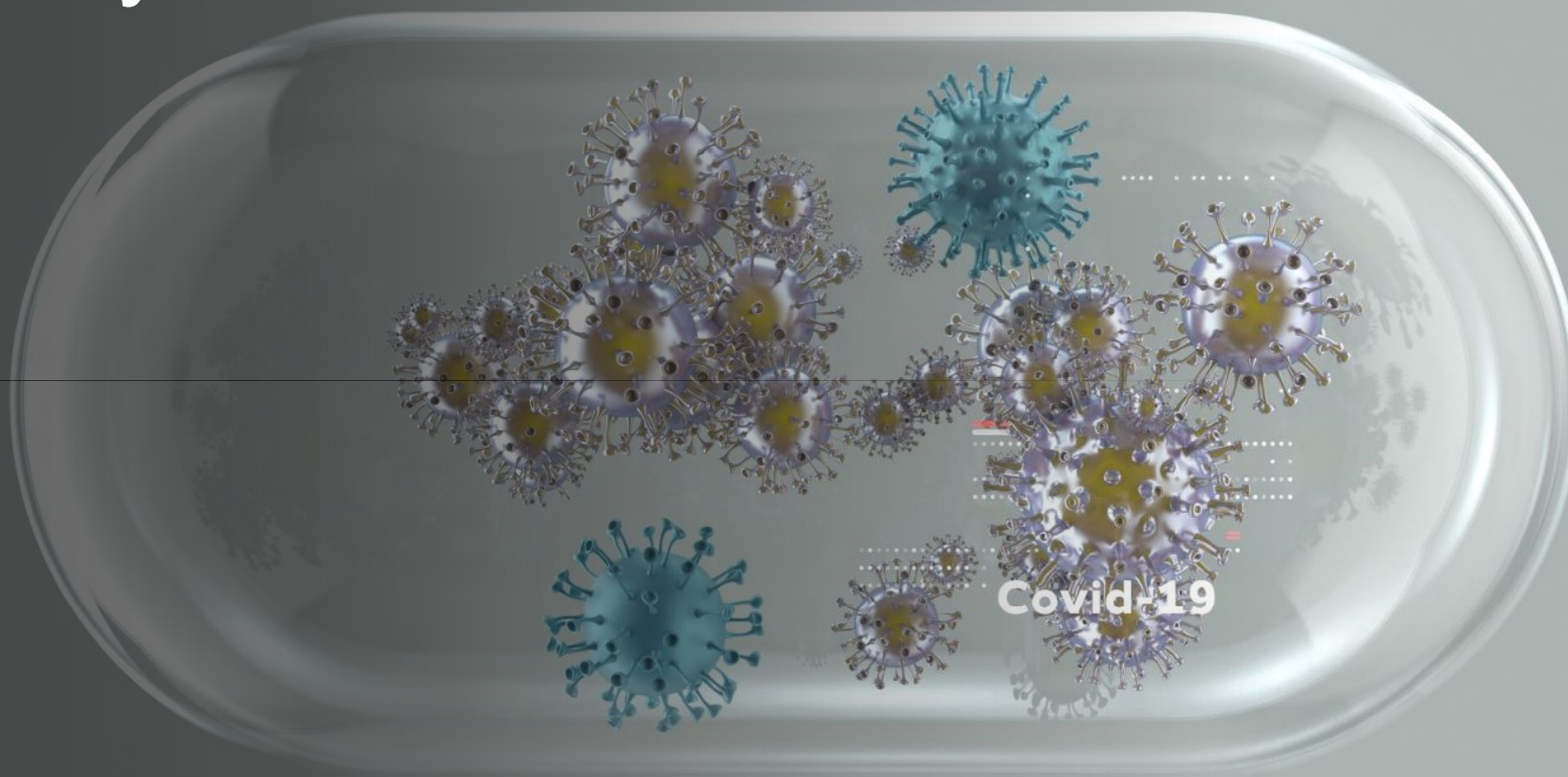


Choroby zakaźne



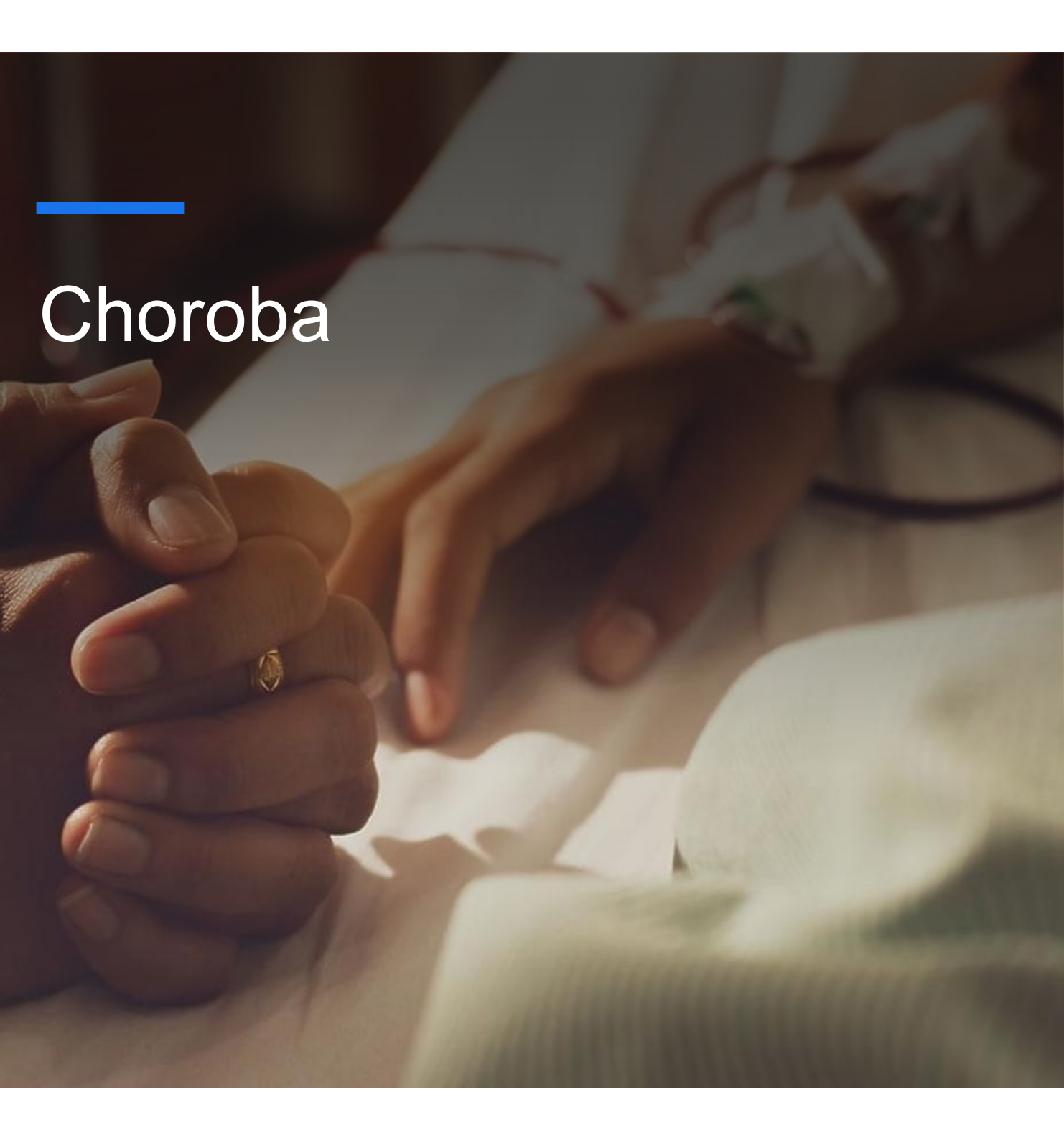
Zdrowie

Zdrowie to stan, kiedy człowiek nie odczuwa żadnych dolegliwości, a jego organizm znajduje się w równowadze. O zdrowiu można mówić wtedy, gdy dobre samopoczucie dotyczy zarówno stanu fizycznego, jak i psychiki oraz relacji z innymi ludźmi. Zatem zdrowie to poczucie komfortu w **sferze fizycznej, psychicznej i społecznej**. Stan zdrowia wiąże się z prawidłowym funkcjonowaniem narządów i właściwym przebiegiem procesów życiowych, możliwością jasnego myślenia, uczenia się i rozwoju umysłowego, zdolnością kontrolowania swoich emocji i radzenia sobie w sytuacjach napięcia.



Zdrowie człowieka

Zdrowie fizyczne	Zdrowie psychiczne		Zdrowie społeczne
	zdrowie umysłowe	zdrowie emocjonalne	
sprawne i prawidłowe działanie wszystkich narządów i układów organizmu	zdolność do jasnego spójnego myślenia, uczenia się i realizacji swego potencjału intelektualnego	zdolność do rozpoznawania, kontrolowania i odpowiedniego wyrażania własnych takich emocji, jak lęk, radość, złość, żal	zdolność do nawiązywania i utrzymywania dobrych relacji z ludźmi
