

Optometrie

Denumirea disciplinei	Igiena generală
Tipul	Obligatorie
Anul de studii	II
Componenta	De specialitate
Titularul de curs	Garbuz Alexandru
Locația	str. N. Testemițanu 26/2, Blocul de studii Nr. 6
Condiționări și exigențe prealabile de:	<p>Program: cunoștințe cunoașterea limbii de predare, competențe confirmate în științe la nivelul liceal (biologie, chimie, fizică, geografie), competențe confirmate în științe la nivelul universitar (fiziologie, microbiologie, biochimie, fiziopatologie, morfopatologie, terapie, chirurgie, endocrinologie, maladii infecțioase, oftalmologie, farmacologie etc.).</p> <p>Competențe: utilizarea internetului, procesarea documentelor, tabelelor electronice și prezentărilor, utilizarea programelor de grafică, utilizarea echipamentelor didactice, abilitatea de comunicare și lucru în echipă, calități – toleranță, compasiune, autonomie.</p>
Misiunea disciplinei	<p>Igiena ocupă un loc important în pregătirea specialiștilor în optometrie, fiind disciplina profilactică de bază. Ea își are scopul de a da studenților cunoștințe în domeniul menținerii sănătății oamenilor sănătoși, profilaxiei maladiilor de etiologie infecțioasă și noninfecțioasă, prelungirea duratei de viață. În realizarea cu succes a activității profilactice fiecare specialist trebuie să posede cunoștințe despre: acțiunea factorilor mediului de ambiant asupra sănătății; măsurile de optimizare a mediului ambiant, de preîntâmpinare a îmbolnăvirilor, de menținere a sănătății. Cunoscând caracterul acțiunii mediului habitual, de producere, clinic (sau altui mediu) asupra organismului, optometrismul va aprecia corect cauzele îmbolnăvirii, de prevenire a complicațiilor, va aplica măsuri eficiente de corecție, va rezolva problemele de expertiză a capacității de muncă și plasare în câmpul muncii. Unul din obiectivele principale ale cursului este studierea factorilor de mediu, modalităților de menținere a sănătății, de profilaxie a maladiilor de etiologie infecțioasă și noninfecțioasă și de prelungire a duratei de viață. Toate acestea dictează necesitatea activității profilactice în practica specialistului în optometrie.</p>
Tematica prezentată	<p>Necesitatea cunoașterii igienei de către specialiști în optometrie:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ „O singură sănătate/One Health”: abordări contemporane. ✓ Alimentația individuală și publică. Bazele alimentației dietetice. Studiul alimentației individuale. Aprecierea corectitudinii alimentației individuale prin metoda de calcul. ✓ Alimentația rațională. Consumul de energie. Valoarea energetică a rației alimentare. Componenta calitativă a rației alimentare. Proteine, lipide, glucide. ✓ Vitaminele, provitaminele, sărurile minerale, prebioticele și probioticele. ✓ Cercetarea conținutului de vitamine în produse alimentare. Aprecierea valorii vitaminice a rației alimentare. Controlul asupra asigurării organismului cu vitamina „C”. ✓ Patologiile alimentare. Intoxicațiile alimentare și profilaxia lor. Metodele de cercetare. ✓ Igiena aerului. Importanța igienică a factorilor fizici ai aerului. ✓ Compoziția chimică și poluarea aerului. Factorii chimici ai mediului aerian și influența lor asupra organismului. Poluarea

