Медицински университет София

Реферат

Тема:Здраве-определение,същност



Изготвил:
Фак.No:
Специалност:Мед. сестра
Група:
Курс:1-ви
Предмет:Промоция на здравето

Определение

Здравето е ниво на функционалност при живите организми.То е състояние хомеостаза, при което организмът е уравновесен.При хората, това е общо състояние на ума,тялото и духа,при което няма болест, нараняване или болка.СЗО дава по-широка дефиниция: “Състояние на пълно физическо,психическо и социално благополучие,а не просто отсъствие на болест или недъг и способност за водене на социално и икономически продуктивен живот”.

Здравето и болестта са паралелни състояния, които постоянно се променят и взаимодействат едно с друго.

С развитието на науката и обществото променящите се идеи за здравето намират израз в биомедицинската, екологична, психосоциална и други концепции.На настоящия етап водеща е холистичната концепиця.Тази концепция подчертава интегралния характер на здравето и отчита значението на биологичните, социалните, икономически, политически и други фактори на неговото формиране.

Здравето се определя от факторите на семейната и обществено-битовата среда, от професионално-трудовата среда както и от системата на здравеопазавне. То се влияе силно и от обкръжаващата го социално-икономическа среда (политически, технологични, икономически, законодателни, религиозни и други фактори). Тези фактори имат позитивни и негативни страни на въздействие, свързани с развитието на новите технологии, политиката, икономическия натиск, както и с непрекъснато променящите се идеи и най-вече повишената социална и икономическа ангажираност.

Здравето е не само право на всеки гражданин, гарантирано от конституцията на страната, но и задължение на всеки, свързано със спазването на законодателството и поддържането на здравословен начин на живот, който води до по-високо благополучие.

Нова философия за здавето-въвежда благополучието и следните нови измерения:

Здравето е фундаментално човешко право;е същността на продуктивния живот;е многосекторно;интегрална част от развитието;е качество на живот;включва индивидуална, правителствена и международна отговорност;поддържането на здравето е голяма социална инвестиция;е световна социална цел.

Фактори на здравето

По-специфични ключови фактори, които могат да повлияят на това, дали хората са здрави или в нездраво състояние, включват:

1. Доход и социален статус
2. Мрежа за социална подкрепа
3. Образование и грамотност
4. Условия на работа
5. Социална среда
6. Физическа среда
7. Лични практики за здраве и способности за справяне
8. Здравословно развитие в детството
9. Биология и генетика
10. Услуги по здравеопазване
11. Култура

Други независими фактора, които имат значение за индивидуалното здраве, са:

1. Начин на живот
2. Заобикаляща среда
3. Биомедицински – генетични и семейни фактори

На здравето също влияят храненето и хранителните навици и спортуването или ежедневната физическа активност.

Здравето се влошава от:

1. нездравословен / небалансиран и заседнал начин на живот
2. пушене, употреба на алкохол, стимуланти и наркотици
3. стрес
4. болести
5. липса на лична хигиена и замърсяване
6. стареене

Поддържане на здравето

Постигането и поддържането на здравето е продължаващ, непрекъснат процес, който се повлиява от еволюцията на знанието, грижата за здравето, личните усилия и лекарската помощ.

Мероприятия и системи, подпомагащи здравето

1. Акупунктура
2. Добро хранене
3. Йога
4. Почивка
5. Психоанализа
6. Психотерапия
7. Спорт
8. Религия

Анализът на концепциите за здраве,позволява разграничаването на отделни групи дефиниции

- Здравето като състояние
- Здравето като свойство
- Здравето като съвкупност от статистически показатели
- Здравето като процес
- Здравето като измерител на жизненост
- Здравето като нова категория
