

MUNI
MED

Koncepce zdraví a nemoci

Charakteristika zdraví podle WHO – 1946

*„Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody
a nejen nepřítomnost nemoci nebo vady“*

Charakteristika zdraví podle WHO - 1984

*„Zdraví je stav, který na jedné straně umožňuje jednotlivcům i skupinám lidí **poznat vlastní cíle a uspokojovat potřeby** a na druhé straně **reagovat na změny a vyrovnávat se se svým prostředím.***

Zdraví je chápáno jako zdroj každodenního života a ne jako cíl života. Jde o pozitivní koncepci, která zahrnuje společenské a osobní zdroje, stejně jako fyzické možnosti“

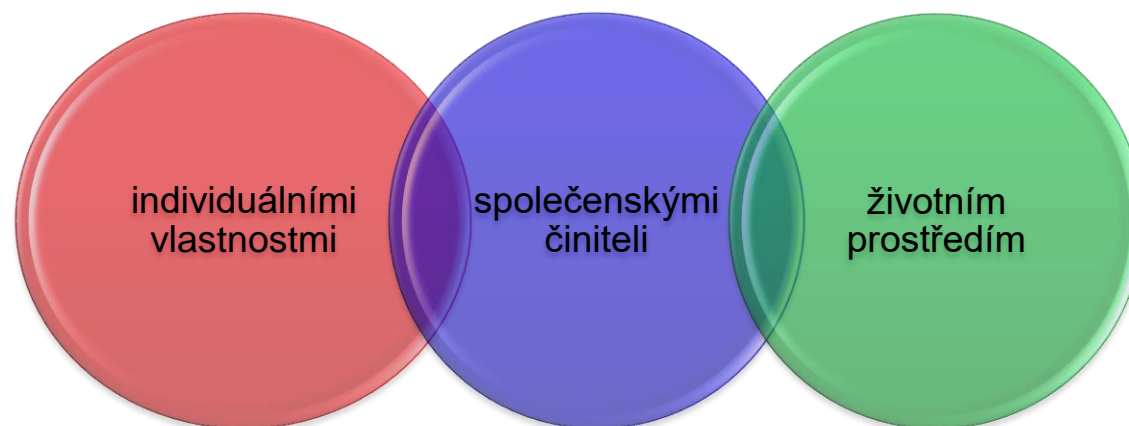
Zdraví a společnost

úroveň zdraví je dána:

