

Κεφ. 3

Οι αρχαίοι Έλληνες θεοποίησαν την υγεία→

Ασκληπιός: θεός της Ιατρικής και γιος του Απόλλωνα

4 κόρες

- Υγεία, προστάτιδα της υγείας
- Ιασώ, (θεά της θεραπείας)
- Ακεσώ (θεά της επούλωσης)
- Πανάκεια (θεράπευε κάθε νόσο)

2 γιους (γιατροί στον Τρωϊκό πόλεμο)

- Μαχάονας
- Ποδαλείριος

Ιπποκράτης:

μίλησε επιστημονικά για τα αίτια των λοιμωδών νοσημάτων

Έγραψε τα πρώτα επιστημονικά συγγράμματα όπως:

➤ «**περί Αέρων, Υδάτων, Τόπων**», για τις συνθήκες Υγιεινής του περιβάλλοντος και

➤ «**Περί διαίτης, Υγιεινής επιδημιών**», αναλύονται τα αίτια γένεσης των επιδημιών.

Γι' αυτό και καθιερώθηκε ως πατέρας της ιατρικής και της υγιεινής.

Σύμφωνα με τον ορισμό της υγείας, οι άνθρωποι χωρίζονται σε τρεις ομάδες:

- **Πραγματικά Υγιείς:** αυτοί που δεν έχουν καμία ασθένεια.
- **Ασθενείς:** αυτοί, στους οποίους η λειτουργική διαταραχή γίνεται αντιληπτή για αυτό καταφεύγουν στην θεραπευτική ιατρική
- **Εν δυνάμει ασθενείς:** αυτοί που φαίνονται υγιείς, αλλά είναι πραγματικά μεταξύ υγείας και ασθένειας

Πραγματικά υγιείς

- Είναι αυτοί που δεν έχουν καμία ασθένεια.
- Οι σωματικές και ψυχικές λειτουργίες τους είναι μέσα στα φυσιολογικά όρια που καθορίζονται:
 - από την ηλικία,
 - το φύλο,
 - τον κοινωνικό και γεωγραφικό χώρο.
- περισσότερο θεωρητική έννοια, αφού στην πράξη δεν μπορεί να αποδειχθεί.

Ασθενείς

➤είναι εκείνοι, στους οποίους η **λειτουργική διαταραχή** (σωματική, ψυχική) **γίνεται αντιληπτή**, (πόνος, ίκτερος κ.ά.) και ως εκ τούτου **καταφεύγουν** στη **θεραπευτική ιατρική**, για να απαλλαγούν από τα συμπτώματα της αρρώστιας τους.

Εν δυνάμει ασθενείς

- Η ομάδα των ανθρώπων που βρίσκεται σε **ενδιάμεση κατάσταση**,
- φαίνονται υγείς, αλλά στην πραγματικότητα **είναι μεταξύ υγείας και ασθένειας**.
- Οι άνθρωποι αυτοί **έχουν υποστεί βλάβη χωρίς να το γνωρίζουν**→
συνεχίζουν ανυποψίαστα την εργασία τους μέχρις ότου εκδηλωθεί η ασθένεια→
οπότε και θα ζητήσουν βοήθεια από τη θεραπευτική ιατρική.

Στην ομάδα αυτή αλλά και στις υπόλοιπες σ' ολόκληρο τον πληθυσμό
προσπαθεί η Υγιεινή να μειώσει ή να εξαλείψει τους αιτιολογικούς παράγοντες
που επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου.

Η Υγιεινή προσπαθεί να μειώσει ή να εξαλείψει τους αιτιολογικούς παράγοντες που επιδρούν στην υγεία του ανθρώπου.

Οι αιτιολογικοί παράγοντες πρέπει να αναζητηθούν:

- στα στοιχεία του περιβάλλοντος,
- στην ανθρώπινη κοινωνία,
- στον τρόπο ζωής, αλλά και
- στο γονότυπο του κάθε ανθρώπου.

Η **γνώση των εχθρών** της υγείας σ' έναν πληθυσμό **είναι απαραίτητη** για τη **λήψη μέτρων**, με σκοπό την **προστασία** της.

Πολλά νοσήματα του παρελθόντος

Π.χ.τα λοιμώδη νοσήματα ευλογιά, πανώλη, διφθερίτιδα, πολιομυελίτιδα κ.α

έχουν μειωθεί ή εκριζωθεί Σε αυτό συνετέλεσε

- η βελτίωση του βιοτικού επιπέδου,
- η πρόοδος της επιστήμης και τεχνολογίας και
- η παραγωγή εμβολίων και αντιβιοτικών.

