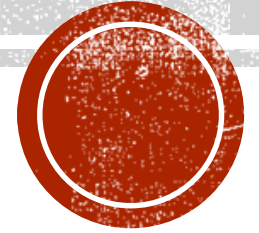


**HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK, KÜLTÜR VE SPOR DAİRE BAŞKANLIĞI BÜNYESİNDE
ÇALIŞAN PERSONELE YÖNELİK HİJYEN EĞİTİMİ**

KAVRAMSAL ÇERÇEVE/TANIMLAR



HÜTF HALK SAĞLIĞI AD. HAZIRLIĞIDIR (EYLÜL 2016)

BEKLENTİLER !

•••••

•••••



AMAÇ

Bu dersin sonunda tüm katılımcılar sağlık ilgili kavramları açıklayabileceklerdir.



ÖĞRENİM HEDEFLERİ

Dersin sonunda katılımcılar;

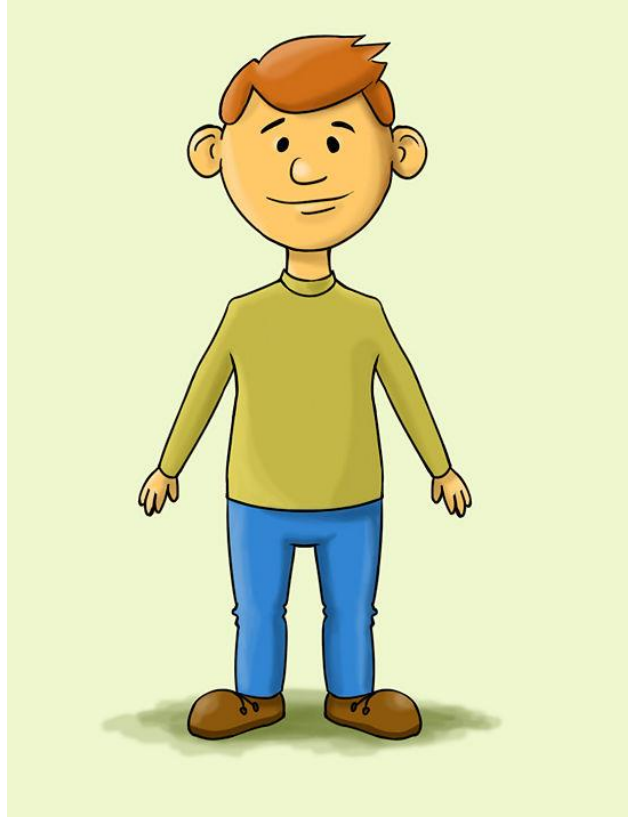
1. Sağlığın tanımını yapabilecekler,
2. Sağlıklı olmak için yapılması gerekenleri sıralayabilecekler,
3. Hastalığın tanımını söyleyebilecekler,
4. Hastalık oluşturan nedenleri sayabilecekler,
5. Bulaşıcı hastalıkların dinamiğini açıklayabilecekler,
6. İlgili bazı diğer kavramları (hijyen, sanitasyon, dezenfeksiyon, vb) açıklayabileceklerdir.



**Sağlıklı olan hangisi/hangileri?
Neden?**



Sağlıklı olan hangisi? Neden?



