



**Образовательное частное учреждение дополнительного профессионального образования
(ОЧУ ДПО "ИММ")**



УТВЕРЖДАЮ
Директор
А.Б. Данилов
2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной программы профессиональной переподготовки "Нейробиомедицина"

Цель: получение знаний, навыков, компетенций, необходимых для поддержания психологической стабильности граждан и трудовых коллективов

Категория слушателей: лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование

Форма обучения: очно-заочная с ДОТ

Продолжительность обучения: 12 месяцев

Режим занятий: 3 часа в неделю

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, час.	Из них:		Форма контроля
			лекции	практические занятия	
1.	Модуль 1. Основы превентивной медицины	23	13	10	-
1.1.	Обзор методологических подходов в современной медицине	3	2	1	-
1.2.	12 шагов эксперта по превентивной и персонализированной медицине	2	1	1	-
1.3.	Образ жизни как лекарство, модификация образа жизни - первая линия защиты от хронических заболеваний	2	1	1	-
1.4.	Болезни цивилизации: драйверы и антидоты	4	2	2	-
1.5.	Мигрень в 3d измерении	2	2	-	-
1.6.	Сосудистый паспорт	1	1	-	-
1.7.	Метаболомный скрининг	1	1	-	-
1.8.	Нейродиagnostика: генетика и ЭЛИ-тесты	1	1	-	-
1.10.	Биомеханика: наиболее эффективные методы работы с телом для коррекции психического и соматического здоровья	2	1	1	-
1.11.	Репертуар диагностических возможностей кабинета/клиники превентивной медицины	1	1	-	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
2	Модуль 2. Нейронутрициология в практике специалиста превентивной и персонализированной медицине	72	28	44	-
2.1.	Введение в нейронутрициологию	2	1	1	-
2.2.	Молекулярные мишени нейронутрициологии	4	1	3	-
2.3.	Инструменты нейронутрициологии	3	1	2	-
2.4.	Нейронутрициологические алгоритмы: протоколы питания, функциональные продукты, нейронутриенты	4	2	2	-
2.5.	Нейронутрициология и тревожные нарушения	7	2	5	-
2.6.	Нейронутрициология и мигрень	7	2	5	-
2.7.	Нейронутрициология и астения	3	1	2	-
2.8.	Нейронутрициология и хроническая боль	5	2	3	-
2.9.	Нейронутрициология и депрессивные состояния	5	2	3	-
2.10.	Нейронутрициология и когнитивные нарушения	3	1	2	-
2.11.	Ось кишечника мозг перспективы применения 5R программ	2	1	1	-
2.12.	Расстройства пищевого поведения	4	1	3	-
2.13.	Нейробиология питания	2	1	1	-
2.14.	Диетические подходы к лечению усталости при рассеянном склерозе	1	1	-	-
2.15.	Пища для ума, настроения, познания, поведения	3	1	2	-
2.16.	Болезни цивилизации: драйверы и антидоты	4	2	2	-
2.17.	Питание и долголетие мозга	3	2	1	-

