



**ФОРМИРОВАНИЕ СРЕДЫ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ
на муниципальном уровне**

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ

Министр здравоохранения Рязанской области Тюрина Лариса Николаевна	(4912) 27-08-06
Первый заместитель министра здравоохранения Рязанской области Грacheв Владимир Иванович	(4912) 28-19-32
Заместитель министра здравоохранения Рязанской области Митин Олег Васильевич	(4912) 27-07-86
Заместитель министра здравоохранения Рязанской области Петина Ирина Александровна	(4912) 21-79-44
Заместитель министра здравоохранения Рязанской области Большакова Елена Евгеньевна	(4912) 96-15-11
Контрольно-ревизионный отдел	(4912) 28-19-28
Мобилизационный отдел	(4912) 27-07-85
Отдел организации фармацевтической деятельности	(4912) 27-23-68
Отдел анализа и контроля материального и технического обеспечения лечебных учреждений	(4912) 27-07-87
Отдел анализа, разработки и реализации целевых программ	(4912) 27-07-60
Отдел бухгалтерского учета и отчетности	(4912) 27-07-84
Отдел государственной службы и кадров	(4912) 27-08-00
Отдел государственных закупок и правового обеспечения	(4912) 27-08-01
Отдел лицензирования и контроля за соответствием качества медицинской помощи	(4912) 76-85-24
Отдел оказания первичной медико-санитарной помощи взрослому населению	(4912) 76-17-78
Отдел организации ВМП и СМП	(4912) 75-85-95
Отдел организации и оказания акушерско-гинекологической помощи	(4912) 75-85-95
Отдел организации медицинской помощи детям	(4912) 98-32-88
Планово-финансовый отдел	(4912) 27-07-74
Пресс-служба	(4912) 27-33-30



ФЗ РФ от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ
«Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
Принят Государственной Думой 1 ноября 2011 года
ПРОФИЛАКТИКА И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (ст. 12, 30)

Принцип приоритета профилактических мероприятий в сфере охраны здоровья граждан

Этот принцип подчеркивает приоритетное место профилактики в сохранении здоровья людей, так как опыт российского и мирового здравоохранения говорит о том, что предупредить заболевание гораздо проще и эффективнее, чем его лечить.

Именно приоритет межсекторального формирования здорового образа жизни и профилактики заболеваний логически определяет направленность закона «Об основах охраны здоровья граждан».

Статья 16. Полномочия органов государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере охраны здоровья граждан

3) разработка, утверждение и реализация программ развития здравоохранения, обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия, профилактики заболеваний;

9) осуществление деятельности в сфере охраны здоровья, направленной на формирование здорового образа жизни у граждан, проживающих на территории субъекта Российской Федерации;

10) осуществление профилактических, санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий;

12) координация деятельности исполнительных органов государственной власти субъекта Российской Федерации в сфере охраны здоровья граждан, субъектов государственной и муниципальной систем здравоохранения на территории субъекта Российской Федерации.

Пять элементов модели формирования здорового образа жизни и профилактики неинфекционных заболеваний

Формирование здорового образа жизни



Профилактика неинфекционных заболеваний в рамках системы здравоохранения



Единая профилактическая среда

Государственное казенное медицинское профилактическое учреждение здравоохранения **РЯЗАНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**

ИСТОРИЧЕСКАЯ РЕТРОСПЕКТИВА

Истоки санитарно-профилактического дела теряются в **50-х годах XIX века**. В **1877 году** было образовано Русское общество охранения народного здоровья – первое гигиеническое общество России.

В **1921 году** во всех уездах Рязанской губернии при содействии Губздрава были организованы музеи по санитарному просвещению.

В **1923 году** санитарное просвещение стало обязательной частью профилактической деятельности Рязанского губздравотдела.



Государственное казенное медицинское профилактическое учреждение здравоохранения «Рязанский областной Центр медицинской профилактики» является правопреемником Рязанского областного Дома санитарного просвещения, организованного в г. Рязани **10 февраля 1929 года**. Его появление стало результатом реорганизации санитарно-гигиенического музея Губздрава, одним из инципаторов открытия которого в **1919 году** был Петр Филиппович Кудрявцев.

Систематическая работа по санпросвету в Рязанской области началась с создания **4 декабря 1948 года** (приказ министра здравоохранения РСФСР №175 от **27 марта 1948 года**) Рязанского областного дома Санитарного просвещения, который стал организационно-методическим центром санитарно-просветительной работы в нашей области.

Согласно приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации №455 от **23 сентября 2003 года** «О совершенствовании деятельности органов и учреждений здравоохранения по профилактике заболеваний в Российской Федерации», областной центр медицинской профилактики – это самостоятельное специализированное учреждение здравоохранения особого типа.

В настоящее время Рязанский областной центр медицинской профилактики является головным учреждением службы медицинской профилактики в регионе, организует, координирует и контролирует в масштабах области профилактическую и медико-просветительскую работу государственных медицинских организаций, других ведомств и организаций по первичной и вторичной профилактике неинфекционных заболеваний, работу по укреплению здоровья населения, реализации мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, включая сокращение потребления алкоголя и табака.

«Будущее принадлежит медицине профилактической» – слова выдающегося русского хирурга Николая Ивановича Пирогова сегодня актуальны как никогда.

