

Утверждаю
Ректор ВГМУ им. Н.Н. Бурденко
проф. И.Э. Есауленко



**КОНЦЕПЦИЯ
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И
ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ
ВГМУ ИМ. Н.Н. БУРДЕНКО НА ПЕРИОД ДО 2025 ГОДА**

Утверждена на заседании координационного совета по здоровьесбережению
ФГБОУ ВО «ВГМУ им Н.Н. Бурденко» Минздрава России «31» марта 2021г. в
части рассмотрения стратегии организации работы по здоровьесбережению
сотрудников и обучающихся в ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

1. Общие положения

Концепция формирования здорового образа жизни ВГМУ им. Н.Н. Бурденко на период до 2025 года (далее - Концепция) разработана с целью сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса посредством влияния на управляемые факторы риска.

Концепция разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, приоритетным национальным проектом в сфере здравоохранения «Здоровье» в части формирования здорового образа жизни, Концепцией демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, с учетом отечественного и зарубежного опыта.

2. Основные понятия, используемые в Концепции

Здоровье – состояние полного физического, духовного и социального благополучия при полной адаптации к условиям внешней среды и способности к воспроизводству, а не только отсутствие болезней и физических нарушений.

Здоровый образ жизни – категория общего понятия «образ жизни», включающая в себя благоприятные условия жизнедеятельности человека, уровень его культуры и гигиенических навыков, позволяющих сохранять и укреплять здоровье, предупреждать развитие его нарушений и поддерживать оптимальное качество жизни.

Качество жизни – категория, включающая в себя сочетание условий жизнеобеспечения и состояния здоровья, позволяющих достичь физического, психического и социального благополучия и самореализации.

Популяционная стратегия - воздействие на те факторы образа жизни и окружающей среды, которые увеличивают риск развития неинфекционных заболеваний, травм и несчастных случаев среди всего населения, благодаря чему создается благоприятная среда для формирования здорового образа жизни.

Профилактика заболеваний – система мер медицинского и немедицинского характера, направленная на предупреждение, снижение риска развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний, предотвращение или замедление их прогрессирования, уменьшение их неблагоприятных последствий.

Первичная профилактика – комплекс медицинских и немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний, общих для всего населения, отдельных региональных, социальных, возрастных, профессиональных и иных групп и индивидуумов.

Вторичная профилактика - предупреждение прогрессирования неинфекционных заболеваний, выявление лиц с ранними стадиями заболевания или последствиями травм и несчастных случаев и проведение соответствующих профилактических и лечебных мероприятий.

Оздоровление – направление восстановительной медицины, обеспечивающее повышение функциональных резервов и адаптивных возможностей человека, предупреждение заболеваний и улучшение качества жизни у лиц, ослабленных в результате действия неблагоприятных факторов среды и деятельности или имеющих функциональные преморбидные расстройства здоровья.

Укрепление здоровья – процесс, позволяющий людям повысить контроль за своим здоровьем, а также сохранить и улучшить его.

Реабилитация – восстановление или компенсация нарушенных функций и трудоспособности человека, достигаемые применением государственных и общественных медицинских, профессиональных и социальных мероприятий.

Гигиеническое воспитание и обучение – система образования, включающая в себя комплексную просветительскую, обучающую и воспитательную деятельность, направленную на повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны, на формирование культуры здоровья, закрепление гигиенических навыков, создание мотивации для ведения здорового образа жизни как отдельных людей, так и общества в целом.

Социально-гигиенический мониторинг – государственная система наблюдения, анализа, оценки и прогноза состояния здоровья населения и среды обитания человека, а также определения причинно-следственных связей между состоянием здоровья населения и воздействием факторов среды обитания человека.

Стратегия высокого риска – выявление и снижение уровней факторов риска людей с высоким риском развития неинфекционных заболеваний, травм и несчастных случаев.

Стратегия профилактики заболеваний – общая, генеральная линия или основные установки, важные для подготовки и осуществления профилактики заболеваний.

Предпосылки для создания Концепции

Необходимость разработки Концепции продиктована следующими обстоятельствами:

1. Недопониманием важности и сущности профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни во всех институтах общества.
2. Несовершенством нормативной правовой базы.
3. Недостатком финансирования профилактического направления.
4. Недостаточной ответственностью граждан за собственное здоровье и здоровье своих близких.
5. Недостаточностью взаимодействия и координации деятельности по направлению профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни.
6. Ориентацией здравоохранения на лечебную составляющую.

