

 Частное учреждение дополнительного профессионального образования

«АКАДЕМИЯ НЕПРЕРЫВНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

(ЧУ ДПО «АНМО»)

УТВЕРЖДЕНО:

Директор

ЧУ ДПО «АНМО»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.Г. Булатова

«03» августа 2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ДЛЯ ВРАЧЕЙ**

Специальность: «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

Тема: «Современные вопросы лечебной физкультуры и спортивной медицины»

(срок обучения – 150 академических часов (ЗЕТ)

г. Екатеринбург

2020 год

Образовательная программа составлена специалистами ЧУ ДПО «Академия непрерывного медицинского образования» на основании ФГОС ВО подготовки кадров высшей квалификации по специальности 31.08.39 «Лечебная физкультура и спортивная медицина», утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 августа 2014 года №1081.

**Программа составлена авторами:**

1. Балуева Т.В.- к.м.н., руководитель реабилитационной службы МБУ «ЦГКБ №23» г. Екатеринбург
2. Гусев В.В- к.м.н., заведующий неврологическим отделением МАУ ЦГКБ 23 г. Екатеринбург. Ассистент кафедры неврологии УГМУ. Ведущий инженер учебно-научной лаборатории нейротехнологий
3. Телегина Е.В - к.м.н. заведующий отделением лечебной физкультуры ГАУЗ СО «Центр восстановительной медицины и реабилитации «ОЗЕРО ЧУСОВСКОЕ», врач ЛФК высшей категории
4. Негодаева Е.В - к.м.н., доцент кафедры физической и реабилитационной медицины УГМУ, врач высшей категории.
5. Дитятев В.П- д.м.н., профессор кафедры терапии ФПК и ПП ФБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет», кардиолог высшей категории
6. Дубенко С.Э- врач-диетолог отдела гигиены питания, качества и безопасности продукции ФБУН «Екатеринбургский медицинский научный
7. Котлов А.Г. -спортивный врач ХК "Автомобилист"

Программа утверждена генеральным директором ЧУ ДПО «АНМО», Булатовой Натальей Геннадьевной.

Приказ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г. №\_\_\_

**С**ОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

2. Планируемые результаты обучения

3. Учебный план повышения квалификации

4. Рабочая программа учебных модулей

5. Оценочные материалы

6. Методические материалы

**1. Пояснительная записка**

**Категория слушателей**: врачи с базовыми специальностями высшего медицинского образования «Лечебное дело» и «Педиатрия», и послевузовским профессиональным образованием (интернатура и (или) ординатура) по специальности Лечебная физкультура и спортивная медицина.

Профессиональная переподготовка по специальности "Лечебная физкультура и спортивная медицина" при наличии подготовки в интернатуре/ординатуре по одной из специальностей: "Авиационная и космическая медицина", "Акушерство и гинекология", "Анестезиология-реаниматология", "Детская кардиология", "Детская онкология", "Детская урология-андрология", "Детская хирургия", "Детская эндокринология", "Гастроэнтерология", "Гематология", "Гериатрия", "Кардиология", "Колопроктология", "Мануальная терапия", "Нефрология", "Неврология", "Неонатология", "Нейрохирургия", "Общая врачебная практика (семейная медицина)", "Онкология", "Педиатрия", "Пластическая хирургия", "Профпатология", "Пульмонология", "Ревматология", "Рефлексотерапия", "Сердечно-сосудистая хирургия", "Скорая медицинская помощь", "Терапия", "Торакальная хирургия", "Травматология и ортопедия", "Хирургия", "Детская онкология", "Урология", "Физиотерапия", "Фтизиатрия", "Хирургия", "Челюстно-лицевая хирургия", "Эндокринология"

**Форма дополнительного профессионального образования:** тематическое усовершенствование, 150 академических часов

**Форма обучения:** очно - заочная, с частичным отрывом от производства с использованием дистанционных технологий.

**Режим занятий:** 6 академических часов в день.

**Цель учебной программы**: Повышение квалификации, обновление и систематизация, получение дополнительных специальных знаний, совершенствование умений и навыков в области профилактики, диагностики нарушений функций и структур организма человека и последовавших за ними ограничений жизнедеятельности вследствие заболеваний и (или) состояний с помощью лечебной физкультуры. Коррекция функциональных состояний спортсмена с применением средств и методов ЛФК, функциональная реабилитация (восстановление) спортсменов после тренировочных и соревновательных нагрузок.

