
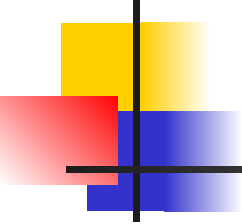


Қоғамдық денсаулық





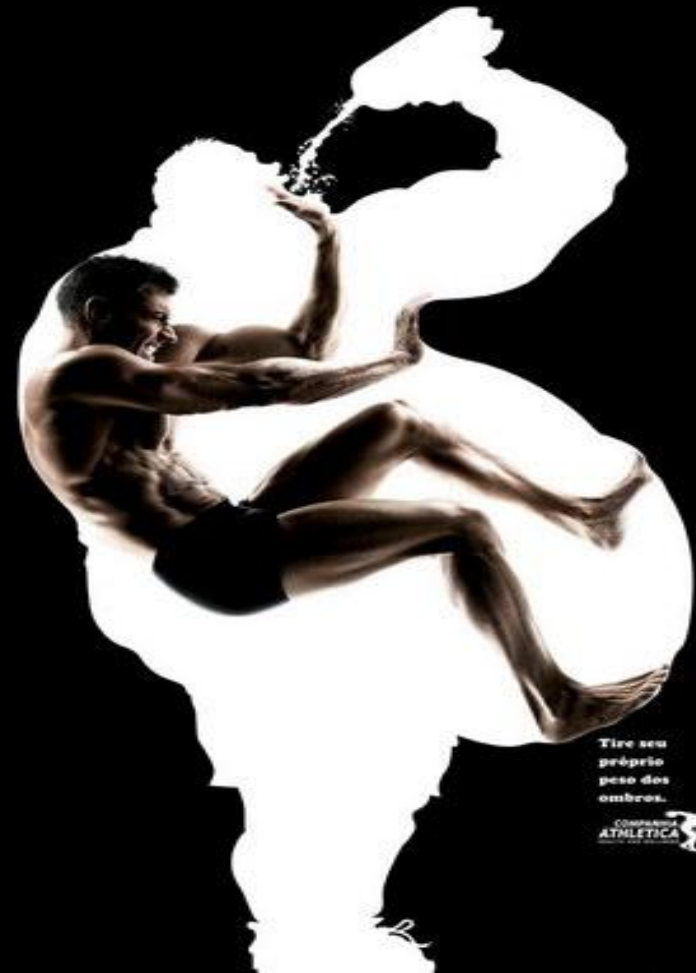
Денсаулық - бұл әр адамның ғана емес, бүкіл қоғамның күнсіз күйі. Өкінішке орай, көп адамдар қарапайым, ғылым дәлелдеген салауатты өмір салтының ережелерін сақтамайды. Біреулер ерте қартайуға әкелетін аз қимылдау өмір сүрудың құрбаны, басқалар көп жағдайларда семіруге әкелетін, шамадан тыс тамақ жеудің құрбаны, үшіншілер демалуды, көңілін өндірістік тұрмыстық шаруаларынан қалай аудару екенін білмей, өмір бақи тынышсыз, жүйкесі қозған, ұйқының бұзылуынан азап шегіп, нәтижесінде бұның барлығы көптеген ауруларға әкеліп соғады. Кейбір адамдар, шылым тарту және алкогольді ішімдіктер сияқты жаман әдеттерге беріліп, өмірлерін едәуір қысқартады. Жас адамның екінің бірі созылмалы аурулармен ауырады.

- 
-
- Шынымен де, салауатты өмір салтының мәдениетін қалыптастыру біздің қоғамның ең өзекті мәселелерінің біріне айналды. Ғалымдар мен дәрігерлер дабыл қағады.

Семіру – ең өзекті мәселелердің бірі



Descubra o
corpinho sarado
escondido em
algum lugar
da sua balança.



Tire seu
próprio
peso dos
ombros.