zdolność do wykonywania codziennych czynności bez nadmiernego wysiłku		zdolność do radzenia sobie ze stresem, napięciem, smutkiem	zdolność do współpracy z innymi osobami akceptowanie odpowiedzialności za siebie i innych

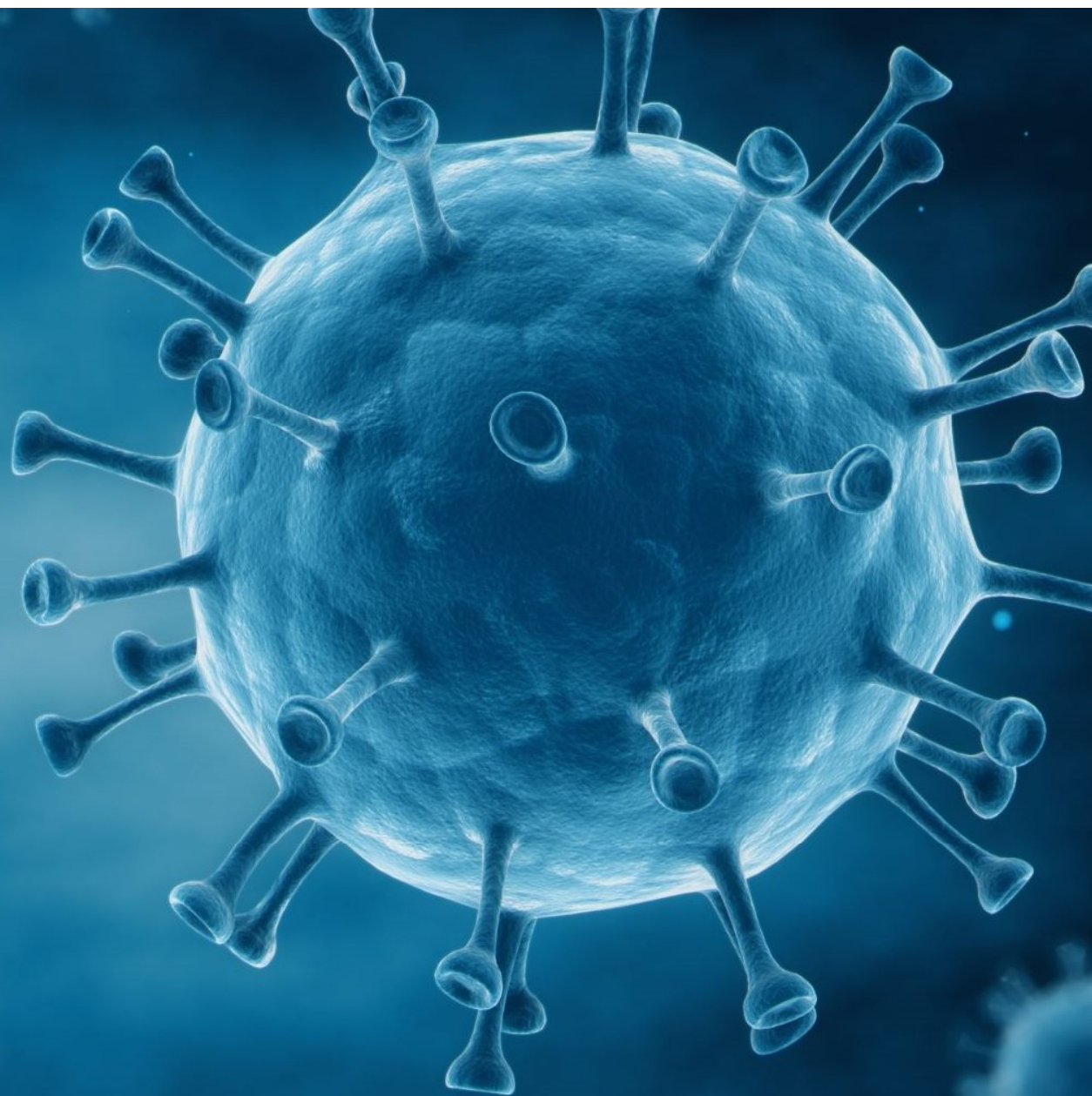


Choroba

Choroba jest zaburzeniem pełni zdrowia. Wiąże się z nieprawidłowościami w budowie lub funkcjonowaniu organizmu człowieka. Często jest reakcją organizmu na działanie czynników środowiska nazywanych **czynnikami chorobotwórczymi** lub patogenami. Wśród chorób wyróżnia się m.in. łatwo rozprzestrzeniające się choroby zakaźne i pasożytnicze oraz niezakaźne – choroby genetyczne, nowotworowe, alergiczne oraz psychiczne.

Przyczyny chorób

Czynniki chorobotwórcze atakują stale. Na szczęście organizm ma mechanizmy obronne i odpiera większość ataków. Mimo to prawie każdego roku przechodzimy jakąś chorobę zakaźną układu oddechowego, zatrucie pokarmowe lub grzybicę skóry. Bezpośrednią przyczyną tych chorób są wirusy, bakterie i grzyby. Nierzadko mamy do czynienia z chorobami pasożytniczymi, powodowanymi przez tasiemce, owsiki lub świerzbowce.

