**ΥΓΙΕΙΝΗ – ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ**

**ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΘΕΜΑΤΩΝ**

**ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2Ο**

**ΔΙΑΙΡΕΣΗ ΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ**

**1) Η πρόληψη είναι η λήψη μέτρων για την προστασία της υγείας και αναστολή εξέλιξης της ασθένειας.**

**α) Γιατί ορισμένα νοσήματα καλούνται «κοινωνικά» νοσήματα;**

**β)Να αναφέρετε τέσσερα κοινωνικά νοσήματα;**

**γ)Ποιος κλάδος της Υγιεινής ασχολείται με κοινωνικά νοσήματα;**

*α) Γιατί στην εμφάνισή και μετάδοσή τους συμβάλλουν οι δυσμενείς οικονομικοί και κοινωνικοί παράγοντες.*

*β) Η φυματίωση, η τοξικομανία, ο αλκοολισμός, το κάπνισμα*

*γ) Η Κοινωνική Υγιεινή*

**2) Η Πρωτοβάθμια Πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών.**

**α) Να αναφέρετε με τι ασχολείται.**

**β) Ποιες φάσεις τις ζωής του ανθρώπου καλύπτει;**

*α) Η Πρωτοβάθμια πρόληψη ασχολείται με:*

*♣ Άτομα και οικογένειες υψηλού κινδύνου όπως έγκυες με προηγούμενη νόσηση και ανήλικες έγκυες.*

*♣ Οικογένειες με πολλά προβλήματα, όπως γονείς ή άλλο μέλος που είναι ψυχικά άρρωστο, ανεργία, θάνατο, διαζύγιο, εφήβους, που έχουν εγκαταλείψει το σπίτι ή το σχολείο λόγω κάποιου παραπτώματος.*

*♣ Όλα τα άτομα της τρίτης ηλικίας που ζουν μόνα τους.*

*β) Καλύπτει όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου, την προγεννητική, τη νεογνική, την παιδική, την εφηβική, την ενηλικίωση και την τρίτη ηλικία.*

**3) Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, από τη στιγμή της γονιμοποίησής του μέχρι και το θάνατό του.**

**α) Πώς ονομάζεται ο κλάδος της Υγιεινής,**

1. **που αφορά το σύνολο τον μέσων και πρακτικών που χρησιμοποιεί κάθε άτομο προαιρετικά για την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του;**
2. **ο οποίος εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου με σκοπό την πρόληψη, τη διατήρηση και την προαγωγή της ψυχικής τους υγείας;**
3. **που ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές, για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του;**
4. **ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.**

*α) Δημόσια Υγιεινή ii. Ψυχική Υγιεινή iii. Ατομική Υγιεινή iv. Κοινωνική Υγιεινή*

**β) Να περιγράψετε τι είναι η Ψυχική Υγεία σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ*.***

*β) Ψυχική Υγεία, σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. είναι η κατάσταση της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του επιτεύγματα.*

**4) Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, από τη στιγμή της γονιμοποίησής του μέχρι και το θάνατό του. Επειδή έχει μεγάλο εύρος δράσης, η διαίρεσή της σε κλάδους ήταν αναγκαία.**

**α) Ποιοι είναι οι σπουδαιότεροι κλάδοι της Υγιεινής;**

**β) Τι εννοούμε με τον όρο: "ψυχική υγεία" σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.);**

**γ) Τι χρειάζεται η Υγιεινή από το άτομο για να μπορέσει να πετύχει το σκοπό της;**

*α) Οι σπουδαιότεροι κλάδοι είναι η Ατομική, η Δημόσια και η Κοινωνική Υγιεινή και η Ψυχική Υγιεινή που αποτελεί κλάδο της Κοινωνικής Υγιεινής.*

*β) Ψυχική Υγεία είναι σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. η κατάσταση της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του επιτεύγματα.*

*γ) Για να μπορέσει η Υγιεινή να πετύχει τον σκοπό της χρειάζεται την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου, ώστε να είναι ικανό να αποφασίζει με υπευθυνότητα, έχοντας γνώση και συνείδηση των στόχων που έχει για την υγεία*

