

Факторы, влияющие на здоровье человека.



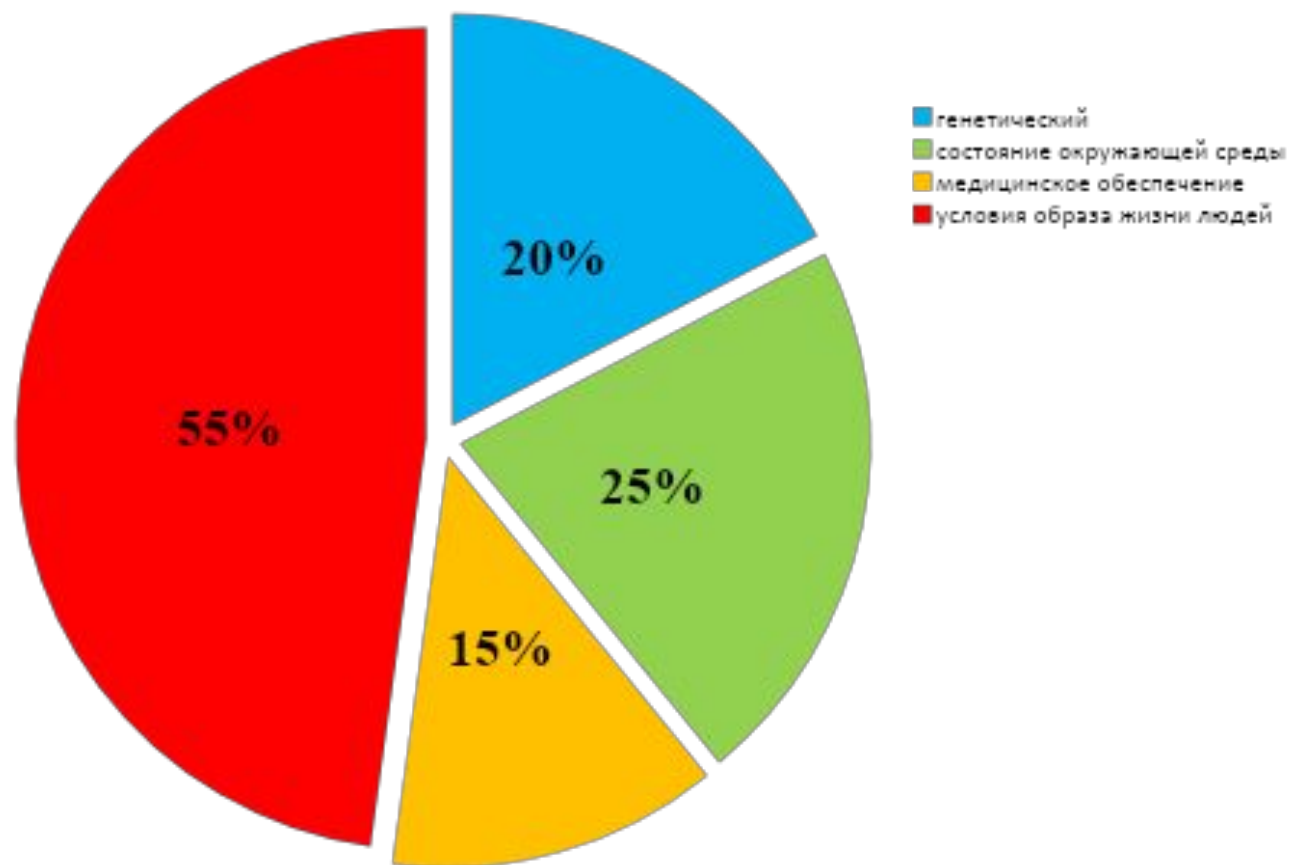
Подготовила: воспитатель высшей квалификационной категории Замалетдинова Елена Фирзановна

Факторы обеспечения здоровья

- Эксперты ВОЗ в 80-х годах XX века определили ориентировочное соотношение различных факторов обеспечения здоровья современного человека, выделив в качестве основных четыре производные.
- Впоследствии эти выводы были принципиально подтверждены и применительно к нашей стране

Факторы	данные по России	данные ВОЗ
Генетические	15 – 20 %	20%
Состояние окружающей среды	20 – 25%	20%
Медицинское обеспечение	10 – 15%	7 – 8%
Условия и образ жизни людей	50 – 55%	52 – 53%

От чего зависит наше здоровье



Сфера влияния факторов

фактор	Сфера влияния	
	Укрепляющая здоровье	Ухудшающая здоровье
Генетический	Здоровая наследственность, Отсутствие морфо-функциональных предпосылок возникновения заболеваний	Наследственные заболевания и нарушения. Наследственная предрасположенность к заболеваниям

Сфера влияния факторов

фактор	Сфера влияния	
	Укрепляющая здоровье	Ухудшающая здоровье
Состояние окружающей среды	Хорошие бытовые и производственные условия. Благоприятные климатические и природные условия. Экологически благоприятная среда обитания	Вредные условия быта и производства, Неблагоприятные климатические и природные условия. Нарушение экологической обстановки

Сфера влияния факторов

фактор	Сфера влияния	
	Укрепляющая здоровье	Ухудшающая здоровье
Медицинское обеспечение	Медицинский скрининг . Высокий уровень профилактических мероприятий. Своевременная и полноценная медицинская помощь	Отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья. Низкий уровень первичной профилактики. Некачественное медицинское обслуживание

Сфера влияния факторов

фактор	Сфера влияния	
	Укрепляющая здоровье	Ухудшающая здоровье
Условия и образ жизни	Рациональная организация жизнедеятельности, оседлый образ жизни, адекватная двигательная активность, социальный и психологический комфорт, полноценное и рациональное питание, отсутствие вредных привычек, валеологическое образование .	Отсутствие рационального режима жизнедеятельности, миграционные процессы, гипо- или гипердинамия, социальный и психологический дискомфорт, неправильное питание, вредные привычки, недостаточный уровень валеологических знаний

Факторы, влияющие на здоровье человека



Факторы неблагоприятно влияющие на состояние здоровья человека.

- ❑ Эмоционально-психические нагрузки с резко пониженной физической активностью.
- ❑ Избыточное и несбалансированное питание;
- ❑ Сложная экологическая обстановка;
- ❑ Широкое распространение вредных привычек;
- ❑ Нерациональная организация быта.

Берегите себя и будьте здоровы!

