**Vonkajšie vplyvy na ľudské zdravie**

Zdravie je telesný a duševný stav, ktorý sa vyznačuje dobrou činnosťou celého organizmu, všetkých funkcií a aktívnymi životnými prejavmi.

Je podmienkou života bez prítomnosti choroby.

Faktory ovplyvňujúce zdravie človeka:

* nesprávna výživa
* stres
* obezita
* návykové látky
* nedostatok pohybu

Choroba (=ochorenie) je porucha zdravia, stavu a funkcií organizmu. Negatívne ovplyvňuje výkonnosť človeka.

Prenášačom nákazy je bacilonosič – človek, ktorý nemá znaky ochorenia, má však v sebe mikroorganizmy, ktoré nevyvolali ochorenie a šíria sa po okolí.

Dôležitým prostriedkom proti rozširovaniu nákazy chorého sú:

Izolácia – je oddelenie chorého človeka od zdravých ľudí.

Karanténa – je dočasné izolovanie osôb, s ktorými bol chorý v kontakte od zdravých ľudí.

**Vnútorné vplyvy na ľudské zdravie**

Dedičné choroby: hemofília (nedostatočná zrážanlivosť krvi), farbosleposť, hluchota, choroby srdca, kože, alergie, cukrovka, obezita.