

**ГОУ «ТАДЖИКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ АБУАЛИ ИБНИ СИНО»**

КАФЕДРА ГИГИЕНЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

ВОПРОСЫ ПО ГИГИЕНЕ ПИТАНИЯ

1. Предмет гигиены питания, ее задачи и методы?
2. Энергетическая ценность питания?
3. Обмен энергии в организме и энергетический баланс?
4. Потребность организма человека в белке?
5. Насыщенные жирные кислоты?
6. Ненасыщенные жирные кислоты?
7. Углеводы и их значение в питании человека?
8. Основные источники пищевых углеводов?
9. Моносахариды, дисахариды, олигосахариды, полисахариды и их значение?
10. Значение пищевых волокон?
11. Болезни недостаточности и избыточности углеводного питания?
12. Болезни недостаточности и избыточности витаминов
13. Основные пищевые источники витаминов
14. Суточная потребность населения в витаминах: С и А
15. Суточная потребность населения в витаминах группы В
16. Минеральные вещества и их значение в питании человека
17. Микроэлементы и макроэлементы, биохимические и физиологические функции
18. Основные пищевые источники минеральных веществ
19. Болезни недостаточности и избыточности минеральных веществ
20. Гигиенические требования к рациональному питанию
21. Гигиенические требования к режиму и условиям питания
22. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов
23. Пищевая ценность продукта и рациона питания
24. Безопасность пищевых продуктов
25. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов растительного происхождения
26. Санитарно-гигиенические требования к переработке растительных продуктов
27. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов молочного происхождения
28. Роль молока и молочных продуктов в возникновении заболеваний человека
29. Санитарно-гигиенические требования к переработке молока и молочных продуктов
30. Гигиеническая оценка качества и безопасности яиц и яичных продуктов
31. Санитарно-гигиенические требования к переработке яиц и яичных продуктов
32. Гигиеническая оценка качества и безопасности мяса и мясных продуктов
33. Значение мяса и мясных продуктов в питании человека
34. Роль мяса и мясных продуктов в возникновении заболеваний человека
35. Гигиеническая оценка качества и безопасности рыбы, рыбных и море продуктов
36. Роль рыбы, рыбных и море продуктов в возникновении заболеваний человека
37. Гигиеническая оценка качества и безопасности консервированных продуктов
38. Способы консервирования и виды консервов
39. Санитарно-гигиеническая экспертиза консервов
40. Роль питания в возникновении заболеваний
41. Алиментарно-зависимые неинфекционные заболевания
42. Профилактика избыточной массы тела и ожирения

43. Питание и профилактика сердечнососудистых заболеваний
44. Питание и профилактика онкологических заболеваний
45. Питание и профилактика остеопороза
46. Пищевые отравления
47. Пищевые токсикоинфекции и их профилактика
48. Пищевые бактериальные токсикозы (ботулизм, стафилококковый токсикоз)
49. Пищевые микотоксикозы
50. Отравления химическими веществами

ВОПРОСЫ ПО ГИГИЕНЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

1. Профилактика близорукости у детей и подростков?
2. Гигиенические требования к естественному и искусственному освещению в детских учреждениях?
3. Профилактика переутомления детей и подростков в связи с анатомо-физиологическими особенностями ЦНС?
4. Основные закономерности физического развития. Акселерация, проблемы?
5. Показатели и методы оценки физического развития?
6. Определение соответствия биологического возраста календарному?
7. Физиологическая сущность закаливания?
8. Основные требования к проведению закаливания?
9. Методы закаливания детей и подростков воздухом, водой и солнцем?
10. Гигиенические требования к микроклимату детских учреждений?
11. Требования к микроклимату (температуре, влажности, скорости движения воздуха) в основных помещениях детских учреждений?
12. Расположение детских дошкольных учреждений в плане населенного пункта, радиус обслуживания?
13. Принцип групповой изоляции детских дошкольных учреждений?
14. Планировка и оборудование земельного участка детских дошкольных учреждений?
15. Планировка ячейки для детей дошкольного возраста (состав и взаимное размещение помещений, гигиенические требования к их планировке и оборудованию) ?
16. Гигиенические требования к режиму дня?
17. Гигиенические требования к организации учебных занятий в дошкольных учреждениях?
18. Гигиенические требования к организации физического воспитания в дошкольных учреждениях?
19. Правила подбора мебели детям в дошкольных детских учреждениях?
20. Гигиенические требования к игрушкам в дошкольных детских учреждениях?
21. Особенности моделирования одежды и обуви для детей разных возрастных групп?
22. Профилактика инфекционных заболеваний в детских дошкольных учреждениях?
23. Принцип групповой изоляции в детских дошкольных учреждениях?
24. Оздоровительные мероприятия в детских дошкольных учреждениях?
25. Проведение противоэпидемических мероприятий в детских дошкольных учреждениях?
26. Гигиенические требования к размещению школ и школ-интернатов в плане населенного пункта (радиус обслуживания, планировка участка, оборудование территории) ?
27. Гигиенические требования к внутренней планировке школ (состав помещений, их размещение и гигиенические требования к ним, планировка класса, учебной лаборатории, гимнастического зала, учебных мастерских) ?
28. Гигиенические требования к школьной мебели?
29. Гигиенические обоснования к конструкции мебели?
30. Основы правильного положения тела ребенка при чтении и письме?
31. Основные показатели для гигиенической оценки размеров школьной мебели?
32. Гигиенические правила подбора парт и столов?
33. Маркировка школьной учебной мебели?
34. Гигиенические требования к организации учебных занятий в школе?

