :6 = 917 млV разовый = 917: 6= 152 млМеню на 1 день6.00 – грудное молоко 140 мл9.30- грудное молоко 140мл, фруктовый сок 15мл13.00 – грудное молок 140мл16.30 – грудное молоко 140мл, фруктовое пюре 30г20.00 – грудное молоко 140мл, фруктовый сок 15мл23.30 – грудное молоко 140мл

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Итог дня:** | Выполненные манипуляции | Количество |
|  | Обработка пупочной ранки  | 1 |
|  | Антропометрия (масса тела, рост, окружность головы, окружность груди). | 4 |
|  | Задача | 1 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Содержание и объем проведенной работы | Оценка | Подпись |
| 26.06.2020 |  **План 3 Рабочего дня.**1.Подсчет пульса и ЧДД новорожденному.2.Измерение температуры тела. 3. План проф. прививок ребенку 1 года.4. Наблюдение за детьми после вакцинации.**Подсчет артериального пульса**Подготовка к процедуре:-Усадить или уложить ребенка в удобное положение.-Вымыть руки.-Надеть маску.Выполнение процедуры:-Положить 2,3 и 4 пальцы на лучевую артерию, а 1 палец - со стороны тыла кисти ребёнка.-Прижать артерию к лучевой кости и определить напряжение пульса.-Определить ритмичность пульса: если пульсовые колебания возникают через равные промежутки времени, пульс ритмичный. Напряжение определяется по той силе, с которой нужно прижать артерию, чтобы её пульсовые колебания полностью прекратились. Пульс может быть умеренного напряжения, напряженным (твердым), мягким.-Подсчитать количество пульсовых движений за 1 мин. Запомнить.-Сравнить с нормой:Новорожденный - 140 в мин.Завершение процедуры:-Вымыть руки; осушить-Снять маску-Записать результаты в мед. документы и отметить графически на температурном листе.**Примечание:** помимо лучевой артерии пульс можно исследовать на сонной, височной артериях, по пульсации большого родничка.**Алгоритм: Подсчет частоты дыхательных движений.**Цель: определить частоту, глубину, ритм дыхательных движений, тип дыхания.Показания: назначение врача.Противопоказания: нет.Оснащение: часы (секундомер), бумага, температурный лист, карандаш.Подготовка к процедуре:-Вымыть руки с мылом и осушить их.-Уложить ребенка на постель.-Объяснить ребенку цель и ход процедуры.-В одну руку взять секундомер, а ладонь другой руки положить на живот (грудную клетку) ребенка).-Наблюдать за глубиной, ритмичностью, частотой дыхательных движений в течение 1 минуты.-У детей грудного возраста ЧДД лучше подсчитать во сне, поднеся к носику мембрану фонендоскопа.Завершение процедуры:-Записать данные в медицинские документы и отметить ЧДД графически на температурном листе.**Примечание:** частота дыхательных движений у новорожденного — 48-50 в минуту.**Измерение температуры тела в паховой и подмышечной области**Цель:- определить температуру тела ребенка.Оснащение: - медицинский термометр, часы;- марлевые салфетки 2 шт.;- лоток с дезинфицирующим раствором;- температурный лист, ручка.Подготовка к процедуре:-Объяснить маме (родственникам) цель и ход выполнения процедуры. -Подготовить необходимое оснащение.-Вымыть и осушить руки.-Достать термометр из футляра, встряхнуть его и добиться, чтобы столбик ртути опустился ниже отметки 350С.-Осмотреть паховую (подмышечную) область.Выполнение процедуры:-Насухо протереть салфеткой область, используемую для термометрии.-Поместить ртутный резервуар термометра в паховую (подмышечную) область так, чтобы он полностью охватывался ножной складкой и не соприкасался с бельем.-Фиксировать ногу ребенка ( нога несколько согнута в тазобедренном суставе) или руку (плечо прижать к грудной клетке).-Засечь время и через 10мин. извлечь термометр и определить его показания.Завершение процедуры:-Сообщать маме/ребенку результат термометрии.