

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,<br>% |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Образ жизни</b>                                    | 49-53                            |
| <b>Наследственный фактор</b>                          | 18-22                            |
| <b>Экологическое<br/>состояние среды<br/>обитания</b> | 17-20                            |
| <b>Структура<br/>здравоохранения</b>                  | 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>[1]</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

| <b>Оценка<br/>показателей</b> | <b>Показатели на<br/>1000 населения</b> | <b>Показатели на<br/>1000 населения</b> | <b>Естественный<br/>прирост</b> |
|-------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------|
|                               | <b>рождаемость</b>                      | <b>смертность</b>                       |                                 |
| <b>Высокие</b>                | <b>Свыше 25</b>                         | <b>Свыше 15</b>                         | <b>Свыше 10</b>                 |
| <b>Средние</b>                | <b>15-25</b>                            | <b>9-15</b>                             | <b>6-10</b>                     |
| <b>Низкие</b>                 | <b>До 15</b>                            | <b>До 9</b>                             | <b>До 6</b>                     |

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

| Причина возникновения риска                                               | $R_{\text{н}}$      | 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-дибром-трихлорпропан, 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;
- $K_{\text{тв}} \sim$  коэффициент первичной инвалидности;
- $C$  — число, определяющее среднее значение ИПЗ для рассматриваемой модели.

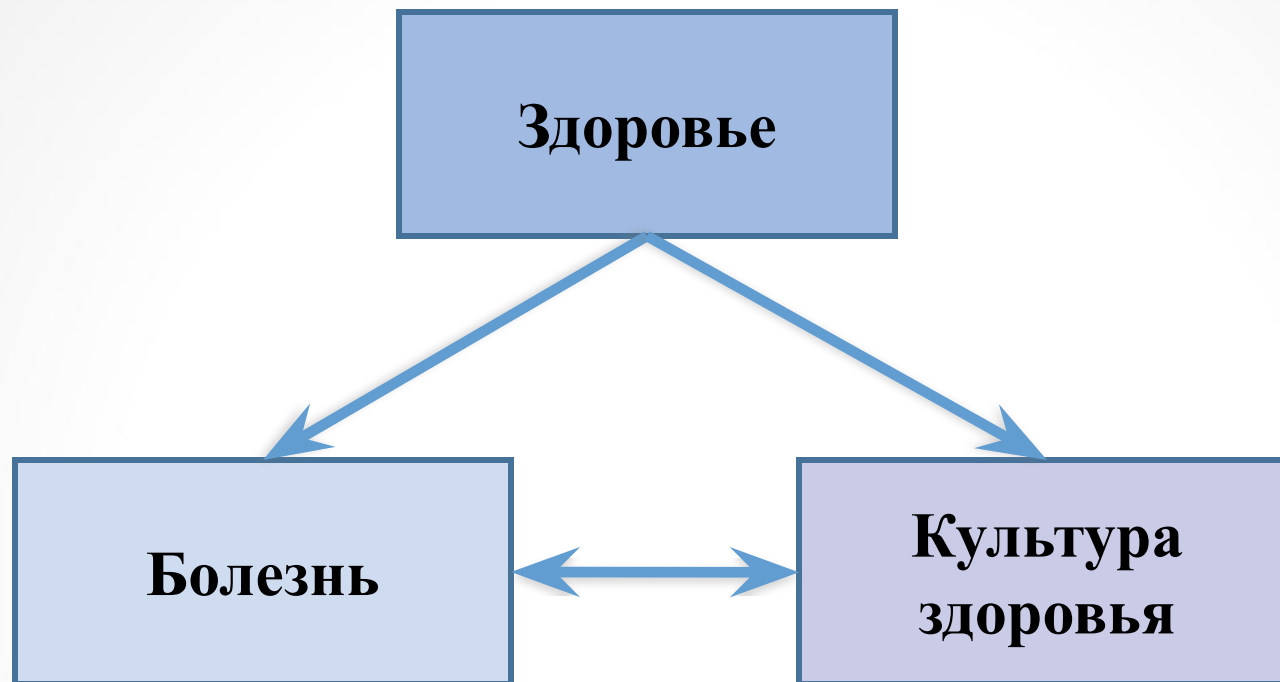
# Здоровый образ жизни как модель поведения и как первичная профилактика социальных отклонений

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

```
graph TD; A[ОПАСНОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА] --> B[Опасности зависимого поведения]; A --> C[Опасности девиантного и деструктивного поведения];
```

