**7 апреля – Всемирный день здоровья**

Всемирный день здоровья (World Health Day) отмечается ежегодно 7 апреля в день создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения (World Health Organization, WHO).

За время, прошедшее с того исторического момента, членами Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) стали 194 государства мира.

Ежегодное проведение Дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Мероприятия Дня проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. А здравоохранительные организации призваны решить вопрос, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше.

Здоровье, по определению ВОЗ, это не просто отсутствие болезней.

**Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия**. По данным ВОЗ, здоровье человека определяется на 20% средой обитания, на 50% – образом жизни, и только 10% его зависит от системы здравоохранения. С ростом благосостояния общества основные риски для здоровья смещаются в сторону поведенческих факторов: курение, употребление алкоголя, малоподвижный образ жизни, высокий уровень холестерина. Такие распространенные проблемы, как повышенное кровяное давление, излишний вес, высокое содержание глюкозы в крови, также ранее относившиеся к поведенческим рискам, сейчас считаются метаболическими.

Все они приводят к росту числа неинфекционных заболеваний. **Раковые, респираторные, сердечно-сосудистые заболевания и сахарный диабет становятся причиной 71% всех смертей в мире**. К сожалению, виновниками этого во многом становимся мы сами. Профилактика неинфекционных заболеваний в большей части зависит от самих людей. Это не только здоровый образ жизни, физическая активность, правильное питание, но и своевременное обращение за помощью, регулярные медицинские обследования и соблюдение рекомендаций врачей.

Риски здоровья, связанные с влиянием окружающей среды, становятся причиной до 23% всех случаев смертей. Эта доля остается относительно стабильной из года в год, но с 2002 года существенно упала частота смертей, связанных с инфекционными заболеваниями. Все больше людей имеют доступ к безопасной воде и санитарии, все меньше домашних хозяйств пользуются твердым топливом для приготовления пищи. Тем не менее, растет негативное влияние других экологических факторов.

Значительную угрозу здоровью представляет загрязнение воздуха. В развивающихся странах опасен воздух внутри помещений, что связано со сжиганием твердого топлива для обогрева помещений и приготовления пищи. В европейском регионе, в том числе в Беларуси, основным источником загрязнения являются промышленность и транспорт. Они же традиционно источники такого вредного фактора, как шумовое загрязнение.

Большое внимание в мире уделяется и химической безопасности. Химические вещества, наносящие вред здоровью, могут попасть к человеку самыми разными путями. Они не только могут присутствовать в окружающей среде, пестициды и следы антибиотиков могут встречаться в пищевых продуктах, синтетические краски и пластик, могущие выделять вредные газы, могут содержаться в одежде, мебели и других предметах. Организации здравоохранения, надзорные и контролирующие органы могут обеспечить сертификацию и обязательную маркировку таких потенциально опасных товаров, но последнее слово всегда остается за потребителем.

Здоровье человека в первую очередь зависит от него самого. Своевременная профилактика, здоровый образ жизни, ответственное отношение к себе и окружающим, выбор товаров и услуг, не наносящих вреда здоровью и окружающей среде, всё это – необходимые условия сохранения здоровья и долголетия, предотвращения заболеваний.

**Жизнь – это дар.** Нельзя тратить жизнь на «яды» (курение, алкоголизм, наркомания). Жизнь слишком коротка и хороша, в мире столько прекрасного и удивительного. Жажда жизни и достижение поставленных целей – вот главное, о чем должен помнить каждый.

**Тема 7 апреля 2025 года – «Здоровое начало – светлое будущее». Этот девиз дает начало масштабной годовой кампании, посвященной здоровью матери и ребенка.** В 2025 году Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и ее партнеры призывают правительства, медицинское сообщество и общественность активизировать усилия для предотвращения смертности среди матерей и новорожденных, а также уделить особое внимание долгосрочному здоровью и благополучию женщин.

Здоровье матерей и младенцев - это не просто медицинская задача, это вопрос гуманизма, справедливости и устойчивого развития. В современном мире, где технологии и медицина достигли невероятных высот, мы не можем допустить, чтобы женщины и дети продолжали умирать от предотвратимых причин. Кампания ВОЗ напоминает нам о том, что здоровое начало жизни — это основа светлого будущего для всех. И только объединив усилия, мы сможем сделать этот мир лучше для каждого ребенка и каждой матери.

Использованные источники:

Режим доступа: <https://ecoinfo.bas-net.by/calendar/world-health-day.html> – Дата доступа 27.03.2025.