



Министерство здравоохранения Российской Федерации
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ЦЕНТР ТЕРАПИИ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ»

Портфель проектов ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России для реализации в рамках Программы «Пять шагов для городов»

О.М. Драпкина
академик РАН, профессор,
директор ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России



Профилактический диктант «23 вопроса о здоровье»

- Проводился под эгидой **Совета Федерации**
- Был размещен на сайте **Евразийского женского форума** с 27 января по 1 марта 2023 г.
- **23 вопроса о профилактике заболеваний** в формате тестирования с предоставлением расширенного комментария эксперта по каждому вопросу
- Приз за прохождение: **лекция о правильном питании**

Результаты

- За месяц Профилактический диктант прошли **более 50 000 человек**
- Просмотры лекции о здоровом питании: **более 20 500**

Преимущества прохождения диктанта:

- привлечение внимания к проблеме здорового образа жизни;
- комментарии к ответам для повышения грамотности в вопросах здоровья;
- обобщенная информация о грамотности



Профилактический диктант: «Дыши свободно»



31 мая – Всемирный день отказа от табака



10 вопросов об электронных средствах доставки никотина



Развенчивание мифов о курении электронных сигарет



Разбор маркетинговых манипуляций



Стратегии самопомощи при никотиновой зависимости

Старт диктанта сегодня!





- ✓ 10 вопросов о правильном питании
- ✓ Вопросы о неочевидном в здоровом питании
- ✓ Адаптация вопросов под российские предпочтения в еде
- ✓ Экспертные рекомендации по сбалансированному питанию за прохождение

Старт диктанта сегодня!





Повышение грамотности населения в вопросах здоровья на уровне муниципалитета



Проект Женщина – модель здоровья



Цель: обучение и активное вовлечение женщин различного возраста в продвижение здорового образа жизни среди своего окружения своим примером

Маршрут реализации проекта «Женщина – модель здоровья»



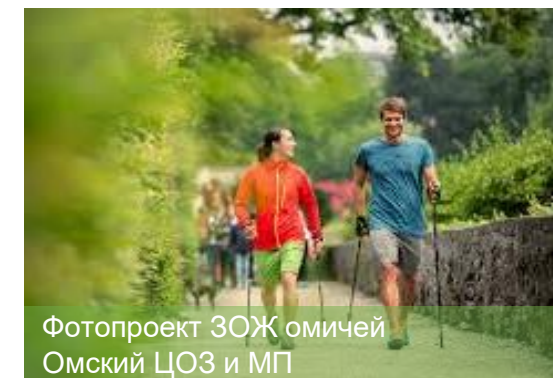


Укрепление здоровья населения муниципалитета с применением современной технологии привлечения искусства и культуры

- Развитие взаимодействия между секторами здравоохранения, культуры, образования на муниципальном уровне;
- Разработка разных форм сотрудничества для оценки влияния мероприятий сферы искусства на здоровье и благополучие жителей муниципалитетов;
- Библиотека лучших практик.

Конкурс «ИСКУССТВО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ»

- **исполнительское искусство** (деятельность в жанрах музыки, танца, театра, пения и фильмов);
- **изобразительное искусство, дизайн и ремесла** (ремесла, дизайн, живопись, фотография, скульптура и текстиль);
- **литература** (письмо, чтение, литературные фестивали);
- **культура** (музеи, галереи, художественные выставки, концерты, театр, общественные мероприятия, культурные фестивали и ярмарки);
- **онлайн, цифровое и электронное искусство** (анимация, создание фильмов и компьютерная графика).





Оценка инфраструктуры муниципалитета (пилотное исследование в Свердловской области)



Пилотное исследование в рамках государственного задания по разработке комплексной системы оценки единой профилактической среды для укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни на муниципальном / региональном уровне.

Элементы инфраструктуры муниципалитета:

- ✓ Медицинские организации;
- ✓ Средняя протяженность между остановками общественного транспорта в пилотных муниципалитетах;
- ✓ Спортивные объекты;
- ✓ Магазины;
- ✓ Предприятия общественного питания;
- ✓ Реклама;
- ✓ Промышленные предприятия.

