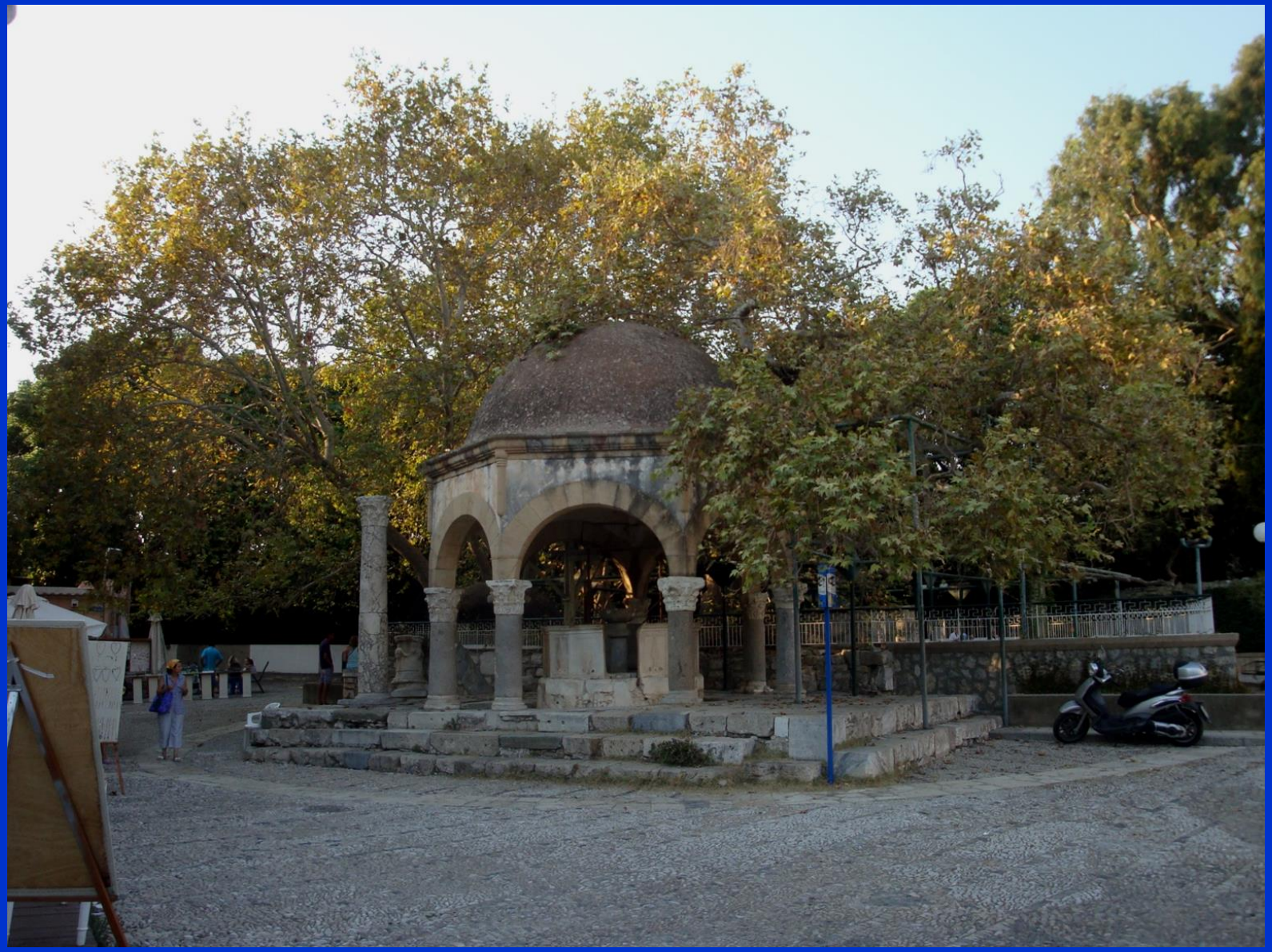
doc. RNDr. Petr Anděl, CSc.

Výchova ke zdraví a biologie dítěte

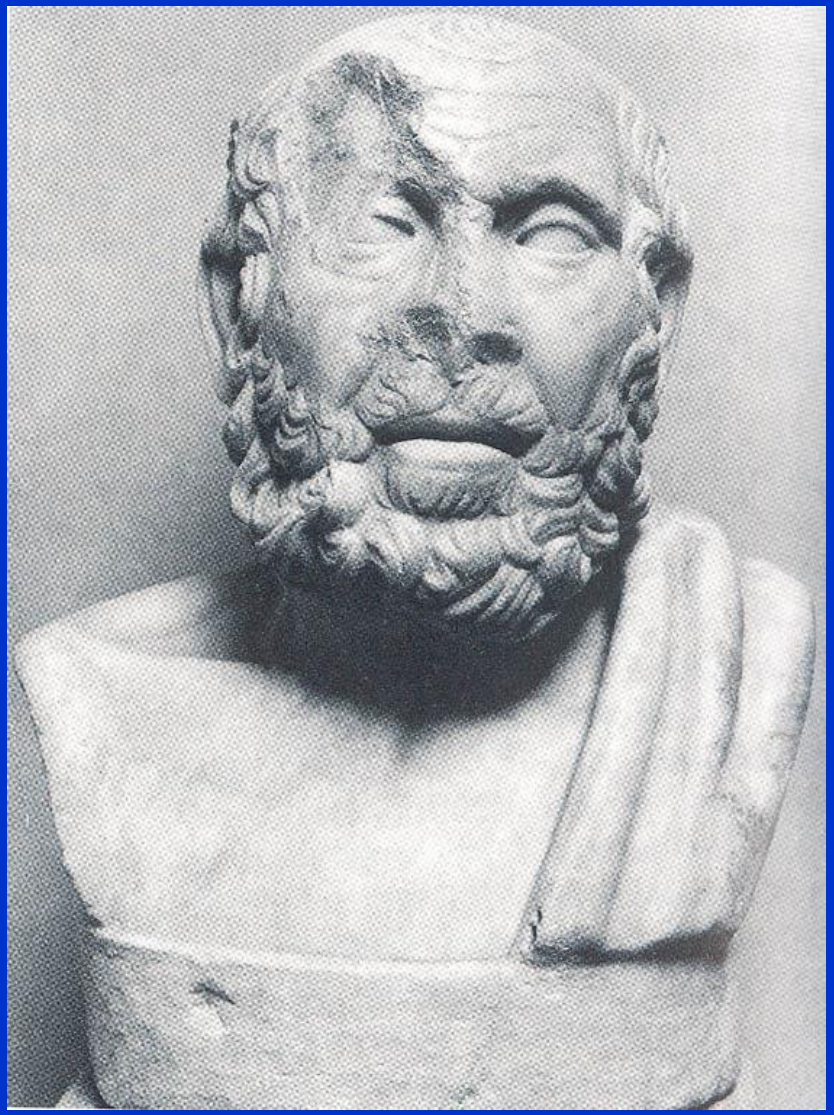
Technická univerzita v Liberci
Fakulta přírodovědně humanitní a pedagogická

Hippokrates

Řecko, ostrov Kos, město Kos



Hippokrates (asi 460 – 370 př.n.l.)



