

Okruhy otázek pro státní závěrečné zkoušky

Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání

OKRUH DISCIPLÍN BIOLOGICKÝCH A ZDRAVOVĚDNÝCH

1. Rozdělení lidského věku.

Periodizace lidského života; charakteristika prenatálního období – gametogeneze, oplození, vývoj zárodku a plodu během jednotlivých měsíců těhotenství, donošený a zralý plod, působení teratogenních faktorů.

2. Bio-psycho-sociální aspekty v těhotenství

Diagnostika a známky těhotenství. Změny v organismu těhotné ženy. Fyziologická gravidita. Rizikové a patologické těhotenství. Systém péče o těhotnou ženu, prenatální poradny, životní styl v těhotenství. Předporodní příprava, příprava rodičů na příchod dítěte, těhotenské kurzy.

3. Porod ve 21. století

Délka těhotenství, termín porodu, možnosti ukončení těhotenství, porodní plán. Fyziologický porod – 1. až 4. doba porodní, princip přirozeného porodu, alternativní polohy při porodu, porod podle Leboyera. Rizikové a patologické porody, operativní porody.

4. Bio-psycho-sociální aspekty ženy v šestinedělí

Hormonální, funkční a morfologické změny v organismu ženy po porodu. Laktace – význam, složení mléka, technika kojení, frekvence, kontraindikace, pomůcky. Poporodní deprese, laktační psychóza. Životní styl po porodu – výživa, pohybová aktivita, sexuální život, návykové látky, hygiena, psychohygiena.

5. Charakteristika somatického vývoje jedince v období prvního dětství

Novorozenecké, kojenecké, a batolivé období, období předškolního věku, školní zralost.

6. Péče o dítě

Péče o novorozence – bezprostředně po porodu až do 28. dne, o kojence a batole: hygiena, výživa, spánek; metody podporující bio-psycho-sociální vývoj. Hračka v životě dítěte, bezpečnostní prvky v péči o dítě. Pečující osoba o dítě – mateřská a rodičovská dovolená. Au-pair, jesle a mateřská škola.

7. Charakteristika somatického vývoje jedince v období druhého dětství

Mladší starší školní věk, hlavní fyzické změny, faktory ovlivňující nástup puberty, hormonální řízení puberty, pubertální růstový výšvih, sekundární pohlavní znaky.

8. Charakteristika období dospělosti

Adolescence (ukotvení biologického vývoje), dospělost – jednotlivé fáze, typické somatické a psychické markery. Rizika rozvoje neinfekčních epidemií.

9. Charakteristika období stáří a podpora aktivního stárnutí

Příčiny stárnutí. Involuční somatické a psychické změny. Polymorbidita seniorů. Problematika latentní podvýživy seniorů. Sociální izolace. Aktivizační metody v období stáří (pohybová a mentální aktivizace).

10. Význam a metody určování biologického věku u dětí; faktory ovlivňující růst a vývoj dítěte, sekulární trend

Vztah biologického a chronologického věku, metody diagnostiky biologického věku u dětí a jejich praktické využití. Působení genetických a environmentálních faktorů. Zákonitosti tělesného růstu. Vymezení pojmu sekulární trend, teorie a příčiny sekulárního trendu, sekulární akcelerace, pozitivní a negativní sekulární trend.

11. Metody a výzkum fyzické antropologie a jejich praktické využití

Antropometrie, rozdělení metod, antropometrické zásady, antropometrické body, indexy, praktický význam antropometrie. Organizace a význam antropologických výzkumů. Druhy antropologických výzkumů, způsob provádění měření, plánování výzkumu, základní postupy při antropometrickém měření, přehled antropologických výzkumů u nás.

12. Hodnocení a analýza tělesného složení; typologie – hodnocení tělesné stavby a variability člověka

Současné modely tělesného složení, přehled biofyzikálních a biochemických metod, antropometrické metody, BMI, WHR, metody měření kožních řas, Matiegkova metoda. Konstituční typ, funkční typ, přehled typologických škol, typologie podle adaptace Heath-Carter, praktické využití typologie.

13. Onemocnění dětského věku

Pravidelné lékařské prohlídky dítěte od narození. Běžné dětské nemoci – spalničky, zarděnky, příušnice, plané neštovice aj. Systém očkování dětí v ČR – povinné, pravidelné očkování, nadstandardní.

14. Nejčastější choroby dýchacího systému v dětském věku

Záněty dutiny nosní, vedlejších nosních dutin, záněty hltanu, hrtanu. Záněty dolních dýchacích cest, záněty plic, průduškové astma, mukoviscidóza – symptomatologie, diagnostika, terapie, možné komplikace, případná prevence. Postup první pomoci při astmatickém záchvatu a otoku epiglottis.