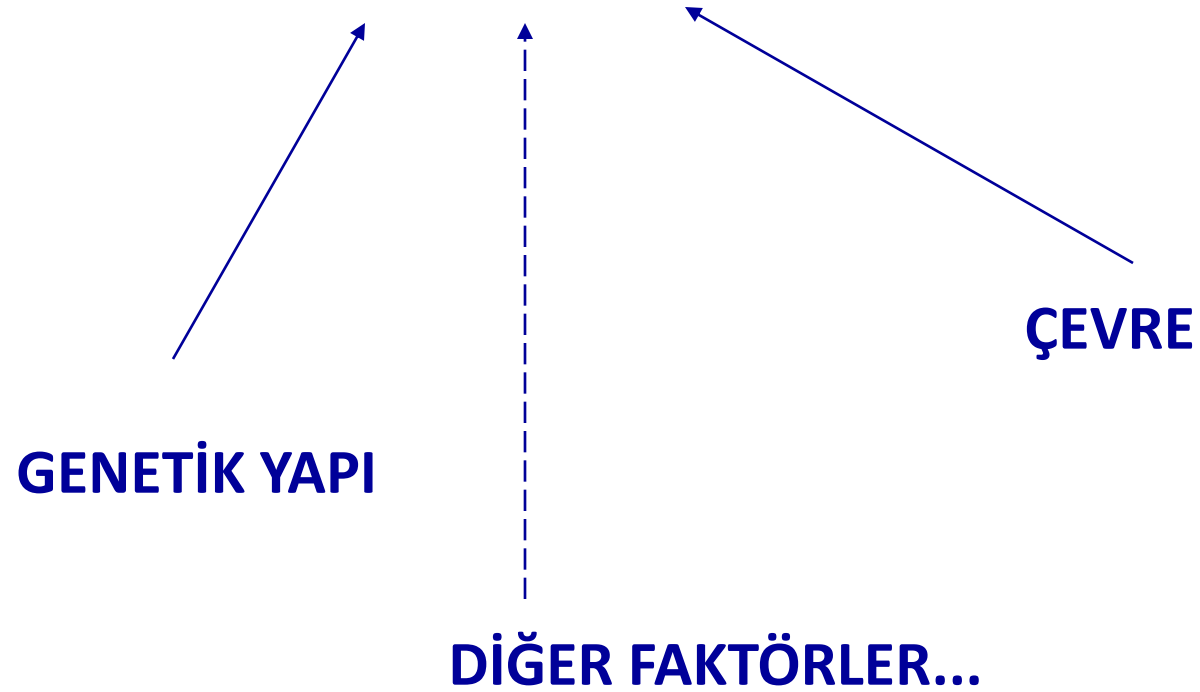
Sağlık nedir?

***Önceki iki slaytta sağlıklı olan(lar)ın
hangisi/hangileri olduęuna nasıl
karar verdik?***

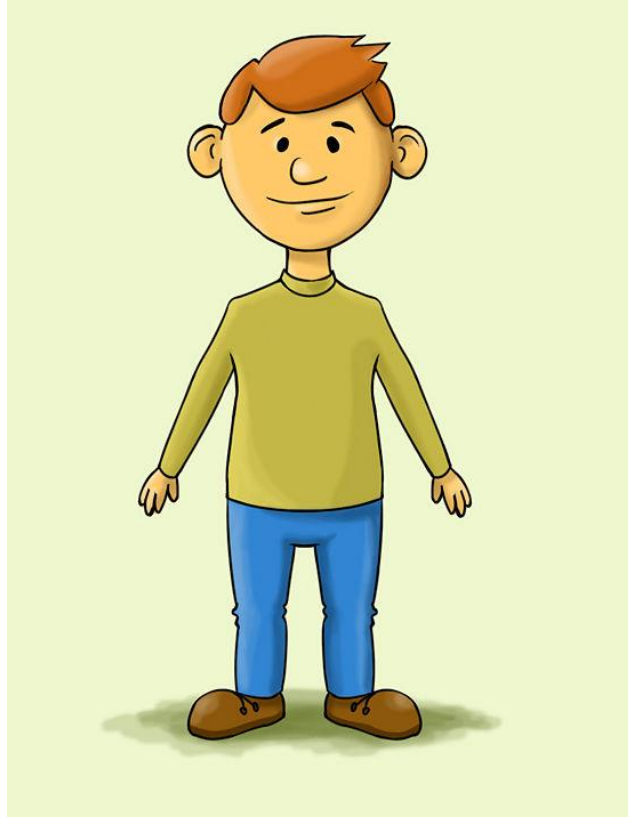


SAĞLIK NEDİR?

Fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan tam bir iyilik hali



Sağlıklı olan hangisi? Neden?



