

# Понятие гигиены. История развития гигиены.

Учитель биологии  
МОБУ СОШ№3  
г.Лабинска  
Абрамович Ирина Валерьевна,

# Здоровье

```
graph TD; A(Здоровье) --> B[Состояние полного благополучия]; A --> C[Умение управлять своими чувствами]; A --> D[Высокая работоспособность]; A --> E[Нормальная работа всех органов]; A --> F[Уверенность в себе]; A --> G[Устойчивость к заболеваниям];
```

Состояние полного благополучия

Умение управлять своими чувствами

Высокая работоспособность

Нормальная работа всех органов

Уверенность в себе

Устойчивость к заболеваниям



Гигиена

Положительные  
эмоции

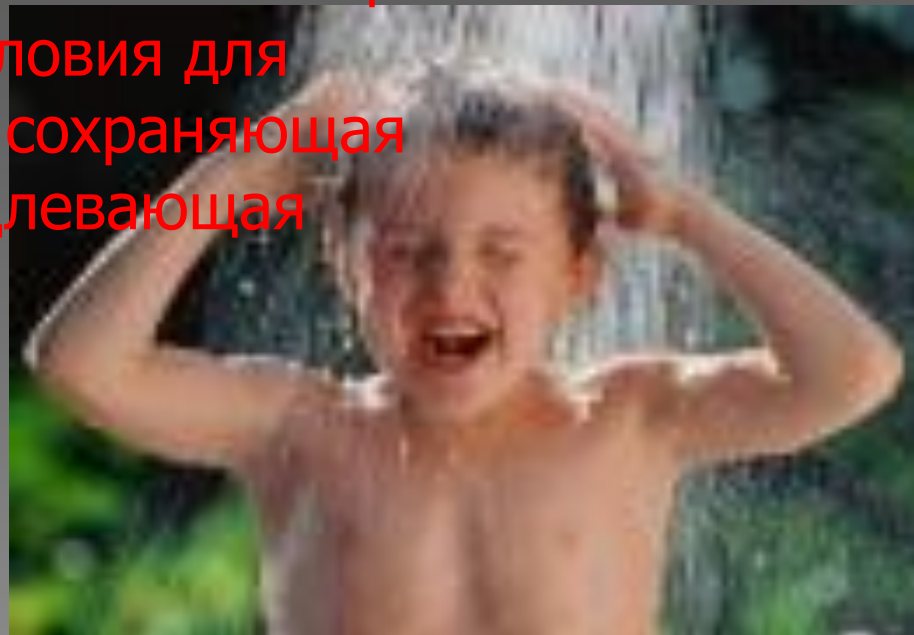
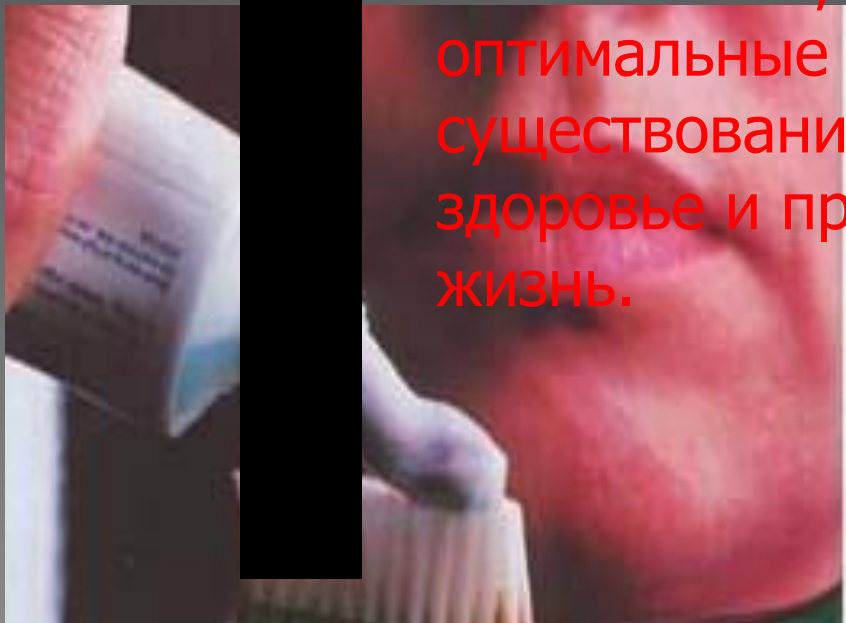
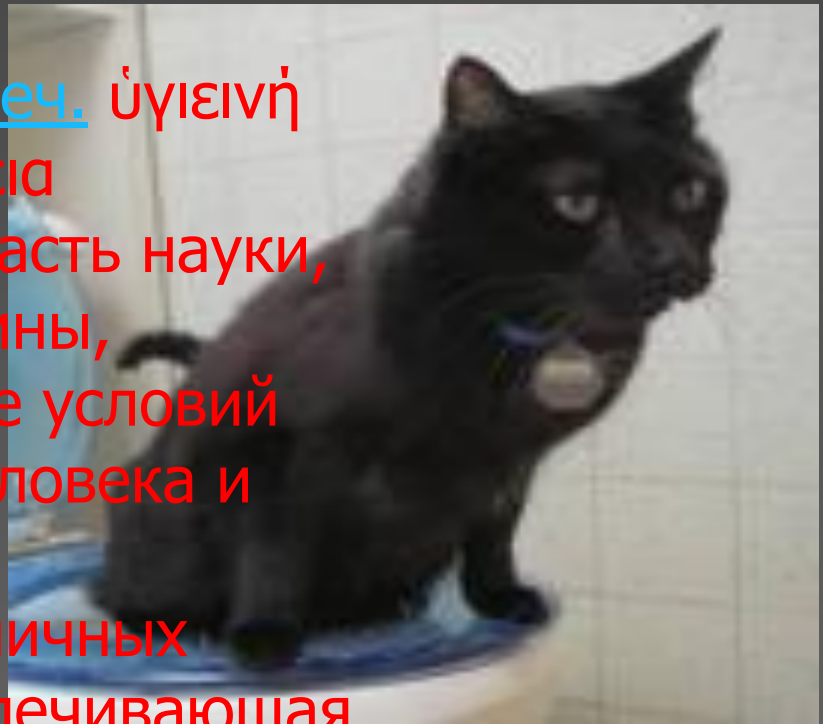
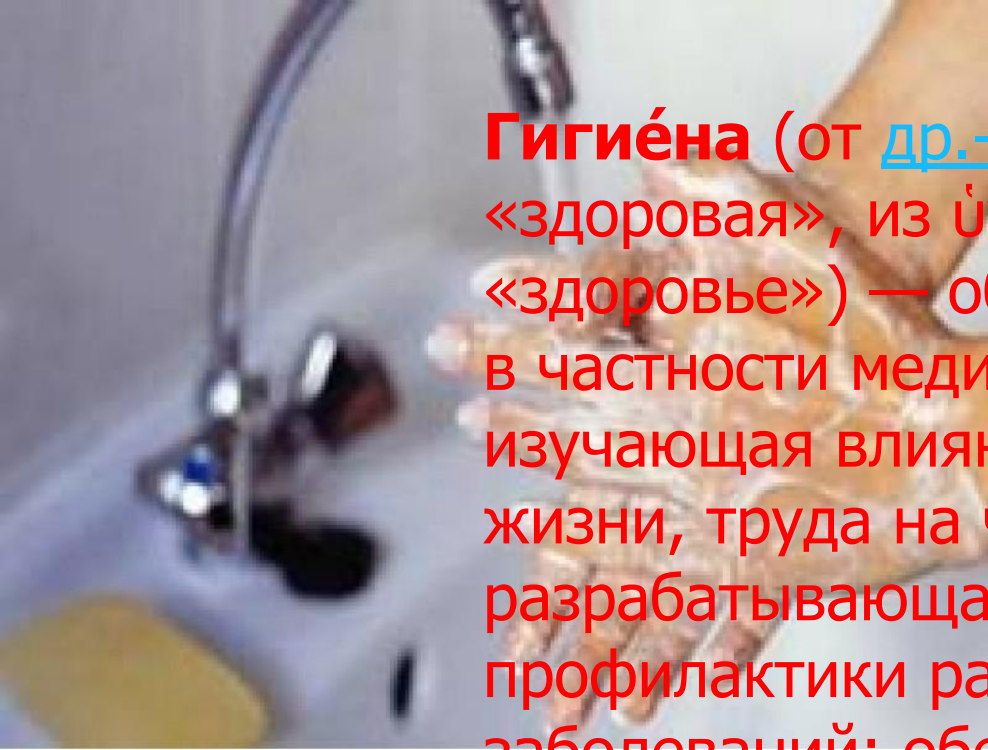
Здоровье

