



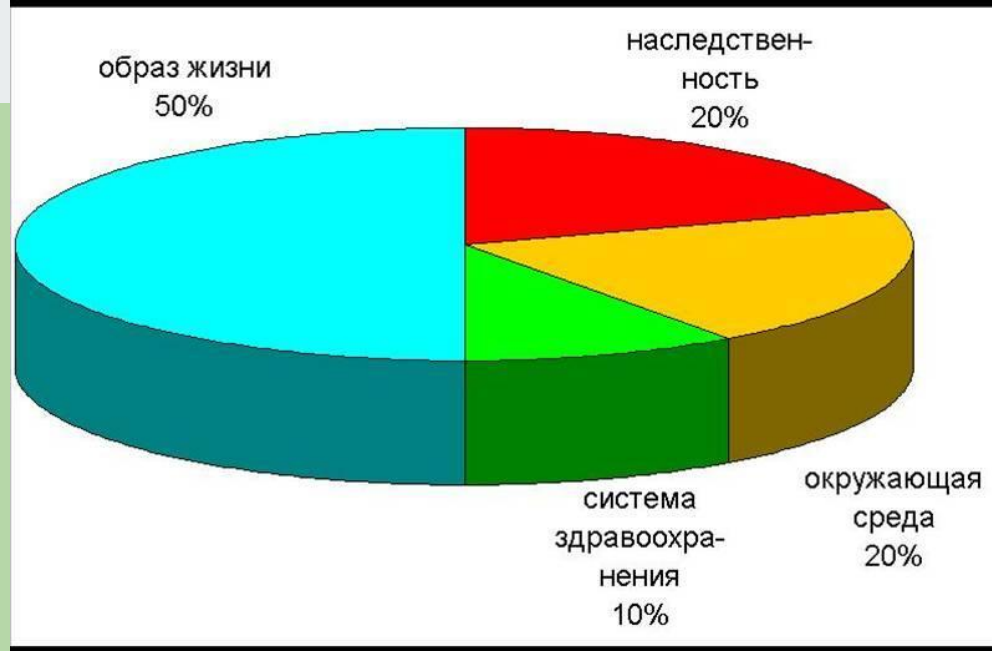
"Создание здоровьесберегающей среды"

Выполнил Русинов Андрей. Группа 321 МК ПГУПС Х/2017г.



Эпиграф:

“Главное здоровье” - народная поговорка.



"Если принять условно уровень здоровья за 100%, то здоровье людей определяется:

- условиями и образом жизни на 50-55 %,**
- состоянием окружающей среды - на 20-25,**
- генетическими факторами - на 15-20**
- деятельностью учреждений здравоохранения на 8-10 %"**

“Здоровье - это состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции”.

Здоровье - это состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции”.

Физическое здоровье - при котором у человека имеет место совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды;

Здоровье - это состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции”.

Физическое здоровье - при котором у человека имеет место совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды;

Психическое здоровье - это путь к интегральной жизни, не разрываемой изнутри конфликтами мотивов, сомнениями, неуверенностью в себе;

Здоровье - это состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции”. Википедия

Физическое здоровье - при котором у человека имеет место совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды;

Психическое здоровье - это путь к интегральной жизни, не разрываемой изнутри конфликтами мотивов, сомнениями, неуверенностью в себе;

Социальное здоровье - социальная активность, деятельное отношение человека к миру



Здоровье человека - зависит от стиля жизни.
Этот стиль персонифицирован.
Он определяется социально-экономическими факторами, историческими, национальными и религиозными традициями, убеждениями, личностными склонностями.

Здоровьесберегающие технологии

- это система мер по охране и укреплению здоровья людей

Условия труда человека

Соответствие интеллектуальной и физической нагрузки

Рациональная организация учебного или трудового процесса

Рационально организованный двигательный режим.

Типы здоровьесберегающих технологий:

Здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)

Оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арт-терапия)

Технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)

Воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

В образовательном заведении или на предприятии: (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)

Здоровьесберегающая среда - это окружающая и социальная среда, которая способствует достижению личности полноценного формирования, содействует ее физическому, духовному и социальному благополучию.

