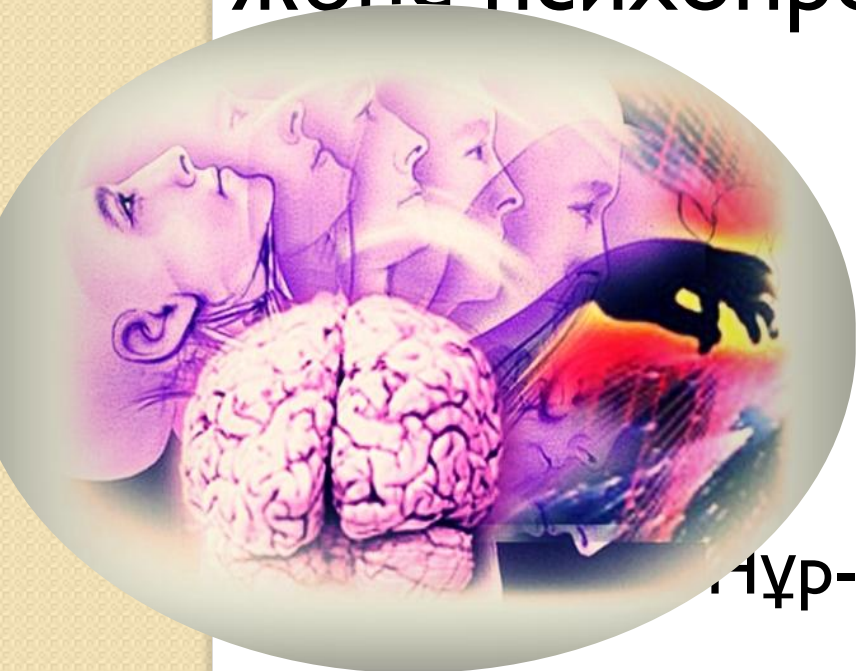


“Астана медицина университеті” КеАҚ
Психиатрия және наркология кафедрасы

● СӨЖ

Тақырыбы: Невротикалық
бұзылыстардың психогигиенасы
және психопрофилактикасы.



Қабылдаған: Каражанова А.С.
Орындаған: Ибраева Т.М.
Тобы: 547 ЖМ

Астана-құр-сұлтан 2019ж.

Мазмұны



- Кіріспе

- Психикалық денсаулық
- Психопрофилактика және психогигиена

- Негізгі бөлім

- Психогигиена, анықтамасы, бөлімдері
- Психопрофилактика, анықтамасы, түрлері

- Қорытынды

- Пайдаланған әдебиеттер

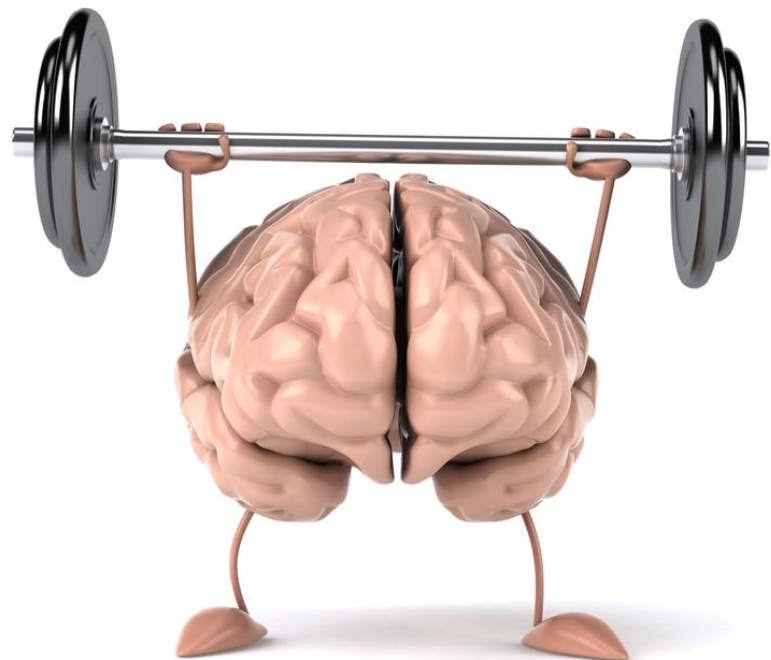
Психогигиена және психопрофилактика

- *Медициналық психология мақсаты: практикалық дені сау науқастарға нервті-психикалық және психосоматикалық ауруларды, сонымен қатар психотравмалық реакцияларды (психогенді) алдын алу және жұмыс жүргізу*