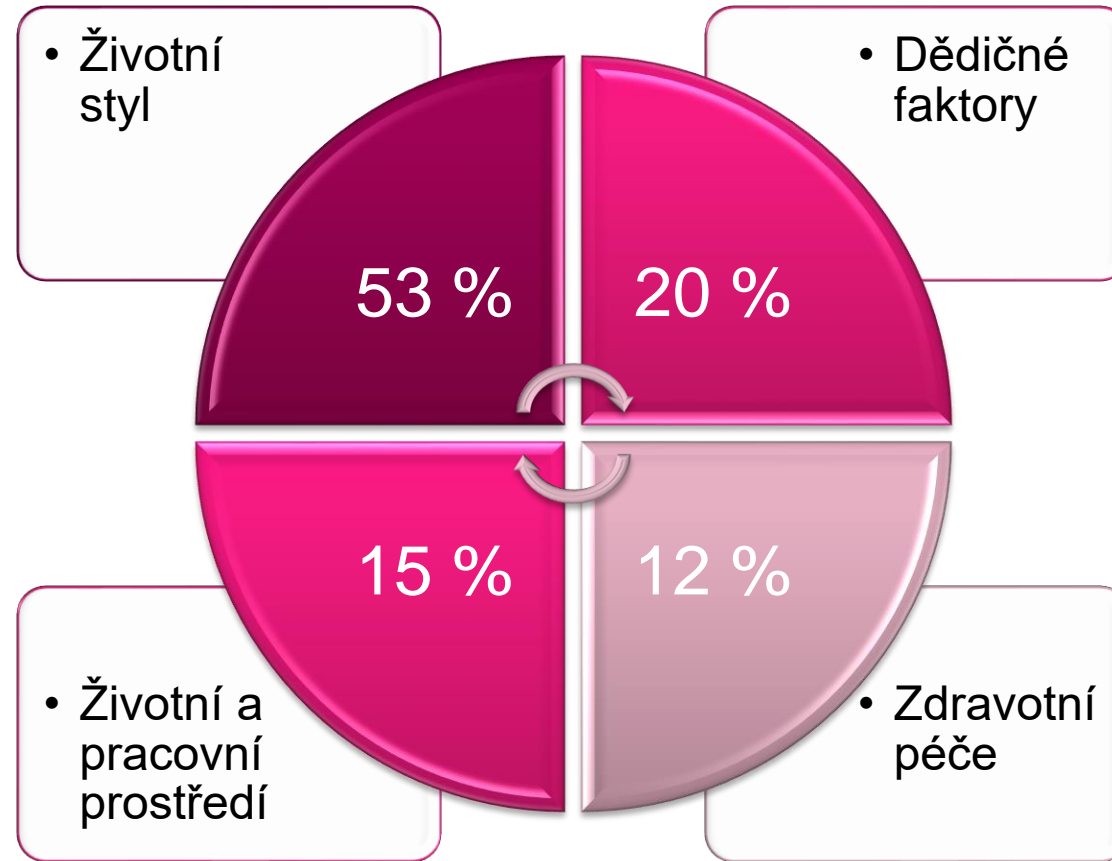
- prosperitou společnosti
 - ekonomickou
 - politickou
 - humanitní
- } vospělostí



determinována 3 faktory:



Zdravotní stav – determinanty



Zdravý způsob života/životní styl

- *jsou činnosti zaměřené na porozumění:*
 - zdravotního stavu,
 - udržení optimálního zdraví,
 - prevence nemocí a úrazů,
 - dosažení maximálního fyzického a psychického potenciálu
- *chrání před chorobami a poskytuje možnost jejich včasného odhalení*



Faktory ovlivňující vnímání zdraví

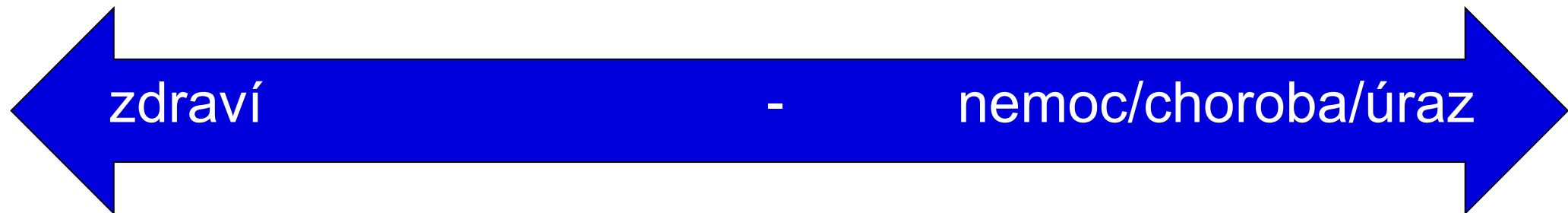
- věk – vývojový stav, pohlaví
- vzdělání
- žebříček hodnot, očekávání od sebe samého
- výchova
- předcházející skutečnosti
- společenské a kulturní vlivy
- další ...