**Sadece fiziksel bileşen sağlığın
tanımlanmasında yeterli değildir !**



SAĞLIKLI OLMAK İÇİN NE(LER) YAPALIM?



SAĞLIKLI OLMAK İÇİN NE(LER) YAPALIM?

- ✓ Yeterli ve dengeli beslenme
- ✓ Hareketli yaşam
- ✓ Yeterli ve düzenli uyku
- ✓ Stresle baş edebilme
- ✓ Tütün kullanmama
- ✓ Kazalardan korunma
- ✓ Güneşin zararlı etkilerinden korunma
- ✓ Kişisel hijyen



HASTALIK ?

✓Sağlığın tam tersi midir?



HASTALIĞIN TANIMI

- ✓ Hastalık, doku ve hücrelerde yapısal ve fonksiyonel olmayan değişikliklerin yarattığı bir tablodur.



HASTALIK NEDENLERI-1

- Kişisel Nedenler

- Genetik
- Hormon
- Metabolizma bozuklukları**1**



HASTALIK NEDENLERİ-2

2- Çevresel Nedenler

- ✓ **Fizik nedenler:** Isı, soğuk, ışınlar ve travmalar.
- ✓ **Kimyasal maddeler:** Zehirler, kanserojenler.
- ✓ **Esansiyel madde eksikliği:** Vitaminler, aminoasitler, yağ asitleri ve mineraller.
- ✓ **Biyolojik etkenler:** Mikroorganizmalar, parazitler ve mantarlar.
- ✓ **Psikolojik nedenler:** Stres.
- ✓ **Sosyal, kültürel ve ekonomik nedenler.**

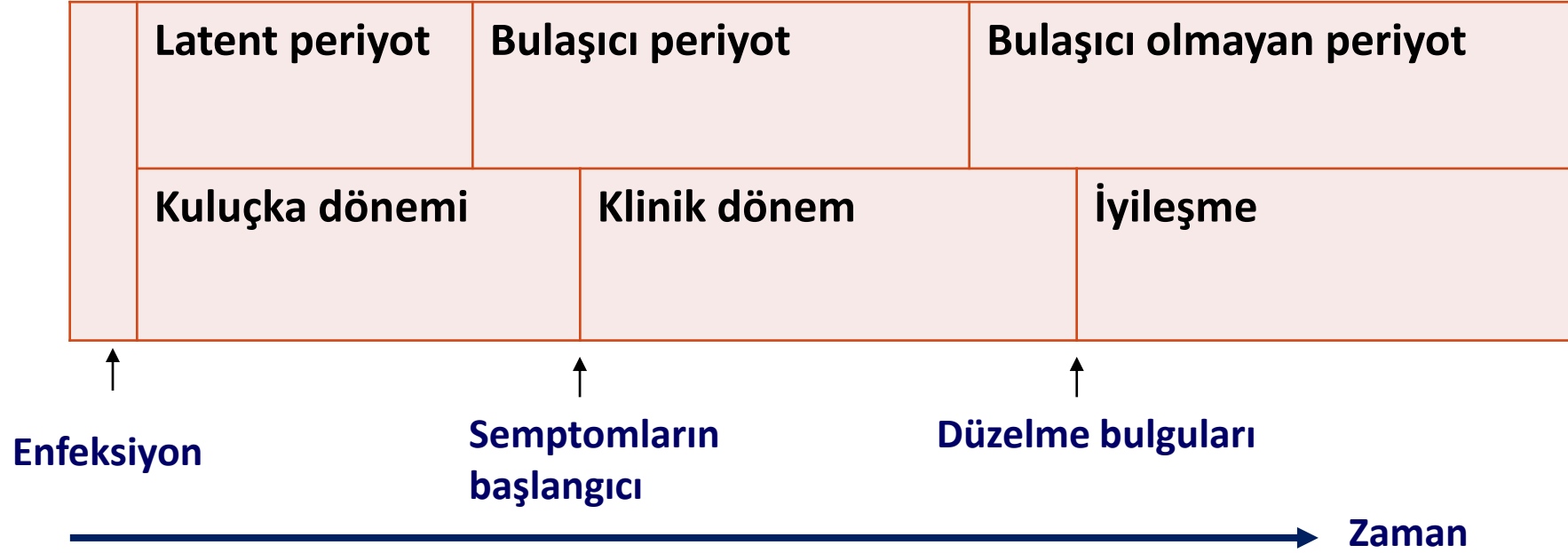
Dünyada hastalık yükünün %24'ünün ve ölümlerin de %23'ünün nedeninin çevresel olduğu ifade edilmektedir.



