



# Опыт города Хабаровска по формированию у населения здоровьесберегающего поведения

Скорик Татьяна Михайловна  
Заместитель начальника управления по физической культуре,  
спорту и здравоохранению администрации г.Хабаровска

# О Хабаровске



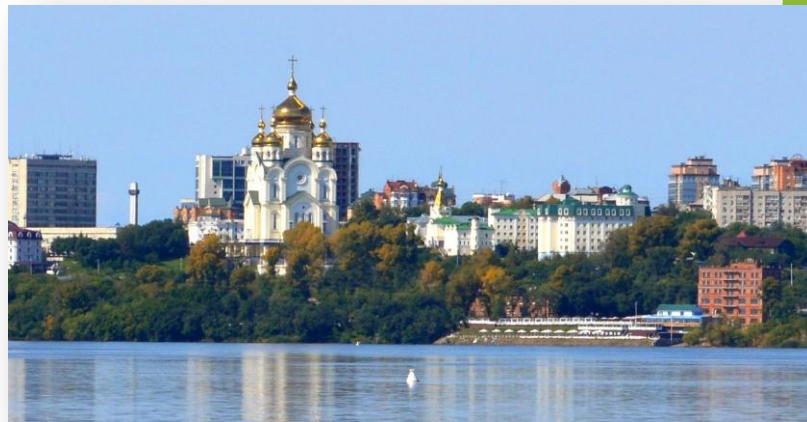
Город Хабаровск является административным центром Хабаровского края, это «Город воинской славы», член Ассоциации «Здоровые города, районы и поселки», Ассоциации сибирских и дальневосточных городов, Мэр города С.А. Кравчук является Президентом Международной ассамблеи столиц и крупных городов (МАГ).

**Население** города составляет 616,3 тыс.чел.

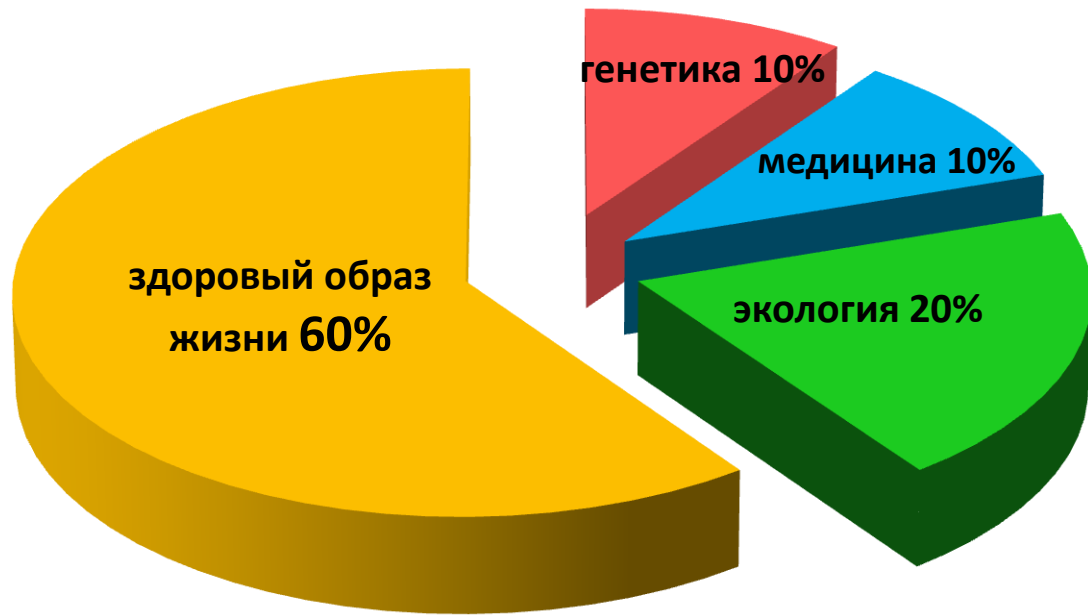
**Территория** - 38,9 тыс. га.

В состав города входят 5 районов.

31 мая 2023 года, город будет отмечать 165 годовщину со дня образования.



