

## СЕМЕЙНО-РОДОВАЯ ГИГИЕНА

**Писарик В. М., Ростовцев В. Н.**

*Республиканский научно-практический центр медицинских технологий, информатизации, управления и экономики здравоохранения, Беларусь, Минск*

*В статье вводится понятие гигиенического позитива, которое означает ментальную, психоэмоциональную или поведенческую установку на средства достижения гигиенически позитивного результата для защиты здоровья индивида, семьи, рода, народа и общества. Гигиенический позитив может иметь форму обязанности или форму запрета. В рамках парадигмы природного гуманизма рассматриваются аспекты семейно-родовой гигиены – ментальный, психоэмоциональный и биологический.*

**Ключевые слова:** *гигиена; гигиенический позитив; природная гуманитарная система; семья; род.*

## FAMILY AND ANCESTRAL HYGIENE

**Pisaryk V. M., Rostovtsev V. N.**

*Republican Scientific and Practical Center for Medical Technologies, Informatization, Management and Economics of Healthcare, Belarus, Minsk*

*The article introduces the concept of hygienic positive thing, which means a mental, psycho-emotional or behavioral attitude towards the means of achieving a hygienically positive result to protect the health of an individual, family, clan, people and society. A hygienic positive thing may take the form of a duty or a form of prohibition. Within the framework of the paradigm of natural humanism, aspects of mental family-generic hygiene, family-generic psychohygiene and family-generic biohygiene are considered.*

**Key words:** *hygiene; hygienic positive thing; natural humanitarian system; family; clan.*

За последнюю треть века население Беларуси сократилось без малого на один миллион человек, что является следствием целого ряда причин, большинство из которых лежит, в основном, вне сферы деятельности отрасли здравоохранения, принадлежа к области социальной гигиены, которая всецело зависит от социальной политики государства. Тридцать лет назад в силу политической конъюнктуры само понятие социальной гигиены было выведено из официального обращения (перечня специальностей).

Сегодня в качестве примера можно привести так называемую «антитабачную» и «антиалкогольную» политику. В кавычках потому, что приставка «анти» не отражает действительность, так как на деле государство сохраняет монополию в этой отрасли и старается стимулировать производство и продажу алкогольных и табачных изделий, считая прибыль с такой деятельности способом пополнения бюджета. В сложившейся ситуации, система здравоохранения не имеет шансов в противодействии последствиям потребления алкоголя и табака и не может помешать связанному с ними увеличению заболеваемости и смертности. Особенно, если принять во внимание мнение экспертов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), которые утверждают, что здоровье современного человека лишь на 10% зависит от эффективности работы системы здравоохранения. Здесь работа системы здравоохранения, как отрасли, ограничивается лишь решением узкой задачи, направленной на возвращение здоровья заболевшим людям. На образ жизни индивида, гармоничность генотипа и факторы окружающей среды влияют агенты, находящиеся вне сферы деятельности отрасли здравоохранения. И если указанные выше 10% можно назвать буквально здоровьезвращением, то оставшиеся девять десятых можно отнести к здоровьесбережению и здоровосозиданию.

Обобщение имеющихся подходов позволяет сформулировать понятие здоровьесбережения следующим образом – это комплекс мер организационного, правового, экономического, медико-социального и психолого-педагогического характера, направленных на сохранение, укрепление и формирование здоровья населения, а также деятельность отдельного человека по повышению резервов своего здоровья, обеспечению оптимальной социальной активности и максимальной продолжительности жизни [1]. Здоровосозидание – это комплекс мер организационного, правового, экономического, медико-социального и психолого-педагогического характера, направленных на расширенное воспроизводство здоровья в поколениях [2].

Понятие здоровосозидания необходимо для понимания явления передачи здоровья (и болезней) не только по горизонтали, то есть между особями в популяции, но и по вертикали, то есть из поколения в поколение.

Как было указано выше, для сбережения и созидания здоровья населения необходимы меры организационного, правового, экономического, медико-социального и психолого-педагогического характера, то есть взаимодействие всех отраслей народного хозяйства во всех сферах государственной социальной политики.

Выделяют несколько групп здоровьесберегающих технологий [3]:

1. Медико-гигиенические технологии.
2. Физкультурно-оздоровительные технологии.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой.

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.

5. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Их следует признать наиболее значимыми из всех перечисленных по степени их влияния на здоровье населения. К здоровьесберегающим образовательным технологиям относятся системно организованные виды деятельности, направленные на воспитание культуры здоровья людей и содействие им в стремлении грамотно заботиться о своем здоровье [1].

Здоровье – это результат гармоничного онтогенеза (индивидуального развития), для которого необходимы гармоничный генотип и гармоничная среда развития, включая влияние воспитания (формирование системы ценностей) и образования (формирование миропонимания).

В рамках системной парадигмы естествознания важен факт существования природной гуманитарной системы, основными уровнями которой являются: индивид – семья – род – народ – общество.

Каждый из этих уровней отражает свой аспект здоровья населения [4, 5]. Соответственно этим уровням выделяются сферы для практического приложения здоровьесберегающих и здравосозидающих технологий.

С целью обозначения обобщенного способа применения этих технологий введём ключевое понятие гигиенического позитива.

Гигиенический позитив (ГП) – это ментальная, психоэмоциональная или поведенческая установка на ценность конкретных средств защиты здоровья индивида, семьи, рода, народа и общества, направленных на достижение гигиенически позитивного результата. ГП может иметь форму обязанности или форму запрета. В соответствии с этим, ГП включает две формы – положительную – это действия, которые необходимо активно совершать для достижения необходимого результата (крепкого здоровья), и отрицательную – то, что следует избегать или не следует делать.

