

Προαγωγή της Υγείας

A decorative graphic consisting of several horizontal lines of varying lengths and colors (teal, light blue, white) extending across the width of the slide.

Υγεία είναι:

« η κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η απουσία νόσου ή αναπηρίας »

(WHO, 1946)

« η ικανότητα του ατόμου ή της κοινότητας να αναγνωρίζει και να κατανοεί φιλοδοξίες, να ικανοποιεί ανάγκες και να τροποποιεί ή να συμβιβάζεται με το περιβάλλον »

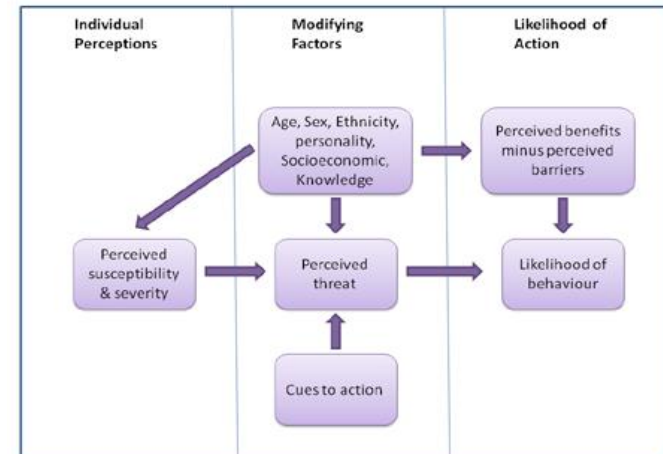
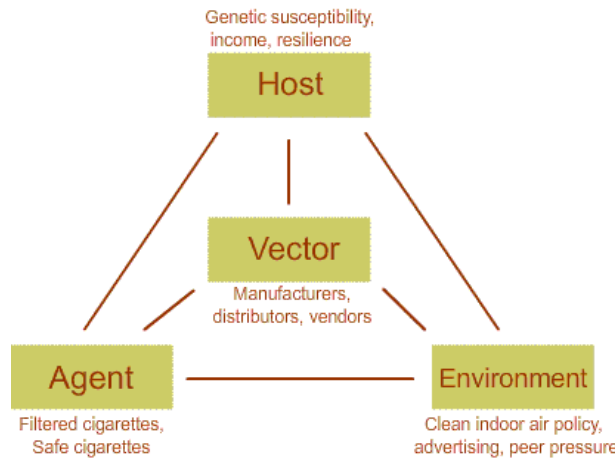
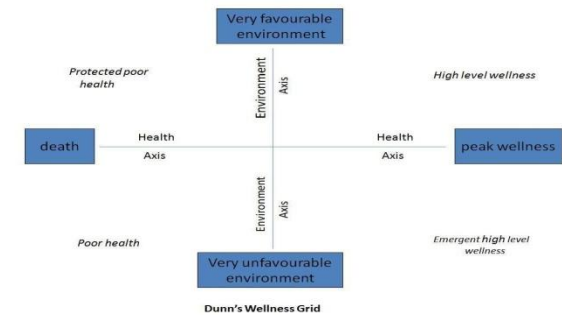
(Διακήρυξη της Ottawa, WHO 1986)

Βασικές προϋποθέσεις για να εκπληρώνεται το δικαίωμα κάθε ατόμου στην υγεία είναι:

- ✓ Οικονομικές απολαβές
- ✓ Κατοικία
- ✓ Τροφή
- ✓ Δυνατότητα μετακίνησης
- ✓ Εργασία
- ✓ Περιβάλλον
- ✓ Δημόσιες υπηρεσίες
- ✓ Βασική φροντίδα υγείας
- ✓ Ίσες ευκαιρίες και
- ✓ Εκπαίδευση και προαγωγή της υγείας

Πρότυπα υγείας και ασθένειας

- Το συνεχές υγεία-ασθένεια
- Το πρότυπο υψηλού επιπέδου ευεξίας
- Το πρότυπο αιτίου-ξενιστή-περιβάλλοντος
- Το πρότυπο πεποιθήσεων για την υγείας



Προαγωγή της Υγείας

Προαγωγή Υγείας

είναι η διαδικασία που δίνει τη δυνατότητα στους ανθρώπους να ελέγχουν και να βελτιώνουν την υγεία τους.

WHO 1986

Οι στόχοι της προαγωγής υγείας είναι:

- ✓ Η μείωση των ανισοτήτων στην υγεία.
- ✓ Η εξασφάλιση ίσων ευκαιριών για καλύτερη υγεία.
- ✓ Η προστασία της υγείας του ανθρώπου και του περιβάλλοντος.
- ✓ Η συντονισμένη δράση από κάθε υπεύθυνο φορέα, και τους ίδιους τους πολίτες.