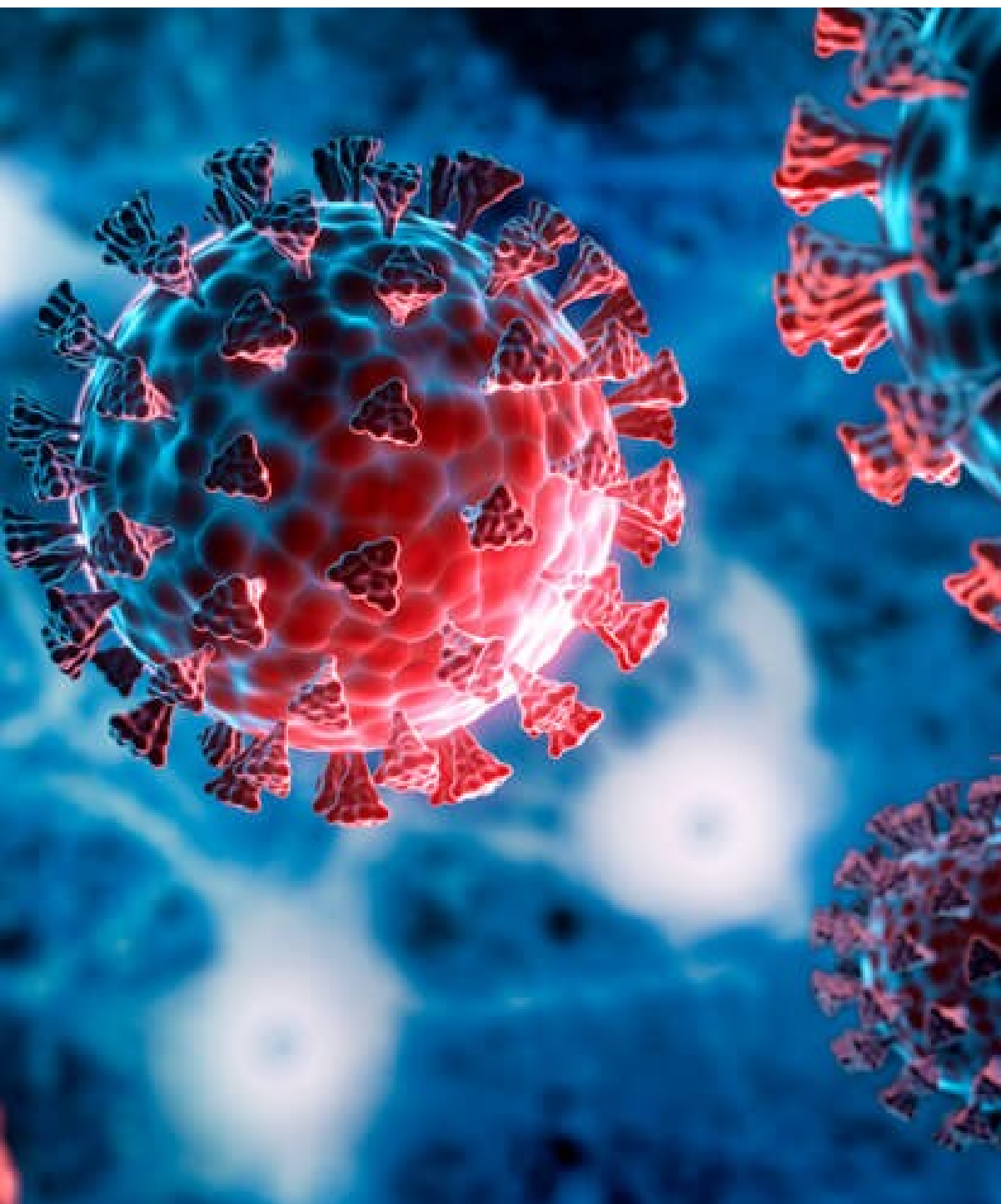


Czynniki chorobotwórcze

biologiczne zakaźne	Czynniki		
	chemiczne	fizyczne	społeczne
	alkohol	promieniowanie UV	złe warunki życia
	metale ciężkie	promieniowanie RTG	złe relacje rodzinne
	trucizny	promieniowanie jonizujące	złe relacje rówieśnicze
wrotniaki	substancje drażniące	zmiany temperatury	stres
żytnicze robaki i stawonogi	niedobór lub nadmiar określonych substancji (np. witamin)	urazy mechaniczne	

A close-up photograph showing a doctor's hand, wearing a white coat and a black wristband, gently holding the hand of a patient. The patient is lying in a hospital bed, covered with a blue blanket. The patient's hand has a gold ring on the ring finger. The background is softly blurred, showing the patient's head and hair.

*Do rozwoju wielu chorób przyczynia się
narażenie na metale ciężkie, szereg
substancji trujących czy alkohol.
Czynniki chorobotwórcze, podobnie
nadmierna ekspozycja ciała na szkodliwe
promieniowanie, mogą powodować
uszkodzenia komórek, tkanek
i narządów, co może prowadzić
do chorób
nowotworowych i genetycznych
(dziedzicznych).*



Czym są choroby zakaźne?

Choroby

zakaźne to **choroby** wywołane przez drobnoustroje (bakterie, wirusy, grzyby, roztocza), toksyczne produkty (jad kiełbasiany), a także przez pasożyty lub inne biologiczne czynniki chorobotwórcze, które ze względu na charakter i sposób szerzenia stanowią zagrożenie dla zdrowia i życia ludzi.

Etapy rozwoju choroby zakaźnej

Wtargnięcie patogenów do organizmu człowieka nazywa się zakażeniem lub **infekcją**. Po zakażeniu następuje okres **wylęgania choroby**, w którym wirusy lub bakterie namnażają się intensywnie i atakują różne narządy. W tym czasie nosiciel zarazków na ogół nie odczuwa żadnych objawów, a więc nie wie, że stanowi źródło zakażenia dla otoczenia. Pierwsze **objawy** pojawiają się zwykle po kilku dniach i mają charakter ogólny, jak bóle głowy, mięśni, stawów, dreszcze, osłabienie, podwyższona temperatura ciała. Następnie ujawniają się **objawy charakterystyczne** dla określonej choroby.

Objawy poszczególnych chorób zakaźnych oraz dalsze leczenie chorego

Katar i męczący kaszel oznaczają zakażenia dróg oddechowych. Bólowi zainfekowanego gardła czy ucha towarzyszy powiększenie otaczających je węzłów chłonnych. Podczas infekcji przewodu pokarmowego często występują nudności, wymioty i biegunka. Objawami takich chorób, jak ospa czy różyczka, są wysypki, krosty i plamy na skórze. Z chwilą wystąpienia objawów charakterystycznych lekarz może postawić diagnozę i zlecić odpowiednie leki. Czas i przebieg choroby zależy od sprawności układu odpornościowego, stosowanych metod leczenia i psychicznego nastawienia chorego. Odpoczynek i pozytywne myślenie zazwyczaj ułatwiają wyzdrowienie i powrót do całkowitej sprawności.