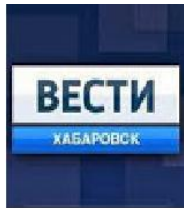
# Факторы риска заболеваний



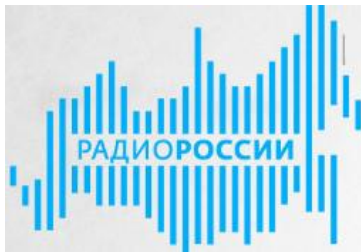
# Информирование населения



4  
РАДИОСТАНЦИИ



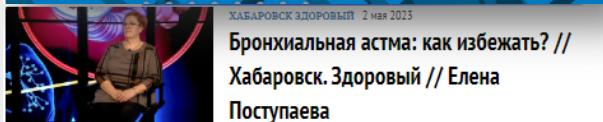
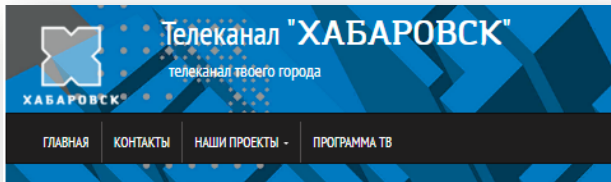
4  
ТЕЛЕКАНАЛА



8  
ПЕЧАТНЫХ  
ИЗДАНИЙ



# Информирование населения



ХАБАРОВСК ЗДОРОВЫЙ | 2 мая 2023

## Бронхиальная астма: как избежать? // Хабаровск. Здоровый // Елена Поступаева

От бронхиальной астмы страдают порядка 235 миллионов человек по всему миру — и эта цифра продолжает расти. Почему это заболевание столь распространено, и как не пополнить эту статистику — мы поговорили с врачом аллергологом-иммунологом городской клинической поликлиники №3 Еленой Поступаевой.

Ключевые слова: здоровье, медицина



ХАБАРОВСК ЗДОРОВЫЙ | 27 апреля 2023

## Уронефрологический центр в краевой больнице №1: уверенный шаг в будущее // Александр Миллер

125 лет первой краевой больнице исполняется в этом году.

Здесь предоставляют высокотехнологичную помощь, используя уникальные методики — в частности, уже год работает уронефрологический центр на 100 коек. Как сегодня оказывается помощь пациентам с урологической патологией в Хабаровске, обсудим прямо сейчас. У нас в гостях Александр Миллер, главный внештатный уролог министерства здравоохранения Хабаровского края, руководитель уронефрологического центра краевой больницы №1.

Ключевые слова: здоровье, здравоохранение, медицина

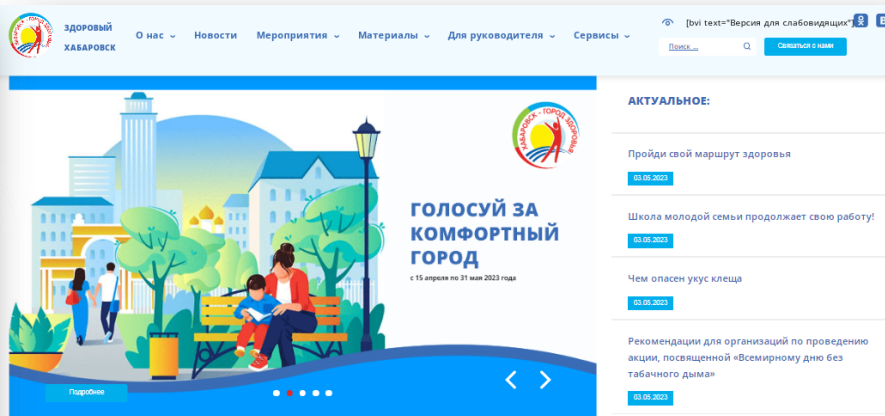


ХАБАРОВСК ЗДОРОВЫЙ | 27 апреля 2023

## Развитие нейрохирургии в Хабаровском крае // Хабаровск. Здоровый

Опухоли головного и спинного мозга у детей — второй по распространенности рак после лейкоза. Они являются основной причиной детской смертности от онкологии.

Детский нейрохирург — это тот, на кого родители смотрят как на последнюю надежду, когда случается беда.



