

**бюджетное учреждение здравоохранения Удмуртской Республики**  
**«Красногорская районная больница**  
**Министерства здравоохранения Удмуртской Республики»**

**ПРИКАЗ**

от «12» марта 2025 г.

№ 119

с. Красногорское

**Об организации работы Школ здоровья  
в БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»**

Во исполнение приказов Министерства здравоохранения Удмуртской Республики от 31.12.2009 № 750 «О совершенствовании деятельности школ здоровья в учреждениях здравоохранения Удмуртской республики», от 28.01.2025 № 0110 «Об организации и совершенствовании деятельности школ для больных с хроническими неинфекционными заболеваниями в Удмуртской Республике в 2025 году»

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Организовать на базе БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР» работу Школ здоровья по следующим направлениям:

- Школа для больных с артериальной гипертензией,
- Школа для больных с сердечной недостаточностью для взрослых,
- Школа для больных с бронхиальной астмой для взрослых,
- Школа здоровья для беременных в женской консультации,
- Школа молодой матери.

2. Утвердить:

- Положение о работе Школы для больных с артериальной гипертензией, в соответствии с приложением 1 настоящему приказу;
- Положение о работе Школы для больных с сердечной недостаточностью для взрослых, в соответствии с приложением 2 настоящему приказу;
- Положение о работе Школы для больных с бронхиальной астмой для взрослых, в соответствии с приложением 3 настоящему приказу,
- Положение о работе Школы здоровья для беременных в женской консультации, в соответствии с приложением 4 настоящему приказу,
- Положение о работе Школы молодой матери, в соответствии с приложением 5 настоящему приказу,

3. Утвердить состав специалистов и график проведения занятий в Школах здоровья в соответствии с Положением о работе конкретной Школы здоровья;

4. Назначить лиц, ответственных за организацию работы Школ здоровья:

- Школа для больных с артериальной гипертензией: врач-терапевт участковый Абашева М.Д.,

- Школа для больных с сердечной недостаточностью для взрослых: врач-терапевт участковый Мезрина А.А.,
- Школа для больных с бронхиальной астмой для взрослых: врач-терапевт участковый Бабина Н.Н.,
- Школа здоровья для беременных в женской консультации: врач-акушер-гинеколог Корепанова Е.А.,
- Школа молодой матери: врач-педиатр участковый Колотова А.С.

5. Лицам, ответственным за организацию работы Школ здоровья:

5.1. организовать деятельность Школ здоровья в соответствии с Положением о работе Школы здоровья и стандартной операционной процедурой ПРОФ-2025-01;

5.2. вести (контролировать ведение) журнал учета обученных в Школе здоровья на предмет полноты, достоверности, своевременности заполнения,

5.3. обеспечить внесение информации о прохождении обучения в Школах здоровья в амбулаторную карту пациента (форма № 025/у) и в электронную карту пациента в ЕЦП.МИС,

5.4. обеспечить максимально высокий процент лиц, прошедших полный цикл занятий, от числа лиц, направленных на обучение,

5.5. проводить анализ эффективности работы Школы здоровья на основе анализа входного и выходного анкетирования, оценки критериев эффективности, утвержденных Положением,

5.6. представлять информацию о числе занятий и числе обученных в Школе здоровья в отделение (кабинет) медицинской профилактики/ответственному по медицинской профилактике ежеквартально не позднее 20 числа заключительного месяца квартала и по запросу;

6. Медицинской сестре кабинета медицинской профилактики Авериной М.Ф.:

6.1. обеспечить регистрацию обученных пациентов в учетной форме № 038/у-02 «Журнал учета работы ЛПУ по медицинской профилактике», утвержденной приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.09.2003 № 455 «О совершенствовании деятельности органов и учреждений здравоохранения по профилактике заболеваний в Российской Федерации»,

6.2. обеспечить предоставление отчета о числе пациентов, обученных в Школах здоровья для больных с хроническими неинфекционными заболеваниями еженедельно по понедельникам до 12.00ч в формате онлайн-мониторинга в соответствии с приложением 4 к распоряжению МЗ УР от 28.01.2025 № 0110.

7. Контроль за деятельностью Школ здоровья возложить на заведующего поликлиникой Сушенцову Т.В.

8. Приказ БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР» от 09.01.2025г. № 7 «О назначении ответственных» считать утратившим силу с 12.03.2025г.

9. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Главный врач  
БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»



О.С. Баженова

## **Положение о работе Школы здоровья для пациентов с артериальной гипертензией**

### **1. Общие положения**

- 1.1. Школа здоровья пациентов с артериальной гипертензией создается на базе поликлиники БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»;
- 1.2. работу Школы здоровья возглавляет врач-терапевт участковый, назначенный ответственным приказом главного врача.
- 1.3. Школа в своей деятельности руководствуется федеральными и региональными нормативными документами, стандартной операционной процедурой ПРОФ-2025-01 и настоящим Положением;
- 1.4. на обучение в Школу направляются пациенты, страдающие артериальной гипертензией, находящиеся на амбулаторном или стационарном лечении;
- 1.5. обучение проводится согласно программе по разработанным темам;
- 1.6. состав специалистов для проведения занятий в Школе здоровья утверждается главным врачом ежегодно и по мере необходимости. Занятия в Школе здоровья проводятся еженедельно в пятницу с 13.00 ч.
- 1.7. занятия Школы здоровья могут быть проведены в выездном формате (на предприятие/в организацию, находящиеся на территории обслуживания при условии набора группы для обучения);
- 1.8. информация о графике занятий в Школе здоровья и способах для записи размещается на официальном сайте и в социальных сетях медицинской организации, в зоне регистрации поликлиники, в кабинете медицинской профилактики.

