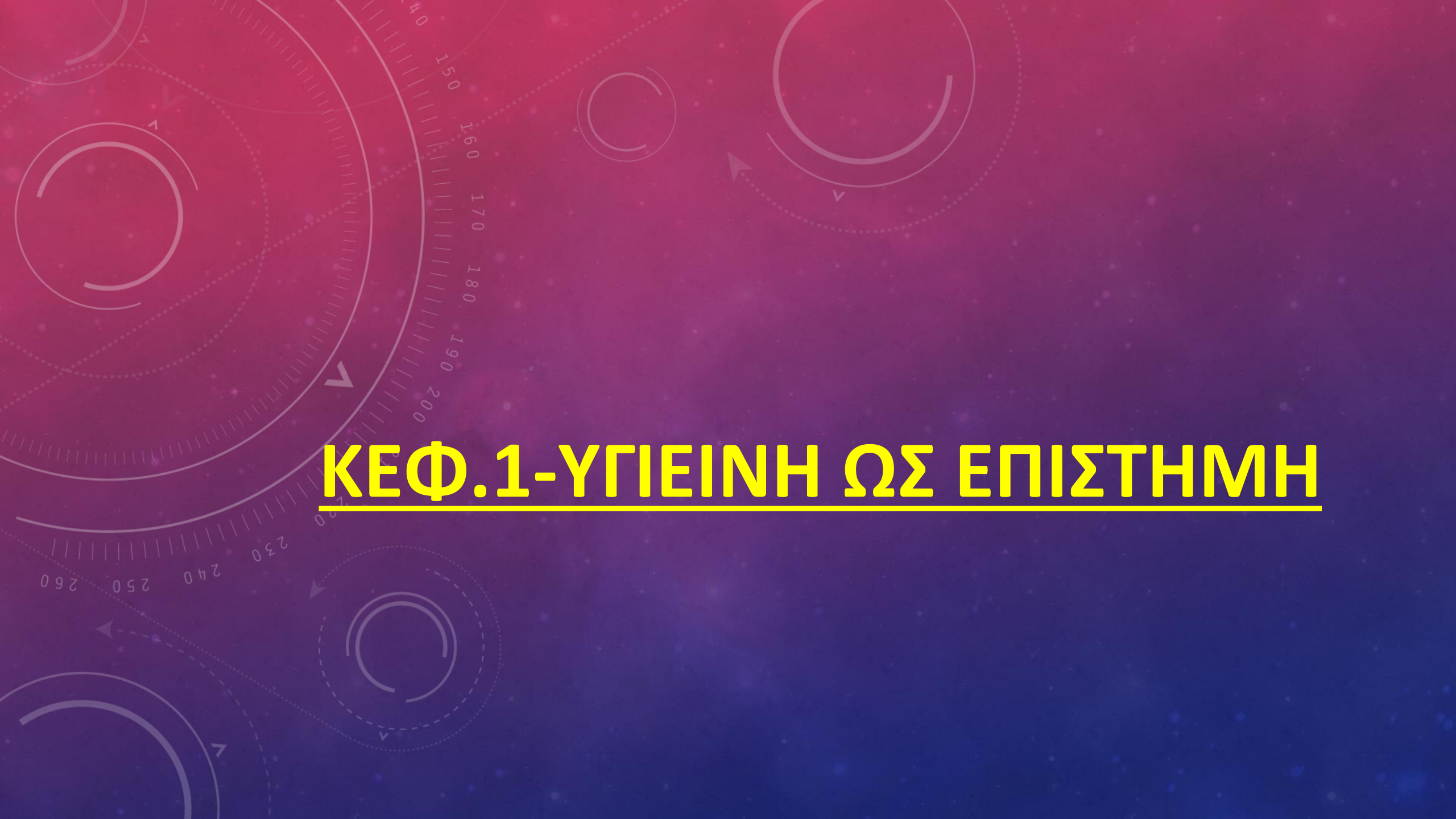




ΚΕΦ.1-ΥΓΙΕΙΝΗ ΩΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗ

ΟΡΙΣΜΟΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

➤ ΥΓΙΕΙΝΗ είναι ο κλάδος της Ιατρικής Επιστήμης που μελετά τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου, με σκοπό:
την πρόληψη,
διατήρηση και
προαγωγή της.

ΑΡΧΕΣ ΚΑΙ ΣΚΟΠΟΙ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Σύμφωνα με τον ορισμό της υγιεινής οι αρχές και σκοποί της είναι οι εξής:

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

ΟΡΙΣΜΟΣ ΥΓΕΙΑΣ ΑΠΟ Π.Ο.Υ.

➤ ΥΓΕΙΑ είναι η κατάσταση της πλήρους
σωματικής,
ψυχικής και
κοινωνικής ευεξίας του ανθρώπου
και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας.

ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (Π.Ο.Υ.)

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

ΠΡΟΛΗΨΗ

Είναι η λήψη μέτρων για

- την προστασία της υγείας και
- την αναστολή εξέλιξης της αρρώστιας.

Η ΠΡΟΛΗΨΗ ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΑ

- Η έννοια της πρόληψης είναι γνωστή από την εποχή του Ιπποκράτη.
- Σε αρκετές χώρες η εφαρμογή προληπτικών μέτρων συνετέλεσε στην μείωση πολλών παραγόντων, που οδηγούν στην εμφάνιση της ασθένειας.

Παραδειγματα:

- Αγγλία: λήψη προληπτικών μέτρων για το κάπνισμα, μείωσε τον καρκίνο του πνεύμονα
- Χρήση κράνους, ζώνη ασφαλείας μείωσε επιπτώσεις στα τροχαία ατυχήματα
- Η καλύτερη επένδυση κάθε χώρας αλλά και της ανθρωπότητας είναι η διατήρηση και προαγωγή της υγείας των ανθρώπων της.

ΕΠΙΠΕΔΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

Η πρόληψη διακρίνεται σε :

- Πρωτοβάθμια
- Δευτεροβάθμια
- Τριτοβάθμια

ΠΡΩΤΟΒΑΘΜΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗ

- Είναι η εφαρμογή προληπτικών μέτρων για την αποφυγή της ασθένειας.
- Παράδειγμα ο εμβολιασμός: το άτομο εμβολιάζεται για να προστατευθεί από τις αντίστοιχες ασθένειες.

ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗ

- Είναι η έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας, πριν εμφανιστούν τα συμπτώματα με σκοπό την έγκαιρη θεραπεία και αναστολή της εξέλιξής της.
- Παράδειγμα: η δοκιμασία (test) Παπανικολάου, η μέτρηση της αρτηριακής πίεσης

ΔΕΥΤΕΡΟΒΑΘΜΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗ

- Είναι η έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας, πριν εμφανιστούν τα συμπτώματα με σκοπό την έγκαιρη θεραπεία και αναστολή της εξέλιξής της.
- Παράδειγμα: η δοκιμασία (test) Παπανικολάου, η μέτρηση της αρτηριακής πίεσης

ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑ ΠΡΟΛΗΨΗ

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

ΠΡΟΛΗΨΗ

- Η πρόληψη της ασθένειας είναι προτιμότερη σε κάθε περίπτωση.
- Η υγεία είναι το πολυτιμότερο αγαθό κάθε ανθρώπου.