

Министерство здравоохранения Республики Мордовия

УДПО Республики Мордовия «Мордовский республиканский центр повышения квалификации специалистов здравоохранения.

Тема: «Формирование здорового образа жизни: подход с точки зрения факторов риска.»



Преподаватель высшей категории Н.И.Милешина



Здоровье - одно из основополагающих прав человека

Факторы, влияющие на состояние здоровья:

- социально-экономические, включая состояние системы здравоохранения;
- среда обитания;
- образ и стереотипы жизни людей



Укрепление здоровья — процесс, позволяющий индивидууму повысить контроль над состоянием собственного здоровья, улучшить его





Укрепление здоровья

- усиление ответственности индивидуума за свое здоровье;
- упрочнение и расширение партнерских связей и контактов в интересах укрепления здоровья;
- обеспечение необходимой для здоровья инфраструктуры



Механизм реализации программ укрепления здоровья

• сообщение информации;

• привитие навыков





Мероприятия по укреплению здоровья

• индивидуальные;

• групповые

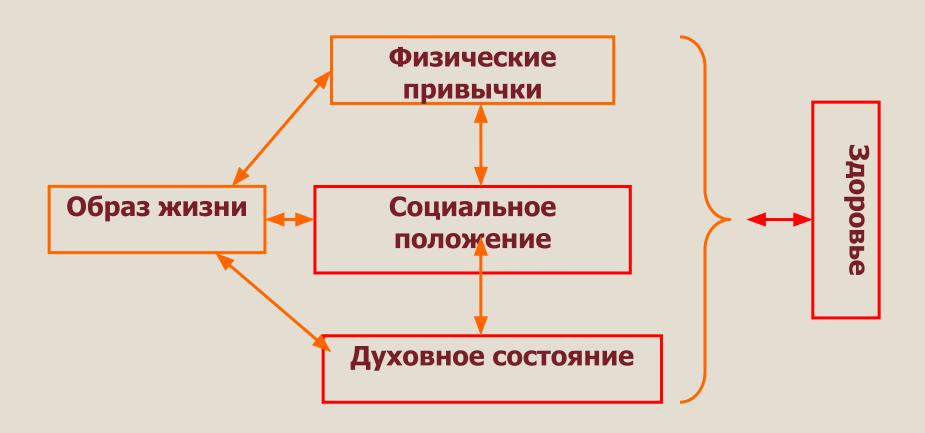




Здоровье — состояние полного физического, социального и душевного благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов



Влияние образа жизни на здоровье





Здоровый образ жизни — способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей





Факторы, оказывающие влияние

на здоровый образ жизни





Качество жизни — комплекс индивидуальных восприятий людьми их положения в жизни в контексте существующей культуры и системы ценностей



Требования к программам укрепления здоровья

 предупреждение или замедление развития болезней;

повышение качества жизни





Фактор риска — модель поведения или другие состояния, связанные с повышенной вероятностью развития определенной болезни, ухудшением здоровья



Первичная профилактика – проводимая для здоровых лиц с целью предотвращения развития возможных болезней



Вторичная профилактика — проводимая для лиц, имеющих факторы риска, с целью предотвращения развития определенной болезни



Третичная профилактика – проводимая для лиц, имеющих хроническое заболевание, с целью уменьшения числа рецидивов, их продолжительности, тяжести, замедления сроков прогрессирования заболевания





«Всё имеет смысл, пока мы