

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Кубанский государственный медицинский  
университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра профилактики заболеваний, здорового образа жизни и  
эпидемиологии

**Тематический план лекций по дисциплине «Основы здорового образа  
жизни» для студентов I курса стоматологического факультета в осеннем  
(I) семестре 2022/2023 учебного года**

<b>п/№</b>	<b>Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)</b>	<b>Часы</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
1.	Основы учения о здоровье и здоровом образе жизни. Современная государственная политика РФ в области здоровьесбережения.	2
2.	Рациональное питание здоровье.	2
3.	Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.	2
4.	Психологические основы здоровья. Стресс и его влияние на здоровье.	2
5.	Влияние алкоголя на здоровье. Стратегия государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактики алкоголь-ассоциированной патологии среди населения.	2
6.	Психологическое и физиологическое влияние табакокурения, употребления наркотических и токсических веществ на организм человека. Концепция государственной антинаркотической политики и политики в области снижения масштабов потребления табака.	2
7.	Терморегуляция и здоровье. Профилактика простудных и простудно-инфекционных заболеваний. Инфекции, передающиеся половым путем и пути их предотвращения.	2
	<b>Итого</b>	<b>14</b>

Заведующий кафедрой профилактики  
заболеваний, здорового образа жизни  
и эпидемиологии

С.Н. Алексеенко