



World Health Organization

**В настоящее время отправным пунктом для медико-социальной интерпретации здоровья является определение, принятое Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):**

*Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.*

*По существу – это идеал, к которому мы должны стремиться.*

## Общепринятое определение болезни (болезней):

**Болезнь – это нарушения, поломки, дефекты физических и (или) психических функций, ведущих к нарушению “нормальной” жизнедеятельности.**



нередки определения болезни как нарушения связей, взаимодействия организма с внешней средой, как нарушения адаптации к среде обитания (дезадаптации).

# Уровни в понятии «здоровье»:

1

- **Биологическое здоровье**

2

- **Психическое здоровье**

3

- **Социальное здоровье**

4

- **Духовно-нравственное здоровье**

1

- **Биологическое здоровье**

Биологическое здоровье связано с организмом и зависит от динамического равновесия функций всех внутренних органов, их адекватного реагирования на влияние окружающей среды.

Иными словами – это совершенство саморегуляции в организме и максимальная адаптация (в биологическом смысле) к окружающей среде.

1

## • **Биологическое здоровье**

Здоровье на биологическом уровне имеет две составляющие:

• Соматическое здоровье – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития;

• Физическое здоровье – уровень роста и развития органов и систем организма. Основу его составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции.

## • Психическое здоровье

Психическое здоровье – это состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию.

Психическое или душевное здоровье относится к разуму, интеллекту (*психологическое благополучие, уровни тревоги: и депрессии, контроль эмоций и поведения, познавательные функции*).

## • **Социальное здоровье**

**Социальное здоровье связано с влиянием на личность других людей, общества в целом и зависит от места и роли человека в межличностных отношениях, от нравственного здоровья социума.**

**Социальное здоровье** – мера социальной активности и, прежде всего, трудоспособности, форма: активного, деятельного отношения к миру.

## • Социальное здоровье

### Социальная составляющая здоровья складывается

- под влиянием родителей,
- друзей,
- одноклассников в школе,
- сокурсников в вузе,
- коллег по работе,
- соседей по дому и т. д.,

*которая отражает социальные связи, ресурсы, межличностные контакты.*



4

- **Духовно-нравственное здоровье**

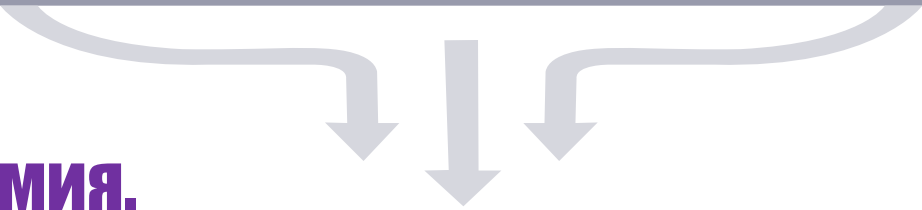
**Духовность**

**Морально-нравственные  
устои**

составляют фундамент физического  
здоровья человека.

**Платон в своё время придавал духовным факторам решающее значение в излечении физических недугов.**

## Факторы риска, влияющие на здоровье



- **Гиподинамия.**
- **Переедание и связанные с ним избыточная масса тела, ожирение.**
- **Психозмоциональное напряжение.**
- **Злоупотребление алкоголем и курение.**

Факторы риска - это факторы внешней и внутренней среды организма, не являющиеся непосредственной причиной определенной болезни, но способствующие вероятности ее возникновения и развития.