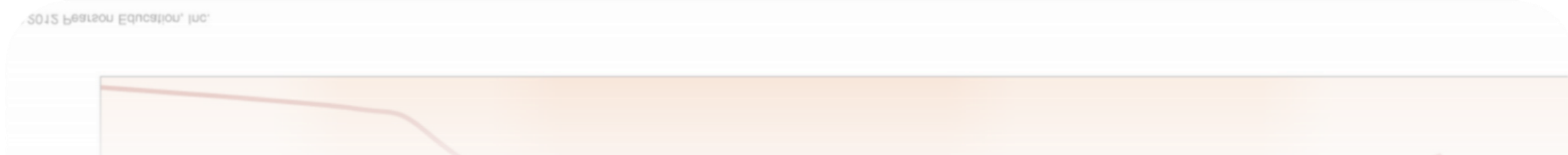
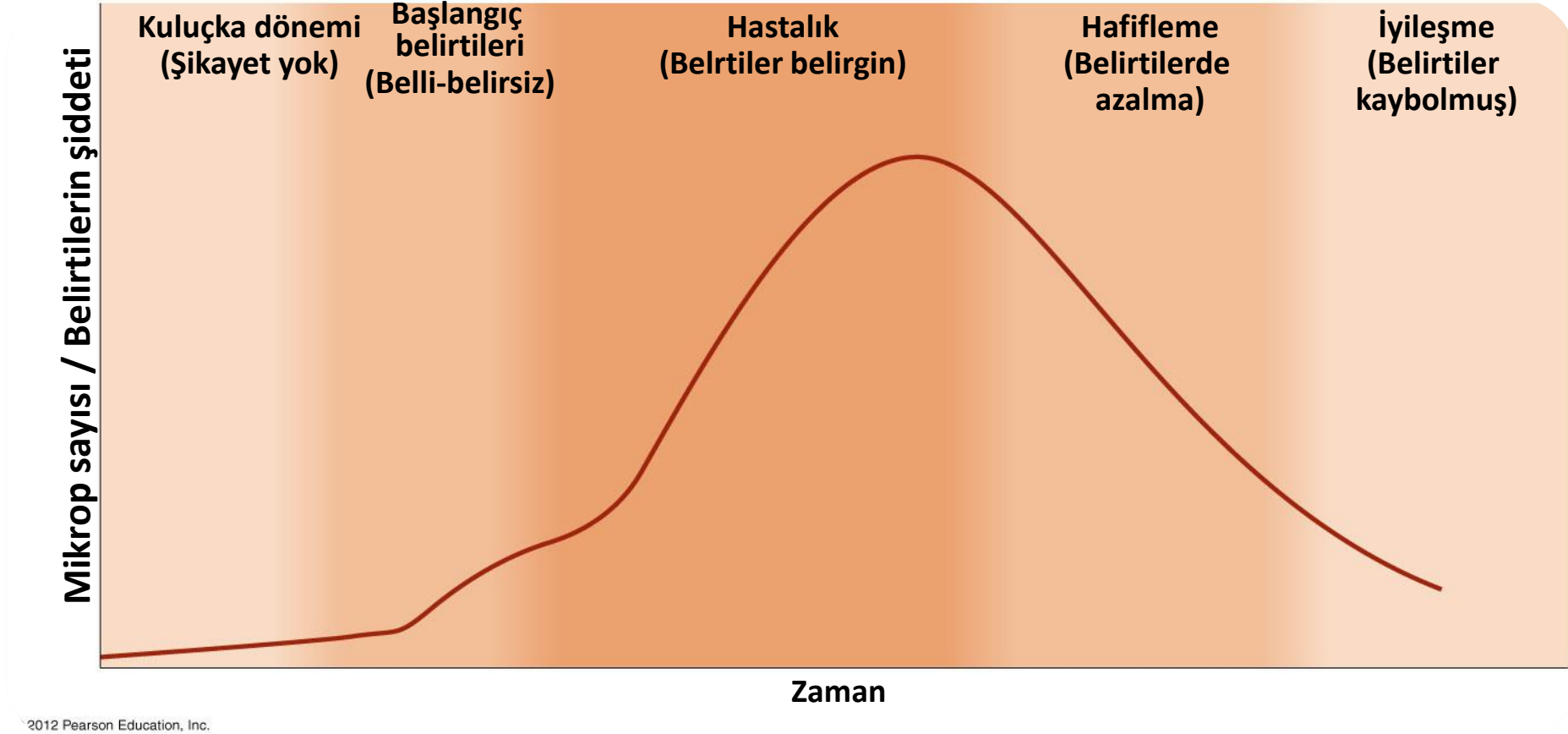
BULAŞICI HASTALIK?