Окружающая среда- это часть земной природы , в которой живет и развивается человеческое общество



СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА

Культурно-психологический климат, складывающийся в процессе взаимодействия людей друг с другом



Благополучие складывается из всех аспектов жизни человека:

Необходимо гармоничное сочетание **социального, физического, интеллектуального, карьерного, эмоционального и духовного** элементов.

Инструменты создания здоровьесберегающей среды

На государственном уровне

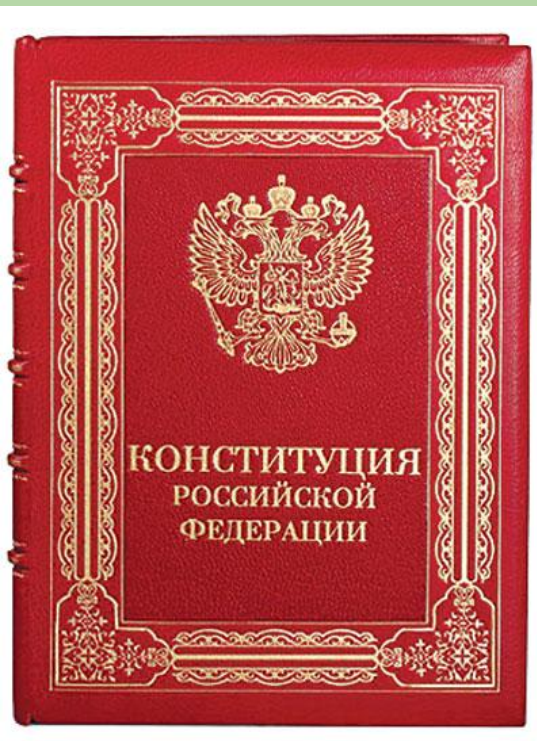
На уровне предприятий

На уровне частных инициатив

Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне

- Конституция РФ
- Государственная программа “Развитие здравоохранения”
- СанПиН
- Программа ОМС
- Программа диспансеризации
- Центры “Здоровье”
- Центры контроля качества и экологии окружающей среды
- Просветительские программы в учебных заведениях
- Просветительские программы в СМИ

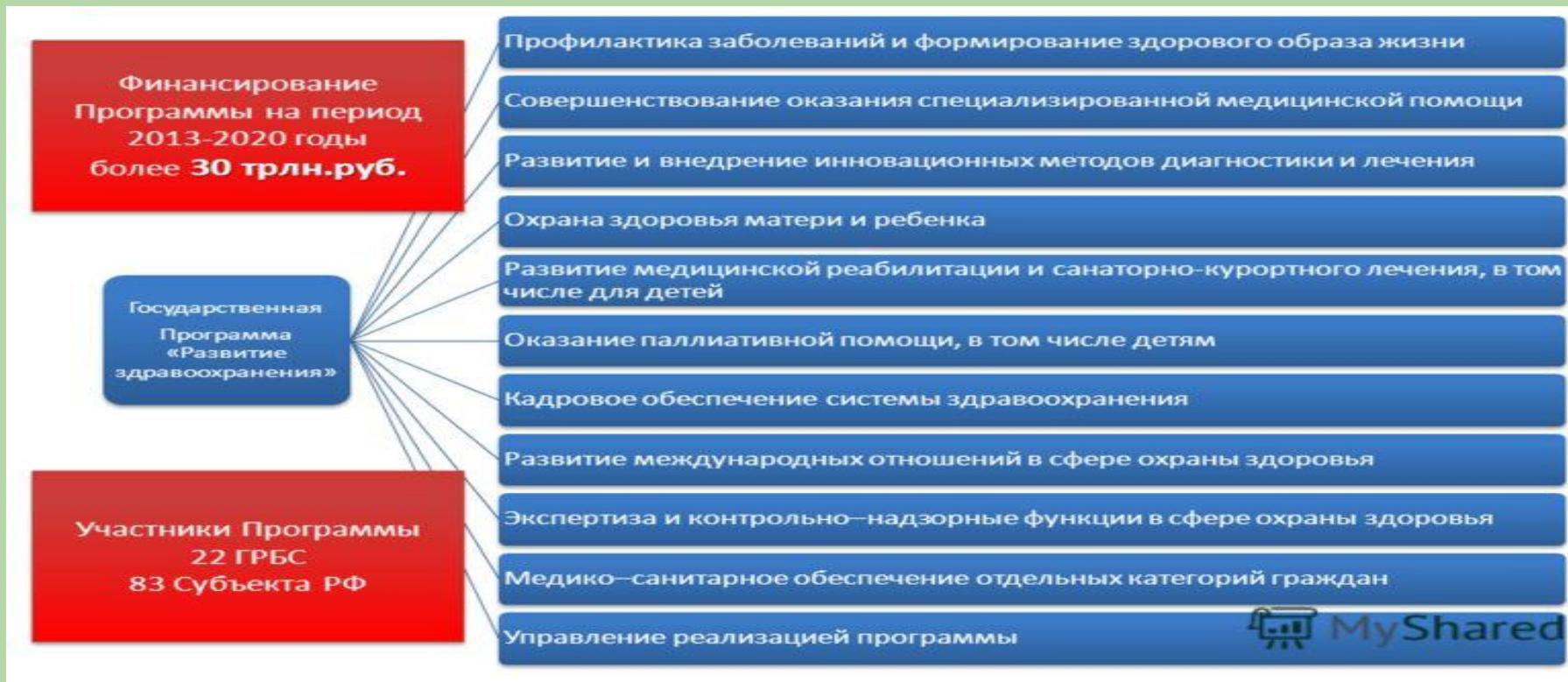
Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне



Глава 2, статья 41.

- 1. Каждый имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь.** Медицинская помощь в государственных и муниципальных учреждениях здравоохранения оказывается гражданам бесплатно за счет средств соответствующего бюджета, страховых взносов, других поступлений.
- 2. В Российской Федерации финансируются федеральные программы охраны и укрепления здоровья населения, принимаются меры по развитию государственной, муниципальной, частной систем здравоохранения, поощряется деятельность, способствующая укреплению здоровья человека, развитию физической культуры и спорта, экологическому и санитарно-эпидемиологическому благополучию.**
- 3. Соккрытие должностными лицами фактов и обстоятельств, создающих угрозу для жизни и здоровья людей, влечет за собой ответственность в соответствии с федеральным законом.**

Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне



Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне



Санитарные нормы и правила - нормативные акты, устанавливающие критерии безопасности и безвредности для человека факторов окружающей его среды и требования к обеспечению благоприятных условий его жизнедеятельности.

Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне



ОМС

Это форма социальной защиты интересов населения в охране здоровья, выражающаяся в гарантии оплаты медицинской помощи при возникновении страхового случая за счёт накопленных страховщиком средств.

Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне



Задачи Центра здоровья

- информирование населения о вредных и опасных для здоровья человека факторах;
- пропаганда здорового образа жизни;
- оценка функциональных адаптивных резервов организма;
- прогноз состояния здоровья;
- формирование у граждан ответственного отношения к своему здоровью и здоровью своих близких;
- формирование у граждан принципов ответственного родительства;
- обучение граждан, в том числе детей, гигиеническим навыкам и мотивирование их к отказу от вредных привычек, включая помощь в отказе от потребления алкоголя и табака;
- обучение граждан эффективным методам профилактики заболеваний;
- консультирование по сохранению и укреплению здоровья, включая рекомендации по коррекции питания, двигательной активности, занятиям физической культурой и спортом, режиму сна, условиям быта, труда и отдыха;
- разработка индивидуальных рекомендаций сохранения здоровья;
- организация в зоне ответственности Центров, в том числе в сельской местности, мероприятий по формированию здорового образа жизни и мониторинг показателей в области профилактики неинфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни.

Инструменты создания здоровьесберегающей среды на государственном уровне



Программа диспансеризации - это комплекс мероприятий в системе здравоохранения, проводимых с целью выявления и предупреждения развития различных заболеваний у населения.

Центры контроля качества и экологии окружающей среды.