Řecko, ostrov Kos, Asklepion

Řecko, ostrov Kos, Asklepion

Hippokratova přísaha

„Slibuji, že veškeré lékařské úkony budu konat v zájmu a ve prospěch nemocného, podle svých schopností a svého úsudku. Vystříhám se všeho, co by bylo ke škodě a co by nebylo správné…..“

1.
ÚVOD

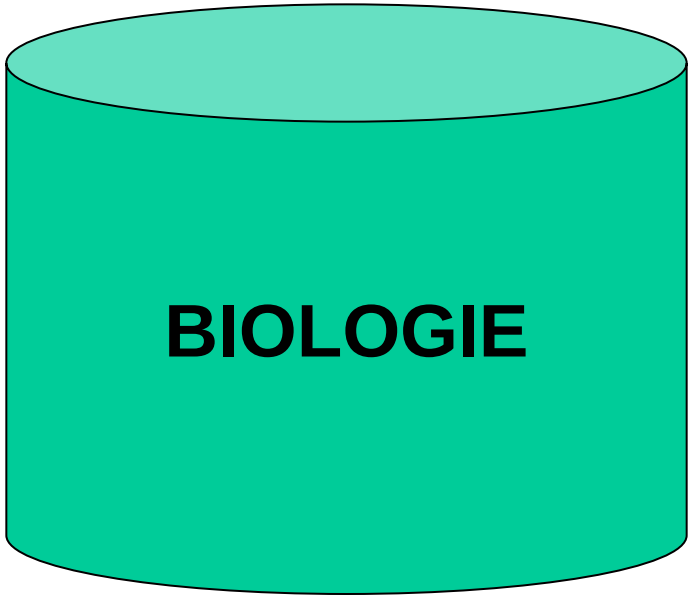
1. Úvod

Vymezení předmětu

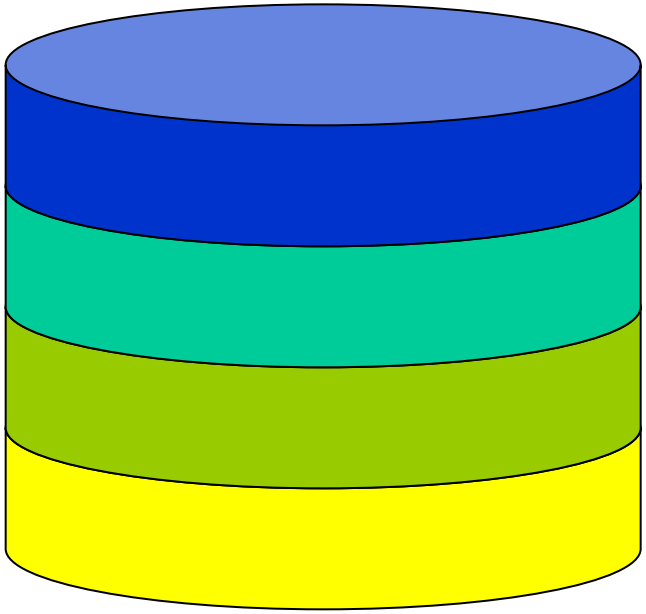
BIOLOGIE
JAKO VĚDNÍ OBOR

ROZDĚLENÍ BIOLOGIE

„biologický dort“



ROZDĚLENÍ BIOLOGIE

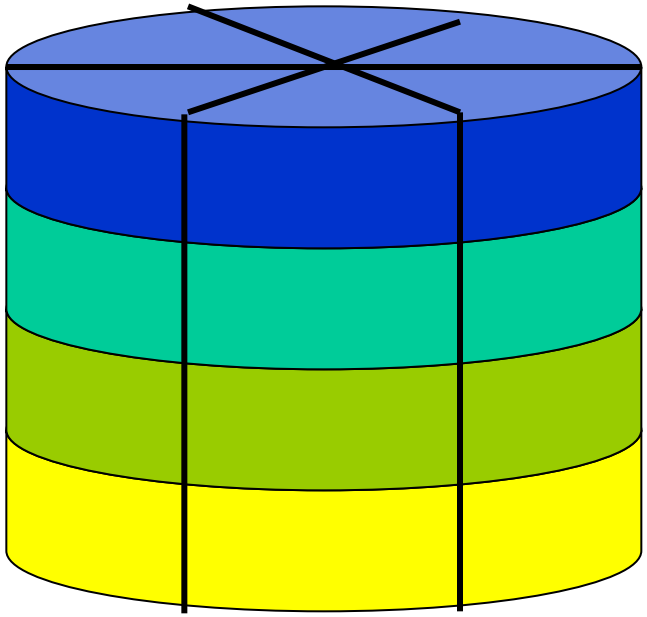


OBECNÉ DISCIPLÍNY

- anatomie – stavba
- fyziologie – funkce
- ekologie – vnější vztahy
- etologie - chování

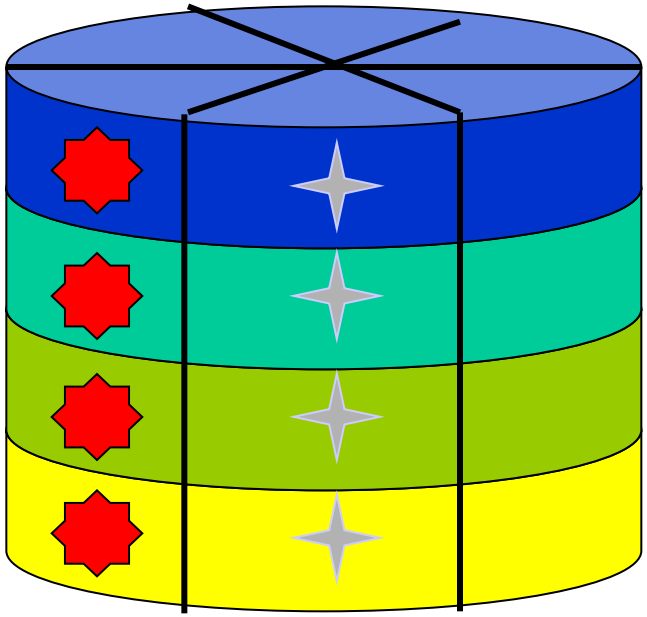
ROZDĚLENÍ BIOLOGIE

TAXONOMICKÉ TŘÍDĚNÍ



ROZDĚLENÍ BIOLOGIE

TAXONOMICKÉ TŘÍDĚNÍ



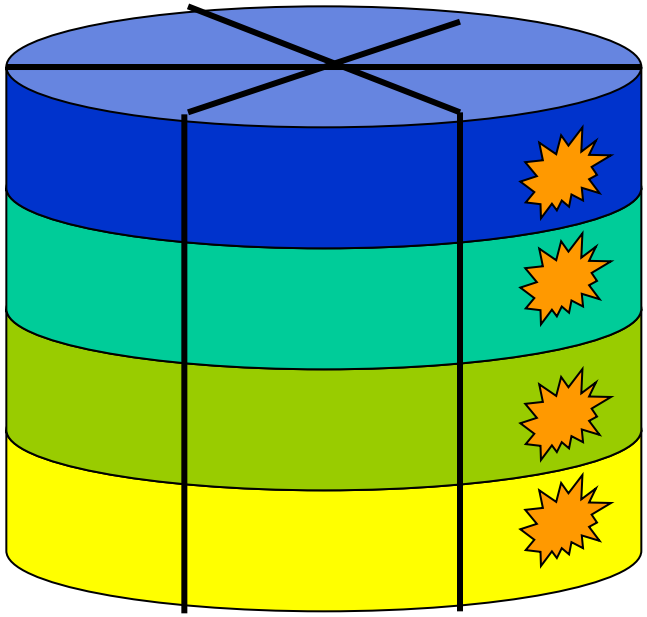
- anatomie
- fyziologie
- ekologie
- etologie

