

Халықаралық Қазақ-Түрік Университеті

Медицина факультеті
Акушерлік іс және гинекология кафедрасы

Қоғамдық денсаулық сақтау пәні

Орындаған: Амирханова С.О
Қабылдаған: Қуандыкова Р.К.
Тобы: ЖМ-901

Қоғамдық денсаулық сақтау
пәніне кіріспе

Қоғамдық денсаулық пәнін
зерттеу әдістері

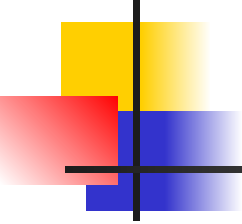




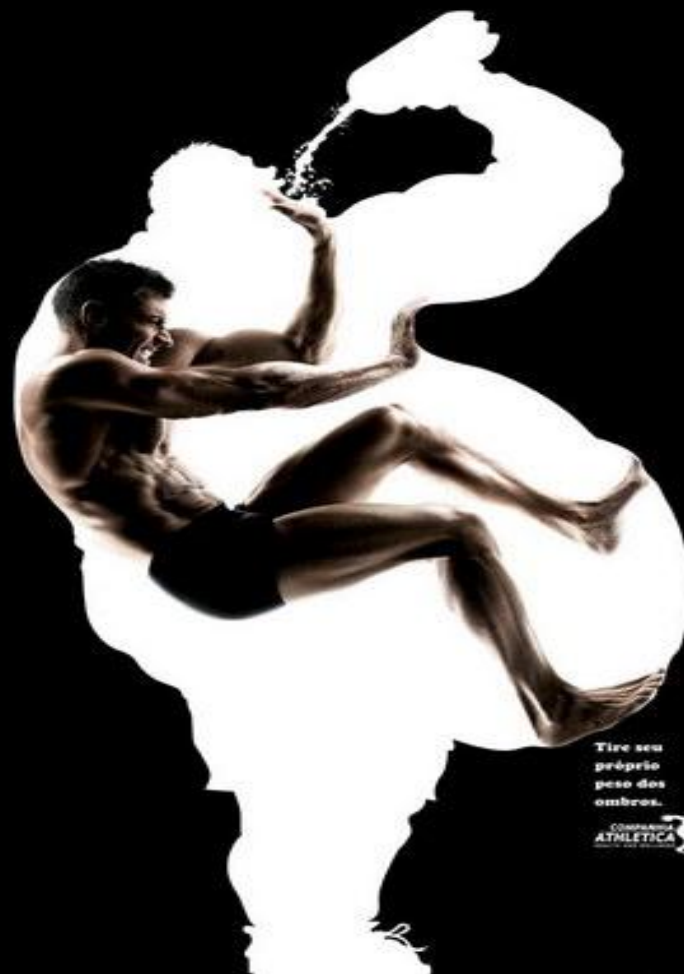
Денсаулық - бұл әр адамның ғана емес, бүкіл қоғамның құнсыз күйі. Өкінішке орай, көп адамдар қарапайым, ғылым дәлелдеген салауатты өмір салтының ережелерін сақтамайды. Біреулер ерте қартайуға әкелетін аз қимылдау өмір сүрудың құрбаны, басқалар көп жағдайларда семіруге әкелетін, шамадан тыс тамақ жеудің құрбаны, үшіншілер демалуды, көңілін өндірістік тұрмыстық шаруаларынан қалай аудару екенін білмей, өмір бақи тынышсыз, жүйкесі қозған, ұйқының бұзылуынан азап шегіп, нәтижесінде бұның барлығы көптеген ауруларға әкеліп соғады. Кейбір адамдар, шылым тарту және алкогольді ішімдіктер сияқты жаман әдеттерге беріліп, өмірлерін едәуір қысқартады. Жас адамның екінің бірі созылмалы аурулармен ауырады.

Дені саудың – жаны сау



- 
-
- Шынымен де, салауатты өмір салтының мәдениетін қалыптастыру біздің қоғамның ең өзекті мәселелерінің біріне айналды. Ғалымдар мен дәрігерлер дабыл қағады.

