

Лекция № 2

Тема: Пропаганда здорового образа жизни. Задачи и цели санитарного просвещения. Формирование здорового образа жизни к профилактике заболеваний. Профессиональные навыки семейной медсестры. Методы сбора анамнеза. Оценка состояния пациента. Постановка сестринского диагноза.

80-е года прошлого века - здоровым образом жизни и укрепление здоровья людей, для долгой и счастливой жизни является самым важным событием жизни и здоровья доказаны, как академической и практической сторона. С тех пор, когда речь идет о здоровье, много говорит о жизни, здоровье. На самом деле, этот вопрос является одним из важных государственных документов, указ президента и также находит свое отражение в законодательстве. Этот вопрос посвящен тому, как много встреч, дискуссий, статей, передач, анимации,

Но что такое здоровый образ жизни? Что следует оставить для того, чтобы добраться до него, он спросил генерал, большинство из этих проблем возникают не имеют никакого другого логического объяснения. Таким образом, требования здорового образа жизни, чтобы достичь и что это то, что она есть, попытаться ответить на этот вопрос. Для того, чтобы построить здоровую и долгую жизнь мечту человечества было сомнение. В связи с этим, основной задачей, стоящей перед каждым общества в этой мечты реализации человечества от, то есть создать условия, необходимые для их здоровья и долгих лет жизни. Различные компании на различных этапах проблем со здоровьем были решены.

Каждое социальное развитие образования в медицинском общего узкого круга заинтересованных групп на благо всеобщего уровня. Но во все времена, даже основные потребности здоровья здорового образа жизни. Во время ваших взглядов на развитие здорового образа жизни Когда мы смотрим на исторические данные, 1832 год - Американская медицинская Сильвестер Грэхем (1794-1851) корни. Сильвестер Грэхем, сильная вера в христианство переехал из Англии в Соединенные Штаты для христиан вегетарианцев лекции.

Причина, по некоторым традициям христианства, потребление животных, в том числе мяса, яйцо, также считается грехом. В течение этого периода, распространение заболевания холеры в штате Филадельфия в Америке, многие люди собирались умереть от этой болезни. Graham, для его последующей консультации с заметить, что никто не страдает от чумы. Тогда он решил, что вегетарианская диета повышает защитные силы организма, и это будет продолжать продвигать идею пропаганды. Таким образом, вопрос о нетрадиционных медицинских мыслящих людей, чтобы быть более точным, то врач, они выросли в области здорового образа жизни jaxonshumul самоотверженность и ученых, которые работают вне. Америка - Govard Хэя, Djennings, троллей, Tilden, Джексон, Герберт Шелтон, Пол Бергман, Калифорния, Чейз, Япония - Kotsudzo Ниси, Джордж Озава, Иمامура двигатели - Макс Джерс - Майкл Горен, Израиль, Германия, Россия - Юрий Ni- Колар, Александр Mikulov, A.N.Kokosov, Надежда Semenova и другие. Следует также отметить, что здоровый образ жизни в прошлом большинства людей, которым они

подвергаются серьезной болезни, и некоторые из них официально не признаются вылечить знахарями. Тем не менее, они на колени перед болью, что мы боролись за свою жизнь. Например, Говард Хей - воспаление почек (гломерулонефрит), Пол Брегманом - туберкулез легких, Kotsudzo Nishi - туберкулез кишечного тракта, Макс Джерс - mig-ten, Майкл Горен - почечный туберкулез, Александр Mikulov - инфаркт миокарда, Надежда Семёнова - артрит, Луиза Сено - здоровье шейных приступов рака, с только жизнью из-за тяжелые зажило. Следует отметить, что многие из них не имеют врача. Kotsudzo Ниси инженер метрополитена Михаил Горен - Latin

Надежда Семёнова - инженер-технолог, Александр Mikulov, Луиза Хей - разделение церковных чиновников. В то же время, они растут в то время, скажем, лекарств и хирургических методов лечения медицины, критические. здравоохранения, принимая во внимание характеристики тела жизни, является то, что в этой организации. Они, по мнению международного сообщества в этой области для того, чтобы поставить сильную организационную и пропагандистскую работу и работали.

Здоровый образ жизни награждается взгляды и мнения официальных представителей крупнейших имен медицины, ученые Юрий Лисицын, Николай Амосов, падает v, Евгений Чез Г. I. Царегородцев, и Галина Шаталова Кроме того, многие ученые поддержали предложения и их администрирование жизни. академик Ю. Лизитсин Лонг лет исследований и обратной связи в этой области, здоровье людей в целом 50-55% от их здорового образа жизни, генетических факторов, на 20-25%, 15-20%, в зависимости от окружающей среды, здравоохранения, в то время как человек, подозреваемых/ Вы можете предоставить только 8-10% от решения.