Рациональное  
питание

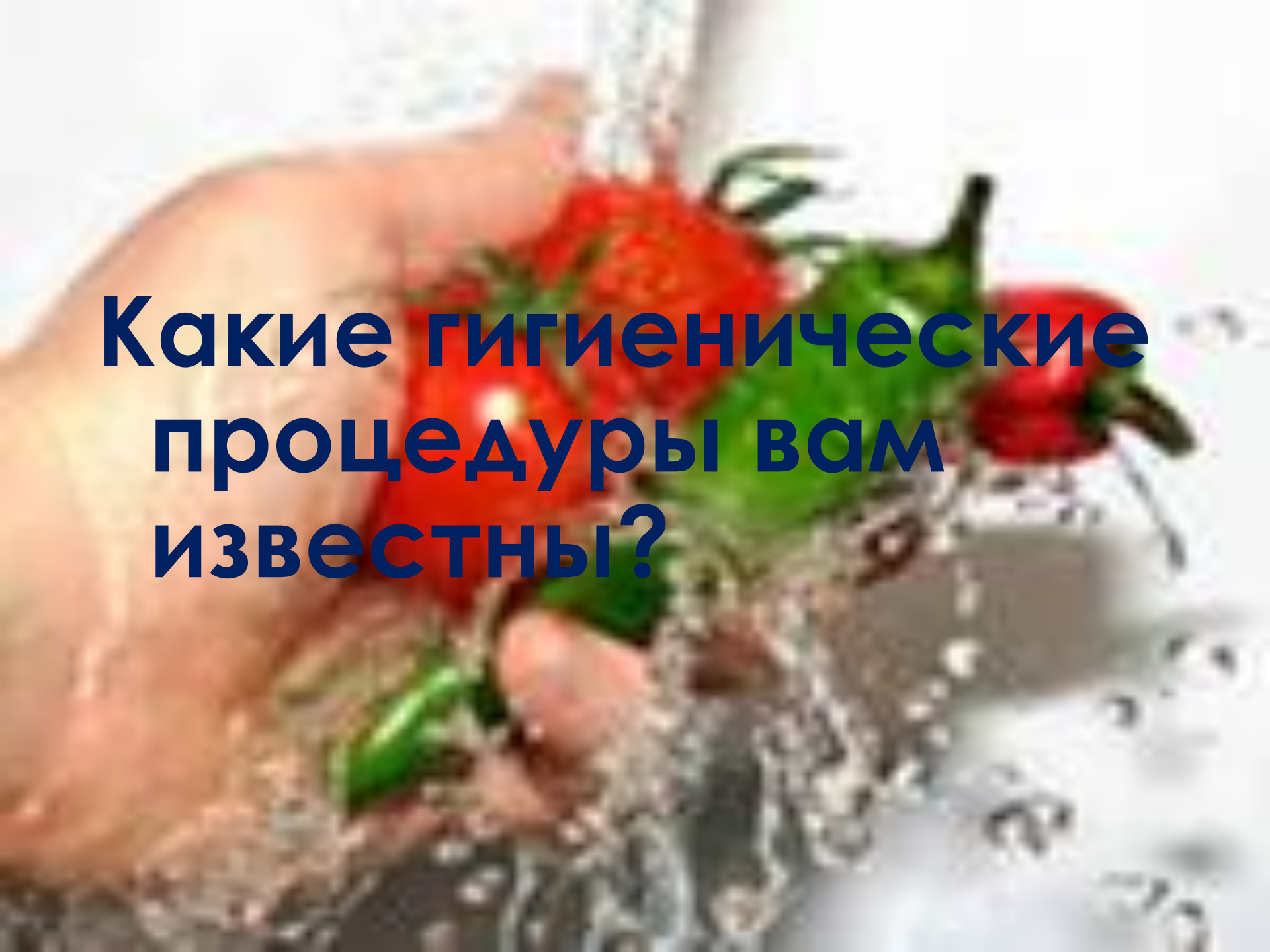
Отказ от  
вредных  
привычек

Режим  
дня

**Гигиэна** (от др.-греч. υγιεινή «здоровая», из υγιειν «здоровье») — область науки, в частности медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на человека и разрабатывающая профилактики различных заболеваний; обеспечивающая оптимальные условия для существования; сохраняющая здоровье и продлевающая жизнь.



- **Личная гигиѐна** — совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья. Эти правила нейтрализуют воздействующие на организм факторы.
- Биологические — МИКРООРГАНИЗМЫ, ПАРАЗИТЫ, НАСЕКОМЫЕ, АНТИБИОТИКИ и ДРУГИЕ БИОСУБСТРАТЫ.
- Физические — ШУМ, ВИБРАЦИЯ, ЭЛЕКТРОМАГНИТНОЕ И РАДИОАКТИВНОЕ ИЗЛУЧЕНИЯ, КЛИМАТ и т. п.
- Химические — ХИМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ и ИХ СОЕДИНЕНИЯ.
- Гигиена, наряду с санитарией и эпидемиологией, является одним из направлений профилактической медицины.

A close-up photograph of a person's hand washing a red tomato under running water in a sink. The water is splashing around the tomato, which is held in the palm. The background is slightly blurred, showing the white surface of the sink and the faucet. The text is overlaid in the center of the image.

**Какие гигиенические  
процедуры вам  
известны?**

# Угадай пословицы народов мира

- ....? - лучшая красота (Китайская)
- Болезнь с ...? в дружбе (Дагестанская)