### **2. Основные функции Школы здоровья:**

- 2.1. организация обучения пациентов по разработанной программе;
- 2.2. контроль уровня знаний обучающихся;
- 2.3. анализ эффективности работы Школы;
- 2.4. координация деятельности с работой других подразделений и специалистов, участвующих в обучении пациентов.

### **3. Цели:**

- 3.1. снижение смертности пациентов от болезней системы кровообращения, связанных с артериальной гипертензией, посредством стабилизации течения заболевания, устранения факторов риска развития и прогрессирования артериальной гипертензии, уменьшения числа гипертонических кризов, снижения числа осложнений артериальной гипертензии;
- 3.2. улучшение качества жизни пациентов с артериальной гипертензией;
- 3.3. снижение затрат на лечение.

### **4. Задачи:**

- 4.1. повышение информированности пациентов с артериальной гипертензией о заболевании и его факторах риска;
- 4.2. повышение ответственности пациента за сохранение здоровья;
- 4.3. формирование рационального и активного отношения пациента к здоровью, мотивации к оздоровлению, соблюдению режима лечения;
- 4.4. формирование умений и навыков по самоконтролю и самопомощи;
- 4.5. формирование у пациентов навыков и умений по снижению неблагоприятного влияния на здоровье поведенческих, управляемых факторов риска.

## **5. Рекомендуемое оснащение Школы здоровья:**

- доска;
- мультимедийный проектор, экран;
- компьютер, принтер;
- телевизор;
- весы, ростомер;
- тонометр;
- калькулятор;
- набор плакатов;
- муляжи или рисунки основных продуктов питания;
- дневники пациентов для контроля АД;
- анкеты для тестирования уровня знаний пациентов.

## **6. Порядок организации и проведения занятий в Школе здоровья**

6.1. В Школе здоровья для пациентов с артериальной гипертензией обучаются пациенты, имеющие артериальную гипертензию.

6.2. Формирование групп для прохождения занятий в Школе здоровья для пациентов с артериальной гипертензией происходит по направлению врачей-терапевтов участковых, врачей-терапевтов, врачей-узких специалистов, а также при самостоятельном обращении граждан.

6.3. Занятия проводятся на базе БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР», на 2 этаже поликлиники в актовом зале, группами по 10-12 человек;

6.4. При проведении выездной Школы здоровья помещение предоставляется предприятием/организацией, для сотрудников которых проводится обучение. Площадь помещения для проведения занятий должна способствовать комфортному пребыванию группы из 10-12 человек;

6.5. Продолжительность одного занятия составляет 40-60 минут;

6.6. Перед проведением первого занятия и по завершении заключительного занятия проводится анкетирование обучающихся по анкете в соответствии с приложением 1 к настоящему Положению;

6.7. После завершения полного цикла занятий в Школе здоровья в амбулаторную карту пациента/ карту стационарного больного вклеивается лист-вкладыш пациента, прошедшего обучение в Школе здоровья. Сведения о проведении занятий в Школе здоровья вносятся в ЕЦП. МИС.

## **7. Программа занятий**

### **Занятие 1**

1. Артериальное давление – терминология, нормальное и повышенное АД. Что надо знать пациенту об артериальной гипертензии.
2. Почему надо стремиться к нормальному артериальному давлению.
3. Факторы, влияющие на уровень артериального давления.
4. Течение артериальной гипертензии, основные проявления заболевания.
5. Атеросклероз и артериальная гипертензия.

### **Занятие 2**

1. Двигательная активность при артериальной гипертензии.
2. Контроль за самочувствием по пульсу и артериальному давлению.
3. Комплекс физических упражнений при артериальной гипертензии.

### **Занятие 3**

1. Избыточная масса тела и артериальная гипертензия.
2. Стресс как фактор риска при артериальной гипертензии
2. Здоровое питание, основные принципы.
3. Диетические рекомендации для лиц с артериальной гипертензией, составление пищевого рациона.

### **Занятие 4**

1. Осложнения артериальной гипертензии: инсульт, сердечная недостаточность, инфаркт миокарда, нарушение сердечного ритма.
2. Как избежать гипертонического криза, обострения, прогрессирования заболевания.
3. Какие препараты надо иметь в домашней аптечке.
4. Когда следует обратиться к врачу и когда можно помочь себе самому.

Занятие 5

1. Принципы контроля артериального давления: регулярность, систематичность, длительность, необходимость.
2. Ведение «Дневника самоконтроля».
3. Оценка усвоения материала. Вопросы и ответы.

**8. Критерии эффективности работы Школы здоровья для пациентов с артериальной гипертензией**

Показатели эффективности	Прошедшие обучение в Школе		Непрошедшие обучение в Школе	
	Абс. кол-во	%	Абс. кол-во	%
Прошло обучение в Школе (количество)				
Достижение целевого уровня артериального давления				
Нормализация уровня сахара				
Нормализация уровня холестерина				
Нормализация индекса массы тела				
Число госпитализаций				
Число вызовов СМП				
Число осложнений				
Число дней нетрудоспособности				

**Тест-контроль для пациентов Школы здоровья с артериальной гипертонией**

1. Какие цифры артериального давления считаются нормальными?
  - а) 130/90,
  - б) 140/80,
  - в) 120/80,
  - г) затрудняюсь ответить.
  
