

Iva Nováková

Zdravotní nauka 2. díl

Učebnice pro obor sociální činnost

zdraví a nemoc – vybrané skupiny onemocnění
a zdravotních postižení – stárnutí a stáří – paliativní
péče – sociální služby



Iva Nováková

Zdravotní nauka

2. díl

Učebnice pro obor sociální činnost

zdraví a nemoc – vybrané skupiny onemocnění
a zdravotních postižení – stárnutí a stáří – paliativní
péče – sociální služby

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Mgr. Iva Nováková

ZDRAVOTNÍ NAUKA 2. DÍL
Učebnice pro obor sociální činnost

Recenzentka: MUDr. Dita Kašparová

© Grada Publishing, a.s., 2011

Cover Photo © fotobanka allphoto, 2011

Obrázek 1 převzat z knihy Sedlářová, P. a kolektiv:

Základní ošetrovatelská péče v pediatrii. Praha: Grada Publishing, 2008.

Autorem kresby MgA. Radek Krédl.

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 4518. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Ivana Podmolíková

Sazba a zlom Karel Mikula

Počet stran 208

1. vydání, Praha 2011

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v této knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění ale nevyplývají pro autory ani pro nakladatelství žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-247-3709-6 (tištěná verze)

ISBN 978-80-247-7101-4 (elektronická verze ve formátu PDF)

ISBN 978-80-247-7102-1 (elektronická verze ve formátu EPUB)

Obsah

Úvod	9
----------------	---

OBECNÁ ČÁST – Zdraví a nemoc

1 Zdraví	13
1.1 Pojem zdraví	13
1.2 Definice zdraví	14
1.3 Pojetí zdraví	15
1.4 Význam zdraví	16
Kontrolní otázky	17
2 Nemoc	18
2.1 Pojem nemoc	18
2.2 Definice nemoci	19
2.3 Pojetí nemoci	19
2.4 Hranice mezi zdravím a nemocí	21
2.5 Obory zabývající se problematikou zdraví a nemoci	21
Kontrolní otázky	22
3 Zdraví a jeho determinanty	23
3.1 Úvod	23
3.2 Faktory ovlivňující zdraví	23
Kontrolní otázky	28
4 Životní styl	29
4.1 Úvod	29
4.2 Zdravý životní styl	29
4.3 Nevhodný životní styl	53
Kontrolní otázky	59
5 Zdravotní stav obyvatelstva	60
5.1 Úvod	60
5.2 Ukazatelé zdravotního stavu obyvatelstva	60
Kontrolní otázky	64

6	Prevence	65
6.1	Pojem prevence	65
6.2	Druhy prevence	65
6.3	Odpovědnost za zdraví	66
6.4	Programy na podporu zdraví	66
	Kontrolní otázky	68

SPECIÁLNÍ ČÁST – Nemoc

7	Nemoc a její odlišnost od zdraví	71
7.1	Nemoc proti zdraví	71
7.2	Příznaky nemoci	71
7.3	Příčiny nemoci (etiologie)	72
7.4	Průběh nemoci	73
7.5	Klinická stadia nemoci	74
7.6	Diagnóza	74
7.7	Prognóza	75
	Kontrolní otázky	75

8	Vztah mezi tělesnou a duševní stránkou nemoci	76
8.1	Úvod	76
8.2	Pojem psychosomatika	76
8.3	Pojetí psychosomatiky	77
8.4	Změny zdravotního stavu	77
8.5	Psychosomatická onemocnění	78
8.6	Léčba psychosomatických onemocnění	79
	Kontrolní otázky	80

9	Vybrané skupiny nemocí	81
9.1	Úvod	81
9.2	Nemoci oběhové soustavy	81
9.3	Nemoci dýchací soustavy	102
9.4	Nádorová onemocnění	109
9.5	Metabolická onemocnění	126

10	Vybrané skupiny zdravotních postižení	142
10.1	Pojem zdravotní postižení	142
10.2	Tělesné postižení	147
10.3	Zrakové postižení	150
10.4	Sluchové postižení	155
10.5	Mentální postižení	158
10.6	Duševní postižení	162