Таким образом, у нас было много обстоятельств, медицинского персонала больницы, в подготовке лекарственных средств и медицинского оборудования, новой продукции и новых методов лечения применительно к медицинской практике, здоровье людей Н 8-10 % Больше, чем мы могли бы предоставить. 5 тысяч лет назад, египетская медицина, основные требования здорового образа жизни, диеты, обрезать и очистить тело, упрочнение стиль тела. Гиппократ (VI век до н.э.), в соответствии с указанными направлениями, подтверждающие их, физическая активность и здоровье, Подытоживая немного. Далее, многие виды расширить на основе указанных направлений, и они заполнены. В частности, большие взгляды граждан Абу Али ибн Сина Гиппократа поддержать выше внутреннее очищение и духовную гармонию, равновесие, осанку, одежда, гигиена, чистота воздуха и умеренного сна и отдыха, такие как требования к обеспечению целей. программы Paul Bregg и идеи, особенно в этом вопросе заслуживает. Он сказал, что здоровый образ жизни солнечный свет, правильный, чистый воздух, чистая вода, продукты, время от времени с голода и питание, физические упражнения, правильное питание, чтобы обеспечить звук и интеллектуальный, такие как заявления вещи, Кеннет Купер подверг его определенный ритм, музыка, танец, который состоит из mashkdaridan предложить. Купер назвал это действие «аэробика». Приветствия «Аэробика» на узбекском языке, ссылки на тело, что означает, что доставка кислорода к внутренним органам. движение Аэробика также здорового образа жизни является более распространенным. а также другие американские ученые, а также для укрепления здоровья событий предлагают следующее: 7-8 часов сна каждый день; время, 3 раза в день

для еды; завтрак каждое утро; Критерии вес; Не много потребления алкоголя; каждый день заниматься физическими упражнениями; полный отказ от курения. Русский ученый В. Р. Петренко здорового образа жизни идеи включают в себя: личной гигиены; коктейли и режим отпуска; физическая активность и упорство; питание; психическое здоровье, психическая профилактика; окружающая среда и здоровье; самолечение и вред; алкоголь и здоровье; и токсикомании; половое воспитание и сексуальное здоровье; СПИД и его профилактика. Теперь здоровый образ жизни, считают официальные программы организаций, работающих над кодом. Международные эксперты Sanderson Джун, который Всемирная организация здравоохранения по вопросам здорового образа жизни определяют следующие области: питание; бросить курить; активный образ жизни; психическое здоровье; чистая вода; загрязнение атмосферы; эффективные санитарии; личная санитария; гигиеническое приготовление пищи; Желтое предупреждение; профилактика туберкулеза; для предотвращения самоубийств; СПИДа; генетическая консультация. Проект развития Организации Объединенных Наций, порядок Кыргызской Республики Министерства образования, науки, культуры и здравоохранения В. М. Шапиро, Н. Башмакова и Г. Университет спроектированный школьников здорового руководство «учебник стиля определены следующие основные темы: самоуважение; Порядок дня; питание; физическая подготовка; здоровые отношения; вредные привычки (табак, алкоголь, марихуана, опий); репродуктивная система; беременность, планирование семьи; передаваемых половым путем заболеваний; безопасное лечение пола и так далее. Министерство здравоохранения Республики Казахстан и Национального центра по вопросам здорового образа жизни предложенный профилактики и здоровье людей должен знать уровень знаний (который он говорит, что основные направления здорового образа жизни) населения должны иметь знания в следующих областях: потребление наркотиков, профилактика инфекций, передаваемых половым и профилактике СПИДа; Перед использование презервативов, репродуктивного здоровья и планирования семьи, профилактики туберкулеза, профилактики острого инфекционного вирусного заболевания дыхательных путей; острый вирусный гепатит профилактика, профилактика инфекционных кишечных заболеваний, питание,. Профилактика травм Очевидно, вот некоторые факторы, которые вызывают заболевания, но их цель заболевание. (СПИД, туберкулез, инфекционный гепатит, желудочно-кишечные инфекции, инфекция дыхательных путей и венерические заболевания и т.д.), чтобы определить области здорового образа жизни, мы не болезни, но с учетом эволюционного развития человеческого организма и, в некоторых системах, в зависимости от производительности чтобы определить это решение. Поскольку развития исследования поможет нам в этой жизни. Человеческое развитие является эволюционным характером. Чтобы сделать это, следующие две важные этапы процесса эволюции причина. Эволюция жизни. Основная тема здесь перед жизнью, казалось, о процессе остановки. Пожалуйста, направляйте настроения варьируются в зависимости от уровня развития каждого семестра. Тем не менее, этот вопрос просто результат изменений в эволюции времени живых организмов к сложности развития доктрины ближе к истине. Многие ученые признали, что 4,5-7 млрд лет назад в объектах Солнечной системы, такие как пыль, пар, и в центре скопления земли. Первоначально, температура слишком высокая команда. При медленном охлаждении тяжелых элементов, свет начал оседать вокруг центра планеты. В частности, пыли, воды, пара - море, океан появился. Таким образом, формирование Солнечной системы, Земли 2,5-3,5 млрд лет, кажется. В результате, миллионы лет в результате