Мероприятия



Школа здоровья



Всемирные дни ВОЗ



Партнеры



Документы



Здоровый Хабаровск  
@zdravhab

110

Subscribers

559

Photos

12

Videos

3

Files

40

Links

Управление по физ. культуре, спорту и здравоохранению администрации г. Хабаровска

Всё о профилактике заболеваний и ЗОЖ

Новости и важные анонсы



Социальный Хабаровск  
@socialhab

1.07K

Subscribers

2.03K

Photos

98

Videos

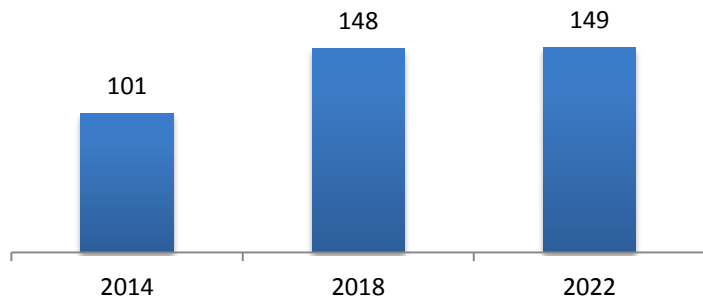
106

Links

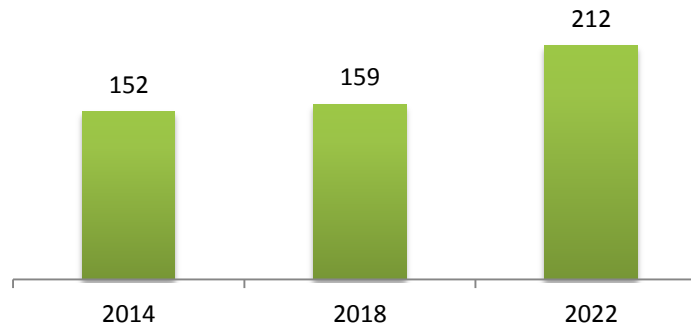
Официальный канал администрации г. Хабаровска о социальной сфере. Куратор - заместитель Мэра города Мильчакова Ольга.

# Информирование населения

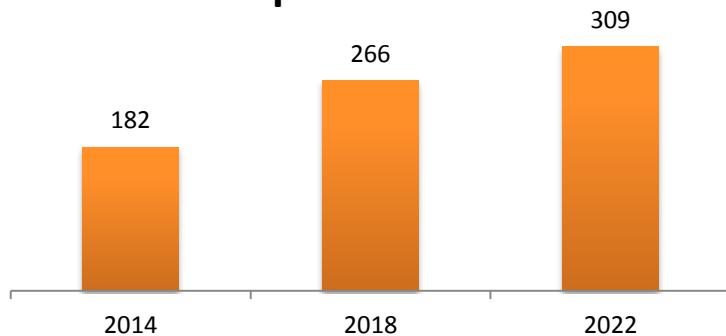
## Телевидение



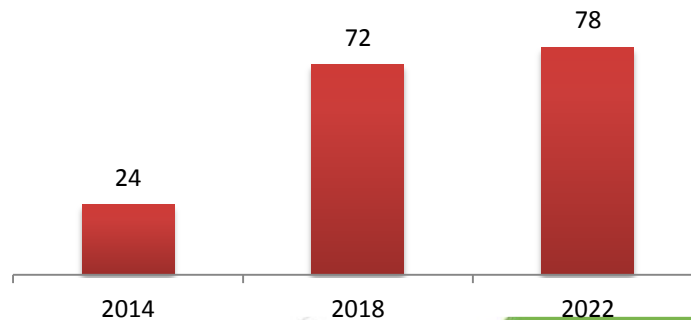
## Печатные СМИ



## Интернет - сайты



## Радио





# Школа профилактики неинфекционных заболеваний

профилактика артериальной гипертонии  
и ишемической болезни сердца

профилактика болезней полости рта

профилактика ожирения и сахарного диабета

профилактика онкологических заболеваний

профилактика заболеваний органов дыхания



профилактика заболеваний  
опорно-двигательного аппарата

профилактика глаукомы

гериатрическая школа

# Проект «Школа молодой семьи»



Интернет-школа - «Школа молодой семьи»  
на сайте [здоровыйхабаровск.рф](http://здоровыйхабаровск.рф)

Очные школы для подростков и молодежи на базе  
образовательных организаций города  
(школы, ссузы, вузы)

Очные школы для работающей молодежи, молодых  
семей, беременных женщин

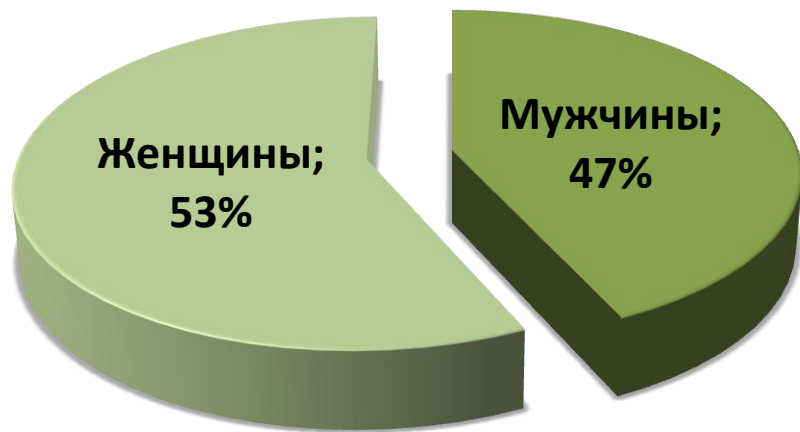
Взаимодействие с отделами ЗАГС города по работе с  
молодыми парами, вступающими в брак



