

Программа по гигиене Тверских постоянных педагогических курсов (8 мая 1912 года)

1. Понятие о гигиене. Атмосферный воздух. Его химический состав. Пыль. Микробы. Гигиеническое значение его составных частей. Дыхание животных и растений.
2. Влажность воздуха, температура. Гигиеническое значение колебаний влажности и температуры. Воздух жилых помещений. Значение дыхания, отопления, освещения для порчи воздуха в жилищах.
3. Вода. Ее химический состав. Растворение в ней газов и плотных веществ. Зависимость от температуры. Вода жесткая и мягкая. Вода дождевая, колодезная, ключевая, речная, озерная, морская. Различие в химическом составе и содержании посторонних примесей и микробов. Загрязнение воды вблизи жилища.
4. Гигиеническое значение воды разных источников. Исследования гигиенических свойств воды. Устройство водопровода. Устройство колодеза. Местный осмотр. Способы искусственного очищения воды. Фильтрация. Домашние фильтры. Микробы воды. Их гигиеническое значение. Борьба с ними.
5. Почва. Механическое строение и физические свойства. Поглощение воды и газов. Почвенная вода. Загрязнение почвы органическими веществами. Микробы почвы и их гигиеническое значение. Значение почвы и ее свойств с гигиенической точки зрения.
6. Жилище. Его гигиеническое значение. Выбор места для постройки. Грунт.
7. Сырость стен. Ее причины. Вред для здоровья. Признак сырости. Борьба с ней.
8. Устройство фундамента, подвала, подпольного пространства, засыпка. Чердак. Крыша.
9. Признаки порчи воздуха жилища. Гигиенические требования к воздуху жилищ. Кубическое содержание воздуха жилых помещений, квартир, школ и проч.
10. Вентиляция. Ее гигиеническое значение. Вентиляция естественная, искусственная, местная и центральная.
11. Отопление. Гигиенические требования к приборам отопления. Местное отопление. Различные виды и их гигиеническая оценка.
12. Освещение. Гигиеническое значение света. Влияние на организмы растений и животных. Отношение к микробам. Свет естественный и искусственный. Гигиенические требования к естественному освещению. Расположение фасада зданий по отношению к естественному свету.
13. Удаление отбросов. Свойства отбросов. Их состав. Газы, микроорганизмы. Гигиеническое значение, способы удаления. Вывозная система. Устройство выгреба, бочек. Сплавная канализация.
14. Одежда и ее гигиеническое значение. Материалы. Их порозность. Поглощение одеждой кожных выделений, пыли, влаги, микробов. Значение окраски тканей.
15. Микроорганизмы. Их общие свойства. Роль их в экономии природы. Брожение и гниение. Паразиты и сифилиты. Гигиеническое значение тех и других. Классификация.
16. Дробянки (бактерии). Подразделения. Общие свойства. Условия жизни и размножения. Жизнедеятельность бактерий и продукты их обмена веществ.
17. Условия погибания бактерий. Значение питательной среды, температуры, солнечного света, влажности.
18. Важнейшие виды. Кокки, бациллы. Спириллы. Примеры простейшие.
19. Заразные болезни. Их происхождение. Источник заражения. Пути проникновения в организм. Способы заражения разными болезнями. Значения соприкосновения, пищи, воды, насекомых.
20. Расположение и невосприимчивость. Врожденная и приобретенная невосприимчивость. Естественная и искусственная. Защитные приспособления организма. Внешние и внутренние. Фагоцитоз. Предохранительные вещества крови. Предохранительные прививки.
21. Борьба с заразными болезнями. Меры предохранительные. Меры государственные. Меры личные. Дезинфекция.
22. Школьная гигиена. Школьные болезни. Их происхождение. Школа как разсадник заразных болезней. Устройство школьных зданий. Выбор места, расположение окон, отопление, освещение, вентиляция. Школьный двор, колодезь, выгреб и проч.
23. Гигиена раннего детского возраста. Физиологические особенности детского организма. Развитие и рост. Основные принципы правильного ухода. Значение воздуха и солнечного света. Опрятное содержание. Вскармливание.
24. Подача первой помощи: при кровотечении, задушении, утоплении и ожогах, угаре, отравлениях, обмороке, солнечном ударе.