Традиционно здоровьесберегающие технологии рассматриваются в горизонтальной плоскости, то есть это в первую очередь санитарно-гигиенические и эпидемиологические мероприятия, направленные на предотвращение распространения инфекций и пропаганду здорового образа жизни среди населения. Однако, взгляд на проблему в вертикальной плоскости, то есть как на процесс воспроизводства из поколения в поколение системной гармоничности, характерной для здорового организма, и профилактики передачи болезней от родителей детям, является не менее важным и безусловно целесообразным, так как подразумевает сбережение здоровья не только текущих, но и будущих поколений. Такой взгляд прямо указывает на существование общественного явления, которое

можно назвать семейно-родовой гигиеной. Это явление достойно включения в задачи гигиенической науки.

В контексте обозначенных выше форм ГП и вертикальной плоскости рассмотрения проблемы здоровья населения можно выделить следующие аспекты семейно-родовой гигиены:

1. Ментальная семейно-родовая гигиена.
  - 1.1. ГП семейно-родовых интересов брачного выбора.
  - 1.2. ГП комплексной гигиены периода беременности.
2. Семейно-родовая психоэмоциональная гигиена.
  - 2.1. ГП почитания родителей и предков.
  - 2.2. ГП нравственного воспитания.
3. Семейно-родовая биогигиена.
  - 3.1. ГП супружеской верности.
  - 3.2. ГП здорового питания и физической культуры.

Ментальная семейно-родовая гигиена – это свод ценностей и правил поведения человека, соблюдение которых позволяет сохранить (сберечь) и воспроизвести в потомстве генетическое здоровье, вклад которого в общее здоровье составляет не менее 50%. Этот аспект состоит из ГП семейно-родовых интересов брачного выбора, который подразумевает заключение семейного союза в своем этносе, в девственности и по любви, и ГП комплексной гигиены периода беременности, включающий сознательное естественное зачатие, охранительный режим в периоде беременности и естественное родоразрешение.

Семейно-родовая психоэмоциональная гигиена – это свод ценностей и правил поведения человека, соблюдение которых позволяет сохранить (сберечь) и воспроизвести в потомстве психоэмоциональное здоровье. Этот аспект состоит из ГП почитания родителей и предков, обеспечивающий духовную связь и взаимопомощь между поколениями, и ГП нравственного воспитания, который направлен на развитие нравственных качеств и благоразумного поведения.

Семейно-родовая биогигиена – это свод ценностей и правил поведения человека, соблюдение которых позволяет сохранить (сберечь) и воспроизвести в потомстве признаки, характерные для физически здорового человека. Этот аспект состоит из ГП супружеской верности, позволяющий защитить семью от многих проблем, начиная с неполного отцовства и заканчивая психоэмоциональными семейными проблемами и венерическими заболеваниями. ГП здорового питания и физической культуры являются основополагающими для сохранения и поддержания физического здоровья.

В рамках природной гуманитарной системы существует две линии детерминации здоровья. Первая линия – по видам здоровья: ментальное → генетическое → психическое → физическое. Вторая линия – по уровням

природной гуманитарной системы: общество → народ → род → семья → индивид.

Обе линии подчиняются одной и той же объективной природной закономерности детерминации здоровья – здоровье для каждой последующей позиции детерминировано совокупностью всех предыдущих позиций.

Например, генетическое здоровье детерминировано ментальным здоровьем предков, а популяционное здоровье детерминировано здоровьем общества. При этом, физическое здоровье детерминировано ментальным, генетическим и психическим здоровьем в совокупности, а здоровье индивида детерминировано здоровьем общества, народа, рода и семьи в совокупности.

В соответствии с уровнями природной гуманитарной системы логично выделять и рассматривать три основных раздела гигиены – индивидуальная гигиена, семейно-родовая гигиена и социальная гигиена. Разумеется, что это не противоречит существующим классификациям разделов гигиены.

Наша экспертная оценка вкладов выделенных основных разделов гигиены в детерминацию здоровья населения следующая:

индивидуальная гигиена – 20%,  
семейно-родовая гигиена – 50%,  
социальная гигиена – 30%.

Таким образом, гигиена предстает в двух своих ипостасях – с одной стороны, это наука и практика защиты здоровья, а с другой стороны – это практическая реализация культуры здоровья. Пропаганда среди населения и соблюдение каждым членом общества ценностей и правил семейно-родовой гигиены играют главенствующую роль в сохранении здоровья текущего поколения и воспроизведении здоровья в последующих поколениях.

#### Список литературы

1. Патрушева, И. В. Здоровьесберегающие технологии в социальной работе / И.В. Патрушева // *Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности.* – 2013. – С. 265-267.
2. Ростовцев, В. Н. Задачи системы здравоохранения / В. Н. Ростовцев, Т. И. Терехович, В. М. Писарик // *«Здравоохранение».* – 2023. – №9. – С.12–16.
3. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2006. – 308 с.
4. Ростовцев, В. Н. Идеи развития. Часть 1. /В.Н. Ростовцев, В.М. Ростовцева // *Вести института современных знаний.* – 2019. – №2. – С. 120–126.
5. Ростовцев, В.Н. Идеи развития. Часть 2. /В.Н. Ростовцев, В.М. Ростовцева // *Вести института современных знаний.* – 2019. – №3. – С. 112-117.