



# Гигиена детей и подростков



# Гигиена детей и подростков

- это дисциплина изучающая влияние различных факторов окружающей среды, анализирует, оценивает и прогнозирует их воздействие на растущий организм.





# К категории детей и подростков относят лиц в возрасте

**От рождения до 18 лет**

Для лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий разработаны гигиенические нормы и санитарно-гигиенические правила.

# Гигиена детей и подростков состоит из трех основных разделов:

- Дошкольной гигиены
- Школьной гигиены
- Гигиена молодежи

# Факторы риска здоровья детей

- Медико-социальные факторы (неудовлетворительное питание, вредные привычки, рост юных матерей)
- Биологические факторы (увеличение новорожденных с патологией)
- Экологические (обуславливают более 25% всех заболеваний)
- Позитивные факторы

# Задание 1

- Дайте определение понятиям:  
    Процесс акселерации  
    Процесс децелерации
- Назовите причины процесса акселерации

## Задание 2

- Запишите группы здоровья детей в зависимости от отсутствия или наличия функциональных нарушений, морфологических отклонений, хронических заболеваний и степени их тяжести



# Задание 3

- **Дать определение**
- Режим дня
- Рациональный режим дня
- Учебный процесс
- Нерационально организованный режим дня приводит к.....
- Рекомендации по организации занятий и режима

# Составить правила красивой осанки, используя рис.



вогнуто-круглая  
спина  
(искривление  
грудного отдела)



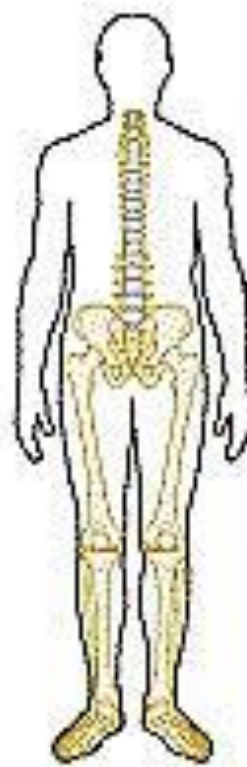
плоская  
спина



круглая  
спина



Сколиоз (боковое  
искривление  
грудного отдела  
позвоночника)



Нормальная осанка вид  
спереди. Позвоночник должен  
иметь три нормальные кривые:  
шейный, грудной и поясничный



шейный  
грудной  
поясничный

# Виды врачебно-педагогического контроля

- **Текущий контроль** – на каждом занятии.
- **Периодический контроль** выполняют через определенные периоды времени (неделю, месяц) для оценки эффективности оздоровительной программы:  
антропометрические данные;  
самочувствие; пульс в покое;.
- **Этапный контроль** проводят в конце каждого полугодия, года. Он представляет собой углубленное врачебно-педагогическое обследование ребенка.