7. Низким уровнем мотивации медицинского персонала в оказании профилактических услуг.

8. Недостаточностью здоровьесберегающего направления в образовательном процессе.

9. Недостатком социальной рекламы по пропаганде здорового образа жизни и профилактике заболеваний при значительном объеме медиа-информации о рискованных формах поведения.

10. Отсутствием эффективных научно-обоснованных учебных программ по здоровому образу жизни для практического использования.

11. Недостатком информационных и методических материалов профилактической направленности.

12. Отсутствием системы до- и последипломной подготовки специалистов по медицинской профилактике и пропаганде здорового образа жизни.

В представленной Концепции отражены основные профилактические направления: популяционная стратегия, стратегия высокого риска, первичная, вторичная и третичная профилактика.

Для профилактики неинфекционных заболеваний наибольший интерес представляют управляемые факторы риска, связанные с образом жизни: низкая физическая активность, нерациональное питание, избыточная масса тела, курение, злоупотребление алкоголем, неумение справляться со стрессами. Вклад этих факторов в общую заболеваемость и смертность населения страны колеблется от 9 до 35 процентов.

Большинство факторов риска являются универсальными для развития неинфекционных заболеваний: низкая физическая активность, нерациональное питание, избыточная масса тела, курение, злоупотребление алкоголем, неумение справляться со стрессами.

Для повышения физической активности необходимо развитие сети для занятий физкультурой и спортом, формирование спортивного резерва, обеспечение доступности занятий физической культурой для населения области.

Проблема несбалансированного питания актуальна для всех групп населения и особенно остро стоит для молодежи. Несмотря на улучшение выполнения норм питания, в большинстве образовательных учреждений рационы питания не соответствуют нормам по содержанию продуктов-поставщиков белков, жиров, углеводов, витаминов и микронутриентов, калорийности.

Обращает на себя внимание низкая информированность населения о показателях своего здоровья и недостаточная приверженность к лечению. Население недостаточно активно привлекается к участию в массовых акциях профилактической направленности и испытывает недостаток в информационных материалах по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

Это потребует значительных межведомственных усилий. Сформировались обширные группы населения, условия и образ жизни которых не совместимы со здоровым образом жизни. Решающий вклад в

преждевременную смертность вносят неконтролируемая алкоголизация и потребление населением наркотических средств. Им сопутствуют болезни, связанные с поражением внутренних органов, снижение интеллектуального потенциала населения, травматизм, суициды, рост преступности и др.

Главное направление – значительное усиление профилактического направления, не столько за счет здравоохранения, но и за счет других субъектов профилактики (образования, физической культуры и спорта, питания, культуры и др.). Стратегия массовой профилактики заключается в изменении образа жизни и факторов окружающей среды, связанных с заболеваниями, а также социальных и экономических детерминант. Реализация такой стратегии является задачей всех ветвей и уровней власти, при инициативной и каталитической роли здравоохранения.

Второе направление – выявление лиц с высоким риском заболевания, коррекция факторов риска, раннее лечение. Здесь роль здравоохранения преобладает.

И третье направление – вторичная и третичная профилактика, которая заключается в выявлении лиц с ранними стадиями заболевания, предупреждении рецидивов, прогрессирования болезненного процесса и возможных его осложнений и проведении реабилитационных мероприятий. В этом секторе роль здравоохранения ведущая.

Оптимальные результаты получаются при сочетании всех трех направлений.

Таким образом, очевидна необходимость разработки и принятия программного документа, определяющего стратегию решения перечисленных проблем – Концепции формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний на период до 2020 года.

Цель и задачи Концепции

Целью Концепции являются сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса путем профилактики заболеваний и создания системы формирования здорового образа жизни.

Основные задачи Концепции:

1. Содействие развитию приоритета профилактики заболеваний и формированию здорового образа жизни в программах региональных действий по укреплению и сохранению здоровья участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

2. Разработка предложений по созданию системы межведомственного взаимодействия и партнерства по вопросам сохранения и укрепления здоровья на всех уровнях власти.