Семіру – ең өзекті мәселелердің бірі





Тамақтану мезгілі

- Ертеңгі ас – 25%
- Түскі ас - 40%
- Сәскелік ас - 15%
- Кешкі ас - 20%

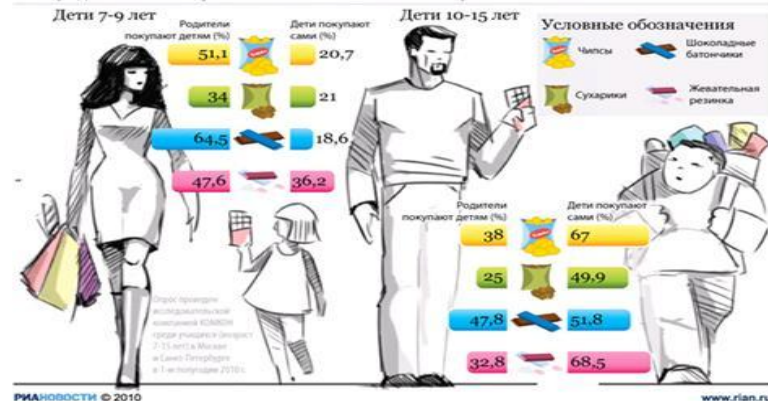


Мыналар зиянды:



В меню – чипсы, жвачка и сухарики

Что предпочитают покупать и есть московские и питерские школьники



Ұлттық тағамдардың адам денсаулығының нығайтудағы маңызы



- Денсаулық - бұл дене шынықтыру және спорт ғана емес, бұл дұрыс әрі теңдестірілген тамақтану.

Денсаулық экономикалық және саяси мүдделерінен жоғары есептеледі. Әрине, ұлттың денсаулық мәселесі барлығын толғандырады.

“Fast food” қоғам денсаулығына әсері...



**Қоғам тіреуі –
нәрестелер, біздің
келешегіміз.**



**Шылым – адам
денсаулығына
құрылған қақпан.**

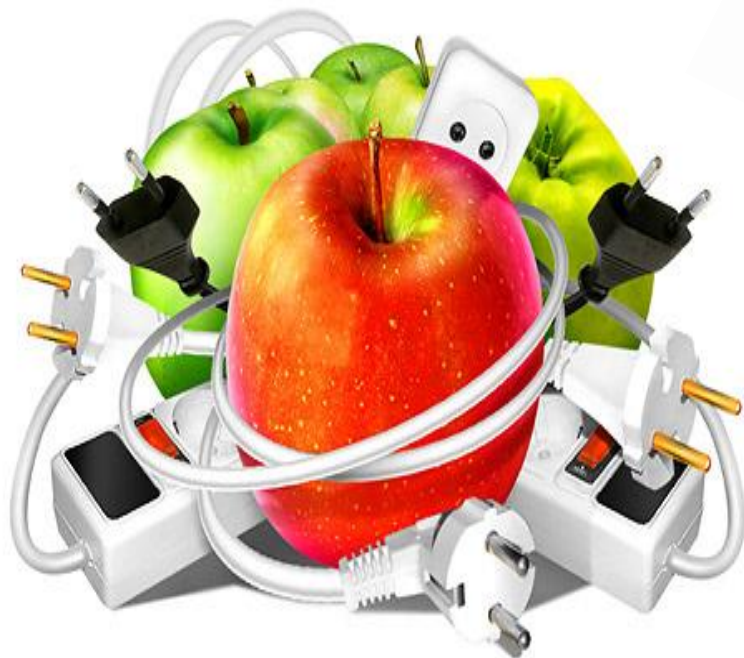
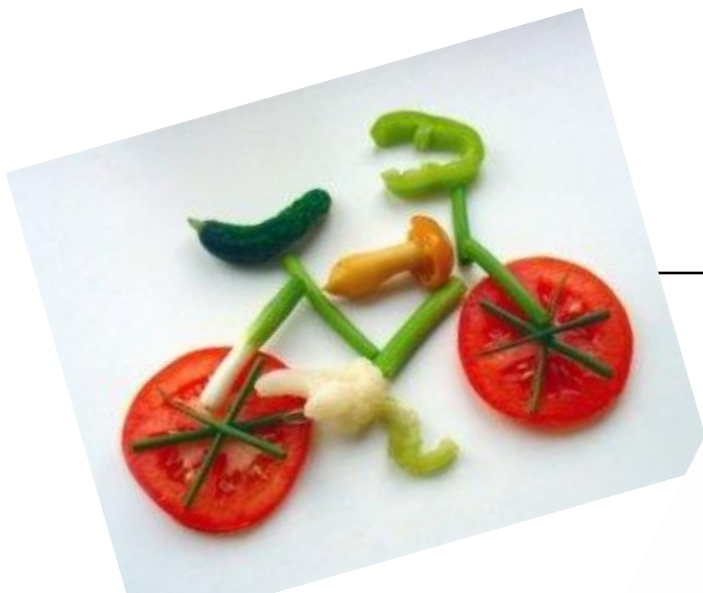
- ◆ Халықтың физикалық және рухани имандылық саулығы елдің зияткерлік әлеуетін, экономикалық мүмкіндігін және қорғаныс қабілетін белгілейді.
- ◆ Әр азамат өз мемлекетінің бөлшегі болып табылады, сондықтан дені сау, тәрбиелі және білімді азамат мемлекеттің өркениеттілік деңгейін, оның қоғамдық институттарының күшін, оның билік құрылымының мүмкіндіктерін белгілейді. Әр азаматтың негізгі құқықтарының бірі тәрбие және білім алу, денсаулығын қорғау және медициналық көмекке құқығы. Әр азаматтың негізгі құқықтарының бірі тәрбие және білім алу құқығы, денсаулығын қорғау және медициналық көмек көрсету болып табылады. Мемлекет адамның физикалық және рухани-имандылық денсаулығын, оның экологиялық және санитарлы-эпидемиологиялық ырыс-берекесін, дене шынықтыру және спортты дамытуын, лайықты өмір салтын қалыптастыру қамтамасыз етуі тиіс.

