

# 7 апреля – Международный день ЗДОРОВЬЯ



# Защитим здоровье ОТ изменений климата!



**Как наша прожила б планета,  
Как люди жили бы на ней -  
Без теплоты, магнита, света  
И электрических лучей?  
(А. Мицкевич)**



**«Среднего и  
нормального» климата на  
Земле никогда не  
существовало.**



**40 000 лет назад. Начало  
последнего оледенения  
Евразии. Массовое вымирание  
неандертальцев, которых  
вытесняет кроманьонец  
(современный человек).**



**13 000 лет назад. Конец  
ледникового периода.  
Отступление льдов привело  
к вымиранию мамонтов.  
Тогда от голода умерло до  
90% населения Земли.**



**4000 лет назад. Глобальное потепление. Следствием засухи стало освоение человеком технологии поливного земледелия и выплавки металлов.**



**XIII век до н. э. Похолодание в Европе. Индоевропейские племена - "народы моря" - приходят с севера на берега Средиземного моря.**





**X- VI вв. до н. э. Потепление.  
Исключительно сухой климат в  
Азии побуждает многие племена  
объединяться ради выживания.**



**III век до н. э. Похолодание. В Италию через Альпы, спасаясь от снежных бурь, приходят племена кельтов, которые осаждают и грабят Рим.**



**I век н. э. Потепление. Засуха побуждает Древний Рим завоевывать колонии на Ближнем Востоке и в Северной Африке, где выращивается зерно.**



**IV- V вв. Похолодание. Леса  
поползли на юг, уничтожая  
сухие заволжские степи,  
начинается Великое  
переселение народов.**



**VIII- XII вв. Малый  
климатический оптимум.**



**XIV - начало XIX века. Малый ледниковый период. В Европе холод и голод спровоцировали религиозные войны, в России вспыхивает Смута.**



**XIX- XXI вв. Период глобального потепления. Повышается урожайность, что влечет за собой бурный рост науки и техники.**





# Климат и здоровье человека





# **Доклад ООН «Изменения климата и здоровье человека— опасности и необходимые меры»**

**В 2000 году изменение климата привело к 150 тысячам заболеваний со смертельным исходом.**



# Тепло, еще теплее!



Потепление климата на нашей планете происходит из-за неестественных изменений состава атмосферы Земли.



Доклад о развитии человека 2007/2008

UN  
DP



# Борьба с изменениями климата: человеческая солидарность в разделенном мире



# Достоинно принять вызов: партнерства для борьбы с изменением климата

Сейчас  
углекислого газа  
в атмосфере на  
31 процент  
больше, чем  
двести лет  
назад..



Главным источником глобального потепления является углекислый газ - продукт сгорания нефтяного топлива и угля.





# метеочувствительность - отличительный признак жителей больших городов



Для человеческого  
организма  
идеальными  
являются  
температура  
воздуха от 18 до 21  
градуса при  
относительной  
влажности воздуха  
50-60%.





Климатопрофилактика изучает совокупность мероприятий, направленных на предупреждение патологических реакций человека на действие климатических факторов.





Три типа

метеопрофилактики:

1. Разовая – получение информации
2. Текущая – закаливание организма, укрепление организма (аэротерапии, дыхательной гимнастики, потребление кислородных коктейлей)
3. Сезонная – медикаментозные и немедикаментозные лечебные курсы.

# Питание

метеочувствительных людей:

продукты, богатые

природными

антиоксидантами:

растительные масла, творог,

разнообразная растительная

пища. Потребление

продуктов, способствующих

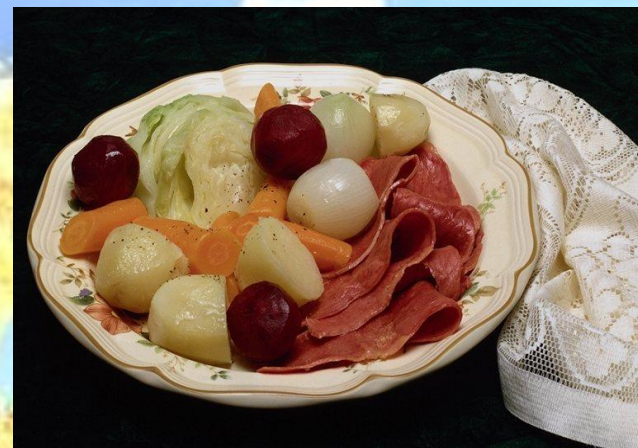
усиленному образованию

свободных радикалов

(жирные сорта мяса,

копчености) необходимо

ограничить.



**Повлиять на погоду мы, конечно, не в состоянии, но вот помочь своему организму пережить тяжелый период совсем несложно.**

- уменьшить физическую активность и занятия в полную силу спортом**
- снизить напряженную умственную работу**
- избегать ссор и других стрессов**

**Итог: вы выработайте индивидуальный подход к снижению метеозависимости.**



Каким будет климат будущего?



Какого человека будут считать  
здоровым?



Подумай!  
От тебя  
зависит  
твоё  
здоровье!