

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЮРИДИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»



Кафедра физического воспитания и спорта

# Социально значимые представления о здоровом образе жизни и социальные опасности

Кафедра ФВиС  
Доцент Аксенова ВИ

# Общественное (популяционное) здоровье

- общественного (популяционного) здоровья, или здоровья населения, определяемое как здоровье возрастно-половых, социальных, профессиональных и других групп населения, проживающих на определенной территории, в различных странах, регионах.

**Общественное здоровье есть результат образа жизни группы населения.**

# Общественное (популяционное)

## здоровье

- **Образ жизни** — это одна из биосоциальных категорий, характеризует особенности быта и труда, использования свободного времени, удовлетворения материальных и духовных потребностей, участия в общественной жизни, норм и правил поведения.
- **Здоровый образ жизни (ЗОЖ)** — образ жизни (ЗОЖ) — образ жизни человека, направленный на профилактику (ЗОЖ) — образ жизни человека, направленный на профилактику болезней (ЗОЖ) — образ

# Факторы риска заболеваний и потери здоровья

Фактор риска	Удельный вес фактора риска, %
<b>Образ жизни</b>	49-53
Наследственный фактор	18-22
Экологическое состояние среды обитания	17-20
Структура здравоохранения	8-10

# Составные части ЗОЖ

- **плодотворный труд**, важный элемент здорового образа жизни. На здоровье человека оказывают влияние биологические и социальные факторы, главным из которых является труд.
- **рациональный режим труда и отдыха**, необходимый элемент здорового образа жизни. При правильном и строго соблюдаемом режиме вырабатывается четкий и необходимый ритм функционирования организма, что создает оптимальные условия для работы и отдыха и тем самым способствует укреплению здоровья, улучшению работоспособности и повышению производительности труда.
- **искоренение вредных привычек, (курение, алкоголь, наркотики)**. Эти нарушители здоровья являются причиной многих заболеваний, резко сокращают продолжительность жизни, снижают работоспособность, пагубно отражаются на здоровье подрастающего поколения и на здоровье будущих детей.

# Составные части ЗОЖ

- **оптимальный двигательный режим**, систематические занятия физическими упражнениями, способствующими укреплению здоровья, развитию физических качеств и совершенствованию **двигательных** навыков.
- **личную гигиену**, поведение человека, направленное на гигиеническое содержание тела (кожи, волос, ногтей, зубов), обуви и одежды, жилища
- **закаливание** организма. метод физиотерапии<sup>[1]</sup> по воздействию на организм человека различными природными факторами: воздухом, водой, солнцем, низкими и высокими температурами (относительно температуры тела) и пониженным атмосферным давлением, с целью повышения функциональных резервов организма и его устойчивости к неблагоприятному воздействию этих факторов<sup>↓</sup>
- **рациональное питание**. питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующая укреплению его здоровья и профилактике заболеваний. ●

# Общая характеристика показателей состояния здоровья населения.



# Ориентировочные показатели естественного движения населения

Оценка показателей	Показатели на 1000 населения	Показатели на 1000 населения	Естественный прирост
	рождаемость	смертность	
Высокие	Свыше 25	Свыше 15	Свыше 10
Средние	15-25	9-15	6-10
Низкие	До 15	До 9	До 6



## Характерные значения риска естественной и принудительной смерти людей от воздействия условий жизни и деятельности.

Причина возникновения риска	$R_{\#}$	Общественная оценка риска
Сердечнососудистые заболевания	$3,4 \cdot 10^{-3}$	Зона неприемлемого риска ( $R \geq 10^{-3}$ )
Злокачественные опухоли	$1,6 \cdot 10^{-3}$	
Автомобильные аварии	$10^{-3}$	
Несчастные случаи на производстве	$3 \cdot 10^{-4}$	Переходная зона ( $10^{-6} \leq R \leq 10^{-3}$ )
Аварии на железнодорожном, водном и воздушном транспорте; пожары и взрывы	$10^{-5}$	
Проживание вблизи ТЭС (при нормальном режиме работы)	$10^{-6}$	
Все стихийные бедствия, укусы насекомых	$10^{-7}$	Зона приемлемого риска ( $R < 10^{-6}$ )
Проживание вблизи АЭС (при нормальном режиме работы)	$10^{-8}$	