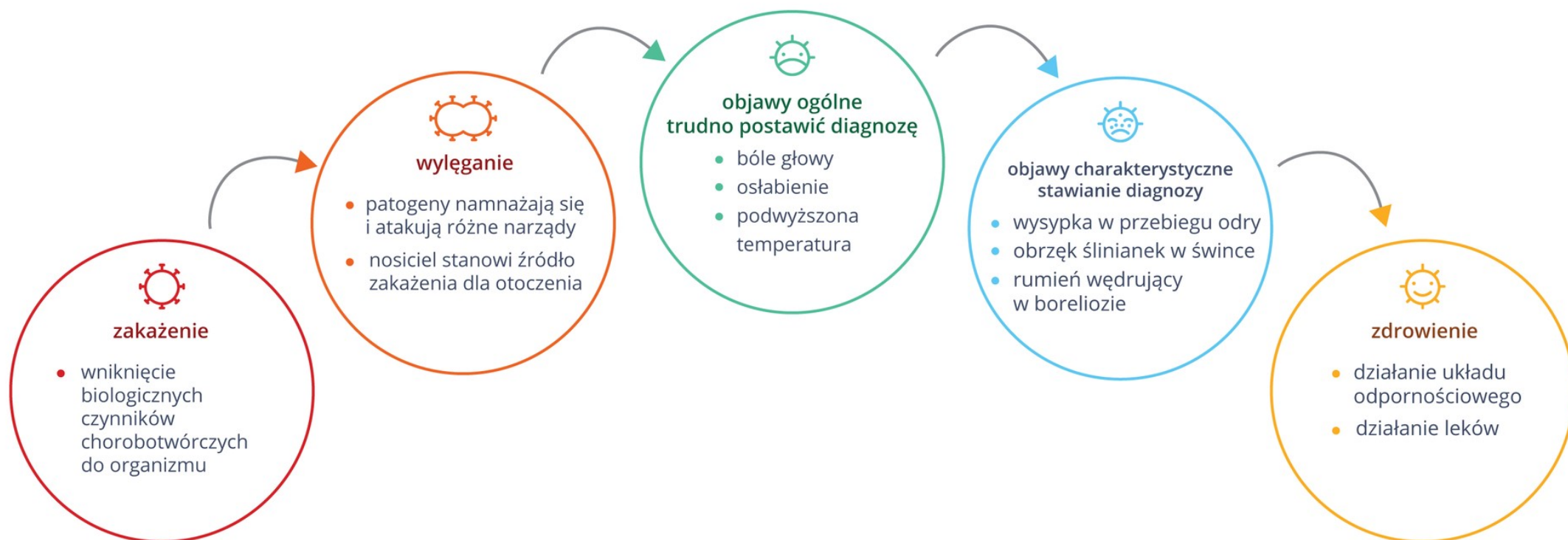




Kto zachoruje pierwszy?

Najbardziej podatni na zakażenie są ludzie, których organizm jest osłabiony wcześniejszymi infekcjami, nadmiernym wysiłkiem fizycznym, stresem czy nieprawidłową dietą związaną na przykład z odchudzaniem się, oraz osoby przewlekle chore.