**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,<br>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

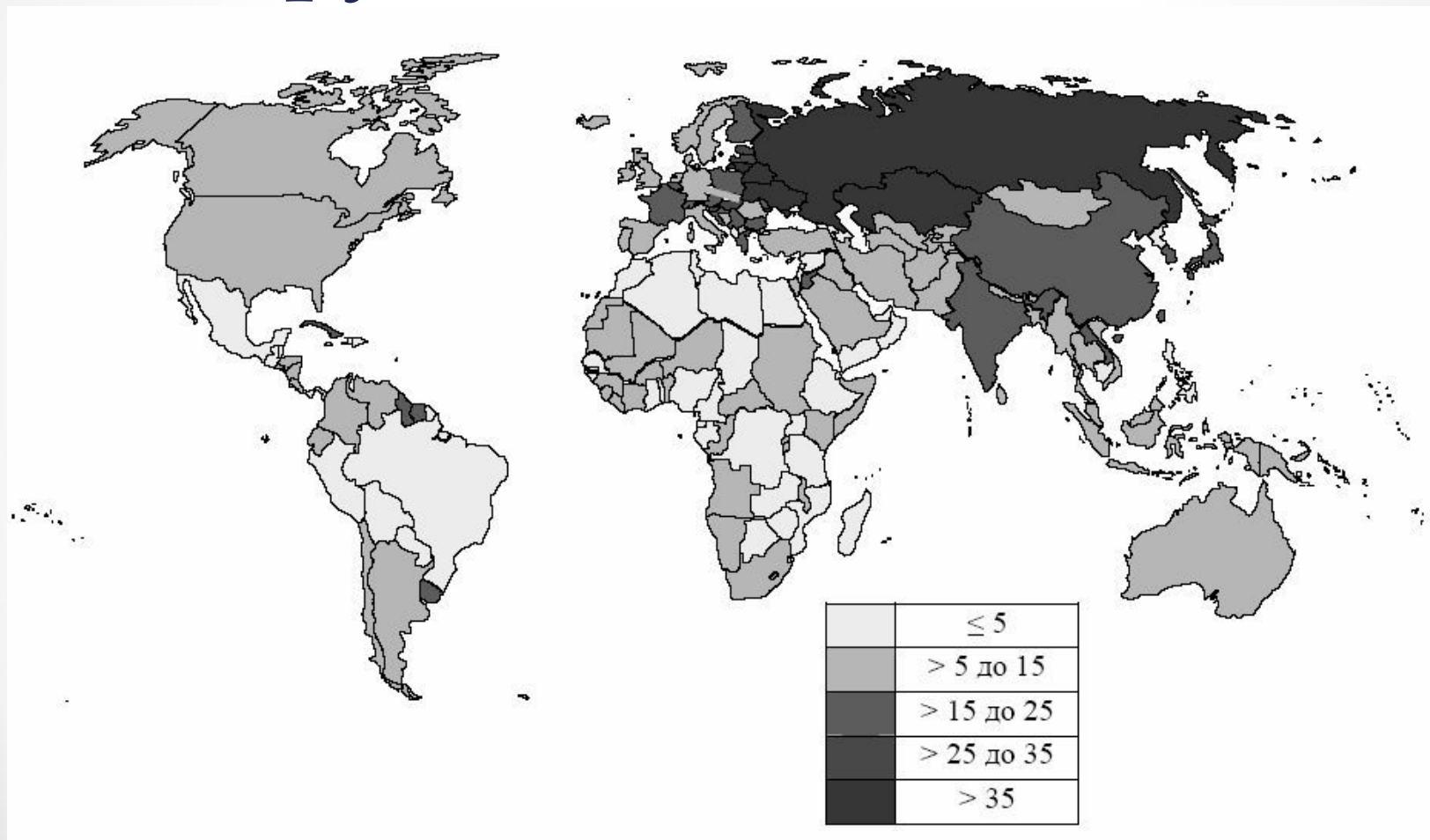
- **Девиантное поведение** – поведение человека, нарушающее норму, выходящее за пределы некой области, описывающей средние значения признака. И как следствие этого – искажение духовных ценностей личности и асоциальное, противоправное, аддиктивное поведение, а также проституция, беспризорность, суицид 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, тунеядством);
- 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).

