

Профессионально-прикладная подготовка медицинских сестер

Е.И. Калинин, И.А. Ушакова, В.В. Скворцов

Волгоградский государственный медицинский университет МЗ РФ

e-mail: vskvortsov1@ya.ru

Информация об авторах:

1. Калинин Елена Ивановна, к.м.н., доцент кафедры профильных гигиенических дисциплин, зам. директора колледжа Волгоградского государственного медицинского университета МЗ РФ, <https://orcid.org/0000-0002-7083-4241>

2. Ушакова Ирина Анатольевна, к.б.н., доцент кафедры физической культуры и здоровья Волгоградского государственного медицинского университета МЗ РФ, <https://orcid.org/0000-0002-7729-4890>.

3. Скворцов Всеволод Владимирович, д.м.н., доцент, кафедра пропедевтики внутренних болезней, Волгоградского государственного медицинского университета МЗ РФ, e-mail: vskvortsov1@ya.ru, <http://orcid.org/0000-0002-2164-3537>

Резюме

Деятельность медицинской сестры относится к типу «человек-человек» и, значит, ориентирована на контакт с коллегами и пациентами, что предполагает умение устанавливать и поддерживать деловые контакты, разбираться во взаимоотношениях людей, проявлять логические способности, эрудицию и лидерские качества. Профессия медицинской сестры отнесена к интеллектуальному труду, который характеризуется переработкой большого объема разнообразной информации, требует мобилизации памяти, концентрации внимания, часто связан со стрессовыми ситуациями. Таким образом, эффективность и качество работы медицинских сестер во многом зависит от состояния их здоровья, функциональной и физической подготовленности. Одной из задач профессионально-прикладной подготовки медицинских сестер является преимущественное развитие прикладных основных физических качеств: выносливости, силы, ловкости, быстроты, гибкости. Все это обуславливает необходимость организации физического воспитания в колледже. Содержание курса по физвоспитанию должно быть направлено на формирование профессионально-прикладной физической культуры будущих медицинских сестер. В данной статье представлены основные направления профессионально-прикладной подготовки обучающихся медицинского колледжа.

Ключевые слова: медицинская сестра, профессиональная подготовка медицинских сестер, профессиональные качества, профессионально-прикладная подготовка, средний медицинский персонал, физическая культура.

Для цитирования:

Калинин Е.И., Ушакова И.А., Скворцов В.В. Профессионально-прикладная подготовка медицинских

сестер. Медицинская сестра, 2020; 5 (22): 19–23. DOI: <https://doi.org/10.29296/25879979-2020-05-04>

Professional and applied nurses' training

E.I. Kalinchenko, I.A. Ushakova, V.V. Skvortsov

Volgograd State Medical University, Russian Health Ministry

Information about the authors:

1. Elena I. Kalinchenko, PhD in Medical sciences, Associate Professor at the Specific Hygiene Disciplines Department, College Deputy Director, Volgograd State Medical University, <https://orcid.org/0000-0002-7083-4241>

2. Irina A. Ushakova, PhD in Biological sciences, Associate Professor at PE and Health Department Volgograd State Medical University, <https://orcid.org/0000-0002-7729-4890>.

3. Vsevolod V. Skvortsov, Dr. of Medical sciences, Associate Professor at Propaedeutic of Internal Medicine Department, Volgograd State Medical University, e-mail: vskvortsov1@ya.ru, <http://orcid.org/0000-0002-2164-3537>

Abstract

The nurse's work belongs to the «person-to-person» type of jobs and, therefore, it is focused on contact with colleagues and patients, which implies the ability to establish and maintain business contacts, understand human relationships, show logical abilities, erudition and leadership qualities. The nurse profession is classified as intellectual work, which is characterized by the processing of a large amount of various information, requires memory mobilization, attention span, and is often associated with stressful situations. Thus, the efficiency and quality of nurses' work significantly depends on their health status, functional and physical abilities. The important goal of professional and applied nurses training is the predominant development of applied basic physical qualities: endurance, strength, agility, reaction, flexibility. All this necessitates the arranging of physical education at college. The content of the Physical Education course should be focused on the developing future nurses' physical activities. This article presents the main directions of professional and applied training of students of a medical college.