Modely zdraví

- klinický
- ekologický
- hraní rolí
- adaptační
- eudemonistický
- holistický

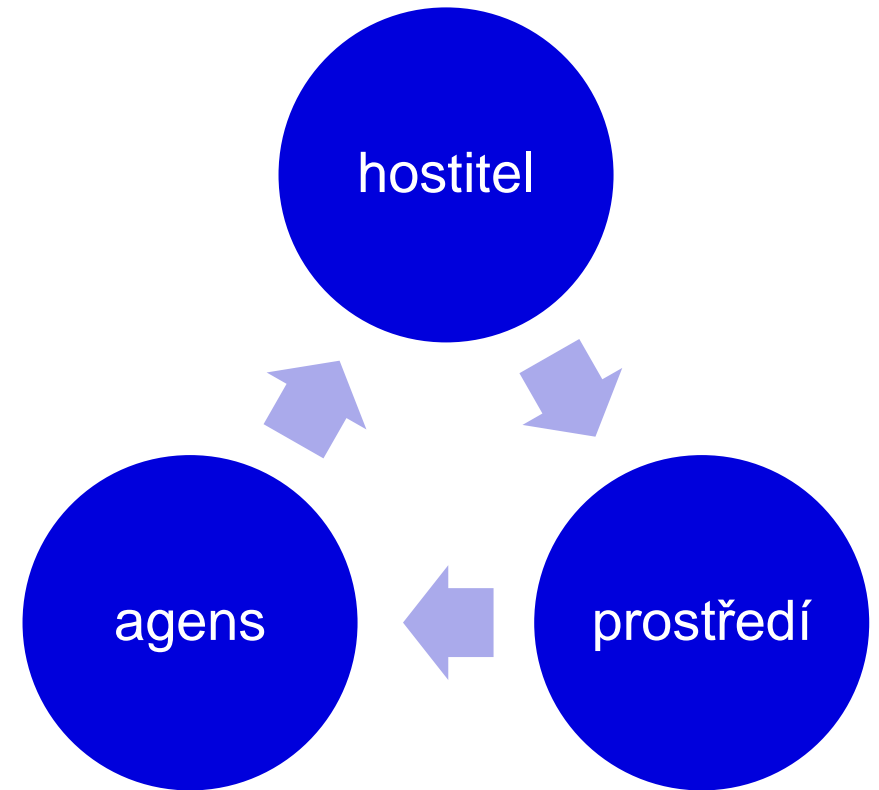
Klinický model zdraví

- zdraví jako nepřítomnost znaků a symptomů choroby nebo úrazu
- používají ho lékaři:
 - aktivity směřují na úlevu od symptomů nemoci, zbavení bolesti a následků nemoci
 - pokud se symptomy již nevyskytují, lékař to chápe jako návrat jedince do stavu zdraví



Ekologický model zdraví

- založen na vztahu lidí a prostředí;
- má 3 interaktivní prvky:
 - *hostitel* – osoba či skupina, která může být vystavená riziku nemoci
 - *agens* – faktory prostředí, které mohou svou přítomností vyvolat nemoc
 - *prostředí* (vnější nebo vnitřní) – může predisponovat osobu k vývoji choroby



Zdraví je neustále měnící se stav

Model hraní rolí

- schopnost jedince plnit své společenské úlohy (tj. vykonávat svoji práci)
- *„zdraví jsou ti, kteří mohou plnit své úlohy (i když jsou klinicky nemocní)“*
- model předpokládá, že choroba je neschopnost vykonávat svoji práci
- jedinec neplní pouze jednu roli (pracovní), ale několik matka, student ... a ty může jedinec považovat za důležitější než je role pracovní

Adaptační model zdraví

- založený na adaptaci „Zdraví = tvořivý proces“
- jedinci se aktivně a soustavně adaptují na své prostředí (choroba = selhání adaptace)
- cílem léčby je navrátit jedinci schopnost adaptace

Definice zdraví Marray, Zentner, 1985:

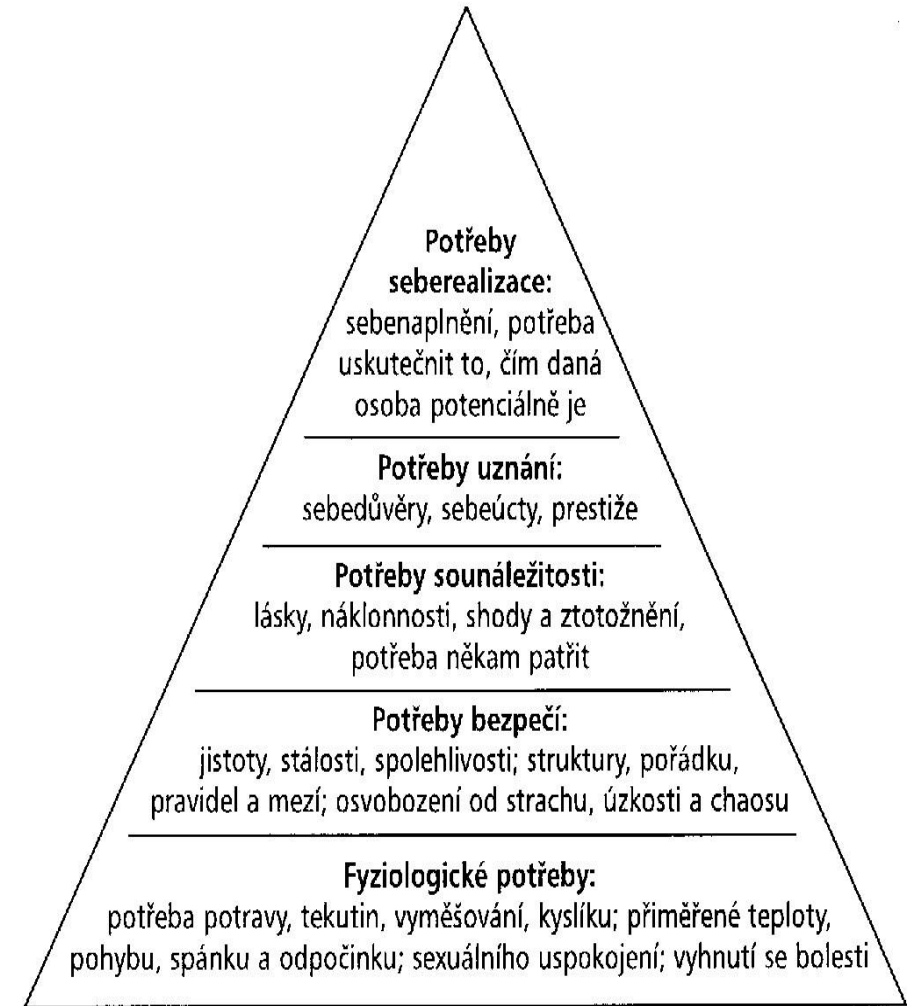
„Stav blaha, ve kterém je osoba schopna využívat cílené, adaptivní odpovědi a procesy – fyzicky, duševně, emocionálně, duchovně a sociálně – jako odpověď na vnitřní a zevní stimuly (stresory) s cílem udržení relativní stability a pohody v úsilí dosáhnout osobní a kulturní cíle:“

Eudemonistický model zdraví

- *Zdraví* = stav uplatnění osobního potenciálu
- *Choroba* = stav, zabraňující seberealizaci

Eudaimonismus

- názor, postoj, životní strategie, který sleduje jako cíl dosáhnout vnitřního blaha



Holistický model zdraví

- zdraví jako celek a ne analýza/oddělování jednotlivých oblastí zdraví
- zahrnuje celou osobnost člověka, jako celistvou bytost a všechny stránky jejího životního stylu tj. zvládnutí stresu, tělesnou zdatnost...