2. Сколько соли в день можно употреблять при сердечно-сосудистых заболеваниях?
  - а) 1 ч. л.,
  - б) 2 ч. л.,
  - в) 3 ч. л.,
  - г) затрудняюсь ответить.
  
3. Как Вы думаете, опасен ли высокий уровень холестерина в крови?
  - а) да,
  - б) нет,
  - в) затрудняюсь ответить.
  
4. Каким должен быть уровень холестерина в крови?
  - а) Менше 4,5 - 5,0 ммоль/л,
  - б) меньше 6,2 - 7,2 ммоль/л,
  - в) затрудняюсь ответить.
  
5. Стараетесь ли Вы соблюдать диету для поддержания нормального уровня холестерина крови?
  - а) да,
  - б) нет,
  - в) не считаю нужным.
  
6. Какие молочные продукты нежелательно употреблять при сердечно-сосудистых заболеваниях?
  - а) молоко 2,5% жирности,
  - б) сливки, сметана,
  - в) творог нежирный,
  - г) творог жирный,
  - д) сыр,
  - е) кефир 2,5% жирности,
  - ж) затрудняюсь ответить.
  
7. Какие факторы риска артериальной гипертонии Вы знаете? Впишите:  

---

---

---
  
8. Как Вы относитесь к занятиям физкультурой?
  - а) это жизненно необходимо,
  - б) можно заниматься время от времени,
  - в) это ничего не даст, здоровье зависит от природы,
  - г) затрудняюсь ответить.

9. Как Вы думаете, что полезнее при гипертонии и других сердечно-сосудистых заболеваниях?

- а) Малоподвижный образ жизни,
- б) быстрая ходьба с одышкой,
- в) ходьба средним темпом с опущением легкой пехватки воздуха,
- г) занятия спортом с достижением высоких результатов,
- д) пальпация биологически активных точек,
- е) утренняя гимнастика,
- ж) затрудняюсь ответить.

10. Какие способы снятия первого напряжения следует использовать?

- а) Хороший сон, отдых,
- б) спиртные напитки,
- в) курение,
- г) прогулка по парку,
- д) двигательная активность,
- е) водные процедуры, душ, обливание,
- ж) хорошая еда,
- з) общение с любимыми людьми,
- и) высказать с гневом все обидчику в лицо,
- к) затрудняюсь ответить.

Приложение 2  
к Положению о работе  
Школы для пациентов с артериальной гипертензией

**Дневник самоконтроля больного артериальной гипертензией**

Дата	Утро		Вечер		Отметка о приеме лекарственного препарата	Примечания
	АД	ЧСС	АД	ЧСС		

Приложение 3  
к Положению о работе  
Школы для пациентов с артериальной гипертензией

**Журнал учета обученных в Школе для пациентов с артериальной гипертензией\***

№ п/п	Ф.И.О. пациента	Дата рождения	Отметка о присутствии на занятии (дата)					Уровень АД		Самоконтроль уровня АД (да/нет)		Применение нормативных методов лечения (перечислить)		Применение нормативных методов лечения (перечислить)		
			1	2	3	4	5	До обучения	После обучения	До обучения	После обучения	До обучения	После обучения	До обучения	После обучения	

\* Возможно ведение журнала учета в электронном виде

Приложение 4  
к Положению о работе  
Школы для пациентов с артериальной гипертензией

**Листок-вкладыш в амбулаторную карту пациента, прошедшего обучение  
в Школе здоровья**

№ п/п	Дата обучения	Темы занятий	Рекомендации по коррекции факторов риска	Подпись медицинского работника, проводившего занятия

**Положение  
о работе Школы здоровья для беременных в женской консультации  
БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»**

**1. Общие положения**

- 1.1. Школа здоровья для беременных создается на базе женской консультации БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»;
- 1.2. работу Школы здоровья для беременных организует врач-акушер-гинеколог, владеющий теоретическими и практическими навыками охраны здоровья беременных женщин и будущего ребенка, профилактики заболеваний во время беременности;
- 1.3. Школа здоровья для беременных в своей деятельности руководствуется федеральными, региональными нормативными актами, федеральными, региональными методическими рекомендациями, стандартной операционной процедурой ПРОФ-2025-01 и настоящим Положением;
- 1.4. состав специалистов и график проведения занятий утверждаются главным врачом ежегодно и по мере необходимости;
- 1.5. информация о графике проведения занятий и контактная информация для записи размещаются в женской консультации, зоне регистратуры взрослой поликлиники, на официальном сайте и в социальных сетях учреждения.

**2. Цели**

- 2.1. Формирование у беременных женщин ответственного отношения к своему здоровью и здоровью будущего ребенка;
- 2.2. сохранение здоровья женщины во время беременности и родов, рождение здорового ребенка;
- 2.3. психологическая адаптация женщины к беременности и родам.

**3. Задачи**

- 3.1. Повышение информированности женщин и членов их семей о течении нормальной беременности и родов, факторах риска и профилактике осложнений;
- 3.2. обучение женщин особенностям образа жизни во время беременности: режим дня, питание, двигательная активность, профилактика стрессов, гигиена, отказ от вредных привычек и др.;
- 3.3. обучение беременных поведению во время родов, освоение ими практических навыков правильного дыхания, обезболивания и расслабления;
- 3.4. повышение информированности обучающихся в Школе здоровья о репродуктивном здоровье семьи, контрацепции после родов, профилактике заболеваний, передающихся половым путем;
- 3.5. повышение информированности беременных женщин о важности, преимуществах и методах грудного вскармливания;
- 3.6. формирование у беременных женщин уверенности в благополучном течении беременности, родов и послеродового периода.

