

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
<b>OBECNÁ ČÁST – Zdraví a nemoc</b>	
<b>1 Zdraví . . . . .</b>	<b>13</b>
1.1 Pojem zdraví . . . . .	13
1.2 Definice zdraví . . . . .	14
1.3 Pojetí zdraví . . . . .	15
1.4 Význam zdraví . . . . .	16
Kontrolní otázky . . . . .	17
<b>2 Nemoc . . . . .</b>	<b>18</b>
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
<b>3 Zdraví a jeho determinanty . . . . .</b>	<b>23</b>
3.1 Úvod . . . . .	23
3.2 Faktory ovlivňující zdraví . . . . .	23
Kontrolní otázky . . . . .	28
<b>4 Životní styl . . . . .</b>	<b>29</b>
4.1 Úvod . . . . .	29
4.2 Zdravý životní styl . . . . .	29
4.3 Nevhodný životní styl . . . . .	53
Kontrolní otázky . . . . .	59
<b>5 Zdravotní stav obyvatelstva . . . . .</b>	<b>60</b>
5.1 Úvod . . . . .	60
5.2 Ukazatelé zdravotního stavu obyvatelstva . . . . .	60
Kontrolní otázky . . . . .	64

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

## **SPECIÁLNÍ ČÁST – Nemoc**

<b>7</b>	<b>Nemoc a její odlišnost od zdraví</b>	<b>71</b>
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
	<b>Kontrolní otázky</b>	<b>75</b>

<b>8</b>	<b>Vztah mezi tělesnou a duševní stránkou nemoci</b>	<b>76</b>
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
	<b>Kontrolní otázky</b>	<b>80</b>

<b>9</b>	<b>Vybrané skupiny nemocí</b>	<b>81</b>
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

<b>10</b>	<b>Vybrané skupiny zdravotních postižení</b>	<b>142</b>
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

<b>11 Stárnutí a stáří</b> . . . . .	<b>174</b>
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
<b>12 Paliativní péče</b> . . . . .	<b>184</b>
12.1 Úvod . . . . .	184
12.2 Rozdělení paliativní péče . . . . .	186
12.3 Bolest v paliativní péči . . . . .	188
12.4 Prožívání těžkého období . . . . .	189
<b>13 Sociální služby</b> . . . . .	<b>190</b>
13.1 Definice . . . . .	190
13.2 Cíle sociálních služeb . . . . .	190
13.3 Poskytování sociálních služeb . . . . .	191
<b>Seznam literatury</b> . . . . .	<b>197</b>
<b>Seznam zkratk</b> . . . . .	<b>201</b>
<b>Rejstřík</b> . . . . .	<b>202</b>





## 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.