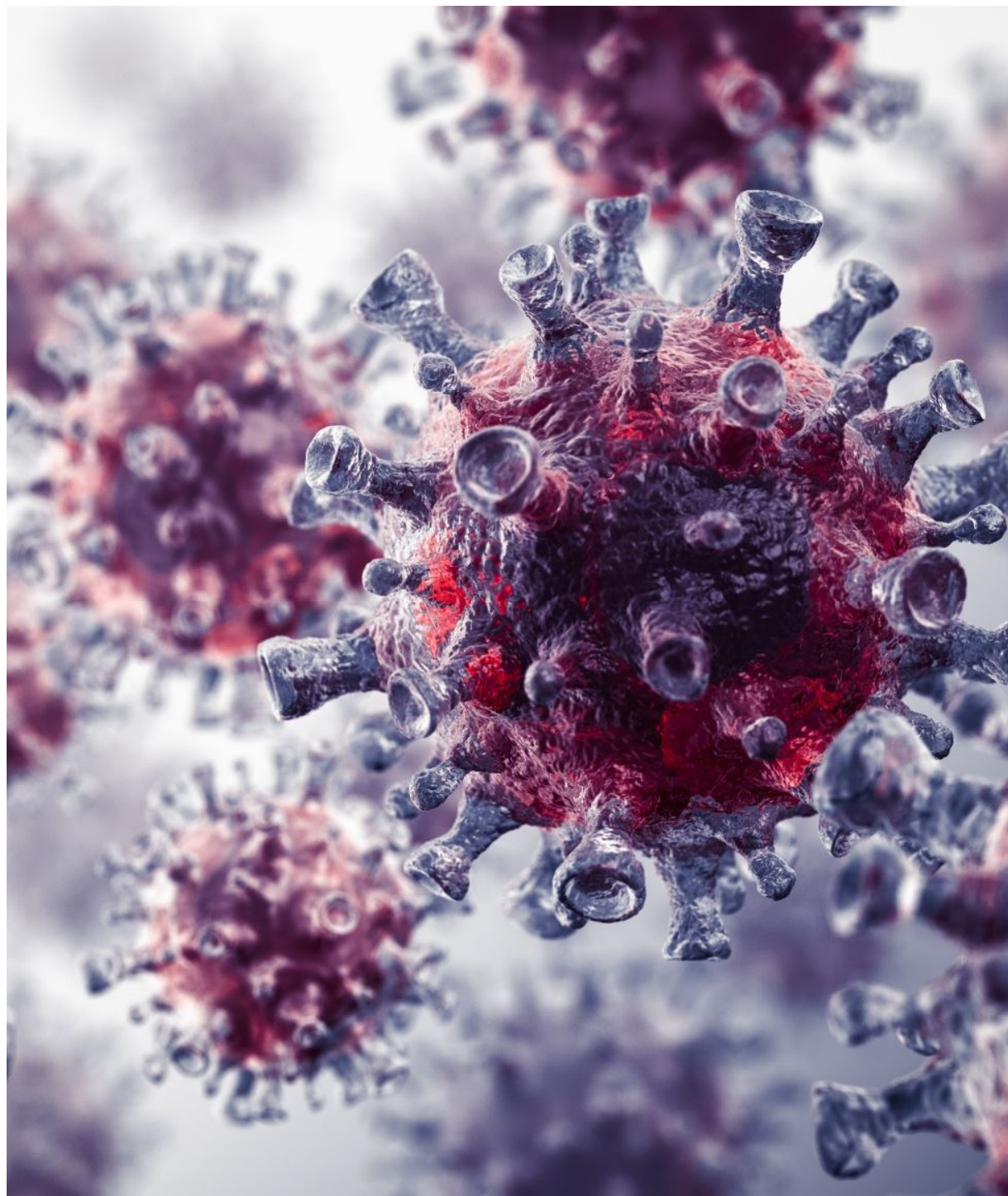
Przebieg choroby zakaźnej na schemacie

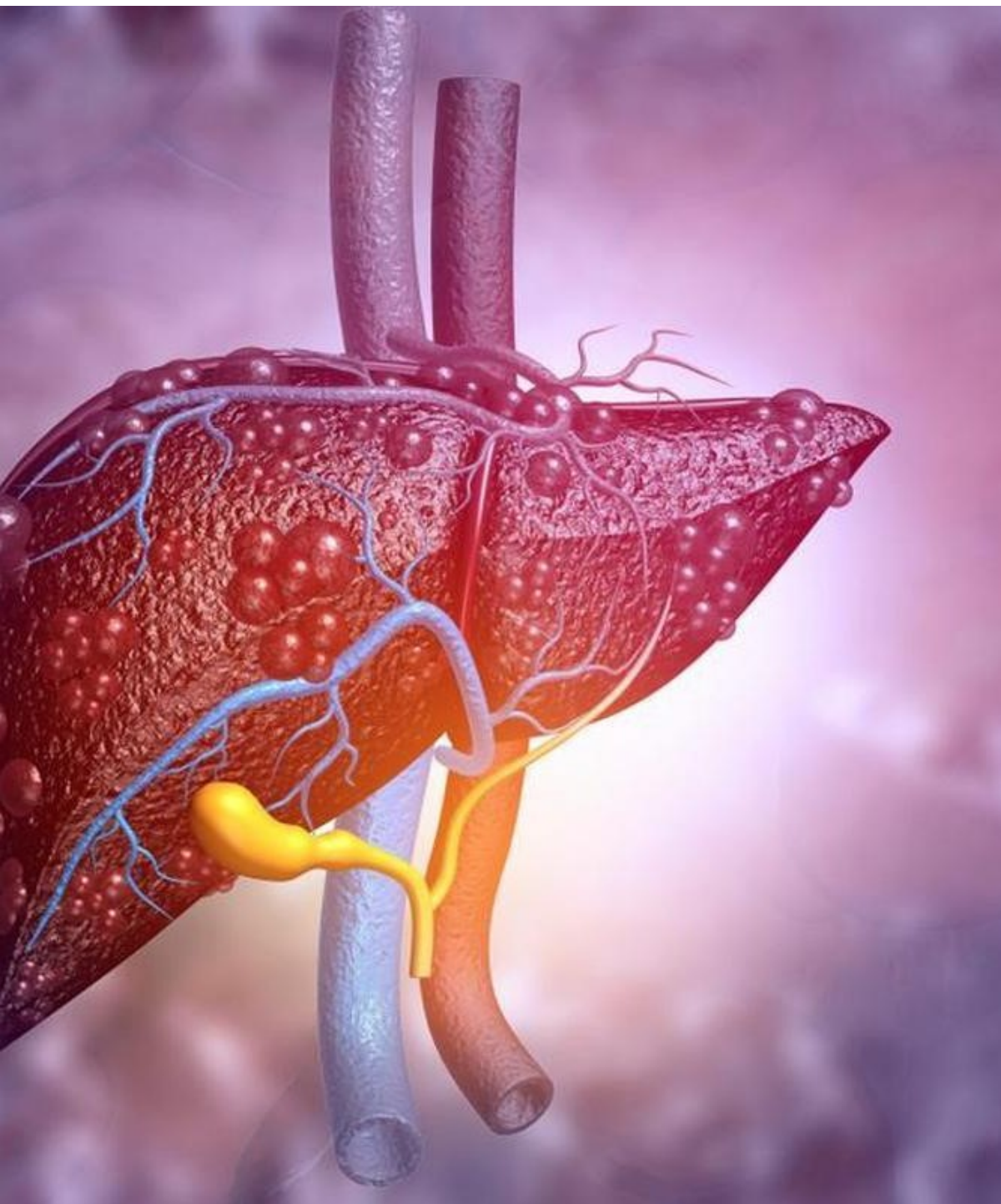


Choroby zakaźne w Polsce

W Polsce do najczęściej występujących chorób zakaźnych należy grypa, ospa wietrzna, wirusowe zakażenie jelitowe, WZW i gruźlica. Każda z nich objawia się w inny sposób, ale nieleczone mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia, a nawet życia.

Grypa wywoływana jest przez wirusa grypy typu A lub B. Do jej typowych objawów zalicza się wysoką temperaturę, ból głowy, stawów i mięśni oraz zmęczenie. Ospę wietrzną wywołuje wirus ospy wietrznej, ale także półpasiec. Ospa objawia się najczęściej gorączką, biegunką, ale także pojawieniem się drobnych wykwitów skórnych na całym ciele.