-Зафиксировать температуру в температурном листе.Примечание:а) каждая клеточка температурного листа соответствует 0,20С.б) точку, фиксирующую температуру, необходимо ставить в центре, а не по краям клеточки.-Термометр встряхнуть так, чтобы ртутный столбик опустился в резервуар-Полностью поместить термометр в лоток с дезинфицирующим раствором ( длительность дезинфекции зависит от используемого дезраствора).-Вытащить термометр, промыть под проточной водой и вытереть насухо салфеткой. Поместить термометр в футляр.**План прививок ребенку до 1 года.**Первые 12 часов жизни – вакцина против гепатита B – ЭНДЖЕРИКС;−4-7 день жизни – вакцинация против туберкулеза – БЦЖ;−1 месяц – против гепатита B;−3 месяц – АКДС (анатоксин коклюшно-дифтерийно-столбнячный),ОПВ (против полиомиелита);−4,5 месяца – АКДС, ОПВ;−6 месяц – АКДС, ОПВ, гепатит B;−1 год – корь, коревая краснуха, эпидемический паротит.В 12 месяцев – реакция Манту и в дальнейшем ежегодно.**Наблюдение за детьми после вакцинации.*** Сразу после прививки теоретически домой уходить нельзя, и доктор вас предупредит, чтоб посидели в коридоре минут 30.После прививки ваш ребенок нуждается в большей любви и внимании. Многие прививки, которые защищают детей от серьезных болезней, также могут вызвать временный дискомфорт.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Итог дня:** | Выполненные манипуляции | Количество |
|  | Подсчет пульса и ЧДД новорожденному | 2 |
|  | Измерение температуры тела | 1 |
|  | План проф. Прививок ребенку 1 года | 1 |
|  | Наблюдение за детьми после вакцинации | 1 |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Содержание и объем проведенной работы | Оценка | Подпись |
| 27.06.2020 | **4 план Рабочего дня**1.Кормление грудного ребенка из бутылочки.2.Пеленание новорожденного.3. Схема закаливания грудного ребенка.**Кормление из рожка.**Цель: - обеспечить ребенку полноценное питание.Оснащение:- косынка;- марлевая повязка;- мерная бутылочка (рожок);- стерильная соска;- необходимое количество молочной смеси на одно кормление(или другой пищи температурой 36-37град.);- толстая игла для прокалывания соска;- емкости с 2%раствором соды для обработки сосков и бутылочек.Подготовка к процедуре:-Объяснить маме (родственникам) цель и ход выполнения процедуры. -Подготовить необходимое оснащение.-Вымыть и высушить руки, надеть косынку, подготовить ребенка к кормлению. -Залить в рожок необходимое количество свежеприготовленной смеси (молока).-Если соска новая, проколоть в ней отверстие раскаленной иглой.-Надеть соску на бутылочку, проверить скорость истекания смеси и её температуру, капнув на тыльную поверхность своего предплечья. Выполнение процедуры:-Расположить ребенка на руках, с возвышенным головным концом.-Покормить малыша, следя за тем, чтобы во время кормления горлышко бутылки было постоянно и полностью заполнено смесью.Завершение процедуры:-Подержать ребенка в вертикальном положении 2-5мин-Положить ребенка в кроватку на бок ( или повернуть голову на бок).-Снять с бутылочки соску, промыть соску и рожок под проточной водой, а затем замочить в 2% растворе соды на 15-20минут, прокипятить в дистиллированной воде 30мин или стерилизовать в сухожаровом шкафу при t-180град 60 минут. Слить из бутылочки воду и хранить её в закрытой емкости.**Пеленание новорожденного.**Цель: - создание ребенку максимального комфорта.Оснащение: - фланелевая и тонкая пеленка;- подгузник или памперс;- пеленальный стол, резиновые перчатки;- емкость с дезинфицирующим раствором, ветошь.Обязательные условия:- использовать метод свободного пеленания ( оставляется небольшое пространство в пеленках для свободного движения ребенка);- шапочку надевать при температуре в комнате 220С;- правильная фиксация пеленок (замочек расположен спереди).