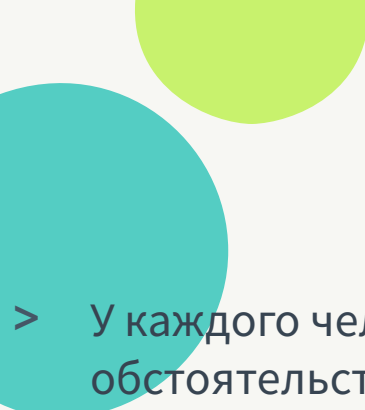


Презентация на тему: "Формирование здорового образа жизни у населения"

Работу выполнили:
Студенты 102 группы
Стоматологического факультета
Аппазова Эльмаз, Катаманова Эдие
Преподаватель: Черняева Елена Сергеевна

До 60-х г. г. 20 в. основной подход в ЗО: главное — излечить болезнь, позднее — профилактика болезней, к 90-м г. г. основной подход — получение максимума здоровья в любом возрасте, сохранение активного долголетия.





Основы формирования здорового образа жизни

> У каждого человека должна быть своя система здоровья как совокупность обстоятельств образа жизни, которые он реализует. Отсутствие своей системы здоровья рано или поздно приведет человека к болезни и не даст ему возможности реализовать заложенные в него природой задатки. Человек столь совершенен, что не только поддерживать необходимый уровень здоровья, но и вернуться в него из болезни можно практически из любого состояния; но с прогрессированием болезни и с возрастом это требует все больших усилий. Как правило, человек прибегает к этим усилиям, если у него есть жизненно важная цель, мотивация, которые у каждого человека свои. Основными особенностями программы здоровья должны быть: добровольность; затрата некоторых физических и других сил; ориентация на постоянное повышение своих физических, психических и других возможностей.

"ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ" НАСЕЛЕНИЯ



По данным регулярного исследования потребителей HealthIndex, с 2010 г. наблюдается положительная динамика в самооценке населением собственного материального благосостояния.

Значительное улучшение произошло в 2012 г., однако в 1-м полугодии 2014 г. рост замедлился. В связи с неустойчивой экономической ситуацией сложно спрогнозировать, какими будут результаты 2-го полугодия.



Бросай курить, вставай на лыжи!



- > В последние годы активно пропагандируется здоровый образ жизни, особое внимание уделяется физической культуре и спорту. Результаты исследования показывают, что более 40% населения спортом не занимаются в принципе или делают это нерегулярно. Но при этом постепенно растет численность россиян, практикующих регулярные физические нагрузки — один, два-три раза в неделю и чаще



- > Изменяются также привычки питания. Наряду с позитивным трендом — сокращением доли потребителей снэков (чипсов и сухариков) — наблюдается увеличение численности посетителей заведений быстрого обслуживания. При этом каждый пятый опрошенный посещает рестораны фаст-фуда один раз в неделю и чаще.



Здоровье под контролем

- > Россияне безусловно осознают необходимость профилактики заболеваний, диспансеризаций и т.д. Однако ускорившийся темп жизни, низкая доступность медицинской помощи, сложность записи на прием к специалистам обуславливают рост численности людей, обращающихся к врачу только в случае появления серьезных симптомов.



v

A close-up photograph of a baby wearing a white, textured hood. The baby is looking towards the right of the frame. In their right hand, they are holding a large, vibrant orange and yellow chrysanthemum flower. The flower is in a small, clear glass vase with a colorful floral pattern. The background is a plain, light color.

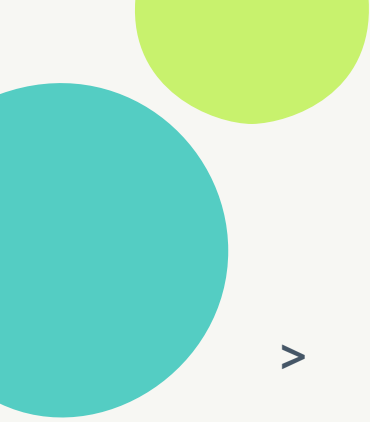
**Спасибо за внимание!!!!
Будьте здоровы)))**



v



v



v