



KATALOG ZNANJA

1. Ime modula : VAROVANJE ZDRAVJA VZD

2. Usmerjevalni cilji:

Dijak:

- oblikuje pozitivno samopodobo kot temelj za ohranitev zdravja
- pridobi in vzdržuje motivacijo za učenje sebe in drugih
- osvoji zmožnost zdravega življenjskega sloga
- razvije spretnosti za dobre socialne odnose z vrstniki in drugimi ljudmi
- osvoji pomen učinkovitega starševstva, zdravih odnosov in navad v družinah, ki vplivajo na zdravje otrok in zdravje drugih članov družine
- obvlada ukrepe za preprečevanje širjenja infekcij
- razvije osebno odgovornost pri ravnanju s kužninami in zna ravnati z njimi
- zaveda se pomena higiene ter reda v bolniških sobah in delovnih prostorih
- razvije skrb za varovanje zdravja in okolja
- razvije odgovornost za ohranjanje lastnega zdravja v povezavi z delom ter zmožnost za ukrepanje in vedenje za varovanje svojega zdravja in zdravja drugih tako v šoli, v zdravstvenih ustanovah, kot pozneje na svojem delovnem področju.
- razvije občutek za dolžnosti in odgovornosti do delovnega in življenjskega okolja v svoji generaciji in prihodnjih
- razvijanje odgovornosti za ohranjanje lastnega zdravja v povezavi z delom ter zmožnost za ukrepanje in vedenje za varovanje svojega zdravja in zdravja drugih tako v šoli, v zdravstvenih ustanovah, kot pozneje na svojem delovnem področju.
- razvije spretnost uporabe informacijsko komunikacijske pismenosti

3. Vsebinski sklopi:

1. Higiena in mikrobiologija HMB
2. Vzgoja za zdravje VZD
3. Zdrava prehrana ZPR

1. Vsebinski sklop: Higiena in mikrobiologija HMB

Poklicne kompetence

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">- Poznavanje temeljev higiene in mikrobiologije- Poznavanje, razumevanje in preprečevanje prenosa in širjenja infekcij- Pozna in razume delovanje imunskega sistema ter z njim povezane bolezni- Varovanje zdravja in okolja |
|---|



Operativni cilji

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
<p>Dijak/dijakinja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pozna pojem higiena, mikrobiologija 	<p>Dijak/dijakinja:</p>
<p>Skupine mikroorganizmov in njihove značilnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> • pojasni način življenja patogenih mikroorganizmov • opiše zgradbo prokariotskih in evkariotskih celic • našteje skupine prokariotskih in evkariotskih mikroorganizmov • pojasni zgradbo, razmnoževanje ter načine prenosa virusov, bakterij, gliv • opiše lastnosti bakterij in pogoje, ki so potrebni za njihovo rast • opiše osnovne značilnosti parazitskih živali • razloži razvojne cikle parazitskih živali in s tem povezane možnosti okužbe 	<ul style="list-style-type: none"> • primerja razvojne cikle različnih povzročiteljev bolezni • načrtuje odvzem, transport in dokumentiranje kužnega materiala
<p>Načini širjenja in preprečevanja okužb</p> <ul style="list-style-type: none"> • opiše ukrepe pri delu v laboratoriju in bolnišnici in razume vzroke za nastanek bolnišnične okužbe • pojasni pojme infekcija, patogenost, virulenca • opiše načine širjenja ter možnosti prenosa mikroorganizmov • razloži ukrepe za preprečevanje in širjenje okužb • našteje, razlikuje, zbira ustrezna zaščitna sredstva in ukrepe za preprečevanje in širjenje infekcij • ozavesti pomen osebne higiene za ohranjanje in krepitev lastnega zdravja in zdravja drugih • loči vrste nevarnih odpadkov • pozna predpise, svoje pravice in odgovornosti v zvezi z varnim delom 	<ul style="list-style-type: none"> • pravilno uporablja zaščitna sredstva • odgovorno ravna z odpadki in kužninami • preprečuje nastanek in prenašanje infekcij • izvede ukrepe izolacije • ravna skladno s higienskimi standardi, predpisi in priporočili ustanove • deluje v skladu s trajnostnim razvojem (voda, zemlja, zrak)