- .....? – залог здоровья ( Сербская)

# Пословицы народов мира

- Чистота - лучшая красота (Китайская)
- Болезнь с грязью в дружбе (Дагестанская )
- Чистота – залог здоровья (Сербская)



# История развития гигиены

- **Наиболее «гигиеничной» эпохой была древность. В Египте** была закономерно урегулирована обязанность следовать определенным правилам гигиены. Египтяне ежедневно мылись, регулярно стирали одежду, защищали продовольствие от мух. **Для греков** ванная, которую имели у себя дома все более-менее богатые жители, была местом приема гостей. В Древней Греции также заботились о здоровой питьевой воде. Ее проводили с гор при помощи трубопроводов. Некоторые дома были оснащены трубопроводом. Нечистоты удалялись за город по специальным подземным каналам. Греки были очень чувствительны к запахам и любили наслаждаться всевозможными приятными ароматами.
- **Славяне** охотно пользовались баней, потому что господствовало всеобщее убеждение, что мытье изгоняет из тела болезни и продлевает жизнь. Общественные бани существовали еще в дохристианские времена в городах, небольших городках и даже в некоторых селах. Что интересно, купание не было индивидуальным делом каждого жителя. Цеховые правила предписывали пользоваться баней через определенное время, обычно раз в неделю, за счет городской казны.
- **Средневековье** традиционно считается временем невежества, грязи и эпидемий.

