# 8. సాంక్రమిక వ్యాధులు మరియు జీవన విధాన వ్యాధులు

**మనకందరికి తెలుసు, సుఖజీవనాని జీవనవిధాన వ్యాధులు కొరకు ఆరోగ్యంగా ఉండటమే కాకుండా రోగాల బారిన పడకుండా అత్యవసరమే. వ్యాధులు 2 రకాలుగా ఉంటాయి. సాంక్రమిక్ వ్యాధులు మరియు జీవన విధాన వ్యాధులు. దీని గురించి తెలుసుకుందాము.**

**ఉద్దేశ్యం**

■ వ్యాధుల గురించి అర్థం తెలుసుకొనుట. సాంక్రమిక మరియు జీవన విధాన వ్యాధుల గురించి తెలుసుకొనుట.

**మైండ్ మ్యాపింగ్ :** వ్యాధి అనే శబ్దాన్ని బోర్డ్‌పై రాసి మరియు మైండ్ మ్యాప్ గతివిధి చేయండి.

**క్రింద ఇవ్వబడిన పేరాను పెద్దగా మరియు స్పష్టంగా చదవండి:**

వ్యాధి యొక్క స్థితి ఏదైతే ఉందో అది శారీరక కార్యప్రణాళికపై ప్రభావితం అవుతుంది. వ్యాధి పరిస్థితి ఆరోగ్యానికి విపరీతమైన స్థితిలో ఉంటుంది. ప్రత్యేకమైన వ్యాధి ఏదైనా ఉండవచ్చు. ఏదైనా గుర్తులు మరియు లక్షణాలతో సంబంధం ఉంటుంది. అది ఆ వ్యాధి యొక్క ప్రత్యేకంగా ఉంటుంది.

**వ్యాధి :** శరీరం యొక్క సాధారణ పనితీరును ప్రభావితం చేసే స్థితిని వ్యాధి అని అంటారు.

**గతివిధి 1 :** ఈ గతివిధి కోసం విద్యార్థులను 2 గ్రూపులుగా విభజించాలి.

గ్రూప్ – 1 : జలుబు, దగ్గు, టి.బి. వ్యాధుల గురించి చెప్పమనాలి.

గ్రూప: – 2 : హైపర్‌టెన్షన్, డయాబెటిస్, హృద్రోగుల గురించి చెప్పమనాలి.

**క్రింద ఇవ్వబడిన పేరాను పెద్దగా మరియు స్పష్టంగా చదవండి:**

ఒక వ్యక్తి నుండి మరొక వ్యక్తికి వ్యాపించే వ్యాధులను సాంక్రమిక వ్యాధి అంటారు. ఈ వ్యాధి వ్యాప్తి చెందడం వల్ల ఉత్పన్నం అవుతుంది. వ్యాధిగ్రస్తుడి స్పర్శ వల్ల రోగి యొక్క వస్తువులు లేదా రోగి వాడిన రుమాలు వల్ల కూడా వ్యాధి వ్యాప్తి చెందుతుంది. సాంక్రమిక గాలి, భోజనం లేదా నీటి వల్ల లేదా సాంక్రమిక వ్యక్తితో శయనించడం వల్ల కూడా ఈ వ్యాధి వ్యాప్తి చెందుతుంది. ఇన్‌ఫ్లూయింజా, పోలియో, గవదబిళ్ళలు, ఆటలమ్మ, మీజిల్స్, టి.బి, ఎయిడ్స్ ఇవి సాంక్రమిక వ్యాధులకు ఉదాహరణలు. అన్ని వ్యాధులు పైన తెలిపిన విధంగా సాంక్రమిక వ్యాధులు కావు. ఈ వ్యాధి కలుషిత ఆహారము

అస్తవ్యస్తమైన జీవన విధానం కారణాల వల్ల కూడా ఏర్పడుతాయి. ఉదా:– స్థూలకాయం, డయాబెటిక్, హైపర్‌టెన్షన్. ఈ కారణాల వల్ల ఏర్పడే వ్యాధులను జీవన విధాన వ్యాధులు (అసాంక్రమిక వ్యాధులు/ అంటారు.

**ఆక్టివిటీ 2 :** విద్యార్థులచే రోల్‌ప్లే చేయించండి.

1. ఒక అత్తగారు తన కోడలి చేత ఇంటి పని అంతటిని చేయిస్తుంది. కాని తాను ఏ పని చేయకుండా ఒకే చోట కూర్చొని ఉంటుంది. ఒకే చోట ఎక్కువ సేపు కూర్చోవడం వల్ల అనేక వ్యాధులు రావడానికి అవకాశం ఉంటుంది.

2. శ్యాం అనే వ్యక్తి ఉన్నాడు. అతనికి తీపి పదార్థాలు మరియు బాగా నూనెలో వేయించిన పదార్థాలంటే ఇతనికి ఇష్టం. దీని కారణంగా స్థూలకాయం ఏర్పడుతుంది. ఎక్కువ బరువు ఉండటం వల్ల అనేక వ్యాధులకు గురి అవుతాడు. దీనిని గుర్తించడానికి విద్యార్థులచే రోల్ ప్లే చేయించాలి.

**ప్రాజెక్టు :** డాక్టరును లేదా ఇంటర్నెట్ ద్వారా ఈ వ్యాధుల గురించి కనుగొనమనాలి. ఆధునిక జీవనశైలి కారణాల వల్ల వచ్చాయా చార్ట్‌పై వీటిని క్లాస్ రూమ్‌లో ఉంచాలి.

**ఇది మీకు తెలుసా? :** WHO రిపోర్ట్ ప్రకారం భారతదేశంలో 61% మృత్యువాత పడుతున్నారు. జీవన విధాన వ్యాధి కారణంగా. దీనికి కారణాలు కలుషిత ఆహారం, వ్యాయామం మరియు శారీరకశ్రమ మరియు పొగాకు సేవించడం, మద్యపానం, మానసిక ఆరోగ్యం దెబ్బ తింటుంది.

**కఠిన పదాలు :** వ్యాధి, సాంక్రమిక వ్యాధి, జీవన విధాన వ్యాధి, సంక్రమ వ్యాధి, మధుమేహం, హైపర్ టెన్షన్, పోలియో, పచ్చ కామెర్లు, ధనుర్వాతం, మలేరియా, మమ్స్, టి.బి., ఎయిడ్స్ మొదలైనవి.