Просветительские программы:

- Подготовка специалистов



Просветительские программы:

- Подготовка специалистов
- Выпуск печатной продукции

The collage consists of several informational materials:

- Профилактика гриппа (Influenza Prevention):** A large yellow and red poster with illustrations of children and a doctor, detailing symptoms and prevention methods.
- Вакцинация – защита детей (Vaccination – protection of children):** A colorful poster showing a family and a doctor, explaining the importance of childhood vaccinations.
- Пенальная статистика (Penal Statistics):** A document with a grid and text, likely providing data on legal cases.
- Правила дорожного движения (Traffic Rules):** A poster with icons of various road signs and symbols.
- Делаем ребятам Предостережение: Выучите срочно ПРАВИЛА ДВИЖЕНИЯ (Let's warn the children: Learn the traffic rules immediately):** A colorful poster featuring cartoon characters and a car, aimed at teaching children road safety.
- Профилактика гриппа (Influenza Prevention):** A smaller poster with illustrations of people and a doctor, focusing on health and hygiene.
- АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТЕНЗИЯ (Arterial Hypertension):** A detailed poster with a grid, text, and illustrations of medical equipment, explaining the condition and its management.
- Компоненты здорового образа жизни (Components of a healthy lifestyle):** A circular diagram with a sun in the center, surrounded by six colored segments: Режим дня (Daily routine), Питание (Nutrition), Диетологическая активность (Dietary activity), Профилактика болезней, заболеваний (Disease prevention), Биологическая обстановка в семье (Biological environment in the family), and Физическая активность (Physical activity).
- ОСТОРОЖНО, СПИД! ПРОЧИТИ И ЗАДУМАЙСЯ! (BE CAREFUL, HIV/AIDS! READ AND THINK!):** A poster with a photograph of a couple, providing information about HIV/AIDS prevention and testing.
- ИЗУЧЕНИЕ НАШЕГО ПРЯМЫХ (Learning our direct):** A poster with a globe and text, possibly related to environmental or social education.
- СОВЕТЫ ПРАВДЫ ДЕТЯМ (Advice of truth to children):** A poster with a globe and text, likely providing guidance for children.

Просветительские программы:

- Подготовка специалистов
- Выпуск печатной продукции
- Мотивирующие и образовательные проекты в СМИ



Ю.Белянчикова, программа "Здоровье", СССР

ТОГДА

- Научные открытия в медицине
- Что делать в экстренной ситуации
- Сложные операции
- Новые лекарства и методы лечения
- Встречи с именитыми учеными и медиками
- Диагностика с помощью изотопов
- Донорство
- Космическая медицина



Е.Малышева, программа "Жить здорово", Россия

СЕЙЧАС

- Как какать
- Как похудеть
- Как делают обрезание
- О макияже после 40
- Сколько раз мыть пульт от телевизора
- Чем вредны стринги
- У женщин матка, а у мужчин простата

Инструменты создания здоровьесберегающей среды

На уровне предприятий:

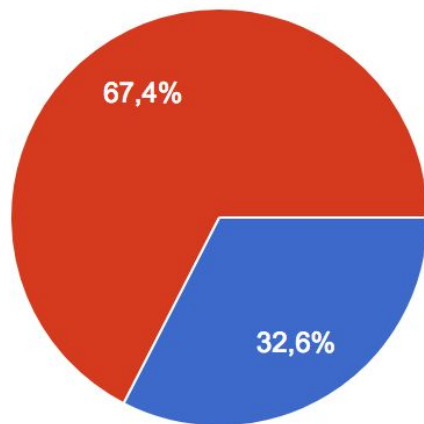
- Организация контроля техники безопасности и охраны труда
- Организация медицинских кабинетов
- Организация спортивных залов, секций и кружков
- Тимбилдинговые мероприятия
- Обучение психонетическим техникам для борьбы со стрессом

На уровне частных инициатив:

- Снижение или устранение модифицируемых факторов риска.
- Введение в практику факторов повышающих здоровье.
- Ведение здорового образа жизни.
- Улучшение экологических условий.
- Соблюдение формальной и ментальной экологии.
- Включение в планы и выполнение здоровьесберегающих технологий.
- Улучшение здоровья окружения