<p>Naravna in pridobljena človekova odpornost proti mikroorganizmom</p> <ul style="list-style-type: none">• razlikuje in ugotovi značilnosti naravne in pridobljene človekove odpornosti• pojasni osnovne značilnosti antigenov in protiteles• opiše načine pridobljene imunosti• opredeli protitelesni ter celični imunski odziv• pozna organe imunskega sistema• pozna preobčutljivostne reakcije• razloži vnetje• pozna nekatere bolezni imunskega sistema	<ul style="list-style-type: none">• zaveda se pomena naravne odpornosti za zdravje in pomena cepljenja• pojasni povezavo antigen – protitelo• pozna različne skupine protiteles ter njihovo nalogo• razlikuje med preobčutljivostnimi reakcijami hitrega in počasnega tipa• zaveda se nevarnosti pojavljanja alergij
<p>Preprečevanje rasti in uničevanje mikroorganizmov</p> <ul style="list-style-type: none">• našteje različne metode čiščenja, razkuževanja, sterilizacije• našteje in opiše glavne skupine kemoterapevtikov• opiše delovanje kemoterapevtikov na mikroorganizme	<ul style="list-style-type: none">• izbere ustrezno metodo razkuževanja ali sterilizacije glede na material• izvede postopke čiščenja, razkuževanja, sterilizacije• odgovorno ravna s čistili, razkužili, opremo, pripomočki in aparaturami• skrbi za red in čistočo delovnih prostorov in bolniških sob• utemelji problem rezistence na antibiotike
<p>Okužbe kože</p> <ul style="list-style-type: none">• sklepa o pomenu zdrave kože• našteje najpogostejše bakterijske, virusne in glivične okužbe kože ter okužbe s parazitskimi živalmi• opiše način okužbe, preprečevanje prenosa okužbe, možnost mikrobiološkega dokazovanja bolezni	<ul style="list-style-type: none">• izvaja ukrepe za preprečevanje okužbe kože
<p>Okužbe ran</p> <ul style="list-style-type: none">• našteje najpogostejše povzročitelje okužb ran	<ul style="list-style-type: none">• izvaja ukrepe za preprečevanje okužbe ran
<p>Okužbe dihal</p> <ul style="list-style-type: none">• našteje najpogostejše bakterijske, virusne in glivične okužbe dihal ter okužbe s parazitskimi živalmi• opiše način okužbe, preprečevanje prenosa okužbe, glavne bolezenske oblike, možnost mikrobiološkega dokazovanja bolezni• razloži pravila za preprečevanje epidemije in pandemije	<ul style="list-style-type: none">• izvaja ukrepe za preprečevanje okužbe dihal



<p>Okužbe prebavil</p> <ul style="list-style-type: none"> • našteje najpogostejše bakterijske, virusne in glivične okužbe prebavil ter okužbe s parazitskimi živalmi • opiše način okužbe, preprečevanje prenosa okužbe, glavne bolezenske oblike, možnost mikrobiološkega dokazovanja bolezni • opiše pomen normalne mikrobne populacije v prebavilih • našteje najpogostejše zastrupitve in okužbe z živili in vodo 	<ul style="list-style-type: none"> • izvaja ukrepe za preprečevanje okužbe prebavil • pojasni pomen higienske priprave hrane in zagotovitve zdrave pitne vode ter nadzora nad živili in vodo
<p>Okužbe sečil, rodil, spolovil ter spolno prenosljive bolezni</p> <ul style="list-style-type: none"> • našteje najpogostejše bakterijske, virusne in glivične okužbe sečil, rodil in spolovil ter okužbe s parazitskimi živalmi • opiše način okužbe, preprečevanje prenosa okužbe, glavne bolezenske oblike, možnost mikrobiološkega dokazovanja bolezni • opiše pomen normalne mikrobne populacije na področju spolovil 	<ul style="list-style-type: none"> • izvaja ukrepe za preprečevanje okužb sečil, rodil, spolovil
<p>Okužbe osrednjega živčevja</p> <ul style="list-style-type: none"> • našteje najpogostejše bakterijske, virusne in prionske bolezni osrednjega živčevja • pozna način okužbe, preprečevanje prenosa okužbe, glavne bolezenske oblike, možnost mikrobiološkega dokazovanja bolezni 	<ul style="list-style-type: none"> • izvaja ukrepe za preprečevanje okužb osrednjega živčevja • utemelji zaščito pred meningoencefalitisom in pomen preventivnega cepljenja
<p>Okužbe, ki jih prenašajo členonožci in zoonoze</p> <ul style="list-style-type: none"> • našteje najpomembnejše prenašalce povzročiteljev bolezni z živali na človeka • razloži kaj je zoonoza • navede glavne bolezenske oblike 	<ul style="list-style-type: none"> • izvaja ukrepe za preprečevanje okužb, ki jih prenašajo členonožci
<p>Okužbe krvnega in limfnega obtoka</p> <ul style="list-style-type: none"> • našteje parazitske bolezni in njihove prenašalce s človeka na človeka • našteje virusne in bakterijske bolezni, ki prizadenejo krvni in limfni obtok 	<ul style="list-style-type: none"> • izvaja ukrepe za preprečevanje okužb krvnega in limfnega obtoka



- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • pozna način okužbe, preprečevanje prenosa okužbe, glavne bolezenske oblike, možnost mikrobiološkega dokazovanja bolezni | |
|---|--|