- ◎ **ВОЗРОЖДЕНИЕ** НЕСОМНЕННО ВНЕСЛО СВЕЖЕСТЬ В МЫСЛИ, НО, К СОЖАЛЕНИЮ, ОНА НЕ ШЛА В ПАРЕ СО СВЕЖЕСТЬЮ ТЕЛА. К СЧАСТЬЮ, НЕ ВСЕ РАССМАТРИВАЛИ КУПАНИЕ КАК НЕОБХОДИМОЕ ЗЛО. СВОЕЙ ЛЮБОВЬЮ К ДОЛГОВРЕМЕННЫМ И ЧАСТЫМ КУПАНИЯМ СЛАВИЛАСЬ ПОЛЬСКАЯ КОРОЛЕВА **БАРБАРА РАДЗИВИЛЛОВНА**.
- ◎ **БАРОККО И ПРОСВЕЩЕНИЕ** НЕ ВНЕСЛИ ОСОБЕННОГО ВКЛАДА В ПОДНЯТИЕ УРОВНЯ ГИГИЕНЫ. ДОРОГИЕ ТУАЛЕТЫ И ЛЮБОВЬ К РОСКОШИ ЗАМЕНЯЛИ МЫТЬЕ В ТО ВРЕМЯ. ТУАЛЕТ ЗАКЛЮЧАЛСЯ В ПОГРУЖЕНИИ ПАЛЬЦЕВ В РОЗОВУЮ ВОДУ И ПРОТИРАНИИ ИМИ ВЕК. НЕ СКУПИЛИСЬ НА РУМЯНА, ПУДРУ И АРОМАТЫ. РЕМЕСЛЕННИКИ СПЕЦИАЛИЗИРОВАЛИСЬ НА ИЗГОТОВЛЕНИИ ДОРОГИХ И УКРАШЕННЫХ ДРАГОЦЕННОСТЯМИ ЧЕСАЛОК ДЛЯ СПИНЫ И ПРЕКРАСНЫХ МОЛОТОЧКОВ ДЛЯ... ВКОЛАЧИВАНИЯ ВШЕЙ, КОТОРЫЕ ХОЗЯЙНИЧАЛИ ВО ВСЕХ, ДАЖЕ САМЫХ СОСТОЯТЕЛЬНЫХ ДОМАХ. ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ ПРИБЕГАЛИ К КУПАНИЮ В МОЛОКЕ, РОЗОВОЙ ВОДЕ, ОТВАРАХ ИЗ НЕКОТОРЫХ ТРАВ, А ДАЖЕ В ОТВАРЕ ИЗ... ТЕЛЯТИНЫ. ВСЕ ЭТО, ПРАВДА, ДЕЛАЛОСЬ НЕ ДЛЯ УСТРАНЕНИЯ ГРЯЗИ, А ДЛЯ О СНАБЖЕНИЯ НАЦЕЖИВАНИИ КОЖИ ТЕМИ СУБСТАНЦИЯМИ, КОТОРЫЕ ДОЛЖНЫ БЫЛИ БЛАГОПРИЯТНО ПОВЛИЯТЬ НА КРАСОТУ.
- ◎ **XIX век** вернулсЯ к давно забытой гигиене тела

Моющих средств, как и самого понятия личной гигиены, в Европе до середины XIX века) вообще не существовало... Однако атмосферу отравляли не только экскременты. Мясники забивали скот прямо на улицах и там же потрошили туши, разбрасывая кишки и сливая кровь на тротуары. Вонь распространялась на всю округу.

- К мытью тела тогдашний люд относился подозрительно: нагота – грех, да и холодно – простудиться можно. Горячая же ванна нереальна – дровишки стоили уж очень дорого, основному потребителю – Святой Инквизиции – и то с трудом хватало, иногда любимое сожжение приходилось заменять четвертованием, а позже – колесованием.



Дочь одного из французских королей погибла от вшивости.





Папа Климент V погибает от дизентерии. А Папа Климент VII мучительно умирает от чесотки... Как и король Филипп II.



Герцог Норфолк отказывался мыться из религиозных убеждений. Его тело покрылось гнойниками. Тогда слуги дождались, когда его светлость напьется мертвецки пьяным, и еле-еле отмыли.



- Французский король Людовик XIV мылся всего два раза в жизни – и то по совету врачей. Мытье привело монарха в такой ужас, что он зарекся когда-либо принимать водные процедуры.





Жители домов выплескивали все содержимое ведер и лоханок прямо на улицу, на горе зазевавшемуся прохожему. Застоявшиеся помои образовывали смрадные лужи, а неугомонные городские свиньи, которых было великое множество, дополняли картину».