# Участники проекта «Школа молодой семьи»

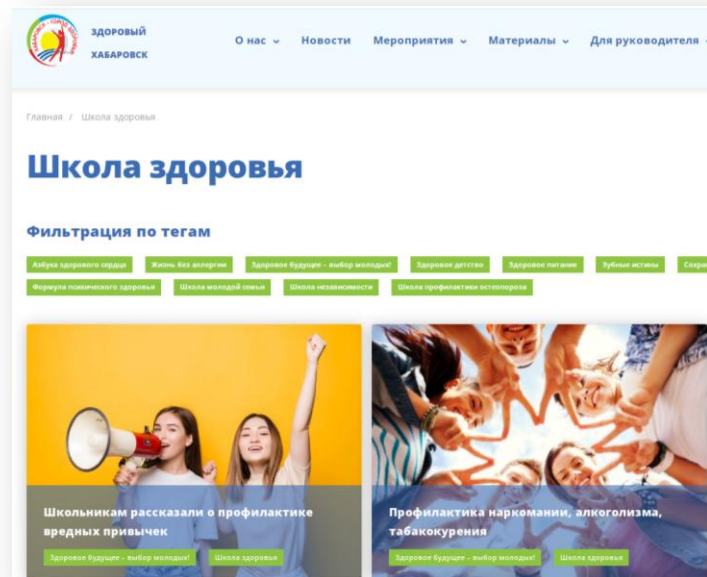
За время реализации Проектом охвачено **7321 человек**.

Очные вечерние школы посетили **892 человека**



**По возрастным категориям слушатели распределились следующим образом:**  
15-17 лет – 74%,  
18-21 год – 13%;  
22 года и старше – 13%.

# Интернет школы



**Азбука здорового сердца**

**Жизнь без аллергии**

**Школа профилактики остеопороза**

**Здоровое детство**

**Здоровое будущее – выбор молодых**

**Здоровое питание**

**Зубные истины**

**Сохрани зубки крепкими**

**Школа молодой семьи**

**Формула гормонального здоровья**

**Школа независимости**

**Формула психического здоровья**

# Проект «Движение – жизнь»



В 2022 году охват населения мероприятиями по физической активности составил **20,6 тыс. участников.**





# Акция «Шаги здоровья»





# Акция «День здоровья и спорта»





# Профилактическая работа с трудовыми коллективами





# Профилактическая работа с трудовыми коллективами

ТИПОВОЙ ПЛАН  
РАБОТЫ МУНИЦИПАЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ И ПРЕДПРИЯТИЙ ПО ОХРАНЕ  
ЗДОРОВЬЯ РАБОТАЮЩИХ И ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

№ п/п	Мероприятия	Срок исполнения	Исполнитель
1	2	3	4
<b>А</b> Общеорганизационные мероприятия			
1.	Назначение ответственного на предприятии (учреждении) за организацию работ по охране здоровья работающих и формированию здорового образа жизни	ежегодно	руководители муниципальных учреждений и предприятий
2.	Включение в план мероприятий по охране труда мероприятий по предупреждению профессиональных заболеваний	ежегодно до 25 декабря	руководители муниципальных учреждений и предприятий
<b>Б</b> Организация мероприятий, направленных на раннее выявление и медицинскую профилактику заболеваний			
3.	Диспансеризация	в течение года	руководители муниципальных учреждений и предприятий
3.1.	Получение информации на сайте администрации города о порядке прохождения диспансеризации на бесплатной основе (за счет средств фонда обязательного медицинского страхования)	ежегодно до 30 марта	ответственные исполнители
3.2.	Проведение разъяснительной работы в коллективах о порядке прохождения диспансеризации	ежегодно, апрель	ответственные исполнители
3.3.	Создание условий для прохождения диспансеризации (диспансерные дни, соглашения с территориальными поликлиниками и/или любыми другими формами работы)	в течение года	ответственные исполнители
3.4.	Проведение мероприятий, мотивирующих работников на проведение диспансеризации (информирование о сроках диспансеризации, приглашение медицинских работников для проведения разъяснительной работы в коллективах и/или другие формы работы)	в течение года	ответственные исполнители
4.	Организация на предприятиях и в учреждениях выездных скринингов (измерение артериального давления, определение сахара крови, определение курительного статуса) с целью выявления основных факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний (артериальная гипертензия, сахарный диабет):	в течение года	ответственные исполнители
4.1.	Планирование объема скринингов с учетом финансовых возможностей	в течение года	ответственные исполнители