# Заболелвания, передающиеся

## **ПОЛОВЫМ ПУТЕМ**

- **Заболелаеаемость 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 ус-<br>тановленным 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

```
graph TD; A[ОПАСНОСТИ ГЛОБАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА] --> B[Развитие человечества и его безопасность]; A --> C[Терроризм как глобальная проблема современности];
```

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 (продолжи  
тельность 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:

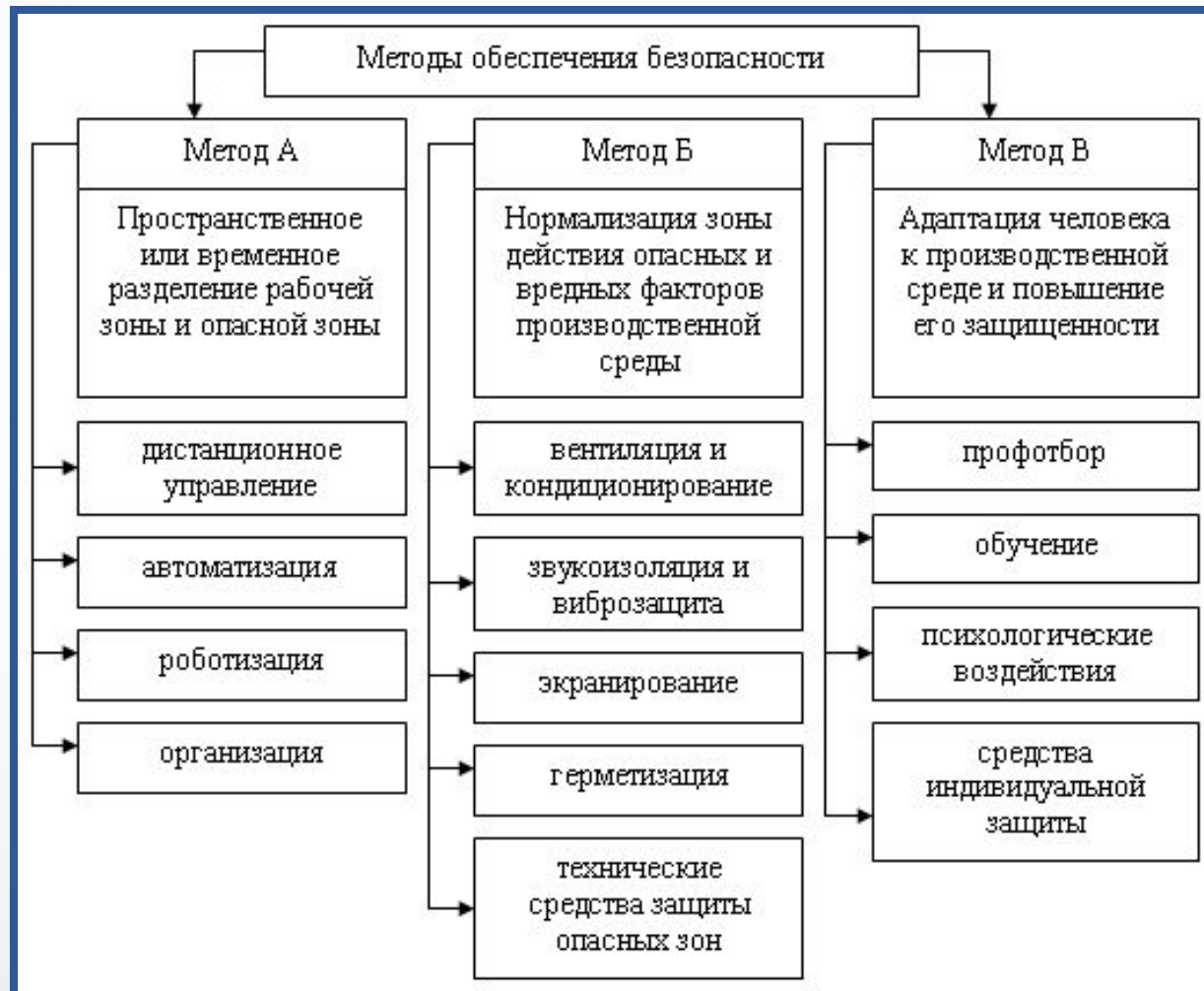


***принцип подбора кадров*** —  
предусматривает выбор  
специалистов, обладающих  
профессиональными  
знаниями, мастерством,  
опытом, позволяющими  
профессионально и  
безопасно выполнять свои  
функции в конкретных  
условиях

***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

