

Научные представления о здоровье человека



Лекция 2

план

- Основные понятия.
- Статистика здоровья детей и подростков.
- Некоторые методы оценки уровня здоровья.

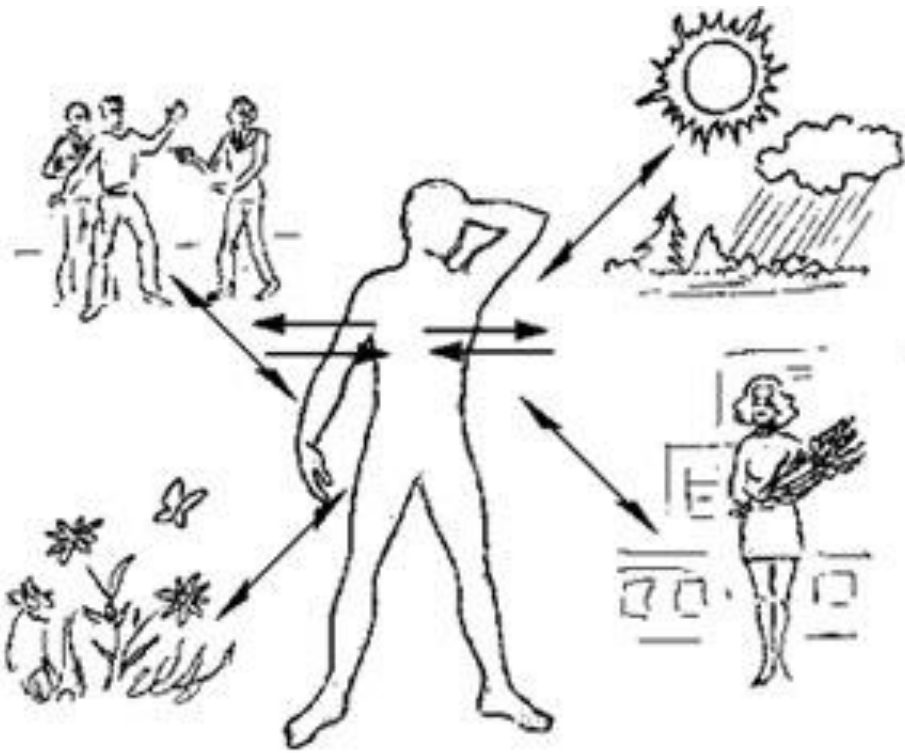


ЗДОРОВЬЕ это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков

ВОЗ

Здоровье

способность
организма
адаптироваться к
постоянно
меняющимся
условиям внешней
среды, обеспечивая
нормальную
жизнедеятельность



ВНУТРЕННЯЯ И ВНЕШНЯЯ СРЕДА ОРГАНИЗМА

Ведущий показатель здоровья

**уровень функционального
развития ведущих адаптивных
систем организма человека**

Функциональное состояние

состояние человека,
характеризующееся

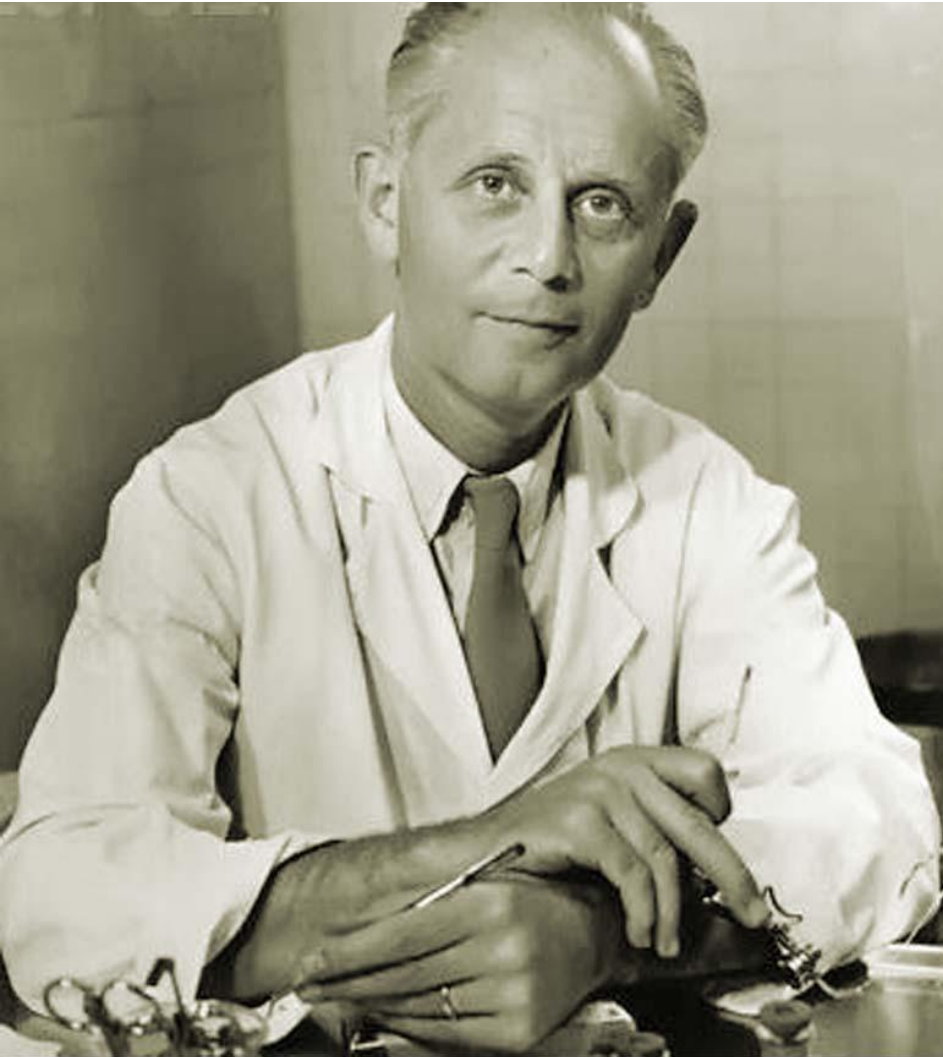
эффективностью деятельности
систем организма

