

# **Тема: Роль медицинской сестры в формировании здорового образа жизни среди населения**

Автор: Потёмкина Тамара  
Давидовна

Методический руководитель:  
Максимова Юлия Ивановна

# Актуальность темы

- Информировать о методах профилактики и лечения заболеваний
- Информированность пациентов помогает облегчить работу мед персоналу и сделать ее более эффективной
- Помогает увеличить средний уровень жизни



# Цель дипломной работы

**Рассмотреть роль медицинской сестры  
в формировании здорового образа  
жизни среди населения**



# Задачи дипломной работы

1. Рассмотреть понятия здоровья и здорового образа жизни
2. Изучить основные элементы здорового образа жизни
3. Рассмотреть один из элементов здорового образа жизни
4. Ознакомиться с основными видами профилактики



# Здоровье по определению Всемирной организации здравоохранения

- **Не только отсутствие болезней..**



# Составляющие здоровья по ВОЗ

Факторы, формирующие здоровье  
(ВОЗ)



# Основные элементы здорового образа жизни

Режим труда и  
отдыха  
Здоровое питание  
Физическая  
активность

## Компоненты здорового образа жизни



# Основные элементы здорового образа жизни

## Компоненты здорового образа жизни



# Закаливание организма

- система процедур, повышающая сопротивляемость организма воздействиям окружающей среды, улучшает терморегуляцию, повышает



# Способы закаливание

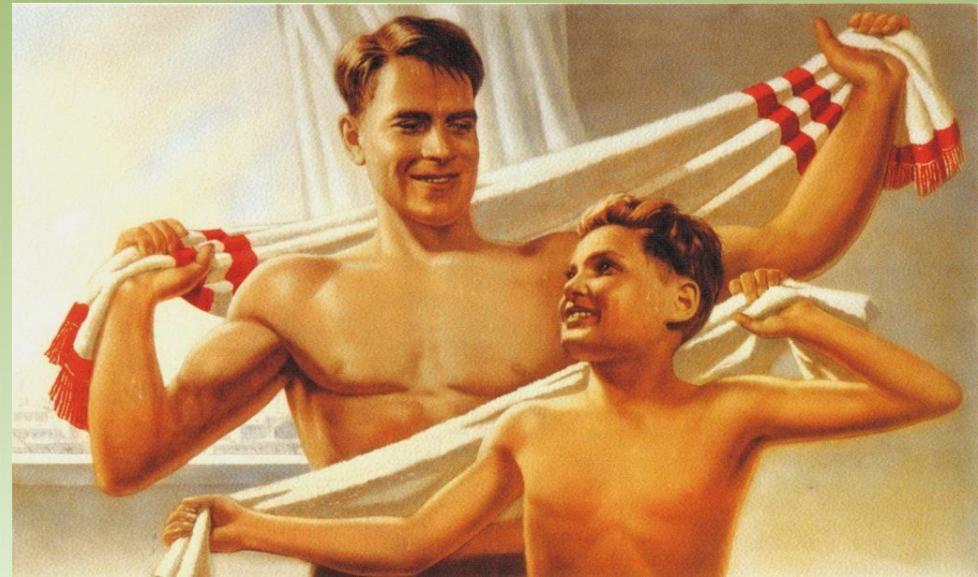
• Воздушные ванны



хождение



Контрастный душ



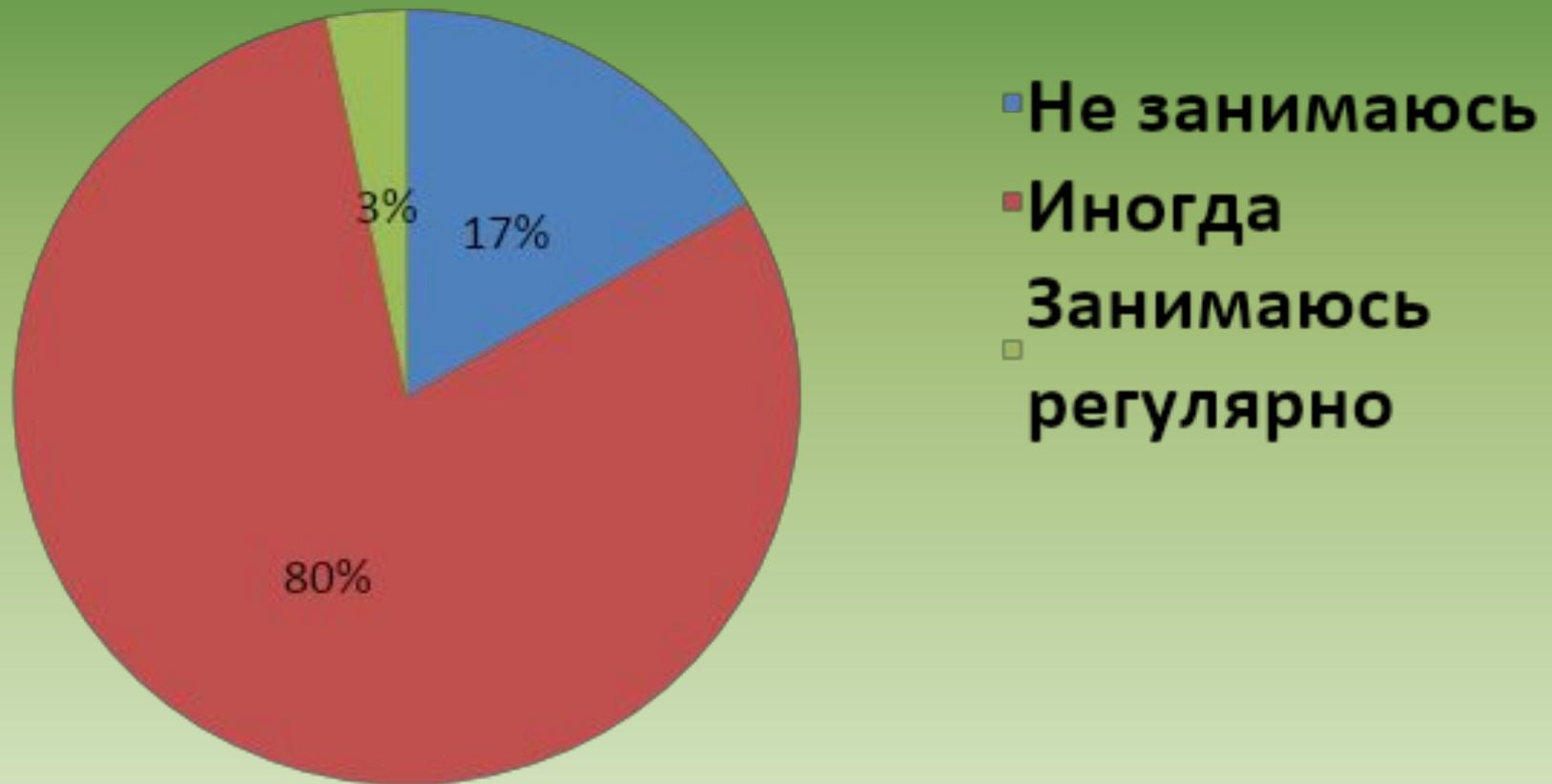
# Роль медицинской сестры в формировании здорового образа жизни

- Коррекция образа жизни пациентов
- Формирования ответственного отношения к личному и общественному здоровью
- Мотивация пациентов отказу от вредных привычек

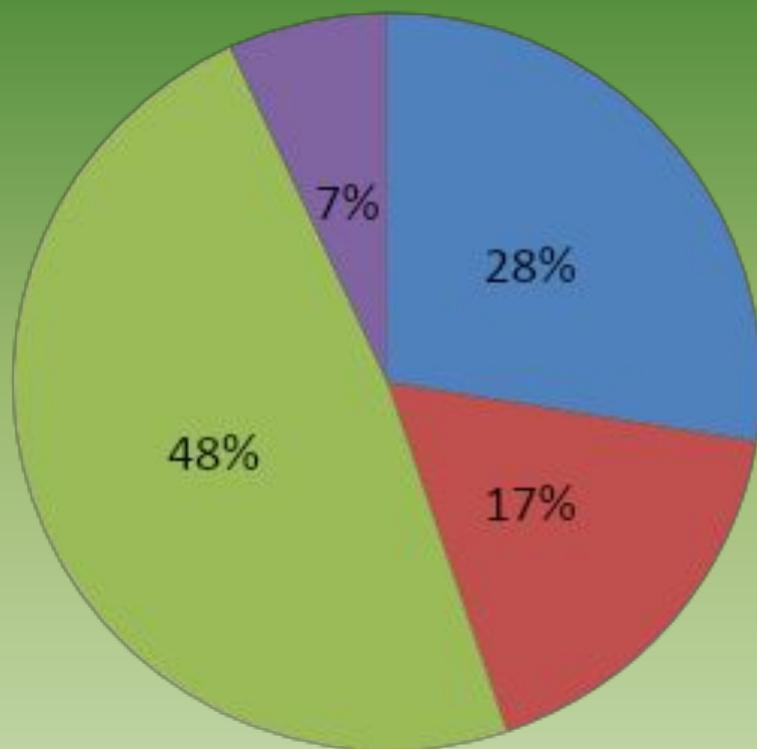


# Практическая работа

Занимаетесь ли Вы спортом ?



Если Вы считаете необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни, что этому мешает ?



- Недостаток времени
- Материальные трудности
- Не хватает силы воли
- Нечего не мешает, я придерживаюсь принципам здорового образа жизни
- Не хватает денег

# Выводы по исследовательской работе

- Отсутствие мотивации и силы воли
- Гиподинамия
- Неправильный режим питания
- Плохая экология



# Заключение

**Здоровый образ жизни и здоровье это  
главная цель к которой должен придти  
каждый человек**



*Спасибо  
за внимание!*

