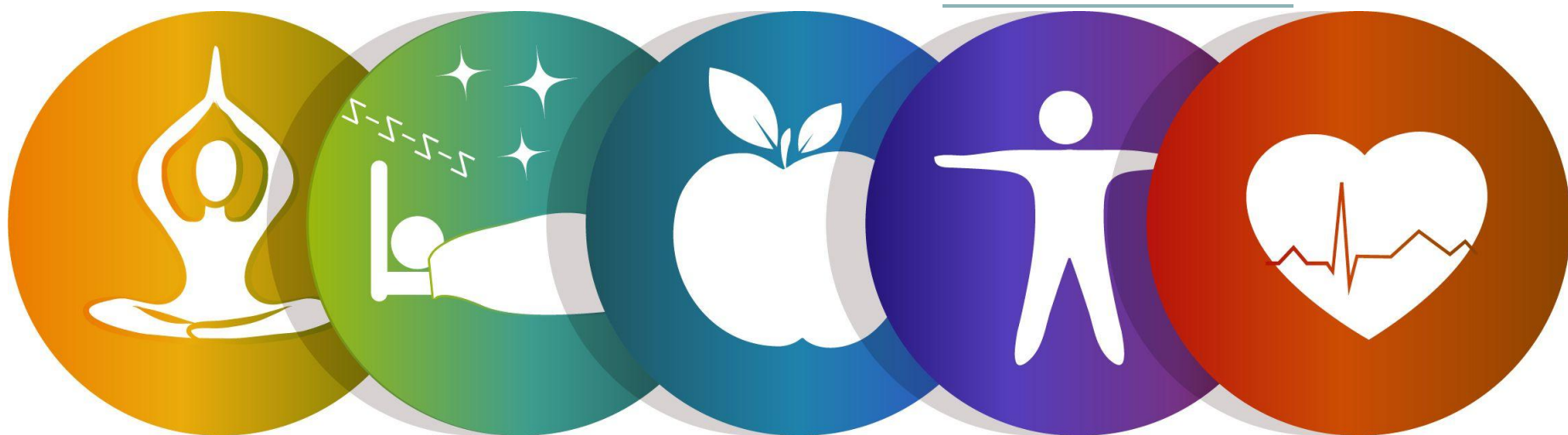


# ОБЩИЕ ПОНЯТИЯ О ЗДОРОВЬЕ



## Определение здоровья содержит пять критериев:

- 1) отсутствие болезни;
- 2) нормальное функционирование организма в системе «человек — окружающая среда»;
- 3) полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие;
- 4) способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде;
- 5) способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

Выделяют три блока показателей, которые характеризуют уровень здоровья:

- 1. Объективные показатели здоровья.**
- 2. Субъективные показатели здоровья.**
- 3. «Количество здоровья».**

**Объективные** показатели – температура тела, кровяное давление, частота пульса, процент содержания гемоглобина и число лейкоцитов в крови, содержание сахара и многие другие.



*Субъективные* показатели – самочувствие, настроение, наличие аппетита, сон и др.





**«Количество здоровья»** – измеряется предельными возможностями организма переносить внешние нагрузки (физические, умственные, голод, холод, стресс и др.) без изменений состояния, т. е. без остаточных последствий.



Определение здоровья, которое дано в уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ):

*«**Здоровье** — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».*



*Общественное здоровье* представляет собой общественную, социально-политическую и экономическую категорию, которая характеризует жизнедеятельность всего общества как социального организма.

