








## Денсаулық мектептері

### 2023 жылға арналған «Денсаулық мектептерінің» күнтізбелік жоспары

іске асыру шеңберінде «Әрбір азаматқа сапалы және қолжетімді медициналық көмек «Дені сау ұлт» Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2021 жылғы 12 қазандағы № 725 Қаулысымен бекітілген. Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрлігінің 2014 жылғы 21 қаңтардағы № 45 «Салауатты өмір салтын қалыптастыру және аурудың алдын алу жөніндегі 2014 жылға арналған іс-шараларды жүргізу туралы» бұйрығы, Алматы қаласы Қоғамдық денсаулық басқармасының ШЖҚ «№17 Қалалық емхана» КМК денсаулық мектептері бар . Денсаулық мектептерінің міндеттері пациенттерді оқыту, олардың денсаулығына халықтың саналылығы мен бірлескен жауапкершілігін арттыру болып табылады. Мектеп бағдарламасына келесі бағыттар бойынша мамандардың сабақтары мен жеке кеңестері кіреді:

| Н | Денсаулық мектептерінің атауы  | Сабақ тақырыптары   | күндер                  | Орын                     | Жауапты   |
|---|--|---|-------------------------|--------------------------|---|
| 1 | <b><i>Қант диабеті мектебі</i></b><br> | <p>1). Қант диабеті, түрлері, белгілері. Өзін-өзі бақылау, өзін-өзі бақылау күнделігі. 1 типті және 2 типті қант диабеті үшін тамақтану. ХЕ жүйесі.</p> <p>Гипогликемия: себептері, алдын алу жолдары, емі.</p> <p>Гипергликемия: себептері, алдын алу, емдеу. Инсулиндік терапия, түзету, дозалар.</p> <p>Кетоасцидоз : белгілері, алдын алу, емдеу.</p> <p>Диабеттік асқынулар: диабеттік ретинопатия және нейропатия</p> | сейсенбі<br>14.00-15.00 | 1-кабаттағы<br>104-бөлме | Эндокринолог<br>Сичинава Л.Г.<br>м/с Амилова Б.<br>Психолог: Искакова |
| 2 | <b><i>«Гипертония» мектебі</i></b>   | <p>АГ, қан қысымының нормасы туралы түсінік.<br/>Гипертониядағы тамақтану Семіздік және гипертония<br/>Гипертониядағы физикалық белсенділік Стресс және денсаулық.</p> <p>Стресс және гипертония Гипертонияның дәрілік емі.</p>   | Дүйсенбі<br>14.00-15.00 | 1-кабаттағы<br>104-бөлме | Кардиолог Елубай А.Е.<br>М/с Рахметова Г.А.<br>Психолог Әлімбаева Г.  |

|   |  |  |                         |                          |   |
|---|--|--|-------------------------|--------------------------|---|
|   |   |  |                         |                          |   |
| 3 | <p><b>«Жүректің ишемиялық ауруы» мектебі</b></p>  | <p>ИHD - түсінік. ССС құрылымы. Коронарлық артерия ауруларының қауіп факторлары. ЖЖЖ дәрілік емес емі, ЖЖЖ түсінігі. СНF және ИHD атеросклерозындағы физикалық белсенділік. Холестерин. Дислипидемия .</p>   | Сәрсенбі<br>14.00-15.00 | 1-қабаттағы<br>104-бөлме | Кардиолог Елубай А.Е.<br>Психолог Максұтова Ж.Ш.  |
| 4 | <p><b>Мінез-құлық факторы мектебі</b></p>        | <p>Мотивациялық сұхбат арқылы жаман әдеттерден арылыңыз. Физикалық белсенділік. Науқастар тамақтану туралы не білуі керек. Темекі шегуді тоқтату</p> <p>Алкогольді шамадан тыс тұтынудан бас тарту.</p> <p>Жеке бас гигиенасын сақтау. Стресстің алдын алу және стресске төзімділік дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>Қарым-қатынас дағдылары. Салауатты тамақтану».</p> | Бейсенбі<br>14.00-15.00 | 1-қабаттағы<br>104-бөлме | Салауатты өмір салтын ұстанатын дәрігер Бестембаев Б.И.<br><br>м/с Мұстақұлова А.<br><br>психолог Баялиева А.М. _ |
| 5 | <p><b>Отбасын жоспарлау кабинеті</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• контрацепция бойынша сабақтар .. Жүктілікті жоспарлаудың маңыздылығы.</li> <li>• Ұрықтың мүмкін болатын туа біткен ақауларының алдын алу үшін ауруларды ерте анықтау және уақтылы емдеу үшін ерлер мен әйелдерді уақтылы тексеру</li> <li>• Ұрықтың өміріне қауіп төндіретін жағдайлардың</li> </ul>                          | Күні бойы күнделікті    | 4- қабат кеңсе 425       | Дәрігер ақ – гинеколог<br>Маманова Б.Б.<br><br>Психолог: Сағындық Қ.  |