Отсутствие стресса

129 ответов

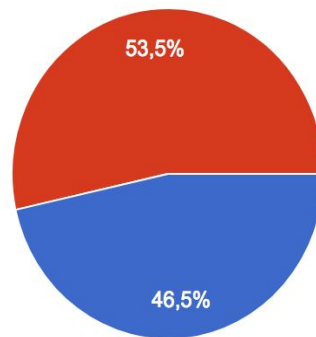


● Да
● Нет

Условия труда

Наличие рационально организованного двигательного режима:

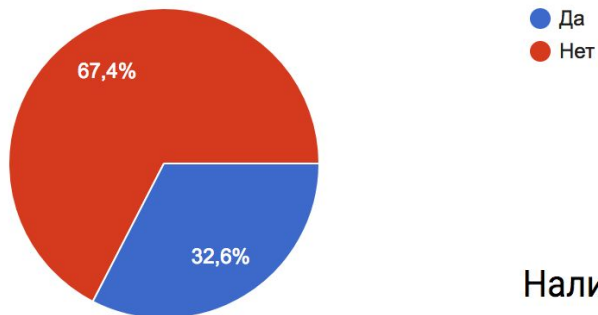
129 ответов



● Да
● Нет

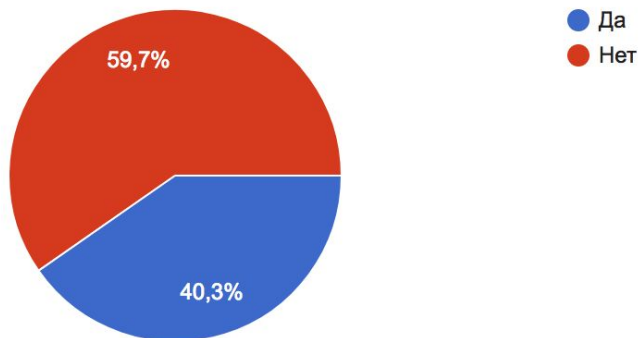
Отсутствие стресса

129 ответов



Соблюдаете ли Вы правила режима труда и отдыха?

