

*М. М. Романова, А. А. Зуйкова*

## **СУББОТНИК ЗДОРОВЬЯ: НАЗАД В ПРОШЛОЕ ИЛИ ВПЕРЕД В БУДУЩЕЕ**

*ГБОУ ВПО ВГМА им. Н.Н. Бурденко Минздрава России,  
каф. поликлинической терапии и общей врачебной практики*

**Резюме.** В статье проанализированы предпосылки формирования и реализации проекта «Живи долго!» в Воронежской области, особенности организации и проведения «Субботника здоровья» в современных условиях, его результатов, особенности проведения конкурса среди медицинских учреждений, а также перспективы данной формы работы медицинских работников и медицинских организаций с пациентами. Полученные данные следует учитывать при планировании и проведении организационно-методических, научно-практических, лечебно-диагностических и профилактических мероприятий среди населения.

**Ключевые слова.** Здравоохранение, пациенты, врачи, медицинские учреждения, здоровый образ жизни, здоровье.

В здравоохранении нашей страны в целом и Воронежской области частности в течение последних лет произошли позитивные преобразования [1, 3, 5]. Однако, демографические показатели на территории области, такие индикаторы как «уровень смертности населения», «средняя продолжительность жизни») не вполне благополучны. Установлено, что 33% взрослого населения Воронежской области курит, 5722 человек (0,3% взрослого населения) регулярно употребляет наркотики, 41% смертей от инсультов (инфарктов) связаны с поздним обращением, их можно было предотвратить. В тоже время каждому разумному человеку важно знать, что можно и нужно сделать для сохранения своего здоровья, куда и когда для этого обращаться, иметь стойкую мотивацию и желание это делать. В связи с этим необходимо эффективными способами повлиять на отношение граждан к своему здоровью, заставить задуматься и изменить это отношение; дать максимально полную информацию об имеющихся в городе и районах области возможностях заботиться о здоровье - медицинских, спортивных, культурно-развлекательных и т.д.; инициировать активные действия со стороны граждан в части заботы о своем здоровье - пройти медицинское обследование, начать правильно питаться, записаться в спортивный зал, бассейн.

Поэтому с 2014 г. на территории нашей области по инициативе департамента здравоохранения при поддержке правительства и губернатора Воронежской области реализуется масштабный областной межведомственный проект «Живи долго!», направленный на информирование населения, стимулирование раннего обращения граждан за медицинской помощью, повышение уровня личной ответственности за сохранение здоровья.

Основная цель проекта - содействие снижению смертности жителей Воронежской области и повышению продолжительности жизни путем реализации комплексных мер за счет стимулирования ранней обращаемости за медицинской помощью, формирования здорового образа жизни и ответственного отношения граждан к своему здоровью. Среди его задач - целенаправленное комплексное

воздействие на причины преждевременной смертности населения и формирование культуры долгожительства; изменение поведения граждан через активизацию их мотивации в отношении сохранения здоровья и увеличения продолжительности жизни; разрушение ложных стереотипов о здоровье, здравоохранении, долголетию и формирование у граждан продуктивных установок на управление собственным здоровьем; формирование общественного дискурса на тему активного отношения к здоровью и долголетию; формирование нового подхода к оздоровлению общества через вовлечение граждан в процесс самообразования; формирование культуры здорового образа жизни и активного долголетия.

Проект предусматривает межведомственное взаимодействие всех заинтересованных структур власти, бизнес - сообщества, общественных организаций и иных граждан и организаций, которые могут оказывать и оказывают влияние на факторы продолжительности жизни населения.

Основные направления Проекта: «Донести до каждого», «Обратись вовремя!», «Здоровое поколение», «Двигаться - значит жить!», «Питайся на здоровье!», «Инфаркту и инсульту - нет!» и другие.

Первое масштабное мероприятие по проекту - «Субботник здоровья» - приурочено к Всемирному дню здоровья.

