

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/435308>

Тип работы: Реферат

Предмет: Медицина

Содержание

Введение 3

1. Общие закономерности роста и развития детей дошкольного и школьного возраста 8

2. Дошкольная гигиена 12

3. Гигиена детей школьного возраста 15

Заключение 21

Список использованной литературы 22

Введение

Гигиена - область научных исследований, изучающая воздействие условий окружающей среды на человеческий организм и разрабатывающая рекомендации и стандарты на основе научных данных для поддержания и укрепления здоровья.

Гигиена, происходящая от греческого слова "hygieinos" - здоровый, является одной из древнейших сфер медицинских познаний. Её основная цель заключается в сохранении здоровья человека и предотвращении заболеваний.

Это область, занимающаяся поддержанием, укреплением и улучшением здоровья общества. Гигиена изучает воздействие разнообразных факторов окружающей среды на состояние организма человека, его здоровье и работоспособность. Эти факторы включают природные, социальные, домашние, производственные условия, а также аспекты труда, отдыха, питания и доступа к медицинской помощи. Изменения в окружающей среде, которые несут негативный характер, могут вызывать различные нарушения в работе органов и систем организма или способствовать развитию патологических процессов. Гигиена ориентирована на различные категории населения, для которых необходимы меры профилактики различных заболеваний.

Для укрепления организма и повышения его устойчивости к негативным воздействиям окружающей среды используются следующие гигиенические методы:

□Создание оптимальных условий труда и отдыха.

□Проведение рационального питания.

□Стимулирование физической активности.

□Применение закаливания.

Основные цели гигиены включают:

1.Изучение закономерностей воздействия окружающей среды на организм.

2.Разработка и внедрение стандартов безопасности для ограничения вредного воздействия окружающей среды на человеческий организм.

3.Разработка и внедрение программ по улучшению здоровья населения и состояния окружающей среды.

Санитария тесно связана с гигиеной, обе дисциплины направлены на защиту здоровья населения.

Санитария, происходящая от латинского слова "sanitas", что означает "здоровье", включает в себя реализацию мер, разработанных гигиеной, направленных на улучшение здоровья людей, улучшение окружающей среды и продление жизни. Санитария, по сути, представляет собой практическое осуществление требований гигиены.

Михаил Петтенкофер (1818-1901) считается основателем гигиенической науки. Он основал и возглавил первый в Европе гигиенический институт в Мюнхене в 1879 году. Иван Павлов (1849-1936) также называл гигиену медициной будущего. В России основателями гигиенической науки были Александр Доброславин и Федор Эрисман.

Особую роль в развитии гигиены и физиологии труда сыграл Иван Сеченов (1829-1905), который в своей книге "Очерки рабочих движений человека" высказал взгляды на роль нервной системы в процессе труда и установил оптимальную продолжительность рабочего дня.

Гигиена физического воспитания имела свое начало еще в Древней Греции. Гиппократ рассматривал

физические упражнения как средство для сохранения и укрепления здоровья, а также как профилактику заболеваний.

Гигиена детей и подростков - это отрасль гигиены, изучающая влияние условий жизни на здоровье и функциональное состояние детей. Она разрабатывает научные основы и практические меры для сохранения и укрепления здоровья, поддержания оптимального уровня функций и благоприятного развития организма детей и подростков. Основная задача гигиены детей и подростков заключается в целенаправленном благоприятном воздействии на среду и воспитании для формирования здорового человека и развития его функциональных и физических возможностей.

Гигиена детей и подростков представляет собой комплексную область науки, охватывающую все аспекты здоровья и гигиены, касающиеся детей и подростков.

Основная цель гигиены детей и подростков заключается в обеспечении и поддержании здоровья растущего поколения через создание условий для их воспитания и обучения в соответствии с санитарно-гигиеническими стандартами, подкрепленными научными доказательствами.

Для достижения этой цели разрабатываются нормативы и требования, а также планируются оздоровительные мероприятия, направленные на укрепление здоровья организма, находящегося в стадии роста и развития, что значительно отличается от взрослого организма. Гигиенические мероприятия и нормирование факторов окружающей среды основаны на морфологических, функциональных и психологических особенностях организма на различных этапах его развития, что делает гигиену детей и подростков возрастной наукой.

Поскольку воздействие факторов окружающей среды на организм детей и подростков различно на разных возрастных этапах, гигиена детей и подростков ставит перед собой задачу дифференцированного нормирования этих факторов с учетом возраста, определяя соответствующий возрастной интервал, в пределах которого конкретный гигиенический норматив остается актуальным.

Нормирование - это научно обоснованное определение параметров воздействия факторов на организм, обеспечивающее сохранение здоровья и гармоничное развитие детей и подростков. Гигиенические нормы учитывают специфическую чувствительность организма в процессе его развития, меняясь вместе с изменениями возраста, пола и состояния здоровья.

Практическая гигиена направлена на создание и преобразование среды, учитывая возрастные особенности и потребности детей и подростков. Она также включает объединение детей разных возрастов в соответствии с возрастной периодизацией.

Научные принципы возрастной периодизации основаны на закономерностях роста и развития детей, преимущественно на гетероморфности их физического и психического развития. Существует

Список использованной литературы

1. В.Ф. Черник «Возрастная физиология и школьная гигиена», пособие
2. В.А. Петров. Методы определения и оценки состояния здоровья и физического развития детей и подростков, Учебное пособие
3. Бородулина Т. В. «Гигиеническое воспитание детей дошкольного и школьного возраста»
4. С.П Сивакова «Гигиена детей и подростков»
5. Е.А. Русимова «Гигиеническое воспитание детей дошкольного возраста»
6. Кучма В. Р, Сафонкина С.Г. Молдованов В.В. Кучма Н.Ю « Гигиена детей и подростков в современной школьной медицине»

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/referat/435308>