11 Stárnutí a stáří	174
11.1 Charakteristika stárnutí a stáří	174
11.2 Problematika zdraví a nemoci ve stáří	175
11.3 Změny ve stáří	175
11.4 Stáří a nemoc	177
11.5 Péče o staré osoby	179
12 Paliativní péče	184
12.1 Úvod	184
12.2 Rozdělení paliativní péče	186
12.3 Bolest v paliativní péči	188
12.4 Prožívání těžkého období	189
13 Sociální služby	190
13.1 Definice	190
13.2 Cíle sociálních služeb	190
13.3 Poskytování sociálních služeb	191
Seznam literatury	197
Seznam zkratk	201
Rejstřík	202

Úvod

Předložená učebnice je určena žákům středních odborných škol oboru sociální péče i pracovníkům, kteří začínají se sociální prací v praxi. Má jim posloužit jako pomůcka pro rozpoznání zdravotních problémů u vybraných skupin klientů, se kterými se nejčastěji setkají při studiu během praxe a budou se i nadále setkávat v rámci dalšího profesního zaměření v sociální sféře.

Text druhého dílu Zdravotní nauky je rozdělen na dvě části. Obecná část obsahuje tematiku, která je zaměřena na základní informace o zdraví a nemoci. Ve speciální části jsou popsány vybrané skupiny onemocnění. Jsou zde zařazeny modelové případy z praktického života, které mohou přiblížit situaci nemocných s konkrétní diagnózou. Jednotlivé kapitoly jsou doplněny kontrolními otázkami a souhrnem pojmů k zapamatování. Žáci si tak mohou průběžně ověřovat získané znalosti a upevňovat je.

Cílem učebnice je předložit problematiku zdraví a nemoci takovým způsobem, aby žáci ve své budoucí praxi byli schopni správně pečovat o klienty s různými druhy onemocnění, dokázali rozeznat jejich rizika a svou činností jim i předcházet.

OBECNÁ ČÁST

Zdraví a nemoc

1 Zdraví

Cíle

Po prostudování této problematiky budete umět:

- definovat pojem zdraví
- vyjmenovat definice zdraví
- orientovat se v pojmech souvisejících s pojmem zdraví

Osnova

- Pojem zdraví
- Definice zdraví
- Pojetí zdraví
- Význam zdraví

1.1 Pojem zdraví

Chci být zdravý, nechci být nemocen.

Zdraví je pojem, který je používán často. O zdraví se hovoří při různých příležitostech. Pokud člověk přisuzuje něčemu prioritu ve svém životě, pak vysloví pojem zdraví.

Zdraví se týká každého člověka. Je pro něho cennou hodnotou. Zdraví má vliv na kvalitu života. Udržení zdraví je ovlivněno do značné míry tím, jak je člověk schopen získávat si informace a zdraví si ochraňovat.

Každý člověk vnímá zdraví jinak. Běžný člověk má představu o zdraví, která je spojená hlavně s vnímáním kladných pocitů (např. pocit přiměřené síly, výkonnosti, harmonie, radosti ze života, dobrého vzhledu, seberealizace) a s vnímáním nepřítomnosti ubližujících projevů (např. bolest, horečka, nevolnost, úzkost, nespavost). Lékař posuzuje zdraví především na základě prováděných vyšetření, jejichž výsledky srovnává s normálními hodnotami vyšetřovaných znaků (např. krevní tlak, hladina cukru v krvi, hmotnost, stav vědomí). Psycholog nebo sociolog si pod pojmem zdraví představují schopnost člověka v navazování a udržování kontaktů a vztahů s ostatními lidmi a v plnění očekávaných rolí v životě.

Být zdravý je mottem v životní filozofii člověka současné doby. Člověk, který je zdravý, má radost ze života, pracuje i odpočívá intenzivněji. Jde o stav, který zahrnuje tělo a psychiku člověka.

1.2 Definice zdraví

Zdraví je předpoklad plnohodnotného a kvalitního života.

Definice zdraví se měnila v průběhu vývoje lidské civilizace. Zpočátku bylo zdraví vnímáno jen jako „zdraví těla“. Později je zdraví chápáno jako „schopnost normálního zapojení do společnosti“. A ještě později se na zdraví nahlíželo jen jako na „subjektivní pocit“.

