



Здоровье как состояние и свойство организма



ПЛАН

1. **Здоровье. Факторы, определяющие здоровье.**
2. **Факторы риска.**
3. **Профилактика нарушений здоровья.**
4. **Критерии и группы здоровья детей.**
5. **Здоровый образ жизни и его составляющие.**

ЦЕЛЬ: сформировать понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», познакомиться с факторами, определяющими здоровье и факторами риска, профилактикой нарушений здоровья.

1. Здоровье. Факторы, определяющие здоровье.



Добавь здоровья!

Здоровье - это «состояние полного телесного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и повреждений» (ВОЗ)

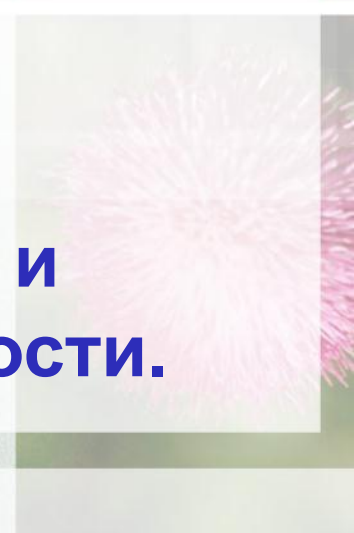
Здоровье – естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных состояний.



Критерии здоровья:



1. наличие или отсутствие хронических болезней;
2. уровень функционального состояния основных систем организма;
3. степень сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям;
4. уровень достигнутого физического и нервно-психического развития и степень его гармоничности.

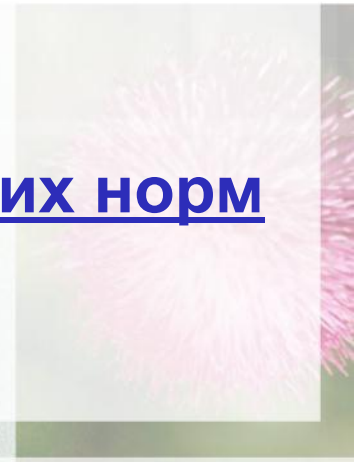
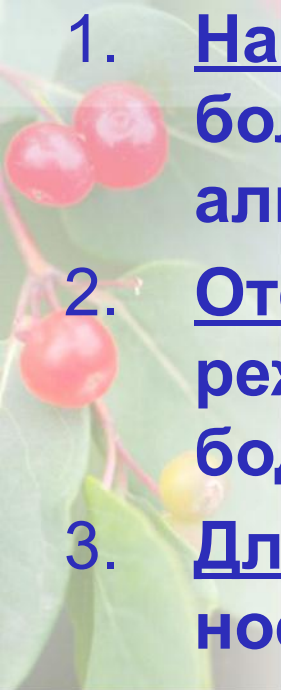


Факторы, определяющие здоровье



2. Факторы риска.

1. Наследственная предрасположенность (наличие больных родственников в семье, наркомания, алкоголизм родителей).
2. Отсутствие правильного режима (нарушение режима трудовой деятельности, сна, бодрствования, питания, переутомление).
3. Длительно действующие раздражители, которые носят характер или постоянный, или сверхпороговый.
4. Отрицательные эмоции.
5. Несоблюдение санитарно – эпидемических норм в ДОУ и медицинских учреждениях.
6. Отсутствие безопасной среды в ДОУ и в домашней среде (детский травматизм).



3. Профилактика нарушений здоровья.

- 1. Проведение плановых профилактических осмотров детей, особенно перед вакцинацией. Контроль за проведением профилактических прививок.**
- 2. Осмотр детей при подозрении на острое инфекционное заболевание.**
- 3. Контроль за полноценным и качественным питанием.**
- 4. Контроль за организацией физического воспитания и закаливания детей.**
- 5. Работа по профилактике травматизма.**
- 6. Проведение занятий с персоналом ДООУ по вопросам санитарно – гигиенического и противоэпидемического режима, оздоровительных мероприятий, закаливания, физического воспитания, организация питания.**

4. Критерии и группы здоровья детей.

