

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Η ΥΓΙΕΙΝΗ ΩΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗ

ΟΡΙΣΜΟΙ

ΥΓΙΕΙΝΗ



Είναι ο κλάδος της Ιατρικής Επιστήμης που μελετά τους παράγοντες, οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου, διατήρηση και η προαγωγή της.

ΥΓΕΙΑ



Σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας του ανθρώπου και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας.

ΠΡΟΑΓΩΓΗ
ΥΓΕΙΑΣ



Είναι η διαδικασία μέσα στην οποία τα άτομα γίνονται ικανά να βελτιώσουν την υγεία τους.

ΠΡΟΛΗΨΗ

Η πρόληψη διακρίνεται σε Πρωτοβάθμια, Δευτεροβάθμια και Τριτοβάθμια:

Πρωτοβάθμια πρόληψη

- Είναι η εφαρμογή προληπτικών μέτρων για την αποφυγή της ασθένειας.
- Π.χ. Εμβολιασμός, όπου ο άνθρωπος εμβολιάζεται για να προστατευθεί από τις αντίστοιχες ασθένειες.

Δευτεροβάθμια πρόληψη

- Είναι η έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας, πριν εμφανιστούν τα συμπτώματα με σκοπό την έγκαιρη θεραπεία και αναστολή της εξέλιξής της.
- Π.Χ. Test Παπανικολάου, η μέτρηση της αρτηριακής πίεσης.

Τριτοβάθμια πρόληψη

- Είναι η εφαρμογή προληπτικών μέτρων μετά την εμφάνιση της ασθένειας, με σκοπό την μείωση των επιπλοκών.

Αρχές και σκοποί της υγιεινής

Η πρόληψη της ασθένειας είναι προτιμότερη σε κάθε περίπτωση. Η δε υγεία αποτελεί το πολυτιμότερο αγαθό κάθε ανθρώπου. Γι' αυτό οι αρχές και οι σκοποί της υγιεινής είναι σύμφωνα με τον ορισμό της οι εξής:

- ✓ Η πρόληψη της ασθένειας
- ✓ Η διατήρηση και προαγωγή της υγείας
- ✓ Η αύξηση του μέσου όρου ζωής του ανθρώπου

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

- Η υγιεινή μελετά τους παράγοντες που επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου.
- Βασικοί σκοποί της είναι η πρόληψη της ασθένειας, η διατήρηση και η προαγωγή της υγείας και η αύξηση του μέσου όρου ζωής.
- Η πρόληψη διακρίνεται σε πρωτοβάθμια, δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΕΠΑΝΑΛΗΨΗΣ

1. Ποιος είναι ο ορισμός της Υγιεινής;
2. Τι είναι η υγεία σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας;
3. Τι είναι η πρόληψη και πως διακρίνεται;
4. Τι είναι η προαγωγή της υγείας;
5. Ποιοι είναι οι στόχοι και οι αρχές της υγιεινής;
6. Σε τι διαφέρει η πρόληψη από την προαγωγή της υγείας;