изменения химического комплекса шли медленно. Белки и нуклеиновые кислоты, темный раствор называемые соединения. Это каждого со своей способностью связываться с различными веществами. Позже они появились черты живых организмов, таких как обмен веществ. Валютная среда способна эта статья первичных клеток, может быть рассмотрена. Это является основной ячейкой всех живых существ, включая человека, и, кажется, говорят, Все живые существа, включая клетки человеческого организма. Например, средний вес 75-80 млрд клетки в человеческом организме. Прежде всего, жизненно важных процессов в погодных условий. Поскольку структура земной атмосферы не имеет свободного кислорода. Первый представитель жизни на Земле - водоросли и жить нормальную и воспроизвел условия в том же порядке. Это примерно 3 млрд ситуации в предыдущие годы. Водные растения транспортируются жить в условиях передачи, споро рост воспроизводящее, является закрытым, происхождение позвоночных животных, нервной системы, сердечно-сосудистой, пищеварительной, дыхательной рыбы живут в воде и на суше, рептилий, птиц Млекопитающие класса - они живут (В) является важным шагом в эволюции вселенной. Это является важным фактором в развитии каждого человека на всех этапах процесса лежит в адаптации и обновления. Эволюция человека. Миллион лет эволюционный процесс инфильтрации самого уникального и несчастный - мудрого, и он позже определение прогресса общества и основную силы движения. Наше благополучие на самом деле является прямым продолжением жизни наших предков в прошлом. Известно, что одним из главных факторов эволюции организмов. Поэтому in- процесс разработки не будет полезным для иллюстрации цикла. Многие археологические данные, 4-4,5 млн лет назад, человек, родившийся в Африке. Индонезия, мир пришел в 1,5-2 миллиона лет, наше прошлое поколение - появились 700-800 тысяч лет. Но этот человек, по оценкам, от Африки до Центральной Азии. В любом случае, наши предшественники в развитии, по крайней мере год 4.млн. На самом деле, примитивный человек ближайших видов обезьян в различных ассоциациях, независимой заправка, который оценивается в 25 миллионов лет. В настоящее время, исторические данные, мы знаем историю, культуру и государство не было первые 7-8 лет лечения. Первые представители прогрессивно мыслящих общества, Моисей, Зороастр, Лукман, Гиппократ, Фэлешть 3300-2500 года. На этот раз мы по сравнению с 40000 метров над средней линией жизни всего 33-2 метров. Примитивный человек с современной структурой человеческого тела анатомических, физиологических и биологических законов почти без изменений. В частности, немецкий ученый Friedxard: добыча камня, охотничье оружие из структуры мозга человека и размера самолета, чтобы обеспечить проект и мечети, и математические методы, чтобы рассчитать размер земли, построен настоящий материал и духовная культура не существует разницы между человеческим мозгом », сказал он. Основные факторы, обеспечивающие жизнеспособность здорового образа жизни. То же самое целостное понимание здорового образа жизни. Так что же такое здоровый образ жизни? Это не так легко ответить на этот вопрос. Чтобы сделать это, в первую очередь, в нашей повседневной жизни знать основные факторы, обеспечивающие его жизнеспособность и необходимость развертывания их в определенном порядке. Все перечисленные являются основным решением. фактор питания. Пища является одной из форм борьбы за жизнь перед всем творением/ является важным вопросом. Человек не является исключением. Основная цель ежедневных забот первобытного человека и найти пищу и удовлетворить потребность ясна. По своей основной команде по вопросам питания. То есть, они горячие климатические условия, который растет в долинах, леса,