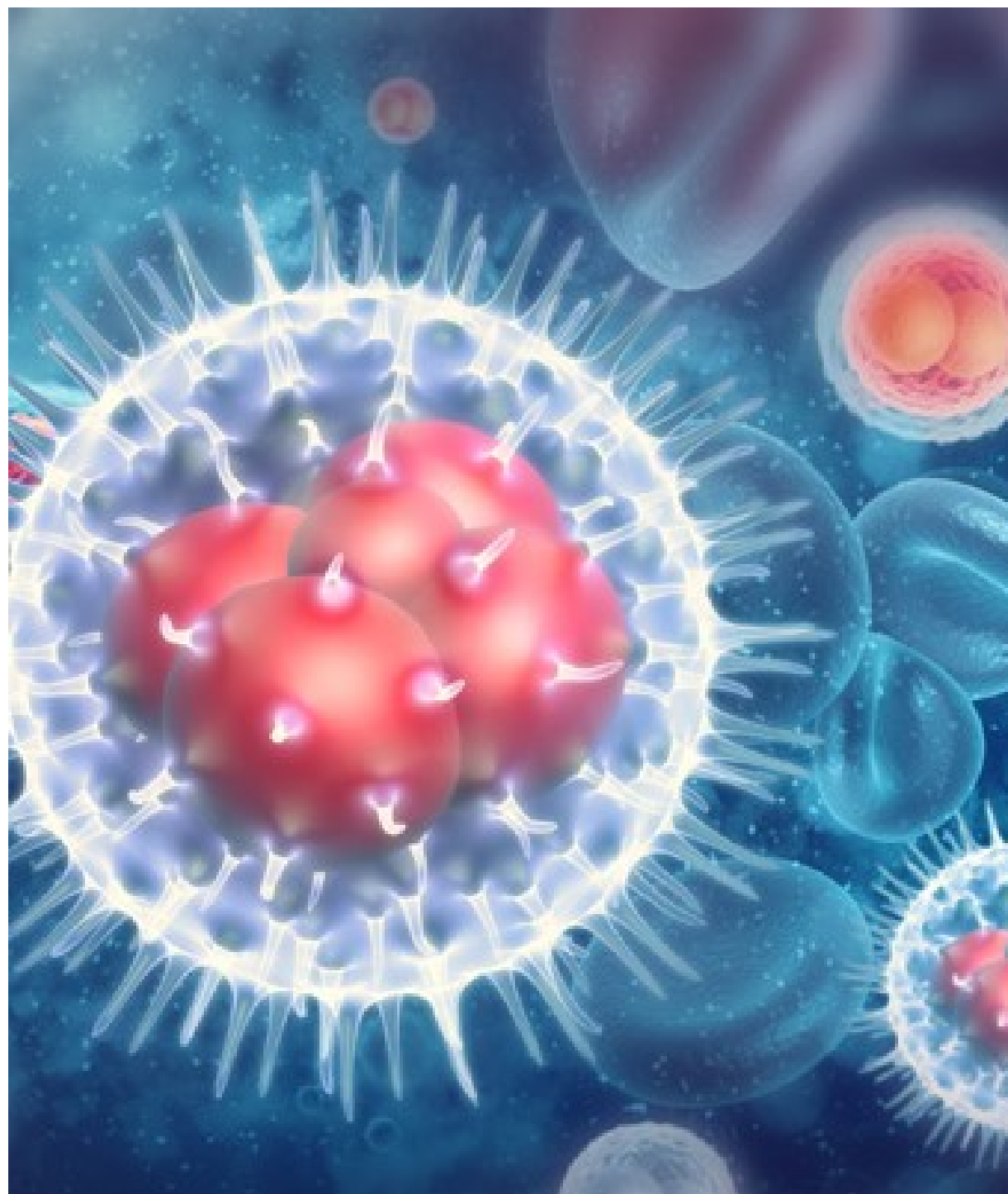


WZW

Wirusowe zapalenie wątroby, czyli WZW to choroba zakaźna wywoływana przez wirusy hepatotropowe. Najpopularniejsza odmiana tej choroby to WZW A, zwana inaczej chorobą brudnych rąk, która stanowi aż 59% wszystkich przypadków WZW na świecie. Do zakażenia zazwyczaj dochodzi poprzez kontakt z żywnością umytą w skażonej wodzie, ale też poprzez kontakt z zarażoną powierzchnią np. środkach komunikacji miejskiej.

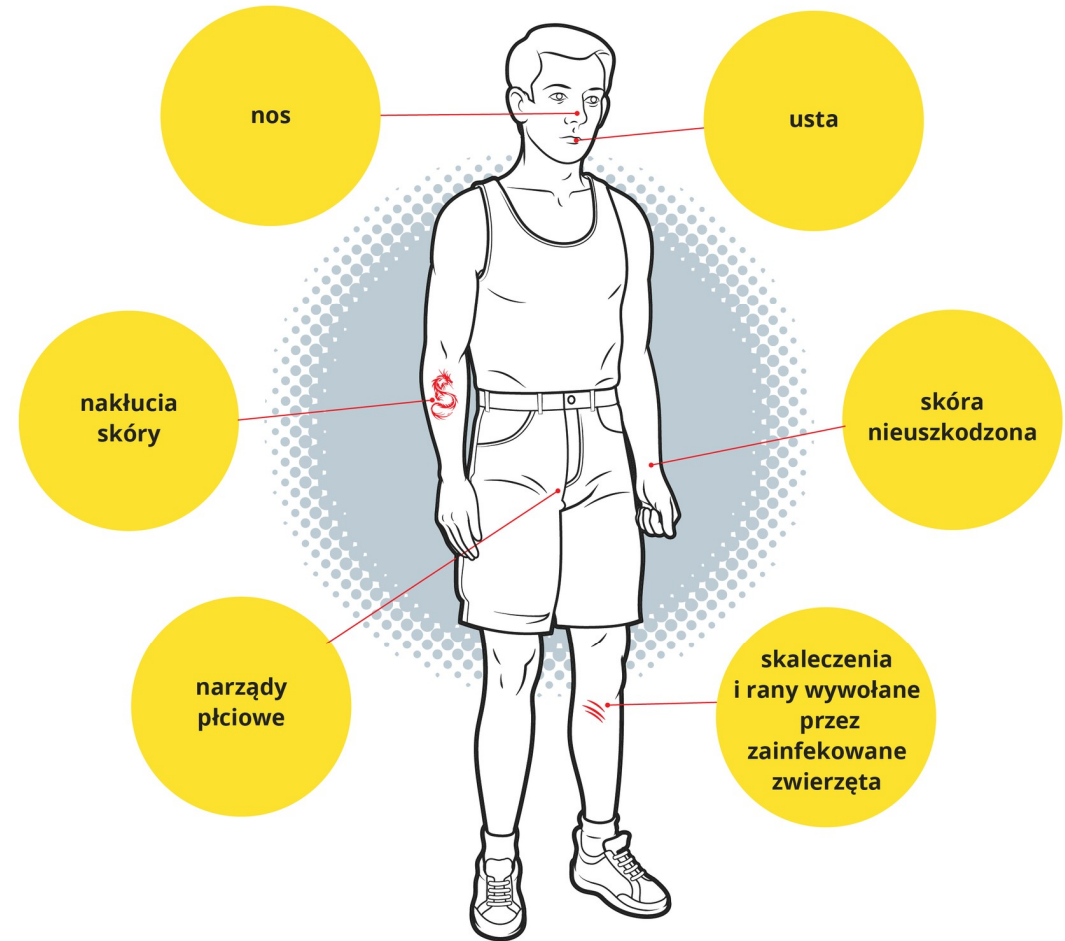
Dlaczego choroby
zakaźne są dla nas
dużym zagrożeniem?

