

## ➤ Choroby wieku dziecięcego

Choroby wieku dziecięcego to schorzenia, które towarzyszą dzieciom w okresie ich rozwoju. Najbliższe wykłady dotyczyć będą zagadnień z nimi związanych. Postaramy się zapoznać z charakterystyką takich chorób oraz przeanalizujemy zadania opiekunki dotyczące ich zapobiegania.

Na początek proponuję zapoznać się z kilkoma pojęciami, które stanowią bazę niezbędną do pracy na późniejszych zajęciach.

- **zdrowie**
  - **choroba**
  - **profilaktyka**
  - **fazy profilaktyki**
  - **cele profilaktyki**
  - **edukacja zdrowotna**
  - **zachowania prozdrowotne**
- 

## Zdrowie

Światowa Organizacja Zdrowia w 1946 roku podała definicję zdrowia jako „pełny dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny, a nie jedynie brak chorób lub niedomagań”. „Zdrowie jest to stan dobrego fizycznego, psychicznego i społecznego samopoczucia, a nie tylko brak choroby lub niepełnosprawności (kalectwa)”

---

### **Definicja zdrowia funkcjonuje w różnych wymiarach i aspektach:**

1. Zdrowie fizyczne to prawidłowy skład biochemiczny, harmonia i równowaga w środowisku wewnętrznym organizmu i w otaczającym go naturalnym środowisku zewnętrznym. Środowisko wewnętrzne modelowane jest przez środowisko zewnętrzne. Żyjące organizmy mają wrodzone predyspozycje do obrony bądź podatności na zachorowania, zapisane w materiale chromosomalnym. Umożliwia to przeżycie, rozmnażanie,

doskonalenie organizmu w przystosowaniu do warunków bytowania zdrowotnego.

2. Zdrowie psychiczne to prawidłowy rozwój inteligencji, prawidłowe reakcje emocjonalne, dojrzałość, zdolność adaptacyjna i umiejętność przeciwstawiania się stresom. To realizacja osobowości, właściwy stosunek do siebie i innych, panowanie nad otoczeniem, równowaga sił psychicznych, zdolność do pracy, zabawy i miłości.
3. Zdrowie społeczne to umiejętność pełnienia ról społecznych, prestiż i zaufanie dla jednostki w grupie. Dobre samopoczucie społeczne jednostki kształtuje się pod wpływem socjalizacji, czyli procesu uspołecznienia. „Kwestia zdrowia społecznego w aspekcie socjalizacji polega na: internalizacji wzorów postępowania, obowiązujących w danej społeczności, akceptacji kryteriów wartości i przyswajania sobie reguł „grania ról społecznych, zgodnie z mechanizmami kontroli społecznej”. Jest to także sprzeciw jednostki wobec zdarzeń, sytuacji i postaw sprzecznych z ogólnie głoszonymi normami, wartościami i zasadami.
4. Zdrowie w aspekcie moralnym to odczuwanie bądź nie odczuwanie napięcia, frustracji, stresu, wpływających na poziom samopoczucia, w związku z uznawaniem określonych norm moralnych. System wartości moralnych i zdrowie ukierunkowane powinny być na rozwój człowieka. Wartości moralne regulujące współzycie ludzi, decydują o zdrowiu jednostek.
5. Zdrowie w aspekcie estetycznym ukazuje wrażliwość człowieka na piękno przyrody i wytwory działalności ludzkiej. Zaspokojona zostaje potrzeba doznawania przeżyć, twórczości, ekspresji. W kontakcie z naturą, sztuką, wytworami działalności ludzkiej, człowiek zdobywa doświadczenia, doznaje wzruszeń.

Sposób rozumienia zdrowia na przestrzeni czasów uległ znacznej ewaluacji.

---

## **Choroba**

Choroba jest zjawiskiem dość powszechnym, dotyczącym jednostek i całych populacji. Wystąpienie choroby to nie tylko zakłócenie wewnętrzne organizmu ale także zakłócenie w życiu społecznym, w którym

uczestniczy jednostka. Zarazem pewne uwarunkowania społeczne wpływają na występowanie chorób. Są to: ubóstwo lub niski status ekonomiczny, samotność, bezrobocie, migracja. Konsekwencją chorób może być ograniczenie sprawności psychofizycznej rzutujące na sferę życia rodzinnego, zawodowego, a także kontaktów społecznych. Choroba wpływa na funkcjonowanie rodziny zaburzając jej funkcje okresowo lub trwale. Wymaga od członków mobilizacji wszystkich sił w celu jej przezwyciężenia.

---

## Profilaktyka

Profilaktyka (prewencja) jest to szereg działań mających na celu zapobieganie chorobie bądź innemu niekorzystnemu zjawisku zdrowotnemu przed jej rozwinięciem się, poprzez kontrolowanie przyczyn i czynników ryzyka. Polega ona na zapobieganiu poważniejszym konsekwencjom choroby poprzez jej wczesne wykrycie i leczenie.

---

**Celem profilaktyki** jest podjęcie szybkich i skutecznych działań przywracających zdrowie, ma ona również na celu zahamowanie postępu lub powikłań już istniejącej choroby. Dzięki temu prowadzi do ograniczenia niesprawności i inwalidztwa. Istotnym elementem profilaktyki jest także zapobieganie powstawaniu niekorzystnych wzorów zachowań społecznych, które przyczyniają się do podwyższania ryzyka choroby.

