

Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний



Преподаватель
ОБЖ – Зотова
Наталья
Вячеславовна

Неинфекционные заболевания (НИЗ)

Хронические болезни, не
передающиеся от человека
человеку.



ВОЗ – всемирная организация здоровья

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ)



Дата основания: 1948

Число

стран-участниц: 194

Место расположения

штаб-квартиры:

Женева, Швейцария

ВОЗ – всемирная организация здоровья

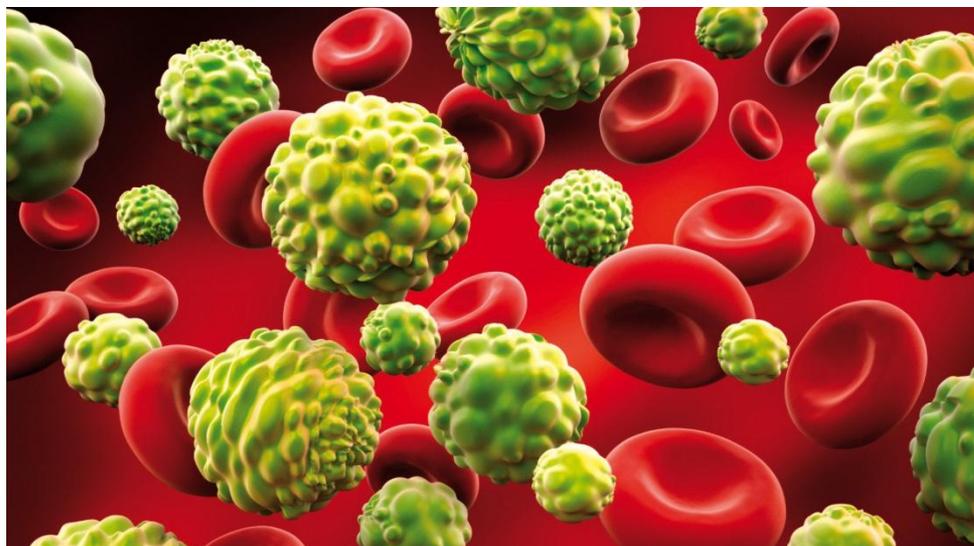
- Каждый год от неинфекционных заболеваний (НИЗ) умирает 40 миллионов человек, что составляет 70% всех случаев смерти в мире.



- В структуре смертности от НИЗ наибольшая доля приходится на сердечно-сосудистые заболевания, от которых каждый год умирает 17,7 миллионов человек.



За ними следуют раковые заболевания (8,8 млн. случаев), респираторные заболевания (3,9 млн. случаев) и диабет (1,6 млн. случаев).



- режим дня, курение, алкоголь, хорошая экология, рациональное питание, наркотики, закаливание, неблагоприятная экологическая обстановка, стресс, физические упражнения, отсутствие физических нагрузок, пол

ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ



Факторы, положительно влияющие на здоровье	Факторы, отрицательно влияющие на здоровье
режим дня	курение
хорошая экология	алкоголь
рациональное питание	наркотики
закаливание	неблагоприятная экологическая обстановка
физические упражнения	стресс
положительные эмоции	отсутствие физических нагрузок

- По современным данным ученых человек может жить до 112-115 лет.
- В прошлые века люди в основном не доживали до старости и умирали молодыми в войнах, от голода и эпидемий.
- В новейшей истории основной причиной смерти людей – заболевания.

Здоровый образ жизни



Факторы,
отрицательно
влияющие
на здоровье

Вредные привычки

Не соблюдение
личной гигиены

Недостаточная двигательная
активность

Неблагополучная
экологическая
обстановка

Эмоциональная,
психическая
перенапряженность

Неправильное питание



Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, сопровождаемое фактическим отсутствием болезней и индивидуально фрустрирующих (выводящих из состояния внутреннего спокойствия) недостатков.



- **Быть здоровым** - значит не иметь проблем с самочувствием, быть физически и духовно полноценным человеком.

Домашнее задание:

- Подготовить сообщение по теме: « Почему главной причиной основных неинфекционных заболеваний является несоблюдение норм здорового образа жизни? »
- Сообщение прислать мне на личную почту ZNzotovaZN@yandex.ru

Мы за здоровый образ жизни!



*Есть
множество
способов
сохранить
здоровье*



Умейте ценить свою жизнь!