12 апреля в Воронеже в рамках Проекта в ТРЦ «Сити-парк Град» прошла первая масштабная акция - «Субботник здоровья». В специально отведенных зонах медицинские специалисты принимали взрослых и детей. Всем посетителям были предложены консультации ведущих врачей области, праздничное настроение создавали специально приглашенные танцевальные и песенные коллективы. Основная идея акции – дать возможность работающему населению пройти обследование и получить консультации ведущих специалистов в выходной день - в удобное время и в удобном месте. Торговые центры – излюбленное место досуга большого числа граждан, поэтому медики решили сами пойти «в народ», организовав акцию в сити-парке «Град», одном из самых посещаемых торговых центров области.

Акции по профилактическому осмотру регулярно проходят в Воронеже в течение последних лет, однако в этом году мероприятие приобрело беспрецедентные масштабы: в «Субботнике здоровья» приняли участие более 150 врачей, медицинских сестер из и волонтеров, всего в акции было задействовано 26 медицинских организаций. Следует отметить, что все они работали практически как волонтеры, т.е. бесплатно.

В ходе «Субботника здоровья» воронежские врачи провели более 6 тысяч консультаций. Уровень глюкозы в крови определили 700 человек, проверили свои легкие на количество угарного газа и общую жизненную емкость 160 посетителей, узнали свой индекс массы тела 315 человек, прошли исследование на плотность костной ткани и получили консультации по проблемам остеопороза более 180 человек, центры здоровья посетили 600 человек.

В организации и проведении «Субботника здоровья», консультациях населения участвовали и сотрудники ВГМА им. Н.Н.Бурденко - доценты и ассистенты кафедр, главные внештатные специалисты департамента здравоохранения Воронежской области, входящие в состав рабочей группы Проекта. Кафедра поликлинической терапии и общей врачебной практики принимала непосредственное участие в акции. Клинические ординаторы кафедры - будущие врачи общей практики работали в зоне Центров здоровья, выполняли посетителям пикфлоуметрию и денситометрию. А студенты-кружковцы кафедры осуществляли компьютерное тестирование пациентов по качеству питания и консультировали по вопросам здорового и диетического питания [2, 4] вместе с главным внештатным диетологом области.

Среди самых ярких впечатлений студентов 6 курса лечебного факультета от «Субботника здоровья» – то, что столько много медицинских работников вышли проводить консультации в свой выходной день и работали с «от души» и «с огоньком», и то, что пациенты – посетители ТРЦ, поначалу немного стеснясь, и не веря, что все это обследование и всех специалистов можно пройти здесь бесплатно, постепенно выстраивались в очереди, задавали самые разные вопросы. Студенты были поражены, насколько люди мало знают о своем здоровье, о здоровом питании, о мерах профилактики, о физической активности.

Это был первый, но не последний субботник. В течение 2014 года подобных субботников здоровья в различных форматах и учреждениях на территории Воронежской области прошло немало. Проводились и многие-многие другие мероприятия реализации областного межведомственного проекта «Живи долго!», в рамках которого проводился конкурс среди медицинских организаций. К основным критериям конкурса относились взаимодействие с общественными организациями, учреждениями образования, физической культуры и спорта, организация акций и мероприятий для населения, телефонной «справочной здоровья», разработка и использование собственных оригинальных форм профилактической работы и др. Итоги конкурса были подведены недавно, в два этапа. В ходе первого этапа состоялась выставка стендов, наглядных пособий, раздаточного материала медучреждений; в ходе второго - видео-презентации и выступления медработников в защиту своей медицинской организации, номера творческих и спортивных коллективов. Несмотря на строгое жюри, конкурс быстро перерос в настоящий праздник для всех участников. В номинации «За широкий охват населения при организации мероприятий в рамках областного межведомственного проекта «Живи долго!» лучшей стала БУЗ ВО «Воронежская городская клиническая поликлиника № 4», клиническая база кафедры поликлинической терапии и общей врачебной практики. На церемонии вручения ценных призов и дипломов победителям руководитель департамента здравоохранения области подчеркнул, что «просвещение — задача многофакторная, требующая совместной работы всех сфер общества и государства — органов власти, организаций и предприятий, представителей бизнеса, общественных организаций, средств массовой

информации. А потому работа в данном направлении должна быть продолжена в этом году в том же объеме».