Из-за постоянной грязи почти все члены думы ходят в думу в деревянных башмаках  
Улицы утопали в грязи и экскрементах настолько, что в распутицу не было никакой  
возможности по ним пройти. Именно тогда, согласно дошедшим до нас  
летописям, во многих немецких городах появились ходули



Увернуться от льющегося из  
окон было ох как не просто

# История туалета

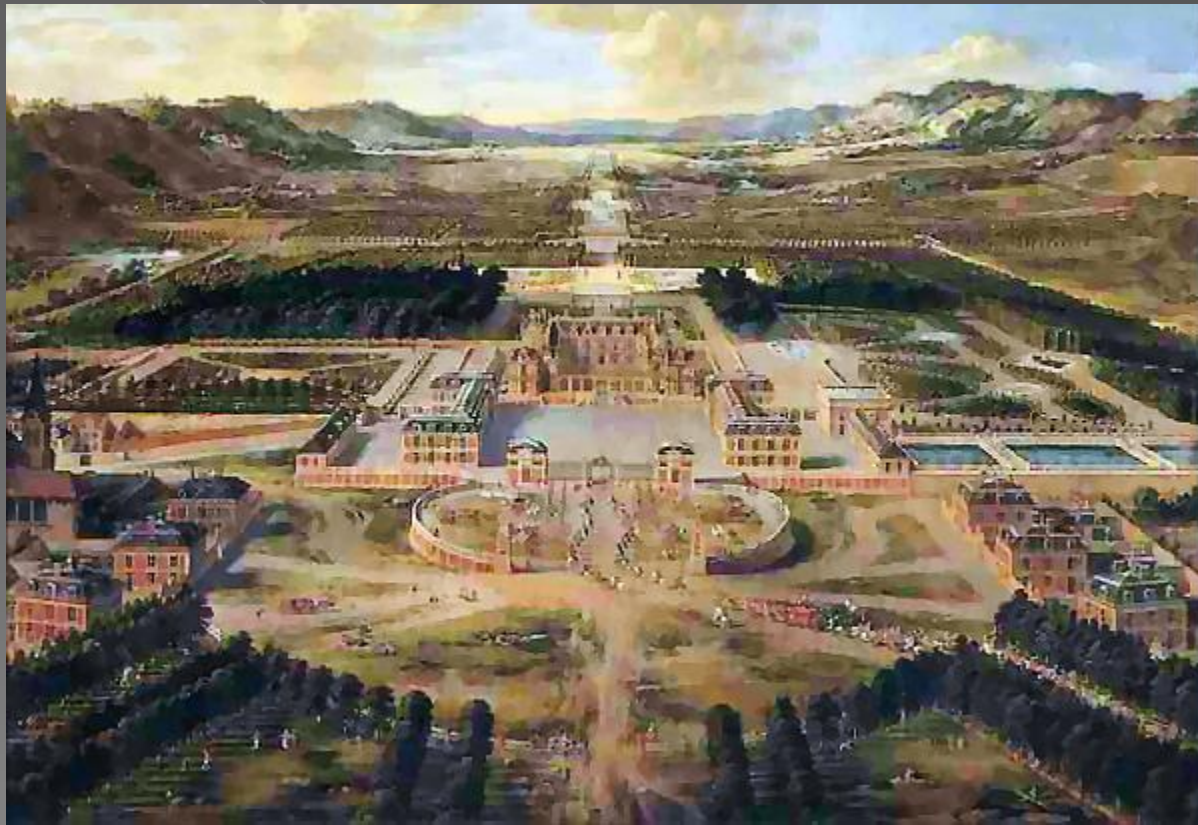
- По одной из версий, первый туалет был построен на острове Крит задолго до начала нашей эры. «Продвинутые» жители Крита уже тогда делали внутренние туалеты со смывом.
- С приходом христианства будущие поколения европейцев забыли о туалетах со смывом на полторы тысячи лет, повернувшись лицом к ночным вазам. Роль забытой канализации выполняли канавки на улицах, где струились зловонные ручьи помоев. Забывшие об античных благах цивилизации люди справляли теперь нужду где придется.

Если в сельской местности рыли выгребные ямы, то в городах люди испражнялись в узеньких переулках и во дворах.





**Король-Солнце, как и все остальные короли, разрешал придворным использовать в качестве туалетов любые уголки Версаля.**



В Лувре, дворце французских королей, не было ни одного туалета. Даже типа описанных выше башенок с отверстиями и соломой. Опорожнялись во дворе, на лестницах, на балконах. При «нужде» гости, придворные и короли либо приседали на широкий подоконник у открытого окна, либо им приносили «ночные вазы», содержимое которых затем выливалось у задних дверей дворца.