# Формирование ценностных установок и мотивации поведения

- Абсолютной ценностью среди всех других является только человеческая жизнь, так как жизнь — единственное условие и критерий для осуществления любой другой ценности. Поскольку человеческая жизнь является высшей ценностью гуманистического общества, то совокупность свойств, качеств человека есть ценность не только самого человека, но и общества.

# Здоровье человека и окружающая среда. Социальногигиенический мониторинг

## **основными химическими загрязнителями являются:**

- загрязнители **атмосферного воздуха** — диоксид азота, оксид углерода, формальдегид, аммиак, фенол, сероводород, диоксид серы, свинец, хлорид водорода, ксилол, бензол, бснз(а)пирены, толуол;
- загрязнители **питьевой воды** — свинец, ДДТ, 1,2-дибромтрихлорпропан, хлороформ, акрилонитрил, бериллий, мышьяк, кадмий, оксид никеля, шестивалентный хром, ртуть, бор, оксид железа;
- загрязнители **почвы** — тяжелые металлы, жидкие углеводороды, пестициды, гербициды, нитросоединения

# Здоровье человека и окружающая среда. Социальногигиенический мониторинг

**физических факторов наибольшее влияние на организм человека оказывают**

- шум,
- электромагнитные излучения (шумовой и электромагнитный смог),
- ионизирующие излучения,
- гидрометеорологические факторы.
- Кроме того, во всех природных средах в том или ином количестве и виде присутствуют факторы биологической природы - микро- и макроорганизмы, а также произведенные ими биотоксины

# Здоровье человека и окружающая среда. Социальногигиенический мониторинг

Основное содержание мероприятий, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности человека, предусматривает прежде всего заботу о сохранении его жизни и здоровья, а именно **минимизацию вероятности возникновения явлений, обуславливающих воздействие на организм неблагоприятных факторов окружающей среды** (риск возникновения чрезвычайных ситуаций). В повседневной деятельности важным содержанием этих мероприятий служит организация здорового образа жизни.

# Здоровье человека и окружающая среда. Социально-гигиенический мониторинг

- Математическая модель, разработанная отечественными учеными, описывается следующим линейным уравнением:
- $$\text{ИПЗ} = \Lambda_{\text{окр}}^* + K_{\text{сппж}} + K_{030} - K_{\text{ш}} - /C_{\text{пинв}} + C,$$
- где ИПЗ — интегральный показатель здоровья населения;
- $K_{\text{окр}}$  — общий коэффициент рождаемости;
- $C_{\text{с|шж}}$  — коэффициент средней продолжительности предстоящей жизни (при рождении);
- $K_{030}$  — коэффициент общей заболеваемости по обращению населения в учреждения здравоохранения;
- $K_{\text{см}}$  — коэффициент смертности;
- $K_{\text{тв}}$  ~ коэффициент первичной инвалидности;
- $C$  — число, определяющее среднее значение ИПЗ для рассматриваемой модели.

