

«КЕЛІСЕМІН»

Жуалы аудандық орталық  
ауруханасының профилактика  
бөлімінің меңгерушісі

Е.Б.Көмек

«05» 01 2026 жыл



«БЕКІТЕМІН»

Жуалы аудандық орталық  
ауруханасының бас дәрігері

Б.Б.Усенбаев

2026 жыл



## ИНСУЛЬТТИҢ АЛДЫН АЛУ ЖӨНІНДЕГІ ДЕНСАУЛЫҚ МЕКТЕБІНІҢ БАҒДАРЛАМАСЫ

| р/с                                   | Сабақтың атауы                                                                                                                                          | Жауаптылар               |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>№1 сабақ Инсульт дегеніміз не?</b> |                                                                                                                                                         |                          |
| 1                                     | Инсульт дегеніміз не?                                                                                                                                   | Дәрігер Дәуренбекова М.М |
| 2                                     | Инсультке әкелетін себептері                                                                                                                            |                          |
| 3                                     | Қауіпті факторлар                                                                                                                                       |                          |
| 4                                     | <b>Практикалық бөлім</b><br>Жекеше қауіп факторларын анықтау<br>Тамырдың соғу жиілігін есептеу<br>Науқастың өзін-өзі бақылау күнделігін жүргізу тәртібі | Медбике Мамедова Л.М     |

|                                        |                                                                                                          |                          |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>№2 сабақ Артериялық гипертензия</b> |                                                                                                          |                          |
| 1                                      | Артериялық қан қысымы туралы түсінік                                                                     | Дәрігер Дәуренбекова М.М |
| 2                                      | Күйзелісті болдырмау, дене күшіне салмақ салмау                                                          |                          |
| 3                                      | Қан құрамындағы холестерин, қант деңгейін тексеру                                                        |                          |
| 4                                      | <b>Практикалық бөлім</b><br>АҚҚ жоғарылау кезінде өзін-өзіне көмектесу<br>Дененің артық салмағын анықтау | Медбике Мамедова Л.М     |

|                            |                                                                  |                          |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>№3 сабақ Асқынулары</b> |                                                                  |                          |
| 1                          | Инсульттің белгілері                                             | Дәрігер Дәуренбекова М.М |
| 2                          | Өз-өзіне дәрігерге дейінгі көмек көрсетуді үйрету                |                          |
| 3                          | Инсульттің асқынулары                                            |                          |
| 4                          | <b>Практикалық бөлім</b><br>Инсульттің алғашқы белгілерін үйрету | Медбике Мамедова Л.М     |

|                                         |                                                                                                                                            |                          |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>№4 сабақ Зиянды әдеттермен күрес</b> |                                                                                                                                            |                          |
| 1                                       | Темекінің ағзаға зияны                                                                                                                     | Дәрігер Дәуренбекова М.М |
| 2                                       | Алкогольдің зияны                                                                                                                          |                          |
| 3                                       | Күйзелістің әсері                                                                                                                          |                          |
| 4                                       | <b>Практикалық бөлім</b><br>Темекі шегушіліктен, ішімдікке әуестенуден бас тартуды дағдыландыру<br>Күйзеліске түскен кезде сабырлыққа келу | Медбике Мамедова Л.М     |

|                                            |                                                                                                                              |                                                              |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <b>№5 сабақ Дене белсенділігін арттыру</b> |                                                                                                                              |                                                              |
| 1                                          | Гиподинамия және АГ                                                                                                          | Дәрігер Дәуренбекова М.М<br>Психолог<br>Медбике Мамедова Л.М |
| 2                                          | АГ кезіндегі емдік дене шынықтырудың маңызы                                                                                  |                                                              |
| 4                                          | <b>Практикалық бөлім</b><br>1 күндік дене шынықтыру жүктемесін есептеу<br>Емдік дене шынықтырулармен айналысуды дағдыландыру |                                                              |