např.: rostliny – botanika

ptáci - ornitologie

ROZDĚLENÍ BIOLOGIE

TAXONOMICKÉ TŘÍDĚNÍ



- anatomie
- fyziologie
- ekologie
- etologie

ČLOVĚKA

NAUKA O ČLOVĚKU = ANTROPOLOGIE

1. Úvod

Obecné zásady první pomoci

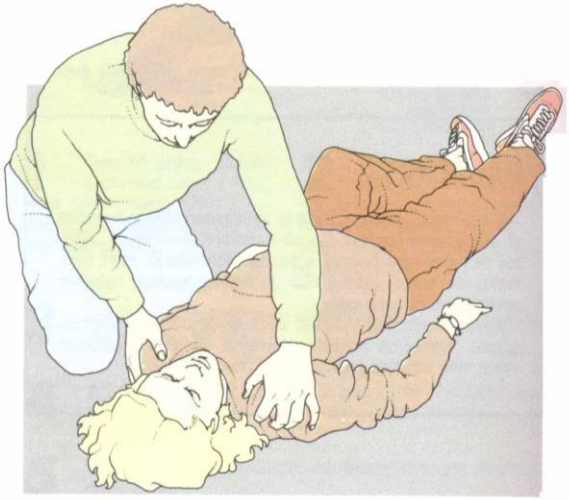
Obecné zásady

OBECNÉ ZÁSADY

1. Prevence
2. Předběžná opatrnost
3. Odborné ošetření
4. Ihned řešit stavy ohrožující život:
   - zástava dýchání
   - zástava srdeční činnosti
   - bezvědomí
   - silné krvácení
5. Při méně vážných stavech: „méně je někdy více“
6. Poskytování první pomoci nesmí ohrozit ostatní

Stavy ohrožující život

BEZVĚDOMÍ



- šetrně zatřást postiženým za ramena
- nahlas se ho zeptat, zda je v pořádku
- nechat mu 5 - 10 s na odpověď
- když neodpovídá, zjistit zda dýchá
- pokud nedýchá, uvolnit dýchací cesty
- vyčistit dýchací cesty
- popř. zahájit dýchání z úst do úst nebo nepřímou srdeční masáž

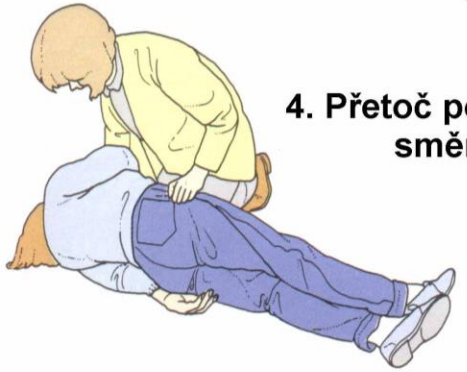
- prohlédnout zraněného a ošetřit každé zranění
- podívat se po jakémkoliv upozornění na nějakou chorobu (legitimace diabetika..)
- pokud postižený dýchá normálně, uložit ho do stabilizované polohy
- vyčkat příjezdu sanitky
- sledovat krevní oběh, dýchání atd.

STABILIZOVANÁ POLOHA

1. Otoč hlavu postiženého k sobě a lehce ji zakloň, aby se uvolnily dýchací cesty.

2. Bližší paži polož podél těla. Dlaň podsuň pod hýždi.

3. Vzdálenější paži přelož přes hrudník a dolní končetiny přes sebe.



4. Přetoč postiženého na bok směrem k sobě.

5. Ohni horní paži a nohu tak, aby zabraňovaly otočení zraněného na obličej. Uprav polohu hlavy do záklonu a podepři ji ohnutou rukou postiženého.

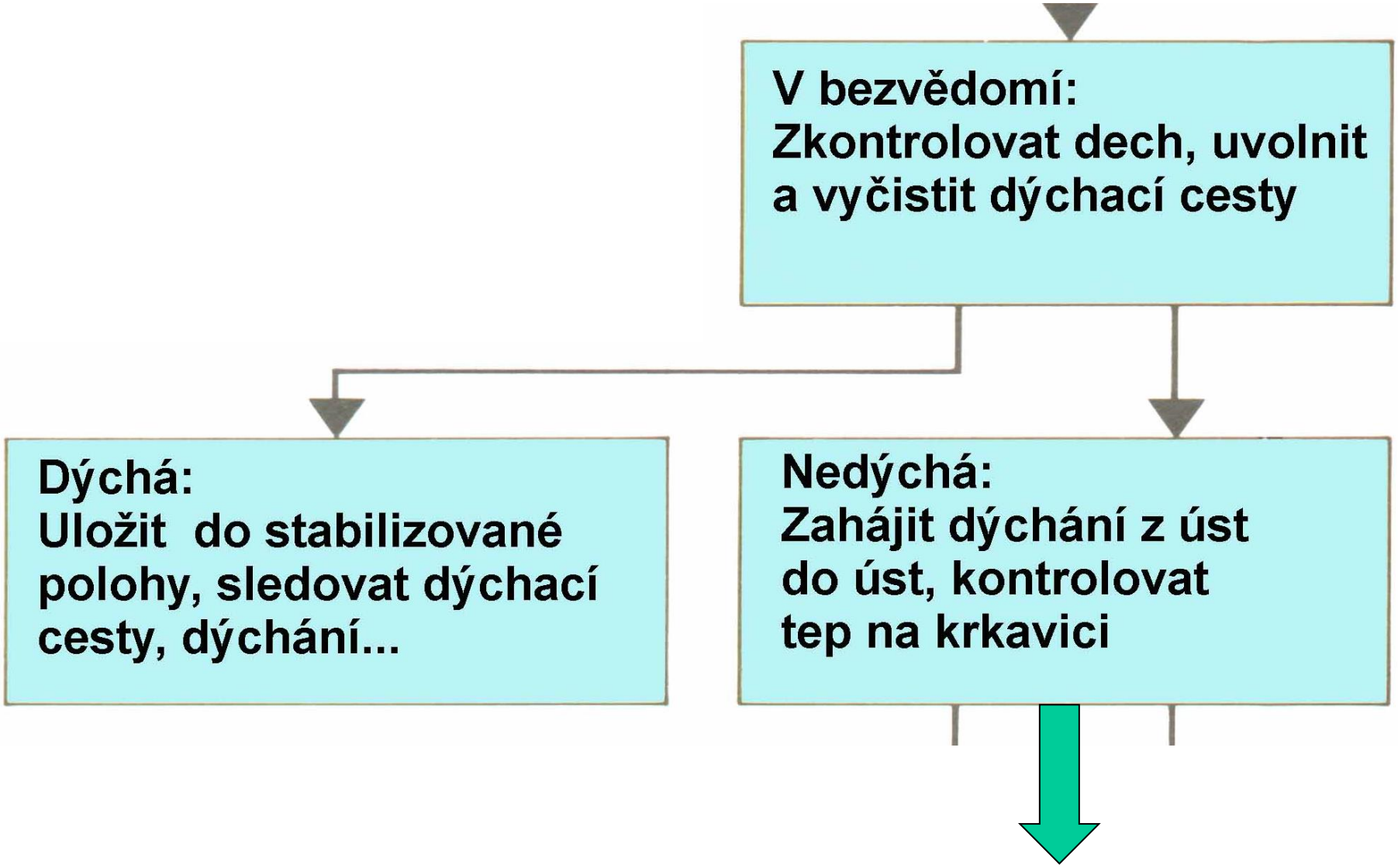
SOUHRN - 1

Mdloby:
Zatřást šetrně rameny postiženého a oslovit ho

Při vědomí:
Uložit postiženého, co nejpohodlněji,pozorovat dýchání a krevní oběh

V bezvědomí:
Zkontrolovat dech, uvolnit a vyčistit dýchací cesty

SOUHRN - 2


V bezvědomí:
Zkontrolovat dech, uvolnit a vyčistit dýchací cesty
Dýchá:
Uložit do stabilizované polohy, sledovat dýchací cesty, dýchání...
Nedýchá:
Zahájit dýchání z úst do úst, kontrolovat tep na krkavici

SOUHRN - 3

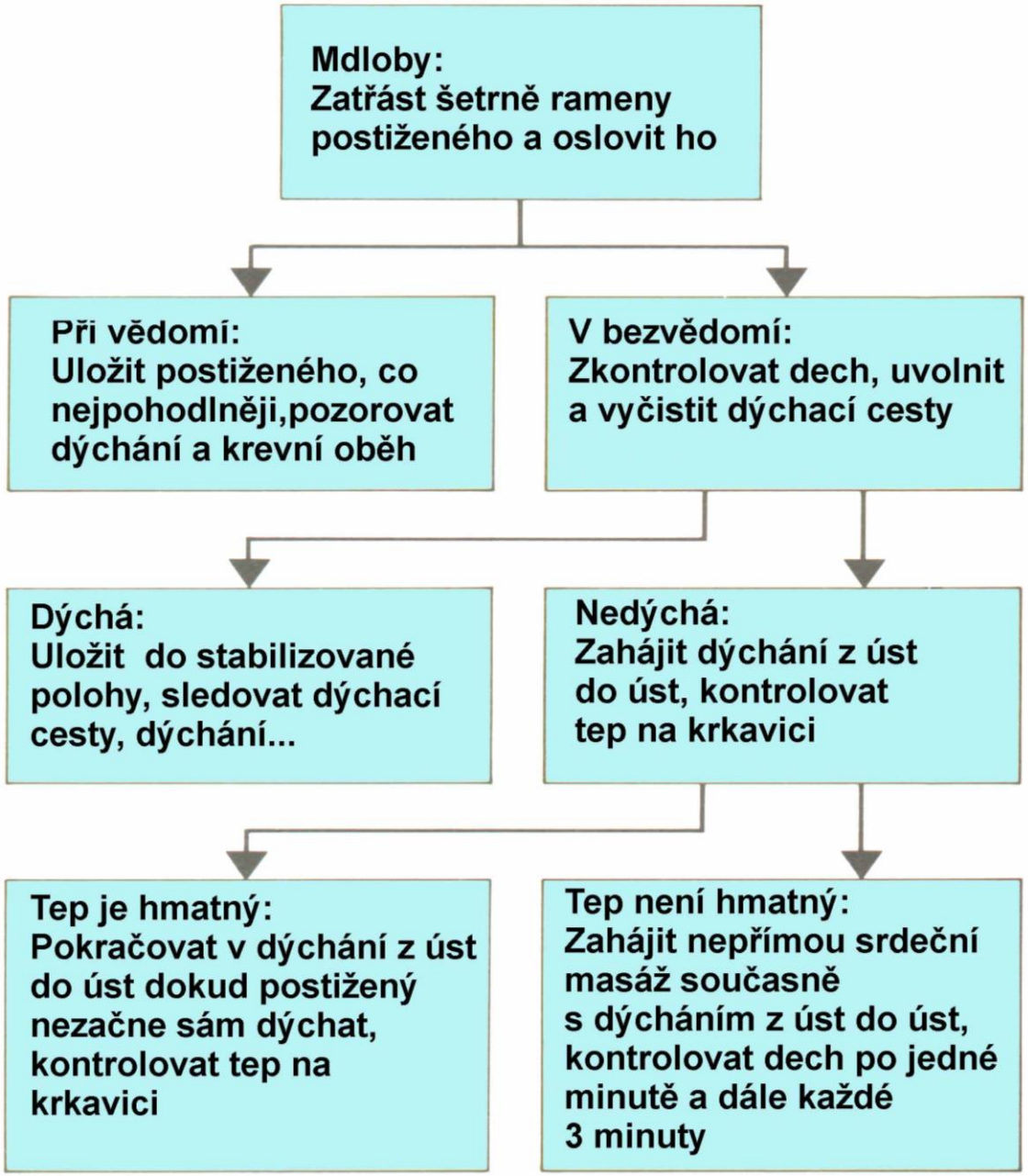
Nedýchá:
Zahájit dýchání z úst do úst, kontrolovat tep na krkavici

Tep je hmatný:
Pokračovat v dýchání z úst do úst dokud postižený nezačne sám dýchat, kontrolovat tep na krkavici

Tep není hmatný:
Zahájit nepřímou srdeční masáž současně s dýcháním z úst do úst, kontrolovat dech po jedné minutě a dále každé 3 minuty

SOUHRN - 4

1. vědomí
2. dýchání
3. tep



Právní aspekty

POVINNOST POSKYTOVAT PRVNÍ POMOC

zákon č. 140/1961 Sb. (trestní zákon)

§ 207

(1) Kdo osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví, neposkytne potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok.

POVINNOST POSKYTOVAT PRVNÍ POMOC

zákon č. 140/1961 Sb. (trestní zákon)

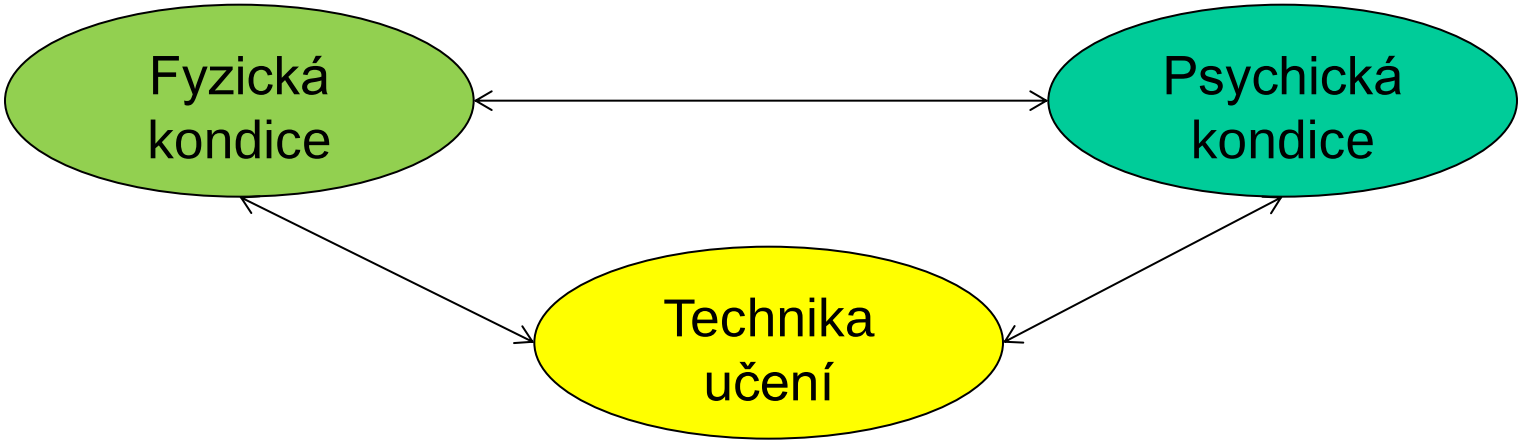
§ 208

Řidič dopravního prostředku, který po dopravní nehodě, na níž měl účast, neposkytne osobě, která při nehodě utrpěla újmu na zdraví, potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody až na tři léta nebo zákazem činnosti.

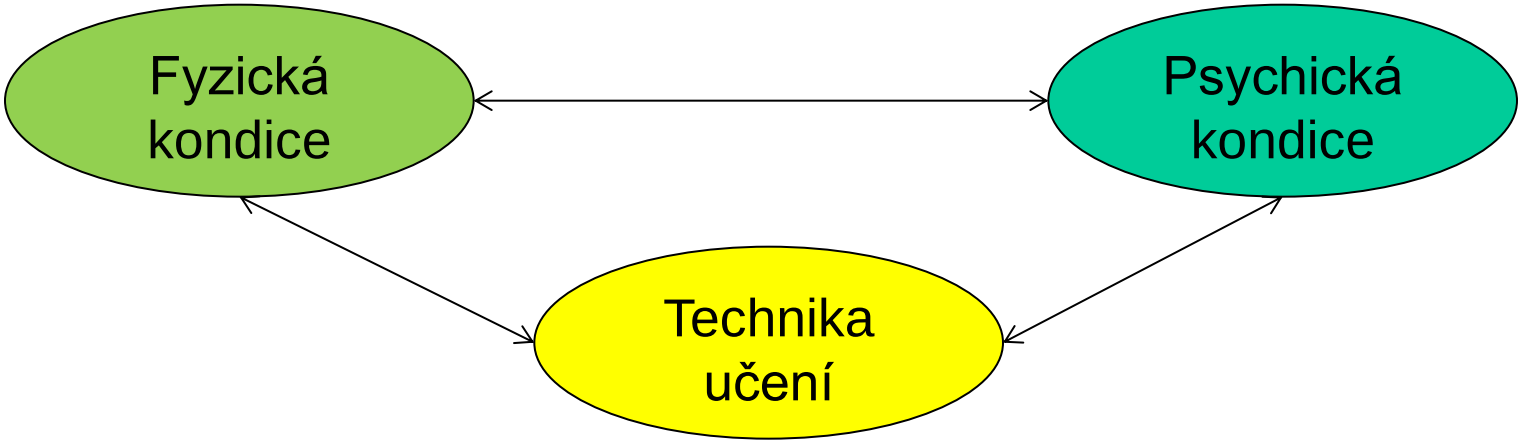
1. Úvod

Jak se správně učit?

Základní pravidla

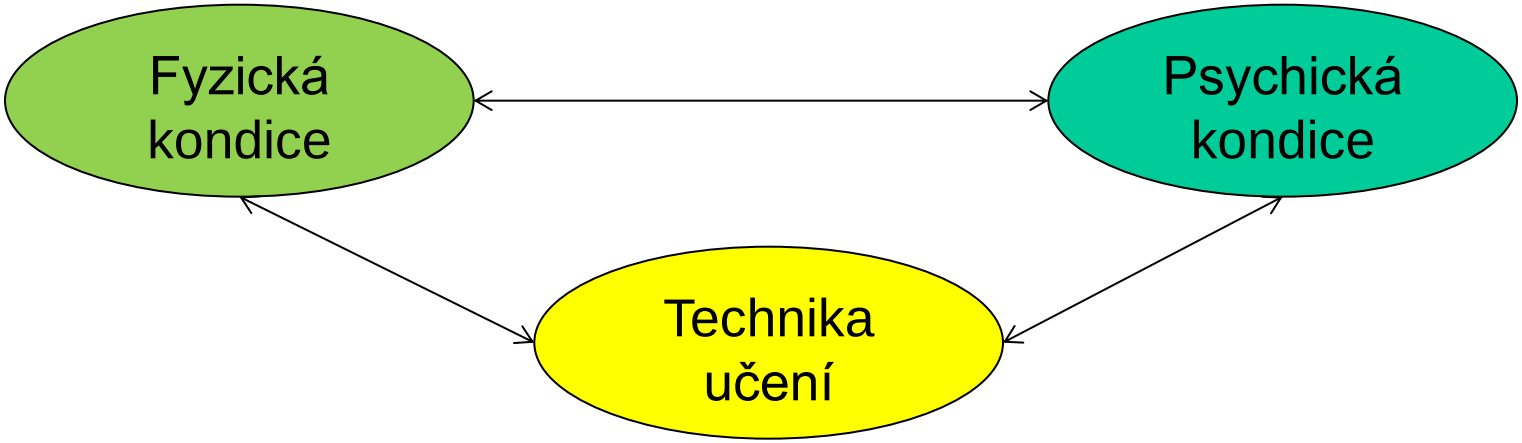


Základní pravidla



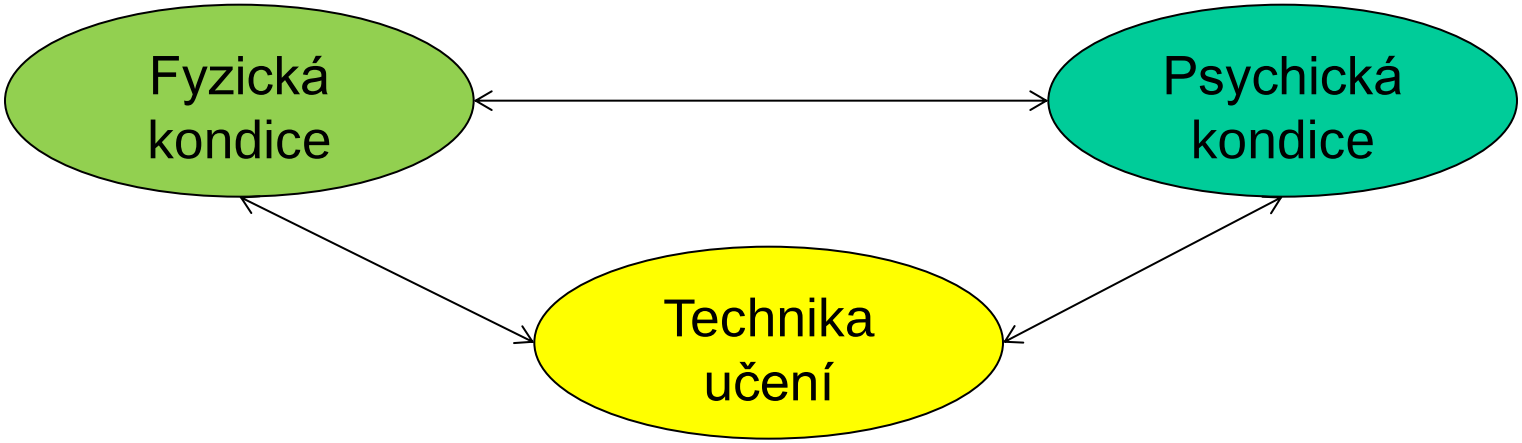
1. Pozitivní motivace

Základní pravidla



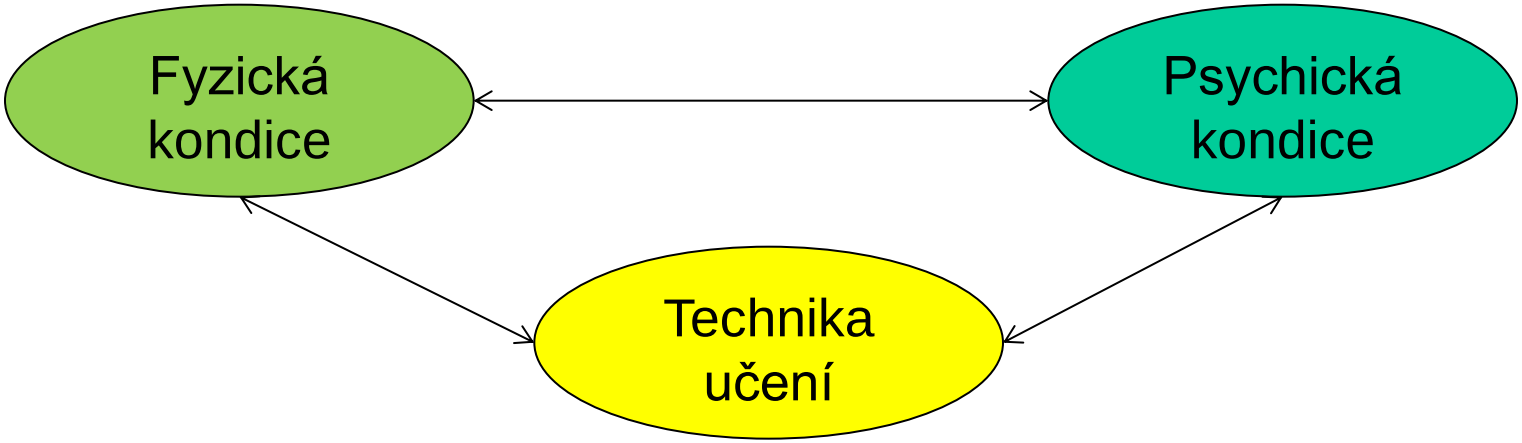
1. Pozitivní motivace
2. Méně je více – odlišení podstatného od ostatního

Základní pravidla



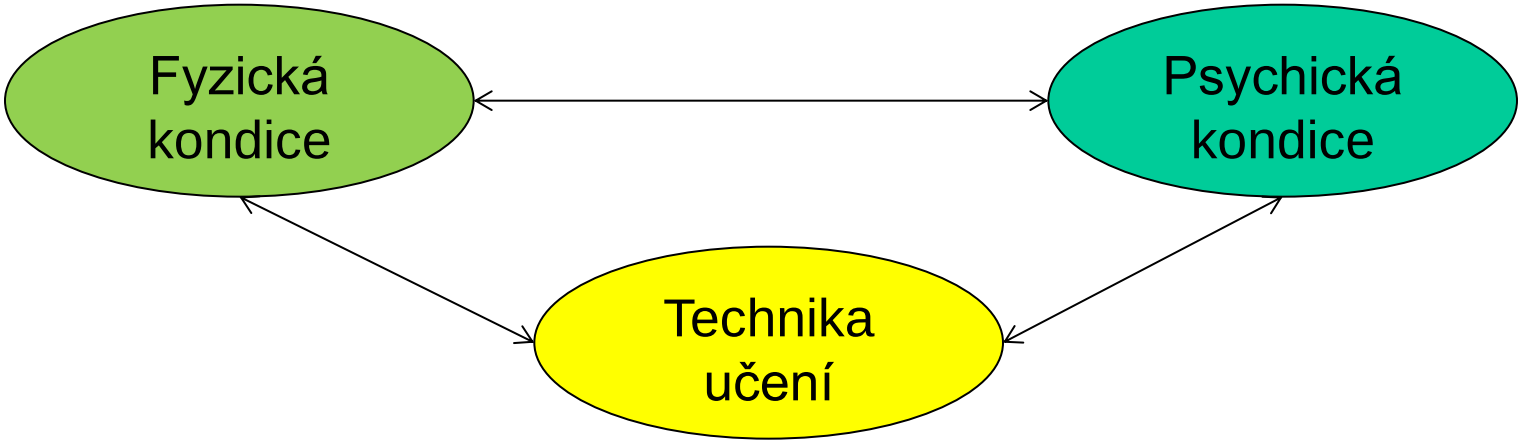
1. Pozitivní motivace
2. Méně je více – odlišení podstatného od ostatního
3. Promýšlet – logické struktury

Základní pravidla



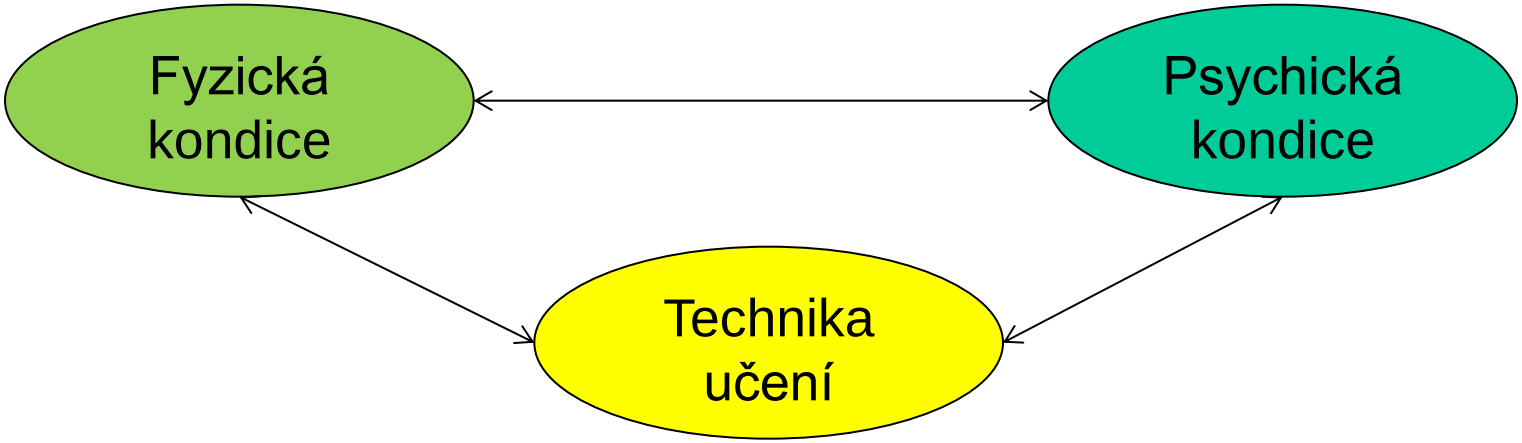
1. Pozitivní motivace
2. Méně je více – odlišení podstatného od ostatního
3. Promýšlet – logické struktury
4. Síť poznatků – asociace, mezipředmětové vztahy