Key words: the nurse, professional nurses' education, professional qualities, applied training, nursing staff, physical education.

For citation:

Kalinchenko E.I., Ushakova I.A., Skvortsov V.V. Professional and applied nurses' training. The Nurse, 2020; 5 (22): 19–23. DOI: <https://doi.org/10.29296/25879979-2020-05-04>

На сегодняшний день профессия медицинской сестры/брата является очень востребованной, имеет разную специализацию и направления. В списке многочисленных доминирующих видов деятельности медицинской сестры отмечены, в том числе уход за больными, участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессах, оказание своевременной доврачебной медицинской помощи в экстренных ситуациях и психологической помощи и поддержки больным. Выполняя свои профессиональные обязанности, специалист сестринского дела должен проводить пропаганду здорового образа жизни (ЗОЖ), способствовать формированию мотивации ведения здорового образа жизни. ФГОС по специальности 34.02.01 Сестринское дело (2014) регламентирует необходимость формирования компетенции «Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей». Также предъявляются высокие требования к личностным и профессиональным качествам: хорошему развитию внимания (умению быстро переключаться, сосредоточиваться на важном объекте, удерживать одновременно в поле внимания несколько объектов), ручной ловкости при проведении различных манипуляций и процедур сестринского ухода, физической выносливости (способности выдерживать значительные физические нагрузки с учетом применения принципов эргономики), постоянному самоконтролю и др.

Деятельность медицинской сестры относится к типу «человек-человек» и, значит, ориентирована на контакт с коллегами и пациентами, что предполагает умение устанавливать и поддерживать деловые контакты, разбираться во взаимоотношениях людей, проявлять логические способности, эрудицию и лидерские наклонности. Профессия медицинской сестры отнесена к интеллектуальному труду, который характеризуется переработкой большого объема разнообразной информации, требует мобилизации памяти, концентрации внимания, часто связан со стрессовыми ситуациями. Таким образом, эффективность и качество работы медицинских сестер во многом зависит от состояния их здоровья, функциональной и физической подготовленности.

Одной из задач профессионально-прикладной подготовки (ППП) медицинских сестер является преимущественное развитие прикладных основных физических качеств – выносливости (общей и статической), чтобы ходить по этажам, продолжительное время поддерживать высокую работоспособность; силы (динамической и статической), чтобы поднять больного или перенести его; ловкости, чтобы быстро и точно выполнять

необходимые манипуляции и профессиональные действия; быстроты, чтобы в минимальный промежуток времени добежать до пациента и оказать ему необходимую помощь; гибкости. Все это обуславливает необходимость организации физического воспитания в колледже. Содержание курса по физподготовке студентов должно иметь своей целью формирование профессионально-прикладной физической культуры будущих медицинских сестер.

В соответствии с учебным планом, обязательные занятия по физической культуре для медицинских сестер в колледже Волгоградского государственного медицинского университета проводятся на 1–3 курсах. Многолетний анализ физической подготовленности и физической работоспособности подтверждает, что в среднем у 82,5% девушек и юношей, поступивших в учебное заведение, исходные тестируемые показатели оцениваются на «удовлетворительно». На основании полученных данных нами были внесены изменения в учебный процесс по физической культуре, разработана программа оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий для будущих медицинских сестер.