2. Vsebinski sklop: Vzgoja za zdravje VZD

Poklicne kompetence

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> – Poznavanje delovanja in pomena promocije zdravja in zdravstvene vzgoje, poznavanje povezave kakovosti življenja in zdravja – Ravnanje v skladu z zdravim stilom življenja in varovalnimi dejavniki zdravja – Uporaba statističnih metod v zdravstvu za razumevanje pojavljanja socialnih medicinskih bolezni |
|--|

Operativni cilji

INFORMATIVNI	FORMATIVNI CILJI
<p>Dijak/dijakinja</p> <ul style="list-style-type: none"> • Razloži pojmovanje zdravja, zdravstvene vzgoje in promocije zdravja • Opredeli zdrav življenjski slog v različnih življenjskih obdobjih in ozavesti varovalne dejavnike za ohranitev zdravja • Razloži povezavo med kakovostjo življenja in zdravjem • Pojasni pomen gibalno športne dejavnosti za doseganje sinergijskih učinkov na zdravje • Ozavesti pomen redne telesne dejavnosti za ohranjanje in krepitev zdravja • Ozavesti pomen varnega spolnega življenja • Razloži dejavnike tveganja za nastanek spolno prenosljivih bolezni • Ozavesti vlogo družine na zdravje posameznika • Pojasni vlogo posameznih članov v družini • Razume osnove dinamičnega dogajanja v družini in razporejanje vlog članov družine v poteku razvoja družine • Ozavesti nevarnosti rabe in zlorabe psihoaktivnih snovi • Pojasni probleme povezane z zasvojenostjo 	<p>Dijak/dijakinja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • razvija zdrav življenjski slog • promovira zdrav življenjski stil • vzpodbuja zdrav način življenja glede na starost in zdravstveno stanje • oceni in aktivno sodeluje pri telesnih in športnih dejavnostih • poišče strokovno pomoč glede reproduktivnega zdravja in zna svetovati drugim • razvija sposobnosti razumevanja in obvladovanja čustev za življenje v družini • poišče strokovno pomoč, ko je potrebna – v zvezi z zlorabo psihoaktivnih snovi • s pomočjo statističnih metod ugotavlja, analizira in predstavlja zdravstveno stanje prebivalstva



<ul style="list-style-type: none">• Pojasni problematiko in razširjenost socialnih bolezni	
--	--

3. Vsebinski sklop: Zdrava prehrana ZPR

Poklicne kompetence

	<ul style="list-style-type: none">– Poznavanje hranilnih snovi, živil in priprave hrane– Poznavanje načel uravnotežene, varne in varovalne hrane ter poznavanje zdravega načina prehranjevanja za ohranitev zdravja
--	--

Operativni cilji



INFORMATIVNI	FORMATIVNI CILJI
<p>Dijak/dijakinja:</p> <p>Hranilne snovi, higiena in kakovost živil</p> <ul style="list-style-type: none"> • razloži vrste, pomen, lastnosti hranilnih snovi, njihov pomen v zdravi prehrani in posledice nepravilnega prehranjevanja • opiše zakonodajo v živilski stroki • pozna zakon o zdravi prehrani in pitni vodi • razloži ukrepe za izvajanje osebne higijene, higijene pri pripravi hrane, higijene opreme in obratov (HACCP) • utemelji pomen kakovosti živil • razloži pravilno izbiro, shranjevanje in pripravo živil <p>Zdrav življenjski slog in vloga prehrane</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozna strokovna priporočila in smernice zdravega prehranjevanja • razume pomen zdravega življenjskega sloga in vlogo prehrane v njem • opiše prehransko piramido • pozna bolezni vezane z nezdravim prehranjevanjem in nezadostno telesno dejavnostjo • razloži vplive posameznih živil, jedi in režima prehrane na nastanek bolezni • pozna ustrezna živila v varovalni prehrani • razloži motnje hranjenja 	<p>Dijak/dijakinja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • upošteva predpise za zagotavljanje kakovosti pri pripravi jedi in izvaja ukrepe in zahteve HACCP načrta • pozna in izbira primerna varovalna živila ter jih zna ustrezno pripraviti • sestavi jedilnik po načelih zdrave prehrane • izvaja zdravstveno vzgojo o pomenu zdrave prehrane za ohranitev zdravja in dobrega počutja
<p>Prehrana različnih skupin prebivalstva</p> <ul style="list-style-type: none"> - razloži pravilno prehrano dojenčka, otroka, mladostnika - opiše primerno prehrano v nosečnosti, prehrano otročnice - razloži prehrano starostnika <p>Drugi načini prehranjevanja</p> <p>razloži alternativne načine prehranjevanja ter planiranje obrokov z načeli zdrave prehrane</p>	<ul style="list-style-type: none"> - načrtuje obroke za prehranjevanje različnih skupin prebivalstva upoštevajoč sodobna priporočila za prehrano in značilnosti prehrane posameznih skupin prebivalstva - kritično ocenjuje različne načine alternativnega prehranjevanja - izbira primerno zamenjavo živil za sestavo energijsko in hranilno uravnoteženega jedilnika pri alternativnem načinu prehranjevanja