**Актуальность учебной программы.**

Совершенствование методов лечения больных в последние годы расширяет возможности использования ЛФК и позволяет применять ее в более ранние сроки даже при тех заболеваниях, при которых она раньше не применялась. Этому способствует также разработка новых методик ЛФК. Программа «Современные вопросы лечебной физкультуры и спортивной медицины» представляет обзор методов и способов применения специфических средств лечебной физкультуры - физических упражнений -на различных этапах лечения и реабилитации пациентов. Рассматривается также проблема коррекции функциональных состояний спортсмена с применением средств и методов, разработанных на основе методов клинической медицины, диетологии.

**Организационно-педагогические условия:**

**1.Формы учебных активностей:**

1. видеолекция **-** подготовленный и размещенный на учебном портале лекционный материал;
2. дистанционная интерактивная сессия (вебинар)**-** семинарское занятие, проходящее за счет использования виртуального программного обеспечения для телеконференцсвязи, проходит в режиме реального времени;
3. практическое задание **-** ситуационная задача с перечнем вопросов для самостоятельной подготовки;
4. самоподготовка **-** самостоятельное изучение представленных нормативных документов, методических пособий, клинических рекомендаций по каждому из разделов цикла;
5. индивидуальная консультация **-** возможность задать вопрос и получить ответ от экспертов на цикле;
6. тестирование онлайн.

**2.Технические средства**: многофункциональная учебная платформа в среде интернет.

**3.Функции учебной платформы:**

1. индивидуальная регистрация слушателей;
2. размещение нормативных и методических материалов;
3. размещение расписания учебных активностей;
4. просмотр видеолекций;
5. ссылки на дистанционные интерактивные сессии;
6. размещение практических заданий;
7. размещение тестовых заданий;
8. интерактивный чат для консультаций с экспертами.

**4.Формы аттестации:**

1. промежуточная аттестация проводится в форме выполнения практических заданий. Правильность выполнения практических заданий рассматривается на вебинаре и не влияет на оценку итогового тест-контроля.
2. итоговая аттестация включает тестовый контроль. Оценивается автоматически по 100 бальной системе. Дается 2 попытки на сдачу тестового контроля.

Менее 70% правильных ответов – «неудовлетворительно»;

70-80% правильных ответов - «удовлетворительно»;

81-90% - «хорошо»;

91-100% - «отлично».

При условии освоения Учебного плана в полном объёме и успешном прохождении итоговой аттестации слушателям выдаётся Удостоверение о повышении квалификации установленного образца по программе «Современные вопросы лечебной физкультуры и спортивной медицины». Наряду с документами о дополнительном профессиональном образовании выдаётся сертификат специалиста, в качестве документа, подтверждающего право заниматься медицинской и фармацевтической деятельностью в Российской Федерации.

Реализация дополнительной профессиональной образовательной программы обеспечена необходимыми учебно-методическими ресурсами и квалифицированными педагогическими кадрами.

