

Zdrowie i jego pozytywne czynniki.

Zdrowie – stan pełnego fizycznego, umysłowego i społecznego dobrostanu, a nie tylko całkowity brak choroby czy niepełnosprawności.

Choroba - nieprawidłowe funkcjonowanie organizmu lub jakiejś jego części.

Do najważniejszych czynników, których celem jest zachowanie przez człowieka zdrowia należy uwzględnić:

a. adaptacyjne i genetyczne uwarunkowania zdrowotne, które są rozumiane jak zdolności dziedzicznie - rodzinne, czyli warunkowana rodzinnie odporność albo podatność osobnika na konkretne chorobowe stany.

b. uwarunkowania środowiskowe zdrowia związane między innymi z:

1) wewnętrznym środowiskiem

2) zewnętrznym środowiskiem, również z klimatyczno- pogodowymi czynnikami

3) zawodowym środowiskiem.

c. Uwarunkowania zdrowotne powiązane z poziomami świadomości oraz oświaty zdrowotnej, stylem prowadzonego życia oraz leczniczo - profilaktyczną aktywnością służby zdrowia, czego wyrazem mogą być:

1) styl życia oraz panujące zwyczaje

2) używki oraz nawyki

3) wszelkiego rodzaju uzależnienia

4) higiena codziennego życia

5) racjonalna ekologiczna profilaktyka

6) racjonalna żywieniowa profilaktyka

d. oraz inne czynniki, które warunkują zdrowie człowieka.

adaptacyjne i genetyczne uwarunkowania zdrowotne, które są rozumiane jak zdolności dziedzicznie - rodzinne, czyli warunkowana rodzinnie odporność albo podatność osobnika na konkretne chorobowe stany.

Pytania:

1) Podać definicje zdrowia?\

2) Czym jest choroba?

3) Czynniki sprzyjające zdrowiu?