	<p>aerului cu bacterii și praf. Metodele expres de determinare a substanțelor chimice din aer.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Determinarea CO₂ după metoda Vinocurov. ✓ Aprecierea igienică a microclimatului din instituțiile farmaceutice. ✓ Aprecierea igienică a ventilației și încălzirii diferitor încăperi. Probleme medicale în schimbarea climei. ✓ Iluminarea încăperilor. Bazele igienice ale ventilației și încălzirii. ✓ Aprecierea igienică a iluminării naturale în diferite încăperi. ✓ Aprecierea igienică a iluminării artificiale în diferite încăperi. ✓ Igiena muncii – obiectul de studii. Noxe profesionale, boli profesionale. ✓ Igiena muncii în unități de activitate a specialiștilor în optometrie. ✓ Fiziologia muncii. Stresul ocupațional. ✓ Munca fizică și intelectuală. Modificările funcționale din organism în procesul muncii. ✓ Noțiuni despre boli și intoxicații profesionale. Profilaxia bolilor profesionale. ✓ Bazele igienei radiațiilor. Igiena substanțelor chimice și toxicologia. Radiațiile ionizante. Principiile de protecție la utilizarea radiațiilor ionizante. ✓ Principiile igienice de proiectare, planificare și construcție a edificiilor specializate. Bazele supravegherii sanitare preventive și curente. ✓ Igiena instituțiilor cu profil medical. Regimul sanitaro-igienic. Profilaxia infecțiilor nosocomiale. Supravegherea igienică preventivă. ✓ Expertiza proiectelor de optici. Aprecierea igienică a amplasării, sistematizării unităților și încăperilor optice. ✓ Stilul sănătos de viață. Principiile promovării sănătății.
Finalități de studiu	<ul style="list-style-type: none"> • Să cunoască și să promoveze igiena ca știință, principiile normării igienice. • Să cunoască, să înțeleagă și să utilizeze terminologia de specialitate specifică igienei. • Să cunoască și să promoveze profilaxia, să identifice părțile componente ale profilaxiei și să le realizeze. • Să identifice factorii de mediu care influențează viața și activitatea individului și a comunităților, colectivităților și familiei. • Să identifice factorii cu risc în starea de sănătate a populației și, în limita posibilităților, înlăturarea sau diminuarea lor sau a efectelor lor. • Să însușească normele generale privind protecția mediului și educarea populației în sensul protejării mediului ambiant, să participe la astfel de acțiuni. • Să educe populația în sensul unei vieți sănătoase printr-un regim de viață, de activitate și de alimentație echilibrat. • Să identifice elementele de igienă a aerului. • Să analizeze și interpreteze indicii calității mediului. • Să cunoască regimul sanitaro-igienic în spitale și a reziduurilor specifice ce rezultă din activitatea în instituțiile medicale. • Să aplice măsurile de prevenire a infecțiilor nosocomiale. • Să identifice și să înțeleagă importanța igienei habitatului uman. • Să asigure securitatea în timpul muncii.

	<ul style="list-style-type: none"> • Să evalueze propria sănătate. • Să explice și să interpreteze normele generale de dezvoltare fizică și psihică a copiilor și tinerilor. • Să modeleze regimul igienic de activitate și odihnă. • Să recomande măsuri de protecție a sănătății și prevenirea îmbolnăvirilor. • Să rezolve problemele de situație și să formuleze concluziile. • Să utilizeze diverse tehnici igienice și metode de laborator pentru realizarea activităților profesionale, să investigheze, să interpreteze rezultatele și să elaboreze complexul de măsuri profilactice.
Manopere practice achiziționate	<ul style="list-style-type: none"> • Aprecierea și ajustarea (corijarea) alimentației individuale, folosind metoda de calcul. • Aprecierea alimentației individuale după valoarea calorică și compoziția chimică a rației alimentare cu recomandarea alimentației raționale. • Determinarea conținutului vitaminei C în fructe, legume, extract de conifere și saturația organismului cu vitamina C. • Cercetarea cazurilor de intoxicații alimentare și trasarea măsurilor necesare de profilaxie. • Aprecierea condițiilor microclimatice în diferite încăperi utilizând metodele de determinare a temperaturii, umidității, vitezei curenților de aer, presiunii barometrice. • Aprecierea eficienței ventilației încăperilor și recomandarea măsurilor de asanare a aerului din încăperi. • Utilizarea metodelor instrumentale, de calcul și fototehnice ale controlului iluminării, aprecierea rezultatelor și elaborarea propunerilor de îmbunătățire a iluminatului în încăperi. • Compararea datelor din proiecte cu normativele sanitare de construcție, redactarea concluziei și trasarea recomandărilor. • Aprecierea condițiilor igienice din spitale: microclimatul, iluminarea, ventilația etc., organizarea măsurilor de profilaxie a infecțiilor nosocomiale. • Utilizarea metodelor și mijloacele de radioprotecție în lucrul cu sursele de radiații ionizante. • Efectuarea investigațiilor fiziologice și analiza stării funcționale a organismului în procesul muncii. • Aprecierea condițiilor de muncă după datele supravegherii sanitare, organizarea examenelor medicale periodice și dispensarizarea corectă a angajaților. • Recomandarea măsurilor de asanare a condițiilor de muncă. • Examinarea cazurilor de intoxicație profesională.
Forma de evaluare	Examen