**5) Υπάρχουν νοσήματα που καλούνται κοινωνικά.**

**α) Γιατί καλούνται έτσι;**

**β) Δώστε τέσσερα παραδείγματα κοινωνικών νοσημάτων**

*α) Υπάρχουν νοσήματα που καλούνται κοινωνικά νοσήματα γιατί στην εμφάνισή τους και μετάδοσή τους συμβάλλουν οι δυσμενείς οικονομικοί και κοινωνικοί παράγοντες.*

*β) Φυματίωση, ψυχικά νοσήματα, τοξικομανία, αλκοολισμός, κάπνισμα*

**6) Γιατί ήταν αναγκαία η διαίρεση της Υγιεινής σε κλάδους; Ποιοι είναι οι σπουδαιότεροι κλάδοι της;**

*Η διαίρεσή της Υγιεινής σε κλάδους ήταν αναγκαία επειδή έχει μεγάλο εύρος δράσης. Οι σπουδαιότεροι κλάδοι της είναι η Ατομική, η Δημόσια και η Κοινωνική Υγιεινή.*

**7) Η Πρωτοβάθμια Πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών.**

**α) Ποιες φάσεις της ζωής των ανθρώπων καλύπτει;**

**β) Με ποια άτομα ασχολείται;**

*a) Καλύπτει όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου· την προγεννητική, τη νεογνική, την παιδική, την εφηβική, την ενηλικίωση και την τρίτη ηλικία.*

*β) Ασχολείται με:*

*i) Άτομα και οικογένειες υψηλού κινδύνου όπως έγκυες με προηγούμενη νόσηση και ανήλικες έγκυες.*

*ii) Οικογένειες με πολλά προβλήματα, όπως γονείς ή άλλο μέλος που είναι ψυχικά άρρωστο, ανεργία, θάνατο, διαζύγιο, εφήβους που έχουν εγκαταλείψει το σπίτι ή το σχολείο λόγω κάποιου παραπτώματος.*

*iii) Όλα τα άτομα της τρίτης ηλικίας που ζουν μόνα.*

**8) Με ποιους παράγοντες ασχολείται ο κλάδος της Ατομικής Υγιεινής;**

**β) Με τι ασχολείται ο κλάδος της Δημόσιας Υγιεινής;**

**γ) Με τι ασχολείται ο κλάδος της Κοινωνικής Υγιεινής;**

*α) Ατομική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής που ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές, για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του.*

*β) Δημόσια Υγιεινή είναι το σύνολο των μέτρων που εφαρμόζονται από το κράτος με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού.*

*γ) Κοινωνική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής, ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.*

**9) Ποια είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών; Ποιες φάσεις της ζωής του ανθρώπου καλύπτει;**

*Η Πρωτοβάθμια Πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών και καλύπτει όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου· την προγεννητική, τη νεογνική, την παιδική, την εφηβική, την ενηλικίωση και την τρίτη ηλικία.*

**10) Τι χρειάζεται η Υγιεινή από το άτομο για να μπορέσει να πετύχει το σκοπό της;**

*Για να μπορέσει η Υγιεινή να πετύχει τον σκοπό της χρειάζεται την ενεργητική συμμετοχή του ατόμου, ώστε να είναι ικανό να αποφασίζει με υπευθυνότητα, έχοντας γνώση και συνείδηση των στόχων που έχει για την υγεία.*

**11) α) Ποιος κλάδος της Υγιεινής ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές, για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του;**

**β) Ποια μέτρα μπορεί να πάρει ατομικά το κάθε άτομο ώστε να επιτύχει την πρόληψη και διατήρηση της υγείας του;**

**γ) Τα μέτρα αυτά είναι υποχρεωτικά ή προαιρετικά;**

*α) H Ατομική Υγιεινή.*

*β) Τα μέτρα που μπορεί να πάρει κάθε άτομο για την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του είναι τα μέσα που χρησιμοποιεί όπως, το νερό, το σαπούνι, η οδοντόβουρτσα, η οδοντόπαστα, τα ενδύματα, οι σωματικές ασκήσεις, η κατοικία, η διατροφή, η ψυχαγωγία, η ανάπαυση, ο ύπνος, η εργασία κ.ά.*

