Протокол **№4** от 27.10.2017г.

Заседания общественного совета при ГБУЗ «ВОККВД».

Присутствовали:Мелехова Е.В,Цуканова И.А,Додонова Т.А,Ивченко Е.Д,Рубанова Е.В,Бессонова Т.Б,,Слатимова Н.Н,Сушкова Е.В,Донцова Е.П.

Тема заседания:

Роль медицинских работников по пропаганде здорового образа жизни среди населения.

**Введение**. Здоровье человека является важнейшей ценностью жизни и зависит от множества факторов. Однако на сегодняшний день преобладает мнение, что здоровье народа на 50 % определяется образом жизни, на 20 % — экологическими; на 20 % — биологическими (наследственными) факторами и на 10 % — медициной [5].

Следовательно, если человек ведет ЗОЖ, то все это предопределяет на 50 % высокий уровень его здоровья. Особую актуальность это приобретает в молодежной среде — потенциально наиболее активной части населения. Как ни банально это звучит, но от того, насколько здорова наша молодёжь, зависит будущее нашей страны. Молодёжь от 16 до 29 лет, по данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), составляет около 30 % населения, заболеваемость этой категории за последние 5 лет увеличилась на 26,3 %. Смертность от неинфекционных заболеваний постоянно возрастает во всем мире и достигает сейчас 83 %.

Причиной всех подобных заболеваний является отсутствие личной заинтересованности у молодёжи в здоровом образе жизни, заботе о продолжении своего рода. Молодые готовы воспринимать все новое и непознанное, не задумываясь о последствиях. При этом они еще идеологически неустойчивы, и в их умы легче внедрить как положительный, так и отрицательный образ. Когда нет положительной альтернативы, то идеологический вакуум заполняется наркотиками, курением, алкоголизмом и другими вредными привычками. Это хорошо понимают на Западе. В Америке и Европе в последние годы начался бум борьбы за здоровый образ жизни. Люди считают калории, следят за давлением и весом, занимаются спортом. Быть здоровым стало престижно и модно. К примеру, во многих странах объявлена настоящая война табаку. В Англии разработана большая социальная программа «Курение — убивает» [1].

Любая программа профилактики, в том числе, по формированию здорового образа жизни, не может строиться по принципу запретов, устрашения или отрицания. Тем не менее, во многих публикациях уделяется внимание работе по профилактике алкоголизма, наркомании, но не ведется, или почти не ведётся, популяризация физической активности. А ведь это — важнейшая составная часть здорового образа жизни, а в системе профилактики [5].

Основная задача при проведении профилактической работы, направленной на формирование здорового образа жизни — ориентировать население на развитие самостоятельного мышления, на самовоспитание [4]. Также важным при этом является выработка системы нравственных ценностей, идеалов и навыков культуры здорового образа жизни, привитие стойкого иммунитета к негативным влияниям среды, научить подрастающее поколение тому, как оказать сопротивление, как научиться говорить «нет» и как отказаться от нежелательной дружбы [3].

Необходимо стремиться убедить людей в том, что внимательное и ответственное отношение к собственному здоровью, соблюдение принципов здорового образа жизни, осведомленность в вопросах профилактики заболеваний позволяют каждому из нас в корне изменить уровень и качество жизни в лучшую сторону [2].

Среди пациентов популярными источниками о здоровом образе жизни являются телевизионные передачи (68,7 %), газеты и журналы являются источником информации о здоровом образе жизни у 43 % опрошенных пациентов, 34 % респондента обращаются за информацией о здоровом образе жизни к интернету, аргументируя это удобством получения информации на рабочем месте. Непопулярными источниками информации о здоровом образе жизни оказались радиопередачи (2,5 %) и медицинские работники (5 %). По мнению пациентов, для того, чтобы люди вели здоровый образ жизни необходимо: популяризировать здоровый образ жизни в СМИ (2,5 %), государственных программ (21,6 %), усилия каждого человека (10,3 %). Большинство опрошенных (61,8 %) выбрали все три вышеперечисленных варианта ответов. Собственные варианты ответов пациентов составили 3,8 %. Предлагались следующие варианты: больше строить спортивных площадок, предоставление льгот редко болеющим сотрудникам, пропаганда должна вестись медицинскими работниками, совершенствование оказания помощи медицинскими учреждениями.

С материалом ознакомила Мелехова Е.В.

Следующее заседание провести 27.01.2018г.