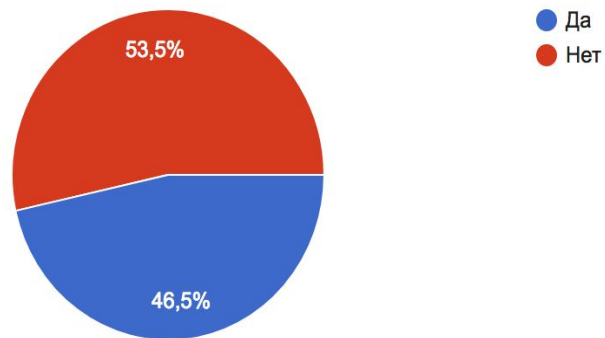
129 ответов



Статистические данные

Условия труда

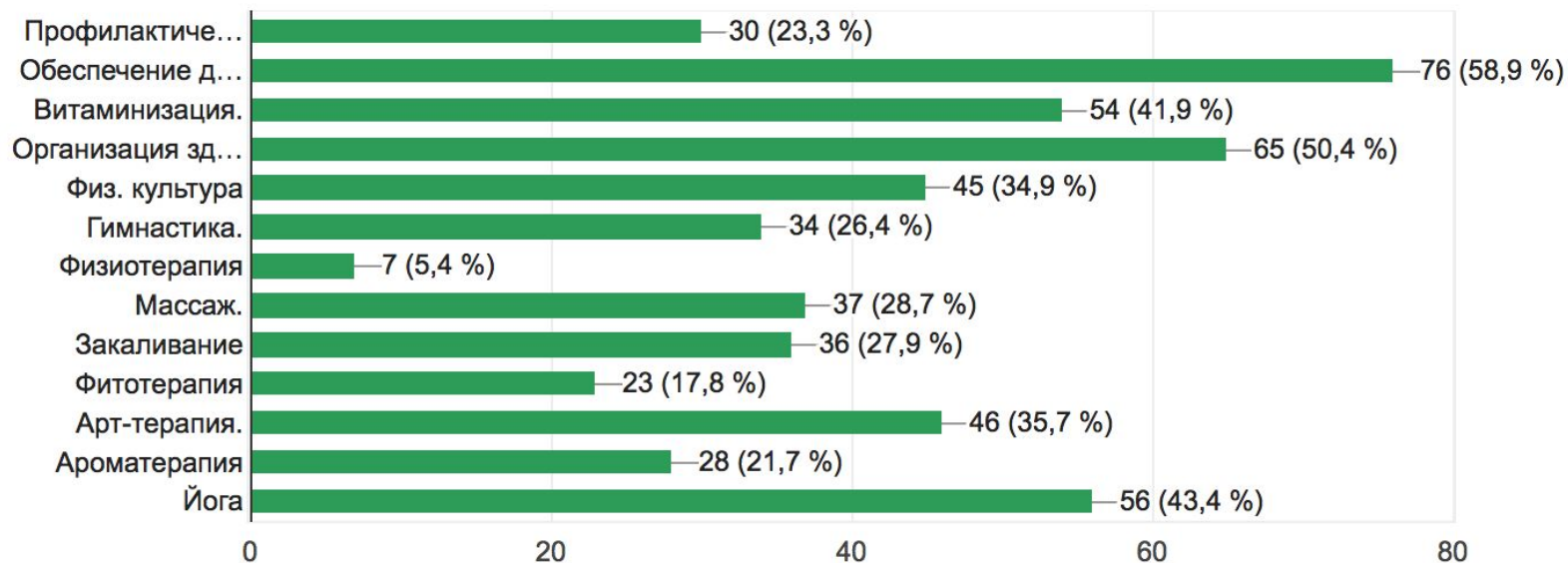
Наличие рационально организованного двигательного режима:



Статистические данные

Какие из нижеперечисленных технологий вы используете в своей жизни? Можно выбрать несколько вариантов ответа

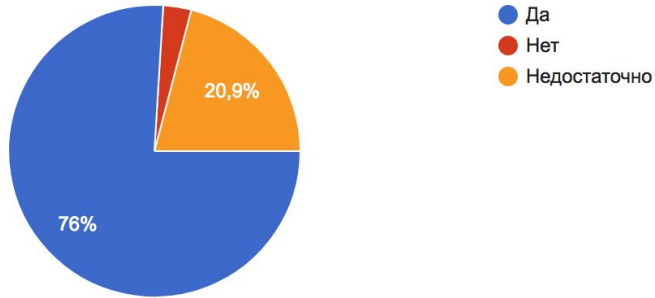
129 ответов



Статистические данные

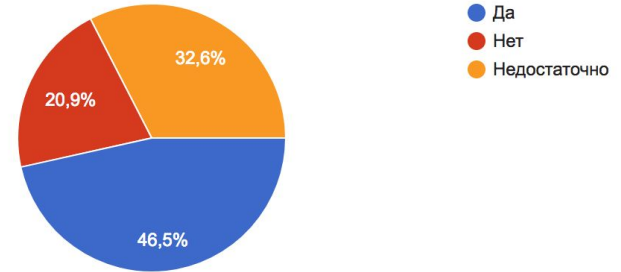
Знаете ли Вы о санитарных нормах и правилах?

129 ответов



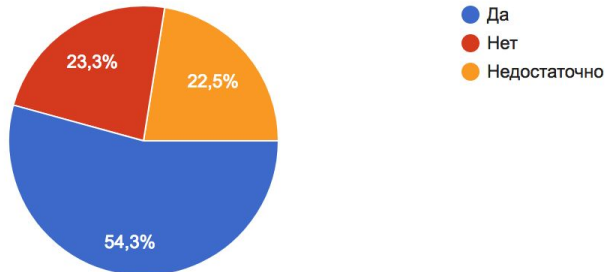
Достаточно ли Вам известно об Обязательном Медицинском Страховании

129 ответов



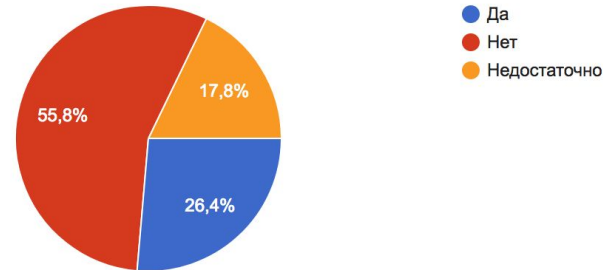
Знаете ли Вы о программе диспансеризации?

