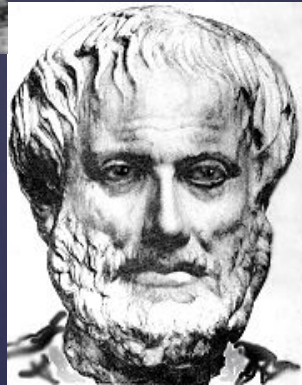
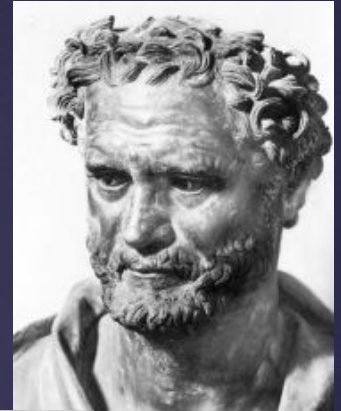
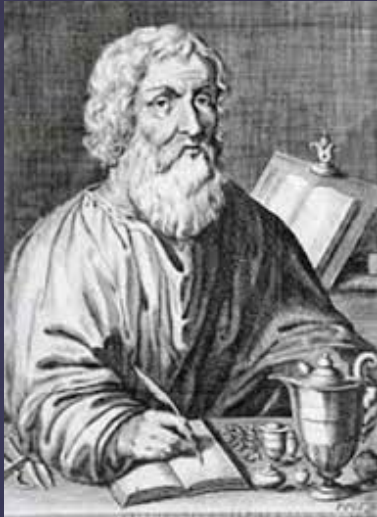


Предмет валеология.

Здоровый образ жизни,  
факторы риска, вредные  
привычки

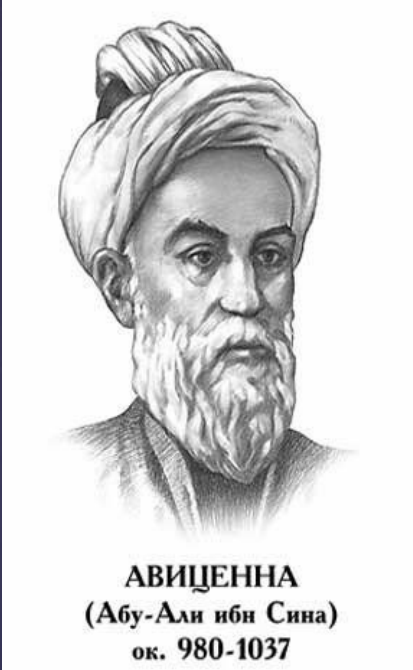
Работу выполнили  
студентки 235 гр леч/фак  
Алиева Хадижат  
Темирбекова Раисат

# Предпосылки и История



Проблеме сохранения здоровья людей уделяли большое внимание ученые на протяжении всей истории человечества. В древние времена этой проблеме посвящены труды Геродика, Гиппократа, Демокрита, Аристотеля, Галена и других ученых.

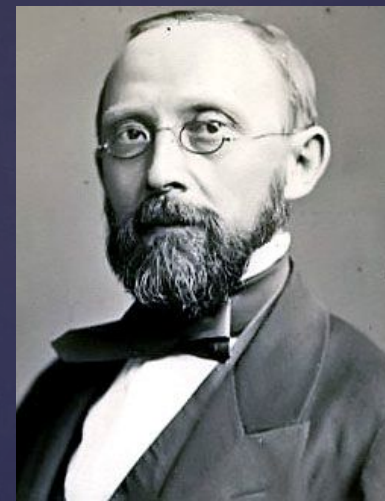
# 10 век



В своем классическом труде, который прославился и на Востоке, и на Западе, пятитомнике «Канон врачебной науки» Авиценна предоставляет приоритета не столько лечению болезней, сколько сохранению здоровья. Главным условием для сохранения здоровья он считает физическую активность, дыхательную гимнастику, природные факторы, в частности солнечную энергию.

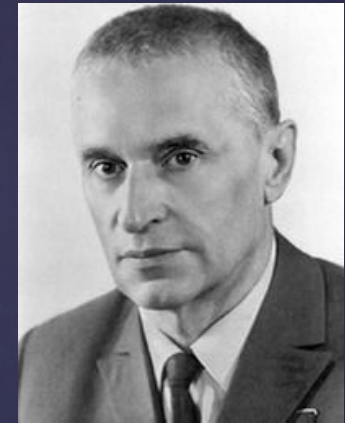
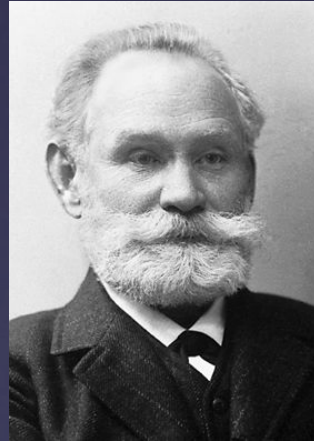
# 17 век

Решительный поворот науки к приоритетов здоровья состоялся в связи с открытием микроскопа Левенгуком (1661) и развитием микробиологии.

