

**МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН
ФАКУЛТЕТ „ ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ“
ЦЕНТЪР ЗА ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ**

**ПОДХОДИ ЗА РЕШАВАНЕ НА
ЗДРАВНИ ПРОБЛЕМИ НА
МИГРАНТИТЕ И РОМИТЕ.**

ЛЕКЦИЯ №8

Доц. д-р Мариела Камбурова, дм



Начин на живот

- Начинът на живот влияе върху човешкото здраве и участва както в създаването на добро здраве, така и в патогенезата на най-честите хронични заболявания.

Начин на живот

- *Позитивен, здравословен, укрепващ здравето* – система от дейности, съзнателно насочени към укрепване , опазване и поддържане на здравето на индивида и обществото.
- ПЗ има за цел формиране на здравословен начин на живот, като се опира на индивидуален подход при неговото формиране.
- *Негативен, нанасящ вреда на здравето.*



Здравословен начин на живот

Характеризира се с:

- Активно отношение към собственото здраве, наличие на позитивна здравна мотивация, усвояване на умения за укрепване на здравето.
- Наличие на позитивни здравни навици при отсъствие на основни вредни за здравето фактори.

Здравословен начин на живот

- Наличие на умения за здравна самопомощ и взаимопомощ;
- Готовност на индивида за участие в решаване на проблемите на общественото здраве в резултат на разбиране на връзката между личното и общественото здраве, жизнената среда и нейните фактори.

Възпитание

- Сложен целенасочен процес на формиране на субективна култура, основана на определени знания, убеждения, мотивация, придобити навици и поведенчески модели.

Фази на възпитанието

- Образователна
- Промяна в отношението, убежденията и мотивация
- Създаване на автоматично повтаряне на определени действия (нов навик)
- Промяна в поведението



Цели на възпитанието

- Образователни
- Осигуряване на персонално развитие
- Превантивни цели
- Радикално – политически

Принципи за ефективно възпитание


- Актуалност
- Достъпност и популярност
- Конкретност
- Оптимизъм
- Участие на аудиторията в процеса на обучение

Принципи за ефективно възпитание

- Системност на възпитателното въздействие
- Съобразяване с изходното ниво на знания
- Поддържане на мотивация за участие
- Профилактична насоченост
- Социален контекст


Моделите на здравно възпитание

- Традиционен модел (авторитарен)
 - Еднопосочно предаване на информация
 - Доминираща роля на обучаващия
 - Не се взема предвид мнението на обучаваните лица
 - Не се отчитат очакванията на обучаваните



■ Модел на сътрудничество (споделено възпитание)

- Насочен към рисковите фактори и рисковото поведение
- Подпомага хората в изясняване на техните ценности
- Обучаваните изразяват своите знания и мнения
- Разбиране за индивидуалната перспектива на всеки обучаван
- Индивидуални и организирани форми на възпитание

- 
- Промотивен модел (модел на еволютивно-усъвършенстващо възпитание) – най-ефективният модел
 - Насочен е към позитивното здраве
 - Двупосочна размяна на информация
 - Допълва се от процес на самовъзпитание
 - Активно въвличане на обучаваните
 - Симетрична размяна на знания и опит
 - Активна комуникация

Здравно възпитание

- Целенасочен процес на формиране на субективна здравна култура – здравни знания, убеждения и поведение, свързани с повишаването, поддържането и възстановяването на индивидуалното и общественото здраве.

Подходи за здравно възпитание

- Индивидуален подход – цели вторична и третична профилактика при отделните индивиди – рисков профил
- Групов подход – предимно на ниво първична профилактика – подкрепа на индивиди с общи проблеми
- Обществен подход – промяна на поведението на обществото като цяло

Методи за здравно възпитание

■ Класически

- Преобладаване на устното слово – достъпен и евтин – беседи, лекции, курсове и др.
- Печатен метод – голям обхват за кратко време – листовки, брошури, табла и др.
- Нагледен метод – по-силен ефект - плакати, фотоси
- Комбиниран метод – съчетание от другите методи – филми, телевизионни предавания

Методи за здравно възпитание

■ Модерни

- Социално заучаване – известна личност дава пример с аспект от поведението си
- Дифузия на нововъведенията – активно участие на лидерите на общността
- Социална имунизация – обучение в аргументи против “полезните” или приятните ефекти на вредния навик
- Мас-медийни стратегии – чрез всички средства за масова информация
- Избягване на когнитивен дисонанс – избягване на предаване на противоречива информация от значими за индивидите институции и лица

Подходящ метод на здравно възпитание

- Целта на възпитателния процес
- Аудиторията, върху която се въздейства
- Насоката на действие – предпазване, позитивно поведение
- Личността и лекторските умения на обучаващия
- Наличните ресурси

Здравен медиатор (ЗМ)

- Здравният медиатор е мост между уязвимите малцинствени общности и здравните и социалните служби.
- Медиаторската професия е въведена в редица европейски страни.
- През 2013 г. в България работят 130 здравни медиатори, заплатени от държавния бюджет, в около 70 общини.

Национална мрежа на ЗМ



- Въвеждането на професията на здравния медиатор е нов и непознат модел за България, който адресира проблемите, свързани с достъпа до здравни и социални услуги сред групите в неравностойно положение в българското общество.

Национална мрежа на ЗМ



- През годините професията се развива от пилотна неправителствена дейност до държавна политика – от 2007 г. здравните медиатори се назначават от общините със средства, отпуснати от държавния бюджет.
- На 23 април 2007 г. в гр. София беше учредено Сдружение „Национална мрежа на здравните медиатори“.
- Постоянните усилия на членовете на мрежата и успешната работа на здравните медиатори на терен доведоха до превръщането на Мрежата в най-голямата неправителствена организация в България, чиито членове ежедневно работят на терен, сред уязвимите общности.

Мисия



- Националната мрежа на здравните медиатори - НМЗМ - обединява хора и усилия за промяна на политики, стереотипи и нагласи и работи за равен достъп на уязвими общности до качествено здравеопазване през модела на здравното медиаторство.

Основни цели на Националната мрежа на здравните медиатори



- Подпомагане и улесняване достъпа до здравни и социални услуги за всички, които са в неравностойно положение.
- - Подобряване на качеството на здравните и социалните услуги в България.
- - Повишаване на здравната култура на етническите малцинства в неравностойно положение.
- - Повишаване на информираността на гражданите по отношение на здравната система.