**4. Порядок организации работы Школы здоровья для беременных**

- 4.1. Обучение в Школе здоровья для беременных проводят акушеры-гинекологи, акушерки, терапевты, педиатры, психологи, социальные работники, врачи и инструкторы ЛФК, имеющие специальную подготовку.
- 4.2. На обучение в Школу здоровья для беременных направляются женщины при постановке на учет по беременности, возможно вместе с будущими отцами или близкими родственниками.

4.3. Обучение проводится в группах численностью 5-10 человек, индивидуально и с партнерами, циклами по 6 занятий. Целесообразно формировать группы женщин с одинаковыми сроками беременности.

4.4. Занятия проводятся в соответствии с разработанной программой (четыре занятия для женщин со сроками беременности от 0 до 20 недель, два занятия – для женщин со сроками беременности 28-35 недель), включают теоретическую и практическую части. Женщина, впервые направленная на обучение в Школе здоровья на 28 и более неделе беременности, может начать обучение в Школе здоровья с 5 занятия.

4.5. Рекомендовано проводить занятия в Школе здоровья для беременных в отдельном кабинете, площадью не менее 20 кв. м.

4.6. Длительность каждого занятия составляет 40-60 минут.

4.7. Перед проведением первого занятия и по завершении заключительного занятия проводится анкетирование обучающихся по анкетам в соответствии с приложением 1 к настоящему Положению.

4.8. После завершения полного цикла занятий в Школе здоровья в амбулаторную карту пациентки/личную карту беременной вклеивается лист-вкладыш пациента, прошедшего обучение в Школе здоровья. Сведения о проведении занятий в Школе здоровья вносятся в ЕЦП. МИС.

## **5. Рекомендуемое оснащение Школы**

- Рабочий стол врача,
- шкаф для хранения документации,
- кушетка,
- удобные кресла или стулья по числу занимающихся,
- пеленальный столик,
- тонометр, фонендоскоп,
- весы,
- ростомер,
- методические и обучающие материалы для медицинских работников (типовые лекции, мультимедийные презентации, методические рекомендации и прочее),
- наглядные пособия (плакаты, муляжи, таблицы, видеofilmы, диски, куклы для обучения пеленанию, пеленки, коврики и т.п.),
- компьютер, принтер, мультимедийный проектор или другое проекционное оборудование,
- Журнал учета работы Школы здоровья для беременных,
- анкеты для оценки обучения в Школе.

## **6. Программа занятий с беременными и партнерами в школе здоровья для беременных**

### **Занятие 1. Анатомо-физиологические изменения в организме матери во время беременности**

1. Физиологические изменения организма матери во время беременности, периоды беременности.
2. Периоды внутриутробного развития плода.
3. Роль плаценты и околоплодных вод в жизнеобеспечении плода.
4. Общение с ребенком в период его внутриутробного развития.
6. Родовой сертификат. Законодательные права беременной, права материнства.

### **Занятие 2. Факторы риска и медицинское наблюдение во время беременности**

1. Что такое факторы риска беременности.
2. Влияние здоровья родителей на здоровье будущего ребенка. Роль наследственности.
3. Алкоголь, курение, прием наркотических и токсических веществ родителями как фактор риска патологии плода.
4. Влияние других неблагоприятных факторов на плод (производственных, инфекционных, лекарственных, радиационных и др.).
5. Осложнения беременности.

6. Частота посещений врача-акушера-гинеколога, акушерки для медицинского наблюдения.
7. Необходимость выполнения обязательного объема медицинского обследования во время беременности.
8. Знакомство с современными инструментальными методами слежения за состоянием здоровья матери и плода.
9. Обучение беременных некоторым тестам для оценки развития беременности и состояния плода «Считай до 10».

### **Занятие 3. Особенности образа жизни во время беременности**

1. Режим дня, рекомендации по режиму труда, в т.ч. домашней работы.
2. Рациональное питание беременной женщины. Режим питания, сбалансированный рацион, прием жидкости, роль витаминов и микроэлементов для здоровья матери и плода.
3. Особенности питания при патологических состояниях (ранний токсикоз, запоры, гипертензия, заболевание почек, сахарный диабет (в том числе гестационный) и др.).
4. Соблюдение личной гигиены. Чистота тела, уход за кожей, молочными железами, половыми органами, рекомендуемое белье, одежда и обувь.
5. Особенности психоэмоционального состояния беременной. Психологическая адаптация женщины к беременности.
6. Роль семьи в психологической и физической поддержке женщины во время беременности, родов и после рождения ребенка.

### **Занятие 4. Особенности образа жизни во время беременности (продолжение)**

1. Использование природных факторов для закаливания и оздоровления организма женщины.
2. Роль гигиенической гимнастики в период беременности.
3. Обучение комплексу физических упражнений в зависимости от срока беременности.
4. Обучение умению расслабляться («быстрый отдых»).

### **Занятие 5. Подготовка к родам «без страха»**

1. Календарные сроки наступления родов.
2. Предвестники родов.
3. Периоды родов и их продолжительность.
4. Значение правильного и спокойного поведения женщины в родах.
5. Участие и помощь партнера в родах.
6. Обучение различным способам дыхания для благополучного течения родов.
7. Обучение приемам обезболивания родов.
8. Аутотренинг и точечный самомассаж для укрепления психоэмоционального состояния в родах.