Таким образом, можно с уверенностью констатировать, что «Субботник здоровья» - это насущная необходимость сегодняшнего времени, это ни в коем случае не шаг назад в прошлое, а именно шаг вперед в будущее. Такое будущее, в котором каждый человек не будет перекладывать ни на кого ответственность за свое здоровье, также как и за свои поступки, а будет ответственно относиться к своему здоровью, к своему образу жизни. И именно такая позиция каждого гражданина, безусловно, приведет к снижению заболеваемости, инвалидности и смертности, позитивным изменениям демографической ситуации в стране. И именно тогда люди будут жить долго!

#### **Литература**

1. Резолюция Первого национального съезда врачей России (5 октября 2012 г.). <http://vladmedicina.ru/forum/viewtopic.php?id=418>
2. Романова М.М., Панюшкина Г.М., Гладышева Е.С., Веденина Г.Д. Анализ распространенности избыточной массы тела и ожирения среди населения, в том числе детского Воронежской области.//Вопросы детской диетологии. 2012; т.10, 3: 47-49.
3. Романова М.М., Погожева А.В., Гладышева Е.С., Веденина Г.Д. Особенности совершенствования медицинской помощи по профилю Диетология в Воронежской области//Вопросы питания. 2013; т.82, 1: 59-63.
4. Романова М.М., Погожева А.В., Гладышева Е.С., Веденина Г.Д. Особенности фактического питания и пищевого статуса разных групп населения, в том числе детского, по данным посещения Центров здоровья//Вопросы детской диетологии. 2013; т.11, 1: 15-18.
5. Стратегия профилактики и контроля неинфекционных заболеваний и травматизма в Российской Федерации./ МЗ и СР РФ, ГНИИЦ профилактической медицины. – М. 2008. – 21с.

#### **Abstract.**

**M. M. Romanova, A. A. Zuikova**

#### **SATURDAY... HEALTH: BACK TO THE PAST OR FORWARD INTO THE FUTURE**

*Department of outpatient therapy and General practice VSMA*

The article analyzes the prerequisites for the formation and implementation of the project "Live long!" in the Voronezh region, especially the organization and conduct of Volunteer health" in modern conditions, results, features a competition among medical institutions, as well as prospects of this form of work of the health workers and health organizations with patients.

**Keywords.** Healthcare, patient, doctors, medical facilities, healthy lifestyle, health.

#### **References**

1. The resolution of the First national Congress of doctors of Russia (5 October 2012).<http://vladmedicina.ru/forum/viewtopic.php?id=418>
2. Romanova M. M., Panyushkina, M., Gladysheva E. C., Vedenina D. the Analysis of the prevalence of overweight and obesity among the population, including children's Voronezh region.//Issues of child nutrition. 2012; T. 10, 3: 47-49.
3. Romanova M. M., Pogozheva A. C., Gladysheva E. C., Vedenina D. Features of improving health care on the profile of Nutrition in Voronezh//nutrition. 2013; so 82, 1: 59-63.
4. Romanova M. M., Pogozheva A. C., Gladysheva E. C., Vedenina D. features of actual nutrition and nutritional status of different population groups, including children, according to the visits to health Centers//Issues of child nutrition. 2013; T. 11, 1: 15-18.
5. The strategy for the prevention and control of noncommunicable diseases and injuries in the Russian Federation./ МН and CF RF, GNIIT preventive medicine. - Moscow. 2008. - 21 с.

**Сведения об авторах:** Романова М.М. - к.м.н., доцент кафедры поликлинической терапии и общей врачебной практики ВГМА им. Н.Н. Бурденко; E-mail: [polterap@vsmaburdenko.ru](mailto:polterap@vsmaburdenko.ru); Зуйкова Анна Александровна - д.м.н., профессор, зав.

кафедрой поликлинической терапии и общей врачебной практики ВГМА им. Н.Н. Бурденко; E-mail: polterap@vsmaburdenko.ru