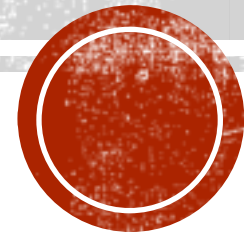


ΔΙΑΙΡΕΣΗ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

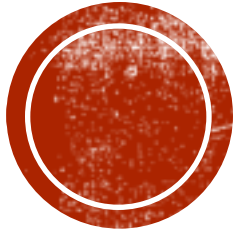


ΔΙΑΙΡΕΣΗ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Η υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, από την αρχή της γονιμοποίησής του μέχρι και το θάνατό του. Επειδή έχει μεγάλο εύρος δράσης, η διαίρεσή της σε κλάδους είναι αναγκαία. Οι σπουδαιότεροι κλάδοι της υγιεινής είναι:



ΑΤΟΜΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

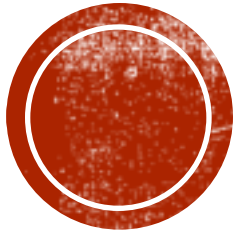


Είναι ο κλάδος της Υγιεινής που ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές , για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη , διατήρηση και προαγωγή της υγείας του.

Τα μέσα που χρησιμοποιεί κάθε άτομο είναι:

- ✓ Το νερό
- ✓ Το σαπούνι
- ✓ Η οδοντόβουρτσα
- ✓ Τα ενδύματα
- ✓ Οι σωματικές ασκήσεις
- ✓ Η κατοικία
- ✓ Η διατροφή
- ✓ Η ανάπαυση
- ✓ Ο ύπνος

ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗ

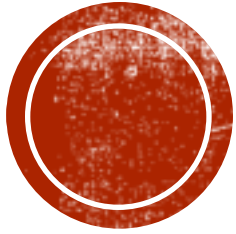


Είναι το σύνολο των μέτρων που εφαρμόζονται από το κράτος με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού.

Αυτό επιτυγχάνεται με :

- την εξυγίανση του περιβάλλοντος
- τον έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων
- την αγωγή υγείας ομάδων πληθυσμού
- την οργάνωση υγειονομικών και νοσηλευτικών υπηρεσιών

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ



Είναι κλάδος της Υγιεινής, ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.

Υπάρχουν νοσήματα που ονομάζονται κοινωνικά. Αυτά είναι:

- ❖ Φυματίωση
- ❖ Ψυχικά νοσήματα
- ❖ Τοξικομανία
- ❖ Αλκοολισμός
- ❖ Κάπνισμα

Ονομάζονται κοινωνικά , γιατί στην εμφάνισή τους και μετάδοσή τους συμβάλλουν οι δυσμενείς οικονομικοί και κοινωνικοί παράγοντες.

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

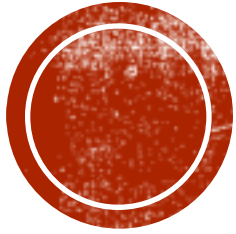
Είναι κλάδος της κοινωνικής υγιεινής που εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της ψυχικής του υγείας.

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας είναι η κατάσταση της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του επιτεύγματα.



ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ



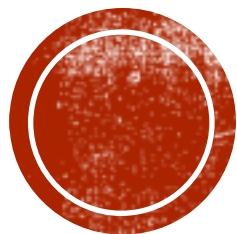
Η πρωτοβάθμια πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών και καλύπτει όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου :

- την προγεννητική
- την νεογνική
- την παιδική
- την εφηβική
- την ενηλικίωση
- την Τρίτη ηλικία

Η πρωτοβάθμια πρόληψη ασχολείται με:

- ✓ Άτομα και οικογένειες υψηλού κινδύνου όπως έγκυες με προηγούμενη νόσηση και ανήλικες έγκυες
- ✓ Οικογένειες με πολλά προβλήματα, όπως γονείς ή άλλο μέλος ψυχικά άρρωστο, ανεργία, θάνατο, διαζύγιο, εφήβους που έχουν εγκαταλείψει το σπίτι ή το σχολείο λόγω κάποιου παραπτώματος
- ✓ Όλα τα άτομα της τρίτης ηλικίας που ζουν μόνα

ΑΝΑΚΑΙΦΑΛΛΙΩΣΗ



Για να μπορέσει η Υγιεινή να πετύχει το σκοπό της χρειάζεται την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου, ώστε να είναι ικανό να αποφασίζει με υπευθυνότητα, έχοντας γνώση και συνείδηση των στόχων που έχει για την υγεία του.

Πολλοί ξέρουν για την βλαπτική επίδραση του καπνίσματος, αλλά εξακολουθούν να καπνίζουν.

Βλέπουμε λοιπόν ότι η γνώση μόνο δεν είναι αρκετή για να αλλάξει την συμπεριφορά του ατόμου.

Εξ' άλλου κάθε άνθρωπος έχει τις δικές του πεποιθήσεις και συμπεριφορές για την υγεία και τον τρόπο ζωής του.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗΣ

1. Τι είναι η Ατομική Υγιεινή;
2. Με τι ασχολείται η Δημόσια Υγιεινή;
3. Με τι ασχολείται η Κοινωνική Υγιεινή;
4. Ποια είναι τα κοινωνικά νοσήματα;
5. Τι είναι η Ψυχική Υγεία;