**2. Планируемые результаты обучения**

У освоившего программу повышения квалификации «Современные вопросы лечебной физкультуры и спортивной медицины» совершенствуются следующие профессиональные компетенции в соответствие ФГОС подготовки кадров высшей квалификации (ординатуры), требованиями квалификационной характеристики специальности Физиотерапия:

* в профилактической деятельности

-готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (ПК-1);

* в диагностической деятельности

-готовность к проведению профилактических медицинских осмотров, врачебному контролю, диспансеризации и осуществлению диспансерного наблюдения лиц, занимающихся спортом (ПК-2);

-готовность к определению у пациентов патологических состояний, симптомов, синдромов заболеваний, нозологических форм в соответствии с Международной статистической классификацией болезней и проблем, связанных со здоровьем (ПК-5);

* в лечебной деятельности:

-готовность к применению методов лечебной физкультуры пациентам, нуждающимся в оказании медицинской помощи (ПК-6);

-готовность к применению природных лечебных факторов, лекарственной, немедикаментозной терапии и других методов у пациентов, нуждающихся в медицинской реабилитации (ПК-8);

**3. Учебный план**

**Категория слушателей**: врачи с базовыми специальностями высшего медицинского образования «Лечебное дело» и «Педиатрия», и послевузовским профессиональным образованием (интернатура и (или) ординатура) по специальности Лечебная физкультура и спортивная медицина или профессиональная переподготовка по специальности "Лечебная физкультура и спортивная медицина".

**Продолжительность обучения**: 150 академических часов.

**Форма обучения**: очно- заочная, с частичным отрывом от производства с использованием дистанционных технологий.

**Календарный график** утвержденный по данной программе на 2021 год:

12.04.2021 – 11.05.2021

25.10.2021 – 22.11.2021

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование модуля** | **Всего часов** | **В том числе** |
| **Видео лекции** | **Интерактивные сессии** | **ОСК** | **Самоподготовка** |
| 1. | Питание в спорте. Вопросы фармакологии и нутрицевтики | 36 | 10 | 4 | 7 | 15 |
| 2. | ЛФК в клинике внутренних болезней | 36 | 10 | 2 | 2 | 22 |
| 3. | ЛФК при ряде заболеваний. ЛФК в педиатрии | 36 | 5 | 2 | 2 | 27 |
| 4. | Лечебная физкультура при головокружении и нарушении равновесия | 36 | 4 | 2 | 16 | 14 |
|  | **Итоговая аттестация** | **6** |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** | **150**  | **29** | **10** | **27** | **78** |

**4.Рабочая программа учебных модулей**

**Модуль №1. Питание в спорте. Вопросы фармакологии и нутрицевтики**

**Трудоемкость**:36 академических часов, в том числе

Видеолекции-10 ак.часов

Дистанционные интерактивные сессии (вебинары)- 4 ак. часа

Практические задания(ОСК)- 7 ак. чаcов

Самоподготовка-15 ак.часов

**Содержание учебного модуля**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование модуля** | **Всего часов** | **В том числе** |
| **Видео лекции** | **Вебина-ры** | **ОСК** | **Самопод-готовка** |
| **1.1.** | Питание спортсменов  | 17 | 4 | 2  |  4 | 7 |
| 12 | Вопросы фармакологии и нутрицевтики в спорте | 13 | 4 |   | 3 | 6 |
| 1.3 | Биологически активные добавки к пище и специализированные продукты питания в практике врача | 6 | 2 | 2  |   | 2 |

**Модуль №2. ЛФК в клинике внутренних болезней**

**Трудоемкость**: 36 академических часов, в том числе

Видеолекции- 10 ак. часов

Дистанционные интерактивные сессии (вебинары)-2 ак. часа

Практические задания(ОСК)-2 ак. чаcа

Самоподготовка-22 ак. часа

**Содержание учебного модуля**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование модуля** | **Всего часов** | **В том числе** |
| **Видео лекции** | **Вебинары** | **ОСК** | **Самоподготовка** |
| 1.1. | ЛФК при заболеваниях органов дыхания. | 9 | 2 |   |  1 | 6 |
| 1.2 | ЛФК при заболеваниях органов сердечно-сосудистой системы  | 14 | 4 | 1  |  1 |  8 |
| 1.3. | Лечебная физкультура при заболеваниях нервной системы | 13 | 4 | 1  |   | 8 |

