

# МЕДИКО–БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К СОХРАНЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ И ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ

С.С. Мойсеенко, Д.Н. Силкин

Белорусский государственный университет транспорта,  
[19p.nika93@mail.ru](mailto:19p.nika93@mail.ru), [19p.nika93@mail.ru](mailto:19p.nika93@mail.ru)

Необходимость определённого пересмотра методологических подходов в здравоохранении осознана давно. Несмотря на огромные усилия, затрачиваемые всемирным здравоохранением на борьбу с болезнями, коренного перелома пока не достигнуто: заболеваемость повсеместно растёт, молодеют и приобретают всё более злокачественное течение целые классы болезней. Опыт последних десятилетий показал, что решить проблему сохранения здоровья населения в полном объёме вряд ли возможно в традиционных организационно – методических рамках системы здравоохранения, даже путём огромных финансовых вливаний.

Проблема здоровья и здоровьесбережения входит в число приоритетных задач общественного и социального развития, обуславливает актуальность теоретической и практической ее разработки, необходимость развертывания соответствующих научных исследований и выработку методических и организационных подходов к сохранению здоровья, его формированию и развитию. Результаты анализа литературы свидетельствуют о том, что на современном этапе ученые подходят к данной проблеме полномасштабно, многоаспектно.

В научном понимании здоровья на сегодняшний день выделяют 6 признаков:

- отсутствие болезней;
- нормальное функционирование организма;
- гармонизация организма и окружающей среды;
- способность человека к полноценному выполнению основных социальных функций;
- полное физическое, психическое и социальное благополучие;
- адаптация человека к усложняющейся и меняющейся окружающей среде.

Ориентированная на здоровье деятельность базируется на трех методологических принципах:

- сохранение здоровья;
- укрепление здоровья;
- формирование здоровья.

*Принцип сохранения здоровья* составляет гомеостаз как способность организма обеспечивать постоянство своей внутренней среды под влиянием внешних воздействий. Предполагается поддержание постоянства внутренней среды организма через соблюдение санитарно–гигиенических норм и требований, осуществление профилактических и психогигиенических мероприятий и т. д.

*Принцип укрепления здоровья* основывается на механизме накопления здоровья, повышения адаптации, увеличения объема здоровья (или укрепления). Реализация этого принципа в технологии обучения предполагает наличие способов повышения адаптивности человека к стрессогенным факторам. Для роста объема здоровья следует подсчитать правильную дозированность физиологически и психологически обоснованных стрессоров, максимальный учет индивидуальных особенностей каждого человека.

*Принцип формирования здоровья*, т. е. ценностей здорового образа жизни, валеологических знаний и умений, мотивации человека на здоровый образ жизни. Данный прин-

цип предполагает формирование ценностей, идеалов здоровья и понимание определенных способов его достижения.

Эффективность перечисленных принципов во многом зависит от уровня культуры здоровья человека.

При рассмотрении вопросов сохранения здоровья необходимо уделять большое внимание трем основным группам факторов, влияющим на степень работоспособности человека: физиологические (пол, возраст, состояние здоровья и др.), физические (освещенность помещения, температура воздуха, шум и т. д.), психические (самочувствие, настроение, порицание, поощрение и др.).

Экстенсивный путь развития медицины, нацеленный на повышение качества медицинской помощи больным людям, привёл к преобладанию в системе здравоохранения технократического, механистического подхода, в основе которого лежит прежде всего нацеленность врача на борьбу с болезнью. Этот исторически сложившийся подход лишает врача инициативы и принуждает его во многом пассивно следовать в русле обстоятельств жизни своего пациента, а впоследствии иметь дело с результатами негативного воздействия на организм. И хотя успехи в борьбе со многими болезнями человечества впечатляют, следует констатировать, что общее совокупное здоровье населения Земли повсеместно ухудшается.

Главной причиной малой эффективности усилий по сохранению здоровья людей является то, что система здравоохранения не в полной мере решает задачу именно сохранения здоровья и улучшения его качества.

На фоне приоритетности задачи борьбы с болезнью и нацеленности врача на поиск и лечение патологии вся деятельность по охране здоровья сводится к проведению периодических профосмотров, а по сути – к выделению групп риска.

Это обстоятельство объясняется не столько нежеланием врачей заниматься охраной здоровья или слабостью организационно–финансовых механизмов системы здравоохранения в целом, сколько традиционным методологическим подходом, собственно, к пониманию биологической сути тандема понятий «болезнь» – «здоровье», который в упрощённом виде можно выразить тезисом: «отсутствие болезни (симптомов) есть здоровье».

Практической медициной до сих пор не в полной мере осознан тот факт, что охрана здоровья людей и лечение больных людей совершенно разные, самостоятельные, а во многом и разнонаправленные отрасли медицины и совмещение функций охраны здоровья и оказания лечебно–диагностической помощи больным в одной организационной структуре крайне неэффективно. К больному и здоровому человеку следует применять разные медико–биологические подходы.

По данным ВОЗ, вклад факторов, которые определяют понятие «здоровье», распределяется следующим образом: 20% – генетические, 25 – экологические, 45 – социальные, 10 – медицинские. Восстановление и сохранение здоровья – во многом результат не только специальных медицинских, но и непрерывных идеологических, экономических, медико–социальных, педагогических мероприятий, провести которые в полном объёме только силами учреждений здравоохранения представляется крайне затруднительным.

Очевидно, что распределение усилий общества в деле сохранения здоровья должно лежать не столько в плоскости развития собственно медицинских технологий, направленных на борьбу с болезнью, сколько в создании оптимальных условий жизни индивида, коллектива и общества, а также в консолидации всех социальных механизмов общества на решении этой задачи.

Исходя из биологической природы человека, являющегося объектом социально–биологического управления особого рода, именно медицинская наука и система здравоохранения обязаны разработать теоретические принципы формирования и практические способы управления системой охраны здоровья как отдельного человека, так и всего общества в целом.

Таким образом, регулирование системы «человек – звено природы» должно проводиться с позиций понимания здоровья как интегрального показателя качества среды обитания человека, коллектива и популяции в целом.

В медицинской науке уделяется большое внимание вопросам разработки новых теоретических знаний и практических технологий диагностики и лечения многих заболеваний, однако в плане научной методологии собственно сама проблема здоровья разработана недостаточно.

Всё указанное выше говорит о том, что требуется выработать концептуально новый, фундаментальный медико–биологический подход, сделав акцент на использовании физиологических возможностей организма в условиях реальной жизни, нацеливая общество (а не только врача) на активный поиск механизмов повышения устойчивости и активного восстановления утраченных в процессе болезни функций.

### **Литература**

1. Медведев, А.С. Основы медицинской реабилитологии / А.С. Медведев. – Минск: Беларус. Навука, 2010
2. Абрамова Н.П., Наливайко И.В. Анализ уроков биологии в аспекте сбережения здоровья учащихся