*γ) Τα μέτρα αυτά είναι προαιρετικά για κάθε άνθρωπο.*

**12) Η Ψυχική Υγιεινή είναι κλάδος της Κοινωνικής Υγιεινής.**

**α) Τι εξετάζει η Ψυχική Υγιεινή;**

**β) Ποιος είναι ο σκοπός της Ψυχικής Υγιεινής;**

*α) Εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου.*

*β) Η Ψυχική Υγιεινή έχει σαν σκοπό την πρόληψη, τη διατήρηση και προαγωγή της ψυχικής υγείας του ανθρώπου.*

**13) α) Αναφέρατε ονομαστικά τους σπουδαιότερους κλάδους της Υγιεινής**

**β) Ποιος είναι ο κοινός σκοπός των κλάδων της Υγιεινής;**

*α) Οι σπουδαιότεροι κλάδοι της Υγιεινής είναι: η Ατομική, η Δημόσια και η Κοινωνική Υγιεινή.*

*β) Ο κοινός σκοπός των κλάδων της Υγιεινής είναι η πρόληψη, η διατήρηση και η προαγωγή της υγείας.*

**14) Η Υγιεινή είναι κλάδος της Ιατρικής επιστήμης.**

**α) Τι καλύπτει η Υγιεινή;**

**β) Γιατί είναι αναγκαία η διαίρεσή της σε κλάδους;**

*α) Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου από τη στιγμή της γονιμοποίησης του μέχρι και τον θάνατό του.*

 *β) Η Υγιεινή έχει μεγάλο εύρος δράσης, αφού καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου, άρα είναι αναγκαία η διαίρεσή της σε κλάδους.*

**15) α) Ποιος πρώτος κατεύθυνε τις έρευνες του στη σχέση καπνίσματος και καρκίνου του πνεύμονα;**

**β) Ποια η διαφορά ανάμεσα στην Ψυχική Υγιεινή και Ψυχική Υγεία;**

**γ) Ποια είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών και ποιες φάσεις της ζωής του ανθρώπου καλύπτει;με τι ασχολείται;**

**δ) Ποια χρονική περίοδο διαμορφώνεται η Κοινωνική Υγιεινή , τι παρατηρείτε κατά τη διάρκεια της και για ποιο λόγο;**

*α) Πρώτος ο R. Doll κατεύθυνε τις έρευνές του στη σχέση καπνίσματος και καρκίνου του πνεύμονα.*

*β) Ψυχική Υγιεινή είναι κλάδος της Κοινωνικής Υγιεινής που εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου με σκοπό την πρόληψη, τη διατήρηση και προαγωγή της ψυχικής του υγείας. Ψυχική Υγεία είναι σύμφωνα με τον Π.Ο.Υ. η κατάσταση της συναισθηματικής ευεξίας, όπου το άτομο μπορεί να ζει και να εργάζεται με άνεση μέσα στην κοινότητα και να ικανοποιείται από τα προσωπικά του επιτεύγματα.*

*γ) Η Πρωτοβάθμια Πρόληψη είναι η κυριότερη μορφή πρόληψης των ψυχικών διαταραχών και καλύπτει όλες τις φάσεις της ζωής του ανθρώπου· την προγεννητική, τη νεογνική, την παιδική, την εφηβική, την ενηλικίωση και την τρίτη ηλικία. Ασχολείται με: i. Άτομα και οικογένειες υψηλού κινδύνου όπως έγκυες με προηγούμενη νόσηση και ανήλικες έγκυες. ii. Οικογένειες με πολλά προβλήματα, όπως γονείς ή άλλο μέλος που είναι ψυχικά άρρωστο, ανεργία, θάνατο, διαζύγιο, εφήβους που έχουν εγκαταλείψει το σπίτι ή το σχολείο λόγω κάποιου παραπτώματος. iii. Όλα τα άτομα της τρίτης ηλικίας που ζουν μόνα.*

