



**Организация безопасной больничной среды для пациентов и персонала**

# Занятие № 6

Современные подходы к пропаганде здорового образа жизни. Методы и средства санитарного просвещения.

# Здоровье

- это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (ВОЗ).



# Факторы, влияющие на здоровье человека

Сфера влияния факторов	Факторы	
	Укрепляющие здоровье	Ухудшающие здоровье
Генетические (15-20%)	Здоровая наследственность. Отсутствие морфофункциональных предпосылок возникновения заболеваний	Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная предрасположенность к заболеваниям
Состояние окружающей среды (20-25%)	Хорошие бытовые и производственные условия, благоприятные климатические и природные условия, экологически благоприятная среда обитания	Вредные условия быта и производства, неблагоприятные климатические и природные условия, нарушение экологической обстановки
Медицинское обеспечение (10-15%)	Медицинский скрининг, высокий уровень профилактических мероприятий, своевременная и полноценная медицинская помощь	Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья, низкий уровень первичной профилактики, некачественное медицинское обслуживание
Условия и образ жизни (50-55%)	Рациональная организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт. полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование и пр.	Отсутствие рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт. неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний

# Здоровый образ жизни

- повседневное личностно-активное поведение людей, направленное на сохранение и улучшение здоровья.



# Базовые компоненты ЗОЖ





# Санитарное просвещение

- это предоставление населению любых познавательных возможностей для самооценки и выработки поведения и привычек, максимально исключающих факторы риска возникновения заболеваний и поддерживающих приемлемый уровень здоровья.



# Задачи санитарного просвещения

- информировать население об известных факторах риска возникновения заболеваний и доступных методах их предупреждения;
- убедить население в необходимости отказа от вредных привычек, ведения здорового образа жизни;
- давать информацию по соблюдению санитарно-гигиенических мероприятий для укрепления здоровья.



Методы: устный, печатный, наглядный и комбинированный.

Формы: активные и пассивные.

Организационные формы:  
индивидуальная, групповая, массовая.

Средства: СМИ, печатная продукция,  
наглядные пособия, технические  
средства.

# Формирование ЗОЖ

информация

знания

убеждения

поступки

стойкие здоровые привычки



**Спасибо за внимание!**