



**خداوندا ، بر پیامبر و فرزندانش درود فرست و
به من سلامت همه جانبه ، شفا بخش ، برتر و روبه
فزونی عنایت فرما ، آنگونه که از سلامت دنیا و
آخرت فراهم آید.**

فراز دوم از دعای بیست و سوم صحیفه سجادیه

تعریف سلامت

بقراط : سلامت را در تعادل بین اخلاط چهارگانه (صفرا ، سودا ، بلغم و خون) می دانست .

برخی از دانشمندان : بجای تعادل اختلاط ، از تعادل اثرات ویژگی های آن اخلاط (یعنی سردی ، گرمی ، تری و خشکی) سخن به میان آورده اند.

ابن سینا : سلامت را در تعادل کار اعضاء و اندام های مختلف بدن دانسته است .

سازمان جهانی بهداشت :

سلامت عبارت است از حالت آسایش کامل جسمی ، روانی ، اجتماعی و نه فقط نبودن بیماری و ناتوانی

نکات قابل توجه در تعریف سازمان جهانی بهداشت

نبودن بیماری و نبودن معلولیت و ناتوانی به تنهایی نمی
تواند به معنای سلامت یا تندرستی باشد .

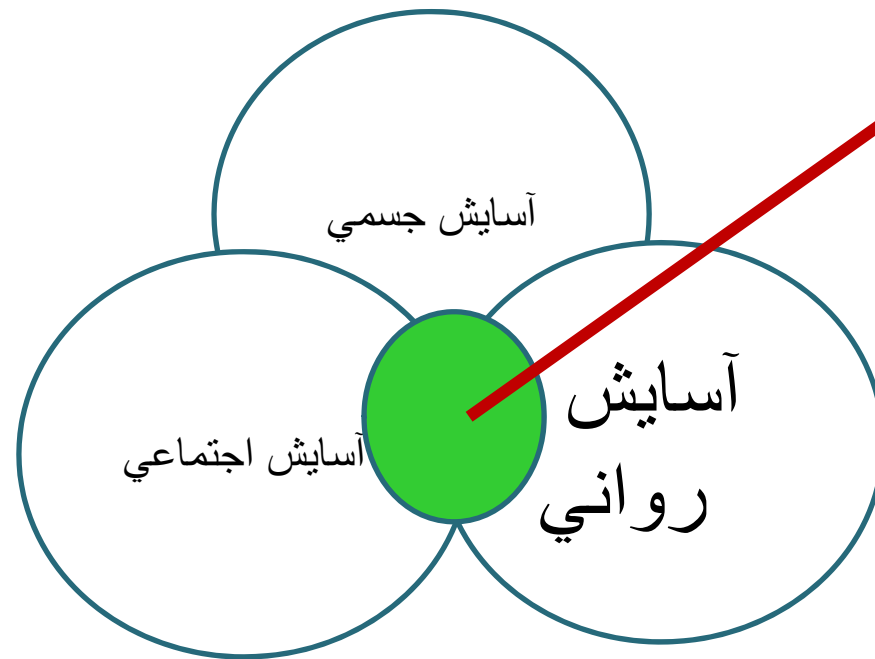
علاوه بر نبودن بیماری و ناتوانی باید انسان از یک حالت
رفاه و آسایش در جنبه های جسمی ، روانی و اجتماعی
بهره مند باشد تا بتوان گفت از سلامت برخوردار است .

- این سه جنبه جسمی و روانی و اجتماعی روی هم اثر می گذارند و از یکدیگر تاثیر می پذیرند.
- عصبانیت، افسردگی ، غم و اندوه = اثر بد روی سلامت جسم
- بیماری = نداشتن روحیه و نشاط
- روابط اجتماعی نامطلوب = اثر روی سلامتی

تأثير گذاري و تأثير پذيري حالات جسمي ، رواني و اجتماعي

- بي حوصلگي = نداشتن يك رابطه اجتماعي مطلوب
- بيوست = نداشتن يك رابطه اجتماعي مطلوب
- عصبانيت و اندوه = نداشتن يك رابطه اجتماعي مطلوب
- عدم اعتماد و كدورت در روابط اجتماعي = نداشتن يك رابطه اجتماعي مطلوب