# Здоровый образ жизни как модель поведения и как первичная профилактика социальных отклонений

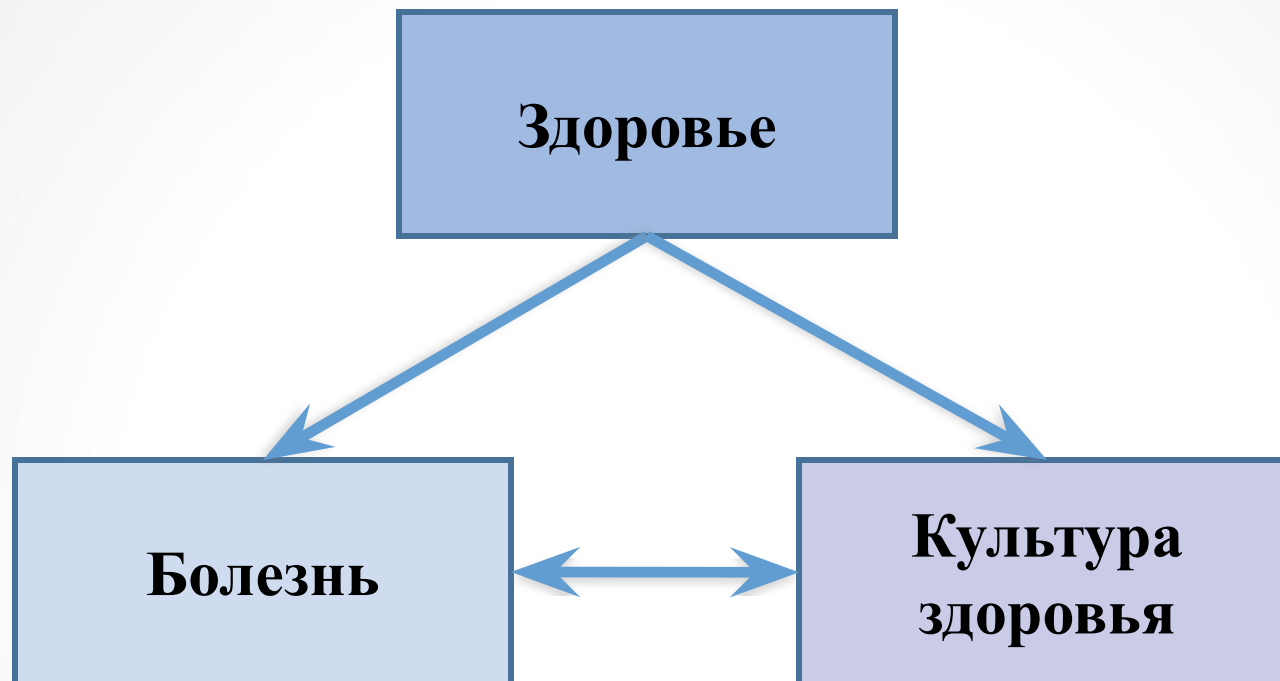
Образ жизни человека включает три категории: уровень, качество и стиль жизни.

- *Уровень жизни* — это степень удовлетворения материальных, культурных, духовных потребностей (в основном экономическая категория).
- *Качество жизни* характеризует комфорт в удовлетворении человеческих потребностей (преимущественно социологическая категория).
- *Стиль жизни* — поведенческая особенность повседневной жизни человека, т.е. определенный стандарт, под который подстраивается психология и физиология личности (социально-психологическая категория).

# **Здоровый образ жизни как модель поведения и как первичная профилактика социальных отклонений**

- Здоровый образ жизни (ЗОЖ) — это мера цивилизованности и человечности, характеризующая как отдельного человека, так и общество в целом. Он складывается из ориентации на здоровье как на абсолютную жизненную ценность, на идеалы личности, семьи, нации и природы, из эффективных мер питания, образования, физкультуры и спорта, гигиены тела и духа





**Болезнь** - это *состояние* организма, выраженное в нарушении его нормальной жизнедеятельности, продолжительности жизни, и его способности поддерживать свой гомеостаз.<sup>[1]</sup> Является следствием ограниченных энергетических и функциональных возможностей живой системы в противопоставлении патогенным факторам.

**Культура здоровья** - фундаментальная наука о человеке и его **здоровье**, интегральная отрасль знания, которая разрабатывает и решает теоретические и практические задачи гармоничного развития духовных, психических и физических сил человека, его оптимальной биосоциальной адаптации к среде обитания.