Психикалық денсаулық

- (Рухани немесе жан дүние, кейде ментальді денсаулық) – Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйының берген анықтамасы бойынша бұл адам өзінің біліктілігін шындай алатын, қанағаттану жағдай және қалыпты күнделікті өмір кезінде күйзеліспен күресе алатын, өнімді жұмыс атқара алатын, қошаған ортаға өз үлесін қоса алатын жағдай



Психогигиена

- Әлеуметтік шаралар жүйесі.
- Мақсаты**: адамның психикалық денсаулығын нығайту және сақтау



Психогигиеналық мәселелердің ішінде медициналық психологияның негізгі маңызы:

1) психология медико-генетических советов и консультаций;

2) психогигиена семьи, и в первую очередь той, в составе которой имеются лица с уродствами развития, рецидивирующими острыми или затяжными болезнями;

3) психогигиена лиц в кризовые периоды их жизни, включая пубертатный и климактерический периоды;

4) психогигиена брака и половой жизни;

5) психогигиена обучения, воспитания и труда медицинских работников;

6) психогигиена режима лечебных учреждений;

7) психогигиена встречи врача и больного в разных обстоятельствах.

Психогигиена келесі бөлімдерден тұрады:



1) возрастная
психогигиена
;



2)
психогигиена
труда и
обучения;



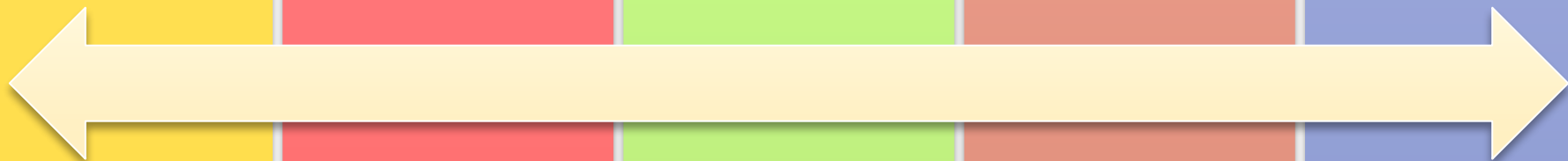
3)
психогигиена
быта;



4)
психогигиена
семьи и
половой
жизни;



5)
психогигиена
коллективной
жизни.



Жас ерекшелік психогигиенасы.

1) Сәбидің психогигиеналық денсаулығы кұрсақтан басталуы қажет . Келесі кезең



- Дұрыс кұрылған режим
- Омыраумен емізу
- Кұрыс әдеттерді қалыптастыру
- Жақсы тәрбие
- Өмірге деген көзқарас дұрыс қалыптастыру
- Дисциплина
- Еңбекке қабілеттілігін арттыру
- Жанашырлық сезімі.




Жас ерекшелік психогигиенасы

2) В школьные годы необходимо учитывать нагрузки и перегрузки.




3) В период полового созревания серьезного психогигиенического подхода требуют вопросы выбора профессии, а также вопросы, связанные с сексуальной жизнью.

В этом же возрасте большое значение имеет разъяснительная работа о вреде курения, алкоголя.



4) Важны просвещение подростков в начале жизненного пути по вопросам пола и любви, выбор пути жизни, оценка окружающего и др



5) Для здоровья пожилого человека важно правильное отношение к нему детей.

