

г. Санкт-Петербург, 17 ноября 2006 г.

Пропаганда здорового образа жизни как один из основных механизмов реализации ПНП «Здоровье»



К.И. Сайткулов, Ассоциация профессиональных медицинских обществ по качеству

900igr.net

Факторы, определяющие здоровье



Образ жизни и здравоохранение определяют здоровье **на 60%**,
причем от образа жизни здоровье зависит в **4–5 раз** больше,
чем от работы системы здравоохранения.

*Данные «Института Будущего»
Здоровье и здравоохранение 2010 (2000)*

Что делать в России для улучшения здоровья населения?

УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ – ЭТО ПРОЦЕСС, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ УПРАВЛЯТЬ ФАКТОРАМИ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИМИ ЗДОРОВЬЕ, И ТАКИМ ОБРАЗОМ УЛУЧШАТЬ ЗДОРОВЬЕ ГРАЖДАН

Экономический блок

Медицинский блок

Социальный блок

Экологический блок

**Медико-санитарное просвещение населения и пропаганда здорового образа жизни
(40-50%)**

**Повышение доступности и качества медицинской помощи
(Национальный проект «Здоровье» – первый шаг)
(15-20%)**

Эффективность здравоохранения

Пример межведомственных программ по борьбе с факторами риска

В общей смертности от неинфекционных заболеваний и травм предотвратимые факторы риска составляют:

- ✓ Высокое АД (36%);
- ✓ Высокий холестерин крови (23%);
- ✓ Табакокурение (17%);
- ✓ Низкое потребление фруктов (13%);
- ✓ Алкоголь (13%);
- ✓ Ожирение (12%);
- ✓ Низкая физическая активность (9%);
- ✓ Загрязнение окружающей среды (1,1%);
- ✓ Повышенное содержание свинца (1%);
- ✓ Потребление наркотиков (0,9%).

В 90-х годах XX века правительства развитых стран начали реализацию национальных программ по борьбе с факторами риска и получили выдающиеся результаты.

Приверженность здоровому образу жизни населения РФ

Четыре фактора риска: высокое артериальное давление, высокий уровень холестерина и табакокурение и чрезмерное потребление алкоголя, дают вклад

- **в 87,5%** в общую смертность в стране
- **58,5 %** в количество лет жизни с утратой трудоспособности.

Первое место по вкладу на количество лет жизни с потерей трудоспособности **с 16,5 %** стоит злоупотребление алкоголем.

Показатели здоровья населения РФ: здоровый образ жизни

Курильщики – **65% мужчин;**
25% женщин.

Злоупотребляют алкоголем – **70% мужчин;**
47% женщин.

Один из самых высоких показателей потребления алкоголя в пересчете на чистый спирт в Европе – **12 литров на душу населения в год**

Повышенный вес – **20% мужчин;**
25% женщин.

Не занимаются спортом – **38% мальчиков;**
59% девочек.

Данные ВОЗ

Пропаганда здорового образа жизни

Только усилиями системы здравоохранения, без участия пациента, сдвигов в улучшении здоровья россиян добиться невозможно, поэтому необходимо:

- ✓ информацию о здоровом образе жизни немедленно **донести до каждого жителя нашей страны;**
- ✓ повысить информированность граждан с целью **стимулирования рождаемости и рождения здоровых детей;**
- ✓ **консолидировать общество** – государство, предпринимателей, церковь в борьбе за здоровье нации;
- ✓ **первым лицам государства подавать личный пример;**
- ✓ **повысить ответственность каждого гражданина** за свое здоровье (ведение здорового образа жизни) и здоровья своих близких.

Пропаганда здорового образа жизни

Средства – «Кодексы здоровья и долголетия», содержащие научно-обоснованные рекомендации по здоровому образу жизни и профилактике заболеваний, а также о заболеваниях и правилах приема лекарств



Пропаганда здорового образа жизни

Принципы информационного сопровождения

- ✓ **Национальная программа**
- ✓ **Формирование позитивного отношения к личному будущему и будущему страны, патриотизм**
- ✓ **Пропаганда личным примером первых и авторитетных лиц государства**
- ✓ **Межведомственный подход:**
 - **Минздравсоцразвития,**
 - **МЭРТ,**
 - **Министерство образования и науки,**
 - **Министерство сельского хозяйства,**
 - **Министерство культуры и массовых коммуникаций, Агентство по туризму и спорту,**
 - **РАМН и др.**

Пропаганда здорового образа жизни

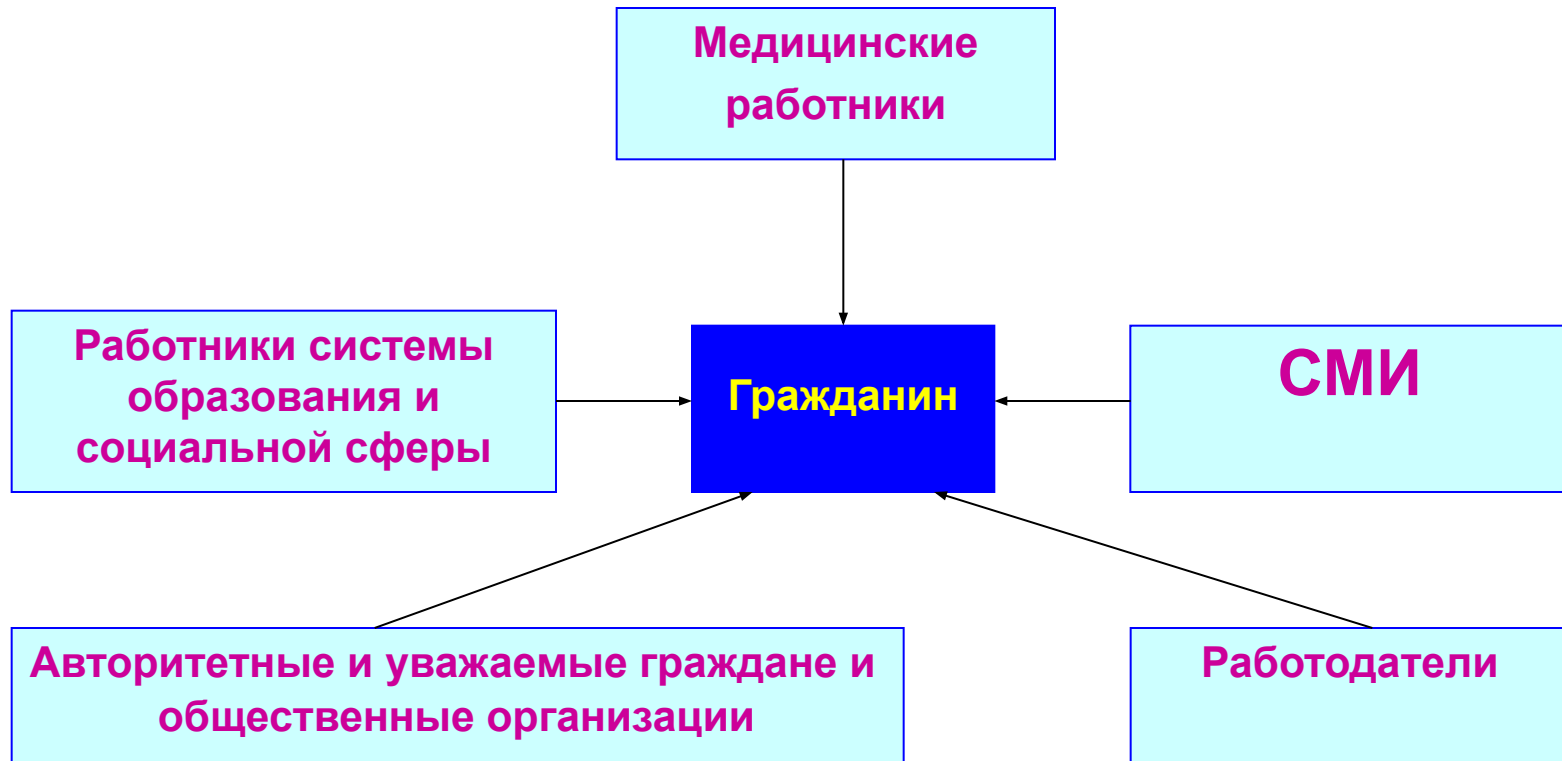
Принципы информационного сопровождения пропаганды здорового образа жизни

- ✓ **Многоуровневый подход:**
 - Региональные и федеральные органы власти
 - Законодательные органы власти
 - Муниципалитеты
 - Общественные организации
 - Церковь
 - Работодатели
 - Школа
 - Семья
 - Отдельные граждане

- ✓ **Комплексный подход:** нормативно-правовая база, участие масс-медиа, доступность средств информации, активная пропаганда и др.

Пропаганда здорового образа жизни

Каналы распространения:



Пропаганда здорового образа жизни

Образцы кодекса здоровья и долголетия

Молодой и средний возраст

МОЛОДОЙ
И СРЕДНИЙ
ВОЗРАСТ



 КОДЕКС ЗДОРОВЬЯ
И ДОЛГОЛЕТИЯ

Старшая возрастная группа

СТАРШАЯ
ВОЗРАСТНАЯ
ГРУППА



 КОДЕКС ЗДОРОВЬЯ
И ДОЛГОЛЕТИЯ

Пропаганда здорового образа жизни

Образцы кодексов здоровья и долголетия

Детский возраст

ДЕТСКИЙ
ВОЗРАСТ



КОДЕКС ЗДОРОВЬЯ
И ДОЛГОЛЕТИЯ

Подростковый возраст

ПОДРОСТКОВЫЙ
ВОЗРАСТ

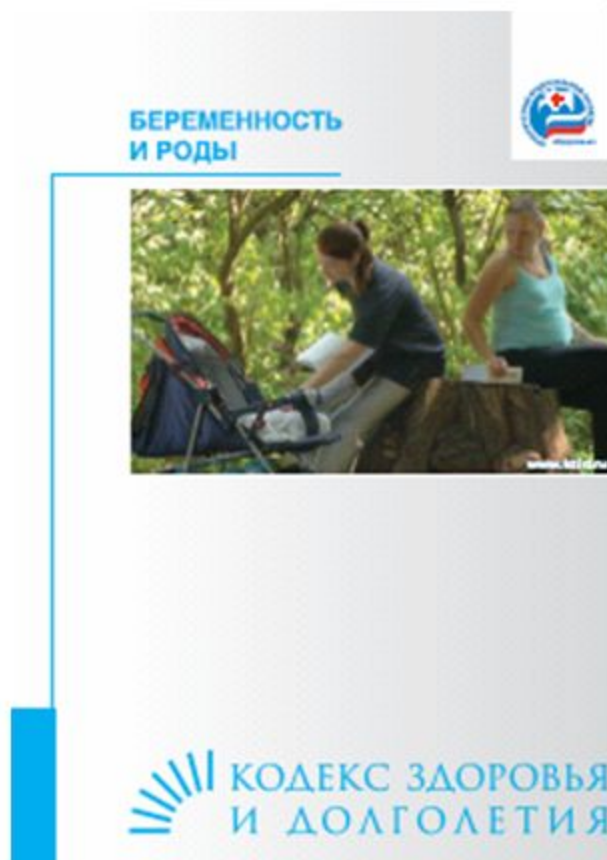


КОДЕКС ЗДОРОВЬЯ
И ДОЛГОЛЕТИЯ

Пропаганда здорового образа жизни

Образцы кодексов здоровья и долголетия

Беременность и роды



Пропаганда здорового образа жизни

Ожидаемый политический и социальный эффект:

- повышение доверия к власти;
- консолидация общества;
- повышение удовлетворенности населения;
- обеспечение национальной безопасности страны
- улучшение демографической ситуации;
- ✓ снижение смертности от предотвратимых причин и увеличение продолжительности жизни граждан (только благодаря пропаганде здорового образа жизни можно спасти более 100 тыс. жизней граждан России в год);
- ✓ снижение уровня инвалидности;
- ✓ оздоровление детей, подростков и женщин.

Пропаганда здорового образа жизни

Ожидаемый экономический эффект:

- сокращение расходов государства и работодателей от смертей работоспособного населения;
- сокращение расходов государства на оплату больничных листов, пособий по инвалидности, лечение осложнений заболеваний;
- на 1 руб. вложений на пропаганду здорового образа жизни: 10 – 15 руб. вклада в ВВП.