Největší rozšíření ve světě doznala oficiální definice Světové zdravotnické organizace (SZO): *„Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, nejen nepřítomnost nemoci nebo vady.“*

Vznikaly i další upravené definice zdraví:

- Zdraví je stav organismu, který vyjadřuje jeho odpovídající fungování za určitých podmínek prostředí.
- Zdraví je schopnost člověka vyrovnat se s požadavky vnitřního a zevního prostředí bez poruchy jeho životních funkcí.
- Zdraví je stav optimální tělesné, duševní a sociální pohody při zachování všech životních funkcí, společenských rolí a schopností organismu přizpůsobovat se měnícím se podmínkám prostředí.
- K dosažení stavu úplné fyzické, duševní a sociální pohody musí být jednotlivci nebo skupina lidí schopni stanovit a realizovat své cíle, uspokojit své potřeby, změnit své prostředí nebo se s ním vyrovnat.

Definice zdraví jsou odlišné, ale mají společné znaky.

- Chápou zdraví jako důležitý prostředek k uskutečňování životních cílů, chápou zdraví jako dynamický jev.
- Zdraví není stálý stav dokonalé pohody. Zdraví je neustále se měnící a vyvíjející se proces. Neexistuje žádná absolutní úroveň zdraví, která by nebyla závislá na řadě faktorů individuálních, společenských a ekologických.
- Zdraví má pro člověka vždy vyšší životní hodnotu než jen jako normální fungování lidského těla.

- Zdraví má přímou souvislost s kvalitou života člověka, který nese za své zdraví osobní odpovědnost.

1.3 Pojetí zdraví

Existují různá pojetí zdraví neboli modely zdraví.

Biomedicínský model zdraví

Tento model vidí zdraví jako stav dokonalé harmonie a souladu činnosti buněk a orgánů těla. Organismus je zdravý, pokud funguje bez poruchy (tzn. v naprosté harmonii každé buňky a každého orgánu s ostatními buňkami a orgány těla). Zdraví je vnímáno jako protiklad nemoci či smrti.

Ekologicko-sociální model zdraví

Tento model vidí zdraví jako stav člověka ovlivněný jeho přírodním a sociálním prostředím.

K hlavním charakteristikám modelu patří:

- Zaměření na člověka jako na jedinečnou osobnost, která je součástí rodiny a společnosti, v níž žije
- Zaměření na zdraví ovlivněné sociálním prostředím (tzn. závislost na příjmu, pohlaví, věku, vzdělání člověka)
- Zaměření na zdraví člověka, které je ovlivněné přírodním prostředím
- Pochopení jednání, které směřuje ke zdraví v každodenním životě člověka

Tento model rozšiřuje biomedicínský model zdraví.

Celostní (holistický) model zdraví

Model vidí zdraví jako soubor složek, které fungují na podkladě vztahu mezi sebou a vzájemného ovlivnění. Jde o propojení složky tělesné, duševní, citové, osobní (seberealizační), sociální (společenské) a duchovní (spirituální).

Složka tělesná je spojena s tím, jak organismus funguje, je výsledkem činnosti každého ústrojí v organismu.

Složka duševní je spojená s tím, jak člověk získává informace, jak je schopen je zpracovávat, jak dokáže vykonávat rozhodnutí, jak využívá potřebných informací ve prospěch svého zdraví.

Citová složka je spojená s tím, jak člověk vnímá své pocity a jak je vysvětluje, jaký má názor na sebe a na ostatní lidi, jak se orientuje v záplavě emocí běžného života.

Osobní (seberealizační) složka je spojená s tím, jak je člověk schopen dosahovat cílů, jak je úspěšný a jak vidí sebe jako osobnost.

Sociální (společenská) složka je spojená s tím, jak je člověk schopen získat a udržovat vztahy k blízkým a k ostatním lidem.

Duchovní (spirituální) složka je spojená s tím, jak člověk vnímá smysl svého bytí.

Behaviorální model zdraví

Tento model vidí zdraví jako určité projevy chování, které hodnotí jako významné a účelné pro zdraví člověka. Využívá poznatků psychologických disciplín (psychopatologie, mentální hygiena, klinická psychologie, psychologie zdraví a psychologie nemoci).

1.4 Význam zdraví

V průběhu života si každý člověk vytváří svou životní filozofii, tzn. má určité názory na život a na vše, co s sebou život přináší. Názory se utvářejí a upevňují především v prostředí, ve kterém člověk žije a jehož je součástí. Člověk se dostává do kontaktu s celou řadou překážek a problémů, snaží se o jejich řešení a správné hodnocení. Výsledkem jsou různé představy, cíle a očekávání, jejichž uskutečňování pak mohou přinášet člověku radost, potěšení ze seberealizace, jsou motivací pro další životní kroky. To však předpokládá jednu důležitou podmínku, a tou je zdraví.