NEMOC

- nemoc – stav, kdy se osoba necítí zdravá
- choroba – medicínsky termín, porucha tělesných a duševních funkcí,
vyústující do snížené výkonnosti nebo zkrácení života
(akutní, chronická, infekční, degenerativní, funkční, maligní, psychosomatická)

Nemoc

- lze chápat jako **protiklad vůči zdraví** = alternativní model
- mezi oběma póly (ideální zdraví a těžký klinický průběh nemoci) je pak přechodné pásmo



Nemoc

- **Subjektivně** se nemoc ("illness") pociťuje jako "*být nemocný*", tj. jako individuální zážitek poruchy „cítění se“, jako „necítění se dobře“, jako pocit churavosti, utrpení, ohrožení, strachu, starosti a bolesti, vratkosti a nevykonnosti, selhání a „jinakosti“. Všechno dohromady ústí do sociální a medicínské potřeby.
- **Objektivně** nemoc rozpoznává lékař („disease“) podle příznaků porušené struktury a funkce, nezávisle na tom, jsou-li subjektivně vnímány i pacientem.

Představy a koncepty lékaře i nemocného jsou v úzké spojitosti s dobovými sociálními a ekonomickými podmínkami a světonázorovými proměnami.

Představy o vzniku onemocnění

- nemoc = posedlost d'áblem
- nemoc = trest za hřích
- teorie bakterií
- biomedicínský model

Holistické teorie vzniku nemoci

- Homeostatické teorie
- Psychosociální teorie
- Biobehaviorální teorie

I. Homeostatické teorie

Claude Bernard

- zdraví závisí na schopnosti lidského organismu udržet si rovnováhu vnitřního prostředí navzdory měnícím se požadavkům vnějšího prostředí
- nemoc je výsledkem poruchy vnitřního prostředí těla, vzniká z poruchy schopnosti organismu komunikovat s vnějším prostředím

I. Homeostatické teorie

Walter Cannon

- zdůraznil zpětnovazební mechanismy, kterými je organismus schopen regulovat vnitřní prostředí
- poznal, že tělem koordinované, samoregulační fyziologické procesy jsou nutné pro zachování stabilního stavu
- zkoumal poplachovou tělesnou reakci „boj – únik“

I. Homeostatické teorie

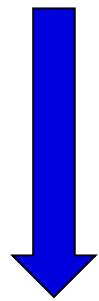
Hans Selye

- moderní teorie stresu – nespecifická reakce těla na jakýkoliv požadavek
- sledoval vnitřní reakce na stres, který je měřitelný v termínech fyziologických reakcí
- základní osu představuje endokrinní adreno-kortiko-hypofyzární systém
- jedinec má omezené kapacity energie pro adaptaci

I. Homeostatické teorie

Hans Selye

– všeobecný adaptační syndrom



alarmující reakce

stav rezistence (odolnosti)

stav vyčerpání

– místní adaptační syndrom

II. Psychosociální teorie

Harold Wolff

- sledoval, jak neefektivní adaptace může vést ke zhroucení homeostázy a následkem toho k onemocnění
- nemoc je často důsledkem neadekvátních adaptačních pokusů o obnovení homeostázy – obvykle reakce stejným orgánem

II. Psychosociální teorie

Stewart Wolf

- nemoc jako způsob života
- role mozku v regulaci procesů těla a v příčině vzniku onemocnění
- mozek je významným nástrojem pro interpretaci vnějšího prostředí užíváním symbolů

II. Psychosociální teorie

Schwartz

- mozek je mediátorem mezi zevním a vnitřním prostředím
- mozek je adaptivní systém, který je zapojen do autoregulace těla

Organismus mozek/tělo

pozornost/autoregulace

spojení

samoregulace

správná funkce

zdraví

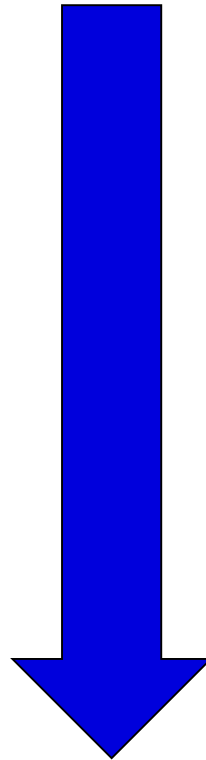
nepozornost/dysregulace

porucha spojení

porucha regulace

porucha funkce

nemoc



II. Psychosociální teorie

Thomas Holmes a spol.