Периодически из Лувра выезжали все его знатные жильцы, чтобы дворец можно было помыть и проветрить.

- Но наконец впереди забрезжило будущее без запаха. В 1775 году некий британец по имени Александр Каммингс догадался-таки согнуть отводную трубку унитаза в виде буквы «V», чтобы небольшое количество воды не выпускало запах испражнений. Каммингс — тот самый человек, перед которым за изобретение современного туалета со смывом человечество должно склонить голову.





# Рыцари

- Небритое и немытое лицо этого «красавца» было обезображено оспой (ею тогда в Европе болели практически все). Под рыцарским шлемом, в свалявшихся грязных волосах аристократа, и в складках его одежды во множестве копошились вши и блохи.

Изо рта рыцаря так сильно пахло, что для современных дам было бы ужасным испытанием не только целоваться с ним, но даже стоять рядом (увы, зубы тогда никто не чистил). А ели средневековые рыцари все подряд, запивая все это кислым пивом и закусывая чесноком – для дезинфекции.

Кроме того, во время очередного похода рыцарь сутками был закован в латы, которые он при всем своем желании не мог снять без посторонней помощи. Разумеется, всю свою нужду благородный рыцарь справлял... прямо в латы.

# «ДЕЛО В ШЛЯПЕ». Д'АРТАНЬЯН И РЕВЕРАНС



*Защита голов и париков от помоев и экскрементов— широкополые шляпы мушкетеров. А реверанс, изначально своей целью всего лишь убрать вонючую шляпу подальше от чувствительного носа дамы?*



# СИФИЛИС И ПАРИКИ



Сифилис XVII -XVIII веков стал законодателем мод. Гезер писал, что из-за сифилиса исчезала всяческая растительность на голове и лице. И вот кавалеры, дабы показать дамам, что они вполне безопасны и ничем таким не страдают, стали отращивать длиннющие волосы и усы. Ну, а те, у кого это по каким-либо причинам не получалось, придумали парики, которые при достаточно большом количестве сифилитиков в высших слоях общества быстро вошли в моду и в Европе и в Северной Америке.

# Духи и косметика

Первоначальная задача знаменитой французской парфюмерии была одна — маскировать страшный смрад годами немытого тела резкими и стойкими духами

Благородные Дамы использовали свинцовые белила, выщипывали брови и красили губы в ярко-красный цвет при помощи растительных красителей или, позже, помады с добавлением спермы быка. Пудрились цинковыми и свинцовыми белилами слоем миллиметра в три, чтобы скрыть выпирающие прыщи. Одна сообразительная дамочка достигла поставленной цели, всего лишь наклепив на свой самый видный прыщик черную заплатку из шелка. Так появилась страшно модная в средние века «мушка» .

Чтобы выглядеть томно-бледной, дамы пили уксус. Собачки, кроме работы живыми блохоловками, еще одним пособничали дамской красоте: в средневековье собачьей мочой обесцвечивали волосы.

# БЛОХИ, КЛОПЫ И ВШИ



Методы борьбы с блохами были пассивными, как например палочки-чесалочки. Знать с насекомыми борется по своему — во время обедов Людовика XIV в Версале и Лувре присутствует специальный паж для ловли блох короля. Состоятельные дамы, чтобы не разводить «зоопарк», носят шелковые нижние рубашки, полагая, что вошь за шелк не уцепится, ибо скользко. Так появилось шелковое нижнее белье, к шелку блохи и вши действительно не прилипают.

Влюбленные трубадуры собирали с себя блох и пересаживали на даму, чтоб кровь смешалась в блохе.