Разработаны методические рекомендации :

- по порядку проведения акций по противодействию курению;
- по организации контроля за работой пищеблоков и выполнению санитарных требований в образовательных организациях, загородных лагерях;
- по порядку действий руководителей при выявлении случаев инфекционных заболеваний и другие.

# Общественный Совет по вопросам охраны здоровья



# Методический совет по продвижению и популяризации ЗОЖ





# Конкурс «Премия здоровья»



**В 2022 году в конкурсе приняли участие более 40 организаций разных форм собственности. Всем участникам конкурса в торжественной обстановке вручены памятные дипломы, а 12 лауреатам конкурса вручены подарочные сертификаты на товары и оборудование для приобретения спортивного оборудования для ведения здорового образа жизни.**

# Конкурс «Премия здоровья»

**Цель конкурса** — поддержка и поощрение организаций города Хабаровска независимо от форм собственности, ведущих работу по пропаганде здорового образа жизни и внедрению здоровые берегающих технологий, а также мотивация населения города к ведению здорового образа жизни.

**Номинации конкурса:**

«Лучшее мероприятие/программа по сохранению традиционных семейных ценностей и формированию здоровой семьи».

«Лучшее мероприятие/программа по формированию здорового образа жизни среди населения».

«Лучшее мероприятие/программа по популяризации добровольного донорства крови и ее компонентов среди населения».

# Профилактическая работа с детьми и молодежью





# Проект «Сохрани зубки крепкими»



**Цель проекта:** сохранение стоматологического здоровья у детей посредством обучения навыкам ухода за зубами с целью снижения заболеваемости.

**Задачи проекта:**

- информирование родителей первоклассников о проекте,
- консультирование детей врачом - стоматологом,
- обучение навыкам ухода за зубами,
- обеспечение информационными материалами.



# Проект «Молодежь. ЗОЖ. Здоровый город»

**Цикл лекций включает 10 тем:**

- составляющие здорового образа жизни;
- профилактика инфекций, передающихся половым путем;
- профилактика ВИЧ;
- профилактика алкоголизма и наркомании;
- профилактика табакокурения;
- профилактика заболеваний органов зрения;
- пропаганда безвозмездного донорства;
- здоровое питание студентов. Психология питания;
- общие принципы оказания первой помощи;
- репродуктивное здоровье.



# Анкетирование и обследование студентов

**26,4%** опрошенных имеют хронические заболевания

**15,6 %** студентов не владеют информацией о своем здоровья

**5,1%** респондентов оценивают свое состояние здоровья как «плохое»

**25,3%** студентов не ведут здоровый образ жизни, для этого им не хватает соответствующих знаний и денежных средств.

**Только 18,5%** студентов считают, что ведут здоровый образ жизни, стараются прийти к этому – **56,3%** студентов.

# Анкетирование и обследование студентов

**92,7%** находятся в стрессовом состоянии и со стрессом стараются справиться самостоятельно

## Употребляют алкоголь:

часто – 3,5%,

редко – 73,0%,

не употребляют – 23,5%.

**Курят 40,9%** студентов, в основном это использование вейпов и сигареты промышленного производства.

Большинство студентов владеют знаниями по вопросам репродуктивного здоровья, но на практике используют средства защиты **только 50%**.



