

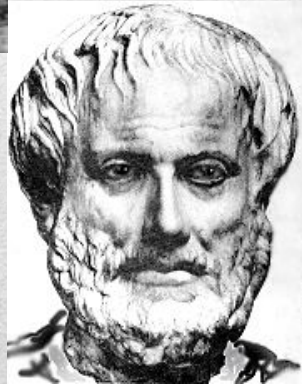
**Российский государственный педагогический
университет им. А.И.Герцена**

**Валеология – наука о здоровье.
Предпосылки и история**

**Выполнил студент
3 курса 32 группы
Альхов Никита**

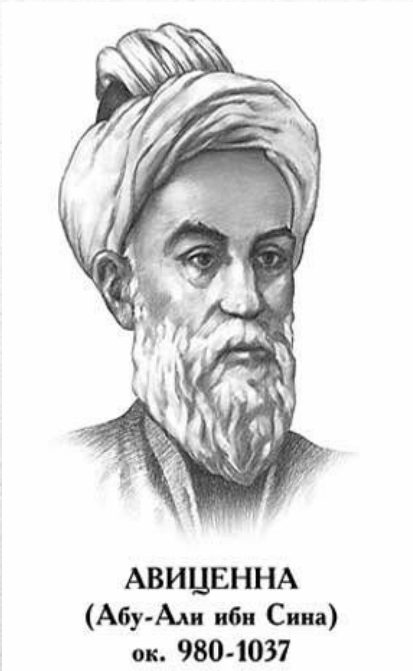
Санкт-Петербург 2014

Предпосылки и История



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

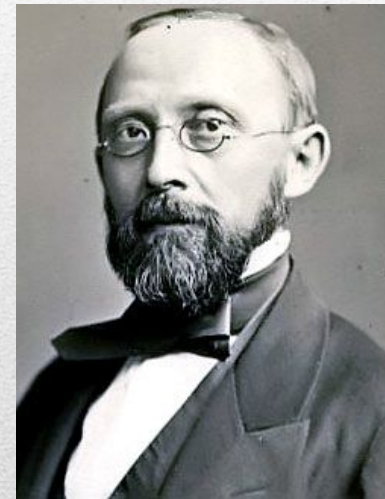
10 век



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 приоритетам здоровья состоялся в связи с открытием микроскопа Левенгуком (1661) и развитием микробиологии.

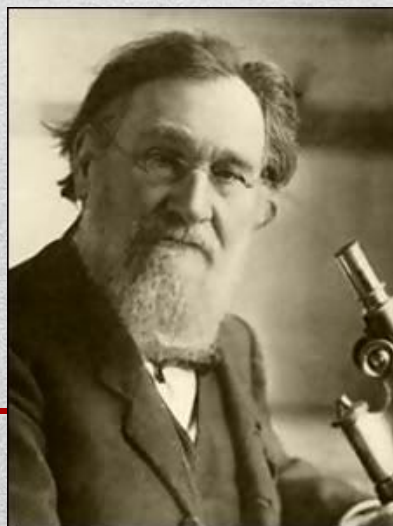


Используя микробиологические методы, Р. Кох (1843-1910) на основе длительных наблюдений и экспериментов доказал роль микроорганизмов для здоровья человека, а Р. Вирхов (1821-1902) описал патологические процессы, развивающиеся в организме человека при самых разнообразных заболеваниях, вызванных микроорганизмами.

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.



**Таблица 1. Сопоставление определяющих признаков наук о здоровье человека
(Ю.К. Бахтин с соавт., 1989)**

Определяющие признаки науки	Медицина (клиническая, профилактическая, теоретическая, экспериментальная)	Гигиена (общая, коммунальная, социальная, радиационная, питания, труда, подростковая)	Валеология (медицинская, педагогическая, психологическая, экологическая, возрастная)
Основные направления науки	Избавление человека от заболеваний, их диагностика, лечение и предупреждение	Исследование и поддержание здоровых условий жизнедеятельности человека и среды его обитания	Формирование, укрепление и сохранение здоровья человека
Основная концепция, доктрина	Человек и его заболевания	Человек в оптимальных условиях жизнедеятельности и среды обитания	Человек и его здоровье, здоровый образ жизни
Объект изучения	Человек, подверженный заболеваниям	Среда обитания и условия жизнедеятельности человека	Практически здоровый человек

Предмет исследования	Болезни человека, их причины и механизмы развития; диагностика, лечение и профилактика заболеваний	Здоровые условия жизнедеятельности человека и оптимальные характеристики среды его обитания	Здоровье человека и его резервы; их оценка, развитие и укрепление функциональных возможностей человека
Методы исследования	Методы диагностики, лечения и предупреждения заболеваний человека	Методы исследования, создания и поддержания оптимальных для здоровья характеристик среды и условий жизнедеятельности	Методы количественной и качественной оценки резервов здоровья, профилактики их снижения и коррекции их отклонений от нормы
Пути достижения цели и результатов	Снижение заболеваемости, инвалидизации и смертности населения	Снижение заболеваемости, травматизма и инвалидизации населения	Укрепление здоровья через формирование ЗОЖ населения

Классификация валеологии

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

Заключение

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.



Спасибо за Внимание!
