

Определения термина «здоровье»

1. По определению ВОЗ (Всемирной Организации Здравоохранения) **«здоровье - это состояние полного физического, психического, социального и духовного благополучия, а не просто отсутствие болезней и физических дефектов»**. (Преамбула к Уставу (Конституции) Всемирной организации здравоохранения).

- ✓ **Физическое здоровье** - это полное физическое благополучие, спокойное и счастливое, без каких-либо нарушений течение дел, жизни.
- ✓ **Психическое здоровье** - это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия человека и эффективного функционирования сообщества.
- ✓ **Социальное здоровье** - это способность жить и общаться с другими людьми в нашем мире. Наша способность создавать и поддерживать положительные отношения с семьей, друзьями и коллегами.
- ✓ **Духовное здоровье** - это свободная, гармоничная и практическая взаимосвязь знаний, религий, традиций и истории своего народа в себе.

2. Также, по мнению ВОЗ, в медико-санитарной статистике под здоровьем на **индивидуальном** уровне понимается отсутствие выявленных расстройств и заболеваний, а на **популяционном** – процесс снижения уровня смертности, заболеваемости и инвалидности.

3. **П. И. Калью** в своей работе рассмотрел 79 определений здоровья, сформулированных в разных странах мира, в различное время и представителями различных научных дисциплин. (Калью П.И. *Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация.* – М., 1988). Среди определений встречаются следующие:

- здоровье – нормальная функция организма на всех уровнях его организации, нормальный ход биологических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и воспроизводству;
- динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой;
- участие в социальной деятельности и общественно полезном труде, способность к полноценному выполнению основных социальных функций;
- отсутствие болезни, болезненных состояний и изменений;
- способность организма приспосабливаться к постоянно изменяющимся условиям внешней среды.

4. **Виктор Франкл** называет важнейшим фактором душевного здоровья **наличие у человека системы ценностей**. (*Душевное здоровье и культура // Психология здоровья / под редакцией Г.С. Никифорова.* – СПб.: Питер, 2003. – С. 211. – 607 с. – (Учебник для вузов)).