### **Занятие 6. Послеродовой период в родильном доме**

1. Физиологические изменения в организме женщины после родов.
2. Роль грудного вскармливания в жизни ребенка: значение раннего прикладывания ребенка к груди, преимущества и правила грудного вскармливания.
3. Уход за молочными железами в послеродовом периоде. Профилактика гипогалактии. Гимнастика для мышц груди.
4. Правильное питание кормящей матери.
5. Лечебная гимнастика в послеродовом периоде.
6. Контрацепция после родов. Различные виды контрацепции, их безопасность и приемлемость в послеродовом периоде и в периоде лактации.
7. Что взять с собой в родильный дом.

### **7. Критерии эффективности работы Школы здоровья для беременных**

1. Охват обучением беременных женщин в женской консультации:
  - 1.1. Абсолютное число женщин, вставших на учет по беременности;
  - 1.2. Абсолютное число обучаемых женщин;
  - 1.3. Процент обучаемых к общему числу беременных, вставших на учет по беременности.

2. Количество беременных, посетивших весь курс обучения, в процентах от общего числа обучающихся.
3. Своевременность госпитализации в родильный дом в процентах от количества обучившихся женщин.
4. Частота нормальных родов в процентах от количества обучившихся женщин.
5. Частота оперативных вмешательств в процентах от количества обучившихся женщин.
6. Послеродовые осложнения в абсолютных цифрах и в процентах от числа обученных.
7. Рождение числа детей с нормальной оценкой по шкале Апгар в абсолютных цифрах и в процентах от числа обученных.
8. Длительность грудного вскармливания в послеродовом периоде в абсолютных цифрах и в процентах от числа обученных \_\_\_\_\_ до 6 месяцев, \_\_\_\_\_ до 1 года.
9. Наличие абортов в течение первого года после родов в абсолютных цифрах и в процентах от числа обученных.
10. Используемый вид послеродовой контрацепции в течение первого года после родов: комбинированные гормональные таблетки, внутриматочные средства, презервативы, спермициды, стерилизация.

**Анкета обучающихся Школы здоровья для беременных  
в сроке гестации до 20 недель  
(до начала обучения в Школе здоровья для беременных)**

1. Ваш возраст (указать):
  2. Укажите число предыдущих родов:
  3. Настоящая беременность (подчеркнуть нужное):  
запланированная, желанная, незапланированная, нежеланная
  4. Срок беременности в настоящее время:
  5. Укажите, какая информация вам необходима и интересна:
    - а) вопросы приема витаминов и микроэлементов во время беременности и грудного вскармливания (отметить выбранный ответ):
      - да
      - нет
    - б) физические нагрузки во время беременности:
      - да
      - нет
    - в) вакцинация во время беременности и лактации:
      - да
      - нет
    - г) вакцинация новорожденного в родильном доме:
      - да
      - нет
    - д) половая жизнь во время беременности:
      - да
      - нет
    - е) что будет, если роды начнутся в сроке 22-37 недель?
      - да
      - нет
    - ж) что будет, если у плода выявят изменения при УЗИ?
      - да
      - нет
    - з) что будет, если у беременной выявится заболевание (отклонения в результатах обследований) или обострятся имеющиеся заболевания:
      - да
      - нет
  6. Напишите какие интересующие вас вопросы и темы вы хотели бы обсудить во время занятий в Школе здоровья для беременных:
- 
- 

**Анкета обучающихся Школы здоровья для беременных  
в сроке гестации 30 недель и более  
(до начала обучения в Школе здоровья для беременных)**

1. Укажите ваш возраст:
2. Укажите число предыдущих родов:
3. Настоящая беременность (подчеркните нужное):  
желанная, запланированная, нежеланная, незапланированная
4. Срок беременности в настоящее время:
5. Какие роды вы планируете (отметить выбранный вариант ответа):
  - домашние,
  - в родильном доме.

6. Вам нужен партнер в родах?  
- да: муж, мама, подруга, сестра (подчеркните или напишите ваш вариант)  
- нет
7. В настоящее время у вас выявлены показания к оперативным родам (кесарево сечение):  
- да  
- нет
8. Испытываете ли вы страх перед родами (оцените по шкале от 0 до 3, где 0 – нет, 1 – незначительный, 2 – значительный, 3 – очень сильный страх):  
- страх за себя: ваша оценка 0,1,2,3 (подчеркните нужное)  
- страх за ребенка: 0,1,2,3  
- страх боли: 0,1,2,3
9. Напишите какие вопросы и темы вы бы хотели обсудить во время занятий в Школе здоровья для беременных:
- 
- 