Подготовка к процедуре:-Подготовить необходимое оснащение.-Отрегулировать t воды в кране, проверить её запястьем.-вымыть и осушить руки, надеть перчатки. Обработать пеленальный столик дезинфицирующим раствором.-Уложить на пеленальном столике пеленки послойно (снизу вверх: фланелевая пеленка, тонкая пеленка, подгузник или памперс).-Распеленать ребенка в кроватке (при необходимости подмыть и осушить пеленкой), положить на пеленальный столик.Выполнение процедуры:-Надеть подгузник, для этого:а) уложить ребенка на пеленки так, чтобы широкое основание подгузника приходилось на область поясницы;б) провести нижний угол подгузника между ножками малыша;в) обернуть боковые концы подгузника вокруг тела.Примечание: подгузник можно заменить памперсом.Завернуть ребенка в тонкую пеленку:а) расположить ребенка на тонкой пеленке так, чтобы верхний её край был на уровне шеи;б) одним краем пеленки накрыть плечо ребенка и провести пеленку под другую ручку и между ножек;в) другим краем накрыть и зафиксировать второе плечо;г) подвернуть нижний край пеленки так, чтобы оставалось свободное пространство для движения ножек ребенка;д) зафиксировать пеленку на уровне середины плеч (выше локтевых суставов), «замочек» расположить спереди.-Запеленать ребенка в теплую пеленку с ручками:а) расположить ребенка на фланелевой пеленке так, чтобы её верхний край располагался на уровне козелка;б) одним краем пеленки накрыть и зафиксировать одно плечо, завести его под спину;в) другим краем пеленки накрыть и зафиксировать второе плечо;г) нижний край пленки завернуть как тонкую.Завершение процедуры:-Уложить ребенка в кроватку.-Протереть рабочую поверхность пеленального стола дезинфицирующим раствором, снять перчатки, вымыть и осушить руки.**Схема закаливания**

|  |  |
| --- | --- |
| Возраст | Схема закаливания |
| 1 – 3 месяца | Температура в помещении + 22 градуса Обязательный сон на свежем воздухе при температуре от + 15 до + 30 градусов Во время пеленания и массажа – воздушная ванна 5 – 6 мин Умывание водой, температурой + 28 градусов Общая ванна при температуре воды +36 – 37 градусов, продолжительностью 5 – 6 минут |
| 3 – 6 месяцев | Температура в помещении +20 – 22 градуса Обязательный сон на свежем воздухе при температуре от + 15 до + 30 градусов Во время пеленания и массажа – воздушная ванна 6 - 8 мин Умывание водой, температурой + 25 - 26 градусов Общая ванна при температуре воды +36 – 37 градусов, продолжительностью 5 – 6 минут, с последующим обливанием водой, с температурой + 34 – 35 градусов. Пребывание летом под рассеянными лучами солнца 5 – 6 минут 2 – 3 раза в день |
| 6 – 12 месяцев | Температура в помещении +20 – 22 градуса Обязательный сон на свежем воздухе при температуре от + 15 до + 30 градусов Во время переодевания, массажа, гимнастики или бодрствования – воздушная ванна 10 - 12 мин Умывание водой, температурой + 20 - 24 градусов Общая ванна при температуре воды +36 – 37 градусов, продолжительностью 5 – 6 минут, с последующим обливанием водой, с температурой + 34 градусов. Сухие обтирания в течение 7 – 10 дней фланелевой рукавичкой до лёгкого покраснения кожи, затем влажные обтирания водой с температурой +35 градусов, с постепенным снижением температуры до + 30 градусов. Пребывание летом под рассеянными лучами солнца 2 – 3 раза в день до 10 минут |
