

ІНСТРУКЦІЙНА КАРТКА ДО ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ №

Тема: Особливості будови та функцій серцево-судинної системи.

Мета:

- Закріпити знання теоретичного матеріалу;
- вивчити будову серця, рух крові по організму, особливості кровообігу;
- навчитись визначати пальпаторним методом частоту пульсу,
- навчитись вимірювати тиск, визначати фізичну працездатність людини та функціональний стан серцево-судинної системи за допомогою різних методик.

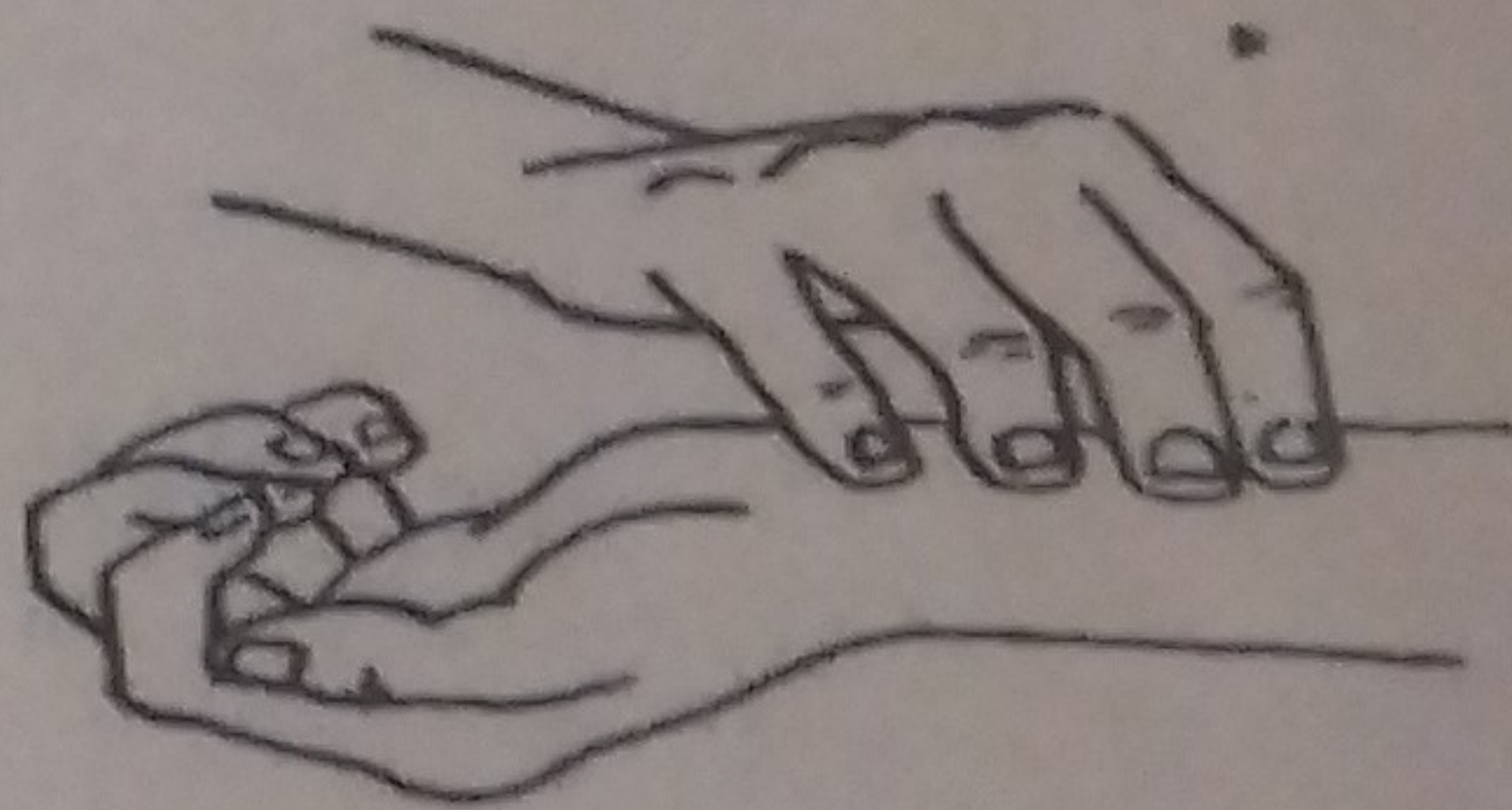
Обладнання:

муляжі серця, таблиці «Будова серця», «Кровообіг», секундомір, манометр, фонендоскоп, опорні конспекти з теми.

Хід заняття

1. Використовуючи муляжі, таблиці, роздавальні картки вивчити будову серця. Замалювати схему серця, підписати частини серця, клапани, судини, які впадають чи виходять з серця.

2. Навчитись вимірювати пульс пальпаторним методом. Пульс слід знаходити другим, третім і четвертим пальцями, прикладаючи їх разом на променеву артерію лівої руки і несильно притискуючи до нижче розташованої променевої кістки.



- виміряти пульс за 1 хв в стані спокою;
- після 3 - хвилинного бігу на місці знову виміряти пульс;
- зробити відпочинок 3 - хвилинного і знову виміряти пульс;
- повторити вимірювання таким чином 2-3 рази.

Якщо пульс 170 ударів після першого навантаження - людина невитривала, якщо пульс 170 ударів після третього навантаження - витривала.

3. Вирахувати, яку кількість крові перекачує ваше серце за 1 хвилину, за 1 годину, за 1 добу. Отримані дані записати в зошит.

4. Вимірювання артеріального тиску.

Посадити досліджуваного на стілець, одягнути і закріпити на його руці манжетку так, щоб між нею і рукою можна було просунути олівець. Вставити оливи фонендоскопа у вуха, а сприймальну капсулу притиснути до шкіри досліджуваного у ліктьовій ямці. Грушею нагнати повітря у манжетку до повного зникнення пульсу і після цього за допомогою клапана на груші повільно випускати повітря з манжетки, уважно стежити

