



Tavoitteet

- Käsitteet terveys ja sairaus
- Terveysten osa-alueet: fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen terveys
- Koetun ja mitatun terveyden ymmärtäminen
- Terveystosaamisen alueet



Mitä terveys on?

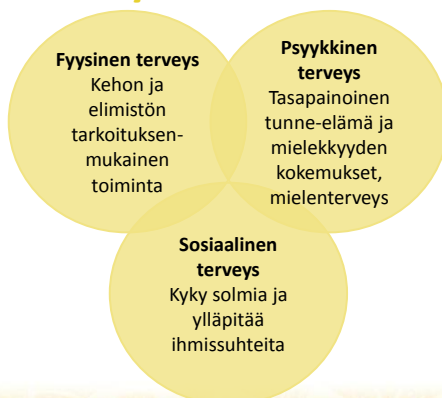


- Terveyst on kokonaisvaltaista hyvinvointia ja toimintakykyä.
- Terveyst rakentuu fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta osa-alueesta.
- Terveysteen ja sairauteen liittyvät kokemukset ovat yksilöllisiä.
- Terveysttä ja sairautta voidaan myös diagnosoida eli määritellä lääketieteellisin perustein.

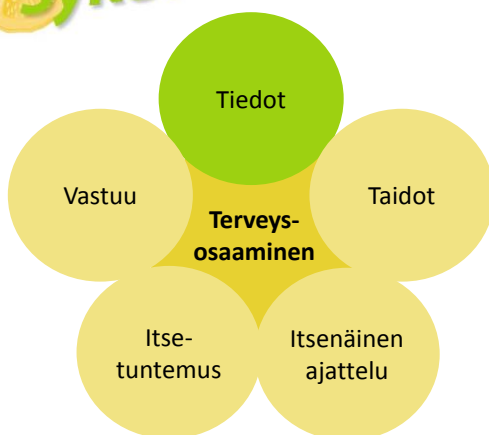
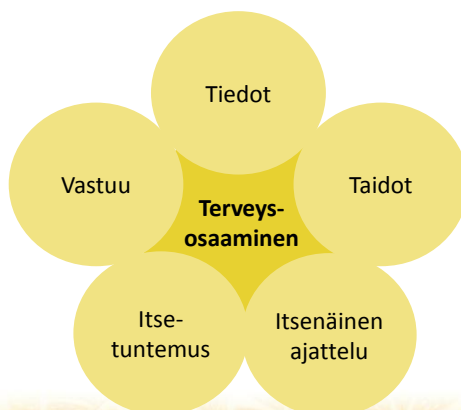




Terveyden osa-alueet



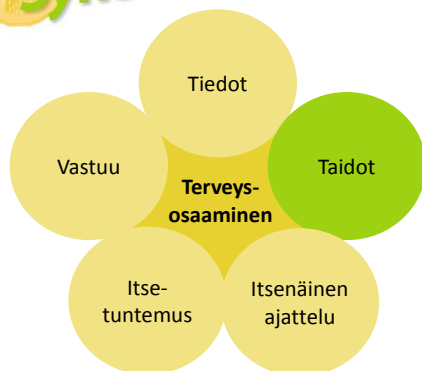
Terveysosaamisen alueet



Kondomin ehkäisyteho perustuu siihen, että se estää siittiöiden pääsyn naisen elimistöön.

Lautasmalli tarkoittaa sitä, että annokseen otetaan puolet kasviksia, neljäsosa lihaa tai kalaa ja neljäsosa perunaa, riisiä tai pastaa.

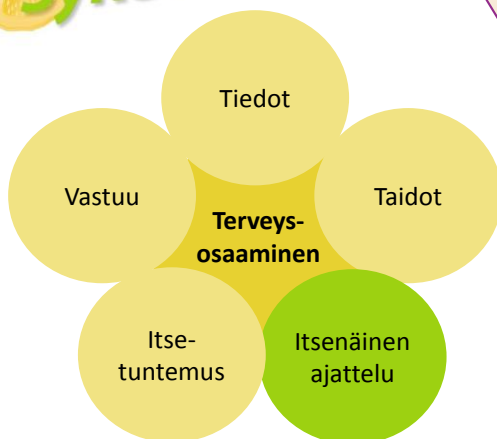
Syke7



On sattunut onnettomuus.
Mitä teen?
Mikä hätäkeskuksen numero olikaan?
Ai niin: 112.

Auts! Jalkaan tuli haava. No, onneksi se on aika pieni.
Puhdistan haavan ja laitan siihen laastarin.

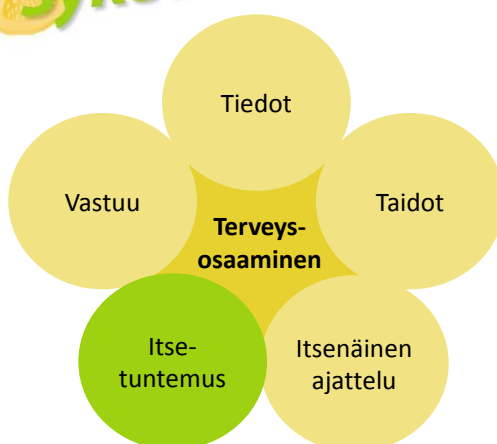
Syke7



"Syvävaikutteinen tuote, silminnähettävät tulokset!"
"Luonnollisen herkullinen ja energisoiva!"
"Ainutlaatuinen tuote, sisältää välttämättömiä vaikutusaineita."

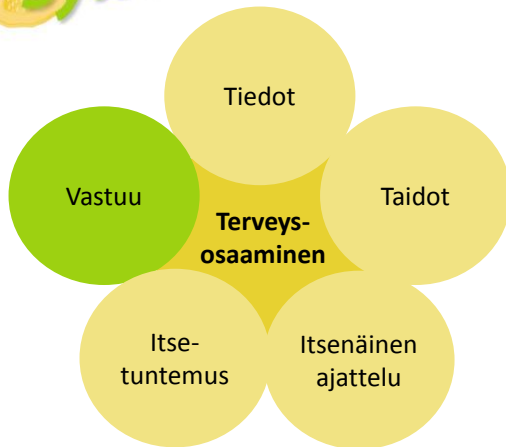
Nuo ovat hyviä ilmaisuja kiinnostuksen ja ostohalun herättämiseksi. Mikä mahtaa olla oikeasti tuotteen terveyttä edistävä vaikutus?

Syke7



Olenpa väsynyt tänään. Valvoin eilen illalla liian myöhään.

Päätäni särkee. Olenkohan ulkoillut riittävästi?



Käytän pyöräillessäni kypärää, sillä kukapa muu minun päättäni suojelisi kuin minä itse.

En viritä mopoani, vaikka olisi mukava huristella kovempaa. Onnettomuus-tilanteessa saattaisin vaarantaa itseni lisäksi muitakin.