

ПЛАН
проведения региональных тематических мероприятий
по 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 информационных материалов в корпоративных информационных системах и на территории организаций с целью информирования работников по теме. Организация и проведение мероприятий по данной 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 жизни 2. Мониторинг собственного здоровья 3. Ответственное использование продукции для самостоятельной заботы о здоровье, правильное 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	Размещение информационных материалов в корпоративных информационных системах и на территории организаций с целью информирования работников по теме	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

№ п.п.	Дата	Тема/Задача	Мероприятия	Основные тезисы	Результат
			Организация и проведение мероприятий по данной теме.		
3.	19-25 декабря	Неделя популяризации потребления овощей и фруктов	<p>Размещение информационных материалов в корпоративных информационных системах и на территории организаций с целью информирования работников по теме</p> <p>Организация и проведение мероприятий по данной теме</p>	<p>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.</p> <p>Потребление овощей и фруктов в достаточном (и даже выше рекомендуемого) количестве приносит многоплановую пользу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 –1 января	Неделя профилактики злоупотребления алкоголем в новогодние праздники	Размещение информационных материалов в корпоративных информационных системах и на территории организаций с целью	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	Сокращение потребления алкоголя

№ п.п.	Дата	Тема/Задача	Мероприятия	Основные тезисы	Результат
			информирования работников по теме Организация и проведение мероприятий по данной теме	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.	