Приложение № 1

ПЛАНпроведения региональных тематических мероприятийпо профилактике заболеваний и поддержке здорового образа жизни

| **№ п.п.** | Дата | Тема/Задача | Мероприятия | Основные тезисы | Результат |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | 5-11 декабря | Неделя ответственного отношения к здоровью (популяризация диспансеризации и профилактических осмотров | - Размещение в образовательных, социальных организациях, учреждениях культуры и спорта инфографики по теме.- Публикации в СМИ и соц.сетях по теме. | ВОЗ определяет ответственное отношение к здоровью как способность отдельных лиц, семей и сообществ укреплять здоровье, предотвращать болезни, поддерживать здоровье и справляться с заболеваниями и инвалидностью при поддержке медицинского учреждения либо самостоятельно. Что включает в себя ответственное отношение к здоровью:1. Соблюдение здорового образа жизни2. Мониторинг собственного здоровья3. Ответственное использование продукции для самостоятельной заботы о здоровье, правильно хранение и употребление лекарственных препаратов Ответственное отношение к своему здоровью поможет не только улучшить качество жизни, но и позволит увеличить продолжительность жизни. | Повышение обращаемости населения в медицинские организации по вопросам здорового образа жизни, увеличение охвата жителей профилактическими осмотрами и диспансеризацией. |
| 2.  | 12-18 декабря | Неделя популяризации лучших практик укрепления здоровья на рабочих местах. | - Разработка и реализация в муниципальных организациях, учреждениях культуры и спорта корпоративных программ укрепления здоровья работающих. | На сегодняшний день важным направлением развития охраны здоровья граждан является внедрение корпоративных программ на предприятиях. Это многомодульные проекты, направленные на профилактику основных факторов риска развития неинфекционных заболеваний. Активное взаимодействие органов власти и корпоративного сектора - это необходимый элемент в развитии охраны здоровья работников. Многие предприятия уже увидели необходимость в таких программах, и за период с 2020 по 2021 гг. не только внедрили, но и скорректировали проведение программ с учетом эпидемиологических ограничений и разработали модули, направленные на профилактику COVID-19. | Формирование корпоративной культуры здорового образа жизни в организациях, профилактика профессиональных заболеваний |
| 3.  | 19-25 декабря | Неделя популяризации потребления овощей и фруктов | - Размещение в образовательных, социальных организациях, учреждениях культуры и спорта инфографики о пользе потребления не менее 400 грамм фруктов и овощей в день.- Публикации в СМИ и соц.сетях по теме. | Овощи и фрукты занимают достаточно важное место в рационе, они являются ценным источником витаминов, углеводов, органических кислот и минеральных веществ. Польза плодоовощной продукции неоспорима, поэтому они должны быть основой рациона человека для обеспечения нормального функционирования организма. Согласно последним рекомендациям ВОЗ, необходимо потреблять не менее 400 граммов овощей и фруктов в день. Оптимальное количество зависит от целого ряда факторов, включая возраст, пол и уровень физической активности человека. Потребление овощей и фруктов в достаточном (и даже выше рекомендуемого) количестве приносит многоплановую пользу:- способствует росту и развитию детей;- увеличивает продолжительность жизни;- способствует сохранению психического здоровья;- обеспечивает здоровье сердца;- снижает риск онкологических заболеваний;- снижает риск ожирения;- снижает риск диабета;- улучшает состояние кишечника;- улучшает иммунитет. | Формирование у граждан культуры здорового питания, включая достаточное потребление фруктов и овощей. |
| 4.  | 26 декабря –1января | Неделя профилактики злоупотребления алкоголем в новогодние праздники | - Привлечение общественных организаций к осуществлению инициатив, направленных на противодействие злоупотребления алкогольной продукцией.- Мониторинг и анализ динамики показателей уровня потребления алкогольной продукции.- Организация системной работы по выявлению и пресечению правонарушений в сфере производства и оборота алкогольной продукции.- Утверждение «радиуса трезвости» в 100 метров до детских и образовательных учреждений.- Дополнительные ограничения на муниципальном уровне.- Размещение в образовательных, социальных организа-циях, учреждениях культуры и спорта инфографики по теме.- Публикации в СМИ и соц.сетях по теме. | Проблема алкоголя чрезвычайно серьезна: более 200 заболеваний связано с его злоупотреблением, а вклад алкоголя в возникновение различных заболеваний варьирует от 5 до 75%. Анализ результатов судебно-медицинских экспертиз показывает, что основную долю отравлений составляют отравления этиловым спиртом. На иные яды, к которым относится и метанол, приходится существенно меньший процент. Это означает, что необходимо не только регулировать метанол и бороться с суррогатами, но и в целом снижать потребление алкоголя. Важно, что предпринимаемые государством меры позволили существенно сократить потребление алкоголя, связанную с ним смертность и заболеваемость. Так, с 2018 число зарегистрированных случаев заболевания алкоголизмом сократилось на 14%. В настоящее время в нашей стране медицинскую помощь в борьбе с алкоголизмом оказывают в 2 научно-практических центрах, 76 наркологических диспансерах, 8 наркологических больницах и их филиальной сети. В многопрофильных медицинских организациях функционируют более 2,1 тыс. кабинетов. В новогодние праздники необходимо обратить особое внимание на проблему рискованного потребления алкоголя в регионах и принять взвешенные и эффективные меры для сохранения человеческих жизней. | Сокращение потребления алкоголя. |