15. Nejčastější choroby trávicího systému v dětském věku

Onemocnění zubů, onemocnění dutiny ústní, onemocnění žaludku, nemoci střev, průjmová onemocnění, obstipace, malabsorpční syndromy, parazitární onemocnění, onemocnění žláz trávicího ústrojí, celiakie – symptomatologie, diagnostika, terapie, možné komplikace, případná prevence. Postup první pomoci při akutní apendicitidě, ledvinové a žlučnickové kolice, aj.

16. Vybrané choroby nervové soustavy v dětském věku

Zánětlivá onemocnění – meningitida, encefalitida; lehká mozková dysfunkce, resp. syndrom ADHD, latentní tetanie, dětská mozková obrna, epilepsie – symptomatologie, diagnostika, terapie, možné komplikace, případná prevence. Postup první pomoci při epileptickém záchvatu – petit mal, grand mal, status epilepticus, první pomoc v bezvědomí a při kvalitativních změnách vědomí.

17. Poskytování základní první pomoci

Systém PP v ČR, legislativní a etická rovina PP, obecný postup laické první pomoci, telefonní čísla tísňových linek a způsob vedení hovoru, vyšetření základních životních funkcí, obnovování vitálních funkcí – kardiopulmonální resuscitace.

18. Problematika první pomoci náhlých úrazových a neúrazových stavů u dětí

Příčiny, diagnostika a postup PP při poranění měkkých tkání – odřenin, zhmožděnin, řezné a bodné rány, cizí těleso v ráně. Poranění kostí a kloubů. Krvácení – kapilární, žilní, tepenné, smíšené, krvácení z tělních otvorů, vnitřní krvácení. Šok.

19. Problematika první pomoci náhlých úrazových a neúrazových stavů u dětí

Poranění hlavy – lebky, mozku, oka, ucha, zubů. Poranění hrudníku – žeber, plic, vyražený dech. Poranění břicha – otevřené a uzavřené zranění. Poškození organismu teplem a chladem, úraz el. proudem, intoxikace, poranění zvířetem, alergická reakce, křečovitě stavy.

20. Neinfekční epidemie a jejich prevence v dětském věku

Definice, etiologie a patogeneze, prevence, vybraná onemocnění: kardiovaskulární choroby na aterosklerotickém podkladě, metabolická onemocnění – diabetes mellitus, obezita a její komplikace, metabolický syndrom, nádorová onemocnění, zubní kaz, aj. První pomoc při hypo a hyperglykemických stavech.

21. Domácí péče jako součást moderního systému zdravotní a sociální péče

Definice domácí péče, poslání, cíle, pozitiva domácí péče, formy domácí péče, zákonné normy a právní předpisy, členové multidisciplinárního týmu.

22. Hospicová péče jako integrovaná forma zdravotní, sociální a psychologické péče

Umírání a smrt v minulosti, potřeby umírajících a jejich blízkých. Fáze procesu umírání, principy paliativní péče, práva umírajících a terminálně nemocných. Základní myšlenka hospicové péče, typy hospicové péče. Problematika eutanazie.

23. Poskytování péče nemocným v domácím prostředí s ohledem na uspokojování jejich potřeb

Bio-psycho-sociálně-spirituální potřeby nemocných, možné projevy nesaturovaných potřeb. Úprava pokoje pro nemocné, lůžko pro nemocné. Osobní hygiena nemocných. Sledování a hodnocení základních fyziologických funkcí. Problematika bolesti a její zvládnutí v domácím prostředí.

24. Charakteristika bezpečnostního systému České republiky a Integrovaný záchranný systém. Chování pedagoga v případě mimořádné události při zabezpečení ochrany dětí ve škole nebo při akcích organizovaných školským zařízením

Bezpečnostní systém – ústřední, hlavní, územní, výkonné a další prvky bezpečnostního systému. Integrovaný záchranný systém – základní složky IZS, koordinace činnosti složek IZS. Co dělat, když bude nařízena evakuace ve škole při vzniku mimořádné události, tísňové volání, kde získat informace o mimořádné události, zabezpečení přesunu osob na komunikacích při mimořádné události.

25. Mimořádné události a chování v případě mimořádné události a hygienické aspekty mimořádných událostí

Klasifikace mimořádných událostí, mimořádné události vyvolané přírodními vlivy a vyvolané činností člověka. Obecné zásady chování při vzniku mimořádných událostí, varovné signály a jejich význam, činnost při evakuaci. Bojové biologické prostředky – bioterorismus. Základní pravidla chování při povodních.