35. Гигиенические требования к организации и проведению урока в связи с особенностями ЦНС у детей?
36. Гигиенические требования к организации учебного дня, учебной недели?
37. Гигиенические требования к режиму дня школьника?
38. Влияние физического воспитания на физическое развитие и состояние здоровья школьника.
39. Медицинский контроль за физическим воспитанием школьника?
40. Гигиенические требования к устройству и оборудованию школьных мастерских?
41. Гигиенические требования к организации обучения подростков в профессионально-технических училищах (ПТУ)?
42. Гигиенические требования к организации учебного процесса по общеобразовательным и специальным предметам, физическому воспитанию, отдыху и питанию учащихся?
43. Необходимость врачебно-профессиональной консультации в школе
44. Основной принцип медицинского обслуживания детей и подростков?
45. Профилактическая работа врача в детских и школьных учреждениях?
46. Санитарно-просветительная работа в детских и школьных учреждениях?
47. Профилактика инфекционных заболеваний в детских дошкольных учреждениях?
48. Заболевания детского населения, возникающие в результате загрязнения окружающей среды в городах?
49. Акселерация физического развития как социально-гигиеническая проблема общества?
50. Основные негативные влияния компьютера на здоровье детей и подростков?

ВОПРОСЫ ПО ГИГИЕНЕ ТРУДА

1. Перечислите основные отрасли производства, где возможен контакт человека с пылью?
2. Дайте гигиеническую характеристику промышленной пыли?
3. Какие заболевания, возникают при воздействии промышленной пыли?
4. Дайте классификация пылевых заболеваний?
5. Каковы меры профилактики пылевых заболеваний?
6. Какие предельно допустимые концентрации пыли в воздухе рабочих помещений пылевых заболеваний?
7. Перечислите санитарно-технические мероприятия по профилактике пылевых заболеваний?
8. Расскажите о течении заболевания силикозов и их прогноз?
9. Каковы меры профилактики силикозов?
10. Характеристика промышленной пыли, опасной в отношении развития силикатозов?
11. Расскажите о особенностях клинических проявлений и течения асбестоза и талькоза?
12. Дайте гигиеническую характеристику о промышленных ядах?
13. Имеется ли зависимость токсического действия промышленного яда от химической структуры и физико-химических свойств?
14. Каковы распределения и превращения ядов в организме?
15. Какова зависимость токсического действия ядов от концентрации, дозы, времени воздействия, температурных условий, интенсивности физической работы, условий питания?
16. Расскажите о комбинированном действии ядов?
17. Перечислите общие меры предупреждения профессиональных отравлений?
18. Каковы меры профилактики (ПДК в воздухе рабочих помещений, общие меры профилактики, индивидуальные средства защиты и т.п.)?
19. Дайте физическую характеристику вибрации?
20. Расскажите о патогенезе вибрационной болезни?
21. Расскажите о клинике вибрационной болезни, связанной с локальной и общей вибрацией, а также при комбинированном воздействии локальной и общей вибрации?
22. Перечислите меры профилактики вибрационной болезни?
23. Дайте физическую характеристику шума, его частотную характеристику?
24. Каковы меры по предупреждению вредного воздействия шума?
25. Дайте характеристику нагревающего и охлаждающего микроклимата на производстве?