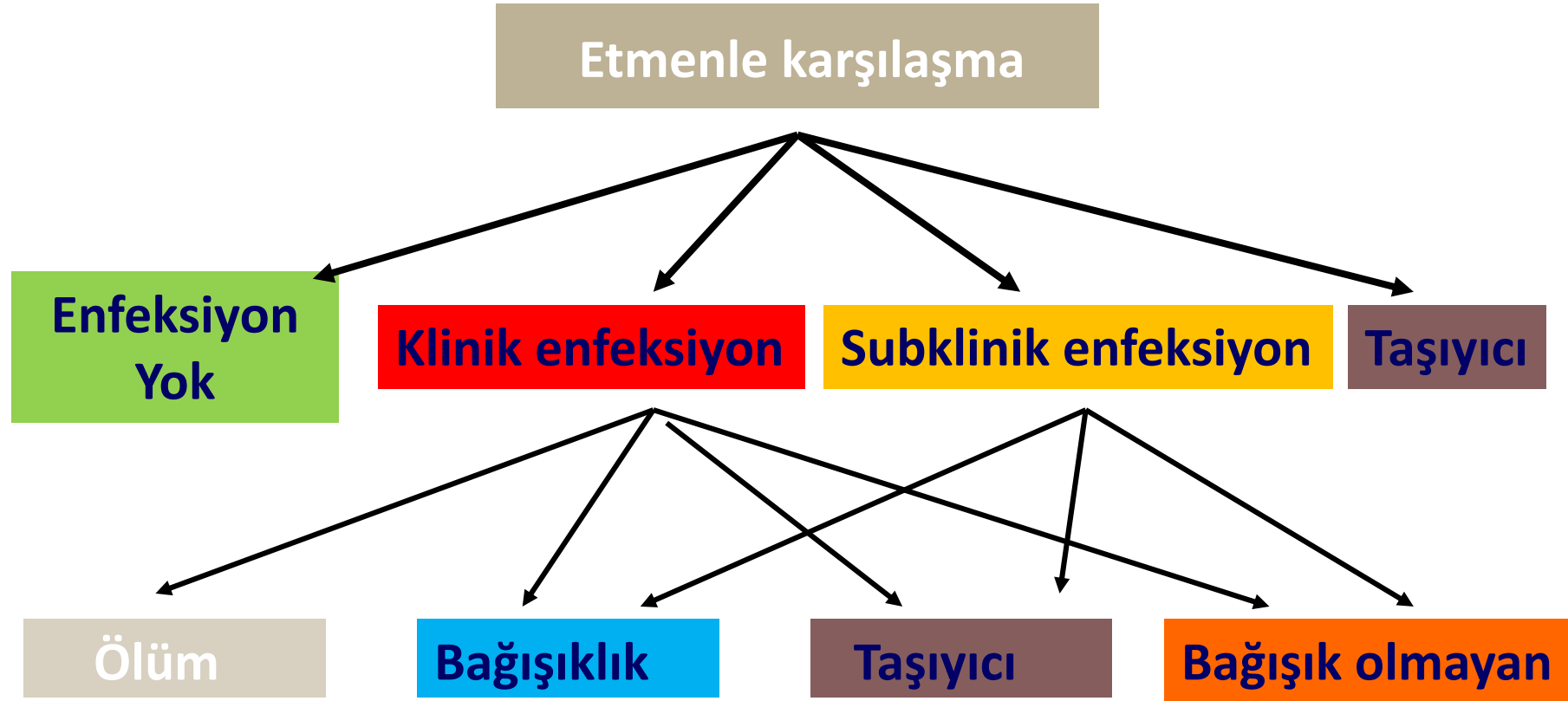
BULAŞICI HASTALIKLARIN DİNAMIĞI



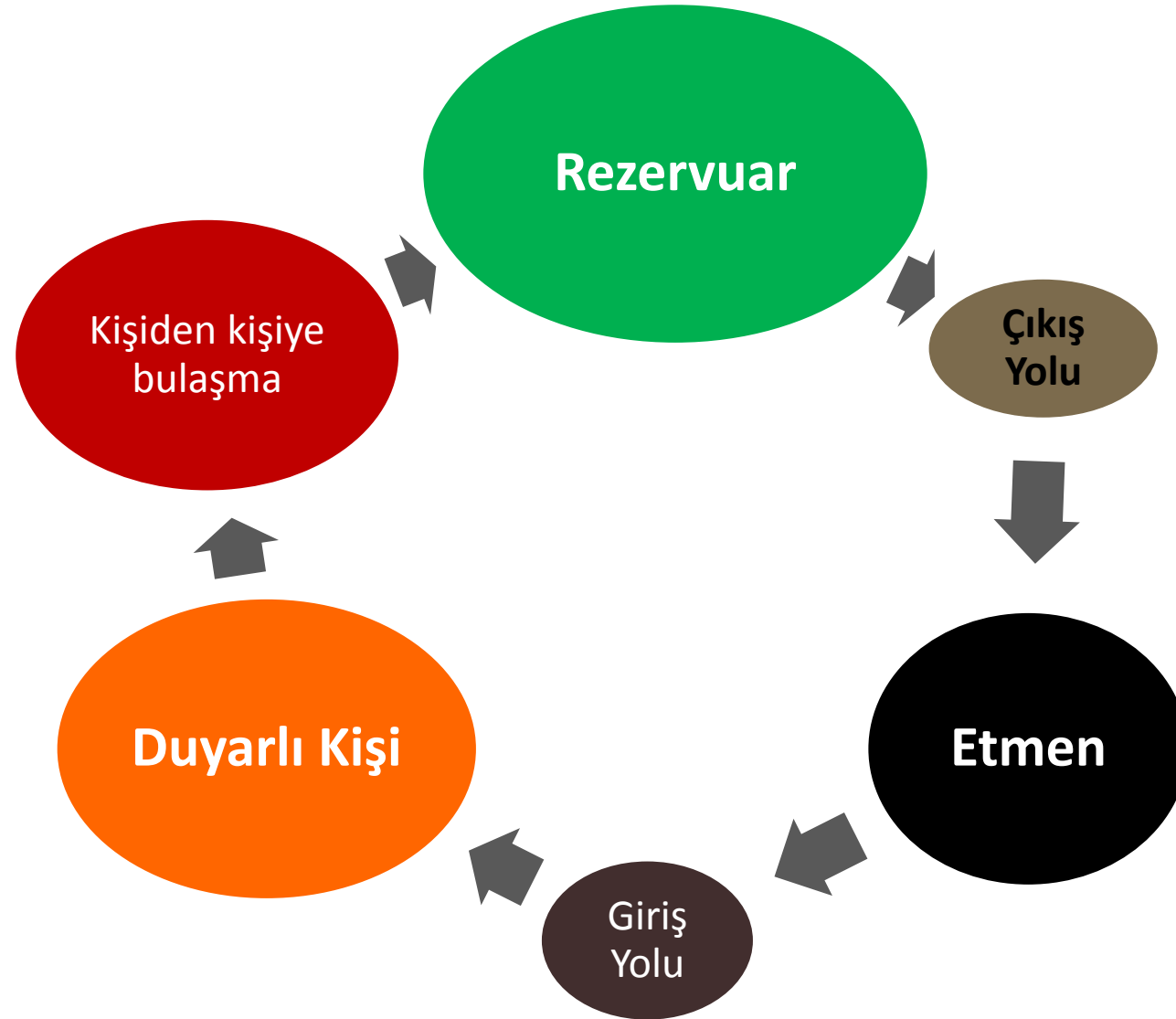
BULAŞICI HASTALIK GELİŞME SÜRECİ



BİR ETMENLE KARŞILAŞINCA...

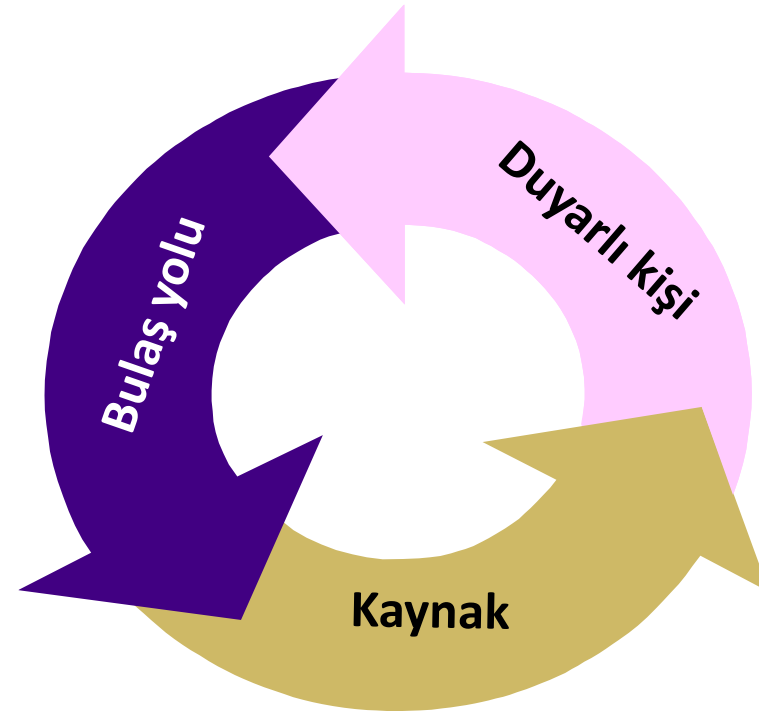


Enfeksiyon Zinciri



MİKROPLARIN YAYILABİLMESİ İÇİN ÜÇ YAPI OLMASI GEREKİR

- Kaynak
- Duyarlı kişi
- Bulaş yolu



Diğer bazı terimler...



HİJYEN NEDİR?



HİJYEN NEDİR?

- ✓ Sağlığın korunması ve hastalıkların yayılmasını engellemeye yönelik yardımcı koşullar ve uygulamalar



KİŞİSEL HİJYEN NEDİR?

- ✓ El hijyeni
- ✓ Saç temizliği ve bakımı
- ✓ Yüz, göz ve kulak temizliđi
- ✓ Ađız ve diř temizliđi
- ✓ Ayak temizliđi
- ✓ Banyo alışkanlığı
- ✓ Dış genital organlar ve koltuk altı temizliği
- ✓ Sağlıklı giyinme
- ✓ El ve tırnak temizliđi



SANİTASYON

- ✓ Mikroorganizma sayısının emniyetli bir seviyeye düşürülmesi



DEZENFEKSİYON

- ✓ Kimyasal maddeler kullanarak hastalık yapıcı maddelerin (patojen) temizlenmesi





Teşekkürler..