– teorie o životních změnách a následném vzniku nemoci

- *seznam nedávných zážitků*
- *pořadí hlavních životních změn*
- *jednotky životních změn*

Teorii životních událostí

Tabulka 1

Inventář životních událostí	
Úmrtí partnera.....	100
Rozvod.....	73
Rozvrat manželství.....	65
Uvěznění.....	63
Úmrtí blízkého člena rodiny.....	63
Úraz nebo vážné onemocnění.....	53
Sňatek.....	50
Ztráta zaměstnání.....	47
Usmiření nebo přebudování manželství.....	45
Odchod do důchodu.....	45
Změna zdravotního stavu člena rodiny.....	44
Těhotenství.....	40
Sexuální potíže.....	39
Přirůstek nového člena rodiny.....	39
Změna zaměstnání.....	39
Změna finančního stavu.....	38
Úmrtí blízkého přítele.....	37
Přeřazení na jinou práci.....	36
Závažné neshody s partnerem.....	35
Půjčka vyšší než průměrný roční plat.....	31
Splatnost půjčky.....	30
Změna odpovědnosti v zaměstnání.....	29
Syn nebo dcera opouští domov.....	29
Konflikty s tchánem/tchyní/zetěm/snachou.....	29
Mimořádný osobní čin nebo výkon.....	28
Manžel/ka nastupuje či končí zaměstnání.....	26
Vstup do školy nebo její ukončení.....	26
Změna životních podmínek.....	25
Změna životních zvyklostí.....	24
Problémy a konflikty se šéfem.....	23
Změna pracovní doby nebo podmínek.....	20
Změna bydliště.....	20
Změna školy.....	20
Změna církve nebo politické strany.....	19
Změna sociálních aktivit.....	18
Půjčka menší než průměrný roční plat.....	17
Změna spánkových zvyklostí a režimu.....	16
Změny v širší rodině (sňatky, úmrtí).....	15
Změna stravovacích zvyklostí.....	15
Dovolená.....	13
Vánoce.....	12
Přestupek a jeho projednání.....	11

- klinicky prokázala, že nadměrná stresová zátěž znamená reálné ohrožení zdravotního stavu.

[Pro praxi 2/2014: Honzák, Chvála - PSYCHOSOM | časopis pro psychosomatickou a psychotherapeutickou medicínu](#)

Holmes a Rahe – Tabulka životních událostí (ŽU)

- každé významné životní události přiřadili bodovou hodnotu od 100 (úmrtí partnera) po 11 (přestupek, např. dopravní a jeho úřední řešení).
- pokud v průběhu posledních 12 měsíců „nasbírá“ více než 350 bodů, je u něj vysoká pravděpodobnost vzniku psychického nebo tělesného („psychosomatického“) onemocnění.

Richard Lazarus teorie drobných denních potíží jako příčiny onemocnění

II. Psychosociální teorie

Drobné denní potíže:

- problémy s váhou
- zdraví členů rodiny
- vzestup cen běžného zboží
- tělesný vzhled ...

Drobné denní příjemnosti:

- dobrý vztah s přítelem
- cítit se zdráv
- dostatek spánku
- návštěva někoho, zatelefonování,
napsání někomu

III. Biobehaviorální teorie

Friedman a Rosenman

- snaží se specifikovat určitý způsob chování a jeho vztah k onemocnění
- jedinci typu A x jedinci typu B

Charakteristiky dle Friedman a Rosenman

Typ A

- soutěživost
- vysoká organizovanost
- pečlivost
- ambicióznost
- netrpělivost
- agresivita
- workoholismus

Typ B

- méně neurotický, více relaxovaný a uvolněnější

Studijní literatura:

➤ MASTILIAKOVÁ, D.

Holistické přístupy v péči o zdraví. Brno: IDV PZ, 1999.