# Социальные опасности

```
graph TD; A[Социальные опасности] --- B[Опасности индивидуального характера]; A --- C[Опасности общественного характера]; A --- D[Опасности глобального характера];
```

**ОПАСНОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО  
ХАРАКТЕРА**

**ОПАСНОСТИ ОБЩЕСТВЕННОГО  
ХАРАКТЕРА**

**ОПАСНОСТИ ГЛОБАЛЬНОГО  
ХАРАКТЕРА**

# ОПАСНОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

**Опасности зависимого  
поведения**

**Опасности девиантного и  
деструктивного поведения**

# ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ

Вклад основных зависимостей в показатели смертности в России:

- Алкоголь – около 500 000 человек в год.
- Табак – 350 000 человек в год.
- Наркотики – 70 000 человек в год.

**Контингенты больных психическими расстройствами  
и расстройствами поведения, связанными с употреблением психоактивных веществ в  
РФ, тыс. человек (на конец года)**

	1995	2000	2005	2007	2008
Численность больных, состоящих на учете в лечебно-профилактических учреждениях с диагнозом:					
алкоголизм и алкогольные психозы	2406,6	2190,9	2190,7	2115,8	2082,7
в том числе алкогольные психозы	110,4	103,5	125,6	108,2	108,5
наркомания	64,9	269,1	328,0	338,7	341,9
токсикомания	7,7	12,2	14,5	14,5	13,8

# Опасности зависимого поведения

С алкоголем связаны:

- 72 % всех убийств;
- 42 % самоубийств;
- 52,7 % смертей от аварий, травм и других внешних причин;
- 67,6 % цирроза печени;
- 26 % сердечно-сосудистых заболеваний.

# Опасности зависимого поведения

Условия обитания	СПЖ, сут
Курение по 20 сигарет в день в течение 45 лет	2250
Работа в угольной шахте	1100
Проживание в неблагоприятных условиях	500
Загрязнение воздуха в крупных городах	350

# Опасности зависимого поведения

Около 30% смертей от раковых заболеваний непосредственно связаны с курением. Курение является основной причиной многих видов раковых заболеваний:

- Рак легких, трахеи и бронхов (85%).
- Рак гортани (84%).
- Рак ротовой полости, включая губы и язык (92%).
- Рак пищевода (78%).
- Рак поджелудочной железы (29%).
- Рак мочевого пузыря (47%).
- Рак почек (48%).

# Опасности зависимого поведения

## Заболеваемость населения наркоманией в РФ

	2004	2005	2006	2007	2008
Взято под диспансерное наблюдение больных с впервые в жизни установленным диагнозом отчетном году					
всего, тыс. человек	21,0	24,4	27,2	29,6	26,5
на 100 000 человек населения	14,7	17,2	19,1	20,8	18,7
Численность больных, состоящих на учете в лечебно-профилактических учреждениях					
всего, тыс. человек	325,7	328,0	333,3	338,7	341,9
на 100 000 человек населения	228,8	231,6	234,4	238,5	240,9



# Опасности зависимого поведения

- **Наркомания** и (или) **токсикомания** – это заболевания, которые развиваются при злоупотреблении наркотическими и (или) токсическими веществами и выражаются в патологическом влечении к этим веществам, возрастающем неконтролируемом употреблении их, абстинентном синдроме, социальной деградации.
- **Социальные последствия распространения наркомании выражаются:**
  - в угрозе здоровью личности. Последствия употребления наркотиков для здоровья отдельно взятого человека
  - в ущербе безопасности личности. Наркомания порождает и стимулирует общеуголовную и организованную преступность.
  - ущерб экономике, который выражается в первую очередь в последствиях утраты наркоманом способностей
    - производительно трудиться,