تعريف سلامت از دیدگاه سازمان جهانی بهداشت



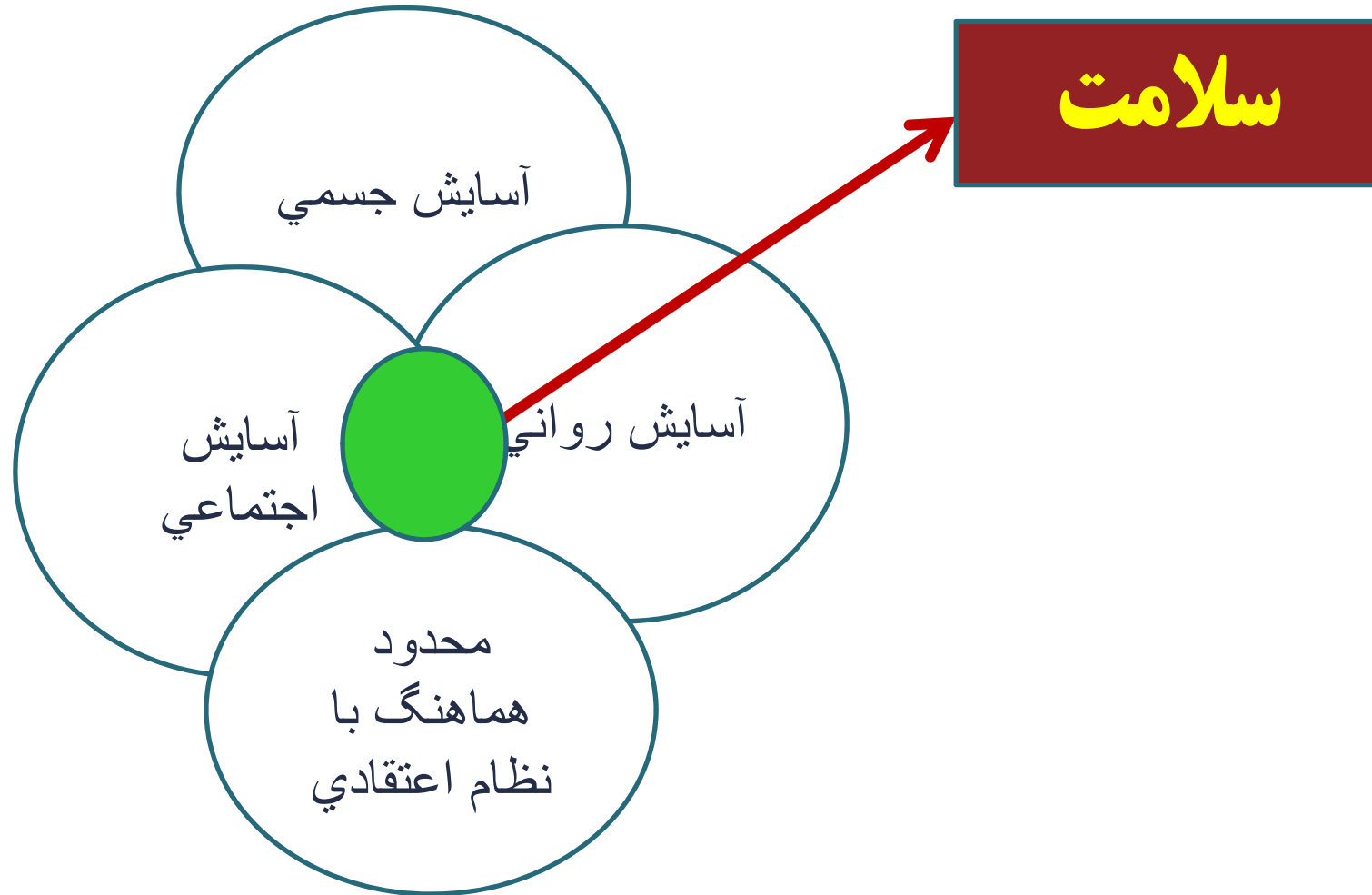
سلامت

- انسان این فرق بزرگ را با حیوانات دارد که زندگی او با مرگ به پایان نمی رسد بلکه مرگ جسم او آغاز شکل دیگری از زندگی جاودانه اوست.
- در آفرینش انسان هدف بزرگی وجود دارد و آن حرکت بسوی کمال بی نهایت است . لذا نیازهای او فراتر از نیازهای جسمی و روانی و اجتماعی و حیات او وسیعتر از ولادت تا بازایستادن قلب و تنفس است و بنابراین باید با در نظر گرفتن این دو موضوع یعنی :
 - فلسفه آفرینش انسان
 - حیات حقیقی آدمی
- تعریف سلامت را بانگري و اصلاح كرد و جنبه بسیار مهم روي و معنوي آن نیز توجه نمود.

تعريف سلامت از دیدگاه اسلام

- رفاه جسمي ، رواني و اجتماعي در همسويي با آموزش ها و رهنمودهاي اسلامي که ضامن حرکت تکملي و سلامت روي است .

سلامتی از دیدگاه اسلام



طيف سلامت وبيماري

- کسي که کسالت مختصري دارد نسبت به آنکه بيماري جدي و مهمني دارد ، سالم به نظر مي رسد و آن بيمار نيز نسبت به آنکه بيماري سخت تر و مهمتري دارد ، همينگونه است در هر مرحله اي از بيماري يا سلامت وضعيت بهتر و بدتري وجود دارد بنا بر اين هر گامي که در جهت بهتر شدن وضعيت صورت بگيرد ، اقدامي در جهت افزايش سلامت خواهد بود.

طيف سلامت و بيماري

كاملاً سالم	ظاهراً سالم	با بیماری اندک	با بیماری متوسط	با بیماری شدید	با بیماری خیلی شدید	در آستانه مرگ
----------------	----------------	----------------------	-----------------------	----------------------	------------------------------	---------------------

تعريف بهداشت

- علم و هنر پيشگيري از بيماريها ع طولاني كردن عمر ، بالا بردن سطح سلامت و توانايي بشر از راه كوشش هاي دسته جمعي افراد به منظور سالم سازي محيط ، كنترل بيماريهاي واگيردار ، آموزش همگاني راههاي دست يابي به سلامت و نيز خدمات پزشكي و مراقبتي براي تشخيص زودرس بيماريها و فراگير سازي يك نظام اجتماعي كه در آن ، انسان از امكانات لازم براي حفظ سلامت خود برخوردار باشد.

بهداشت عبارت است از تامین ، حفظ و
بالا بردن سطح سلامت