**Модуль №3 ЛФК при ряде заболеваний. ЛФК в педиатрии**

**Трудоемкость**: 36 академических часов, в том числе

Видеолекции-5 ак. часов

Дистанционные интерактивные сессии (вебинары)-2 ак. часа

Практические задания(ОСК)- 2 ак. часов

Самоподготовка- 27 ак. часов

**Содержание учебного модуля**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование модуля** | **Всего часов** | **В том числе** |
| **Видео лекции** | **Вебинары** | **ОСК** | **Самоподготовка** |
| 1.1. | ЛФК при гинекологических, урологических заболеваниях, опущении внутренних органов  | 12 | 2 | 1 |   | 9 |
| 1.2 | Лечебная физкультура при эндокринных заболеваниях  | 12 | 2 |  | 1 | 9 |
| 1.3. | ЛФК в педиатрии: заболевания внутренних органов | 12 | 1 |  1 | 1  | 9 |

**Модуль №4. Лечебная физкультура при головокружении и нарушении равновесия**

**Трудоемкость**: 36 академических часа, в том числе

Видеолекции **-** 4ак. часов

Дистанционные интерактивные сессии (вебинары)- 2ак. часа

Практические задания(ОСК)- 16 ак. часов

Самоподготовка- 14 ак. часов

**Содержание учебного модуля**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование модуля** | **Всего часов** | **В том числе** |
| **Видео лекции** | **Вебина-ры** | **ОСК** | **Самопод****готовка** |
| 1.1. | Нарушение равновесия. Головокружение. Особенности диагностики. | 10 | 1 |  1 | 4 | 4 |
| 1.2 | Диагностические и терапевтические маневры при доброкачественном позиционном головокружении | 9 | 1 |   | 4 | 4 |
| 1.3. | Вестибулярная реабилитация при заболеваниях центрального и периферического отделов вестибулярного анализатора | 9 | 1  |  1 | 4 | 3  |
|  | Методы аппаратной реабилитации на стабилоплатформе | 8 | 1 |  | 4 | 3 |

**5. Оценочные материалы.**

**1. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Настоящий Фонд оценочных средств (ФОС) по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины «Избранные вопросы профпатологии».

*(Фонды оценочных средств позволяют оценить достижение запланированных результатов, заявленных в образовательной программе.*

*Оценочные средства – фонд контрольных заданий, а также описание форм и процедур, предназначенных для определения качества освоения обучающимися учебного материала.)*

**2.** **Перечень оценочных средств**

Для определения качества освоения обучающимися учебного материала по дисциплине используются следующие оценочные средства:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/ п | Оценочное средство | Краткая характеристика оценочного средства | Критерии оценки |
| 1 | Практическая задача | Ситуационная задача с перечнем вопросов для самостоятельной подготовки с последующей обратной связью от авторов курса. Предлагается к выполнению после каждой пройденной на цикле темы. | По 100-балльной шкале. |
| 2 | Итоговый тест | Тест состоящий из 80 вопросов с одним или несколькими вариантами ответов. В качестве вопросов выступают | Оценивается автоматически по 100 бальной системе. Дается 2 попытки на сдачу тестового контроля.Менее 70% правильных ответов – «неудовлетворительно»;70-80% правильных ответов - «удовлетворительно»;81-90% - «хорошо»;91-100% - «отлично». |

**3.** **Содержание оценочных средств текущего контроля**

 - Текущий контроль осуществляется преподавателем дисциплины при проведении занятий в форме: вебинара - дистанционная интерактивная сессия (вебинар)**-** семинарское занятие, проходящее за счет использования виртуального программного обеспечения для телеконференцсвязи, проходит в режиме реального времени. Вебинары проводятся после каждого пройденного модуля, указанного в описании программы.

**4.** **Содержание оценочных средств симуляционного обучения**

Проверка текущих знаний так же осуществляется в форме прохождения симуляционного обучения в формате выполнения практических заданий по пройденным темам и оценивание их по 100-балльной шкале.