Еңбек және оқу гигиенасы



фессионалды деңгейін әрдайым жоғарылатып
тестермен жақсы қарым қатынас орнату
еңбегінің жемістеріне қанағаттану
процессінің дұрыс режимі



Тұрмыстық психогигиена

- Бірінші кезекте адамдардың кінделікті өмірде, тұрмыстық жағдайда адамдармен арақатынасы. Келеңсіздік жағдайларда неврологиялық аурулары, психикалық ауытқулары бар адамдармен сөз таласыру болып қалуы мүмкін. Бұндай адамдар тобын емдеу және госпитализациялау – маңызды психогигиеналық шара болып табылады.
- Қоғамдық психогигиенаның тағы бір мақсаты, алколизм мен нашақорлықпен ауыратын адамдармен күрес.
- Теледидар, ұялы телефондар, бұқаралық ақпараттар құралының адам организмне деген зияндық әсерлерін анықтау психогигиенаның басты бір мәселесі



Отбасы жəне жыныстық қатынас психогигиенасы



- Үлкендерді құрметтеу
- Кішіге ізет
- Қызығушылықтар мен көзқарастардың сәйкес келуі
- Қарым қатынаста жол бере білу
- Бір біріне деген махаббат жəне достық қатынас

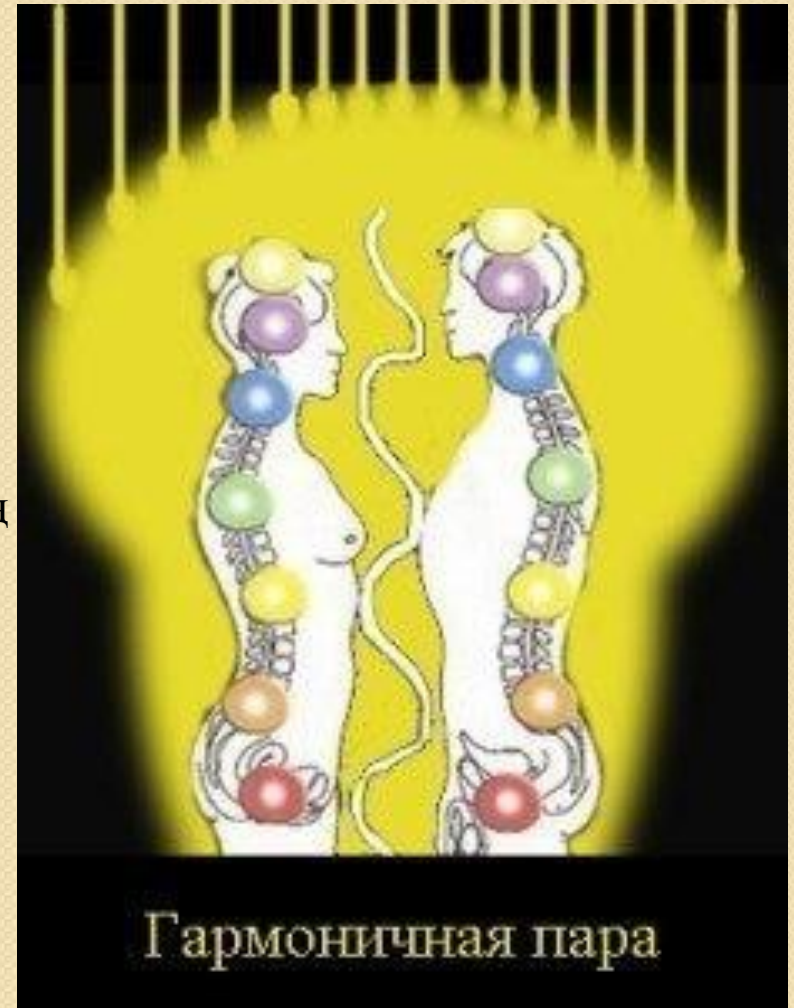
**Счастливая
семья**



ОТБАСЫ ЖӘНЕ ЖЫНЫСТЫҚ ӨМІР ПСИХОГИГИЕНАСЫ

- Психогигиена аспектіінде некеге түскендегі жас ерекшелік маңызды. Некеге дейін екі адам бір бірін танып білуі маңызды. Некеге түсер алдында жолдасының генетикалық тұқымқуалаушылығы туралы ақпаратты білуі қажет. тұқымқуалаушылық арқылы берілетін аурулар қазіргі таңда саны көп

- Психогигиенаның ең маңызды тапсырмаларының бірі- гармониялық жыныстық өмір құру. Осы өңірде бұзылыстардың болуы адамның психикалық жағдайына және нервтік бұзылыстардың пайда болуына әсер етеді. Жыныстық өмірдің гармониясының болмауы әсерінен, ер адамдарда көбінесе жыныстық әлсіздігі және әйелдерде фригидтілік пайда болады.