129 ответов



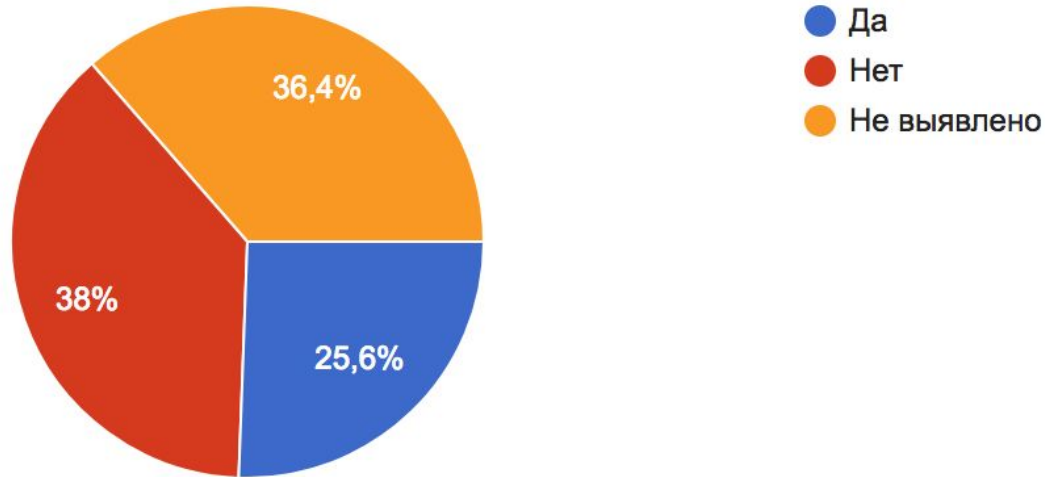
Знаете ли Вы о центрах "Здоровье"?

129 ответов



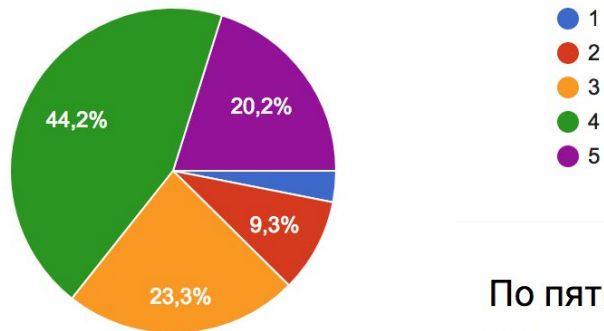
Есть ли у вас наследственные заболевания?

