



Образовни профил: сви

Наставни предмет: Хигијена са здравственим васпитањем

ХИГИЈЕНА ИСХРАНЕ

1. Принцип правилне исхране
2. Мактонутријенти (протеини, шећери и масти)
3. Липосолубилни витамини (А, Д, Е и К)
4. Хидросолубилни витамини (витамин Ц и витамини Б комплекса)
5. Поремећаји исхране (подела: ПЕМ, Гојазност и поремећаји понашања у исхрани)
6. Гојазност (дефиниција, етиологија, дијагноза и превенција)
7. Гојазност (типови, компликације, лечење)
8. Поремећаји понашања у исхрани (анорексија и булимија)
9. Превенција и лечење анорексије и булимије
10. 7 група намирница у исхрани

ЛИЧНА ХИГИЈЕНА

1. Здравствени и естетски значај спровођења личне хигијене
2. Поремећаји и болести које настају услед недовољног и неправилног одржавања личне хигијене
3. Паразитарна и гљивична обољења коже
4. Лична хигијена полних органа. Степени чистоће бриса
5. Контрацепција
6. Полно преносиве болести
7. Хигијена одевања. Поремећаји услед употребе неадекватне одеће и обуће
8. Улога сунца, воде, ваздуха у унапређењу здравља
9. Превенција полно преносивих болести
10. ХИВ

МЕНТАЛНА И ШКОЛСКА ХИГИЈЕНА

1. Никотинска зависност
2. Превенција никотинске зависности
3. Алкохолизам
4. Превенција алкохолизма
5. Наркоманија
6. Превенција наркоманије



- 7.Ментална хигијена у брагу, радној средини. школи и предшколским установама
- 8.Хигијенски захтеви и стандарди предшколских школских објеката, намештаја и организације живота и рада ученика у школи
- 9.Најчешће малформације услед неодговарајућих хигијенских услова у школској средини

КОМУНАЛНА ХИГИЈЕНА И ХИГИЈЕНА РАДНЕ СРЕДИНЕ

- 1.Хигијена становања
- 2.Хигијенски захтеви насеља
- 3.Аерозагађење
- 4.Епидемиолошки значај воде. Хигијенски захтев воде за пиће
- 5.Савремени загађивачи земљишта. Диспозиција отпадних материја
- 6.Физиолошки аспект рада. Умор. Замор. Премор.
- 7.Превентивне мере у очувању радне способности. Значај одмора, рекреације и сна за очување и унапређење здравља
- 8.Врсте штетних нокси у радној средини и микроклиматски фактори
- 9.Професионална обољења (Вибрациона болест,оштећење слуха буком...)
- 10.Општа и лична заштитна средства на раду