3. Повышение уровня информированности участников образовательного процесса по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационно-пропагандистской и образовательной системы, направленной на мотивацию населения к здоровому образу жизни, профилактику травматизма, привлечение к активному отдыху,

занятию физической культурой, туризмом и спортом, начиная с детского возраста.

4. Расширение профилактической составляющей деятельности ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

5. Повышение доступности профилактических услуг для всех групп участников образовательного процесса.

6. Совершенствование системы подготовки медицинских и немедицинских кадров по вопросам формирования здорового образа жизни, профилактике заболеваний.

7. Формирование и совершенствование системы мониторинга заболеваний, поведенческих факторов риска и уровня информированности участников образовательного процесса по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

8. Создание условий для реализации принципов здорового образа жизни (инфраструктуры для реализации принципов здорового образа жизни).

Принципы реализации Концепции

В целях успешной реализации Концепции необходимо руководствоваться следующими принципами:

1. Приоритет оздоровительных и профилактических мер в области охраны здоровья участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

2. Своевременное реагирование на тенденции в состоянии здоровья различных групп участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

3. Доступность для участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко оздоровительных мероприятий вне зависимости от социального статуса граждан, уровня их доходов и места жительства.

4. Непрерывность оздоровительных мероприятий в течение всего периода обучения в ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

5. Формирование у участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко ответственности за свое здоровье и здоровье своих близких.

6. Адресность мер по формированию здорового образа жизни, с учетом социального статуса участников образовательного процесса, поло-возрастных и иных характеристик.

7. Этапность реализации мер по формированию здорового образа жизни.

Координация Концепции и оценка эффективности ее реализации

Координацию реализации Концепции предлагается осуществлять в рамках работы Комиссии ученого совета по формированию здоровьесберегающих технологий участников образовательного процесса, оценку эффективности проводить на заседаниях

Ученого совета университета по контролю реализации приоритетных направлений в области здоровьесбережения участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.

Основные направления работы в рамках реализации Концепции

1. Формирование региональной политики, разработка предложений по источникам финансирования

Для выработки эффективной политики, способствующей мотивации участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко к здоровому образу жизни и созданию благоприятной окружающей среды для сохранения и укрепления здоровья, необходимо развивать сотрудничество со всеми секторами гражданского общества. Особенно важно создание ориентированных на профилактику заболеваний подходов, при этом особое внимание следует уделить уязвимым группам (студенты, абитуриенты), нужно также учитывать неравенство в состоянии здоровья между различными социальными группами.

Для этого предполагается:

1) признать, что формирование здорового образа жизни — это не только медицинская, но и социально-экономическая проблема, проблема государственного уровня; соответственно и пути ее решения должны быть общегосударственными мерами с участием всего сообщества;

2) придать первостепенное значение решению данной проблемы в системе здравоохранения, образования, физкультуры и спорта, культуры. Для этого должны быть предприняты организационные усилия и выделены адекватные человеческие, технические и финансовые ресурсы;

3) создать систему подготовки кадров для осуществления мероприятий по формированию здорового образа жизни во всех указанных ведомствах;

4) привлечь средства массовой информации (СМИ) для освещения вопросов о причинах заболеваний, основных методах их профилактики, основах здорового образа жизни, выделить для этого государственные ресурсы как финансовые, так и информационные.

Финансирование мероприятий по формированию здорового образа жизни предполагается за счет бюджетов всех уровней и внебюджетных источников ВГМУ.

2. Развитие и совершенствование нормативной правовой базы, направленной на совершенствование системы государственного управления в сфере профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни

3. Совершенствование профилактической составляющей системы здравоохранения

Разработка и осуществление профилактических программ невозможны без эффективного партнерства медицинского и немедицинского секторов, государственных и частных организаций, научно-исследовательских учреждений и профессиональных научных обществ, общественных организаций, а также активного участия самого населения.

Медицинские работники должны играть важную роль в просвещении и продвижении ключевых методов профилактики в различные секторы, такие как окружающая среда, спорт, транспорт и другие.

Профилактика должна стать частью практической деятельности университета, а программы профилактики заболеваний должны быть интегрированы в обязанности учреждений медицинского сектора здравоохранения. Для этого нужно развитие стимулов, способствующих таким изменениям (как материальных, так и моральных).