2.18.	Митохондрии и нейроздоровье	3	2	1	-
2.19.	Перспективы метаболомной диагностики:экспертный взгляд на профиль жирных кислот	3	2	1	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
3	Модуль 3. Стресс-менеджмент - технологии обучения навыкам саморегуляции	50	21	29	-
3.1.	Стресс-менеджмент	6	2	4	-
3.2.	Хронический стресс и его последствия	2	1	1	-
3.3.	Стрессоустойчивость пациента	2	1	1	-
3.4.	Диагностика стресса	5	1	4	-
3.5.	Направления стресс-менеджмента	2	1	1	-
3.6.	Экспертный стресс-менеджмент	2	1	1	-
3.7.	Нейрокардиологический подход к оценке динамики состояний в рамках системы PNEI	4	2	2	-
3.8.	БОС-терапия	14	7	7	-
3.9.	Междисциплинарный взгляд на стресс	3	1	2	-
3.10.	Проблемы повседневного стресса. Экстремальное в обыденном	2	1	1	-
3.11.	Перспективы лабораторной оценки стресса и его последствий	1	1	-	-
3.12.	Технологии стресс-менеджмента в превентивной и персонализированной медицине	2	1	1	-
3.13.	Стресс и либидо	1	1	-	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
4	Модуль 4. Брейнфитнес: технологии улучшения работы мозга	39	14	25	-
4.1.	Брейнфитнес: теория и практика всевозрастного когнитивного развития	13	4	9	-
4.2.	Молекулярные механизмы брейнфитнеса	7	3	4	-
4.3.	Психология срыва	2	1	1	-
4.4.	Перспективы ароматерапии в брейнфитнесе	2	1	1	-
4.5.	Постановка цели по smart-модели в медицинской практике	3	1	2	-
4.6.	Когнитивные нарушения и постковидный синдром	3	1	2	-
4.7.	Неинвазивная стимуляция блуждающего нерва	1	1	-	-
4.8.	Нейромедиаторы (катехоламины)	2	1	1	-
4.9.	Когнитивные функции: современный нейропсихологический взгляд	2	1	1	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
5	Модуль 5. Нейродиагностика: практико-ориентированные методы прецизионной диагностики	55	27	28	-
5.1.	Феномен иммунной рефлексии. Концепция «Иммункулуса» (иммунологического гомункулуса)	1	1	-	-
5.2.	Технология ЭЛИ-Тест	9	2	7	-
5.3.	Основные варианты ЭЛИ-Тестов. Трактовка данных ЭЛИ-Тестов. Количественная оценка состояния здоровья	9	2	7	-
5.4.	Методы группы Эли тест	4	2	2	-
5.5.	Комплексные методы оценки нутриентного статуса (витамины)	2	1	1	-
5.6.	Жирорастворимые витамины	2	1	1	-
5.7.	Водорастворимые витамины	2	1	1	-
5.8.	Комплексные методы оценки нутриентного статуса (макро- и микроэлементы)	3	2	1	-
5.9.	Оксидативный стресс	4	2	2	-
5.10.	Комплексный подход к оценке состояния здоровья	1	1	-	-
5.11.	Введение в клиническую метаболомику	2	2	-	-
5.12.	Тест микробиоты	2	2	-	-
5.13.	Лабораторные исследования в помощь врачу или головомомка?	3	3	-	-
5.14.	Фармакопитание: прецизионная диагностика молекулярных нарушений	1	1	-	-

5.15.	Возможности профиля органических кислот в случае труднокурабельного заболевания	1	1	-	-
5.16.	Применение генетического тестирования в клинической практике	3	1	2	-
5.17.	Метаболизм аминокислот	1	1	-	-
5.18.	Аутоиммунитет, COVID-19, пост-COVID-19	1	1	-	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
6	Модуль 6. Хрономедицина: резервные возможности повышения эффективности методов превентивной медицины	39	16	23	-
6.1.	Основы хрономедицины	3	1	2	-
6.2.	Десинхронозы и состояние микробиоты кишечника: методы коррекции	2	1	1	-
6.3.	Хронобиомедицина и митохондрии	4	2	2	-
6.4.	Циркадианные, ультрадианные и инфрадианные ритмы в биологических системах	2	1	1	-
6.5.	Суточная динамика функционального и метаболического контроля у человека	2	1	1	-
6.6.	Нарушение сна	3	2	1	-
6.7.	Особенности лечения соматических и психических заболеваний с позиции хрономедицины	4	3	1	-
6.8.	Циркадианные ритмы: стрессовый аспект	3	1	2	-
6.9.	Механические ритмы тела человека	3	1	2	-
6.10.	Биоритмы пищеварения	2	1	1	-
6.11.	Перспективы применения хрононутрициологии: мифы и реальность	4	1	3	-
6.12.	Хрономедицина и тревожно-депрессивные нарушения	3	1	2	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
7	Модуль 7. Нейромониторинг: методы динамического наблюдения за состоянием органов и систем	50	18	32	-
7.1.	Биохакинг	5	1	4	-
7.2.	Основы стабилотрии	18	6	12	-
7.3.	Мониторинг качества сна. Опросники для оценки сна и его нарушений	2	1	1	-
7.4.	Экологический подход к диагностике и ведению пациентов с астеническим синдромом	2	1	1	-
7.5.	Чек-ап и мониторинг когнитивных функций	4	2	2	-
7.6.	Динамический мониторинг состояния пациента	2	1	1	-
7.7.	Компьютер в помощь врачу: ультрасовременные технологии для диагностики и мониторинг	2	1	1	-
7.8.	Оценка уровня мотивации и копинг-стратегий пациента	3	1	2	-
7.9.	Гаджеты для мониторинга и улучшения качества сна	2	1	1	-
7.10.	Непрерывный мониторинг глюкозы в практике специалиста превентивной и персонализированной медицины	4	2	2	-
7.11.	Врач и медицинские устройства	2	1	1	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
8	Модуль 8. Биомеханика: методы работы с телом для коррекции соматического и психического здоровья	38	16	22	-
8.1.	Физическая активность и здоровье	3	1	2	-
8.2.	Преимущества терапевтического тейпирования	6	2	4	-
8.3.	Биомеханика опорно-двигательного аппарата	4	2	2	-
8.4.	Клиническая биомеханика	3	1	2	-
8.5.	Динамическая анатомия	6	4	2	-
8.6.	Функциональное мышечное тестирование	12	6	6	-
Промежуточный контроль		4	-	4	тестирование
9	Модуль 9. Основы когнитивно-поведенческой терапии для специалистов по превентивной медицине	48	28	20	-
9.1.	Искусство коммуникации в превентивной и персонализированной медицине	2	1	1	-