# Опасности девиантного и деструктивного поведения

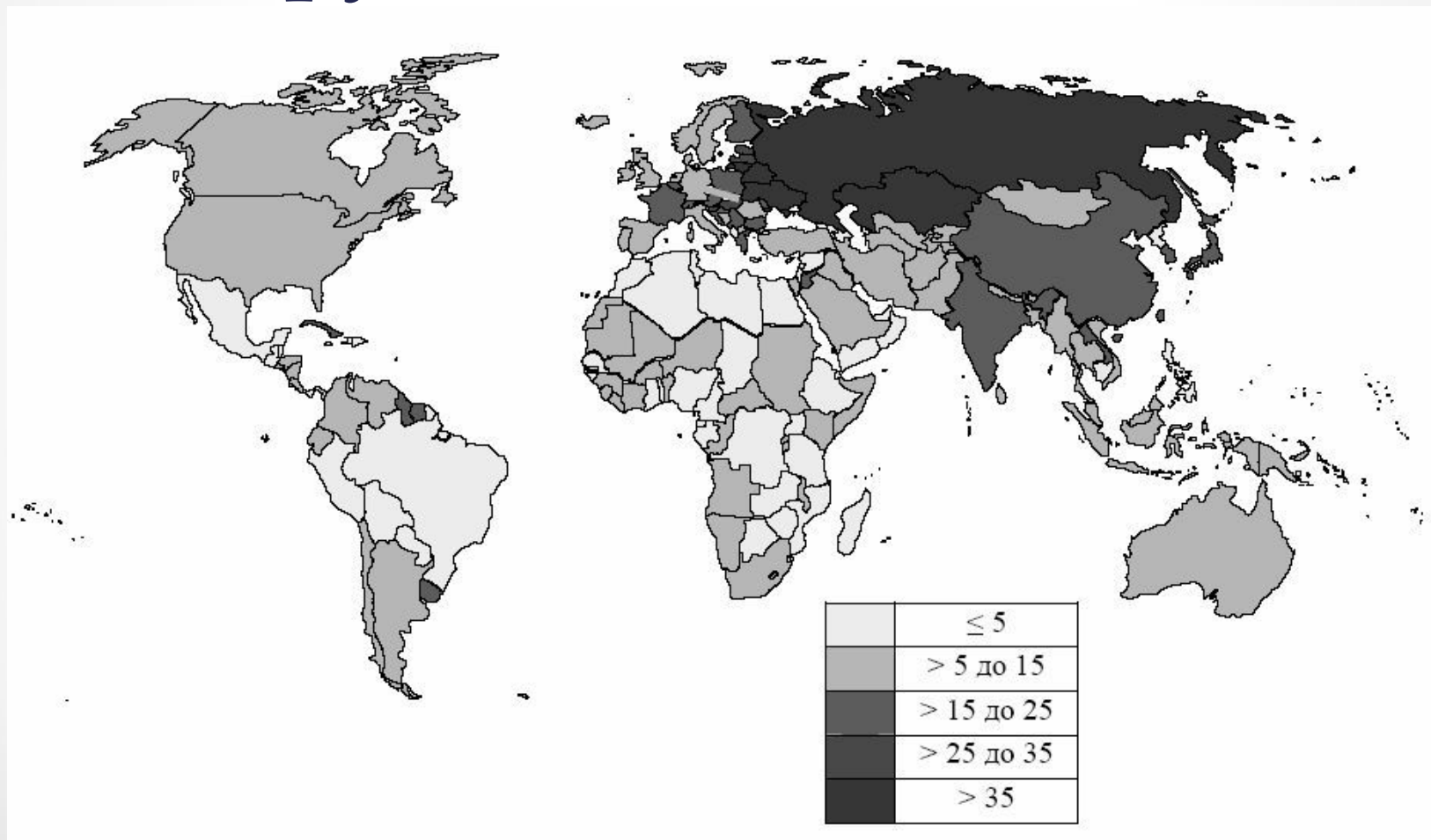
- **Девиантное поведение** – поведение человека, нарушающее норму, выходящее за пределы некой области, описывающей средние значения признака. И как следствие этого – искажение духовных ценностей личности и асоциальное, противоправное, аддиктивное поведение, а также проституция, беспризорность, суицид и др.
- **Аддиктивное поведение** – это один из видов девиантного поведения с формированием устойчивой зависимости в стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния.
- **Деструктивное поведение.** Деструктивное поведение по отношению к девиантному – регрессивная, негативная форма девиантного поведения, связанная с разрушением субъектом структур как «составляющих» его (организм), так и заключающих его в «себе» (общество).

