

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Жүрек қан тамырлары жүйесінің аурулары және олардың алдын алу

ЖАРИЯЛАНДЫ
28.02.2018СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/24724/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Жумағалиева Гүлмира Тулеужанқызы**Сабақтың мақсаты:**

1. Жүрек қан – тамырлар жүйесінің ауруларымен танысу
2. Аурудың алдын алу туралы түсінік қалыптастыру, шығармашылықпен жұмыс істеуге баулу.
3. Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

Сабақтың типі: Аралас сабақ.**Сабақтың түрі:** Кіріктірілген сабақ**Әдіс-тәсілдері:** Жеке, топтық жұмыс, сұрақ-жауап.**Көрнекілік:** Электронды оқулық, слайдтар, иллюстративті материалдар және практикалық жұмысқа қажетті заттар.**Сабақтың барысы:**

1) Ұйымдастыру. Оқушыларды сабаққа дайындау

2) Үй тапсырмасын сұрау

Оқушылардың білімдерін жан-жақты тексеру.

1. Қан қандай қызмет атқарады?
2. Қан қандай түсті?
3. Ересек адамда қанша литр қан болады?
4. Қан неше топқа бөлінеді?

5. Қан беретін адам?
6. Қан алушы адам?
7. Қан қысымын өлшейтін құрал?
8. Қан ұйымайтын ауру?

2. **Сабақ мақсатын қою.**

3. **Жаңа сабақ.**

— Қан айналымы жүйесі ауруларының проблемалары, атап айтқанда жүрек қантамыр аурулары соңғы кезде әлемдік індеттің сипатын алды. Қазақстан Республикасында жүрек және қан-тамыр дерттеріне шалдығушылық 5-7 есеге өсті, бұл дерттермен аурусырқаушылық және өлім құрылымы бойынша біздің республика алғашқы орындарда тұр. Дүниежүзілік Денсаулық сақтау Ұйымының ұсынымдары бойынша, 18 жастан асқан әр адам өз артериалдық қан қысымын білуі керек, норма көрсеткіштері 140/90 мм сынап бағанасынан жоғары болмауы тиіс. Бүгінгі күні әлемдегі өлім жағдайларының шамамен 50% жүрек қан-тамыр аурулары себебінен, еңбекке жарамды жаста болады, сондықтан, жұмыс орны — жүрек қан-тамыр аурулары қауіп-қатерін төмендетудің ұйымдасқан маңызды үлгісі. Қазақстанда артериалдық гипертонияның тұрақты өсу үрдісі байқалады. Мысалы, ҚР Статистика Агенттігінің деректері бойынша 100 мың халық санына 2007 жылы — 9577,1; 2008 жылы — 10499,6; 2009 жылы — 14673,8 жағдай тіркелді. Жыл сайын 92 мыңнан 135 мыңға дейін аурудың жаңадан алғаш анықталған жағдайлары тіркеледі

Ауру түрлері:

Атеросклероз — артерия қабырғасына май массасының жиналуы, холестериннің көбеюі, қанның қоюлануы.

Миокард инфарктісі — жүрек бұлшық етінің жансыздануы. Кенеттен болған физикалық, психикалық жүктеме әсер етеді.

Жүрек аритмиясы — жүректің қозу импульсінің ритмі немесе жирылу қарқынының бұзылуы.

Қан қысымның көтерілуі — жас ұлғайғанда артерия тамырларының қабырғасының серпімділігі төмендеп, қатайып қуысы тарылады. Қысымның көтерілуінен тамыр жарылып, миға қан кетуі мүмкін. Аяқ-қолы тартылып, сал- паралич орын алады. (200 мм сын. бағанасы) 70-80 мм сын. Бағанасына төмендесе бас ауырып, жүрек айнып, құлақ шуылдайды.

Жүрек кемістігі — жүрекше мен қарынша арасындағы қақпашалардың дұрыс жұмыс істемеуінен қан іркіліп жүректе шу пайда болады.

Қан аздық - гемоглабиннің жетіспеушілігінен эритроциттердің азаюынан болатын

ауру. (қан кету, оттег жетіспеушілігінен туындайды.)

Ақ қан ауруы — лейкоциттердің көбеюінен эритроциттердің түзілуіне кедергі жасайды.

Жүрек қан-тамырлар жүйесіне кері әсер ететін зиянды заттар: Ішімдік, алкоголь құрамындағы сивуш майы тамырдың кеңейуін тудырып, жүрекке салмақ түсіреді. Темекі, құрамындағы никотин керісінше тамырды тарылтып, қанның жүруіне кедергі жасайды. Аурудың туындауына тамақтың құрамының әсері де зор(технология пәні) Майлы, тұзды, кептірілген, қуырылған тамақтар қандағы холестеринді көбейтеді.

Зертханалық кабинет «Жедел жәрдем»

№10 зертханалық жұмыс.

Тақырыбы «Қан кеткенде алғаш көмек көрсету»

Мақсаты;

1. Жгут салуды үйрету.
2. Артериялық, веналық және капиллярлық қан кету кезіндегі қанды тоқтату әрекеттерін түсіндіру.

Зертханалық жұмысты қорытындылау. (слайдпен жұмыс).

Жолдастарыңды салауатты өмір салтына шақырыңдар.

.....жатпаңдар,

.....тастаңдар.

.....жадырап,

.....бастаңдар.

6. Бекіту.

А) Тест

1. Жүрек инфаркті;
 - а) жүректің толық жансыздануы
 - в) жүректің толық жансыздануы**
 - с) эндокардтың жарылуы
2. Тамырдан қан кетудің қайсысы қауіптірек?
 - а) артериялық**
 - в) веналық
 - с) капиллярлық

3. Қан кеткенде жгутті салуға болады?
 - а) 20 сағатқа
 - в) 2 сағатқа;**
 - с) 1 сағатқа
4. Қан аздық ауруының себептері
 - а) туа біткен кемістік:
 - в) гемогловиннің төмендеуі**
 - с) қанның ұюы
5. Жүрек қан тамырлары жүйесі ауруларының алдын алу
 - а) қан құю
 - в) дәрігерлік тексеруден өту
 - с) салауатты өмір салтын ұстану**

В) Топтастыру (перфокартамен жұмыс)

Жүрек қан тамырлар жүйесі ауруларының себептері

С) Сұрақ-жауап (ауызша)

7. Қорытынды.

Пайдалы кеңестер

8. **Үйге тапсырма. Бағалау** §38 Алғашқы көмек түрлеріне жаттығу.