**Анкета обучающихся Школы здоровья для беременных  
(после окончания занятий)**

1. Укажите ваш возраст:
2. Укажите число предыдущих родов:
3. Срок беременности в настоящее время:
4. Какие роды вы планируете (отметить выбранный вариант ответа):  
- домашние  
- в родильном доме
5. Вам нужен партнер в родах?  
- да: муж, мама, подруга, сестра (подчеркните или напишите ваш вариант)  
- нет
6. В настоящее время у вас выявлены показания к оперативным родам (кесарево сечение):  
- да  
- нет
7. Испытываете ли вы страх перед родами (оцените по шкале от 0 до 3, где 0 – нет, 1 – незначительный, 2 – значительный, 3 – очень сильный страх):  
- страх за себя: ваша оценка 0, 1, 2, 3 (подчеркните нужное)  
- страх за ребенка 0, 1, 2, 3  
- страх боли 0, 1, 2, 3
8. Вы занимались в Школе:  
- одна (подчеркнуть выбранный вариант): да, нет  
- с партнером (подчеркнуть или дописать ответ): мужем, мамой, подругой, сестрой
9. Какой срок для родов считается нормальным (выберите один ответ):  
- 38-39 нед.  
- 40-41 нед.  
- 37-42 нед.  
- любой после 30 нед.
10. Как отличить предвестники от родовых схваток (выберите правильный ответ):  
- родовые схватки болезненные, а предвестниковые нет  
- родовые регулярные, предвестниковые нет  
- при родовых болит живот, а при предвестниковых – спина
11. Как должны начинаться роды (выберите правильный ответ):  
- сначала отходят воды  
- сначала начинаются схватки  
- оба варианта могут быть признаком родов
12. Если начались схватки, то нужно ехать в роддом (выберите правильный ответ):  
- сразу

- когда пауза между схватками будет десять минут
  - когда пауза между схватками будет 5 минут
13. Насколько необходимо бритье волос на промежности и очистительная клизма перед родами (выберите правильный ответ):
- необходимо бритье
  - необходима клизма
  - необходимо бритье и клизма
  - бритье и клизма проводятся по желанию роженицы
14. Во время схваток (выберите правильный ответ):
- можно ходить
  - нужно лежать
  - нужно тужиться
15. Какие немедикаментозные методы обезболивания вы знаете и планируете применять в родах (выберите один или несколько ответов):
- массаж
  - техники релаксации (дыхательная, йога)
  - точки обезболивания
  - аудиоаналгезия (музыкальная терапия)
16. Когда впервые ребенка прикладывают к груди матери (выберите правильный ответ):
- в родовом зале сразу после рождения
  - в послеродовой палате
17. Нужно ли мыть ребенка в первые часы после рождения (выберите правильный ответ):
- да
  - нет
18. Когда появится грудное молоко (выберите правильный ответ):
- сразу после родов
  - через 3-4 суток после родов
19. Чем полезно молозиво (выберите несколько правильных ответов):
- заселяет желудок и кишечник новорожденного полезной микрофлорой
  - калорийнее молока в 2,5 раза
  - замедляет молоко до его появления у матери
  - не имеет никакой пользы
  - пока не появилось грудное молоко ребенку необходимо давать молочную смесь.

Приложение 2 к Положению  
о работе Школы здоровья для беременных

**Отметка в личной карте беременной, прошедшей обучение в Школе здоровья для  
беременных в женской консультации**

Дата проведения занятий	Темы занятий	Ф.И.О. проводившего занятия
----------------------------	--------------	--------------------------------

Приложение 3 к Положению  
о работе Школы здоровья для беременных

**Журнал учета обученных в Школе здоровья для беременных\***

№ п/п	Ф.И.О. обучающейся	Возраст обучающейся	Семейное положение	Срок беременности	Порядковый номер беременности	Порядковый номер родов	Отметка о присутствии на занятии (даты)								
							1	2	3	4	5	6			

\* возможно ведение Журнала в электронном виде

**Положение  
о работе Школы молодой матери  
БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»**

**1. Общие положения**

- 1.1. Школа молодой матери создается на базе кабинета здорового ребенка в детской консультации БУЗ УР БУЗ УР «Красногорская РБ МЗ УР»;
- 1.2. работу Школы молодой матери возглавляет врач-педиатр участковый, владеющий теоретическими и практическими навыками в области профилактики заболеваний, охраны и укрепления здоровья детей;
- 1.3. Школа молодой матери в своей деятельности руководствуется федеральными, региональными нормативными актами, федеральными, региональными методическими рекомендациями, стандартной операционной процедурой ПРОФ-2025-01 и настоящим Положением;
- 1.4. состав специалистов для проведения занятий утверждаются главным врачом ежегодно и по мере необходимости. Занятия проводятся 2 раза в месяц в дни здорового ребенка;
- 1.5. информация о графике проведения занятий и контактная информация для записи размещаются в женской консультации, зоне регистратуры детской поликлиники, на официальном сайте и в социальных сетях учреждения.

**2. Цели**

- 2.1. Формирование ответственного родительства и пропаганда здорового образа жизни в семье;
- 2.2. формирование у родителей навыков ухода за ребенком первого года жизни, обучение способам сохранения и укрепления его здоровья;
- 2.3. пропаганда грудного вскармливания;

**3. Задачи**

- 3.1. Обучение женщин особенностям образа жизни в послеродовом периоде, в период кормления грудью: режим дня, питание, двигательная активность, профилактика стрессов, гигиена, отказ от вредных привычек;
- 3.2. обучение родителей основным правилам ухода за ребенком первого года жизни: гигиена, режим дня и питания, закаливание, массаж, гимнастика;
- 3.3. повышение информированности женщин о преимуществах грудного вскармливания. Обучение технике кормления грудью;
- 3.4. информирование родителей о профилактике заболеваний ребенка в первый год жизни, в том числе по вопросам вакцинопрофилактики;
- 3.5. информирование родителей об особенностях физического и психо-психического развития ребенка в первый год жизни;
- 3.6. информирование родителей об особенностях поступления ребенка в детское дошкольное учреждение.

