

Гигиеническое воспитание населения.

Здоровый образ жизни.



- ❖ Санитарное просвещение (гигиеническое воспитание населения) – комплекс медико-социальных мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, санитарной активности населения.

Санитарное просвещение составляет неотъемлемую часть здравоохранения.

Оно является обязательным разделом работы каждого лечебно-санитарного учреждения и каждого медицинского работника



Задачами санитарного просвещения являются: -
совершенствование гигиенического воспитания населения путем:

- ◆ Пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта
- ◆ Внедрение их в повседневную жизнь, рационального питания
- ◆ Искоренение вредных для здоровья привычек, ознакомление с причинами
- ◆ Заболеваний и травм, и мерами их профилактики

Принципами санитарного просвещения являются:

- ◆ Государственный характер (является разделом государственных заданий по здравоохранений)
- ◆ Плановость (осуществляет в каждом медицинском учреждении по плану)
- ◆ Массовость охватывает все население
- ◆ Участие всех медицинских работников (врача, фельдшера, медсестры)
- ◆ Участие других организаций и населения
- ◆ Наличие специальных органов и учреждений санитарного просвещения
- ◆ Научность, доступность и целеноправленность
- ◆ Дифференцированность
- ◆ Оптимистичность

Методы и средства санитарного просвещения.

- ◆ Устный: Лекция, беседа, совет, дискуссия, информационное выступление по радио, вечер вопросов и ответов.
- ◆ Печатный: памятка, листовка, статья в газете, доска вопросов и ответов, лозунг, книга, брошюра, санитарный бюллетень и др.
- ◆ Наглядный: Плакаты, диапозитивы, натуральные объекты, муляжи, фотографии и др.
- ◆ Смешанный: Телевидение, кинофильмы, выставки, уголки здоровья, университет здоровья, курсовые занятия, театрализованные постановки.

Методы и средства

- ◆ Лекция является массовым средством санитарного просвещения. Обычно для чтения лекции предполагается большая аудитория
- ◆ Беседа предполагает активное участие слушателей
- ◆ Вечер вопросов и ответов требует предварительной подготовки и хорошей организованности



- ◆ Доска вопросов и ответов – форма заочных консультаций
- ◆ Памятка дается пациенту с целью напомнить советы врача
- ◆ Санитарный бюллетень- стенная газета санитарно-просветительной тематики, которая должна быть злободневна, конкретна и наглядна
- ◆ Плакаты массовое средство санитарного просвещения
- ◆ Театрализованная постановка-особенно важна для детской аудитории



Элементы здорового образа жизни

- ◆ Воспитание с раннего возраста здоровых привычек и навыков
- ◆ Отказ от курения, употребления наркотиков, употребление алкоголя



Элементы здорового образа жизни

- ◆ Здоровое питание
- ◆ Физически активная жизнь



Элементы здорового образа жизни

- ◆ Безопасная и благоприятная среда обитания
- ◆ Соблюдение личной и общественной гигиены



Элементы здорового образа жизни

- ◆ Соблюдение психогигиены умение справляться с собственными эмоциями, проблемами
- ◆ Достаточный интеллектуальный уровень, способствующий использованию новой информации для оптимальных действий в новых обстоятельствах