Для данного контингента студентов в первый год обучения на каждом практическом занятии по физической культуре до 70% времени уделяется общей физической подготовке. Со второго года - реализуется разработанная на кафедре физической культуры и здоровья ВолГМУ система средств профессионально-прикладной подготовки к будущей профессиональной деятельности, которая предполагает:

1. формирование профессионально важных двигательных навыков;
2. формирование устойчивости против профессиональных и профессионально обусловленных заболеваний;
3. формирование профессионально важных физических и психических качеств;

Далее представлены основные направления и методика реализации ППП в медицинском колледже:

1. способность дозировать силовые напряжения (наиболее эффективны физические упражнения из игровых видов спорта с мячом);
2. статическая выносливость и устойчивость к гиподинамии (динамические упражнения на развитие силы мышц, которые испытывают наибольшую статическую нагрузку в профессиональной деятельности, выполнение упражнений с удержанием положения);
3. сенсомоторная реакция (повторное, предельно быстрое выполнение заданий их различных исходных положений, под разные команды);

4. равновесие, вестибулярная устойчивость (специальные упражнения на равновесие в различных условиях. Раздельное совершенствование функции анализаторов);

5. устойчивость к проникающей радиации, интоксикации, гипоксии (специальные приёмы, направленные на искусственное увеличение гипоксии, типа задержек дыхания при ходьбе и беге);

6. внимание, его объём и распределение, переключение, устойчивость, концентрация (гимнастические и игровые упражнения, подвижные и спортивные игры с инвентарем);

7. оперативное мышление (использование элементов тактической подготовки по спортивным играм и единоборствам);

8. эмоциональная устойчивость. Опыт проявления воли приобретает в рамках условий эмоционального напряжения (предлагаются упражнения с моделированием различных стрессовых ситуаций, где от занимающихся требуется мобилизация всех сил).

Как показывает опыт, в данном режиме работы студенты интересуются не только баллами рейтинга, которые зарабатываются при сдаче нормативов физической подготовленности и требований технических умений, но и процессом моделирования движений и игровой ситуации, активного поведения, живого общения в дискуссиях, к поиску правильных решений. Такие интересы характеризуют социокультурный и коммуникативный механизмы активности. Мотивы такой деятельности в первую очередь ориентированы на процесс постижения смысла этой деятельности, а не на сдачу нормативных требований.

Мы проанализировали состояние здоровья студентов медицинского колледжа ВолгГМУ по направлению «Сестринское дело» за период с 2005 по 2019 годы. Анализ документации здравпункта медицинского университета за период с 2005 по 2019 учебные годы свидетельствует о волнообразной динамике числа обучающихся медицинского колледжа, отнесённых по результатам углубленного медицинского осмотра, к основной медицинской группе. Так, с 2005 по 2015 годы наблюдается увеличение количества практически здоровых девушек и юношей с 50,7% до 62,5%, в 2016 и 2017 годах – резкий спад с 61,5% до 50,5%, затем увеличение: в 2018 г – 62,1% и в 2019 г – 72,6%. В этот период количество обучающихся, отнесённых к подготовительной медицинской группе, уменьшается с 20,8% до 15,5%. В 2012 и 2017 годах мы наблюдаем рост числа обучающихся, имеющих незначительные отклонения в состоянии здоровья до 20,4%. В 2019 году данный контингент составил 8,5% от общего числа обучающихся.

В подготовительной медицинской группе, на протяжении 15 лет, первое место занимают заболевания сердечно-сосудистой системы, более 70% учащихся данной группы имеют синдром вегетососудистой дисфункции. На втором месте – нарушения и заболевания опорно-двигательного аппарата (остеохондрозы шейного и грудного отделов, межпозвоночные грыжи и протрузии, сколиозы II-й и III-ей степеней, плоскостопие, болезнь Келлера и т.д.). Анализ количественного состава указанных нозологических групп показал, что с 2005 по 2008 год увеличивается число обучающихся с патологией опорно-двигательного аппарата с 21,4% до 28,6%. В 2009–2014 годах отмечается снижение до 13,6% и с 2015 по 2019 год – рост до 32,8%. В группе с заболеваниями сердечно-сосудистой системы наблюдается волнообразная динамика с характерным снижением численного состава учащихся в них (так в 2005 году – 57,1%, в 2008 году – 31,0%, в 2009 году – 61,1%, в 2010 году – 50,8%, в 2011 году – 53,8%, в 2012 году – 47,5%, в 2016 году – 41,2%, в 2019 году – 38,7%). При этом у 54,8% учащихся подготовительной медицинской группы было установлено два диагноза заболеваний, у 5,3% – три и более. Характерными сочетаниями явились патология сердечно-сосудистой системы и нарушение рефракции зрения, нарушение функций опорно-двигательного аппарата.