9.2.	Основы когнитивно-поведенческой терапии	6	5	1	-
9.3.	Мастер-класс по эффективной коммуникации	2	1	1	-
9.4.	Введение в когнитивно-поведенческую терапию в неврологии	2	1	1	-
9.5.	Принципы коммуникации врача и пациента в персонализированной медицине	3	2	1	-
9.6.	Когнитивно-поведенческая терапия хронической боли	29	18	11	-
		4	-	4	тестирование
Промежуточный контроль					
10	Модуль 10. Инновационные технологии в превентивной и персонализированной медицине	36	13	23	-
10.1.	Бурый жир: природный способ усиления метаболизма посредством митохондриального биогенеза	3	1	2	-
10.2.	Нормобарическая гипокситерапия-инновационная технология превентивной медицины	3	1	2	-
10.3.	Гастроэнтерологический практикум врача интегративной медицины	4	2	2	-
10.4.	Применение инновационного анализатора состава тела в персонализированной медицине	5	1	4	-
10.5.	Инновационные технологии в медицине сна: Профилактика и терапия нарушений сна с помощью REMF-технологий	3	2	1	-
10.6.	Стратегия «Голубого океана» или неиспользуемые возможности криотерапии для клинической практики	4	2	2	-
10.7.	«Сухая» иммерсия: теоретические и прикладные аспекты применения в лечении и реабилитации	3	1	2	-
10.8.	PRP терапия по методу Р.Р.Ахмерова в восстановительной медицине	3	1	2	-
10.9.	Технологии экстракорпоральной гемокоррекции и методы регенеративной медицины в превентивной и персонализированной медицине	4	2	2	-
		4	-	4	тестирование
Промежуточный контроль					
11	Модуль 11. Оценка и проектирование здоровой среды и жизнедеятельности	36	12	24	-
11.1.	Здоровье среды жизнедеятельности. Проектирование центра превентивной медицины будущего	4	1	3	-
11.2.	Оценка и проектирование здоровой среды жизнедеятельности	5	2	3	-
11.3.	Методология центров/кабинетов превентивной медицины	5	2	3	-
11.4.	Современные методы лабораторной диагностики для центров/кабинетов превентивной медицины: технологии и методология	5	2	3	-
11.5.	Современные методы и технологии функциональной и инструментальной диагностики в превентивной медицине	5	2	3	-
11.6.	Научные основы гигиены атмосферы воздуха	3	1	2	-
11.7.	Гигиенические основы	5	2	3	-
		4	-	4	тестирование
Промежуточный контроль					
12	Модуль 12. Как открыть кабинет/центр превентивной медицины	24	12	12	-
12.1.	Лучшие практики клиник превентивной и персонализированной медицины	24	12	12	-
ИА	Итоговая аттестация	10	0	10	Тестирование
	ИТОГО:	520	218	302	-

Учебный план разработан на основании Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. №499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»; Приказа Минтруда России от 14.09.2022 № 537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант» (Зарегистрировано в Минюсте России от 14.10.2022 № 70506); Приказа Минобрнауки России от 29.07.2020 № 839 зарегистрировано в Минюсте России 21 августа 2020 г. № 59374 «Об утверждении федерального государственного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология»