يعرف كل فرد منا معنى المرض، سواء كان صداعاً أو شعوراً بالألم. ونُدرك أهمية الصحة فقط عندما نمرض. يُعد المرض، سواء كان خفيفاً أو حاداً أو مزمناً، دليلاً على عدم التمتع بصحة كاملة. الصحة والمرض درجات متباينة من حيث الشدة ومدتها، وتختلف من شخص لآخر. من أعراض المرض: آلام المفاصل، الحمى، آلام المعدة، الدوخة، وغيرها. وبناءً على ذلك، نستنتج: 1. الصحة هي عكس المرض. 2. غياب الأعراض يدل على الصحة. 3. الصحة والمرض درجات. **معنى الصحة:** لا تقتصر الصحة على خلو الجسم من المرض والاضطرابات، بل هي حالة من التكامل بين الشعور بالكفاية والسعادة الجسمية والنفسية والاجتماعية. وهي حالة من التوافق بين الوظائف البدنية والنفسية، والقدرة على مواجهة الصعوبات مع الشعور بالنشاط والحيوية. الجسمية والنفسية والاجتماعية التامة، (Well – being) يُعرّف منظمة الصحة العالمية الصحة بأنها: "حالة الرفاهية والسعادة وليست مجرد غياب المرض أو العجز أو الضعف." يتضمن هذا التعريف نقطتين مهمتين: 1. الصحة لا تقتصر على الجانب البدني فقط، بل تشمل جوانب نفسية واجتماعية. 2. ليست مجرد غياب المرض، بل هناك شروط إيجابية يجب توافرها للتمتع بصحة كاملة. **معنى المرض:** المرض هو عكس الصحة، ويُعرّف طبياً بأنه أي شرط أو وضع جسمي غير سوي. الاضطراب والعلامات (Symptoms) هو خلل أو تعطيل في النظام الطبيعي للجسم. المرض أو الاضطراب يتضمن مجموعة من الأعراض (Syn مثل ضغط الدم، ارتفاع درجة الحرارة، الغثيان، الإقياء، والدوخة. تُعرف هذه الأعراض مجتمعة باسم متلازمة (Signs أو تناذر. يُطلق على هذا التجمع من الأعراض اسم مرض أو اضطراب بعد فحصها وتشخيصها (dome.

Summarized by © lakhasly.com