ФУНКЦИИ ОБЛАСТНОГО ЦЕНТРА МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

В настоящее время Рязанский областной центр медицинской профилактики является государственным казенным медицинским профилактическим учреждением здравоохранения, работает в соответствии с приказом Минздрава РФ от 23 сентября 2003 г. №455 «О совершенствовании деятельности органов и учреждений здравоохранения по профилактике заболеваний в Российской Федерации», осуществляет следующие функции:

- Обеспечение организационно-методического руководства и координации (в т.ч. межведомственной) деятельности лечебно-профилактических учреждений (в том числе: центров здоровья) по профилактике заболеваний, сохранению, укреплению здоровья.
- Координация организации и проведения научно-обоснованных мероприятий по первичной и вторичной профилактике неинфекционных заболеваний и укрепления здоровья населения на популяционном, групповом и индивидуальном уровнях.
- Координация организации проведения мероприятий в области гигиенического обучения и воспитания населения.
- Координация организации и проведения массовых профилактических и оздоровительных мероприятий, проводимых медицинскими организациями.
- Организация, контроль и анализ деятельности отделений, кабинетов медицинской профилактики и кабинетов здорового ребенка (по разделу профилактики неинфекционных заболеваний, гигиенического обучения, воспитания и оздоровления) лечебно-профилактических учреждений.
- Организация и проведение обучения медицинских работников в области профилактики заболеваний, охраны и укрепления здоровья населения.
- Участие в проведении подготовки специалистов других ведомств (работников системы образования, средств массовой информации, работников культуры и пр.) по актуальным проблемам профилактики заболеваний, охраны и укрепления здоровья населения.
- Взаимодействие по координации и совершенствованию профилактической работы в учреждениях системы образования.
- Организация, проведение и анализ медико-социальных опросов населения для определения уровня информированности о здоровом образе жизни, потребности и удовлетворенности профилактической помощью.
- Информационное обеспечение лечебно-профилактических учреждений и населения по вопросам профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья населения.
- Анализ, оценка качества и эффективности профилактической работы медицинских организаций и профилактической помощи населению в Рязанской области.



ОТДЕЛЕНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

ОТДЕЛЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ возглавляет врач, имеющий соответствующую подготовку по проблемам профилактики заболеваний и укреплению здоровья.

• Рекомендуемые штатные нормативы: заведующий ОТДЕЛЕНИЕМ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ (врач) – 1 на 25 000 и более обслуживаемого взрослого населения.

ОТДЕЛЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ осуществляет **следующие функции**:

1. Организация, координация и оценка эффективности деятельности ГМО МЗ РО по оказанию медицинской помощи для желающих изменить свой образ жизни и профилактических услуг населению.

2. Выявление среди населения поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний и их коррекция.

3. Участие в организации и проведении диспансеризации.

4. Участие в организации и проведении профилактических медицинских осмотров.

5. Контроль и учет ежегодной диспансеризации населения;

6. Подготовка и передача врачам медицинской документации на больных и лиц с повышенным риском заболеваний для проведения дополнительного медицинского обследования, диспансерного наблюдения и проведения лечебно-оздоровительных мероприятий.

7. Гигиеническое воспитание населения и пропаганда здорового образа жизни (борьба с курением, алкоголизмом, избыточным питанием, гиподинамией и другие), а также организация и проведение школ здоровья, постоянно действующих лекториев.

8. Организация и проведение информационно-коммуникационных кампаний на прикрепленной территории, в том числе обеспечение информационно-просветительской деятельности на портале медицинской организации, в местных электронных и печатных СМИ.

9. Организация и проведение совместно с ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики» обучения медицинских работников государственной медицинской организации методам оказания медицинских профилактических услуг населению.

10. Организация и проведение на прикрепленной территории совместно с ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики» массовых пропагандистских акций и конкурсов.

11. Организация, координация и проведение межведомственных и межсекторальных мероприятий на прикрепленной территории в целях создания «единой межсекторальной профилактической среды».

12. Участие в информационном обеспечении специалистов ГМО МЗ РО и различных групп населения по вопросам профилактики заболеваний и укрепления здоровья.

13. Организация и проведение медико-социальных опросов медицинских работников и прикрепленного населения по вопросам профилактики заболеваний, удовлетворенности и потребности в профилактической помощи.

14. Ведение учетной и отчетной документации.

**СПИСОК ОТДЕЛЕНИЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ,
организованных в составе государственных медицинских организаций МЗ РО,
в соответствии с приказом Министерства здравоохранения
и социального развития Российской Федерации от 15 мая 2012 г. N 543н
«Об утверждении положения об организации оказания первичной
медико-санитарной помощи взрослому населению»**