*δ) Η Κοινωνική Υγιεινή βασικά διαμορφώνεται μετά τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, όπου παρατηρείται έξαρση πολλών λοιμωδών και μη λοιμωδών νοσημάτων, λόγω των δυσμενών κοινωνικών και οικονομικών παραγόντων.*

**16) Γιατί ήταν αναγκαία η διαίρεση της Υγιεινής σε κλάδους; Ποιοι είναι οι σπουδαιότεροι κλάδοι της;**

*Η διαίρεσή της Υγιεινής σε κλάδους ήταν αναγκαία επειδή έχει μεγάλο εύρος δράσης. Οι σπουδαιότεροι κλάδοι της είναι η Ατομική, η Δημόσια και η Κοινωνική Υγιεινή.*

**17) Η Υγιεινή καλύπτει όλες τις δραστηριότητες του ανθρώπου.**

**α) Με τι ασχολείται ο κλάδος της Ατομικής Υγιεινής; Τι γνωρίζετε για την ευρύτερη έννοια της Ατομικής Υγιεινής;**

*α) Ατομική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής που ασχολείται με τους παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στην υγεία του ατόμου και διατυπώνει αρχές, για να εφαρμοστούν από το άτομο, ώστε να υπάρξει πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του. Υπό την ευρύτερη έννοια της Ατομικής Υγιεινής εννοούμε το σύνολο των μέσων και πρακτικών που χρησιμοποιεί κάθε άτομο προαιρετικά για την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του. Τα μέσα που χρησιμοποιεί κάθε άτομο είναι το νερό, το σαπούνι, η οδοντόβουρτσα, η οδοντόπαστα, τα ενδύματα, οι σωματικές ασκήσεις, η κατοικία, η διατροφή, η ψυχαγωγία, η ανάπαυση, ο ύπνος, η εργασία κ.ά.*

**β) Ποιος εφαρμόζει την δημόσια υγιεινή και με ποιον τρόπο;**

*β) Δημόσια Υγιεινή είναι το σύνολο των μέτρων που εφαρμόζονται από το κράτος με σκοπό την πρόληψη, διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού. Αυτό επιτυγχάνεται με την εξυγίανση του περιβάλλοντος, τον έλεγχο των λοιμωδών νοσημάτων, την αγωγή υγείας ομάδων πληθυσμού, την οργάνωση των υγειονομικών και νοσηλευτικών υπηρεσιών.*

**18) α)Τι γνωρίζετε για τον κλάδο της Κοινωνικής Υγιεινής;**

*α) Κοινωνική Υγιεινή είναι κλάδος της Υγιεινής, ο οποίος ασχολείται με τους κοινωνικούς και οικονομικούς παράγοντες που επιδρούν βλαπτικά στην υγεία του πληθυσμού, με σκοπό την εξουδετέρωσή τους και την ενίσχυση των ευεργετικών παραγόντων.*

**β) Ποια νοσήματα καλούνται Κοινωνικά Νοσήματα, ποιοι παράγοντες συμβάλλουν στην εμφάνισή τους;**

*β) Υπάρχουν νοσήματα που καλούνται κοινωνικά νοσήματα (φυματίωση, ψυχικά νοσήματα, τοξικομανία, αλκοολισμός, κάπνισμα κ.λπ.), γιατί στην εμφάνισή τους και μετάδοσή τους συμβάλλουν οι δυσμενείς οικονομικοί και κοινωνικοί παράγοντες.*

**γ) Η Ψυχική Υγιεινή με τι ασχολείται και ποιος είναι ο σκοπός του κλάδου αυτού;**

*γ) Η Ψυχική Υγιεινή είναι κλάδος της Κοινωνικής Υγιεινής που εξετάζει τους παράγοντες εκείνους, οι οποίοι επιδρούν στην ψυχική υγεία του ανθρώπου με σκοπό την πρόληψη, τη διατήρηση και προαγωγή της ψυχικής του υγείας.*