Тамақтану мезгілі

- Ертеңгі ас – 25%
- Түскі ас - 40%
- Сәскелік ас - 15%
- Кешкі ас - 20%

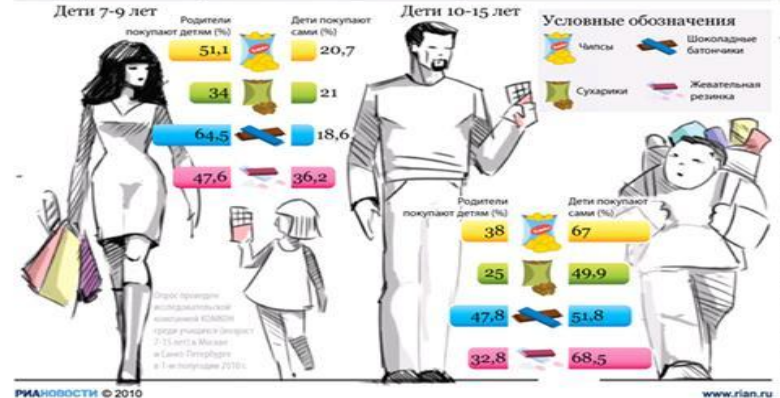


Мыналар зиянды:



В меню – чипсы, жвачка и сухарики

Что предпочитают покупать и есть московские и питерские школьники



Ұлттық тағамдардың адам денсаулығының нығайтудағы маңызы



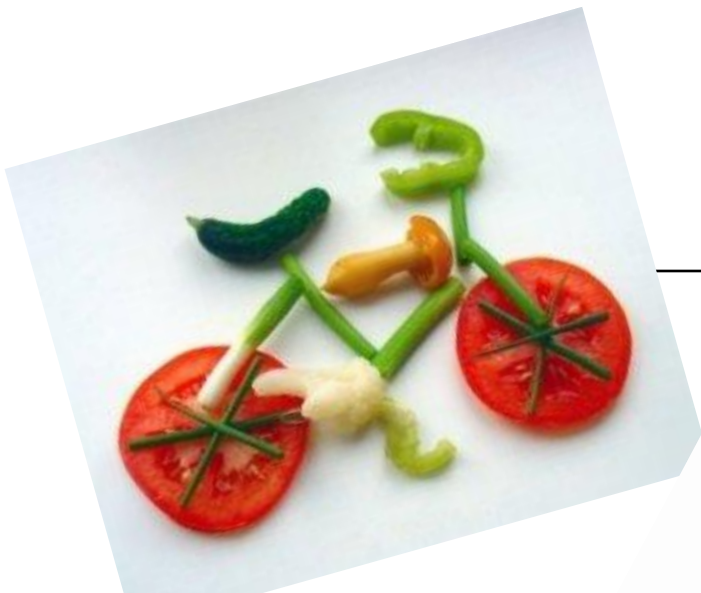
- Денсаулық - бұл дене шынықтыру және спорт ғана емес, бұл дұрыс әрі теңдестірілген тамақтану.

Денсаулық экономикалық және саяси мүдделерінен жоғары есептеледі. Әрине, ұлттың денсаулық мәселесі барлығын толғандырады.

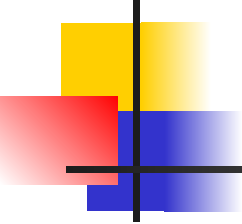
- ◆ Халықтың физикалық және рухани имандылық саулығы елдің зияткерлік әлеуетін, экономикалық мүмкіндігін және қорғаныс қабілетін белгілейді.
- ◆ Әр азамат өз мемлекетінің бөлшегі болып табылады, сондықтан дені сау, тәрбиелі және білімді азамат мемлекеттің өркениеттілік деңгейін, оның қоғамдық институттарының күшін, оның билік құрылымының мүмкіндіктерін белгілейді. Әр азаматтың негізгі құқықтарының бірі тәрбие және білім алу, денсаулығын қорғау және медициналық көмекке құқығы. Әр азаматтың негізгі құқықтарының бірі тәрбие және білім алу құқығы, денсаулығын қорғау және медициналық көмек көрсету болып табылады. Мемлекет адамның физикалық және рухани-имандылық денсаулығын, оның экологиялық және санитарлы-эпидемиологиялық ырыс-берекесін, дене шынықтыру және спортты дамытуын, лайықты өмір салтын қалыптастыру қамтамасыз етуі тиіс.

Дәрумендер – денсаулығымыздың дәнекері.





Ас – адамның арқауы.



Қоғамдық денсаулықты
ұйымдастырудың негізгі әдістері:

- Аналитикалық әдіс
- Салыстырмалы әдіс
- Экономикалық әдіс
- Тепе-теңдік әдісі
- Нормативтік әдіс

Қоғамдық денсаулықты зерттеу әдістері:

- Тарихи
- Статистикалық (санитарно-статистикалық)
- Эксперимент әдістері және модельдеу
- Эксперт бағалауларының экономикалық Социалдық тексеру
- Анализдеу
- Эпидемиялық
- Медико-географиялық