

## **АНОТАЦІЯ**

### **до робочої програми з дисципліни «Медико-соціальні основи здоров'я»**

Навчальна дисципліна “Медико-соціальні основи здоров'я” є складовою загальної програми професійної підготовки фахівців з соціології, які навчаються в ХНУ імені В.Н. Каразіна.

Основою курсу є уявлення про індивідуальне здоров'я, як найважливіший компонент сучасних наук про людину, про динамічні психофізіологічні резерви особистості людини, адаптивні можливості організму, про правила формування способу життя, про культуру знання індивідом свого організму, про мотивації на здоров'я, про ендогенні та екзогенні фактори ризику погіршення й руйнування здоров'я, про соціальну адаптацію й суспільне здоров'я.

В основі курсу лежить розкриття методології, теоретичних і прикладних аспектів нової науки про людину (валеологія), що виникла на стику природнонаукових, медичних і просвітительських наук. На відміну від медицини, що вивчає методи лікування хвороб, валеологія вивчає природу здоров'я людини, фактори й механізми формування, розвитку й збереження здоров'я людини.

Програма базується на основі теоретичного розкриття функціональних можливостей, резервів систем організму, які створюють потенціал здоров'я, що забезпечує адаптацію до факторів, які змінюються, життєдіяльності, компенсацію при нормальних, не деструктивних змінах в організмі. Потенціал здоров'я може бути збільшений спеціальними тренувальними впливами або знижений, коли впливи ведуть до витрат «зусиллями» самої людини, що віддається шкідливим звичкам і не має мотивації на збереження й розвиток власного здоров'я.

Одна із центральних ідей - уявлення про принципи взаємодії систем організму при реалізації функціональних навантажень - субекстремальних,

стресуючих. Найважливіші поняття: внутрішнє середовище організму, гомеостаз, функціональна система, функціональний стан, стрес, адаптація, світогляд, здоровий спосіб життя.

Формування людиною власного світогляду, способу життя, мають на меті вдосконалювання умов життєдіяльності індивіда на основі валеологічного виховання, оволодіння гігієнічними навичкам, знаннями факторів ризику (алкоголь, наркотики, паління, гіподинамія, завищення психологічних потреб щодо наявних у індивіда можливостей і т.д.). Спосіб життя залежить від наявності в людини факторів ризику, спадкоємних (уроджених), придбаних захворювань, порушень роботи регуляторно-адаптивних і захисних механізмів, екології, валеологічної культури, від життєвих позицій і зусиль людини, здатного активно регулювати свій стан.

У формуванні способу життя й збереженні здоров'я індивіда велике значення мають інтелектуальний і творчий компоненти. Чим більше в трудовій діяльності займає місце творчий початок, ініціатива, особистісні здатності й знання, тим більше ця діяльність приносить задоволення, і тим самим підвищує стійкість людини до захворювань. Розвиток духовного миру людини, його творчих здатностей, відношення до праці, до соціального середовища, є основою для розробки здорового способу життя з метою збереження й збільшення індивідуального здоров'я.

Мотивація на здоров'я, здоровий спосіб життя, повноту її реалізації, потреба до самооцінки, контролю стану свого здоров'я в людини збільшується з віком, коли, правило, багато систем організму страждають від тих або інших захворювань. Своєчасності придбання необхідних для життя кожної людини знань забезпечує цілеспрямований навчальний процес.

Мета даної дисципліни — ознайомити студентів із сучасними теоретичними положеннями та практичними програмами в галузі валеології, соціальної медицини та гігієни, соціально-гігієнічними проблемами порушень здоров'я, системою управління охороною здоров'я, основними напрямками організації медичної допомоги населенню.

Ставлення нашого суспільства до здоров'я людей, якість медичної допомоги — ці питання потребують вивчення. Відповіді на них можна знайти, наприклад, у соціологічних дослідженнях “Умови життя, спосіб життя і здоров'я”, що проводилися в 2001–2003 рр. у восьми країнах СНД у межах програми “Corernicus-2” Європейського Союзу.

Програма курсу “Медико-соціальні основи здоров'я” складається з дванадцяти тем, спрямованих на висвітлення цього предмета як науки, що узагальнює та об'єднує поняття індивідуального та соціального здоров'я, пропонує заходи щодо їх удосконалення, а також дає наукове уявлення про здоровий спосіб життя.

Завдання курсу:

- формування уявлень про місце біологічних, психологічних і медико-соціальних наук у структурі загальних знань про людину;
- зміцнення й розвиток уявлень про системні принципи діяльності організму, про структурно-функціональні основи взаємодії систем організму, про механізми взаємокомпенсації функцій, про індивідуальну норму життєдіяльності, про гомеостаз і стрес;
- формування уявлень про здоров'я як результат соціальної адаптації людини, здоровий спосіб життя, шляхи і засоби підтримки й зміцнення високої працездатності людини;
- формування навичок спостереження за власним організмом, навчання методам діагностики рівня і якості здоров'я людини, збереження й зміцнення здоров'я.

Підсумковий контроль знань – (залік) іспит.