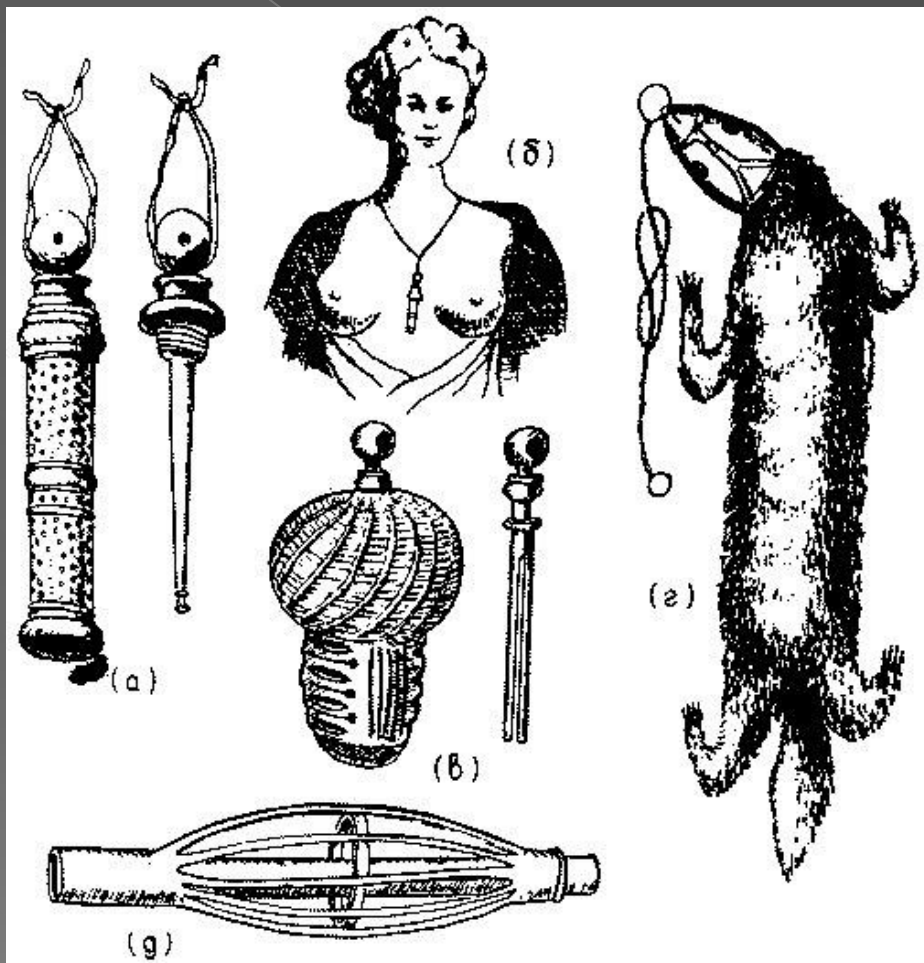
Считается, что мебель из красного дерева стала столь популярна потому, что на ней не было видно клопов.



Кровати, представляющие собой рамы на точеных ножках, окруженные низкой решеткой и обязательно с балдахином в средние века приобретают большое значение. Столь широко распространенные балдахины служили вполне утилитарной цели — чтобы клопы и прочие симпатичные насекомые с потолка не сыпались.



# РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ БЛОХОЛОВОК



Джузеппе Мариа Креспи, ~1709 г.  
Женщина, ищущая блох. Эрмитаж



# Медицина

Медицинские методы оказания помощи в то время были примитивными и жестокими. Особенно в хирургии. Например, для того, чтобы ампутировать конечность, в качестве «обезболивающего средства» использовался тяжелый деревянный молоток, «киянка», удар которого по голове приводил к потере сознания больного, с другими непредсказуемыми последствиями. Раны прижигали каленым железом, или поливали крутым кипятком или кипящей смолой. Повезло тому, у кого всего лишь геморрой. В средние века его лечили прижиганием раскаленным железом.

Сифилис обычно лечили ртутью, что, само собой, к благоприятным последствиям привести не могло.

Кроме клизм и ртути основным универсальным методом, которым лечили всех подряд, являлось кровопускание. Болезни считались насланными дьяволом и подлежали изгнанию – «зло должно выйти наружу». У истоков кровавого поверья стояли монахи – «отворители крови».





Пренебрежение гигиеной обошлось Европе очень дорого: в XIV веке от чумы («черной смерти») Франция потеряла треть населения, а Англия и Италия – до половины.



La Peste Negra en Italia en 1348, según una ilustración de Marcello



# Закрепление

- Составить вредные советы по теме





# Домашнее задание:

- Составить синквейн «Гигиена»