4. Подготовка кадров

Для осуществления мероприятий по формированию здорового образа жизни у участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко необходимо достаточное количество квалифицированных медицинских и немедицинских кадров.

Однако в настоящее время отсутствует единая система стандартов обучения профилактике заболеваний как на пред-, так и на последипломном уровне, система подготовки немедицинских кадров, система непрерывного профессионального развития в этой области, что могло бы позволить специалистам обновлять их навыки и опыт посредством тренировок и обучения.

Специалисты в области профилактики заболеваний могут быть подготовлены не только из медиков и педагогов. Профессионалы других специальностей: психологи, социальные работники, журналисты, лица, принимающие решения, могут также быть обучены методам профилактики.

Для ликвидации этих пробелов необходимо развитие системы обучения и получения навыков не только в традиционных областях – профилактики и эпидемиологии, - но и новых, таких как укрепление здоровья, доказательная медицина, оценка воздействия разнообразных факторов на здоровье.

Для подготовки высококвалифицированных специалистов предполагается:

1) создать и утвердить стандарты обучения по вопросам сохранения и укрепления здоровья для подготовки кадров с различными по специализации программами подготовки;

2) включить в программы обучения не только теоретические аспекты профилактики, но и реальные практические навыки, необходимые для ежедневной работы специалистов в области профилактики заболеваний;

3) развивать систему непрерывного профессионального развития, тренировок и обновления навыков;

4) пересмотреть и дополнить существующие программы обучения современными методами подготовки специалистов по обучению населения основам здорового образа жизни, методам улучшения здоровья и профилактики заболеваний.

5. Информирование и просвещение

Уровень знаний населения в области здоровья - один из первых и значимых факторов, от которого зависит активность населения в сохранении здоровья.

Для эффективного просвещения населения по вопросам сохранения и укрепления здоровья целесообразно предпринять следующие действия:

1) ориентировать и мобилизовать первичное здравоохранение на просвещение населения о причинах заболеваний, основных методах их профилактики, основах здорового образа жизни и на поддержку населения в его здоровом выборе;

2) научно-исследовательским центрам (просвещения, здравоохранения) разрабатывать, осуществлять и оценивать эффективные долгосрочные программы по обучению основам здорового образа жизни и профилактике заболеваний, информировать властные структуры, а также население об эффективности таких программ по промежуточным и конечным результатам;

3) повысить активность заинтересованные ведомства (образования, физической культуры, спорта и туризма; торговли и питания; культуры и др.) в организации, координации, осуществлении просветительных мер по формированию здорового образа жизни;

4) реализовывать популяционный подход в просвещении населения по основам здорового образа жизни, мерам по укреплению здоровья и профилактике заболеваний;

5) создавать методические пособия, в которых были бы представлены научно-обоснованные положения об основах здорового образа жизни;

6) создавать и проводить образовательные курсы по научно-обоснованной профилактике;

7) активизировать работу средств массовой информации по информированию населения об основах здорового образа жизни, причинах заболеваний, основных методах их профилактики, используя соответствующие научные разработки и оценочные технологии для повышения эффективности такой работы.

Основные этапы и ожидаемые результаты реализации Концепции

Реализация мероприятий Концепции на период до 2025 года будет осуществляться в три этапа.

На первом этапе (2021-2022 годы) будет проведено формирование соответствующей организационной и правовой базы, отработка предполагаемых мер Концепции. Планируется разработка планов мероприятий по реализации Концепции. Будут реализованы меры, направленные на преодоление сложившихся негативных тенденций, в том числе осуществлена часть мероприятий по снижению распространенности поведенческих факторов риска и, как следствие, снижение уровней заболеваемости в молодежной среде.

На втором этапе (2022-2023 годы) будет сделан акцент на создании мотивации у участников образовательного процесса ВГМУ им. Н.Н. Бурденко к здоровому образу жизни и повышению доступности оздоровительных мероприятий.

На третьем этапе (2024 - 2025 годы) предусматривается на основе оценки влияния реализуемых проектов и программ на показатели здоровья

корректировать и проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья с выходом на региональный уровень.

Критериями эффективности реализации Концепции будет снижение распространенности поведенческих факторов риска и повышение уровня информированности населения о здоровом образе жизни, установленном по результатам мониторинга.