

Влияние семьи на здоровье человека



Определение понятия семьи

Семья - это ячейка общества, связывающая мужчину и женщину совместным бытом и отношениями, оформленными по закону, а также людей с кровным родством. Членов семьи объединяет общность быта, взаимная помощь и моральная ответственность. Семья возникла, когда ещё не было ни государства, ни науки, ни культуры, ни искусства, ни каменных зданий. Семья изначально – система гармонического неравенства.



Взаимосвязь семьи и здоровья

Семья является важнейшим условием формирования личности и важнейшей школой воспитания, от которого зависит психическое и физическое здоровье или нездоровье человека.

Семьи бывают разные, поэтому и положение здоровья людей зависит от обстановки в семье. Как утверждают многие психологи - близкие, доверительные взаимоотношения в семье имеют огромную роль для здоровья людей. Следует учитывать, что благоприятная обстановка в доме всегда плодотворно действует на самочувствие и здоровье её членов. Люди в таких семьях болеют меньше и дольше живут.

Если в семье кто-то нездоров, то это отражается на психологическом здоровье всей семьи.

Семейство может оказывать целительное воздействие на каждого своего члена семьи: давать эмоциональную поддержку, не заменимую ничем другим.



Положительное влияние семьи на здоровье

1. Родители своим примером показывают детям путь к здоровью, именно родители прививают детям желание формировать здоровый образ жизни.
2. Счастливый брак полезен для женского здоровья. Дамы, удачно вышедшие замуж, реже страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями, нервными расстройствами, избыточным весом. Этому способствует более размеренный образ жизни, подход к питанию, реализация женской природы.
3. Существует взаимосвязь между брачными узами, социальной занятостью и здоровьем. Улучшение здоровья, согласно исследованиям, у женщины, вступившей в брак, происходит только в том случае, если она оставила работу и посвятила время семье.

- 4. Семейство может оказывать целительное воздействие на каждого своего члена семьи: давать эмоциональную поддержку, не заменимую ничем другим, помогать в трудных жизненных ситуациях, поддерживать, тем самым помогая в лечении, если кто-то в семье болеет.
- 5. Если родители ведут здоровый образ жизни, у них нет вредных привычек и они следят за своим здоровьем, то в большинстве случаев дети у них будут рождаться здоровыми.
- 6. По некоторым источникам, у членов благополучных семей в несколько раз ниже заболеваемость туберкулезом, циррозом печени и диабетом, чем в неблагополучных семьях и среди одиноких.
- 7. Семья обеспечивает ведение упорядоченной половой жизни, что является наиболее важным способом профилактики СПИДа и других болезней передающихся половым путем.
- 8. Благоприятный морально-психологический климат семьи положительно сказывается на физическом и психическом здоровье её членов.
- 9. Когда семья правильно и хорошо исполняет возложенные на неё обязательства, она действует в качестве защиты и профилактики против появления психических расстройств.

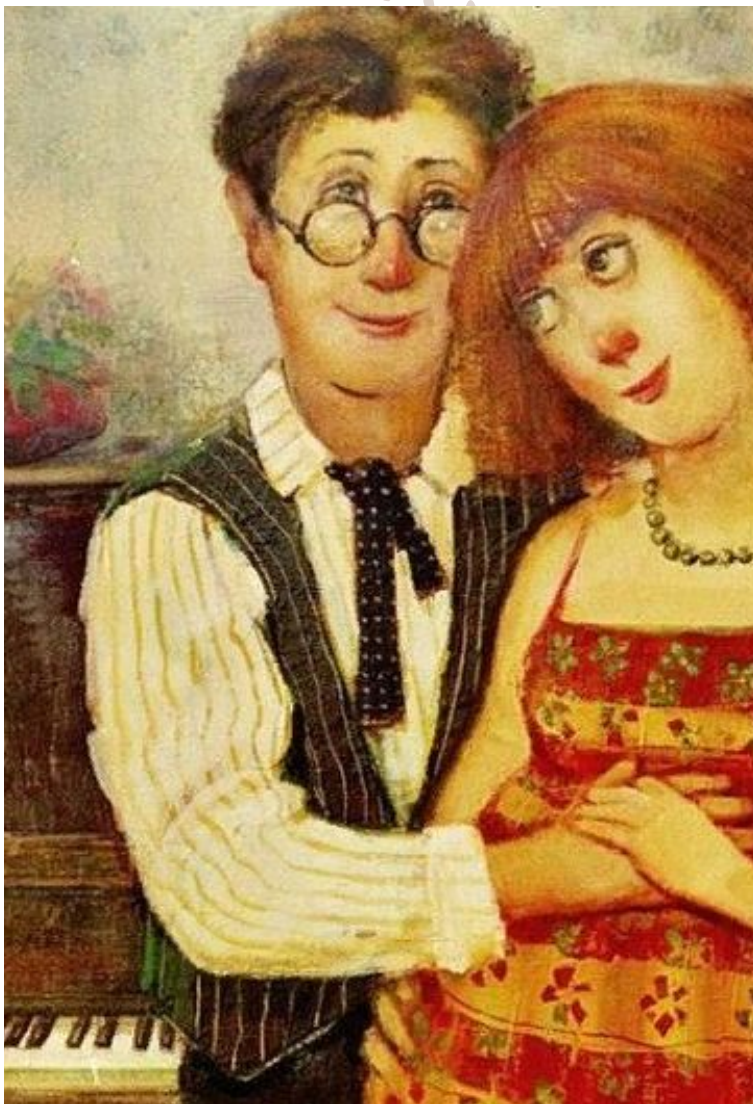
Случаи отрицательного влияния на здоровье