| 1 – 3 года | Температура в помещении +19 - 20 градусов Обязательный сон на свежем воздухе при температуре от + 15 до + 30 градусов Умывание водой сначала с температурой + 20 градусов, с постепенным снижением до +16 градусов, детям старше 2 лет моют шею, верхнюю часть груди и руки до локтя. Общая ванна при температуре воды +36 градусов, с последующим обливанием водой, с температурой + 34 градусов перед ночным сном 2 раза в неделю. Общие обливания после прогулки, начиная с температуры +28 градусов, с постепенным снижением до +26 – 24 градусов. Обливание перед ночным сном, начиная с температуры +28 градусов, с постепенным снижением до +18 градусов. Пребывание летом под рассеянными лучами солнца 2 – 3 раза в день до 10 минут |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Итог дня:** | Выполненные манипуляции | Количество |
|  | Кормление грудного ребенка из бутылочки | 1 |
|  | Пеленание новорожденного | 1 |
|  | Схема закаливания грудного ребенка | 1 |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Содержание и объем проведенной работы | Оценка | Подпись |
| 29.06.2020 | **План 5 Рабочего дня**1. Беседа с родительницей о профилактике лактостаза. 2.Преимущества грудного вскармливания. 3.Беседа о подготовке ребенка к школе.**Профилактика лактостаза**Taк кaк из роддома выписывают на третий день, то c проблемой лaктocтaзa кормящие женщины сталкиваются уже дома. Чтобы избежать этой патологии, необходимо следовать некоторым правилам: Пo возможности часто прикладывать ребёнка к груди, делать это правильно. Чем больше высосет малыш, тем меньше риск возникновения застоя. Heoбxoдимo следить, чтобы младенец правильно захватывал грудь. Сцеживать остатки молока. Особенно если кормящая мама находится в удалении от ребёнка четыре часа и более. B случае если молока в избытке, следует на два кормления давать одну и ту же грудь. Выработка молока при этом нормализуется, исходя из потребностей ребёнка. При физиологическом увеличении выработки молока (такое может произойти спустя месяц кормления) необходимо сцеживать излишки, либо, если сцеживание уже осуществляется, увеличить его количество. Придерживать грудь во время кормления. Baжнo не сдавливать ей, давая молоку свободно продвигаться по железам. Следует носить удобное белье, a также стараться избегать ушибов груди. Taкжe можно приобрести специальное белье, которое поддерживает молочные железы в правильном положении. Спать следует на боку или на спине. Heпocpeдcтвeннo перед кормлением нужно oбмывaть грудь тeплoй водой. Heoбxoдимo следить за чистотой и сухостью груди. При переизбытке молока нужно пользоваться специальными прокладками (в случае пoдтeкaния молока). Heoбxoдимo следить, чтобы на сосках не возникало трещин. Если они все же появились, то нужно сразу же принять соответствующие меры (воспользоваться специальной мазью). Следует давать себе достаточное количество времени на отдых, иначе из-за постоянного тонуса сосудов затрудняется выход молока. Кормление нужно осуществлять попеременно левой и правой грудью – чередовать. Пpи первых признаках лaктocтaзa рекомендуется давать ребёнку именно ту грудь, в которой обнаружен застой. Следует постепенно прекращать вскармливание грудью, чтобы избежать перевязки молочных жeлeз.**Преимущества грудного молока.*** не вызывает аллергических реакций;
* помогает нормализовать стул ребёнка, сформировать полезную микрофлору кишечника;
* регулирует кислотный баланс желудочно-кишечного тракта;
* даёт необходимую энергию;
* формирует иммунную систему ребёнка, обеспечивая его организм необходимыми антителами. Грудное вскармливание – это мощная защита малыша от вирусов и инфекций;
* обеспечивает лёгкое усвоение полезных веществ;
* влияет на формирование правильного прикуса;
* помогает наладить психоэмоциональный контакт мамы и малыша;
* снижает риск развития нервного напряжения и беспокойства;
* дарит чувство комфорта и защищённости малышу;
* является сбалансированным стерильным продуктом, с оптимальной, для кормления ребёнка, температурой.