**Практическое задание (ОСК)** **-** ситуационная задача с перечнем вопросов для самостоятельной подготовки с последующей обратной связью от авторов курса. При решении ситуационной задачи происходит имитация процесса диагностики и лечения с помощью компьютерных устройств. Современные компьютерные телекоммуникации позволяют участникам вступать в интерактивный диалог с реальным партнером, а также делают возможным активный обмен сообщениями между пользователем и информационной системой в режиме реального времени. В результате выполнения симуляционной задачи происходит освоение практических навыков, выработка автоматически повторяемых действий, оперативное принятие адекватных решений, основанное на моделировании клинических и иных ситуаций, в том числе рисковых, максимально приближенных к реальным условиям.

*Содержание оценочного средства –*

**Темы практических задач, выложенных в данном цикле:**

- Профпатология, гигиена труда, медицина труд. Общие принципы экспертизы связи заболеваний с профессией

- Вибрационная болезнь

- Отравления с преимущественным поражением нервной системы

- Частные вопросы профпатологии. Профессиональные заболевания органов дыхания

- Профессиональные дерматозы

- Профессиональные заболевания кожи

**5.** **Содержание оценочных средств итоговой аттестации**

Примеры тестовых вопросов, используемых для оценки полученных знаний:

Вопрос №1.

Степень вредного класса условий труда, предполагающая возникновение стойких функциональных нарушений, приводящих к росту заболеваемости с временной утратой трудоспособности, появлению начальных признаков или легких форм профессиональной патологии:

 3.1

 3.3

 2.0

 3.2.

Вопрос №2.

Степень вредного класса условий труда, приводящая, как правило, к развитию профессиональной патологии легкой и средней степени тяжести, росту хронической (профессионально обусловленной) патологии:

 3.1

 3.2

 2.0

 3.3

Вопрос №3.

Степень вредного класса условий труда, приводящая к развитию тяжелых форм профессиональных заболеваний, значительному росту хронической патологии и высоким уровням заболеваемости с временной утратой трудоспособности:

 3.1

 3.4

 2.0

 3.3

Вопрос №4.

Основными задачами Центра профпатологии являются:

 установление связи заболевания с профессией

 оздоровление больных, инвалидов вследствие профзаболеваний

 оздоровление лиц из группы риска

 разработка и проведение мер по профилактике и снижению профессиональной заболеваемости и трудопотерь по болезни и инвалидности

 все перчисленное.

Вопрос №5.

В функции Центра профпатологии входят:

 диагностика профзаболеваний, лечение, реабилитация и наблюдение больных

 профессиональными заболеваниями и инвалидов вследствие профзаболеваний

 контроль за качеством предварительных и периодических медицинских осмотров и реализацией профилактических и оздоровительных рекомендаций в соответствии с актом заключительной комиссии, а также проведение периодического медицинского осмотра в условиях стационара по расширенной программе с выдачей рекомендаций лечебно-профилактического характера

 организационно-методическое руководство по вопросам профпатологии в территории, разработка методических рекомендаций по профилактике, диагностике, лечению и реабилитации больных с профессиональными заболеваниями и инвалидов вследствие профзаболеваний

 учет и углубленный анализ профессиональной заболеваемости и инвалидности вследствие профзаболеваний, разработка совместно с администрацией территории и органами санэпиднадзора мероприятий по их профилактике и снижению

 все перечисленное.

Вопрос №6.

В функции врача-профпатолога входит:

 консультативный прием больных профессиональными заболеваниями, инвалидов вследствие профзаболеваний и лиц с подозрением на профзаболевания, госпитализация и курация больных в отделениях профпатологического стационара

 диагностика профзаболеваний, лечение и реабилитация больных профзаболеваниями и инвалидов вследствие профзаболеваний

 выдача медицинских заключений по результатам консультации и рекомендаций для лечения врачами по месту жительства, по трудоустройству и ведению указанных больных и инвалидов, направление больных и инвалидов на БМСЭ

 клинико-экспертная оценка качества проведения предварительных и периодических медицинских осмотров работающих

 все перечисленное.

