



**МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН**  
**ФАКУЛТЕТ „ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ“**  

---

**ЦЕНТЪР ЗА ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ**

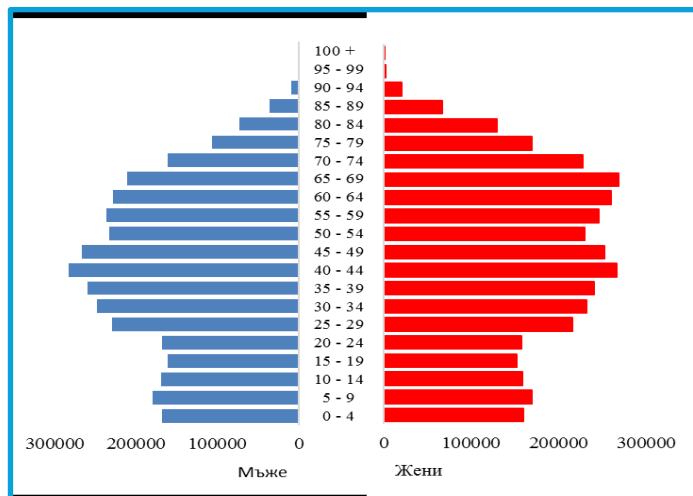
**Лекция №1**

**ХИГИЕНА ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАТА ВЪЗРАСТ**  
**ПРЕДМЕТ, ЦЕЛ И ЗАДАЧИ**

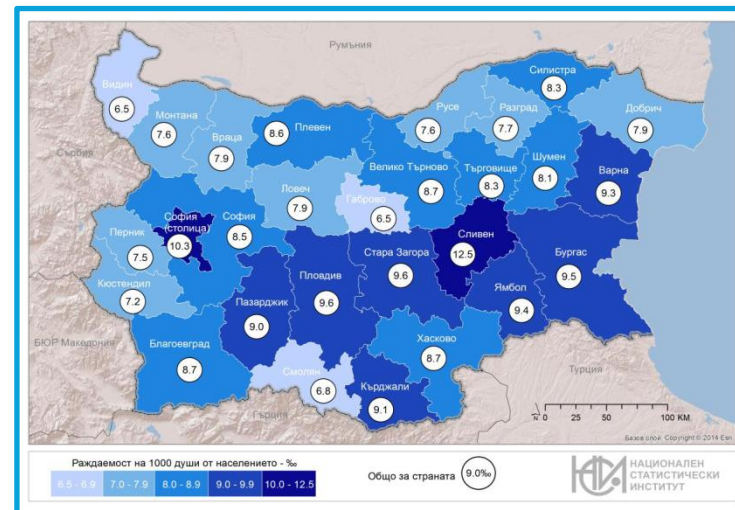
**Доц. д-р Ваня Бирданова, дм**  
**Катедра „Хигиена, медицинска**  
**екология, професионални болести**  
**и МБС**

# ХИГИЕНА НА ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАТА ВЪЗРАСТ

- ❑ Решава хигиенни проблеми на децата и подрастващите
- ❑ Здравето на децата е най-ценния капитал на една нация
- ❑ Децата в България (към 2018 г.) са около 15% от общия брой на българското население



Фиг. 1. Възрастова структура на населението в България



Фиг. 2. Коефициент на раждаемост по области

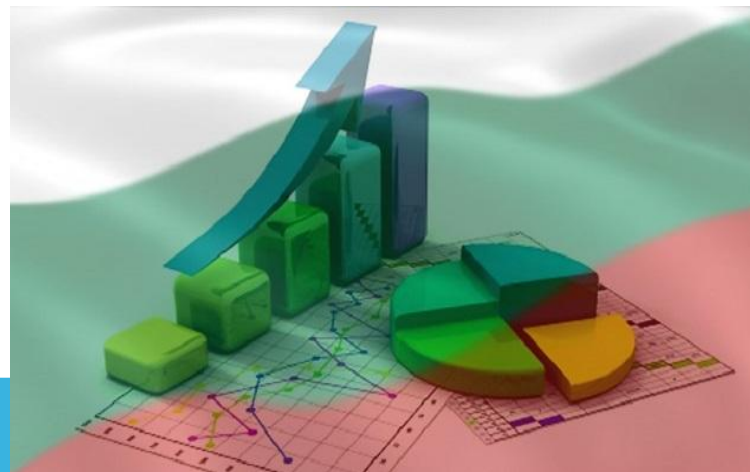
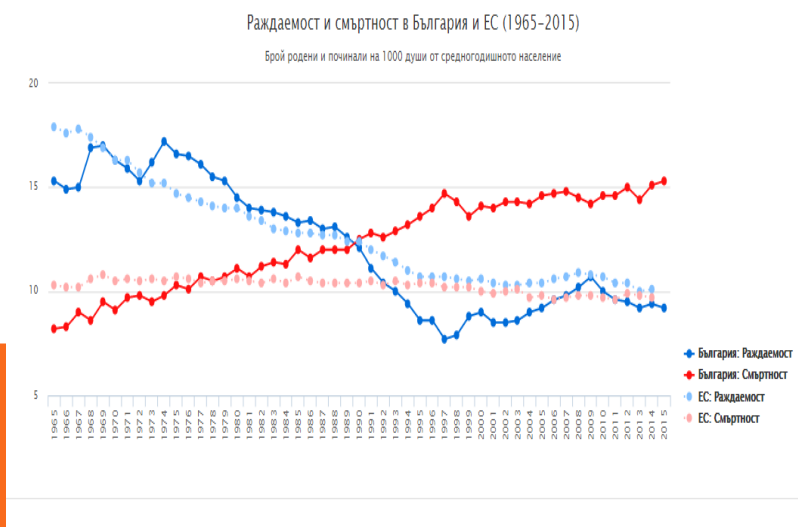
# ДЕМОГРАФСКА СИТУАЦИЯ В БЪЛГАРИЯ

## ОТРИЦАТЕЛНИ ТЕНДЕНЦИИ

1. *Населението застарява*
2. *Живее в големите градове*
3. *Брой живородени деца*
4. *Общата раждаемост*

## ПОЛОЖИТЕЛНИ ТЕНДЕНЦИИ

1. *Детската смъртност*
2. *Повече бракове*
3. *По-малко разводи*
4. *Продължителност на живота*



Фиг. 3 Раждаемост и смъртност в България и ЕС (1965-2015 г.)

# ЗНАЧЕНИЕ НА ХДЮВ

- Не се определя само от числеността на детското население и демографските проблеми на една нация
- Спецификата и биологичните особености на детския организъм се отличават не само количествено, но и качествено, от тези на възрастния индивид
- При децата не е достигната пълна зрялост, а се намират в процес на растеж и развитие
- Детският организъм е по-пластичен и в по-голяма степен е податлив на въздействието на факторите на околната среда

**ЗДРАВЕТО НА ВЪЗРАСТНОТО НАСЕЛЕНИЕ И БЪДЕЩАТА ПАТОЛОГИЯ НА НАЦИЈАТА  
ЗАПОЧВА ДА СЕ ФОРМИРА ОЩЕ ПРЕЗ ДЕТСКИТЕ ГОДИНИ**

# ЗНАЧЕНИЕ НА ХДЮВ

- Факторите на средата оказват пряко въздействие върху здравето на децата в настоящия момент
- Факторите на средата могат да окажат късни последствия върху здравето през зряла възраст
- Неблагоприятното въздействие на факторите зависи от възрастта и функционалната зрялост на детския организъм
- Децата имат добри възстановителни способности и навременните профилактични мерки могат да предотвратят заболяванията

ЗДРАВЕТО НА ВЪЗРАСТНОТО НАСЕЛЕНИЕ И БЪДЕЩАТА ПАТОЛОГИЯ НА НАЦИЈАТА  
ЗАПОЧВА ДА СЕ ФОРМИРА ОЩЕ ПРЕЗ ДЕТСКИТЕ ГОДИНИ

# ПРЕДМЕТ НА ХДЮВ

- Хигиената е основна медицинска дисциплина в сферата на първичната профилактика
- Хигиената на детско-юношеската възраст заема важен дял от хигиенната наука
- ХДЮВ е основен раздел на хигиенната наука, който изучава взаимодействието в системата “Детски организъм - Жизнена среда” с оглед правилното развитие, запазването, укрепването и подобряването на здравето на децата и подрастващите

# ХИГИЕНА НА ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАТА ВЪЗРАСТ

## ЦЕЛ

Да изучава, опазва, укрепва и подобрява здравето и осигурява правилно физическо и нервно-психическо развитие на децата и подрастващите чрез разработване и внедряване на нормативи, правила и изисквания за оптимизиране на взаимодействието “детски организъм - жизнена среда”

# ХИГИЕННА НОРМА В ДЕТСКА ВЪЗРАСТ

- **Хигиенна норма** – количествен показател (минимален или максимален), характеризиращ факторите на външната среда, съответен на биологичната природа на човека и имащ за цел неувреждане на здравето и работоспособността на човека
- **Хигиенната норма на даден фактор в детска възраст** се изменя в различните етапи на съзряване на детския организъм
- Хетерогенността в растежа и развитието на различните органи и системи са научната основа на диференцираното нормиране на факторите на околната среда при децата и учениците
- Стойността на хигиенната норма е оптимална – от минимално необходимото до максимално допустимото
- Стойността на хигиенната норма не допуска неблагоприятно въздействие върху детския организъм




# ПРИНЦИПИ НА ХИГИЕННО НОРМИРАНЕ

Хигиенното нормиране в детска възраст се подчинява на следните принципи:

- **Специфичност на хигиенната норма** - обуславя се от различната чувствителност на развиващият се детски организъм спрямо факторите и условията на жизнената среда, в сравнение със зрелия възрастен индивид
- **Динамика (промяна) на нормата** - в съответствие с характерните особености на всеки възрастов период, през който преминава детето или ученика, т.е да отчита специфичната промяна в чувствителността (потребност) спрямо даден фактор.
- **Промотивност (тренираност) на нормата** - не само да осигурява оптимално взаимодействие на детския организъм с фактора на средата, но и да способства за процеса на правилен растеж и развитие
- **Диференциране на хигиенната норма** - по пол и състояние на здравето

# ЗАДАЧИ НА ХДЮВ

ДА ИЗУЧИ:


- Анатомо-физиологичните особености на децата и подрастващите - осигуряване на условия за правилен растеж и развитие
  - Хигиената на учебно-възпитателния процес и дневния режим - изграждане на здравословен модел на начин на живот
  - Хигиенни основи на физическото възпитание, спорт и закаляване – преодоляване на хиподинамията
  - Хигиена на трудовото обучение и професионално образование
- 

# ЗАДАЧИ НА ХДЮВ

ДА ИЗУЧИ:

- Хигиена на храненето - здравословно хранене и профилактика на заболяванията
- Хигиенни основи при проектиране, строителство, дизайн и обзавеждане на детските и учебните заведения
- Специфични мероприятия за профилактика на заразните паразитни болести
- Подобряване на информираността и здравното образование на децата и учениците

# МЕТОДИ

- **САНИТАРНО ОПИСАНИЕ**
  - **САНИТАРНО ОБСЛЕДВАНЕ**
  - **ХИГИЕННА ЕКСПЕРТИЗА**
  - **КОМПЛЕКСЕН ХИГИЕНЕН МЕТОД**
- 

# ВРЪЗКА С ДРУГИ НАУКИ



Фиг. Хигиена на детско-юношеската възраст и другите науки

# ИСТОРИЯ НА ДЕТСКАТА ХИГИЕНА

- **Още от древността**
- **Късно Средновековие**

***Значително развитие на идеята за възпитание и хигиена на децата***

- Ян Амос Коменски (1592-1670) и “Велика дидактика” - хигиенни правила за училищния режим, разделя денонощието на 3 части, заниманията сутрин за по-добра успеваемост, хигиена на храненето, на физическите упражнения
- Джон Лок (1632-1704) и “Мисли за възпитанието” – факторите на средата върху физическото възпитание на децата - хигиена на въздуха, жилище, хранене, облекло, закаляване, хигиена на обучение и преподаване и профилактика на умствената и зрителна умора
- Йосиф Фуртенбах () и “Немска училищна среда” -

# ИСТОРИЯ НА ДЕТСКАТА ХИГИЕНА

- **Още от древността**
- **Късно Средновековие**

*Значително развитие на идеята за възпитание и хигиена на децата*

- Йосиф Фуртенбах (1591-1667) и “Немска училищна среда”, 1649 г, основни изисквания към училищното помещение – квадратура, кубатура, осветление, отопление, вентилация, училищна мебел и учебни помагала, хигиена на обучението и почивките
- Будщед и “Училищен устав”, 1737г - хигиенни правила при четене и писане, профилактика на късогледството, лична хигиена на учениците, хигиена на зъбите

# ИСТОРИЯ НА ДЕТСКАТА ХИГИЕНА

## ■ Епохата на Възраждането

### *основите на хигиенната наука за децата и подрастващите*

Плеяда от европейски мислители

- Жан Жак Русо (1712-1878) „Емил или за възпитанието” – ценност на детството, взаимодействие с природните фактори

Русия

- Ф.Ф. Й. Эрисман (1842-1915) - основоположник на училищната хигиена, “Професионална хигиена на умствения и физическия труд” 1887 г.

- Н.И.Тезяков - “Беседи по хигиена и нейното приложение в народното училище “ – 1889 г.

- Н.П. Гундобин (1860- 1908) - анатоомофизиологични “Особености на детския организъм”, възрастова периодизация

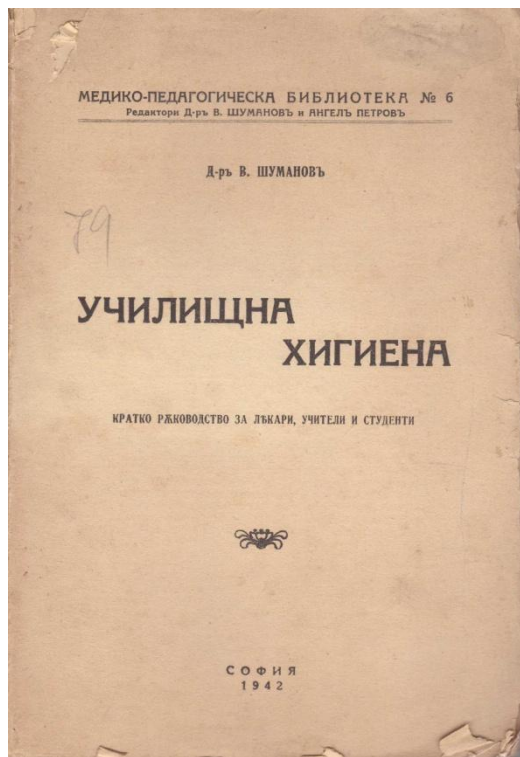


# ИСТОРИЯ НА ДЕТСКАТА ХИГИЕНА

## ■ България

- В килийните училище се изучава “Здравословие”
  - д-р Петър Берон “Рибен буквар”, 1824 г - *въвежда хигиената и здравното възпитание в българското светско училище*
  - **Захарий Княжевски (1810-1877)** - “Съвети към непразните жени и правила как да постъпват с новородените младенци”, Превод, 1853 г .
  - **В първите светски училища** - Габрово, Калофер, Хасково, Стара Загора дисциплината “Хигиена, анатомия и физиология” –по ръководство “Понятие за хигиената”, д-р А. Начев
  - Катедри “Хигиена” в Медицинските университети, 1919 г, София, Т.Петров
- Основите на научната дисциплина хигиена на детско-юношеската възраст*

# РЪКОВОДСТВО ПО УЧИЛИЩНА ХИГИЕНА -1942 Г



**СЪДЪРЖАНИЕ:**

	Стр.
1. Предговоръ отъ проф. Д-ръ М. Герасковъ . . . . .	V
2. Предговоръ отъ автора . . . . .	VII
3. Училищната хигиена като наука . . . . .	1
4. Исторически развой на училищната хигиена . . . . .	3
5. Задачи и предметъ на училищната хигиена . . . . .	7
6. Хигиена на училищните помъщения . . . . .	11
7. Хигиена на училищното обзавеждане . . . . .	31
8. Хигиена на учебниятъ помагала . . . . .	39
9. Поддържане чистотата на училищните помъщения, покацина и помагала . . . . .	45
10. Хигиена на ученика . . . . .	48
11. Тълесна хигиена . . . . .	57
12. Лѣкарски надзоръ и хигиена на тълесното възпитание . . . . .	67
13. Хигиена на детския физически трудъ . . . . .	81
14. Душевна хигиена на ученика . . . . .	83
15. Душевно ненормални деца . . . . .	94
16. Социали, битови и острозаразни болести въ училището и борбата съ тѣхъ . . . . .	102
17. Хигиена на учителя . . . . .	116
18. Уредба на училищната здравна служба въ страната . . . . .	123
19. Законодателство по училищна хигиена . . . . .	126
20. Използувана литература . . . . .	127

64

ДНЕВНА ДАЖБА ЗА ДЕЦА  
(отъ 7—14 год. възраст)

Продукти	Количество въ грамове	Хранителни вещества въ грамове		Калории
		Бѣлтъци	Вѣгледжидати	
<b>Отъ растителна почваля</b>				
Хлѣбъ тѣловъ . . . . .	400	2424	180	17026
Грѣкъ . . . . .	65	733	132	4139
Орѣзъ . . . . .	6	032	005	447
Магаровъ . . . . .	10	052	003	733
Бояшно за подправка . . . . .	16	109	023	895
„вишесте . . . . .	10	017	—	733
Сѫти плодове . . . . .	10	016	—	439
Закаръ . . . . .	50	—	—	4702
Растит. масло . . . . .	3	—	264	—
Пълное прѣси . . . . .	150	004	—	1806
Картофи . . . . .	300	303	036	4196
Селе . . . . .	100	107	024	236
Моркови . . . . .	75	042	011	402
Друга зеленчуци . . . . .	100	016	012	0—
<b>Всичко . . . . .</b>	<b>1296</b>	<b>4062</b>	<b>732</b>	<b>36377</b>
<b>Отъ живот. произволя</b>				
Масло животинско . . . . .	16	015	107	—
Месо . . . . .	60	896	628	—
Рѣба . . . . .	60	557	017	—
Яйца . . . . .	25	296	237	012
Мѣто . . . . .	200	498	671	588
Сирене, кашкавалъ . . . . .	55	625	268	—
<b>Всичко . . . . .</b>	<b>416</b>	<b>2887</b>	<b>3102</b>	<b>688</b>
<b>Общъ сборъ . . . . .</b>	<b>1712</b>	<b>6949</b>	<b>3834</b>	<b>37065</b>

освѣтъ вкуса, апетитна и разнообразна, детската храна да стане полезна и хранителна. За тази цель готвачитъ на детска храна, особено въ детскитъ трапезарии, трѣбва да бѣждатъ подготвени и промислени отъ тѣзи основни знания, имизи грамадно значение за радикалното хранене на децата.

Цѣлодневната храна на детето трѣбва да бѣде разпредѣлена на 4 приема съ по 4 часа промежутъкъ.

Ученическитъ трапезарии сж заведени за организирано хранене на ученицитъ. Чрезъ тѣхъ се достига не само тълесно и здравно укрепване на децата, но и едно прѣвъзпитание на бита и волеитъ на населението. Доказано е също, че правилното — достатъчно и рационално — хранене на децата въ ученическитъ трапезарии, оказва положително влияние и върху тѣлния ученицень успѣхъ, като имъ подобрява общата работоспособность и повишава лесната умореность.

Ученическитъ трапезарии се уредждатъ при училището или при група училища въ специально отредено помъщение, което да бѣде добре изолирано отъ учебнитъ стаи, за да не се предаватъ тамъ мързвитъ отъ кухнята и хранитъ. (Трапезария за ученици може да се уредждатъ и вънъ отъ училищата, каквито сж нѣкои благо-

# СЪВРЕМЕННИ ХИГИЕННИ ПРОБЛЕМИ

- **Замърсяването на околната среда – въздух, почва и води**
- **Проблеми, свързани с урбанизацията**
  - недостиг на зелени площи - обездвижване
  - недостиг на площадки за игра - обездвижване
  - уличен травматизъм
  - повишен стрес, детска престъпност, алкохолизъм, наркомании и др.
- **Хигиенни проблеми от навлизане на нови технологии в образованието – виртуално обучение, работа с компютри, таблети и др.**
- **Професионално обучение – здравословни и безопасни условия на труд, нормиране на факторите**

# СЪВРЕМЕННИ ХИГИЕННИ ПРОБЛЕМИ

- **Нездравословно хранене и затлъстяване в детската възраст**
- **Здравно образование на децата и учениците**
- **Определяне на училищната зрялост**
- **Организация на учебния процес – информационна претовареност, умора и преумора**
- **Обзавеждане на детски заведения и училища – профилактика на училищните болести**
- **Проблеми, свързани с акселерацията – нови стандартни за оценка на физическото развитие**

# ЗАКРИЛА НА ДЕТЕТО

- Конвенция за правата на детето - на ООН
- Общоевропейска стратегия (2016-2021 г) за правата на детето - Съвета на Европа по програмата "Да изградим Европа за и с децата", Монако, 2006 г


5 приоритетни области за периода 2016-2021: (трета по ред)

- равни възможности за всички деца
  - участие на всички деца
  - живот без насилие за всички деца
  - правосъдие, адаптирано за деца
  - права на детето в цифрова среда
- Агенция за закрила на детето
  - Закон за закрила на детето и Правилник за прилагането му
  - Закон за училищно и предучилищно образование

# НАЦИОНАЛНИ СТРАТЕГИИ И ПРОГРАМИ

- Национална стратегия за детето, 2008, България
- Национална здравна стратегия 2020, България
- Национална програма за профилактика на оралните заболявания при деца от 0 до 18 годишна възраст в Република България, 2015-2020 г
- Национална програма за превенция на хроничните незаразни болести, 2014-2020
- Здравословно бъдеще за Европа: здравословно хранене при децата , 2018 г. София
- Национална програма “Децата и футбола”
- Национална програма “Здрави деца” – 3-12 г
  - “Нестле за по-здрави деца” – подпомага здравословен начин на живот
- Национална програма “Детско здраве Пирогов” –
  - високоспециализирани медицински прегледи

# ЗДРАВНИ НАРЕДБИ И РЕГЛАМЕНТИ

- Издават се от МЗ
  - Публикуват се в ДВ
  - Имат законодателен характер и юридическа сила
  - Основа на държавния здравен контрол по отношение опазване здравето на децата и подрастващите
  - Европейските регламенти директно се прилагат в българското законодателство
- 

***Благодаря за вниманието!***