# Проект «Молодежь. ЗОЖ. Здоровый город»

## Этапы проекта (до 2025 года):

**I этап – реализация пилотного проекта в ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет» (ноябрь 2022 – декабрь 2023 г.)**

**II этап – разработка модели межведомственного взаимодействия по вопросам ведения здорового образа жизни, профилактики инфекционных и социально-значимых заболеваний среди молодежи, пропаганды безвозмездного донорства крови и ее компонентов (декабрь 2023 г. – декабрь 2024 г.)**

**III этап - внедрение современных здоровье сберегающих технологий в высших учебных заведениях, расположенных в городе Хабаровске. (2024-2025 гг.)**

**IV этап – обобщение и анализ эффективности реализации мероприятий проекта (2024-2025 гг.)**





# Сохранение репродуктивного здоровья населения





# Конкурс «Миссис – будущая мама»



**Концепция конкурса:** создать новый образ беременной женщины - женщины здоровой, активной, образованной, духовно развитой личности, ориентированной на счастливую семейную жизнь и успех в профессиональной карьере, верящей в свои силы, осознающей ответственность за рождение и воспитание здорового и образованного поколения нашей страны.



**Главная цель конкурса:** популяризация желанного, здорового и счастливого материнства, ориентированное на воспитательное воздействие на молодые семьи и подрастающее поколение.

# Акция «Расти здоровым, малыш!»



# Профилактика вредных привычек

**Проведение семинаров**, направленных на профилактику вредных привычек и формирование здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях среди школьников 7-11 классов и их родителей

**Проведение тренингов и интерактивных бесед** среди студенческой молодежи в средних и высших учебных заведениях

**Анонимное анкетирование** среди студенческой молодежи

**Информирование населения** через средства массовой информации

# Проект «Здоровое будущее – выбор молодых!»

В 2022 году:

Охвачено профилактическими мероприятиями проекта **2148 чел.**

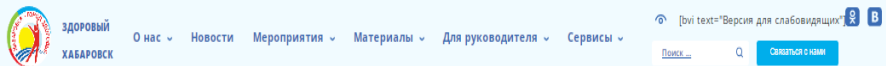
Прошли анонимное анкетирование **221чел.**

Прошли тестирование на наличие в организме психоактивных веществ **129 чел.**



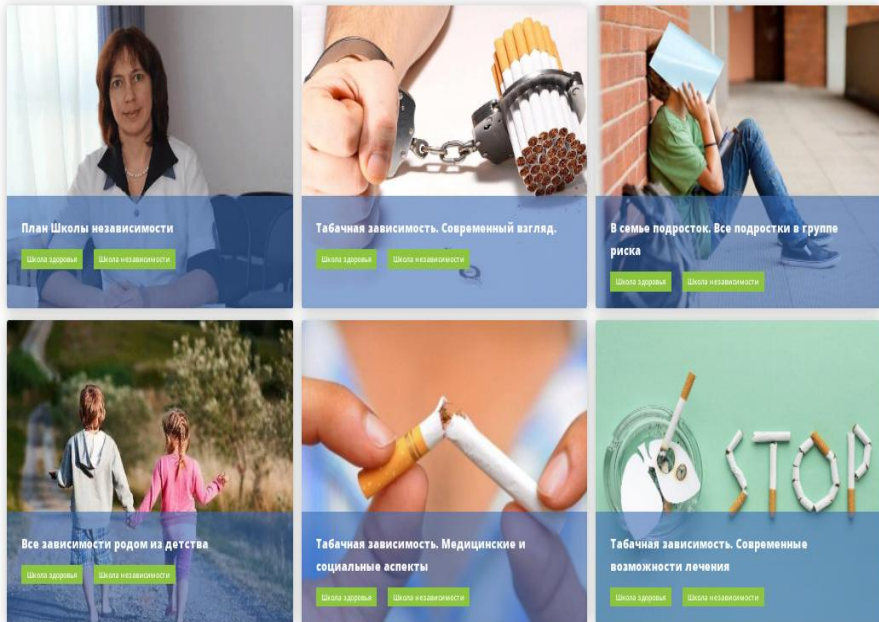


# Интернет-школа «Школа независимости»



Главная / Школа здоровья / Школа независимости

## Школа независимости



## Темы занятий:

1. Все зависимости родом из детства.
2. В семье подросток. Все подростки в группе риска.
3. Табачная зависимость. Современный взгляд.
4. Табачная зависимость. Медицинские и социальные аспекты.
5. Табачная зависимость. Современные возможности лечения.
6. Современная ситуация с употреблением алкоголя в нашей стране.
7. Экстренная помощь при алкогольном отравлении, алкоголизме и его осложнениях.
8. Алкоголизм. Что это за заболевание?
9. Лечение алкоголизма. Тернистый путь.
10. Жизнь в созависимости. Созависимые.

# Ярмарка здоровья





# Грантовые проекты

Были разработаны **3 проекта по профилактической работе с разными возрастными категориями населения:**

- для молодежи : «Если хочешь быть здоров!»;
- для старшего поколения «Код вечной молодости»;
- для трудовых коллективов.