Вопрос №7.

Диагноз острого профессионального заболевания имеют право установить следующие лечебно-профилактические учреждения:

 поликлиника

 медико-санитарная часть

 городская больница

 центр профпатологии.

Вопрос №8.

Диагноз хронического профессионального заболевания имеют право установить следующие учреждения:

 центр профпатологии

 клиника института гигиены труда и профзаболеваний

 областная больница

 центр (отделение) профпатологии, имеющий лицензию на экспертизу связи заболевания с профессией.

Вопрос №9.

Основными документами, необходимыми для решения вопроса о связи заболевания с профессией при направлении больного в специализированное профпатологическое учреждение, являются все перечисленные, кроме:

 направления профпатолога (руководителя МСЧ, поликлиники) с указанием цели консультации

 копии трудовой книжки

 санитарно-гигиенической характеристики условий труда

 производственной характеристики

 подробной выписки из медицинской карты амбулаторного больного с результатами предварительного и периодического медицинских осмотров и выписки из истории болезни, если больной находился на стационарном лечении.

Вопрос №10. Санитарно-гигиеническую характеристику условий труда составляет:

 администрация предприятия

 представитель профкома предприятия

 инспектор по технике безопасности

 санитарный врач по гигиене труда Федеральной службы по надзору

 цеховой врач.

**6. Критерии оценивания результатов обучения**

**«Зачтено»** выставляется обучающемуся, если он показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты и правильно ответил на 70% и более вопросов в итоговом тест-контроле.

**«Не зачтено»** выставляется обучающемуся, если он не смотрел видеолекции, не выполнял Практические задачи в указанный срок и не смог набрать 70 баллов за Итоговое тестирование с двух попыток.

**6. Методические материалы.**

1. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство/Под ред. Понамаренко Г.Н. Москва, ГЭОТАР –Медиа, 2020 -688с.
2. Основы восстановительной медицины и физиотерапии. 2-ое издание./ Александров ВВ, Демьяненко С.А., Мезин В.И., ГЭОТАР –Медиа, 2019- 208
3. Комментарий к Федеральному закону "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (постатейный)/. Борисов А.Н. М.: Юстицинформ, 2009. 328 с.
4. Братановский С.Н., Вулах М.Г. Административно-правовой статус граждан в сфере физической культуры и спорта // Спорт: экономика, право, управление. 2015. N 3. С. 14 — 19.
5. Витамины, минералы и другие лекарственные средства в спортивной медицинской практике / В.М. Калинин и др. - М.: Феникс, 2018. - 715 c.
6. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник. Качанов Л. Н., Шапекова Н., Марчибаева У М.: Фолиант, 2018. 272 с.
7. Реабилитация при заболеваниях органов дыхания/ Малявин А. Г., Епифанов В. А., Глазкова И. И.; ГЭОТАР-Медиа - Москва, 2010. - 352 c.
8. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 192 с.
9. Физическая и реабилитационная медицина. Национальное руководство. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 688 c.
10. Теория и практика диагностики функциональных резервов организма / А.В. Соколов, Р.Е. Калинин, А.В. Стома. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 176 c.
11. Качанов Л. Н., Шапекова Н., Марчибаева У. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник. М.: Фолиант, 2018. 272 с.
12. Лечебная гимнастика. Энциклопедия / Дебра Дейли. - М.: Издательство "Эксмо" ООО, 2015. - 224 c.
13. Кинезиотейпинг в лечебной практике неврологии и ортопедии / Киселев Димитрий Анатольевич. - М.: Питер, 2015. - 477
14. Маргазин ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систе / Маргазин. - Москва: ИЛ, 2015. - 196 c.