

# ПРОФИЛАКТИКА ОСНОВНЫХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

**Я  
ВЫБИРАЮ  
ЖИЗНЬ!**



**НАРКОМАНИЯ - ЧТО ЭТО?**

**Наркомания** - психологическое заболевание с признаками хронических средств.

Термин "наркомания" происходит от греческого слова "наркос", что означает опьянение, "манья" - неустойчивость.

Симптомы: головная боль, бессонница, раздражительность, потеря аппетита, снижение успеваемости.

**Последствия наркомании:** Вредит здоровью, снижает работоспособность, вызывает зависимость, приводит к социальной деградации, способствует развитию психических заболеваний.

**Галлюциногены:** Вещества, вызывающие искажение восприятия действительности, изменение настроения, галлюцинации.

**Седативы:** Вещества, вызывающие расслабление, сонливость, снижение активности, подавление эмоций.

**Спириты:** Вещества, вызывающие опьянение, нарушение координации движений, снижение работоспособности, раздражительность.

**Снижающие:** Вещества, вызывающие снижение работоспособности, раздражительность, депрессию.

**ОСНОВНЫЕ ГРУППЫ НАРКОТИКОВ**

**Психотропные:** Вещества, вызывающие изменение настроения, галлюцинации, изменение восприятия действительности.

**Снижающие:** Вещества, вызывающие расслабление, сонливость, снижение активности, подавление эмоций.

**Спириты:** Вещества, вызывающие опьянение, нарушение координации движений, снижение работоспособности, раздражительность.

**Снижающие:** Вещества, вызывающие снижение работоспособности, раздражительность, депрессию.

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 46 г. Караганды

# Неинфекционные заболевания (НИЗ)

Хронические болезни, не  
передающиеся от человека  
человеку.



# ВОЗ – всемирная организация здоровья

## *Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ)*



Дата основания: 1948

Число

стран-участниц: 194

Место расположения

штаб-квартиры:

Женева, Швейцария

# ВОЗ – всемирная организация здоровья

- **Каждый год от неинфекционных заболеваний (НИЗ) умирает 40 миллионов человек, что составляет 70% всех случаев смерти в мире.**

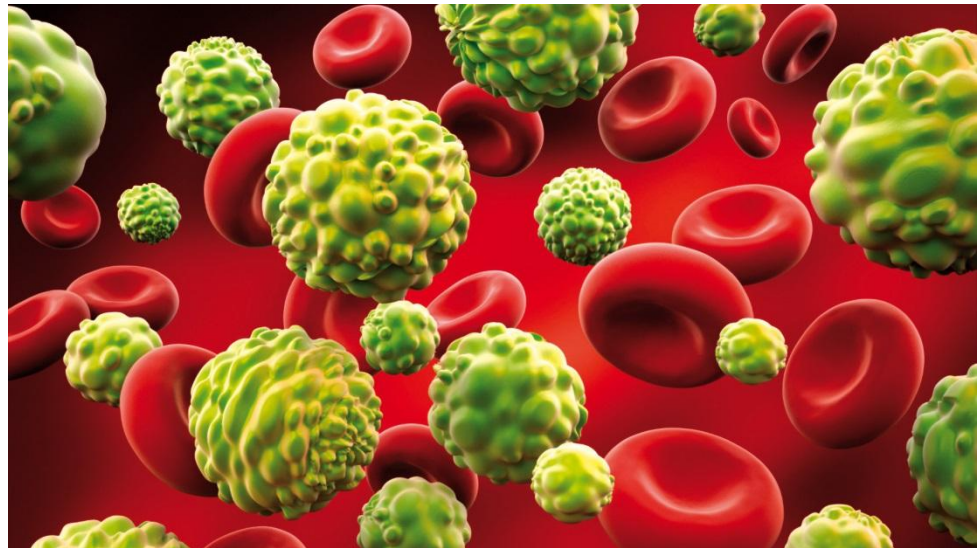




- **В структуре смертности от НИЗ  
наибольшая доля приходится на сердечно-  
сосудистые заболевания, от которых  
каждый год умирает 17,7 миллионов  
человек.**



**За ними следуют раковые заболевания (8,8 млн. случаев), респираторные заболевания (3,9 млн. случаев) и диабет (1,6 млн. случаев).**



- ◎ По современным данным ученых человек может жить до 112-115 лет.
- ◎ В прошлые века люди в основном не доживали до старости и умирали молодыми в войнах, от голода и эпидемий.
- ◎ В новейшей истории основной причиной смерти людей – заболевания.

**◎ Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний.**



Наименование болезни	Факторы, повышающие риск возникновения болезни	Группы риска	Признаки	Профилактика
Атеросклероз				

# АТЕРОСКЛЕРОЗ

1. Повышенное давление, стресс, конфликты, ожирение, гиподинамия, курение.
2. Заболевания обмена веществ, гипертония, ишемическая болезнь сердца, наследственность.
3. Бессимптомно.
4. Режим, сон, питание, отказ от курения, спорт.

# ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ

1. Эмоциональный стресс
2. Население крупных городов
3. Повышение давления, утомляемость, раздражительность, головокружение, бессонница
4. Режим, питание, индивидуальное лечение

# ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА

1. Наследственность, гиподинамия, курение
2. Пожилой возраст, лишний вес, мужчины
3. Бледность, утомляемость, загрудинные боли
4. Питание, спорт, отказ от вредных привычек

# НАРУШЕНИЕ МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ

1. Атеросклероз, гипертония, стресс, порок сердца, болезни крови.
2. Пожилой возраст
3. Нарушение двигательных функций, изменение памяти и интеллекта
4. Режим, лечение основного заболевания

# САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

1. Наследственность, ожирение, гипертония, перенесенные инфекции, алкоголизм.
2. Лица зрелого и пожилого возраста, женщины
3. Общая усталость, похудение или ожирение, жажда, сухость и зуд кожный покровов.
4. Питание, спорт, режим.



Факторы, положительно влияющие на здоровье	Факторы, отрицательно влияющие на здоровье
режим дня	курение
хорошая экология	алкоголь
рациональное питание	наркотики
закаливание	неблагоприятная экологическая обстановка
физические упражнения	стресс
положительные эмоции	отсутствие физических нагрузок

# Здоровый образ жизни



Факторы,  
отрицательно  
влияющие  
на здоровье

Не соблюдение  
личной гигиены

Недостаточная двигательная  
активность

Эмоциональная,  
психическая  
перенапряженность

Вредные привычки

Неблагополучная  
экологическая  
обстановка

Неправильное питание



# Мы за здоровый образ жизни!



*Есть  
множество  
способов  
сохранить  
здоровье*



**Умейте ценить свою жизнь!**