***Wiele chorób zakaźnych
rozwija się latami nie dając
żadnych objawów, dlatego ich
diagnoza może być
skomplikowana.***

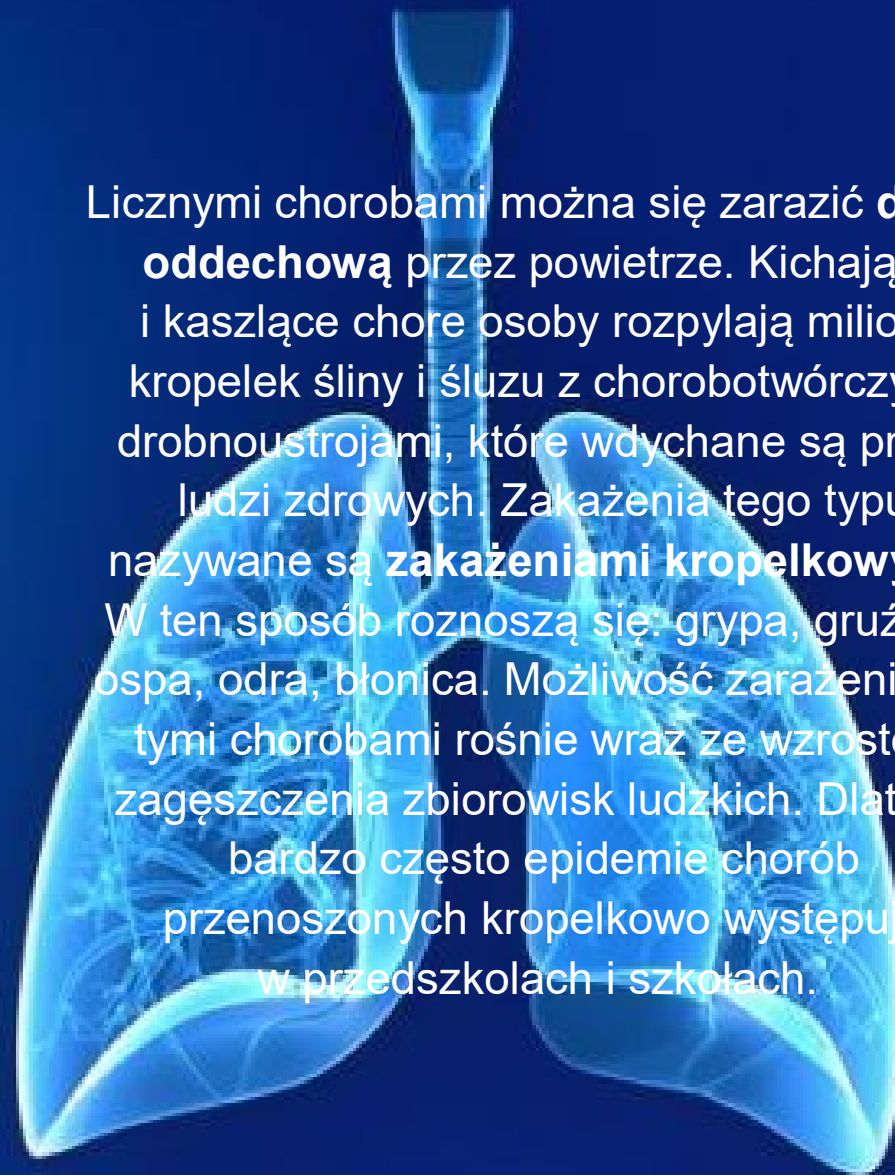


Źródła i drogi szerzenia się chorób zakaźnych

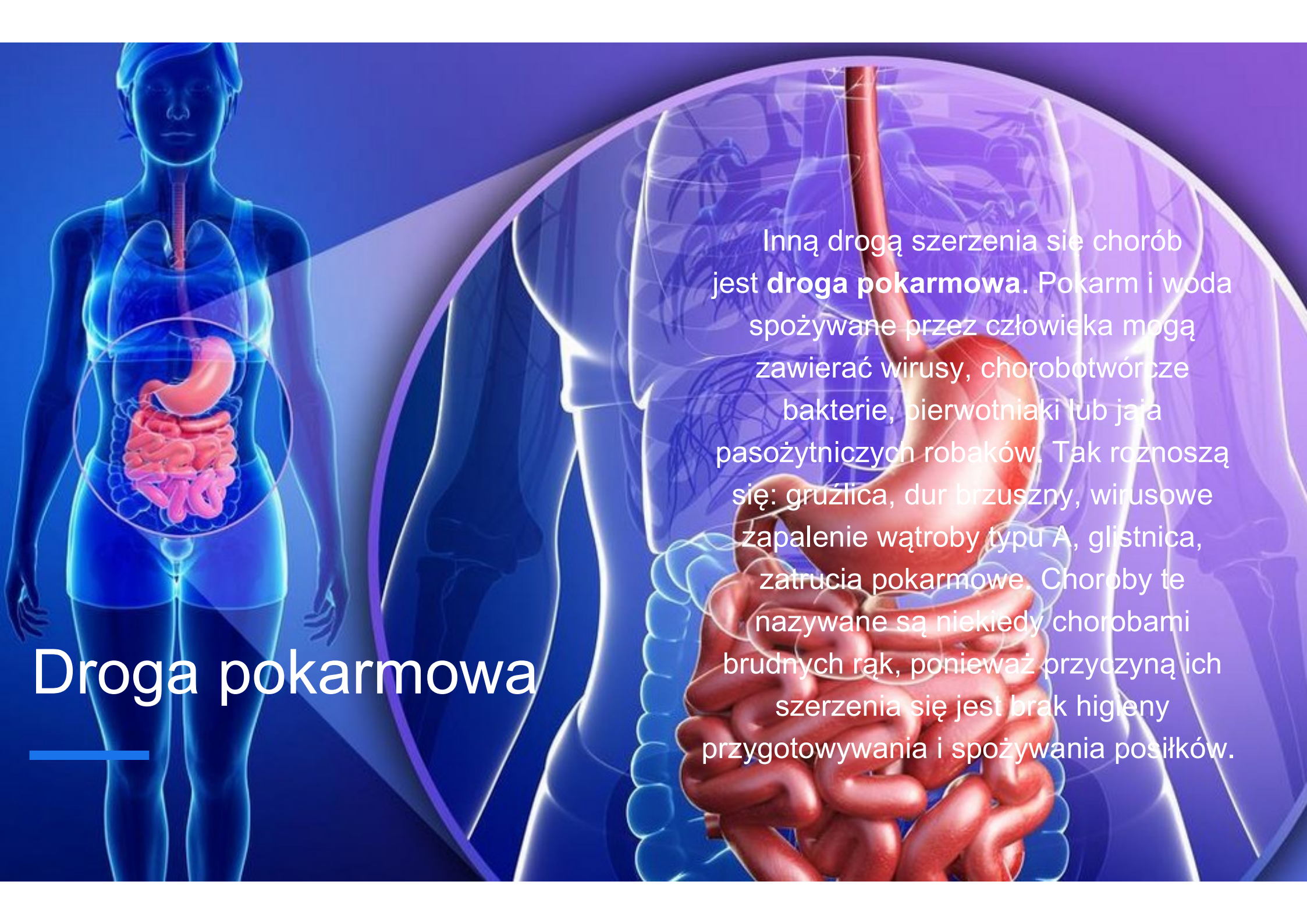
Czynniki chorobotwórcze mogą wnikać do organizmu przez otwory ciała, błonę śluzową, miejsca zranienia. Zarazki trafiają w te miejsca różnymi drogami.



Droga oddechowa



Licznymi chorobami można się zarazić **drogą oddechową** przez powietrze. Kichające i kaszlące chore osoby rozpylają miliony kropelek śliny i śluzu z chorobotwórczymi drobnoustrojami, które wdychane są przez ludzi zdrowych. Zakażenia tego typu nazywane są **zakażeniami kropelkowymi**. W ten sposób roznoszą się: grypa, gruźlica, oспа, odra, błonica. Możliwość zarażenia się tymi chorobami rośnie wraz ze wzrostem zagęszczenia zbiorowisk ludzkich. Dlatego bardzo często epidemie chorób przenoszonych kropelkowo występują w przedszkolach i szkołach.



Droga pokarmowa

Inną drogą szerzenia się chorób jest **droga pokarmowa**. Pokarm i woda spożywane przez człowieka mogą zawierać wirusy, chorobotwórcze bakterie, pierwotniaki lub jaja pasożytniczych robaków. Tak roznoszą się: gruźlica, dur brzuszny, wirusowe zapalenie wątroby typu A, glistnica, zatrucia pokarmowe. Choroby te nazywane są niekiedy chorobami brudnych rąk, ponieważ przyczyną ich szerzenia się jest brak higieny przygotowywania i spożywania posiłków.



Droga zranionej skóry

Czynniki zakaźne mogą dostawać się do organizmu także **przez zranioną skórę**. Niesterylna strzykawka czy narzędzie do tatuażu grozi przeniesieniem tak groźnych chorób, jak wirusowe zapalenie wątroby typu B i C czy zakażenie wirusem HIV. Wraz z glebą do rany mogą się dostać bakterie teżca. W niektórych przypadkach patogeny wnikają nawet przez nieuszkodzoną skórę. Podanie ręki choremu na świerzb grozi zarażeniem się tym pasożytem.