- Ұлттың денсаулығы қолайлы медициналық қызметтердің, дене шынықтыру мен әуесқойлық спорттың кең таралуының, салауатты өмір салты және дұрыс тамақтанудың, зиянды әдеттерді жою, экологиялық таза және күтілген орталығын жасау, елдің әр түкпірінде қауіпсіз және жасампаз өмір сүру мүмкіндігінің көмегімен қалыптасады және қолдау алады.
- Қоғамдық денсаулық сақтау пәнінің негізгі мақсаты Қазақстан Республикасы азаматтарының физикалық және рухани-имандылық денсаулығының күйін жақсарту, өмір сүрудің сапасын көтеру, дене шынықтыру – спорттық қозғалысын дамыту, қоршаған ортаны жайластыру және қорғау, салауатты өмір салтын жұртқа таныту және тарату, жас өспірімді патриотизм рухында тәрбиелеу, әлеуметтік-пайдалы және жасампаз қызметке шын жүрекпен талпыну болып табылады.

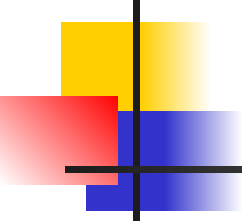


Дәрумендер – денсаулығымыздың дәнекері.





Ас – адамның арқауы.



Қоғамдық денсаулықты ұйымдастырудың негізгі әдістері:

- Аналитикалық әдіс
- Салыстырмалы әдіс
- Экономикалық әдіс
- Тепе-теңдік әдісі
- Нормативтік әдіс

Қоғамдық денсаулықты зерттеу әдістері:

- Тарихи
- Статистикалық (санитарно-статистикалық)
- Эксперимент әдістері және модельдеу
- Эксперт бағалауларының экономикалық Социалдық тексеру
- Анализдеу
- Эпидемиялық
- Медико-географиялық

5

steps to a healthy lifestyle



**Get active for an
hour or more
each day**



**Choose water
as a drink**



**Eat more fruit
and vegetables**



**Turn off the TV
or computer
and get active**



**Eat fewer snacks
and select healthier
alternatives**

Белсенді өмір салты



Отбасы және денсаулық