Εμπόδια για την Προαγωγή της Υγείας

Τέσσερα αλληλοεπιδρώντα στοιχεία συνδέονται με όλες τις αιτίες νόσου και θανάτου:

- ❖ Οι ανεπάρκειες των υπαρχόντων συστημάτων υγείας
- ❖ Η συμπεριφορά ή ο μη υγιεινός τρόπος ζωής
- ❖ Οι περιβαλλοντικοί κίνδυνοι
- ❖ Οι βιολογικοί παράγοντες

(Lalonde, 1974)

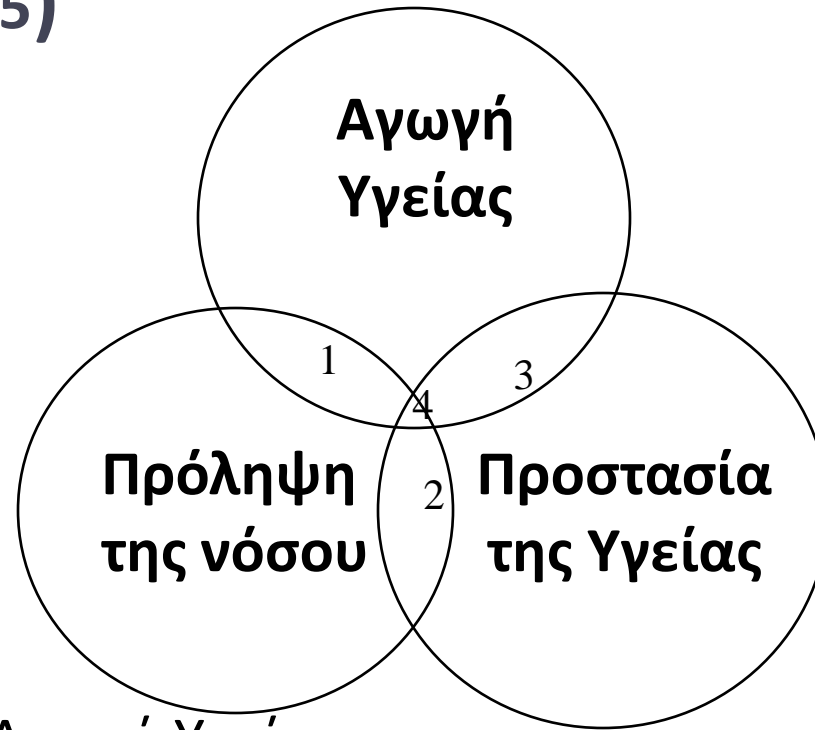
Στη διαδικασία της προαγωγής υγείας, ο εμπλεκόμενος επαγγελματίας υγείας πρέπει να συμβάλει με τη χρήση της:

- Συνηγορίας για υγεία
- Ενδυνάμωσης των ανθρώπων
- Μεσολάβησης

Προαπαιτούμενα για την επίτευξη των στόχων είναι η δημιουργία:

- υγιούς δημόσιας πολιτικής
- υγιούς περιβάλλοντος
- υγιούς τρόπου ζωής
- υπηρεσιών υγείας υψηλής ποιότητας

Το μοντέλο Προαγωγής της Υγείας (Tannahill,1995)



- 1-Προληπτική Αγωγή Υγείας
- 2-Προληπτική Προστασία της Υγείας
- 3-Αγωγή Υγείας με στόχο την Προστασία της Υγείας
- 4-Αγωγή Υγείας με στόχο την Προληπτική Προστασία της Υγείας

Δραστηριότητες Προαγωγής της Υγείας Ι

Αγωγή Υγείας: επιρροή στη συμπεριφορά υγείας, πχ. χρήσιμη αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου

Προληπτική Αγωγή Υγείας: διακοπή του καπνίσματος για πρόληψη των ασθενειών που προκαλεί

Δραστηριότητες Προαγωγής της Υγείας ΙΙ

Πρόληψη ασθένειας (πρωτογενής,
δευτερογενής, τριτογενής πρόληψη)

Προληπτική Προστασία της υγείας (πχ.
χρήση ζώνης ασφαλείας)

Δραστηριότητες Προαγωγής της Υγείας III

Προστασία της υγείας: Λήψη μέτρων για την εξάλειψη του καπνίσματος από τους χώρους εργασίας

Αγωγή Υγείας για προστασία της υγείας: ενημέρωση στους υπευθύνους για την υιοθέτηση μέτρων προστασίας της υγείας

Αγωγή Υγείας για προληπτική προστασία της υγείας: επιρροή στην κοινωνία για την εφαρμογή πολιτικής για προληπτική προστασία της υγείας

(Tannahill, 1985)

Παρεμβάσεις στον τρόπο ζωής Ι

- ✓ Φυσική κατάσταση
- ✓ Υγιεινή διατροφή
- ✓ Στοματική υγεία
- ✓ Διακοπή ή μείωση του καπνίσματος
- ✓ Πρόληψη της χρήσης αλκοόλ και εξαρτησιογόνων ουσιών

Παρεμβάσεις στον τρόπο ζωής ΙΙ

- ✓ Έλεγχος του βάρους
- ✓ Έλεγχος της υπέρτασης
- ✓ Διαχείριση του στρες
- ✓ Πρόληψη των ατυχημάτων
- ✓ Πνευματική κατάσταση