

Obsah

1. Zdraví, zdravotní stav obyvatelstva	7
1.1 Definice zdraví	8
1.2 Hodnocení zdravotního stavu obyvatelstva.....	8
1.3 Zdravotní stav obyvatelstva České republiky	9
1.3.1 Úmrtnost.....	9
1.3.2 Nemocnost.....	10
1.3.3 Mezinárodní srovnání ukazatelů zdraví a zdravotnictví.....	15
1.3.4 Náklady na zdravotní péči	15
2. Determinanty zdraví.....	16
2.1 Úvod	17
2.2 Hlavní skupiny determinant zdraví	17
2.3 Sociální podmínky	18
2.4 Ekonomická úroveň státu	19
2.5 Kouření	19
2.6 Životní prostředí	19
2.6.1 Pitná voda.....	20
2.6.2 Voda ke koupání.....	20
2.6.3 Ovzduší.....	21
2.6.4 Účinky nejčastějších škodlivin ve znečištěném ovzduší.....	21
2.6.5 Znečištění ovzduší v ČR	23
2.6.6 Pyly v ovzduší	23
2.7 Sluneční záření	23
2.8 Prostředí bytu.....	24
2.9 Výživa.....	25
2.10 Tělesná aktivita	26
2.11 Záření, radiace	26
2.11.1 Ionizující záření	26
2.11.2 Neionizující, radiofrekvenční záření.....	26
2.12 Hluk	27
3. Ochrana zdraví	28
3.1 Definice	29
3.2 Péče o životní a pracovní podmínky	29
3.2.1 Pitná voda	29
3.2.2 Koupaliště	29
3.2.3 Školy.....	29
3.2.4 Zotavovací akce.....	29
3.2.5 Vnitřní prostory.....	30
3.2.6 Provoz zdravotnických zařízení.....	30
3.2.7 Osoby vykonávající činnosti epidemiologicky závažné.....	30

3.2.8	Provozování stravovacích zařízení	30
3.2.9	Předměty běžného užívání.....	31
3.2.10	Ochrana před hlukem, vibracemi a neionizujícím zářením	31
3.2.11	Ochrana zdraví při práci	32
3.2.12	Nakládání s nebezpečnými chemickými látkami.....	32
3.3	Předcházení vzniku a šíření infekčních onemocnění.....	32
3.3.1	Očkování	32
3.3.2	Desinfekce, desinsekce, deratizace	33
3.3.3	Povinnosti při zjištění infekčního onemocnění.....	33
3.3.4	HIV/AIDS.....	34
3.4	Státní správa v ochraně veřejného zdraví (Hlava IV).....	34
3.4.1	Orgány, které vykonávají státní dozor	34
3.4.2	Státní zdravotní ústav.....	35
3.4.3	Zdravotní ústavy.....	35
3.4.4	Další orgány v oblasti ochrany zdraví	36
4.	PREVENCE NEJČASTĚJŠÍCH NEINFEKČNÍCH ONEMOCNĚNÍ.....	37
4.1	Úvod a definice.....	38
4.2	Nadváha a obezita	39
4.3	Hypertenze	40
4.4	Zvýšená hladina cholesterolu	42
4.5	Kardiovaskulární onemocnění	43
4.6	Diabetes	45
4.7	Osteoporóza	46
4.8	Deprese a úzkost	47
4.9	Nádorová onemocnění.....	48
4.9.1	Karcinom děložního čípku	49
4.9.2	Nádory kůže	50
4.9.3	Karcinom plic	51
4.9.4	Karcinom prostaty.....	51
4.9.5	Karcinom prsu	52
4.9.6	Karcinom tlustého střeva a rektu	53
4.9.7	Karcinom dutiny ústní	54
5.	PODPORA ZDRAVÍ, ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL	55
5.1	Úvod a definice.....	56
5.2	Kouření	56
5.3	Nedostatečná pohybová aktivita	58
5.4	Nevhodná výživa	59
5.5	Nadměrná konzumace alkoholu.....	62
5.6	Zneužívání drog	65
5.7	Nadměrný stres	67

6. OCHRANA A PODPORA ZDRAVÍ DĚTÍ A MLADISTVÝCH.....	70
6.1 Základní potřeby dětí	71
6.2 Hodnocení růstu a vývoje dětí a mladistvých.....	71
6.3 Výživa dětí a mládeže	75
6.4 Zařízení pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých	78
6.5 Syndrom zneužívaného a zanedbávaného dítěte (Sy Child Abuse and Neglect)	80
6.6 Násilí na dětech a úrazy dětí	81
6.7 Sociálně patologické chování dětí	82
6.8 Záměrné sebepoškozování dětí.....	83
7. Stáří a kvalita života	85
7.1 Definice	86
7.2 Koncept úspěšného stárnutí.....	86
7.2.1 Možnosti ovlivnění involuce: Co je to „normální stárnutí“?	86
7.2.2 Možnosti ovlivnění chorobných procesů	86
7.2.3 Zdravý životní styl	86
7.2.4 Dostatek pohybové aktivity.....	87
7.2.5 Psychická aktivita - Možnosti „kognitivního tréninku“	87
7.2.6 Aktivita sociální - sociální aktivity	88
7.2.7 Důležité jsou také hodnoty prožitkové a postojevé.	88
8. ZÁKLADNÍ PRÁVNÍ ÚPRAVY POSKYTOVÁNÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE A OCHRANY VEŘEJNÉHO ZDRAVÍ.....	89
8.1 Poskytování zdravotní péče	90
8.1.1 Ústavní zákony	90
8.1.2 Mezinárodní smlouvy.....	90
8.1.3 Zákony.....	90
8.2 Ochrana veřejného zdraví.....	94
8.2.1 Ústavní zákony	94
8.2.2 Zákony.....	94
9. DOPORUČENÁ LITERATURA.....	98