горы, предгорья, долина и корни дерева, собирая пищу для себя. Согласно потреблять продукты. Очевидно, что примитивный человек осознает чулочные продукты питания, когда желудок найден, ел, пил, чтобы искать съеденную пищу. Пища трудно найти и трудно пару дней ходить и голодный не трудно себе представить. На этот раз, он жил в счет внутреннего потенциала организма. И, наконец, неправильное питание и человеческое осознание связи между болезнью. Это самый старый в мире Лукман знаю, многие из произведений мыслителей, таких, как Гиппократ. За этот период, структурного баланса, баланса микробов, режим питания, а также о научных мнениях стало появляться. снижает науки и питания специалистов была сформирована. На сегодняшний день, каждый день, недоедание среди желудка и кишечника, сердце и кровеносных сосудов, суставов и желез внутренней секреции, такие как рак, нарушение обмена веществ, а также основные причины научно доказано. Даже эксперты Всемирной организация здравоохранения П. Ревель и С. Revels, 80 процентов заболеваний происходит среди людей, неправильное питание, идея, что она приносит. Таким образом, на сегодняшний день установление правильного питания, повседневной жизни является одним из основных требований, и она не может игнорировать создание здорового образа жизни. Действие факторов. Найти диету первобытного человека и брюшные возможности, необходимость кормить в долгосрочной перспективе, ходить из деревьев, горы, вода, холмы, вынуждены бороться с животными. Каждый кусок пищи в течение нескольких дней после рождения. Только найти не только пищу, но и избегать диких животных, так как они пытались бежать, он должен работать. поделиться этим с рабочим движением. В этой жизни процессе разделения бремени его клетки тела, чтобы улучшить работу внутренних органов, и в конечном итоге весь организм в результате обмена статьи заправки и чистящих средств, промежуточных секции, которые обеспечивают мобильность, долговечность очень важна для базовой системы, которая будет вести службу. Таким образом, человечество и повседневная жизнь своих видов намеренно пытался В то же время, результаты науки гигиены по уходу за телом на регулярной основе, и что она нуждается в уходе продлевает жизнь оказалась бы непосредственное участие. В этом контексте, является важным фактором в обеспечении здоровья и права на ходу, и будет оставаться одним из основных требований здорового образа жизни. факторы. Совершенствование процесса эволюционного развития организма человека, привело главный фактор в обеспечении жизнеспособности этой природы, частоты, дисциплинарного принципа. День и ночь, прилив почти в то же время повторяя, дни, недели, месяцы, годы слабой биологической активности, а также периодические изменения в положении планет во Вселенной и стать маяком, большое изменение Земли, магнитное поле Солнца и Земли, и все вещи, и т.д. включая форму тела, также известные законы. Кроме того, активность тела и изменения в недели, месяцы, годы, и что это будет также в биоритмические событий. Ученые отметили, что люди такого более чем 300 событий вокруг него. Уже ясно, что мышцы человеческого тела и его членов, а также природных явлений, вызванных обеспечивают жить результат чрезвычайно сложного процесса защиты транзакций. По этой причине, наш образ жизни, адаптироваться к изменениям в ритмической природе требований здорового образа жизни является еще одним важным медиа. Секс, генетические факторы и семья. Размножение и непрерывность жизни зависит от Кубка,. Это биологическое явление лежит в основе пола. Все живые существа имеют половые контакты с другими людьми, чтобы оставить следующее поколение спроса на лечение. Люди с таким репродуктивной жизнью, а также

его вкусом также предоставляются. Таким образом, общество имеет долгий путь развития. В вопросе в виде легализованной семьи. Семья является основным требованием человеческой жизни, вместе со своими потомками - дети мира, и достигший основное место обучения. Но иногда национальная организация семьи, корпус, экономические факторы

«семьи, близкие родственники жениха и невеста не семейные группы, такие, как молодые люди с ограниченными и другими птицами противоречат законам наследственности разориться в зелени генеалогии, снижение мощности будущих поколений, приводят к рождению детей, искалеченному, Таким образом, основной спрос в этой области, начиная от сексуальных пар, выбирающих половые органы, сексуальных отношений, здоровых семейных отношений. Отношения факторов. Период развития человека, а не только как биологическое существо, оно формируется как социальный продукт. Условный взаимные отношения друг с другом, можно разделить на две тесно связаны между собой. Они возникают в результате улучшения формирования семьи и семейных отношений, а также улучшения общества и формирования в результате общественных отношений. Оба являются крупнейшими и наиболее мощными факторами, влияющих на здоровье человека. Пропаганда здорового образа жизни будет популярной, групповые и индивидуальные на основании приказов Министерства здравоохранения, здорового образа жизни путем удаления обязанность медицинского персонала образом, сочетание печати, выставки и устной форме. Для содействия пероральный метод считается самым популярным, удобным, простым и дешевым, эффективным и популярным. Его следующие методы включают в себя: лекции, дискуссии, клубы, телевидение и радио, способствующие работе и так далее.