Základní pravidla



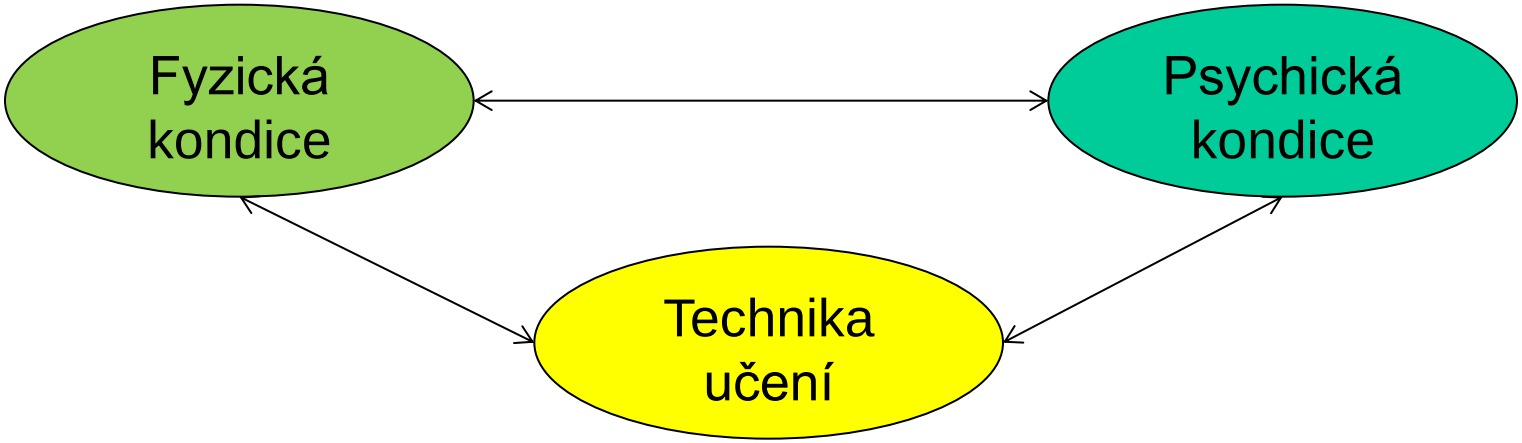
1. Pozitivní motivace
2. Méně je více – odlišení podstatného od ostatního
3. Promýšlet – logické struktury
4. Síť poznatků – asociace, mezipředmětové vztahy
5. Lépe krátce a intenzivně než dlouho a neefektivně

Základní pravidla



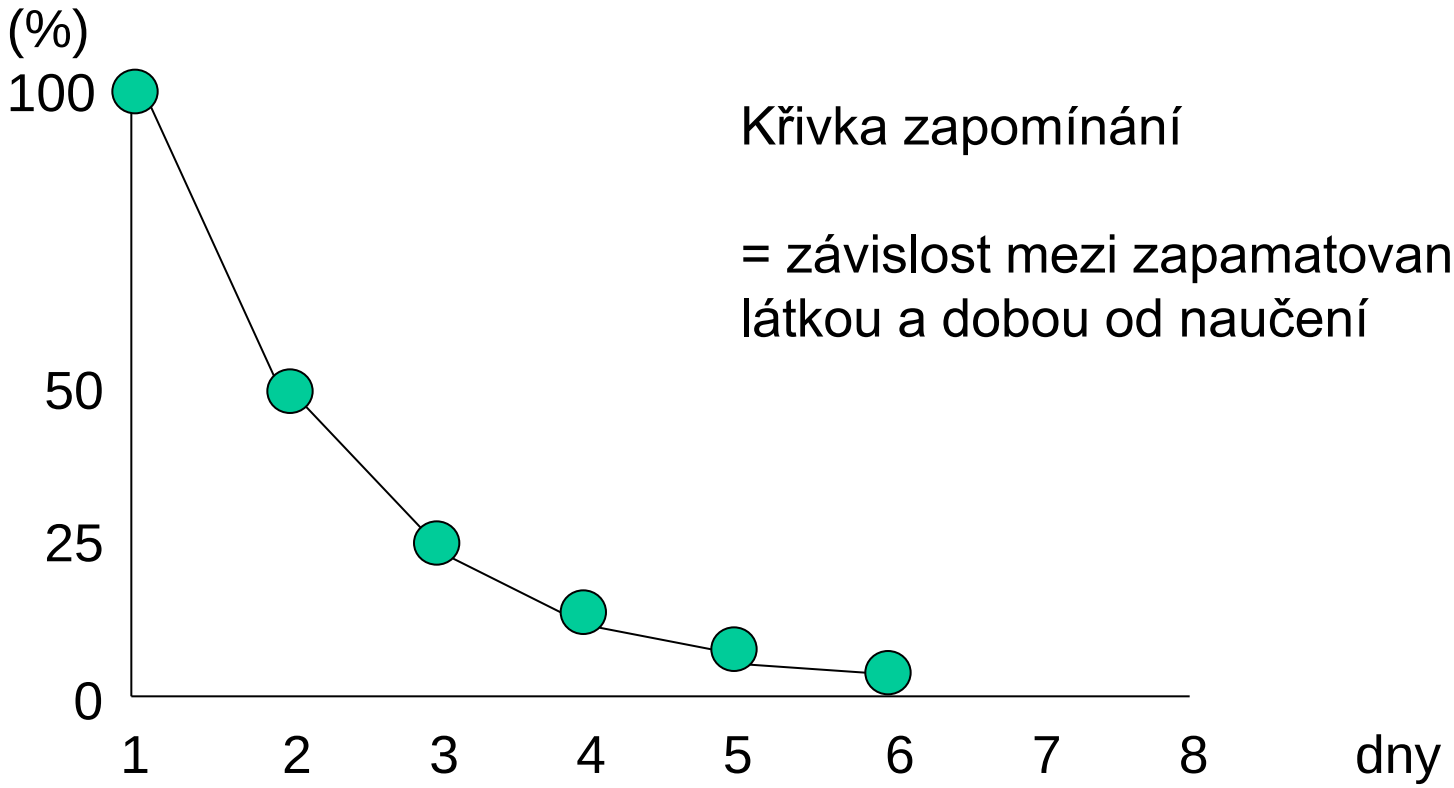
1. Pozitivní motivace
2. Méně je více – odlišení podstatného od ostatního
3. Promýšlet – logické struktury
4. Síť poznatků – asociace, mezipředmětové vztahy
5. Lépe krátce a intenzivně než dlouho a neefektivně
6. Vlastní výpisy – práce s textem