129 ответов



По пятибалльной шкале на сколько вы оцениваете своё психическое здоровье

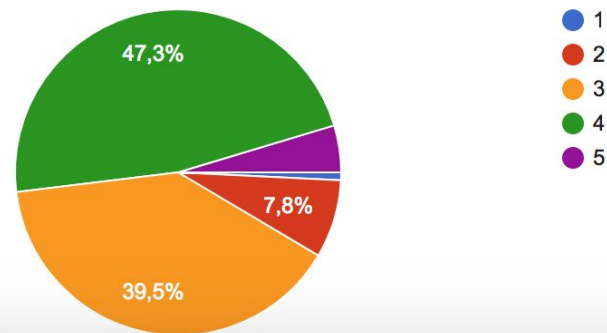
129 ответов



Статистические данные

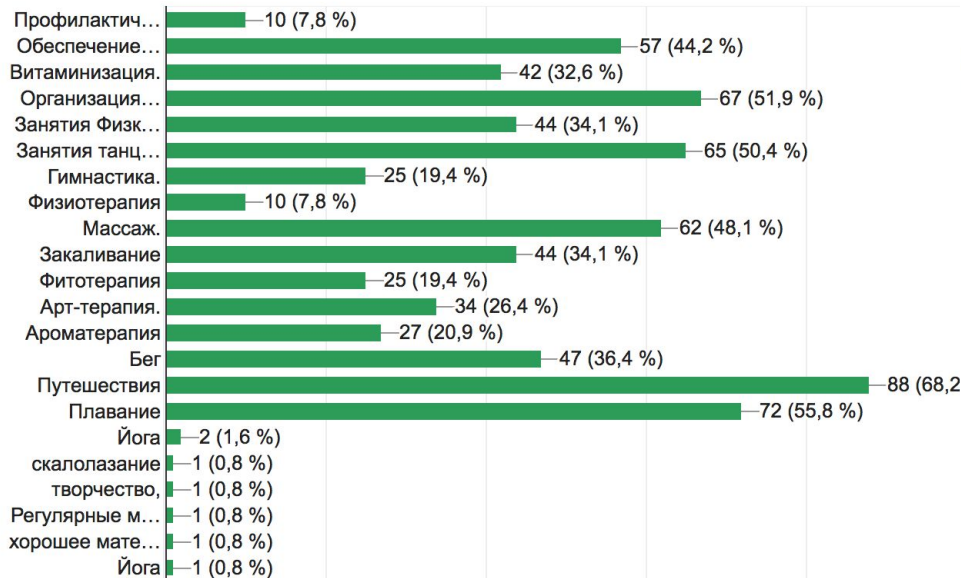
По пятибалльной шкале на сколько вы оцениваете здоровье своего окружения

129 ответов



Какие мероприятия вы можете включить в свои планы для улучшения своего здоровья?

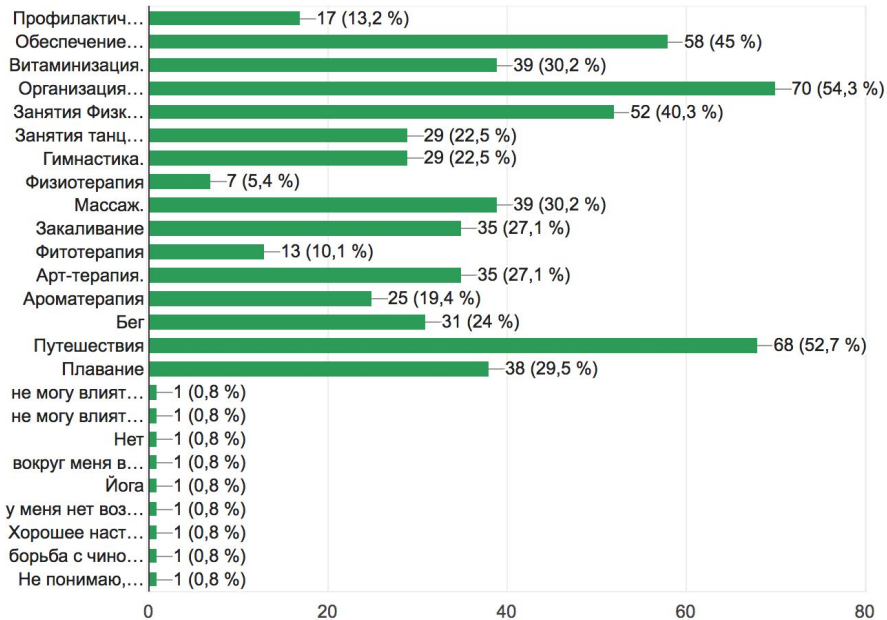
129 ответов



Статистические данные

Какие мероприятия вы можете включить в свои планы для улучшения здоровья своего окружения?

129 ответов



По итогам опроса большинство людей испытывают стресс и недостаток двигательной активности, при этом знают, но не соблюдают режим труда и отдыха.

Во многом здоровье человека зависит от его образа жизни. Образ жизни - это изменения связанные с личным выбором, а следовательно создание здоровьесберегающей среды должно начинаться с волевых действий на уровне частных инициатив.



Радость моя! Молю тебя, стяжи дух мирен, и
тогда тысячи душ спасутся около тебя.

(Серафим Саровский)

Спасибо за внимание.