|    |   |  |                      |                        |   |
|----|---|--|----------------------|------------------------|---|
|    |   | <p>дамуына әсер ететін зиянды мінез-құлық факторларынан ерте бас тарту (аборт қауіпі, түсік және т.б.)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• түсік және т.б.)</li> </ul>  |                      |                        |   |
| 6  | <p><i>Дені сау бала кабинеті</i></p>       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Балаларды, ерте жастағы және пренатальды патронажды қадағалау ережелері.</li> <li>2. Даму үшін азықтандыру және күту нұсқаулары: аналарға арналған нұсқаулық.</li> <li>3. «Кішкентай балалардың тамақтануы» әдістемелік ұсыныстар. Профилактикалық вакциналар. Азық-түлік пирамидасы. Дені сау баланы тамақтандыру және күту бойынша және ауру кезіндегі ұсыныстар. Физикалық даму картасы. Жаңа туылған нәрестелер мен жас балалардың есту скринингі. Нәрестенің кеудесіне дұрыс бекіту. Бала емізетін аналарға арналған тамақтану пирамидасы.</li> </ol> | Күні бойы күнделікті | 2-қабаттағы бөлме 219a | <p>Педиатр Кулбекова З.Н.</p> <p>Психолог: Еркешова З.</p>              |
| 7. | <p><i>Босануға дайындық мектебі</i></p>  | <p>Әйелдер физиологиясы. Практикалық психология тұрғысынан ерекшеліктері. Жүкті әйелдің денесі мен жағдайындағы өзгерістер. Ең жақсы физикалық белсенділік, қатайту, тамақтану, ұйқы. Әйел құқығы. Серіктес отбасылар. Жүктілік кезіндегі жыныстық қатынас. Босанудың хабаршысы Амниотикалық сұйықтық. Босану, толғақ ауруы Дене қалпын және тыныс алуды таңдау. Шығарылатын шиеленіс. Босану кезіндегі ұстамдылық - қолайлы босануға кедергі болатын басты кедергілердің бірі. Босанғаннан кейінгі кезең Жаңа туған нәрестенің денесі мен санасында туылғаннан кейін не болады?</p>                 | Бейсенбі күндіз      | 4-қабат, 425-кабинет   | <p>Дәрігер ак -гинеколог Маманова Б.Б.</p> <p>Психолог: Сағындық Қ.</p> |

|    |  |   |  |                                     |  |
|----|--|---|--|-------------------------------------|--|
|    |  |   |  |                                     |  |
| 8. | <p><b><i>Инсульт мектебі</i></b></p>  | <p><b>Инсультпен ауыратын науқастар мен олардың туыстарына арналған мектептің негізгі мақсаттары:</b></p> <p>1. Науқастардың және олардың туыстарының инсульт, оның түрлері мен себептері, клиникалық көріністері, асқынулары және ілеспелі аурулар туралы хабардарлығын арттыру.</p> <p>Белгілі бір көрсеткіштердің ( физикалық және зертханалық) ауытқулары анықталған кезде уақтылы және кейінгі профилактикалық емдеуге мотивацияны қалыптастыру .</p> <p>3. Инсультпен ауырған науқастың қоғамға оралуына жағдай жасау. Науқас отбасы мүшелерін оңалту мен күтудің заманауи дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>4. Науқастардың туыстарын мүгедектікті тіркеу және науқастарға әлеуметтік жәрдемақы алу бойынша практикалық ұсыныстармен толық құқықтық ақпаратпен қамтамасыз ету.</p> <p>5. Инсультпен ауыратын науқастар мен олардың туыстарындағы дезадаптацияның (ішкі стресс) алдын алу және түзету .</p> | <p>бейсенбі<br/>14.00-1 5.00<br/>–</p> | <p>1-қабат<br/>кабина .<br/>104</p> | <p>Невропатолог дәрігер:<br/>Жандосов Е.<br/><br/>м/с Бекенова Г.<br/><br/>Психолог: Сәттібаева<br/>А.</p> |