С 2005 по 2009 годы количество обучающихся специальной медицинской группы находится в пределах 20-25%, затем с 2011 года мы наблюдаем снижение количества молодых людей данной группы до 6,7% и резкий скачок вверх в группе лиц, имеющих временное освобождение от практических занятий по физической культуре с 5,6 до 13,8%. Анализ отклонений в состоянии здоровья у обучающихся в специальной медицинской группе показал, что на первом месте – заболевания сердечно-сосудистой системы – 28,9%. За исследуемый период заболевания сердечно-сосудистой системы возросли с 14,3% до 28,7%, медицинских сестер/братьев жаловались на колющие боли в области сердца, головные боли, головокружения, утомляемость во время физической нагрузки. На втором месте – заболевания опорно-двигательного аппарата (20,9%). В общем списке заболеваний: плоскостопие, остеохондрозы, сколиозы, грыжа дисков позвоночника, пяточная «шпора» и так далее. За период обучения количество студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата возросло с 17,1% до 28,7%. Отмечены жалобы на боли в стопах, икроножных мышцах, коленных и тазобедренных суставах при ходьбе, а также боли в области поясничного и грудного отделов позвоночного столба.

На третьем – желудочно-кишечного тракта (18,6%). Анализ индивидуальных медицинских карт показал, что у более 45% обучающихся в обеих медицинских группах устанавливается диагноз хронический гастрит или панкреатит на втором и третьем курсах. С 2005 по 2019 годы количество случаев состояний, связанных с нарушениями деятельности желудочно-кишечного тракта и печени возросло в подготовительной группе на 8,7% в специальной медицинской группе – на 13,9%.

Специфика учебной деятельности в медицинском колледже вызывает постепенное ухудшение зрения и в ряде случаев приводит к серьёзным последствиям, так с 2009 по 2019 год наблюдается резкое увеличение числа обучающихся с нарушением рефракции зрения (в подготовительной медицинской группе – с 1,9% до 14,2%, в специальной – с 2,7% до 18,7%).

Анализ структуры нозологических групп обучающихся, временно освобождённых от практических занятий по физической культуре, показал, что в 2005–2008 годах на первом месте (35,8%) была патология опорно-двигательного аппарата, на втором (30,2%) – мочеполовой системы, в 2009–2019 годах – заболевания сердечно-сосудистой системы (37,3%) и опорно-двигательного аппарата (28,5%).

Проведённые нами исследования позволили сделать следующие выводы:

1. За период с 2005 по 2019 год отмечена динамика роста числа обучающихся, которые по состоянию здоровья были отнесены к подготовительной медицинской группе, а также временно освобождённых от практических занятий по физической культуре.

2. Доминирующими нозологическими формами в структуре специальной и подготовительной медицинских группах являются: заболевания сердечно-сосудистой системы, нарушения опорно-двигательного аппарата и заболевания желудочно-кишечного тракта.

3. С 2008 по 2019 года количество обучающихся, временно освобождённых от практических занятий по физической культуре в медицинском колледже увеличилось с 1,5% до 12,2%.

Анкетирование обучающихся по специальности сестринское дело 1 курса в 2020 позволило выявить, что средний уровень ориентации на ЗОЖ имеют 32,3% обучающихся, уровни чуть выше среднего и выше среднего – по 22,6%, чуть ниже среднего – 12,9%, ниже среднего – 3,1%, высокий – 6,5%.