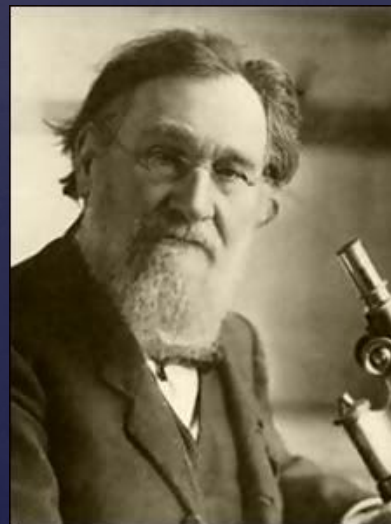


Используя микробиологические методы, Р. Кох (1843-1910) на основе длительных наблюдений и экспериментов доказал роль микроорганизмов для здоровья человека, а Р. Вирхов (1821-1902) описал патологические процессы, развивающиеся в организме человека при самых разнообразных заболеваниях, вызванных микроорганизмами.

Проблеме учение о здоровье уделяли внимание известные ученые С.П. Боткин, И.М. Сеченов, И.П. Павлов, И.В. Давыдовский, И.И. Мечников, Н.Н. Амосов и другие ученые.



И.И. Мечников впервые высказал мнение, что болезнь является взаимодействием возбудителя (причины) и организма.



# Основатель валеологии



Основателем валеологии в современном понимании этого слова стал ученик Н.В. Лазарева И.И. Брехман, впервые в 1982 году на научной основе рассмотрел проблему сохранения и укрепления здоровья практически здоровых людей.

# Валеология как наука

- **Валеология** есть межнаучное направление, в основе которого лежит представление о генетических и функциональных резервах систем организма и организма в целом, обеспечивающих устойчивость психофизиологического и социокультурного развития и сохранение здоровья человека в условиях влияния на него меняющихся условий внешней и внутренней среды.
- **Валеология** как учебная дисциплина представляет собой совокупность знаний о здоровье и о здоровом образе жизни человека.

- **Предметом валеологии** является индивидуальное здоровье и резервы здоровья человека, а также здоровый образ жизни. В этом заключается одно из важнейших отличии валеологии от профилактических медицинских дисциплин, большинство из которых разрабатывает всеобщие для данного контингента рекомендации.
- **Объектом валеологии** является практически здоровый, а также находящийся в состоянии предболезни человек. Подобная характеристика валеологии ставит ее в особое положение, потому что именно такой контингент людей не является объектом изучения ни одной другой науки.



## Задачами валеологии являются:

- Изучение закономерностей формирования здоровья человека.
- Исследование и количественная оценка состояния здоровья и резервов здоровья человека.
- Формирование установки на здоровый образ жизни.
- Сохранение и укрепление здоровья и резервов здоровья человека через приобщение его к здоровому образу жизни.



# Классификация валеологии

- **Общая валеология**
- **Медицинская валеология**
- **Педагогическая  
валеология**
- **Возрастная валеология**
- **Специальная валеология**
- **Семейная валеология**
- **Экологическая  
валеология**
- **Социальная валеология**

## Заключени

Проблемы валеологии интересуют психологов, биологов, диетологов, народных умельцев, духовных учителей. Все они ставят здоровье в центр науки и практики, имеющий гуманистически ориентировать современную медицину и биологию, сократить по мере возможностей расстояние между человеком и его здоровьем, вооружить ее практическими знаниями о собственном теле и душе, перенести проблему излечения от болезней с социального и медицинского плана в собственный.

Болезнь рассматривается социумом как средство укрепления души. Болезнь, кроме философского и религиозного положительного отношения, получает уступку со стороны медицины. Это та основа, на которой она держится. Этому способствуют и общество, и его члены, которые имеют целью лечиться. Очень много простых методов, которые использовали наши деды и прадеды, сейчас забыты. Современное общество воспринимает лечение как благо, как объект потребления. Болезнь получает полное признание. Современная реклама продвигает не те товары, которые способствуют здоровью и здоровому образу жизни, а лишь средства лечения и медицинские услуги. Не пользоваться услугами врача считается признаком бедности, маргинальности. Постоянно поступает информация об успехах микрохирургии, трансплантации и т.д.

продолжение следует