# Опасности девиантного и деструктивного поведения

Типы деструктивного поведения:

- аддиктивное,
  - антисоциальное,
  - суицидное,
  - конформистское,
  - нарцисстическое,
  - фанатическое и
  - аутическое.
- Ежегодно, каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства. По абсолютному количеству подростковых самоубийств Россия занимает первое место.

# Опасности девиантного и деструктивного поведения



# Общественная опасность проституции

- опасность проституции для общества можно рассматривать с разных сторон:
- а) социальный аспект:
  - проституция является формой социального паразитизма, т.е. создающего своего рода альтернативный образ жизни, не предполагающий в качестве основной нормы трудовой процесс (связана с алкоголизмом, наркоманией, туеядством);
  - проституция подрывает социальную нравственность, отрицает целомудрие, бескорыстную любовь, способствует деградации национальной культуры;
- б) медицинский аспект:
  - распространение венерических заболеваний и СПИДа;
  - женщины, занимающиеся проституцией утрачивают собственное здоровье, не могут быть полноценными матерями и соответственно не могут производить полноценных, здоровых детей;
- в) нравственно-психологический аспект:
  - проституция неизбежно ведет к искажению природных и психологических человеческих качеств и общечеловеческих ценностей, к деградации личности и моральной патологии;
  - проституция разрушает институт семьи, отрицательно влияет на формирование подрастающего поколения;
- г) правовой аспект:
  - проституция является одним из этапов нравственной деградации, который нередко завершается преступным поведением (кражи, спекуляция, распространение порнографии и наркотиков, притоносодержание, сводничество, вовлечение в проституцию несовершеннолетних, заражение венерическими заболеваниями).

# Заболевания, передающиеся

## ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

- **Заболеваемость ВИЧ-инфекцией в РФ**

	2000	2002	2004	2005	2006	2007	2008
всего, человек	78571	189067	228999	234792	237237	267513	3301251
на 100 000 человек населения	53,4	130,4	159,6	164,5	166,8	188,4	212,2
из них с впервые в жизни установленным диагнозом:							
всего, человек	55449	43455	28371	32704	28508	38767	44101
на 100 000 человек населения	37,8	29,9	19,9	22,9	20,0	27,3	31,1

# Опасности общественного характера

Опасности в сфере духовной жизни общества (массовая культура)

Опасности в сфере социальной жизни общества ( в семейной сфере)

Опасности в сфере экономической жизни общества

Опасности в сфере политической жизни общества

# ОПАСНОСТИ ГЛОБАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

Развитие человечества и его  
безопасность

Терроризм как глобальная проблема  
современности



# **Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности**

<b>Ориентирующие принципы</b>	<b>Технические принципы</b>
<p><b>предполагают устранение опасных и вредных факторов за счет изменения технологии, замену опасных веществ на безопасные, применение более безопасного оборудования, совершенствование научной организации труда.</b></p>	<p><b>направлены на непосредственное предотвращение действия опасностей. Они основаны на использовании физических законов:</b></p>

# Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности

Организационные принципы реализуются в целях безопасности положения научной организации деятельности.

