

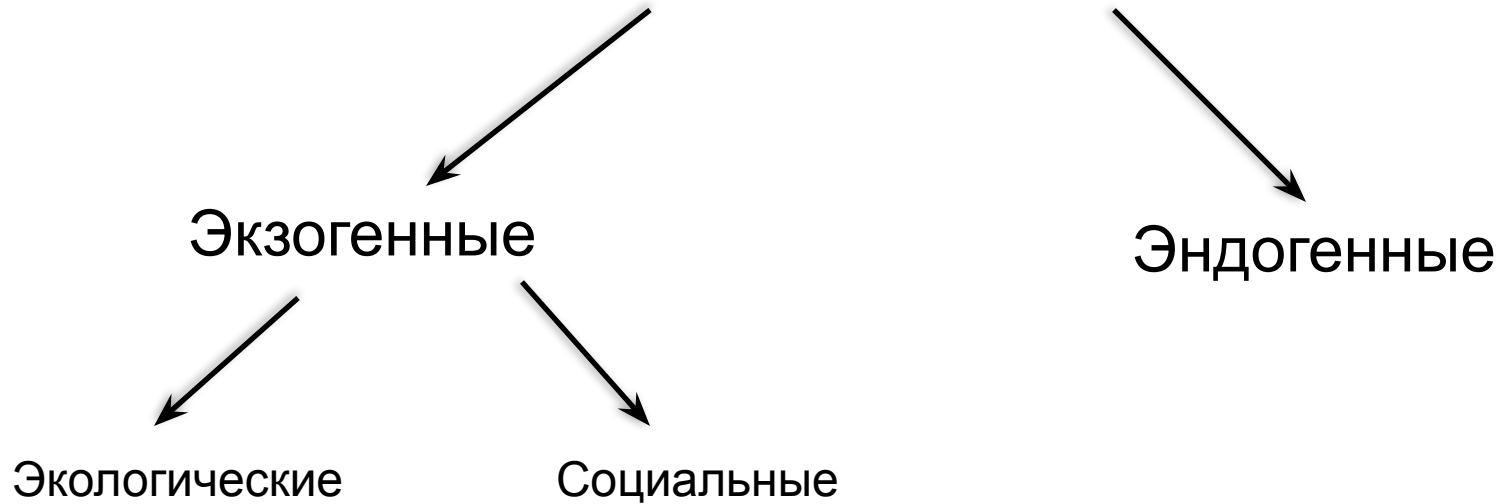
# **Здоровье, методы изучения и оценки здоровья детей и подростков**

**Здоровье – состояние полного психического, физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.**

### **Составные части здоровья**

1. Физическое здоровье;
2. Психическое здоровье – психологическое благополучие организма;
3. Социальное здоровье.

# Факторы, влияющие на здоровье человека



## **Факторы риска здоровья**

1. Образ жизни – 50-60%
2. Наследственность – 10-20%
3. Экологические факторы – 10-20%
4. Система здравоохранения – 5-10%.

## ***Образ жизни***

- Неблагоприятные условия труда;
- Стрессовые ситуации;
- Вредные привычки;
- Низкий уровень культуры, образования;
- Непрочность семейных связей, одиночество;
- Высокий уровень урбанизации;
- Плохие материально-бытовые условия.

## ***Факторы риска, обусловленные наследственными причинами***

- Препрасположенностъ к наследственным болезням;
- Препрасположенностъ к заболеваниям сердечно-сосудистой системы, сахарному диабету, алкоголизму и др.

# ***Факторы риска экологического характера***

- Загрязнение воздуха канцерогенными веществами, аллергенами;
- Загрязнение воды вредными веществами, часто мутагенами;
- Загрязнение почвы химическими веществами (радиоактивными)

# ***Факторы риска, обусловленные недостатками здравоохранения***

- Неэффективность профилактики заболеваний;
- Низкий уровень санитарно-просветительской работы;
- Низкое качество медицинской помощи;
- Несвоевременное оказание медицинской помощи.



## Распределение факторов риска при различных хронических заболеваниях и травмах

Заболевание	Факторы риска			
	образа жизни	наследственного характера	экологического характера	недостаточности здравоохранения
Ишемическая болезнь сердца	60	18	12	10
Инсульт	65	17	13	5
Рак	45	26	19	10
Диабет	35	53	2	10
Цирроз печени	70	18	9	3
Самоубийства	55	25	15	5

- *дошкольники* – 15-20% имеют хронические заболевания;
- *выпускники школ* – 10% - здоровые, 40-45% - морфофункциональные отклонения (нарушения роста, развития), 40-45% - хронические заболевания.

### *Профиль патологий у школьников*

- 25-30% - болезни дыхательных путей;
- 20-25% - близорукость (миопия);
- 12-18% - болезни органов пищеварения.

## ***Главные критерии здоровья:***

сбалансированность, уравновешенность, компенсированность свойств и качеств организма

## ***Признаки здоровья:***

1. Уровень и гармоничность физического развития;
2. Функциональное состояние организма, резервные возможности основных физиологических систем;
3. Уровень неспецифической резистентности и иммунологической защиты;
4. Уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок;
5. Уровень компенсации имеющегося заболевания или дефекта развития;
6. Соотношение факторов риска и факторов благополучия (прогноз здоровья).

# ***КЛАССЫ СОСТОЯНИЙ ОРГАНИЗМА***

- Состояние здоровья;
- Донозологические состояния;
- Преморбидные состояния;
- Состояние срыва адаптации.

**Заболеваемость** – это количество случаев и дней нетрудоспособности в определенном коллективе за определенный отрезок времени (год, полугодие).

**1. Показатель частоты случаев заболеваемости (ПЧС)** – сколько случаев заболеваний приходится на 100 человек и даёт возможность узнать, как часто болеют дети в коллективах (сравнить их между собой).

$$\text{ПЧС} = (\sum \text{случаев заболеваний за год}) / (\text{количество детей в классе}) \cdot 100$$

**2. Показатель тяжести заболеваемости (ПТЗ)** – определяет среднюю длительность одного заболевания и позволяет сравнить, в каком коллективе дети быстрее выздоравливают.

$$\text{ПТЗ} = (\sum \text{дней нетрудоспособности за год}) / (\sum \text{случаев заболеваний за год})$$

**3. Показатель структуры заболеваемости (ПСЗ)** – дает представление о том, какую долю (%) составляет тот или иной тип заболеваний среди всех заболеваний, вместе взятых. Один тип заболеваний объединяет различные болезни по назначению органов или систем (сердечно-сосудистые, нервные, глазные, кожные и т.п.) или по причине (травмы, инфекционные, производственные).

$$\text{ПСЗ} = (\text{количество заболеваний одного типа}) / (\sum \text{случаев заболеваний}) \cdot 100\%$$

**4. Индекс здоровья (ИЗ)** – сколько процентов детей вовсе не болели за год. Этот показатель характеризует стабильность здоровья коллектива.

**$ИЗ = (\text{количество детей, не болевших за год}) / (\text{количество детей в классе}) \cdot 100\%$**

**ОЦЕНКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ УЧАЩИХСЯ КЛАССА \_\_\_\_\_ ШКОЛЫ \_\_\_\_\_**

Показатель	Класс	г. Пермь
ПЧС		
ПТЗ		
ИЗ		