Болезнь

([лат.](#) morbus)

нарушения нормальной
жизнедеятельности организма и его
способности адаптироваться к
изменяющимся условиям внешней и
внутренней среды

Болезнь



Ганс Селье

напряжение («стресс»),
возникающее в
организме при
воздействии на него
чрезвычайного
раздражителя

периоды болезни

- скрытый, или латентный



периоды болезни

- продромальный



периоды болезни

- полного развития болезни



периоды болезни

- завершения болезни (выздоровление, реконвалесценция)



Исход болезни

- полное выздоровление



Исход болезни

- выздоровление с остаточными явлениями



Исход болезни

- стойкое изменение органов, иногда возникновение новых форм заболевания в виде отдалённых последствий



Исход болезни

- летальный (смерть)



Образ жизни

это поведение людей в
повседневной жизни



Условия жизни

условия, определяющие образ жизни

материальные

нематериальные (труд, быт, семейные отношения, питание и т. д.).



Уровень жизни

(уровень благосостояния) определяется
размером валового продукта,
национальным доходом, реальными
доходами населения, обеспеченностью
жильем, медицинской помощью,
экология населения





это степень удовлетворенности человека различными аспектами своей жизни в зависимости от его собственной шкалы ценностей и личных приоритетов

Уклад жизни

порядок, регламент труда, быта, общественной жизни, в рамках которых проходит жизнедеятельность людей