26. Перечислите формы перегрева и переохлаждения?
27. Перечислите мероприятия, предупреждающие перегрев и переохлаждение организма?
28. Расскажите о механических, химических, термических и электрических травмах?
29. Как проводится оказание первой помощи при травмах?
30. Каково оформление и регистрация производственной травмы?
31. Каковы меры по предупреждению производственного травматизма?
32. Дайте характеристику основных отраслей сельскохозяйственного производства?
33. Гигиена труда в полеводстве при работе на сельскохозяйственных машинах?
34. Гигиена труда в животноводстве?
35. Заболеваемость и травматизм у работающих в сельском хозяйстве?
36. Основное назначение и способы применения ядохимикатов в сельском хозяйстве?
37. Опасность для людей при применении ядохимикатов в сельском хозяйстве?
38. Правила обращения с ядохимикатами при хранении, транспортировке и их применении?
39. Значение нормирования загрязнения воздуха в производственных помещениях (ПДК)?
40. Основные виды вентиляции (естественная - аэрация: механическая: вытяжная и приточная, местная и общеобменная)?
41. Гигиеническое значение освещения на производстве?
42. Нормирование естественного и искусственного освещения?
43. Каковы этапы проведения контроля проектирования промышленных предприятий?
44. Какие вопросы рассматриваются при экспертизе проектов промышленных предприятий?
45. Для чего необходимы направления господствующих ветров при выборе земельного участка под строительство предприятий (розы ветров)?
46. Какие должны быть расстояния санитарно-защитной зоны промышленного предприятия?
47. Какие могут быть выбросы загрязнителей в атмосферный воздух от промышленного предприятия?
48. На какие классы делятся промышленные предприятия, и каковы размеры их санитарно-защитных зон?
49. На что необходимо обращать внимание при строительстве промышленных предприятий?
50. Каковы требования к территории промышленного предприятия?
 1. Гигиеническое значение планировки и строительства городских населенных мест?
 2. Гигиеническое значение природно-климатических условий при планировке и строительстве населенных мест?
 3. Гигиеническое значение микроклимата, инсоляции и озеленение территории жилой застройки?
 4. Влияние городского шума на организм человека?
 5. Состояние атмосферного воздуха в населенных местах?
 6. Какие наиболее информативные показатели для изучения влияния атмосферных загрязнений на здоровье населения?
 7. Вещества, загрязняющие атмосферный воздух в населенных местах?
 8. Что является основным загрязнителем атмосферы при сжигании мазута?
 9. Что является основным загрязнителем атмосферы при сжигании твердого топлива?
 10. Методы исследования атмосферного воздуха и проведение санитарно-гигиенического надзора?
 11. Какие параметры фиксируются при отборе проб воздуха для анализа?
 12. Мероприятия по санитарной охране атмосферного воздуха в населенных местах?
 13. Каков комплекс мероприятий по санитарной охране атмосферного воздуха?
 14. От чего зависит величина выброса загрязнителей в атмосферный воздух?
 15. Основные загрязнители атмосферного воздуха населенных мест?
 16. Мероприятия, проводимые при организации санитарной охраны воздуха населенных мест?
 17. Комплекс мероприятий по санитарной охране атмосферного воздуха?
 18. Что запрещено размещать на территории санитарно-защитной зоны?
 19. Что необходимо для образования фотохимического тумана в атмосфере?

20. Какие вещества имеют особое значение в выбросах автотранспорта?
21. При изучении влияния атмосферных загрязнений на здоровье населения, какие необходимы информативные показатели?
22. Какие факторы оказывают влияние на степень и дальность рассеивания газообразных выбросов в атмосфере?
23. Что необходимо для построения «розы ветров»?
24. От чего зависит характеристика выбросов промышленного предприятия?
25. Какими показателями контролируется эпидемиологическая безопасность питьевой воды?
26. В каких случаях вода подземного источника подлежит обеззараживанию?
27. Действующее начало при дезинфекции воды озоном?
28. Причина развития водно-нитратной метгемоглобинемии?
29. Причина возникновения эндемического зоба?
30. Нарушения, возникающие при употреблении воды с высоким содержанием хлоридов?
31. Почему в качестве санитарно-показательного микроорганизма питьевой воды выбрана кишечная палочка?
32. Заболевания, передающиеся водным путем?
33. Основные критерии при установлении границ 2-го пояса зоны санитарной охраны источников водоснабжения?
34. При каких случаях вода подземного источника подлежит обеззараживанию?
35. С чем связана величина удельного хозяйственно-питьевого водопотребления?
36. Где берутся пробы воды для лабораторно-производственного контроля качества воды в водопроводной сети?
37. Какова частота контроля остаточного хлора на водопроводной станции?
38. Какие организации осуществляют выбор источника централизованного водоснабжения?
41. Факторы, способствующие развитию тяжелой метгемоглобинемии у грудных детей?
39. Характерные признаки водных эпидемий?
40. Минимальное значение коли-титра, при котором водопроводная вода считается доброкачественной?
41. Основные способы улучшения качества воды?
42. Способы осветления воды?
43. Физические методы обеззараживания?
44. Содержание свободного остаточного хлора?
45. Минимальное время контакта при гиперхлорировании?
46. Недостатки метода хлорирования воды?
47. Показатели гигиенической эффективности работы водопроводной станции?
48. Выбор источника для централизованного питьевого водоснабжения?
49. Централизованная система питьевого водоснабжения?
50. Показатели гигиенической эффективности работы водопроводной станции?