Νέοι όμως εχθροί κάνουν την εμφάνισή τους όπως είναι

- το AIDS,
- νέες μορφές ηπατίτιδας και
- η αναζωπύρωση της φυματίωσης.

Επιπλέον

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής αποτελεί απειλή για την υγεία και συμβάλλει στην ανάπτυξη νοσημάτων:

νοσήματα της αφθονίας ή του πλούτου ή κατ' άλλους νοσήματα πολιτισμού.

Τα καρδιαγγειακά νοσήματα,
ο καρκίνος,
τα ατυχήματα

αποτελούν τις τρεις πρώτες
αιτίες θανάτου

οι ψυχικές διαταραχές,
ο σακχαρώδης διαβήτης κ.λπ

αποτελούν καθημερινό πρόβλημα
πολλών ανθρώπων και αυξάνονται
συνεχώς.

Βασικοί αιτιολογικοί παράγοντες ανάπτυξης **συγχρόνων νοσημάτων**.

1. καθιστική ζωή,
2. ατμοσφαιρική ρύπανση,
3. καταναλωτισμός,
4. αλκοολισμός,
5. τοξικομανία,
6. κάπνισμα,
7. άγχος,
8. ανασφάλεια και η μοναξιά των μεγαλουπόλεων

Παράδοξο: τα σύγχρονα νοσήματα έχουν ανοδική τάση παρά τα τεράστια ποσά που ξοδεύονται για την καταπολέμησή τους,.

Η προαγωγή της υγείας με την αγωγή υγείας έχουν να παίξουν σημαντικό ρόλο.

Η ενεργή συμμετοχή του ατόμου στην υπόθεση της υγείας είναι απαραίτητη.

Η **Υγιεινή** έχει να κάνει με την **πρόληψη**

Η **Ιατρική** (με την αυστηρή έννοια του όρου) κάνει μόνο **θεραπεία** (ίαση),
γι' αυτό ο όρος Προληπτική Ιατρική είναι ασυμβίβαστος.

Κατά τους **Αγγλοσάξωνες** οι σκοποί της Ιατρικής είναι:

- Η **πρόληψη** και η **προαγωγή** της **υγείας** → **Προληπτική Ιατρική**
- Η **θεραπεία** και η **ανακούφιση** του αρρώστου → **Θεραπευτική Ιατρική**

Προληπτική ιατρική και Υγιεινή είναι έννοιες ταυτόσημες

Προστασία της Υγείας

Για αιώνες η προστασία της υγείας εστιάζεται στον έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων.

Αρχαίοι Έλληνες, Κινέζοι, Ινδοί, Αιγύπτιοι, Εβραίοι, εφάρμοζαν κανόνες Υγιεινής.

Πίστευαν ότι η προστασία της υγείας επιτυγχάνεται με:

- καθαριότητα,
- σωστή πολεοδομία,
- υγιεινή κατοικία,
- υγιεινή διατροφή,
- ύδρευση και αποχέτευση

Έθεσαν τις βάσεις της **Δημόσιας Υγιεινής**

Μεσαίωνας: οι επιδημίες θέριζαν την ανθρωπότητα,

→ η **καραντίνα** (απομόνωση πλοίων και ανθρώπων για 40 ημέρες) το μόνο μέτρο προστασίας.

Σήμερα η πρόοδος της επιστήμης έχει σαν αποτέλεσμα:

- Τη γνώση της αιτιολογίας πολλών νοσημάτων
- Την εφαρμογή εμβολιασμών στα παιδιά και στις ευπαθείς ομάδες και
- Την ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού

Με σκοπό

τη συλλογική ανοσία του πληθυσμού

Σήμερα **ο προσυμπτωματικός έλεγχος** εφαρμόζεται εξ ίσου και

- σε **ατομικό επίπεδο (check up)** και
- σε **ομαδικό επίπεδο (ανίχνευση-screening)**

και παίζει σημαντικό ρόλο στην προστασία της υγείας.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

1. Ποιες είναι οι ομάδες των ανθρώπων σε σχέση με τον ορισμό της Υγείας;
2. Σε ποιες ομάδες ανθρώπων απευθύνεται κυρίως η Υγιεινή;
3. Ποιοι είναι οι εχθροί της υγείας;
4. Ποια η σχέση της Υγιεινής και της προληπτικής Ιατρικής;
5. Πού εστιάζεται σήμερα η προστασία της Υγείας και πού στο παρελθόν;