# Социологическое исследование

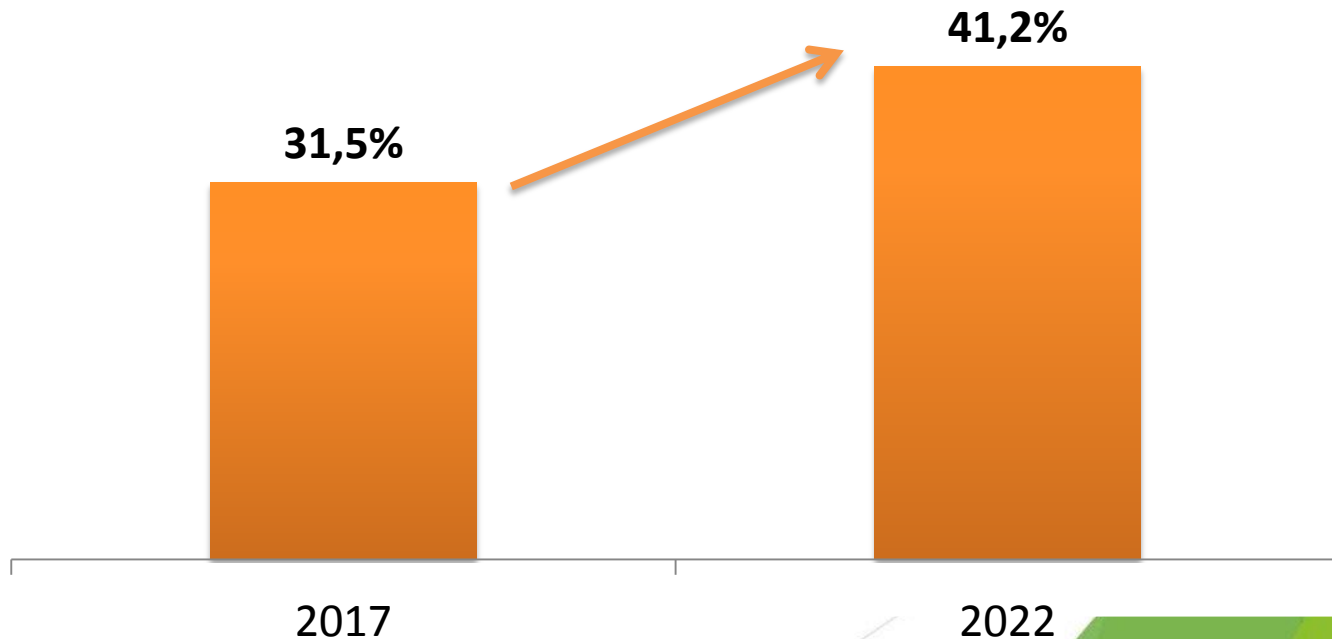
**Основная цель исследования** – дать оценку приверженности населения г.Хабаровска к ведению здорового образа жизни, структуры поведенческих привычек и факторов, влияющих на их формирование.

## **Задачи исследования:**

- дать характеристику двигательной активности хабаровчан;
- проанализировать особенности потребления населением фруктов и овощей;
- оценить потребление соли среди взрослого населения;
- проанализировать распространенность потребления табака и алкоголя среди взрослого населения;
- выявить степень знания и контроля населением своего давления и уровня холестерина;
- оценить уровень приверженности хабаровчан к здоровому образу жизни.

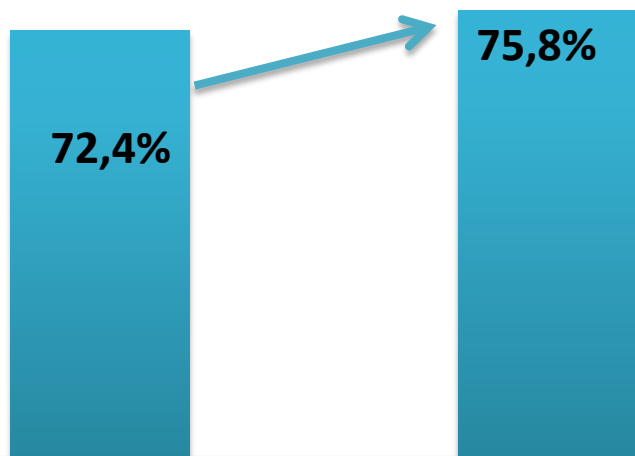
# Социологическое исследование

Динамика показателя: доля населения , ориентированных на ведение ЗОЖ и отказ от вредных привычек