O výstižné vyjádření se zasloužil dr. Halfdan Mahler, dřívější generální ředitel SZO: „*Zdraví není všechno, ale všechno ostatní bez zdraví není ničím.*“

Pojmy k zapamatování

- Zdraví
- Biomedicínský model zdraví
- Ekologicko-sociální model zdraví

- Celostní (holistický) model zdraví
- Behaviorální model zdraví

Kontrolní otázky:

1. Umíte definovat vlastními slovy, co to je zdraví?
2. Která ze všech definic zdraví je nejrozšířenější?
3. Vnímáte význam zdraví odlišným způsobem, než jak je uvedeno v textu?

2 Nemoc

Cíle

Po prostudování této problematiky budete umět:

- definovat pojem nemoc
- vyjmenovat definice nemoci
- orientovat se v různých pojetích nemoci

Osnova

- Pojem nemoc
- Definice nemoci
- Pojetí nemoci
- Hranice mezi zdravím a nemocí
- Obory zabývající se problematikou zdraví a nemoci

2.1 Pojem nemoc

Víte,...

...že první zmínky o nemoci se nacházejí už v egyptských papyrusech?

Nemoc je řazena do tematiky častých myšlenek a rozhovorů lidí, jejich obav a nadějí. Souvisí to se zájmem člověka o zachování nejvyšší lidské hodnoty, která je přisuzována zdraví a která je v případě nemoci ohrožena.

V životě člověka se vyskytnou situace, které získají převahu nad optimálními podmínkami vytvořenými pro udržení zdraví, a vznikne nemoc. K takovým situacím patří například nedostatek času na své zdraví, ztráta kontroly nad podněty, které jsou zatím jen rizikové pro zdraví.

Nemoc zasáhne vždy celého člověka. Podle závažnosti nemoci a podle postiženého zdraví si člověk uvědomuje význam svého zdraví a přehodnocuje dosavadní priority v životě.

Je lidsky přirozené, že člověk si více váží zdraví až v době nemoci. Zamýšlí se nad tím, co pro něho zdraví dosud znamenalo, a leckdy je ochoten zaplatit za návrat zdraví, i když cenu za zdraví ani nezná.

2.2 Definice nemoci

Porucha zdraví se označuje jako nemoc.

Zdraví a nemoc jsou výsledkem vztahu mezi člověkem a prostředím. Tento vztah se mění podle toho, jaké změny a kolik změn probíhá v lidském organismu a v jeho prostředí.

Člověk je vybaven schopností přizpůsobovat se prostředí, které na něho klade určité množství nároků s určitou intenzitou.

- Když přizpůsobivost člověka (adaptace) umožňuje zvládat nároky, nachází se ve stavu zdraví.
- Pokud množství a intenzita nároků prostředí přesáhne hranici jejich zvládnutí, dochází k poruše zdraví a objeví se nemoc.

Vymezení a definice nemoci jsou různé (je to obdobné jako u definice pro zdraví):

- Nemoc (choroba, onemocnění) je patologický (nenormální) stav těla nebo mysli. Stav je projevem změny funkcí buněk, tkání a orgánů lidského organismu.
- Nemoc je definována jako porucha rovnováhy mezi vnitřním a vnějším prostředím organismu nebo jako porucha celistvosti jeho součástí (týká se porušení stavby a funkce jednoho nebo více orgánů).
- Nemoc je definována jako objektivně či subjektivně zjiřitelná porucha zdraví nebo jako porucha (selhání či nedostatečnost) adaptačních mechanismů.

2.3 Pojetí nemoci

Pojetí nemoci je odlišné v jednotlivých fázích vývoje civilizace a u různých typů kultur.

Nejprimitivnější formy civilizace považují nemoc za jev vyvolaný nadpřirozenými silami. Nemoc mohou odehnat jen šamani různými způsoby (zaříkávání, obětování zvířete). Nemoc je vnímána jako projev slabosti nebo je považována za hřích.

V křesťanském světě je nemoc chápána jako boží trest a smrt je vykoupením.

Novodobá společnost postupně poznává skutečné příčiny nemocí. Poznání nemocí a obrana proti nim se opírá převážně o zkušenosti