№ п/п	ГМО МЗ РО	ФИО заведующего отделением	Телефон	График работы	Адрес
1	ГМО МЗ РО «Рязжская ЦРБ»	Выборнова Вера Александровна	(49132) 2-25-66	08:00 - 15:30	г. Рязжск, ул. Высотная, 20
2	ГМО МЗ РО «Гор.больница №5»	Смолянинова Ольга Анатольевна	(4912) 33-30-39	08:00 - 15:40 пн-вт, чт-пт 12:00 - 18:00 среда	г. Рязань, ул. Медицинская, 9
3	ГМО МЗ РО «Шиловская ЦРБ»	Барабанов Александр Николаевич	(49136) 2-17-11	08:00 - 18:00	р.п. Шилово, ул. Приокская, 27
4	ГМО МЗ РО «Областной клинический кардиодиспансер»	Данилов Александр Васильевич	(4912) 75-18-66	08:00 - 14:00	г. Рязань, ул. Стройкова, 96
5	ГМО МЗ РО «Новомичуринская ЦРБ»	Федина Галина Николаевна	(49141) 2-19-16	8.00 – 14.00 нечетные 14.00 – 18.00 четные	Новомичуринск, ул. Строителей, 5д
6	ГМО МЗ РО «Поликлиника завода Красное знамя»	Гордеева Татьяна Евгеньевна	(4912) 33-46-36	08:30 - 15:30	г. Рязань, ул. Октябрьская, 63А
7	ГМО МЗ РО «Михайловская ЦРБ»	Лузгин Александр Владимирович	(49130) 2-14-00	08:00 - 14:00	г. Михайлов, ул. Воеводина, 4
8	ГМО МЗ РО «Рязанская ЦРБ»	Демочкина Ольга Анатольевна	(4912) 35-00-56	08:30 - 16:00	г. Рязань, ул. Мервинская, 16
9	ГМО МЗ РО «Сасовская ЦРБ»	Буханова Ольга Евгеньевна	(49133) 2-25-46	08:00 - 15:20	г. Сасово, мкр. Южный, 44
10	ГМО МЗ РО «Гор.больница №6»	Яковлева Любовь Ефимовна	(4912) 76-07-83	08:00 - 20:00	г. Рязань, ул. Гагарина, 53
11	ГМО МЗ РО «Областная клиническая больница»	Кислова Ирина Петровна	(4912) 33-70-16	08:00 - 20:00	г. Рязань, ул. Интернациональная, 3а
12	ГМО МЗ РО «Гор.поликлиника №2»	Калевич Галина Анатольевна	(4912) 92-63-96	08:00 - 15:40	г. Рязань, ул. Никулина, 3
13	ГМО МЗ РО «Гор.клиническая больница №4»	Шемакина Лия Борисовна	(4912) 44-49-83	08:00 - 15:40	г. Рязань, ул. Есенина, 19
14	ГМО МЗ РО «Скопинская ЦРБ»	Выборнова Екатерина Засимовна	(49156) 2-60-09	08:00 - 16:00	г. Скопин, мкр. Автозаводской, 5
15	ГМО МЗ РО «Касимовская ЦРБ»	Тугеева Елена Рафаиловна	(49131) 5-08-92	08:00 - 15:00	г. Касимов, ул. Загородная, 13
16	ГМО МЗ РО «Гор.клиническая больница №10»	Вишневская Ольга Владимировна	(4912) 35-05-97	08:00 - 15:00	г. Рязань, ул. Крупской, 26
17	ГМО МЗ РО «Гор.клиническая больница №11»	Панкрушева Наталья Викторовна	(4912) 41-41-96	08:00 - 20:00	г. Рязань, ул. Новоселов, 26/17
18	ГМО МЗ РО «Спасская ЦРБ»	Кулаковская Ольга Ивановна	(49135) 3-33-62	08:00 - 15:50	г. Спасск, ул. Советская, 1

КАБИНЕТЫ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Кабинет медицинской профилактики возглавляет врач (или фельдшер), имеющий соответствующую подготовку по проблемам профилактики заболеваний и укреплению здоровья.

- Рекомендуемые штатные нормативы: заведующий кабинетом медицинской профилактики (врач, фельдшер) – 1 на 10 тысяч взрослого населения.

Кабинет медицинской профилактики осуществляет **следующие функции**:

1. Организация, координация и оценка эффективности деятельности ГМО МЗ РО по оказанию медицинской помощи для желающих изменить свой образ жизни и профилактических услуг населению.

2. Выявление среди населения поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний и их коррекция.

3. Участие в организации и проведении диспансеризации.

4. Участие в организации и проведении профилактических медицинских осмотров.

5. Контроль и учет ежегодной диспансеризации населения;

6. Подготовка и передача врачам медицинской документации на больных и лиц с повышенным риском заболеваний для проведения дополнительного медицинского обследования, диспансерного наблюдения и проведения лечебно-оздоровительных мероприятий.

7. Гигиеническое воспитание населения и пропаганда здорового образа жизни (борьба с курением, алкоголизмом, избыточным питанием, гиподинамией и другие), а также организация и проведение школ здоровья, постояннодействующих лекториев.

8. Организация и проведение информационно-коммуникационных компаний на прикрепленной территории, в том числе обеспечение информационно-просветительской деятельности на портале медицинской организации, в местных электронных и печатных СМИ.

9. Организация и проведение совместно с ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики» обучения медицинских работников государственной медицинской организации методам оказания медицинских профилактических услуг населению.

10. Организация и проведение на прикрепленной территории совместно с ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики» массовых пропагандистских акций и конкурсов.

11. Организация, координация и проведение межведомственных и межсекторальных мероприятий на прикрепленной территории в целях создания «единой межсекторальной профилактической среды».

12. Участие в информационном обеспечении специалистов ГМО МЗ РО и различных групп населения по вопросам профилактики заболеваний и укрепления здоровья.

13. Организация и проведение медико-социальных опросов медицинских работников и прикрепленного населения по вопросам профилактики заболеваний, удовлетворенности и потребности в профилактической помощи.

14. Ведение учетной и отчетной документации.

**СПИСОК КАБИНЕТОВ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ,
организованных в составе государственных медицинских организаций МЗ РО,
в соответствии с приказом Министерства здравоохранения
и социального развития Российской Федерации от 15 мая 2012 г. N 543н
«Об утверждении положения об организации оказания первичной
медико-санитарной помощи взрослому населению»**

№ п/п	ГМО МЗ РО	ФИО заведующего кабинетом	Телефон	График работы	Адрес
1	ГМО МЗ РО «Пителинская ЦРБ»	Юрлова Валентина Викторовна	(49145) 6-45-20	09:30 - 11:00 15:00 - 16:00	р.п. Пителино, ул. Павлова, 10
2	ГМО МЗ РО «Гор.больница №7»	Тузкова Светлана Михайловна	(4912) 28-82-35	08:00 - 14:00	г. Рязань, ул. Больничная, 2
3	ГМО МЗ РО «Лесновская РБ»	Штопорова Елена Александровна	(49136) 3-78-30	08:00 - 12:00	р.п. Лесной, ул. Строителей
4	ГМО МЗ РО «Путятинская ЦРБ»	Голубиевская Жанна Николаевна	(49146) 2-18-52	08:00 - 16:15	с. Путятино, ул. Воровского, 20
5	ГМО МЗ РО «Чучковская ЦРБ»	Севальникова Татьяна Владимировна	(49138) 7-11-25	09:00 - 12:00	р.п. Чучково, пл. Ленина, 19
6	ГМО МЗ РО «Кадомская ЦРБ»	Тихонова Елена Николаевна	(49139) 5-16-36	08:00 - 11:00	р.п. Кадом, ул. Касимовская, 58
7	ГМО МЗ РО «Ермишинская ЦРБ»	Татеева Людмила Юрьевна	(49144) 2-19-01	08:00 - 14:00	р.п. Ермишь, ул. Больничная, 57
8	ГМО МЗ РО «Гор.поликлиника №12»	Сметанина Галина Федоровна	(4912) 28-84-09	09:00 - 15:00	п. Соколовка, ул. Связи, 22
9	ГМО МЗ РО «Ухоловская ЦРБ»	Слетов Сергей Анатольевич	(49154) 5-16-84	08:00 - 14:00	р.п. Ухолово, ул. Революции, 13
10	ГМО МЗ РО «Тумская РБ»	Федоркин Сергей Анатольевич	(49142) 4-07-52	08:30 - 16:20	р.п. Тума, ул. Ленина, 160
11	ГМО МЗ РО «Сапожковская ЦРБ»	Валяева Ольга Николаевна	(49152) 2-10-03	08:15 - 14:30	р.п. Сапожок, ул. Садовая, 68
12	ГМО МЗ РО «Захаровская ЦРБ»	Пилецкая Ольга Геннадьевна	(49153) 5-14-74 5-15-91	09:00 - 16:10	с. Захарово, ул. Советская, 4
13	ГМО МЗ РО «Гор. Поликлиника №13»	Косянина Наталья Викторовна	(4912) 98-04-00	09:00 - 15:00 пн, ср 13:00 - 19:00 вт, чт-пт	г. Рязань, ул. Керамзавод, 25
14	ГМО МЗ РО «Алекса́ндро-Невская ЦРБ»	Спивак Наталья Васильевна	(49158) 2-25-34	08:00 - 14:00	р.п. Ал.-Невский, ул. Почтовая, 49
15	ГМО МЗ РО «Милославская ЦРБ»	Баранова Наталья Николаевна	(49157) 2-12-17	09:00 - 16:00	Милославское, ул. Октябрьская, 1
16	ГМО МЗ РО «Клепиковская ЦРБ»	Шульгина Елена Владимировна	(49142) 2-60-48 2-67-56	09:00 - 13:00	г. Спас-Клепики, ул. Бебеля, 3
17	ГМО МЗ РО «Старожиловская ЦРБ»	Ашманова Вера Ивановна	(49151) 2-18-71	09:00 - 16:00	Старожилово, ул. Денисова, 23
18	ГМО МЗ РО «Гор.поликлиника №15»	-	(4912) 25-15-45	-	г. Рязань, ул. Поселковая, 7а
19	ГМО МЗ РО «Сараевская ЦРБ»	Чувакина Елена Ивановна	(49148) 3-11-67 3-18-84	08:30 - 16:40	р.п. Сараи, ул. Ленина, 114
20	ГМО МЗ РО «Рыбновская ЦРБ»	Гольшьева Марина Александровна	(49137) 5-02-07	08:00 - 15:40	г. Рыбное, ул. Почтовая, 15
21	ГМО МЗ РО «Кораблинская ЦРБ»	Акинчева Наталья Владимировна	(49143) 5-02-27	08:00 - 14:30	г. Кораблино, ул. Спортивная, 11
22	ГМО МЗ РО «Шацкая ЦРБ»	Ловкина Галина Павловна	(49147) 2-25-45	08:30 - 16:10	Шацк, ул. Интер- национальная, 60
23	ГМО МЗ РО «Гор.поликлиника №14»	Елизарова Наталья Михайловна	(4912) 25-32-00 25-61-08	08:30 - 19:00	г. Рязань, ул. Семинарская, 46

ЦЕНТРЫ ЗДОРОВЬЯ

Функциями центров здоровья являются:

- информирование населения о вредных и опасных для здоровья человека факторах;
- групповая и индивидуальная пропаганда здорового образа жизни, профилактика возникновения и развития факторов риска различных заболеваний (курение, алкоголь, гиподинамия и др.);
- формирование у граждан ответственного отношения к своему здоровью и здоровью своих детей, близких, принципов «ответственного родительства»;
- обучение граждан, в том числе детей, гигиеническим навыкам и мотивирование их к отказу от вредных привычек, включающих помощь в отказе от потребления алкоголя и табака и эффективным методом профилактики заболеваний с учетом возрастных особенностей;
- динамическое наблюдение за пациентами группы риска развития неинфекционных заболеваний;
- оценка функциональных и адаптивных резервов организма с учетом возрастных особенностей, прогноз состояния здоровья;
- консультирование по сохранению и укреплению здоровья, включая рекомендации по коррекции питания, двигательной активности, занятиями физкультурой и спортом, режиму сна, условиям быта, труда (учебы) и отдыха;
- разработка индивидуальной программы по ведению здорового образа жизни, в том числе с учетом физиологических особенностей детского возраста;
- осуществление мониторинга реализации мероприятий по формированию здорового образа жизни, факторов риска развития заболеваний.



КОМПЛЕКСНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ

проводится 1 раз в год (взрослые, дети 15-17 лет) и включает в себя:

I. Обследование пациента в кабинете программно-компьютерного опроса (мед.сестра)

1. Тестирование на аппаратно-программном комплексе: скрининг-оценка уровня психофизиологического и соматического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма.

2. Измерение роста и веса, расчет индекса массы тела.

3. Измерение артериального давления и динамометрия.



II. Обследование пациента в кабинете тестирования (мед.сестра)

1. Экспресс-оценка состояния сердца по ЭКГ-сигналам от конечностей.

2. Ангиологический скрининг с автоматическим измерением систолического артериального давления и расчет плече-лодыжечного индекса.

3. Оценка функций внешнего дыхания с помощью спирометра компьютеризированного.

4. Определение композиции состава тела с помощью биоимпедансметра.

5. Определение окиси углерода выдыхаемого воздуха с определением карбокси-гемоглобина.

6. Определение углекислого газа в выдыхаемом воздухе, токсических веществ в биологических средах организма, котинина в моче, содержания кислорода в крови.

7. Экспресс-анализ уровня глюкозы в крови и холестерина в крови.

III. Консультация врача специалиста центра здоровья

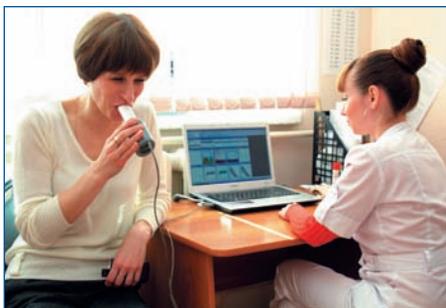
1. Оценка факторов интенсивного риска, адаптивных и функциональных резервов организма с учетом возрастных особенностей.

2. Прогноз состояния здоровья.

3. Составление индивидуальной программы по здоровому образу жизни.

4. Проведение беседы по здоровому образу жизни.

5. Направление: к специалистам ЛПУ в случае возникновения подозрения на заболевание, в соответствующие школы здоровья, на занятия в кабинет (зал) ЛФК по разработанной программе.



**СПИСОК ЦЕНТРОВ ЗДОРОВЬЯ,
организованных в составе государственных медицинских организаций МЗ РО,
в соответствии с приказом Министерства здравоохранения
и социального развития Российской Федерации от 15 мая 2012 г. N 543н
«Об утверждении положения об организации оказания первичной
медико-санитарной помощи взрослому населению»**

№ п/п	ГМО МЗ РО	ФИО заведующего отделением	Телефон	График работы	Адрес
1	ГБУ РО «Областная клиническая больница»	Масевнина Юлия Юрьевна	(4912) 36-95-00	08:00 - 20:00	г. Рязань, ул. Интернациональная, 3а
2	ГБУ РО «Рязская центральная районная больница»	Выборнова Вера Александровна	(49132) 2-25-66	08:00 - 15:30	г. Рязск, ул. Высотная, 20
3	ГБУ РО «Касимовская центральная районная больница»	Тугеева Елена Рафаиловна	(49131) 5-08-92	08:00 - 15:00	г. Касимов, ул. Загородная, 13
4	ГБУ РО «Сасовская центральная районная больница»	Селиванова Ирина Ивановна	(49133) 2-25-46	08:00 - 18:00	г. Сасово, мкр. Южный, 44
5	ГБУ РО «Скопинская центральная районная больница»	Мартынов Андрей Вячеславович	(49156) 5-15-36	08:00 - 20:00	г. Скопин, мкр. Автозаводской, 5
6	ГБУ РО «Шиловская центральная районная больница»	Барабанов Александр Николаевич	(49136) 2-17-11	08:00 - 18:00	р.п. Шилово, ул. Приокская, 27
7	ГБУ РО «Рязанский областной консультативно-диагностический центр для детей»	Михеева Юлия Сергеевна	(4912) 28-23-42	08:00 - 16:00	г. Рязань, ул. Фрунзе, 2



**СПИСОК ГОСУДАРСТВЕННЫХ МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЙ
 министерства здравоохранения Рязанской области,
 в составе которых организованы
 кабинеты медицинской помощи при отказе от табакокурения
 и профилактики неинфекционных заболеваний,
 связанных с употреблением табака**

№ п/п	ГМО МЗ РО	ФИО заведующего отделением	Телефон	График работы	Адрес
1	ГБУ РО «Областная клиническая больница»	Сафонкина Ольга Сергеевна	(4912) 33-70-16	08:00 - 14:00	г. Рязань, ул. Интернациональная, 3а
2	ГБУ РО «Областной клинический кардиодиспансер»	Данилов Александр Васильевич	(4912) 75-18-66	08:00 - 14:00	г. Рязань, ул. Стройкова, 96
3	ГБУ РО «Гор.клиническая больница №10»	Федина Ольга Владимировна	(4912) 35-05-97	08:00 - 14:00	г. Рязань, ул. Крупской, 26
4	ГБУ РО «Гор.клиническая больница №11»	Марченко Наталья Васильевна	(4912) 32-04-59	08:00 - 15:00	г. Рязань, ул. Новоселов, 26/17
5	ГБУ РО «Гор.поликлиника №2»	Калевич Галина Анатольевна	(4912) 92-63-96	08:00 - 15:40	г. Рязань, ул. Никулина, 3
6	ГБУ РО «Рязжская ЦРБ»	Истомин Олег Александрович	(49132) 2-25-66	10:00 - 14:00	г. Рязжск, ул. Высотная, 20
7	ГБУ РО «Касимовская ЦРБ»	Жабин Александр Владимирович	(49131) 2-20-94	11:00 - 14:00 вторник 08:00 - 12:00 четверг	г. Касимов, ул. Загородная, 13
8	ГБУ РО «Сасовская ЦРБ»	Буханова Ольга Евгеньевна	(49133) 2-25-46	08:00 - 12:00 вторник, четверг	г. Сасово, мкр. Южный, 44
9	ГБУ РО «Скопинская ЦРБ»	Даданин Геннадий Александрович	(49156) 2-60-09	08:00 - 16:00	г. Скопин, мкр. Автозаводской, 5
10	ГБУ РО «Спасская ЦРБ»	Кулаковская Ольга Ивановна	(49135) 3-33-62	15:00 - 18:00 пн, ср, пт	г. Спасск, ул. Советская, 1
11	ГБУ РО «Шилловская ЦРБ»	Мосин Александр Игоревич	(49136) 2-17-11	08:00 - 18:00	р.п. Шилово, ул. Приокская, 27
12	ГБУ РО «Гор.клиническая больница №4»	Гусева Ольга Геннадьевна	(4912) 44-36-57	08:00 - 14:00	г. Рязань, ул. Есенина, 19
13	ГБУ РО «Гор.больница №5»	Гуляева Наталья Александровна	(4912) 33-02-44	16:00 - 19:00 понедельник 08:00 - 11:00 вт, чт-пт	г. Рязань, ул. Медицинская, 9
14	ГБУ РО «Гор.больница №6»	Ноговская Екатерина Михайловна	(4912) 76-07-83	14:00 - 18:00 пн, ср, пт	г. Рязань, ул. Гагарина, 53
15	ГМО МЗ РО «Поликлиника завода Красное знамя»	-	-	-	г. Рязань, ул. Октябрьская, 63А
16	ГБУ РО «Рязанская ЦРБ»	Баздырева Татьяна Владимировна	(4912) 35-00-56	08:30 - 15:00	г. Рязань, ул. Мервинская, 16
17	ГМО МЗ РО «Михайловская ЦРБ»	Зайцева Наталья Владимировна	(49130) 2-12-87, 2-14-00	09:00 - 12:00	г. Михайлов, ул. Воеводина, 4

«ЦЕНИ СВОЮ ЖИЗНЬ»

областная межведомственная социальная акция

Целью акции является формирование здорового и безопасного образа жизни подростков и молодежи, профилактика асоциального поведения.

Организаторы акции:

- министерство здравоохранения Рязанской области;
- министерство печати и массовых коммуникаций Рязанской области;
- министерство молодежной политики, физической культуры и спорта Рязанской области;
- министерство культуры и туризма Рязанской области;
- министерство образования Рязанской области;
- управление Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков по Рязанской области;
- управление образования и молодежной политики администрации г. Рязани;
- региональное отделение общероссийской общественной организации «Лига здоровья нации»;
- ассоциация детских и молодежных общественных объединений Рязанской области «Молодежный совет».



Акция проводится по 6 зонам с участием делегаций близлежащих районов: проводится работа на различных площадках, к примеру:

- **«Витаминка»** (Команда составляет рецепт полезного завтрака, обеда, ужина. Модератор комментирует результаты и дает рекомендации по здоровому питанию);
- **«Паутина вредных привычек»** (Команда, выполняя задания модератора, обсуждает проблему аддикций. Плетет паутину – называет вредное влияние никотина на организм, расплетает паутину – положительное влияние ЗОЖ на организм);

В течение всего дня проходят:

- презентация деятельности центров здоровья, консультации специалистов, экспресс-диагностика для желающих;
- сбор подписей в поддержку законодательных инициативы «Улица без табака»;
- фотокроссинг «Сегодня, завтра и всегда: ЗОЖ – да!»;
- семинар для заместителей директоров по воспитательной работе, психологов, специалистов. Время начала работы акции и перечень станций в каждом муниципальном образовании будут сообщаться дополнительно.



«МАРУШРУТ ЗДОРОВЬЯ»

межмуниципальная медико-просветительская акция

С сентября 2011 года в муниципальных центрах Рязанской области проводится межмуниципальная медико-просветительская акция «Маршрут здоровья». Акция проходит во многих муниципальных центрах Рязанской области, в том числе: Милославском, Ряжском, Скопинском, Спасском, Кадомском, Пронском, Клепиковском, Сапожковском, Рыбновском районах. В каждой акции принимает участие 100-150 человек и более.



Акция проводится **при поддержке** глав муниципальных образований, ОО «Ассоциация организаторов здравоохранения Рязанской области» и регионального отделения Всероссийской общественной организации «Лига здоровья нации».

Целью проведения акции является снижение уровней распространенности поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний (нерациональное питание и ожирение, низкая физическая активность, табакокурение, злоупотребление алкоголем и потребление наркотических средств, и т.д.) и социально значимых заболеваний; формирование навыков ведения здорового образа жизни и ответственного поведения у населения Рязанской области, основанного на системе ценностных ориентаций в пользу здоровья.

Место проведения мероприятий акции – центральная площадь муниципального образования, Дом культуры, промышленные предприятия, образовательные учреждения.

В ходе акции разворачиваются мобильные центры здоровья и медицинские кабинеты (стоматологический и офтальмологический) на центральных площадях и «Посты здоровья» в Домах культуры для предоставления таких медицинских услуг, как определение показателей артериального давления, подсчет ИМТ с помощью измерения ростовесовых показателей, проведение ЭКГ и флюорографии (с помощью передвижных флюорографов), определение психического статуса, демонстрация гигиенических средств ухода за полостью рта и другие. В ходе акции осуществляются консультации различных специалистов: терапевта, кардиолога, диетолога, нарколога, стоматолога, офтальмолога, психотерапевта и других по усмотрению, в соответствии с тематикой мероприятия «День здоровья». В просветительской работе с молодежью проводится пропаганда о деятельности центров здоровья и необходимости регулярного скринингового обследования в них.

Организаторы акции и врачи-специалисты, участвовавшие в проведении «Маршрута здоровья» в муниципальных центрах Рязанской области, получили высокую оценку своей работы от администрации и работников промышленных предприятий и предложили регулярно проводить такие Дни здоровья.



«ЛЕТО БЕЗ ТАБАЧНОГО ДЫМА»

областная межведомственная акция

Областная межведомственная акция «Лето без табачного дыма» проводится в Рязанской области с 2010 года **в целях** пропаганды здорового образа жизни, вовлечения молодежи в занятия добровольчеством, снижения уровня распространенности табакокурения у населения Рязанской области, повышение информированности населения о вреде активного и пассивного курения табака, о способах его преодоления и формирование в общественном сознании установок о неприемлемости потребления табака.

Организаторами акции являются:

- министерство здравоохранения Рязанской области;
- министерство молодежной политики, физической культуры и спорта Рязанской области;
- региональное отделение общероссийской общественной организации «Лига здоровья нации»;
- Рязанское региональное отделение Всероссийской общественной организации «Молодая Гвардия Единой России»;
- областной волонтерский штаб.

Координатором проведения акции является государственное казенное медицинское профилактическое учреждение здравоохранения «Рязанский областной центр медицинской профилактики».

Акция проходит в несколько этапов. Участники Акции отказываются от курения минимум на месяц. На заключительном этапе определяются победители акции, которым вручаются различные призы на пресс-конференции.

Проведение акции активно поддерживают кинотеатры и торгово-развлекательные центры г. Рязани: «Люксор», «Кронверк Синема», «5 звезд», «Дружба», «Малина», «Виктория Плаза», «М5 Молл», «Премьер», «Круиз», «Барс на Московском», а также образовательные организации высшего и среднего профессионального образования региона. На этих площадках будет организована рекламная кампания по информированию молодежи об условиях участия в акции (аудиоролики по радио, видеоролики на плазменных панелях, раздача волонтерами листовок, афиши на информационных стендах).

Акция будет проходить в течение трех летних месяцев.

Первые 100 человек, результаты обследования которых подтвердят отказ от курения, улучшение состояния здоровья, получат бесплатные абонементы в бассейны, тренажерные залы, Дворец спорта «Олимпийский», салоны красоты, SPA-центры, аква-парк, спортивный инвентарь (футбольные, баскетбольные мячи, теннис), спортивные товары с логотипом акции.

28 августа 2014 года на пресс-конференции об итогах акции состоится награждение участников акции.

Победителями акции «Лето без табачного дыма» в 2013 году стали 49 человек. Ожидается, что в этом году акция приобретет более масштабный характер.



«ЛЕТО ДАРИТ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЯМ»

областная межведомственная медико-просветительская акция

Миссия межведомственной акции – пропаганда здорового образа жизни и профилактики табакокурения, алкоголизма и наркомании в летних загородных детских оздоровительных учреждениях.

Организаторы:

- министерство здравоохранения Рязанской области;
- министерство образования Рязанской области;
- УФСКН России по Рязанской области.

Координатор акции: ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики».

Участники акции: выездная бригада из специалистов ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики», ГБУ РО «Областной клинический наркологический диспансер», ГБУ РО «Областной клинический кожно-венерологический диспансер» (Ц СПИД И ИЗ), Центр здоровья для детей, организованный на базе ГБУ «Рязанский областной консультативно-диагностический центр для детей» .



Место проведения: городские школьные лагеря и загородные оздоровительные учреждения.

Период проведения акции: июнь – август.

Описание проекта:

Для педагогического персонала оздоровительных учреждений проводятся «круглые столы», интерактивные лекции, семинары, мастер-классы.

В работе с подрастающим поколением используются самые разнообразные формы работы: экспресс-обследование, конкурсы и викторины, профилактические игровые занятия с детьми младшего школьного возраста, психологические тренинговые занятия для старших возрастов, лекции-дискуссии и интерактивные беседы, «круглые столы» и тематические вечера, видеодемонстрации с последующим обсуждением, диспуты и т.д.

Формирование среды здорового образа жизни на муниципальном уровне

По заказу министерства здравоохранения Рязанской области.
Разработано ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики».
Отпечатано в ООО «Фирма РИНФО».
Подписано в печать 28.07.2014 г.
Тираж 100 экз.



В летний период солнце щедро дарит нам своё тепло. Но чрезмерное пребывание под его лучами чревато тепловыми и солнечными ударами.

Тепловой удар – патологическое состояние, обусловленное общим перегревом организма в результате воздействия тепловых факторов. Оно возникает под влиянием избыточного тепла из окружающей среды.

Процесс поддержания постоянства температуры тела осуществляется за счёт баланса внутренней теплопродукции и теплоотдачи во внешнюю среду. «Заведует» этим центр терморегуляции в гипоталамической области мозга. Получая информацию от тепловых и холодовых рецепторов, он даёт команду гормональным органам по изменению внутренней теплопродукции, а сердечно-сосудистой, дыхательной системам и органам пото- и мочеотделения по изменению теплоотдачи во внешнюю среду.

В жаркое время года происходит напряжение, прежде всего, систем теплоотдачи. При длительном воздействии высоких температур возникает угроза перегревания тела, когда тепловыделение через кожу и слизистые не обеспечивает удаление избыточного тепла. Признаками истощения резервов теплоотдачи являются слабость и сухость языка, учащённое сердцебиение, снижение артериального давления, поташнивание, учащение дыхания, кожа становится менее влажной, у людей со светлой кожей – пепельный цвет лица. Тепловой удар характеризуется возникновением обморочного состояния, нарушением ориентации или появлением бреда, перепадами артериального давления. Температура тела – выше 41°C. Кожа горячая и сухая. Может возникнуть кома, судорожный припадок и даже смерть.

Особенно подвержены тепловому удару следующие категории людей:

- пожилые люди и маленькие дети;
- лица с сердечно-сосудистыми и бронхолегочными заболеваниями (у них существенно повышаются риски обострения заболеваний и развития их осложнений);
- лица, ранее перенесшие тепловой удар;
- граждане, злоупотребляющие алкоголем;
- лица, принимающие мочегонные или антидепрессанты;
- лица, ограниченно употребляющие воду в жаркое время;
- лица, использующие антиперспиранты-дезодоранты;
- лица с интенсивной физической нагрузкой.



Для предотвращения неблагоприятных последствий теплового удара необходимо соблюдение следующих мер:

1. Необходимо свести к минимуму время нахождения на открытом солнце, особенно в период с 10.00 до 17.00 часов.
2. Одежда должна быть лёгкой, свободной, светлых тонов, желательна из натуральных тканей, легко пропускающих воздух. Рекомендуется также носить лёгкие головные уборы (шляпы, косынки, панамы, кепи и т.д.).
3. Необходимо по возможности ограничить объём физических нагрузок.
4. Здоровым и молодым людям рекомендуется дробное употребление до 2-3-х литров прохладной негазированной воды в сутки. Не следует злоупотреблять кофе, крепким чаем (в том числе зелёным). Не рекомендуется употреблять сладкие газированные напитки, а также алкоголь, включая пиво.
5. Для пожилых людей старше 70 лет, а также людей с артериальной гипертензией, сердечной и почечной недостаточностью объём употребляемой жидкости не должен превышать 1,5-2 литров в сутки (необходимо постоянно иметь при себе бутылочку с водой и выпивать её небольшими глотками через каждые 30-40 минут).
6. Ограничить количество пищи, особенно белковой и жирной, а также соусов и острых приправ. Употреблять больше овощей, зеленых культур, фруктов и ягод.

Первая помощь при перегревании и тепловом ударе заключается в перемещении пострадавшего в прохладное место и принятии горизонтального положения, освобождение от стесняющей дыхание одежды, охлаждение тела (пакет со льдом или замороженным продуктом, завернутым в полотенце, – к голове; мокрая простыня на туловище, поток вентилятора).

Необходим частый приём не слишком холодной воды или другой, желательно негазированной жидкости, сока, напитков. При судорогах предпочтительны минеральные воды. Не следует применять каких-либо жаропонижающих лекарств. Пострадавшим с нарушениями сознания или в коме необходим срочный вызов скорой помощи. При нарушениях дыхания и остановке сердечной деятельности следует приступить к сердечно-лёгочной реанимации (массаж сердца, дыхание «рот в рот») вплоть до прибытия скорой помощи.

Солнечный удар имеет все признаки теплового, отличается от последнего наличием дополнительных признаков воздействия ультрафиолетовых лучей прямого солнечного света. Это кожные проявления солнечного ожога, признаки общей интоксикации. Состояние характеризуется более быстрым наступлением перегревания, паралитическим расширением сосудов, покраснением обожжённой кожи. Такая ситуация наиболее часто возникает в условиях пляжа, при строительных и огородных работах в незащищённом от солнечных

лучей виде. Если перегревание не достигает критических степеней (периодическое купание, принятие прохладного душа), то проявления солнечного удара могут возникнуть отсрочено, через несколько часов, когда признаки общего перегревания организма сочетаются с выраженным жжением и зудом кожи, появлением пузырей, сильной жажды, головной боли, повышением температуры тела даже в прохладных условиях. Риски и способы оказания первой помощи – те же, но отсроченные последствия принимают характер борьбы с проявлениями обширных ожогов.

Лечение солнечных ожогов в бытовых условиях включает в себя, помимо домашнего режима, применение холодных компрессов и обильного дробного питья жидкостей (минеральной воды, соков, морсов, компотов, чаёв), использование противоожоговых мазей, кремов, спреев или просто жирных кисломолочных продуктов (кефира, сметаны). Не следует прокалывать пузыри. Лишённые поверхностного слоя кожи мокнущие эрозии подсушивают «зелёнкой», водным раствором марганцовки.

Солнечные лучи – источник жизни, мощный биостимулятор, необходимый фактор для синтеза витамина D в коже, регулирующий обмен фосфора и кальция в организме. Они жизненно необходимы, но в очень небольших дозах. Последние десятилетия установлена серьёзная опасность излишнего солнечного облучения. Помимо острых эффектов в виде солнечного удара, ожогов и обезвоживания, солнечные лучи могут вызывать изменения генетического материала (ДНК), образование свободных радикалов, уменьшать содержание в коже коллагеновых и эластичных волокон. А это не только старение кожи, но и условия превращения нормальных клеток кожи в раковые. Очень важно защитить самых маленьких, так как известно, что солнечные удары, перенесённые в детстве, способствуют появлению во взрослом возрасте меланомы, – рака кожи, который практически неизлечим. Не случайно в ряде стран запрещено пользование соляриями до 18 лет, а в некоторых странах Европы они совсем закрыты. Грудные дети (младше 6 месяцев) ни при каких обстоятельствах не должны загорать на солнце. Отражённые от песка, воды или снега ультрафиолетовые лучи также вредны, как и прямые. Поэтому зонтик является лишь частичной защитой. Играя в волейбол можно обгореть также, как и лёжа в шезлонге. Кремы для загара всего лишь придают коже бронзовый оттенок, но не защищают от ультрафиолетовых лучей. Защитные кремы наиболее эффективны при показателе SPF(солнцезащитный фактор) более 15. Пребывание на солнце наиболее рискованно с 10 до 16 часов местного времени. Широкополая шляпа, солнцезащитные очки, лёгкие длинные брюки – атрибуты гармонии с солнцем.

Министерство здравоохранения Рязанской области
ГКМПУЗ «Рязанский областной центр медицинской профилактики»

ТЕПЛОВОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

(памятка для населения)