- 1. Кризис семьи влияет на уровень социальной организации. Также он сказывается и на психической жизни каждого отдельного человека.
- 2. Когда в семье или же между определёнными членами семьи нарушаются семейные связи и взаимоотношения, присутствует большое количество негатива в общении, это может повлечь за собой весьма неблагоприятные последствия для психологического развития человека и особенно ребёнка.
- 3. При наличии хронических заболеваний у взрослых членов семьи, у детей также часто отмечаются подобные заболевания, причем у детей в одной семье заболевания проявляются в разные возрастные периоды.

- 3. Напряжённые отношения в семье могут негативно влиять на рождаемость, желание женщины иметь ребёнка. Также могут приводить к абортам, последствием чего является ухудшение духовного и физического здоровья.
- 4. Ссоры, конфликты в семье отрицательно сказываются на здоровье беременных женщин, кормящих матерей. Могут приводить к сильным переживаниям, что очень нежелательно как для матери, так и для ребёнка.
- 5. В семьях, где родители много конфликтуют, у детей часто бывают расстройства пищеварительной и нервной систем.
- 6. За счёт отсутствия режима питания, сна и отдыха, при наличии вредных привычек в неблагополучных семьях часто развиваются сердечно-сосудистые, нервно-психические и пищеварительные заболевания, а дети перенимают вредные привычки родителей.
- 7. Когда родители часто ссорятся и не проявляют любви друг к другу, они показывают дурной пример своим детям, которые, перенимая его от родителей, будут либо воспроизводить в своей семье то же самое (что будет отрицательно влиять на здоровье её членов), либо будут отстраняться от собственных родителей.

Работы учёных

- Русский ученый Ф.М. Стехун тщательно изучил и сравнил образ жизни и состояние здоровья двух групп мужчин в возрасте от 18 до 45 лет. Из них состояли в браке 4201, не имели семьи 1803 человека. И оказалось, что, чем продолжительнее был период холостяцкой жизни, тем сильнее сказывалось ее отрицательное влияние на психическое здоровье. Так раздражительность, замкнутость, чувство неуверенности в своих силах к 45 годам у холостяков зарегистрировано в 93,3% у женатых - 13,7%. У холостых в два раза чаще, чем у женатых диагностируется простатит, в 4 раза чаще - половые расстройства. Почти у 50% обследованных холостяков было либо уменьшено число сперматозоидов, либо снижена их подвижность. Итальянские врачи проанализировали показатели смертности от болезней и травм среди женатых, холостых и разведенных. Оказалось, что по сравнению с женатыми болезнями сердца холостые страдают в 1,5 раза чаще, разведенные в 2 раза, гипертонической болезнью - в 2 раза и в 3 раза соответственно, острой сосудистой недостаточностью - в 2 раза и в 2 раза, раком пищеварительных органов - в 1,5 раза и в 2 раза, циррозом печени - в 3 раза и в 7 раз.



В 30-е годы XX века Л. Каминский доказал, что семейная жизнь благотворно действует на здоровье, создавая преимущества именно для мужчин. Спокойная продолжительная совместная жизнь служит предпосылкой для увеличения продолжительности жизни. Многие супружеские пары Абхазии и Азербайджана состояли в браке 70-80 и даже 100 лет.

Вывод

Семья несомненно влияет на здоровье человека, ведь семья является основой, ячейкой общества. Она формирует всего человека, а следовательно и его здоровье - физическое и психическое. Семья преимущественно оказывает положительное воздействие на здоровье человека. Отрицательным оно становится из-за безответственности, нетерпения и эгоизма, из-за конфликтов и нежелания жертвовать.

Людям, желающим создать семью, очень важно осознавать и понимать всю ответственность, которая на них ложится. Поэтому в нашей стране необходимо проводить пропаганду семейных ценностей, объяснять молодёжи что такое семья. Если у людей будет здоровое и ответственное отношение к браку и понимание его цели, если люди научатся понимать для чего они создают семью и на чём строится семейная жизнь, то здоровье нашего народа, несомненно, повысится, как и рождаемость. А количество разводов и абортов сократится.

От семьи, воспитания в ней, от отношения к семейным ценностям, зависит не только здоровье, но и будущее всей страны и всего народа. Ведь не зря существует выражение: здоровье семьи - здоровье нации.

Когда семья исчезнет, исчезнет все – и культура, и наука, и само человечество.