Гармоничная пара

Психогигиена КОЛЛЕКТИВНОЙ ЖИЗНИ

- Адамдардың отбасында, мектепте , жатақзанада, қоғамда арақатынасында қоршаған ортаның ойымен санасу және қызығушылықтарын ескеруі қажет.
- Зерттеулердің нәтижесіне, бір бригаданың адамдарының жастық шамалары біртеті, көзқарастары бір бағытта болуы маңызді екені дәлелденген. Қандай да бір пайда болған келеңсіздіктер ортаға салынып, көпжақты шешілуі қажет



Психопрофилактика

- Психопрофилактика медициналық және әлеуметтік шаралардың кең шеңбері, оның мақсаты психикалық ауруларды алдын алу және аурулардың зиянды әсерлерін азайту, жанауруы бар адамдардың және олардың туыстарының өмірінің сапасын жақсарту.

● Психопрофилактиканың тапсырмалары :

- предотвращение действия на организм болезнетворной причины;

- предупреждение развития заболевания путем раннего его диагностирования и лечения;

- предупредительное лечение и мероприятия, предотвращающие рецидивы болезни и переход их в хронические формы;

Біріншілік психопрофилактика

- Біріншілік психопрофилактика — бұл шаралар психикалық аурудың басын болдырмау бағытында жасалатын іс-шаралар. Оның негізі, аурудың пайда боуына алып келетін этиологиялық факторды анықтау.
- Біріншілікті профилактика келесі бөлімдерден тұрады



*провизорную профилактику, целью ее является охрана здоровья будущих поколений;



*генетическую профилактику – изучение и прогнозирование возможных наследственных заболеваний, которая направлена также на оздоровление будущих поколений;



*эмбриональную профилактику, направленную на оздоровление женщины, гигиену брака и зачатия, охрану матери от возможных вредных влияний на плод и организацию родовспоможения;



*постнатальную профилактику, состоящую в раннем выявлении пороков развития у новорожденных, своевременном применении методов лечебно-педагогической коррекции на всех этапах развития.

Вторичная профилактика

Вторичная профилактика. Под ней понимают систему мероприятий, направленных на предупреждение опасного для жизни или неблагоприятного течения уже начавшегося психического или другого заболевания. Вторичная профилактика включает:

раннюю диагностику

прогноз и предупреждение опасных для жизни состояний

раннее начало лечения

применения адекватных методов коррекции с достижением наиболее полной ремиссии

Применение длительной поддерживающей терапии, исключающей возможности рецидива болезни.

Третичная психопрофилактика

- это меры по восстановлению нарушенных болезнью социальных функций пациента. Таким образом третичная профилактика — синоним *реабилитации*. Реабилитация - это сложный комплекс мероприятий, включающий, помимо собственно медицинских мер, профессиональное обучение и ресоциализацию больных.

Қорытынды

- Психогигиена пайда болғаннан бастап әруақытта психопрофилактикамен тікелей байланыста болған, және психикалық аурулардың пайда болуы мен дамуының алдын алуымен тығыз байланысты дамыған. Психопрофилактика- ол, нақты психикалық ауытқулардың пайда болуын алдын алатын болса, психогигиена - психикалық денсаулықтың сақтау және қалыптасыруға бағытталған.

Пайдаланылған Әдебиеттер

- **Сережина Н. В., Шкуренко Д. А..
Основы медицинской психологии:
общая, клиническая,
патопсихология / Серия
«Учебники, учебные пособия». –
Ростов н/Д: «Феникс». – 512 с..
2003**
- **Н.Н.Иванец, Ю.Г.Тюльпин, В.В.
Чирко, М.А.Кинкулькина
“Психиатрия и наркология”**
- **www/google/kz**