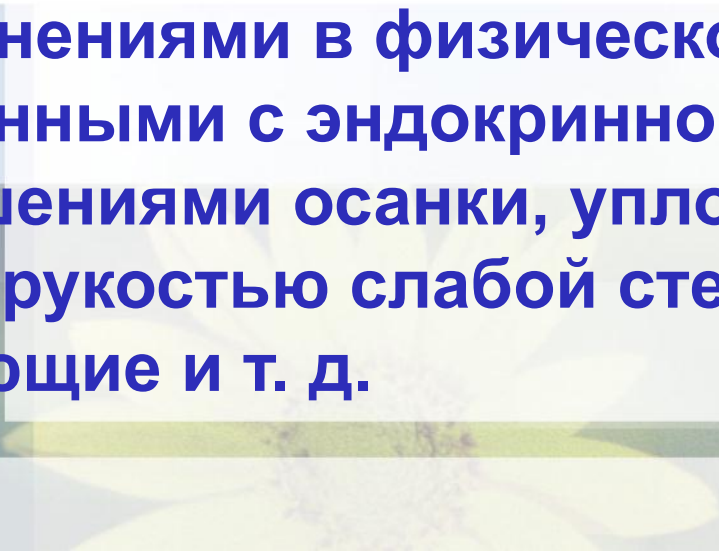
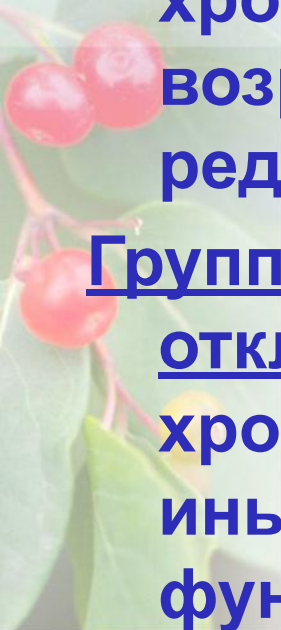
Комплексная оценка состояния здоровья детей дается на основании учета результатов медицинского осмотра и текущего наблюдения за ребенком, путем анализа 4-х основных критериев здоровья:

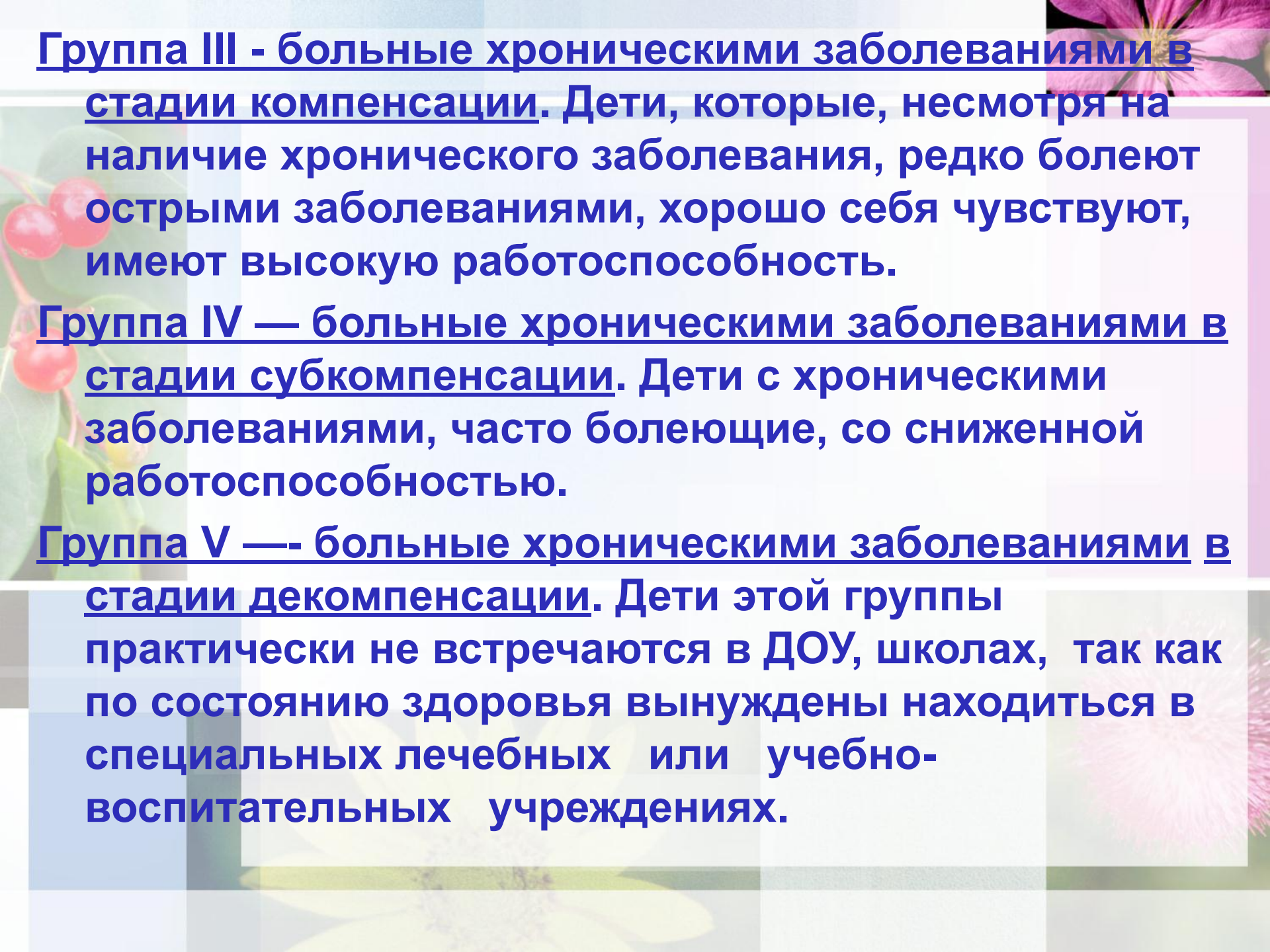
- наличие или отсутствие в момент обследования хронических заболеваний и степень их клинических проявлений;
- функциональное состояние основных органов и систем: сердечно-сосудистой, дыхательной, кровеносной, нервной и др.;
- резистентность организма, проявляющаяся количеством и длительностью заболеваний по обращаемости за предыдущий ко времени медосмотра год;
- уровень физического и нервно-психического развития и степень их гармоничности.