Základní pravidla



1. Pozitivní motivace
2. Méně je více – odlišení podstatného od ostatního
3. Promýšlet – logické struktury
4. Síť poznatků – asociace, mezipředmětové vztahy
5. Lépe krátce a intenzivně než dlouho a neefektivně
6. Vlastní výpisy – práce s textem
7. Opakování – respektovat křivku zapomínání

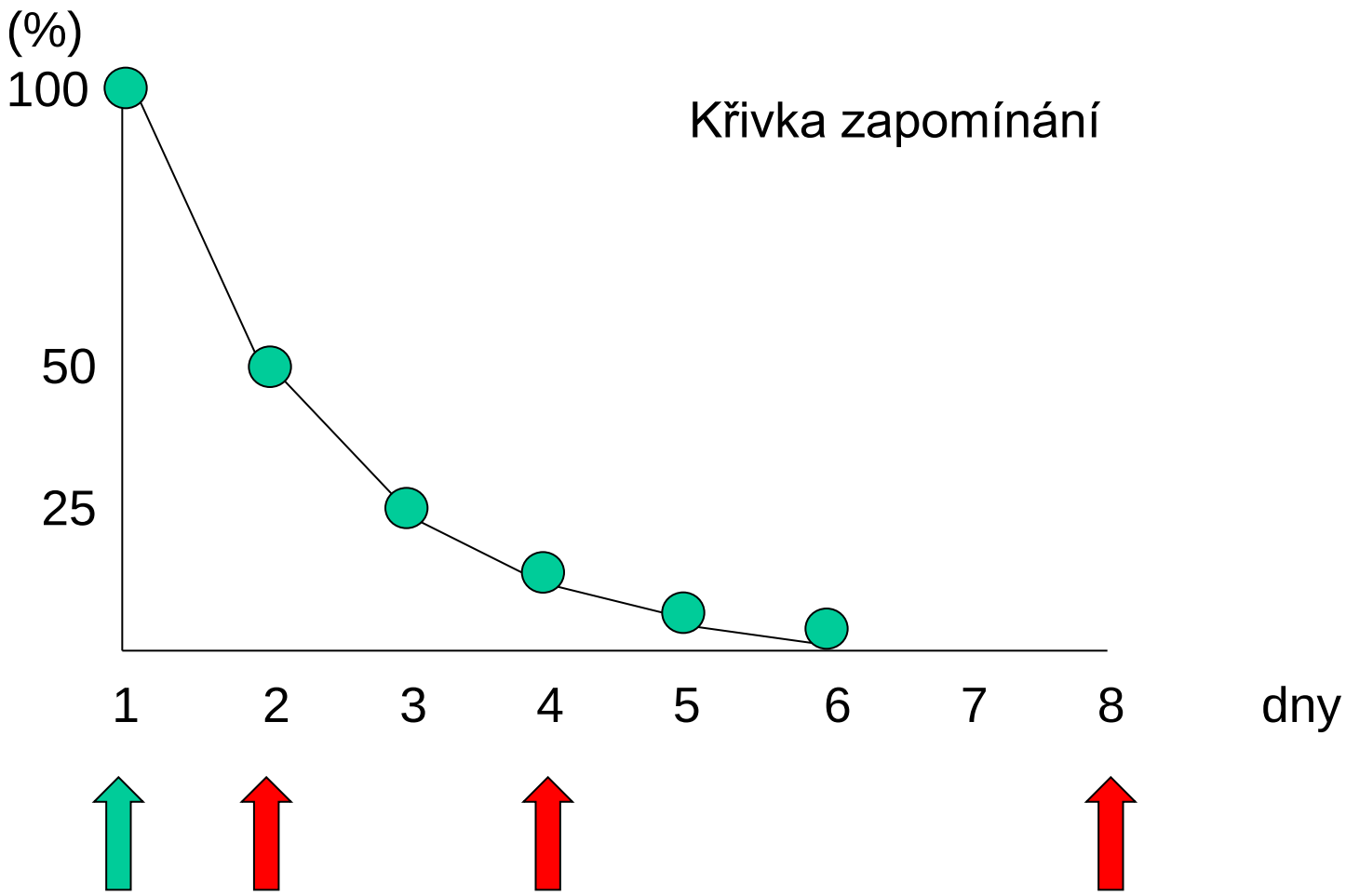
Základní pravidla



Křivka zapomínání

= závislost mezi zapamatovanou látkou a dobou od naučení

Základní pravidla



Doporučené opakování:
druhý, čtvrtý a osmý den po prvním naučení

2.
ZDRAVÍ

2. ZDRAVÍ

Definice a význam zdraví

SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE

- WHO – World Health Organisation
- Je jednou ze specializovaných organizací OSN (organizace spojených národů)
- Založena 7. dubna 1948 - slaví se jako Světový den zdraví

DEFINICE ZDRAVÍ

Definice podle WHO

„Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a nikoliv pouze nepřítomnost nemoci“

DEFINICE ZDRAVÍ

Definice podle WHO

„Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a nikoliv pouze nepřítomnost nemoci“

Definice zdůrazňuje tři dimenze zdraví:

- Tělesná – „nepřítomnost nemoci“
- Duševní – velmi široký a variabilní pojem, důraz subjektivní pocit pohody
- Sociální – schopnost plnit určitou sociální roli

DEFINICE ZDRAVÍ

Definice podle WHO

„Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a nikoliv pouze nepřítomnost nemoci“

Definice zdůrazňuje tři dimenze zdraví:

- Tělesná – „nepřítomnost nemoci“
- Duševní – velmi široký a variabilní pojem, důraz subjektivní pocit pohody
- Sociální – schopnost plnit určitou sociální roli

Podoba zdraví je u každého člověka jedinečná a relativní

DEFINICE ZDRAVÍ

Definice podle WHO

„Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a nikoliv pouze nepřítomnost nemoci“

Definice zdůrazňuje tři dimenze zdraví:

- Tělesná – „nepřítomnost nemoci“
- Duševní – velmi široký a variabilní pojem, důraz subjektivní pocit pohody
- Sociální – schopnost plnit určitou sociální roli

Podoba zdraví je u každého člověka jedinečná a relativní

Povinnost učitele – usilovat o komplexní zdraví žáků.

DETERMINANTY ZDRAVÍ

Zdraví je ovlivněno celou řadou faktorů

A. Vnitřní faktory – genetická dispozice

DETERMINANTY ZDRAVÍ

Zdraví je ovlivněno celou řadou faktorů

A. Vnitřní faktory – genetická dispozice

B. Vnější faktory:
   - životní styl
   - kvalita životního a pracovního prostředí
   - úroveň zdravotnictví a zdravotní péče

DETERMINANTY ZDRAVÍ

Zdraví je ovlivněno celou řadou faktorů

A. Vnitřní faktory – genetická dispozice

B. Vnější faktory:
   - životní styl
   - kvalita životního a pracovního prostředí
   - úroveň zdravotnictví a zdravotní péče

   Ze všech vnějších faktorů má největší vliv – životní styl.

   Výchova ke zdravému životnímu stylu a odpovědnosti za vlastní zdraví musí být součástí školní výchovy již od 1. stupně ZŠ

Konec kapitoly.