Среди организационных выделяют следующие принципы

*защиты времени* —

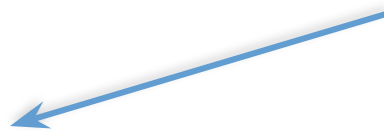
предполагает сокращение до безопасных значений длительность нахождения людей в условиях воздействия опасности (продолжительность рабочего дня и отпуска, время работы с источниками опасности)

*компенсации* —

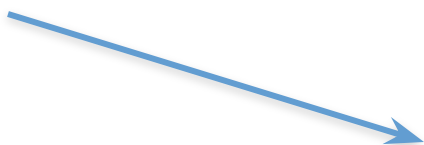
предусматривает предоставление льгот для восстановления . здоровья и предупреждения заболеваний.

# Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности

Управленческие принципы определяют взаимосвязь и отношения между отдельными стадиями и этапами процесса обеспечения безопасности:



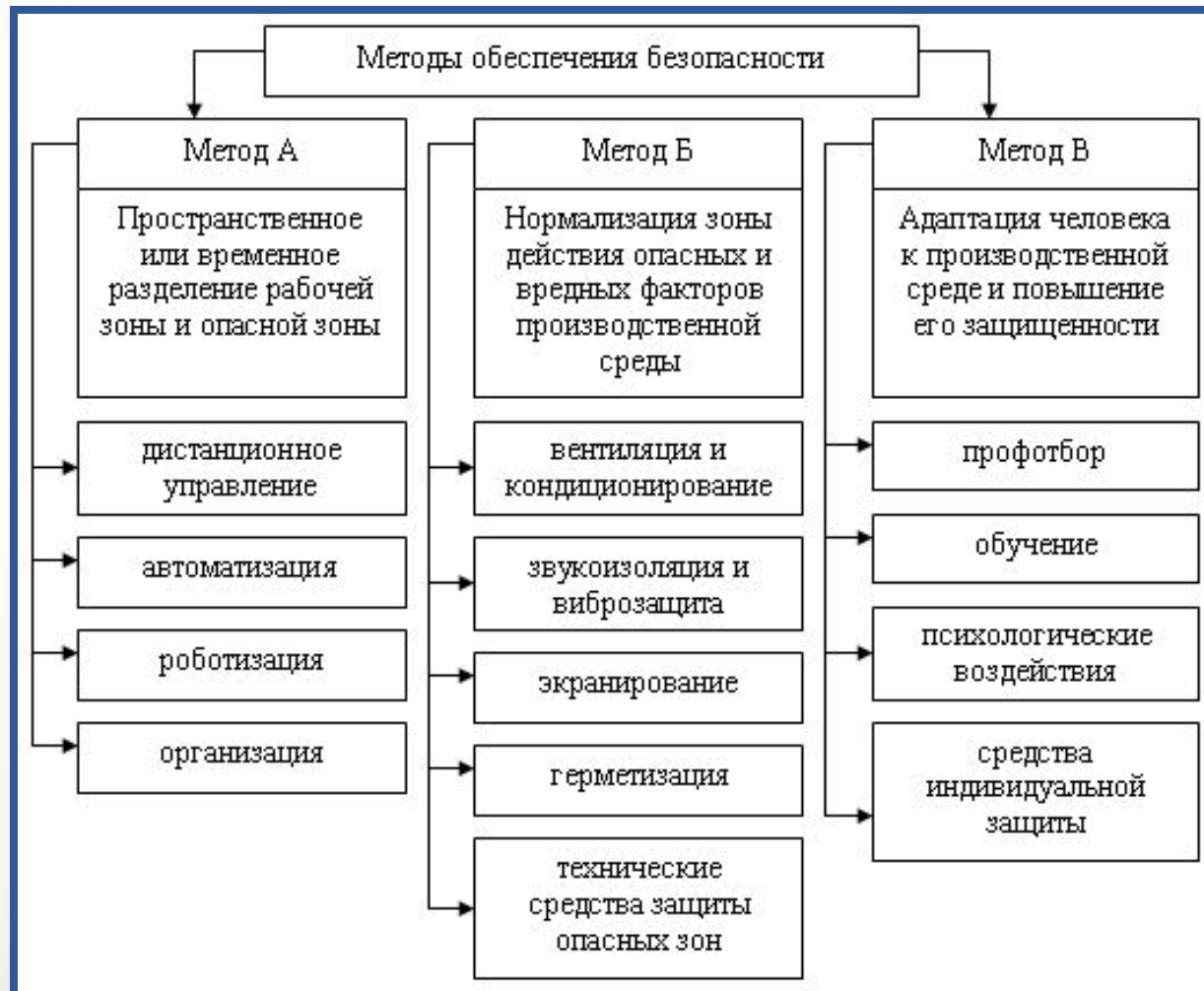
**принцип подбора кадров** —  
предусматривает выбор специалистов, обладающих профессиональными знаниями, мастерством, опытом, позволяющими профессионально и безопасно выполнять свои функции в конкретных условиях