Определяют здоровье как состояние физического, душевного, социального благополучия и отсутствие болезней 87 % обучающихся, как «не

болеть» и «отсутствие жалоб» – по 6,5%. При этом многие дают определение здоровому образу жизни как комплексу мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья, где отмечают следующие его составляющие: здоровое питание, полноценный сон, занятия спортом, отсутствие вредных привычек. Среди факторов, способствующих укреплению здоровья, отметили здоровый сон, правильное питание, занятия спортом, хорошее настроение, спокойствие, отдых – 96,6 % студентов, регулярную половую жизнь – 6,4%.

Среди факторов, оказывающих негативное влияние на здоровье, отметили стресс, недосыпание, нарушения режима питания, снижение двигательной активности 90,3% учащихся, состояние окружающей среды – 29 %, курение и употребление алкоголя – по 19,3%, время, проведенное в интернете – 9,6 %, отсутствие регулярной половой жизни – 3,2%.

Наиболее значимыми ценностями в жизни являются здоровье и понимание в семье для 83,3% учащихся, любовь – 64,5 %, хорошо учиться и получить хорошее образование – 51,6%, иметь хорошего, надежного друга 48,4%, иметь материальный достаток – 41,9%, иметь возможность путешествовать – 32,2%, жить без конфликтов – 29%, быть внешне красивым и хорошо одеваться – 19,3%, заниматься спортом – 12,9%. Стремятся регулярно чередовать учебу и отдых – 48,4% студентов, иногда – 42%, на стремятся – 9,6%.

Посещают регулярно какую-либо секцию 6,4% обучающихся, не регулярно – 51,6%, не посещают – 42%. Утреннюю гимнастику делают регулярно 16,2% девушек и юношей, не регулярно – 35,4 %, не делают – 48,4%. Считают, что достаточно уделяют внимания водным процедурам (баня, контрастный душ) 32,2% учащихся, не регулярно – 48,4%, не уделяют – 19,4%. Регулярного закаливаются – 3,1% студентов, от случая к случаю – 29,2%, не закаливаются – 67,7%.

Не помнят, когда болели в последний раз гриппом, ОРЗ 6,4% будущих медицинских сестер, болеют один раз в год – 71%, 2–3 раза в год – 22,6%. Болеют инфекционными заболеваниями, в том числе и расстройством желудка очень редко 45,2% учащихся, один раз в год – 41,9%, два и более раз в год – 12,9%. Хронические заболевания имеют 32,2% респондентов, столько же думают, что имеют, не имеют – 35,6%. Не пропускают учебные занятия по болезни – 64,4% учащихся, раз в полугодие – 32,2%, раз в месяц – 3,2%. Отметили, что курят часто 6,4% опрошенных, редко 3,2%, не курят – 90,4%, употребляют алкогольные напитки периодически 22,6% студентов, редко – 48,4%, не употребляют – 29%. Считают

свой вес нормальным 80,6% обучающихся, меньше нормы – 16,2%, избыточным – 3,2%.

Таким образом, будущие медицинские сестры имеют неоднозначные представления о здоровье и здоровом образе жизни. Образ жизни большинства опрошенных студентов исключает такие критерии ЗОЖ как сбалансированное питание и рациональный режим труда и отдыха, закаливание организма. Средний уровень ориентации на ЗОЖ имеют 32,3% обучающихся, уровни чуть выше среднего и выше среднего – по 22,6%, чуть ниже среднего – 12,9%, ниже среднего – 3,1%, высокий – 6,5%.

