# Гігієнічне виховання як основа формування здорового способу життя.

Гігієнічне виховання розглядається сьогодні як основа профілактики, яка представляє собою дії, спрямовані на зменшення ймовірності виникнення захворювань або порушень, переривання або уповільнення прогресування захворювання, зменшення ймовірності непрацездатності.

Гігієнічне виховання здійснюється з використанням комплексу шляхів, методів і засобів впливу одночасно через сім'ю, школу, медичне та соціальне установи, установи культури.

Гігієнічне виховання є однією з стратегій формування здоров'я, здорового способу життя індивіда, різних груп населення, це активна медико-педагогічна діяльність, спрямована на підвищення знань з питань підтримки і зміцнення здоров'я, створення мотивацій для ведення здорового способу життя, формування гігієнічної культури і гігієнічного поведінки.

Метою гігієнічного навчання і виховання є формування гігієнічного поведінки населення, що базується на науково обгрунтованих санітарно-гігієнічних нормативах, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я, забезпечення високого рівня працездатності, досягнення активного довголіття.

Гігієнічне виховання населення будується на наступних принципах:

* - Науковість, тобто пропаганда тих відомостей, які є науковим знанням, міцно затвердженим і доведеним науковими дослідженнями;
* - Правдивість і об'єктивність;
* - Диференційованість і цілеспрямованість;
* - Масовість;
* - Систематичність і послідовність;
* - Комплексність (участь у роботі по гігієнічному вихованню різних фахівців та установ).

Найважливішими напрямами гігієнічного виховання є:

* 1. Пропаганда факторів, що позитивно впливають на здоров'я.
* 2. Пропаганда попередження (профілактики) впливу факторів, що роблять негативний вплив на здоров'я.

Гігієнічне виховання населення може і повинно проводитися в різних формах: а) в індивідуальній (з кожною людиною окремо); б) груповий (з групою громадян, однорідних за статтю, віком, соціальним і іншому статусу); в) масовою.

Гігієнічне виховання в даний час будується на трьох основних методах: усному, друкованому та образотворчому. На практиці їх зазвичай поєднують.

В даний час у зв'язку з розумінням для збереження здоров'я першорядного значення способу життя перед різними фахівцями та установами, а також суспільством у цілому стоїть завдання розробки та вдосконалення технологій гігієнічного навчання і виховання населення.

Начальник Надвірнянського

районного центру ДУ «ІФ ОЦКПХ МОЗУ» Оксана Жеревчук