**принцип стимулирования** —  
предполагает моральное и материальное поощрение за качественные и количественные показатели деятельности

# Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности

**Метод** — это определенный путь, способ достижения цели, исходящий из знания наиболее общих закономерностей



# **Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности**

## **Средства обеспечения безопасности**

**жизнедеятельности** — это конкретная реализация принципов и методов.

**Средства производственной  
безопасности**

**Средства индивидуальной  
защиты**

**Средства коллективной  
защиты**

**Социально-педагогические  
средства**

## Социально-педагогические средства

*Социально-педагогические средства обеспечения безопасности:*

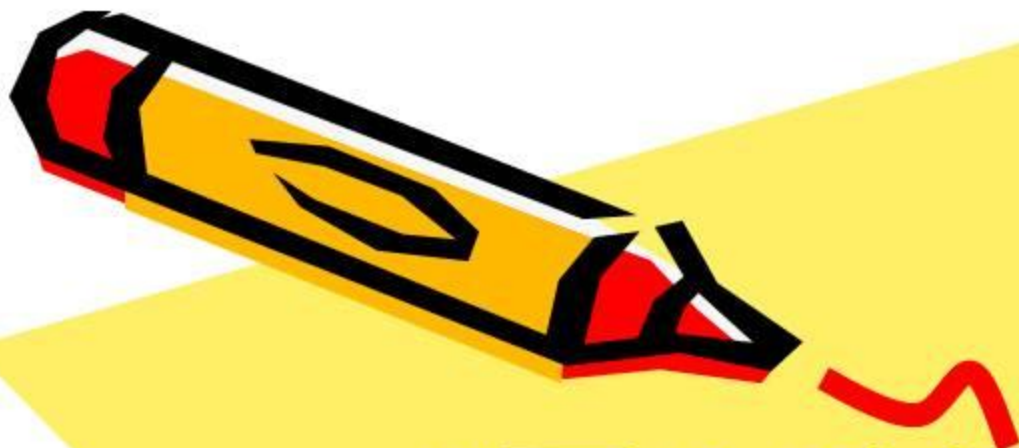
- воспитание
- **укрепление здоровья**
- система государственных органов управления и др.



## Список литературы

1. Безопасность жизнедеятельности : учеб. для вузов / С. В. Белов [и др.]; под общ. ред. С. В. Белова. – М. : Высш. шк., 2009. – С. 57.
2. Безопасность жизнедеятельности : учеб. / под ред. проф. Э. А. Арустамова. – М. : Дашков и К°, 2008. – С. 393.
3. Безопасность жизнедеятельности : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / Л. А. Михайлов [и др.]; под ред. Л. А. Михайлова. – М. : Академия, 2009. – С. 216.
4. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / под ред. А. И. Сидорова. – М. : КНОРУС, 2007. – С. 14.
5. ГОСТ Р 51898-2002. Аспекты безопасности. Правила включения в стандарты. – М. : Изд-во стандартов, 2002. – С. 3





СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ

