

СЪЩНОСТ И РОЛЯ НА ЗДРАВНАТА КУЛТУРА В СЪВРЕМЕННОТО ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ

Е. Иванов

Факултет по обществено здраве, МУ – София

Резюме. В статията се прави анализ на здравната култура като съвкупност от знания, ценности, нагласи, отношения, убеждения и поведение във връзка с възстановяването, опазването и укрепването на личното и общественото здраве. Освен здравната информираност важен елемент на здравната култура са здравните ценности, в които се отразява отношението на личността към здравето като етичен феномен, като личен и обществен дълг. Здравето не е само природен дар и физиологичен процес, то е лична и социална ценност, която сме длъжни за опазване и развиваме. Нужно е широко професионално партньорство, за да се създадат реални условия за съвременна здравна култура и здравословен стил на живот сред цялото население. В рамките на комплексните програми за промоция на здравето координират усилията си представители на множество професии – преди всичко здравни професионалисти, педагози, социални работници, психолози, юристи, журналисти, политици и др. Така се преодолява тесният медико-технологичен подход при решаване на здравните проблеми на населението.

Ключови думи: *здравна култура, здравно поведение, здравно възпитание, промоция на здравето, професионално партньорство*

NATURE AND ROLE OF HEALTH CULTURE IN THE MODERN PUBLIC HEALTH

E. Ivanov

Faculty of Public Health, MU – Sofia

Summary. The article analyzes the health culture as a set of knowledge, values, attitudes, beliefs and behavior in relation to the restoration, preservation and strengthening social and personal health. Besides health awareness important element of health education are health values, which reflect the relationship of personality to health as an ethical phenomenon as well as private and public debt. Health is not just a natural gift and biologic process, it is a personal and social value that we ought to preserve and develop. We need a broad professional partnership to create real conditions for contemporary culture of health and healthy lifestyle among the population. Within the complex programs for health promotion efforts coordinate representatives of many professions – primarily health

professionals, educators, social workers, psychologists, lawyers, journalists, politicians and others. That overcomes the narrow medical-technology approach to solving the health problems of the population.

***Key words:** health education, health behavior, health education, health promotion, professional partnership*

Културата е изключително комплексно понятие, включва много елементи и има сложна структура. Това се отнася и за здравната култура като специфичен аспект и разновидност на общата култура. Здравната култура е съвкупност от знания, ценности, нагласи, отношения, убеждения и поведение във връзка с възстановяване, опазване и укрепване на личното и общественото здраве. В този контекст е очевидно, че информираността, познанията за здравето и болестта не могат да бъдат единствен критерий за високата здравна култура. Възможно е човек да има много здравни знания, но те да не са превърнати в убеждения. Възможно е да има също така много здравни знания и убеждения, но да няма съответните здравни нагласи, отношения, мотивация, навици и поведение.

За практически цели е полезно да се различават два вида здравна култура: обективна (обществена) и субективна (личностна). Особено значение за дейността по опазване на здравето на населението има субективната здравна култура, която включва **личните потребности, информираност, интереси и мотиви** за съответно здравно поведение.

Основни елементи и предпоставки на здравната култура са здравната информираност и здравната мотивация. Информираният индивид по правило има по-рационално и по-адекватно отношение към своето здраве и съответно по-адекватно здравно поведение. Мотивацията за здравно поведение играе особено важна и специфична роля за здравното поведение. Нейната специфика се обуславя от факта, че мотивът е вътрешен индивидуален подтик и източник на поведение със значителна степен на лична автономност. Затова регулирането на здравното поведение и формирането на здравословен стил на живот непременно изискват добро **познаване на мотивацията** за здравно поведение. Това особено важи за подрастващите и децата в училищна възраст. Затова изграждането на здравната култура трябва да започне още в най-ранна възраст, а стабилната мотивация за

позитивно здравно поведение трябва да се формира в детската и юношеската възраст, в училището, което освен професионалните знания е необходимо да дава и съвременна здравна информация на учениците. Неотменима задача на съвременното училище е да стане фактор на здравна култура и здравословен начин на живот.

В контекста на социалните отношения личностната, индивидуална здравна култура се проявява преди всичко в **отношението** на индивида към собствения му стил на живот. Това отношение може да бъде активно или пасивно, добре мотивирано или немотивирано, базирано на надеждна информираност или на случайни фактори, вредни навици, предразсъдъци и др. Редица анализи показват, че важен проблем на активната здравна култура са добрата лична информираност за рисковите фактори за здравето и мотивацията да се преодоляват разнообразните **поведенчески рискови фактори** (тютюнопушене, злоупотреба с алкохол, наркомании, нерационално хранене, хиподинамия, наднормено тегло, стрес и др.).

Освен здравната информираност важен елемент на здравната култура са здравните ценности, в които се отразяват представите и отношението на личността към здравето като етичен феномен, като личен и обществен дълг. Здравето не е само природен дар и физиологичен процес, то е лична и социална ценност, която сме длъжни за опазваме и развиваме. Именно този ценностен аспект на възприемане на здравето не само като право, но и като отговорност е базова визия за формирането на концепцията и стратегията на Световната здравна организация за промоция на здравето. Трябва да се подчертае, че реализирането на ефективна промоция на здравето е невъзможно без формиран ценностен елемент на здравната култура на отделната личност и на обществото като цяло.

Всичко това поражда нови перспективи и предизвикателства пред националната здравна система. Нужно е да се преодолее дисбалансът в развитието и реализирането на двата генерални сектора на здравната система – лечебния (клиничния) и превантивния (промоцията на здравето). Пред здравните професионалисти днес и в бъдеще стои задачата да бъдат не само лечители на болестите, но и здравни възпитатели на населението с приоритетна насоченост към младото поколение и в частност към учениците. Дълг на здравните професионалисти в партньорство с

педагозите е да стимулират процесите на формиране на позитивната здравна култура и на здравословния начин на живот във всичките му аспекти.

Обстойните експертни анализи показват, че независимо от напредъка в медицинските технологии, главният фактор на здравето на населението си остава стилът на живот, следван от факторите на околната среда. Ето защо все повече автори подчертават, че ще бъде неефективно всички усилия за здравно благополучие на населението да се ограничават с мерките за подобряване на медицинското обслужване. Нужно е **ангажиране** и на широката общественост с ново отношение към здравето и рисковите фактори за него.

Решаващата роля на стила на живот като фактор на здравето се потвърждава от факта, че в редица напреднали страни (Канада, Швеция, Великобритания и др.) определят развитието на промоцията на здравето като нов тип здравна политика, различна от традиционната, при която вниманието е насочено главно към болестта и лечението. Този нов тип здравна политика не се изчерпва с усилията на медицината и медицинските специалисти, а се основава и на широка обществена подкрепа.

Според Отавската харта промоцията на здравето е обществено движение, а не затворена професионална медицинска дейност. Тази концепция бе разширена и утвърдена на следващите международни форуми в областта на промоцията на здравето – международните конференции в Аделаида (Австралия), в Сундсвал (Швеция) и в Токио.

У нас концепцията за промоция на здравето получи популярност в началото на 90-те години на миналия век. В някои висши училища бяха въведени и академични учебни дисциплини по промоция на здравето. Това са предимно медицинските колежи и факултетите „Обществено здраве“.

От обект личността се превръща в субект на своето здраве. Ето защо в промоцията на здравето първостепенно значение се отдава на личната здравна мотивация за формирането на стабилен здравословен стил на живот. Очевидно промоцията на здравето не е чисто медицинска дейност в традиционен смисъл. В страни като Канада, Швеция, Великобритания тя е вече широко развито обществено движение. Крайната цел на промоцията на здравето е повишаване нивото на позитивното обществено здраве чрез създаването

на здравословен стил на живот, който е практическо отражение на високата здравна култура на населението.

Главен метод за повишаване здравната култура на населението е здравното възпитание. В тази насока е доказано, че най-ефективни са т.нар. комплексни програми за промоция на здравето.

Всяка **комплексна програма** за промоция на здравето решава три задачи, чиято ключова дума е „промяна”:

- Промяна в хората (населението): повишаване на здравната култура и формиране на здравословен стил на живот;
- Промяна в професионалистите (лекари, медицински сестри, педагози, журналисти, политици и др.): формиране на по-адекватно на общественото здраве професионално поведение;
- Промяна в жизнената среда: редуциране на рисковите фактори и развитие на саногенните фактори.

Практиката по промоция на здравето показва, че изолираните усилия на лекаря и медицинската сестра не са достатъчно ефективни.

Нужно е **широко професионално партньорство**, за да се създадат реални условия за съвременна здравна култура и здравословен стил на живот сред цялото население.

В рамките на комплексните програми трябва да координират и целенасочат усилията си представители на множество професии – преди всичко здравни професионалисти, педагози, социални работници, психолози, юристи, журналисти, политици и др. По този начин се преодолява тесният медико-технологичен подход при решаване на здравните проблеми на населението в неговата цялост.

Специфична и все по-нарастваща роля за повишаване на здравната култура играят **медиите**. Те са важен механизъм и фактор както на висока здравна информираност на широки слоеве от населението, така и за формирането на адекватни здравни ценности и ново отношение към личното и общественото здраве. Затова медиите трябва да бъдат постоянен партньор на здравните професионалисти в тяхната мисия като здравни възпитатели на населението.

Високата здравна култура е предпоставка и условие за формирането на здравословен стил на живот. Здравословният стил на живот е синтезиран израз на **позитивното лично и обществено отношение** към многообразните здравни проблеми. Без

подобно позитивно отношение не е възможно ефективно здравеопазване в съвременен смисъл. Ето защо обществото в лицето на неправителствените организации поема споделената отговорност за формирането на здравна политика, ориентирана към промоция на здравето.

Стилът на живот е най-добрият „регулатор“ на физиологичните и социалните процеси при човека. Само той може да противостои на пагубните последици от неблагоприятни жизнени събития. Най-често е обуславен от социалнозначимата, трудна и почти необратима патология, при приоритетното участие и с особен акцент на социално-биологичните детерминанти. Свидетели сме на тенденциозна демонстрираност и на глобална ендемия от дегенеративни усложнения, които илюстрират качествените и количествените различия в социалната същност и в генезата на тези т.нар. „**болести на цивилизацията**“. Фактите убедително насочват вниманието ни към важните проблеми на социално-здравното състояние на големия брой хора с диабет, исхемична болест на сърцето, наднормена телесна маса и други масови заболявания. Те доказват изключително голямото значение на социално-медицинската обвързаност и единство, на съвременните здравни грижи и възможности за адекватно поведение и адаптиране към промените не само в организма, но също и в семейната среда и особено сигнификантно в общественото поведение и отношение към здравните проблеми.

Тези съображения показват, че решаването на глобалните здравни проблеми на съвременното и на бъдещото човечество ще бъде невъзможно без приоритетна насоченост към проблема за повишаване здравната култура на обществото в неговата цялост.

Заклучение

Здравната култура е съвкупност от знания, ценности, нагласи, отношения, убеждения и поведение във връзка с възстановяването, опазването и укрепването на личното и общественото здраве.

За практически цели е полезно да различаваме два вида здравна култура: обективна (обществена) и субективна (личностна) здравна култура. Особено значение за дейността по опазване здравето на населението има субективната здравна култура, коя-

то включва личните потребности, информираност, интереси и мотиви за съответно здравно поведение.

Основни елементи и предпоставки на здравната култура са здравната информираност и здравната мотивация. Информираният индивид по правило има по-рационално и по-адекватно отношение към своето здраве и съответно по-адекватно здравно поведение.

Здравната култура е базов елемент на промоцията на здравето, която координира усилията на представители на множество партниращи си професии – преди всичко здравни професионалисти, педагози, социални работници, психолози, юристи, журналисти, политици и др.

Библиография

1. А с е н о в а , Р., Ж. Христов и Г. Иванов. Новите хоризонти на превантивната медицина в условията на общата медицинска практика. – Обща медицина, **8**, 2006, № 1, 7-10.
2. Б о р и с о в , В. Синтетична социална медицина. Второ издание, 2004, 140.
3. Б о р и с о в , В. и К. Шопова. Концепция за промоция на здраве – същност и развитие. – В: Ново обществено здравеопазване. София, изд. „Аква Графикс”, 1998, 54-58.
4. И в а н о в , Евг. Промоция на здравето в училищна възраст – медико-социални и медико-педагогически проблеми. 2014, 160.
5. К о л е в а , Н. Здравословният начин на живот на учениците и превенцията на девиантното поведение. – В: сб. Превенция на девиантно поведение на децата, София, УИ „Св. Климент Охридски”, 2003, 65-88.
6. М л а д е н о в а , С. Здравно образование. София, изд. „Артик 2001”, 2009.
7. М л а д е н о в а С. Здравни знания, навици и възгледи на учениците от V до VIII клас. – Сестринско дело, 2008, № 1, 20-22.
8. М л а д е н о в а , С. Учителите за необходимостта от здравно образование в българското училище. – В: сб. Предизвикателствата на съвременното и качество на образованието. Шумен, изд. „Фабер”, 2007, 75-81.
9. Н а ц и о н а л н а здравна стратегия 2014-2020. МЗ.
10. С т а м б о л о в а , Ив. Здравна промоция още в детската градина. – Сестринско дело, 2003, № 1, 24-28.
11. Т е р з и е в а , Г. Здравната култура на учениците в ранна училищна възраст. – Управление и образование, 2010, 4, 327-337.

✉ *Адрес за кореспонденция:*
Евгени Иванов, дм, асистент
ФОЗ – София
e-mail: evgeniivanov_@hotmail.com