Группы здоровья:

Группа I — здоровые. Дети, не имеющие хронических заболеваний, с соответствующим возрасту физическим и психическим развитием, редко болеющие.

Группа II — здоровые с морфофункциональными отклонениями. Дети, у которых отсутствуют хронические заболевания, но имеются те или иные отклонения морфологического или функционального характера: например, дети с отклонениями в физическом развитии, не связанными с эндокринной патологией, с нарушениями осанки, уплощением стопы, с близорукостью слабой степени, часто болеющие и т. д.





Группа III - больные хроническими заболеваниями в стадии компенсации. Дети, которые, несмотря на наличие хронического заболевания, редко болеют острыми заболеваниями, хорошо себя чувствуют, имеют высокую работоспособность.

Группа IV — больные хроническими заболеваниями в стадии субкомпенсации. Дети с хроническими заболеваниями, часто болеющие, со сниженной работоспособностью.

Группа V — больные хроническими заболеваниями в стадии декомпенсации. Дети этой группы практически не встречаются в ДООУ, школах, так как по состоянию здоровья вынуждены находиться в специальных лечебных или учебно-воспитательных учреждениях.

5. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни – это индивидуальная система поведения и привычек каждого отдельного человека, обеспечивающая ему необходимый уровень жизнедеятельности и здоровое долголетие.



Составляющие ЗОЖ:



**Рациональное
Питание**



**Закаливание и
занятия спортом**



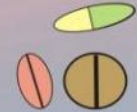
**Здоровый
Образ
Жизни.**

1. Курение



**Искоренение
Вредных
привычек**

2. Алкоголь



3. Наркотики

**Правильный
Режим труда и отдыха**



СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

ГИГИЕНА ЖИЛИЩА



ГИГИЕНА КОЖИ



ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

ГИГИЕНА ПИТАНИЯ



ГИГИЕНА ОДЕЖДЫ



ГИГИЕНА ВОДЫ



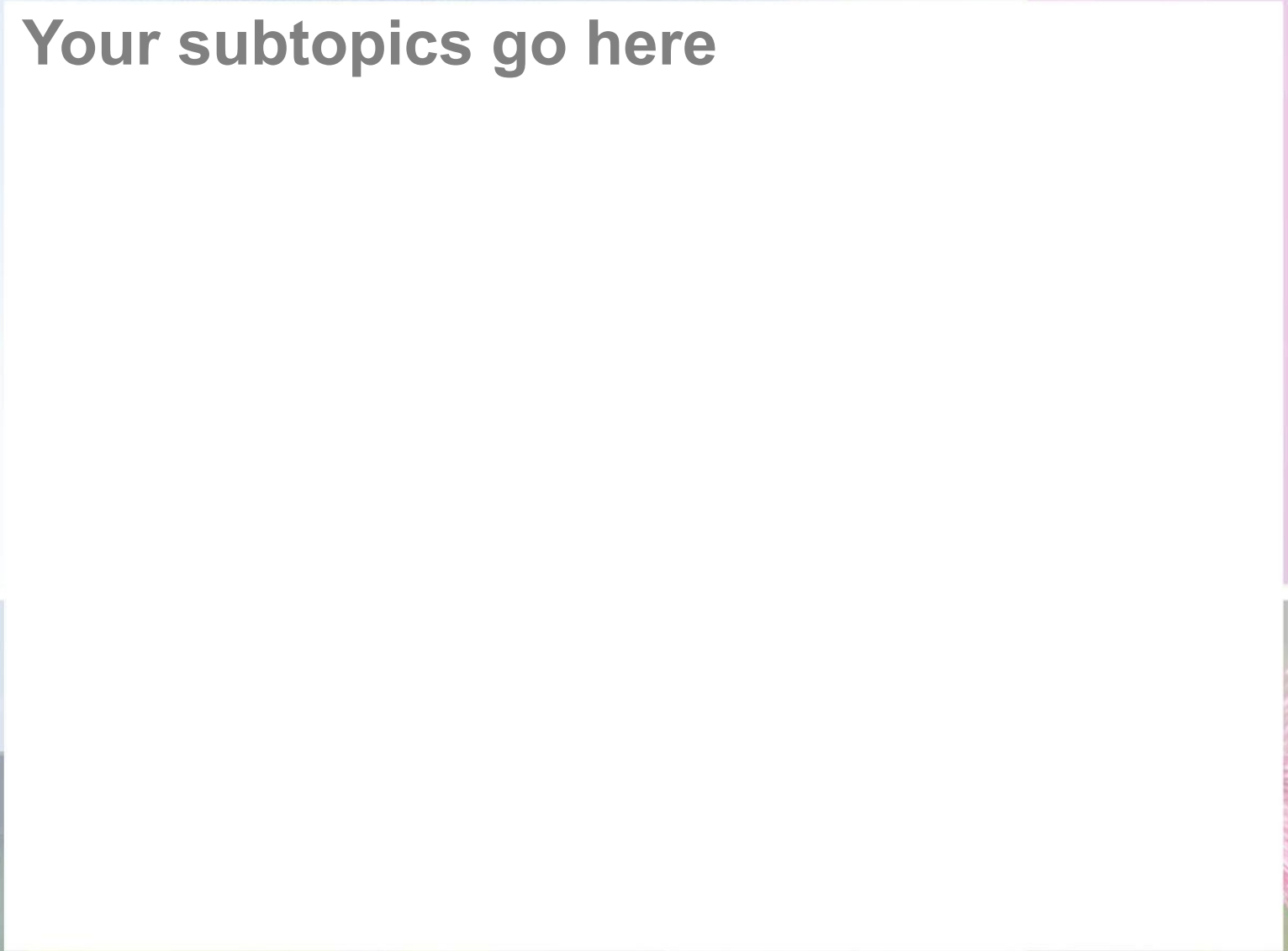
Transitional Page

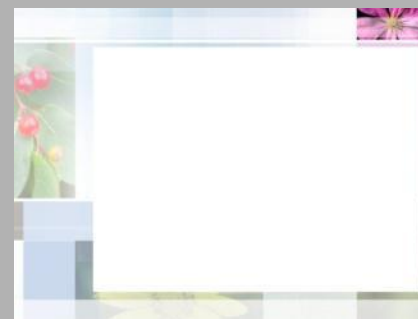
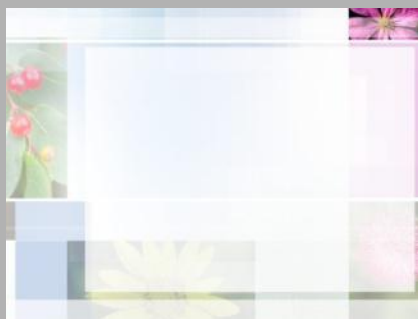
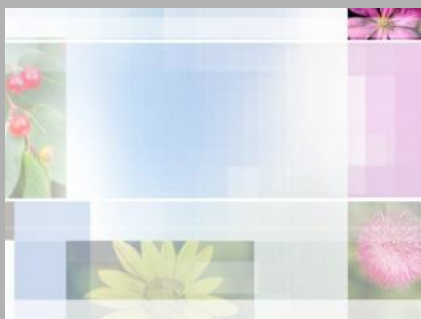


Your Topic Goes Here



Your subtopics go here





elements

www.animationfactory.com