Стиль жизни

индивидуальные особенности поведения
в повседневной жизни

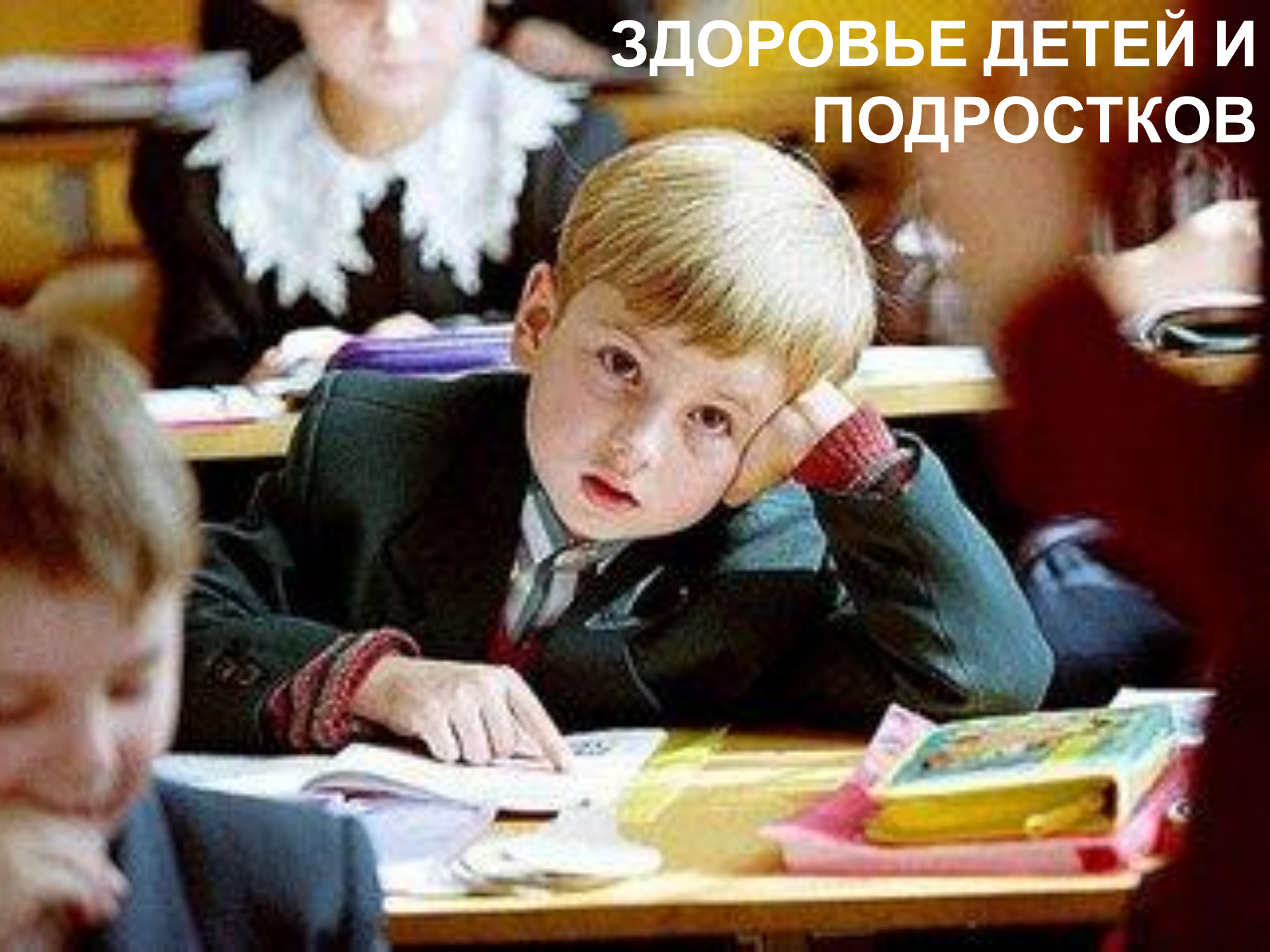


Здоровый образ жизни

образ жизни отдельного человека
с целью профилактики болезней
и укрепления здоровья



ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



Здоровье детей и подростков

В соответствии с Законом РФ “Об образовании” здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Здоровье детей и подростков

- стойкая тенденция ухудшения показателей здоровья
- уменьшения здоровых школьников с одновременным увеличением хронических форм заболеваний при переходе из класса в класс в процессе обучения
- снижения индекса здоровья

Здоровье детей и подростков

Здоровыми можно назвать всего лишь **10%**
от общего количества учеников



неинфекционные

- аллергические,
- сердечно-сосудистые,
- онкологические,
- нервно-психические,
- болезни органов дыхания, зрения, слуха

ПОДРОСТКИ

- 1 место – болезни органов пищеварения
- 2 место – нервной системы
- 3 место - костно-мышечной системы
- 4 место - ЛОР-органов

Половина школьников 7–9 лет и более 60%
старшекласников имеют хронические
болезни



Здоровье детей и подростков

- Школьники 7–8 лет имеют в среднем 2 диагноза,
- 10–11 лет — 3 диагноза,
- 16–17 лет — 3–4 диагноза,
- а 20% старшеклассников-подростков имеют в анамнезе 5 и более функциональных нарушений и хронических заболеваний

Здоровье детей и подростков

Снижен уровень физической
подготовленности



причины

- несоблюдение санитарно-эпидемиологических требований в образовательных учреждениях

причины

- неполноценное питание



причины

- несоблюдение гигиенических нормативов режима учебы и отдыха, сна и пребывания на воздухе



причины

- низкая двигательная активность

причины

В немалой степени
неблагополучие здоровья школьников
возникает от недостаточного уровня
грамотности
в вопросах сохранения и укрепления
здоровья
самих учащихся, их родителей

причины

У школьников (старших классов)
вредные факторы –

- ✓ курение,
- ✓ алкоголь
- ✓ ранее начало сексуальной активности





Здоровье детей и подростков



Вопросы к экзамену

- Современные представления о здоровье человека. Понятия здоровье, болезнь, ее периоды и исходы
- Здоровый образ жизни – ведущий фактор профилактики заболеваний. Понятия образ жизни, его категории: условия, уровень, качество, уклад, стиль, здоровый образ жизни
- Статистика здоровья детей и подростков. Основные показатели и причины снижения здоровья.
- Методы оценки уровня здоровья.