**Подготовка ребенка к школе**1. Физическое развитиеС детства прививайте ребенку интерес к спорту и занятиям физкультурой. Лучше всего здесь работает личный пример. Находите время на активные занятия с детьми дома и на улице.Предложите ребенку попробовать разные спортивные секции: плавание, гимнастику, единоборства, танцы. Пусть он выберет то, что ему действительно понравится.Если сын или дочь сами напоминают вам об очередной тренировке и стараются не пропускать ни одного занятия в неделю – это успех.2. Психологическое развитиеДаже внешне спокойному и уверенному в себе ребенку бывает сложно адаптироваться к непривычной школьной обстановке. Чему важно научить детей, чтобы помочь им с переходом к новому жизненному этапу?1. Учите ребенка управлять эмоциями и мыслить позитивно.Умение контролировать такие эмоции как гнев, злоба или обида уберегут ребенка от необдуманных поступков или слов. Поясните ребенку, что проблем бывает много. Но если мыслить позитивно, то будет проще взглянуть на ситуацию с другой стороны и найти правильный выход.Подойдите к вопросу осознанно: моделируйте разные жизненные ситуации и помогайте ребенку вместе разобраться, как стоит поступать в том или ином случае.2. Тренируйте внимание и умение концентрироваться.Учите ребенка всегда доводить начатое до конца. Давайте ему задания, которые реально выполнить в течение получаса. Выбирайте не только любимые дела, но и те, где ребенок может сопротивляться. Если удалось сосредоточиться на поставленной задаче хотя бы на 20 минут и довести дело до результата, вы справились.3. Воспитывайте ответственность и развивайте силу воли.Учите мечтать, ставить цели и добиваться их, несмотря на трудности. Сначала помогайте внешними стимулами, но поясните, что самая сильная мотивация – его собственная.Поручайте ребенку взрослые задания. Пусть у него будет свой перечень закрепленных дел по дому: полить цветы или вытереть пыль, выгулять или покормить домашнего питомца.4. Интеллектуальное развитиеЧитать, писать, считать и решать простые математические задачи ребенка научат в школе. Более ценное, что могут сделать родители для своих детей – научить их правильно мыслить, рассуждать, анализировать информацию и видеть главное.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Итог дня:** | Выполненные манипуляции | Количество |
|  | Беседа с родительницей о профилактике лактостаза. | 1 |
|  | Преимущества грудного вскармливания. | 1 |
|  | Беседа о подготовке ребенка к школе. | 1 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Содержание и объем проведенной работы | Оценка | Подпись |
| 30.06.2020 | **План 6 Рабочего дня** 1. Беседа с подростками о профилактике вредных привычек, подробно все указать. 2.АФО органов и систем ребенка пубертатного возраста.**Профилактика вредных привычек**   Так как алкоголизм и табакокурение тоже относятся к наркотическим веществам, значит выделим несколько общих истин:     Первая истина: наркомания (курение, употребление спиртных напитков, пива и наркотических веществ) — это не вредная привычка, а заболевание, зачастую неизлечимое, которое человек приобретает добровольно, начав употреблять наркотические вещества.     Вторая истина: наркомания как заболевание начинает развиваться, как правило, после первого употребления наркотического вещества, развивается оно у всех по-разному, но с постоянным нарастанием потребности увеличения дозы приема.     Третья истина: человек, предлагающий тебе наркотик, — враг твоего здоровья (исключение может составлять только случай — назначение врача), так как он ради своей наживы за твои же деньги отбирает у тебя здоровье.      Уяснив эти истины, мы придем к однозначному выводу: профилактика наркомании — это прежде всего исключение первого употребления наркотического вещества, но если первая проба состоялась, то надо думать не о профилактике, а о лечении.**Четыре правила «Нет!» наркотикам.**     Правило первое. Постоянно вырабатывать в себе твердое «Нет!» любым наркотическим веществам в любой дозе, какой бы она не была малой, в любой обстановке, в любой компании.     У вас должна быть сформирована твердая установка: «Всегда только „Нет!“ любым наркотикам. Только „Нет!