**4. Порядок организации работы Школы молодой матери**

- 4.1. Занятия в Школе молодой матери проводят врачи-педиатры, медицинские сестры и другие специалисты, владеющие навыками сохранения и укрепления здоровья детей.
- 4.2. Школу молодой матери посещают женщины с 30 недели беременности. Школу могут посещать члены семьи ребенка.
- 4.3. Обучение проводится в группах численностью 5-7 человек, циклами по 6 занятий. Длительность занятия – не более 40-60 минут каждое.

4.4. Занятия проводятся в соответствии с разработанной программой, включают теоретическую и практическую части. Метод изложения материала – лекция, беседа с использованием наглядных материалов в виде плакатов, таблиц, практические занятия и т.д.

4.5. Занятия в Школе молодой матери проводятся в отдельном кабинете, площадью не менее 20 кв. м или в кабинете здорового ребенка.

4.6. Перед проведением первого занятия и по завершении заключительного занятия проводится анкетирование обучающихся по анкетам в соответствии с приложением 1 к настоящему Положению.

4.7. После завершения полного цикла занятий в Школе здоровья в амбулаторную карту ребенка, мать которого прошла обучение в Школе молодой матери, вкладывается лист-вкладыш пациента, прошедшего обучение в Школе здоровья. Сведения о проведении занятий в Школе здоровья вносятся в ЕИЦ. МИС.

## 5. Оснащение Школы молодой матери:

№ п/п	Наименование оборудования (оснащения)	Количество
1.	Рабочее место медицинского работника с персональным компьютером и выходом в информационно-коммуникационную сеть «Интернет»	Не менее 1
2.	Весы медицинские	Не менее 1
3.	Электронные весы для детей до года	Не менее 1
4.	Ростомер	Не менее 1
5.	Ростомер для детей до года	Не менее 1
6.	Бактерицидный облучатель воздуха рециркуляционного типа	Не менее 1
7.	Стегоскоп	Не менее 1
8.	Термометр медицинский	Не менее 1
9.	Тонометр для измерения артериального давления с манжетами для детей разного возраста	Не менее 1
10.	Шпатель одноразовый	Не менее 1
11.	Пеленальный стол	Не менее 1
12.	Купетка медицинская	Не менее 1
13.	Стол массажный	Не менее 1
14.	Комплект оборудования для наглядной пропаганды здорового образа жизни и навыков ухода за ребенком	Не менее 1
15.	Пособия для оценки психофизического развития ребенка	Не менее 1
16.	Раздаточный и наглядный материал	Не менее 1 комплекта
17.	Емкость для сбора бытовых и медицинских отходов	Не менее 1
18.	Емкость для дезинфицирующих средств	Не менее 1
19.	Журнал учета работы Школы молодой матери	1
20.	Анкеты для оценки обучения в Школе	По числу обучающихся

## 6. Программа занятий Школы молодой матери

**Занятие № 1. Новорожденность (занятие проводится на 30-35 неделях беременности)**

1. Анатомо-физиологические особенности новорожденного.
2. Значение совместного пребывания матери и ребенка в родильном доме.
3. Преимущества грудного вскармливания.
4. Уход за новорожденным.
5. Ответственность родителей за здоровье и жизнь ребенка.

**Занятие № 2. Ребенку 1-3 месяца (занятие проводится на 30-35 неделях беременности)**

1. Особенности физического и перво-психического развития ребенка в возрасте с 1 до 3 месяцев.
2. Особенности ухода за ребенком в возрасте с 1 до 3 месяцев: гигиена, режим дня и питания, закаливание, массаж, гимнастика.
3. Значимость и техника грудного вскармливания.
4. Вакцинация ребенка – основа профилактики вакциноуправляемых инфекций.

**Занятие № 3. Ребенку 3-6 месяцев (занятие проводится спустя 1-2 месяца после родов)**

1. Особенности физического и перво-психического развития ребенка в возрасте с 3 до 6 месяцев.
2. Особенности ухода за ребенком в возрасте с 3 до 6 месяцев: гигиена, режим дня и питания, закаливание, массаж, гимнастика. Значение вакцинопрофилактики.
3. Кормление ребенка в возрасте с 3 до 6 месяцев. Правила введения прикорма.

**Занятие № 4. Ребенку 6-9 месяцев (занятие проводится спустя 2-4 месяца после родов)**

1. Особенности физического и перво-психического развития ребенка в возрасте с 6 до 9 месяцев.
2. Особенности ухода за ребенком в возрасте с 6 до 9 месяцев: гигиена, режим дня и питания, закаливание, массаж, гимнастика, кормление. Значение вакцинопрофилактики.
3. Профилактика детского травматизма.

**Занятие № 5. Ребенку 9-12 месяцев (занятие проводится спустя 5-7 месяцев после родов)**

1. Особенности физического и перво-психического развития ребенка в возрасте с 9 до 12 месяцев.
2. Особенности ухода за ребенком в возрасте с 9 до 12 месяцев: гигиена, режим дня и питания, закаливание, массаж, гимнастика. Значение вакцинопрофилактики.
3. Кормление ребенка в возрасте с 9 до 12 месяцев.

**Занятие № 6. Подготовка к обучению в детском дошкольном учреждении (занятие проводится в возрасте ребенка 1-2 года)**

1. Особенности перво-психологического развития ребенка в возрасте 1-3 лет. Психологическая подготовка к детскому саду.
2. Режим дня, питание и гигиенические навыки ребенка, поступающего в детский сад.
3. Особенности периода адаптации в детском саду.
4. Профилактика заболеваний. Вакцинопрофилактика. Закаливание.