---

## Wyróżniamy trzy fazy profilaktyki:

- **profilaktyka wczesna** – mająca na celu utrwalenie prawidłowych wzorców zdrowego stylu życia i zapobieganie szerzeniu się niekorzystnych wzorców zachowań, w odniesieniu do osób zdrowych,
- **profilaktyka pierwotna (I fazy)** – mająca na celu zapobieganie chorobie poprzez kontrolowanie czynników ryzyka, w odniesieniu do osób narażonych na czynniki ryzyka.

Obejmuje ona działania:

a) swoiste :

- zapobieganie chorobom zakaźnym – szczepienia,
  - zapobieganie próchnicy –podawanie fluoru,
  - zapobieganie krzywicy – podawanie wit. D i inne,
  - b) nieswoiste:
    - zwiększenie odporności organizmu, ogólnej kondycji, sprawności,
    - eliminowanie zagrożeń dla zdrowia w środowisku życia,
    - stwarzanie dziecku warunków zapewniających prawidłowy rozwój,
    - wyposażenie człowieka w wiedzę i umiejętności radzenia sobie ze stresem.
  - **profilaktyka wtórna (II fazy)** – zapobieganie konsekwencjom choroby poprzez jej wczesne wykrycie i leczenie (przesiewowe badania skринingowe mające na celu wykrycie osób chorych),
    - a) testy przesiewowe:
      - krwi u noworodków - wykrywanie fenyloketonurii,
      - stawów biodrowych u noworodków, niemowląt - wykrywanie wrodzonej dysplazji,
      - wzroku- wykrywanie zezą, wad refrakcji, zaburzeń widzenia barw,
      - układu ruchu - wykrywanie bocznoego skrzywienia kręgosłupa,
    - b) profilaktyczne badania lekarskie - w wieku: 2, 4, 6 lat.
  - **profilaktyka III fazy**, której działania zmierzają w kierunku zahamowania postępu choroby oraz ograniczeniu powikłań ,
    - zapobieganie rozwojowi wtórnego kalectwa społecznego poprzez pomoc rodzicom i dzieciom w akceptacji choroby,
    - pomoc dziecku w utrzymaniu dobrego samopoczucia i kondycji, rozwoju funkcji kompensujących niepełnosprawność.
- 

#### **Podstawowymi celami działań profilaktycznych są:**

- prowadzenie szeroko pojętej edukacji, dostarczającej bogatych i rzetelnych informacji o zjawiskach (zjawisku), którego profilaktyka dotyczy;
- kształtowanie społecznie akceptowalnych wzorców zachowań;
- kształtowanie świadomych wzorców konsumpcyjnych;
- kształtowanie umiejętności nawiązywania i utrzymywania bliskich więzi z innym człowiekiem;
- kształtowanie i rozwijanie umiejętności poznawania i rozumienia siebie (swoich zachowań i reakcji);

- rozwijanie umiejętności podejmowania decyzji oraz rozwiązywania problemów, a szczególnie umiejętności różnicowania i wybierania pozytywnego, a nie negatywnego stylu życia;
- rozwijanie związków z grupami społecznymi o charakterze konstruktywnym oraz kształtowanie poczucia odpowiedzialności za grupę społeczną, do której człowiek należy;
- kształtowanie właściwych wzorców do naśladowania;
- podejmowanie aktywności na rzecz wzbogacania środowiska rodzinnego i ogólnospołecznego, w taki sposób, by poprawić jakość życia wszystkich jego członków i stworzyć im warunki do zachowania zdrowia;
- kształtowanie przepisów prawnych i norm współżycia społecznego (na przykład prawa wewnątrzszkolnego) w taki sposób, aby odpowiadały one oczekiwaniom i potrzebom społeczności, dla której są tworzone, oraz by wspierały pozytywne style życia; umożliwienie wczesnego rozpoznawania i diagnozowania zagrożeń – po to, by umożliwić opracowanie skutecznych strategii przeciwdziałania patologiom społecznym.

---

### **Edukacja zdrowotna**

Proces, w trakcie którego ludzie uczą się dbać o zdrowie własne i innych osób. Koncentruje się ona na uświadamianiu związków między zdrowiem człowieka a jego stylem życia oraz środowiskiem fizycznym i społecznym. Edukacja zdrowotna obejmuje głównie działania informacyjne, których bezpośrednim celem jest ukształtowanie sprzyjających zdrowiu przekonań motywacji i umiejętności, a co za tym idzie postaw zdrowotnych jednostki, które powinny prowadzić do realizacji zachowań służących zdrowiu.

---

### **Zachowania prozdrowotne**

Do zachowań prozdrowotnych można zaliczyć wszelkie nawyki i czynności stanowiące czynniki utrwalające i polepszające zdrowie. Źródłem tych zachowań są najczęściej postawy i wartości nabyte w rodzinie i najbliższym środowisku społecznym. Podstawowe kategorie zachowań prozdrowotnych związane są ze zdrowiem fizycznym, psychospołecznym, prewencją zdrowotną i unikaniem zachowań ryzykownych, szkodliwych. Ważne jest zwrócenie uwagi na to, że człowieka ujmuje się jako całość bio-psycho-społeczną, a każdy aspekt

wpływa nierozdzielnie na całość ludzkiego funkcjonowania, w tym na przykład na jego zdrowie.

---