# Социологическое исследование

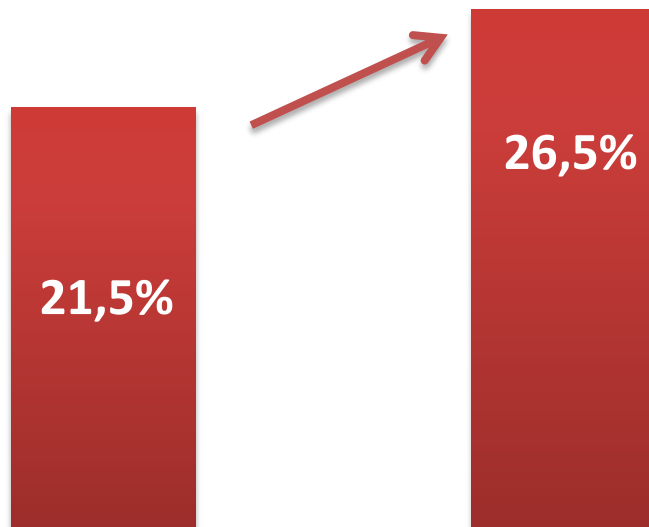
Доля лиц, бросивших курение и некурящих никогда



2017

2022

Доля лиц, никогда не употребляющих алкоголь

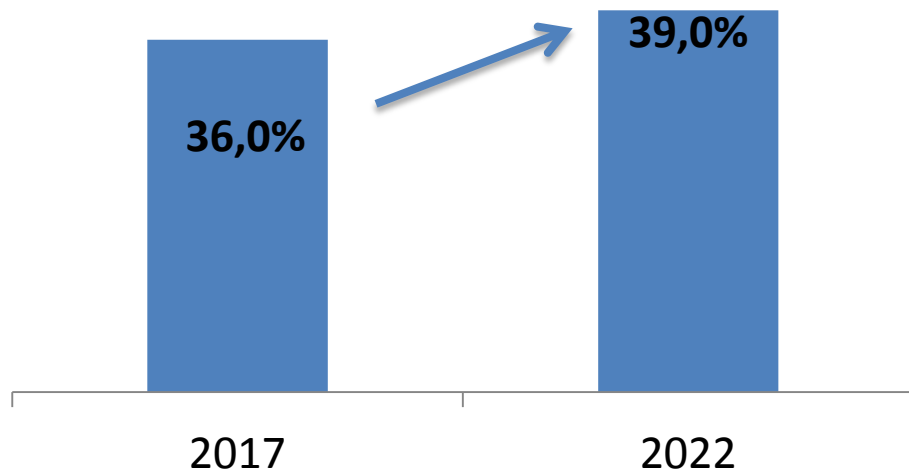


2017

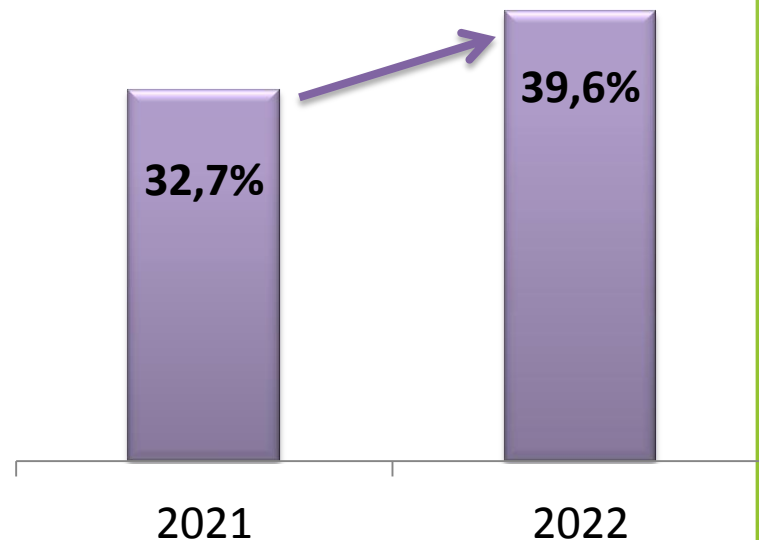
2022

# Социологическое исследование

Доля лиц, ежедневно  
употребляющих  
в пищу свежие фрукты и овощи



Доля лиц ежедневно  
проходящих 7,5-10 тысяч шагов







**Спасибо за внимание!**