Проведение научных исследований позволяет нести коррекцию в подборе средств и методов, применяемых в учебном процессе. В работе с будущими медицинскими сестрами используется подход, ориентирующий учебно-воспитательный процесс на всестороннее развитие личности, творческое овладение различными видами деятельности: двигательной, физкультурно-оздоровительной, спортивной. Ставится задача формирования на основе гуманитарных дисциплин, теории физической культуры и спорта, гигиены, психологии, физиологии целостного представления о физической культуре, как неотъемлемой части общей культуры человека. А также вырабатывается умение пропагандировать здоровый образ жизни, объяснять значение физической культуры для здоровья. В числе ведущих тенденций построения учебных занятий по физической культуре можно отметить усиление их образовательной направленности, а также углубление знаний о своем организме, физическом состоянии и его различных параметрах. Уделяется внимание вопросам состояния здоровья, телосложения, физической подготовленности, разнообразным средствам воздействия на них, а также аспектам здорового образа жизни, его компонентах и путях формирования и т.д.

На наш взгляд, такая вариативность учебного процесса для медицинских сестер повышает важность социальных и профессионально-ценностных мотивов, которые направлены на укрепление здоровья, улучшение значимых профессиональных качеств будущих медицинских сестер, позволяет решить не только задачи психолого-педагогического воспитания, но и вопросы физического самосовершенствования.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.
Статья не имеет спонсорской поддержки.

The authors declare no conflict of interest.
The article is not sponsored.

Литература

1. Чеканин И.М., Лаптева Е.А., Калинченко Е.И., Сорокина Е.В. Социальное партнерство как фактор подготовки высококвалифицированных специалистов среднего звена. Международный журнал экспериментального образования. 2016; 11-3: 262.
2. Калинченко Е.И., Лаптева Е.И., Чеканин И.М. Характеристика психоэмоциональных особенностей студентов медицинского колледжа. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2016; 3-2: 320-322.
3. Мандриков В.Б., Чеканин И.М., Лаптева Е.А., Калинченко Е.И. Система взаимодействия медицинского колледжа с работодателями по формированию профессиональных компетенций будущих специалистов среднего звена. В сборнике: Медицинское образование в XXI веке: традиции и инновации. Материалы XX Межрегиональной учебно-методической конференции. Редколегия М.Л. Бобкова, О.В. Маркова, И.А. Турабов. 2015; 60-63.
4. Теплов А.К., Балугов В.А., Сутугин А.Ю. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов медицинского колледжа /сборник статей по материалам I Всероссийской научно-практической конференции Нижегородский государственный педагогический университет им. Козьмы Минина. 2015; 2: 265-270.
5. Жемчуг Ю.С., Теплов А.К. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов медицинского колледжа. Физическая культура, спорт, здоровье. 2016; 28: 91-95.
6. Пьянзова Т.В., Вежнина Н.Н., Сиволозская Н.С. Характеристика отношения медицинских сестер противотуберкулезного учреждения к профессиональной деятельности. Медицинская сестра, 2020; 3 (22): 19-23. <https://doi.org/10.29296/25879979-2020-03-05>
7. Скворцов В.В., Калинченко Е.И., Семенов Д.А., Скворцова Е.М. Программа обучения младшей медсестры по уходу за больными. Медицинская сестра, 2018; 3 (20): 6-11. <https://doi.org/10.29296/25879979-2018-03-02>
8. Кольцов А.Н., Третьяков Н.В. Двигательная активность как необходимый фактор здоровья и безопасности жизнедеятельности. Медицинская сестра, 2015; 2 (17): 14-17
9. Амлаев К. Кошель В., Результаты оценки некоторых аспектов профессиональной деятельности врачей городских поликлиник. Врач, 2018; 2 (29): 80-82. <https://doi.org/10.29296/25877305-2018-02-22>
10. Амлаев К.Р., Гевандова М.Г. Некоторые аспекты профессиональной деятельности детского онколога // Врач; 2015. 12 (26): 85–86.
11. Амлаев К., Хорошилова Е. Управление социально-экономическими детерминантами здоровья на различных уровнях. Врач, 2018; 1 (29): 85-87. <https://doi.org/10.29296/25877305-2018-01-27>