źródło zakażenia

- chory człowiek
- chore zwierzę
- nosiciel (człowiek lub zwierzę)

kontakt bezpośredni

- podanie ręki
- kontakt płciowy
- pocałunek
- ukąszenia chorych zwierząt
- przetaczanie krwi od chorego

kontakt pośredni

- powietrze
- woda
- pokarm
- owady i kleszcze
- gleba
- przedmioty codziennego użytku

człowiek podatny na zakażenie

Profilaktyka chorób zakaźnych

Najważniejszym elementem profilaktyki zdrowotnej jest unikanie czynników chorobotwórczych, przestrzeganie zasad higieny, utrwalanie zasad zdrowego stylu życia oraz ich propagowanie. Profilaktyka zdrowotna to wszystkie działania, które mają na celu zapobieganie chorobom. Składa się na nią wczesne wykrycie choroby, jej leczenie i ograniczenie powikłań.



Prawidłowa dieta

01

- zapewnia sprawne funkcjonowanie organizmu i utrzymanie równowagi wewnętrznej

02

- dostarcza substancji podnoszących odporność organizmu

03

- zapewnia zasoby energetyczne do walki z drobnoustrojami

Higiena przygotowywania posiłków



- mycie produktów spożywczych
zapobiega wnikaniu do
organizmu drobnoustrojów chorobotwórczych:
bakterii, protistów i pasożytów zwierzęcych



- dbanie o czystość w kuchni



- zapobieganie rozwojowi
drobnoustrojów i zatruciom
pokarmowym przez
przechowywanie żywności w odpowiednich
warunkach i przestrzeganie terminu
przydatności do spożycia

Higiena osobista

-
- codzienne mycie całego ciała
 - szczotkowanie zębów przynajmniej dwa razy dziennie
 - codzienna zmiana bielizny
 - używanie własnych ręczników
 - mycie rąk przed każdym posiłkiem i po korzystaniu z toalety
-

Aktywność fizyczna



- ZWIĘKSZA ODPORNOŚĆ
ORGANIZMU



- POPRAWIA WYDOLNOŚĆ
NARZĄDÓW UKŁADU MIĘŚNIOWEGO,
ODDECHOWEGO I KRAŻENIA



- POPRAWIA SAMOPOCZUCIE I DAJE
UCZUCIE RADOŚCI

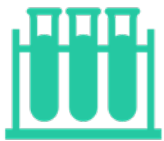
Sen i wypoczynek



- POZWALAJĄ ZREGENEROWAĆ SIŁY I SKUTECZNIE
ZWALCZAĆ INFEKCJE



Okresowe badania kontrolne



- badania krwi i moczu



- wczesne wykrywanie
przeciwciał
skierowanych przeciw
drobnoustrojom



- pomiar tętna i ciśnienia
krwi



- regularne wizyty u
stomatologa



- badanie narządów
wewnętrznych za pomocą
aparatu
rentgenowskiego (RTG)
i ultrasonograficznego
(USG)

Szczepienia ochronne

01

- mobilizują siły
obronne
organizmu

02

- zapobiegają
chorobom
zakaźnym

03

- łagodzą skutki
chorób

Leczenie chorób zakaźnych

Przed przyjęciem leku przeczytaj załączoną do niego ulotkę.

Są tam informacje o:

- dawkowaniu leku,
- sposobie zażywania,
- warunkach przechowywania,
- możliwych skutkach ubocznych
- przeciwwskazaniach

Zażywaj lek tylko w sposób i w dawkach zalecanych przez lekarza

Zażywane leki popijaj wodą. Inne płyny (soki, herbata czy kawa) mogą spowalniać działanie leku



Nie przyjmuj antybiotyków pozostałych z poprzedniego leczenia. Każda infekcja może być spowodowana innymi drobnoustrojami, na które ten lek nie działa

Nie odstępуй swego leku innej osobie. Może on zaszkodzić nawet wtedy, gdy objawy choroby wydają się takie same

Nie przyjmuj leku po upływie terminu ważności

Podsumowanie



Zdrowie to stan dobrego samopoczucia fizycznego i psychicznego i społecznego, a nie tylko brak choroby lub niedomagania.



Czynnikami chorobotwórczymi są czynniki biologiczne, fizyczne, chemiczne i społeczne, a także niewłaściwa dieta.



Choroby zakaźne wywołane są przez organizmy chorobotwórcze i szerzą się przez kontakt bezpośredni z osobą chorą, drogą kropelkową, pokarmową i płciową.

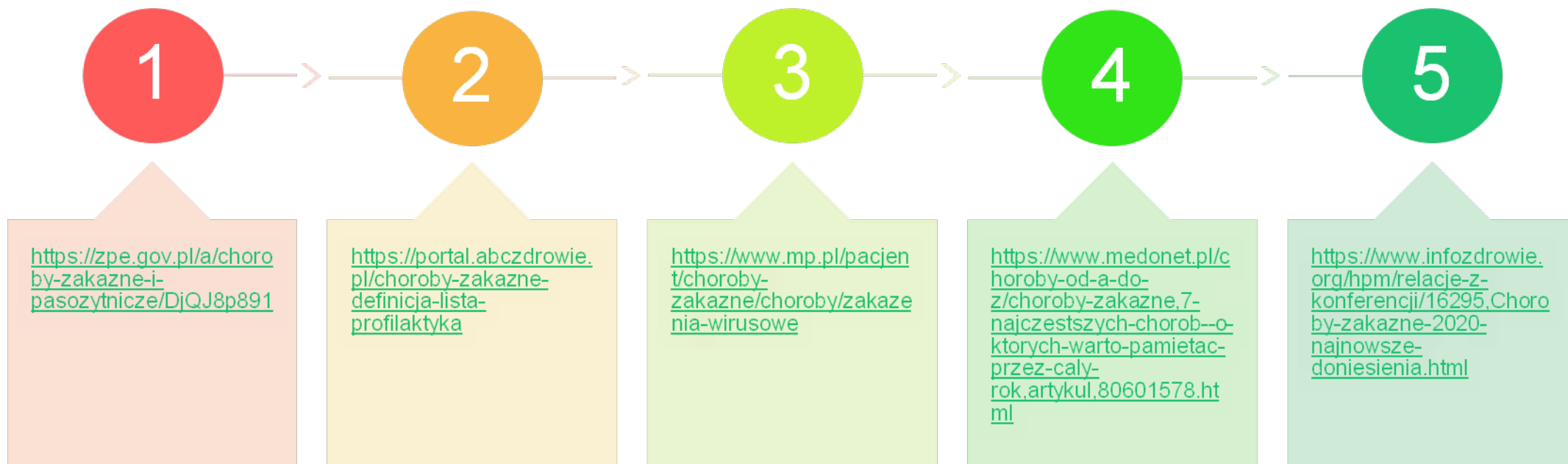


W celu przeciwdziałania chorobom należy stosować zasady zdrowego stylu życia.



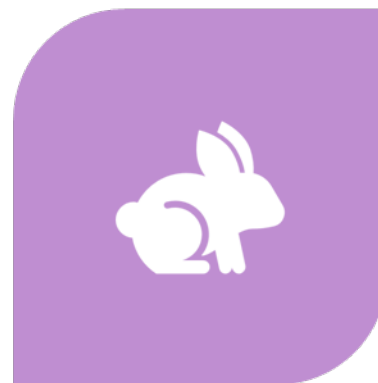
Zażywanie leków, a szczególnie antybiotyków, powinno odbywać się pod kontrolą lekarza.

Źródła:





DZIĘKUJĘ ZA
UWAGĘ:



WIKTORIA ZAJĄC
KLASA 1A1