“» — это ваша надежная защита.     Правило второе. Постоянно формируйте у себя привычку в получении удовольствий при выполнении повседневной полезной деятельности.     Хорошая учеба, успехи в спорте, участие в совместной с родителями работе по выполнению определенных домашних работ, работа на дачном участке, посещение спортивных секций, занятия в кружках технического творчества и т. д. Все это нужно вам для подготовки к благополучной взрослой жизни, а успехи в учебе, спорте, домашней работе приносят постоянное удовольствие и способствуют вашему духовному и физическому развитию. Итак, «Нет!» безделью. «Нет» праздному времяпрепровождению, жизнь должна быть заполнена полезными и нужными вам мероприятиями.     Правило третье. В вашей жизни все большее значение приобретает умение выбирать себе друзей и товарищей среди сверстников. При выборе себе товарищей избегайте общения с наркоманами. Помните, настоящие друзья не будут заставлять вас принимать наркотики, пить спиртное и не будут делать этого сами. Подбирайте компанию, в которой можно общаться интересно и без наркотиков.    Правило четвертое. Твердое «Нет!» своей стеснительности и неустойчивости, когда предлагают попробовать наркотик. Помните! Жизнь дороже!    Трагедия наркоманов заключается в том, что они добровольно попали в рабскую зависимость от наркотических веществ, может быть, потому, что в первый раз постеснялись отказаться от пробы наркотика.      Воспитайте в себе твердость при отказе попробовать наркотическое вещество, кто бы вам его не предлагал.     Помните, что вы не обязаны никому объяснять причины своего отказа. Сказать: «Не хочу, и все» — это ваше право.**Профилактика курения у подростков**Показывайте правильный пример. Это касается родителей, которые неосознанно могут запрограммировать своего ребенка на курение в дальнейшем. Он видит, что вы курите каждый день, то есть большая вероятность, что в недалеком будущем ребенок примкнет к рядам курильщиков. Научитесь подавать правильный пример, выбрав спортивный образ жизни и правильное питание.Запрет рекламы сигарет. Многие страны уже подхватили подобную идею, теперь не просто увидеть рекламу табака в открытом доступе. В нашей стране больше нельзя выкладывать сигареты в витринах магазинов. На обоих сторонах пачки изображена информация о последствиях курения. Мера ведет к тому, что у ребенка просто не возникает лишнего интереса к сигаретам.Проведение бесед. Важно доносить до человека, особенно до ребенка, о вреде для организма. Нельзя полностью оградить ребенка от любой информации о сигаретах, нужно рассказать о всех негативных последствиях от сигарет.Пропагандирование здорового образа жизни. Пропаганда спорта и правильного питания способна уберечь подростков от необдуманных последствий. В малом возрасте на детей особенно большое влияние оказывает окружение. Если это окружение заботится о здоровье, не злоупотребляет алкоголем и сигаретами, то есть большая доля вероятности, что ребенок не собьется с правильного пути.Запрет продавать сигареты несовершеннолетним. Эта мера принята давно, ее поддержали многие страны. До сих пор многие продавцы пренебрегают этим правилом, продавая табак лицам, не достигшим 18 лет.Запрет курить в общественных местах. Антитабачный закон вступил в силу не так уж давно. Теперь дети лишены возможности созерцать дурной пример, окружающие не будут пассивными курильщиками.**Профилактика алкогольной зависимости у подростков*****1. Общение.***Отсутствие общения с мудрыми родителями и педагогами заставляет детей обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить.***2. Внимание.***Умение слушать означает:- быть внимательным к ребёнку;- выслушивать его точку зрения;- уделять внимание взглядам и чувствам ребёнка, не споря с ним.Не надо настаивать, чтобы выслушивал и принимал ваши представления о чём-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребёнок.***3. Способность поставить себя на место ребёнка.***Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребёнок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.***4. Организация досуга.***Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребёнком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Для ребёнка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от алкоголя.***5. Знание круга общения.***Очень часто ребёнок впервые пробует алкоголь в кругу друзей (сильное давление со стороны друзей). Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям и т.д.***6. Помните, что ваш ребёнок уникален.***Любой ребёнок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Когда ребёнок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребёнка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление алкоголя.***7. Родительский пример.***Употребление взрослыми алкоголя и декларируемый запрет на него детей даёт повод к обвинению в неискренности, в «двойной морали».**АФО органов и систем ребенка пубертатного возраста**Кожа*.* С 12-13 лет значительно увеличивается секреция потовых и сальных желез, появляются юношеские угри. С 13-14 лет начинается функционирование апокриновых потовых желез, секрет которых имеет резкий запах. Поэтому особые требования к гигиене кожи у подростков.В связи с половым созреванием появляется оволосение мышечных впадин, лобка, а у мальчиков – лица.Повышение секреции сальных желез часто приводит к юношеской себорее, которая проходит к 20-22 годам.*

Костно-мышечная система. К 12 годам костная ткань по составу становится идентична взрослой. В 12-14 лет устанавливается постоянство поясничной и копчиковой кривизны.В 11-13 лет отмечается интенсивный рост костей черепа. Дальнейшая замена молочных зубов постоянными и образование постоянного прикуса (28 зубов + 4 зуба “мудрости”).Идет интенсивное развитие и укрепление мышц, связок, нарастает масса и сила мышц. Для нормального развития мышечной системы необходимы адекватные физические нагрузки – подбор видов спорта.*

Дыхательная система. Продолжается рост хрящей гортани, особенно у мальчиков 12-13 лет. Грудная клетка окончательно сформирована, увеличивается масса и сила межреберных мышц.Тип дыхания: у девочек – грудной, у мальчиков – брюшной.Частота дыхания в 12 лет и старше 16-20 в 1 минуту.*

Сердечно-сосудистая система. К 12 годам завершается развитие эластической ткани сердца и формирование клапанного аппарата.Пульс устойчивый, ритмичный. Частота пульса у детей 12 лет и старше – 70-80 ударов в минуту.Артериальное давление = 100 + n, где n – число лет ребенка;АДmax = 120 мм рт.ст.;АДmin = 80 мм рт.ст.С началом полового созревания рост сосудов несколько отстает от ростатела и, как следствие, отмечаются дисфункции в виде болей в области сердца,приступов сердцебиения, жара и приливов к голове с покраснением кожи лица,периодических подъемов давления.*

Пищеварительная система. Становятся высокоактивными и зрелыми ферментативные системы, устанавливаются процессы переваривания и всасывания, стабилизируется иннервация гладкой мускулатуры ЖКТ.Объем желудка в 12-13 лет составляет 1500 мл.*

Мочевыделительная система. Мочеиспускательный канал постепенно увеличивается в соответствии с ростом половых органов до взрослых размеров. Относительная плотность мочи 1015-1025; число мочеиспусканий 5-6 раз в сутки. Объем одной порции мочи – 300 мл.*

Эндокринная система. С 12 лет наступает ее перестройка и развитие у ребенка вторичных половых признаков. До этого возраста железы внутренней секреции функционируют стабильно и изменяются не так значительно.В различные периоды детства выявляется относительное преобладание функций одной определенной железы:• с 6 мес. До 2,5 лет – щитовидной;• с рождения до 10 лет – тимуса;• с 6 лет до 7 лет – передней доли гипофиза;• с 12 до 18 лет – половых желез.*

Яичники – женские половые железы. Вырабатывают гормоны – прогестерон и эстроген, участвующие во всех видах обмена веществ и определяют женский фенотип.Яички – мужские половые железы. Вырабатывают сперматозоиды и гормон тестостерон, участвующие во всех видах обмена веществ и определяют мужской фенотип.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Итог дня:** | Выполненные манипуляции | Количество |
|  | Беседа с подростками о профилактике вредных привычек. | 1 |
|  | АФО органов и систем ребенка пубертатного возраста | 1 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

 |  |  |