**7. Критерии эффективности работы Школы молодой матери**

1. Охват обучением молодых матерей, имеющих ребенка в возрасте до одного года:
  - 1.1. Абсолютное число женщин, имеющих ребенка в возрасте до одного года и состоящих на учете в детской поликлинике.
  - 1.2. Абсолютное число женщин, имеющих ребенка в возрасте до одного года и обученных в Школе молодой матери в детской поликлинике (прошедшие 1-5 занятия, 2-5 занятия, 6 занятий).
  - 1.3. Процент обученных к общему числу женщин, имеющих ребенка в возрасте до одного года и состоящих на учете в детской поликлинике.
2. Процент детей, находящихся на грудном вскармливании, в возрасте: до 6 месяцев \_\_\_\_\_, до 12 месяцев \_\_\_\_\_.
3. Процент охвата профилактическими прививками детей первого года жизни.
4. Информированность родителей в вопросах воспитания здорового ребенка по результатам анкетирования.

**Анкета входного/выходного контроля в Школе молодой матери  
(в возрасте от 0 до 6 месяцев)**

1. Грудное вскармливание необходимо малышу:
  - до 6 месяцев,
  - до 9 месяцев,
  - до одного года.
  
2. В каком возрасте рекомендовано дать ребенку кашу:
  - в 3 месяца,
  - в 4 месяца,
  - в 5 месяцев,
  - в 6 месяцев,
  - в 7 месяцев.
  
3. После кормления ребенка рекомендовано:
  - положить,
  - поддержать вертикально,
  - покачать.
  
4. Купать новорожденного рекомендовано:
  - ежедневно,
  - через день,
  - 1 - 2 раз в неделю.
  
6. Температура воды для купания:
  - 36,6 - 37,0,
  - 37 - 38,
  - 38 - 39.
  
7. Прогулки рекомендованы:
  - с первых дней после выписки из роддома,
  - со второй недели после выписки из роддома,
  - с одного месяца.
  
8. Температура воздуха для прогулок зимой:
  - не ниже минус 15 градусов,
  - не ниже минус 25 градусов,
  - при любой температуре.
  
9. Температура воздуха в комнате, малыша:
  - 20 - 21 градус,
  - 25 - 28 градусов,
  - 30 и более градусов.
  
10. Гимнастика для малыша рекомендована:
  - первых дней жизни,
  - с одного месяца.
  
11. Молочные зубы начинают прорезываться в возрасте:
  - 3 - 4 месяца,
  - 5 - 7 месяцев,
  - 9 месяцев.

12. Ребенка можно присаживать в возрасте:

- 3 месяца,
- 4 месяца,
- 6 месяцев.

13. Проведение прививок ребенку:

- обязательно,
- не обязательно.

14. Использование автокресла:

- обязательно
- необязательно

### **Анкета входного/выходного контроля в Школе молодой матери (в возрасте от 6 месяце до 1 года)**

1. В каком возрасте рекомендовано дать ребенку специализированную детскую кашу:

- в 3 месяца,
- в 4 месяца,
- в 5 месяцев,
- в 6 месяцев,
- в 7 месяцев.

2. Температура воды для купания:

- 36,6 - 37,0,
- 37 - 38,
- 38 - 39.

3. Температура воздуха для прогулок зимой:

- не ниже минус 15 градусов,
- не ниже минус 25 градусов,
- при любой температуре.

4. Температура воздуха в комнате малыша:

- 20 - 21 градус,
- 25 - 28 градусов,
- 30 и более градусов.

5. Массаж и гимнастика с ребенком проводятся:

- за 30 - 40 минут до или после еды,
- вне зависимости от приема пищи.

6. Гимнастика с ребенком проводится:

- ежедневно,
- два раза в неделю,
- один раз в неделю.

7. Молочные зубы начинают прорезываться в возрасте:

- 3 - 4 месяца,
- 5 - 7 месяцев,
- 9 месяцев.

8. Ребенка можно присаживать в возрасте:

- 3 месяца,
- 4 месяца,
- 6 месяцев,
- 9 месяцев,
- 12 месяцев.

9. Проведение прививок ребенку:

- обязательно,
- не обязательно.

10. Прививки предотвращают заболевание ребенка:

- гепатитом В,
- отитом,
- туберкулезом,
- дифтерией,
- ОРЗ,
- столбняком,
- полиомиелитом,
- коклюшем.

11. Начинаем чистить зубы:

- с момента появления зубов
- с 1 года
- с трех лет

12. Использование автокресла:

- обязательно
- необязательно

13. Садимся на горшок:

- с момента как научился уверенно сидеть
- с 1 года
- никогда

14. Обязательное условие для поступления в детский сад:

- наличие всех прививок
- наличие пробы Манту
- навыки самообслуживания

Приложение 2 к Положению  
о работе Школы молодой матери

**Отметка в амбулаторной карте о прохождении обучения в Школе молодой матери**

Дата проведения занятий	Темы занятий	Ф.И.О. проводившего занятие
-------------------------	--------------	-----------------------------

Приложение 3 к Положению  
о работе Школы молодой матери

**Журнал учета обученных в Школе молодой матери\***

№ п/п	Ф.И.О. обучающейся	Возраст обучающейся	Семейное положение	Дата родов	Вскармливание (грудное/ искусственное)	Вакцинация в соответствии с календарем профилактических прививок (да/нет)	Отметка о присутствии на занятии (даты)								
							1	2	3	4	5	6			

\* возможно ведение Журнала в электронном виде