Инфраструктура ввод данных

Карта

Информация об инфраструктуре

Показать 50 записей

Тип объекта	Объект	Адрес	Широта	Долгота		
Спортивные объекты	Стадионы	Екатеринбург, Сортировка, Техническая улица	56.878413	60.517358		
Медицинские организации	Другое	Ростов-на-Дону, СЖМ, бульвар Комарова, 24	47.289600	39.706677		
Магазины	Отдельные магазины, специализирующиеся на продаже алкоголя	Ростов-на-Дону, СЖМ, бульвар Комарова, 1 к4	47.290070	39.686782		
Точки сбора мусора	Официальные оформленные точки сбора бытовых отходов	Ростов-на-Дону, СЖМ, бульвар Комарова, 4	47.290966	39.689010		
Точки сбора мусора	Официальные оформленные точки сбора бытовых отходов	Ростов-на-Дону, СЖМ, Стартовая улица, 2 к2	47.291737	39.687944		
Точки сбора мусора	Официальные оформленные точки сбора бытовых отходов	Ростов-на-Дону, СЖМ, проспект Королева, 27	47.297039	39.720560		

Функциональные интерфейсы программного обеспечения



Оценка инфраструктуры муниципалитета (точки продажи табака и алкоголя)

Ассортимент	Наименьшая цена, руб.
Водка 0,5 л	230 руб. *
Вино 0,7 л	110 руб.
Пиво 0,3 л	33 руб.
Алкогольные коктейли 0,3 л	37 руб.

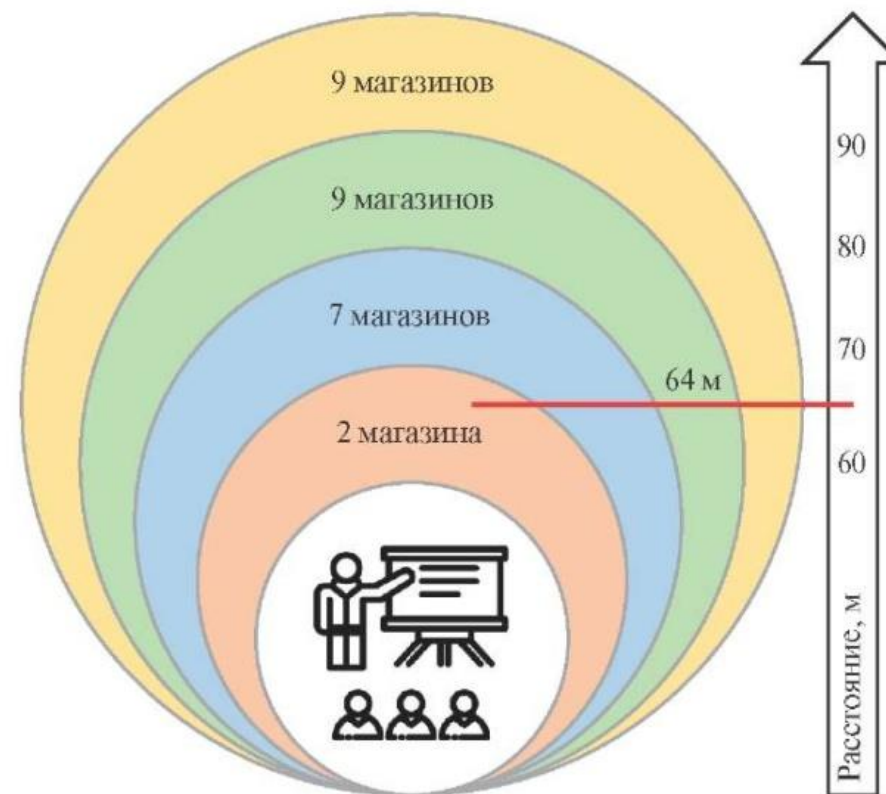
*На 2022 г. Министерство финансов Российской Федерации установило минимальную цену на бутылку водки объемом 0,5 л. на уровне **264 руб.**

В **82%** отдельных магазинов, специализирующихся на продаже алкоголя отпускная цена на бутылку водки объемом 0,5 л. была **ниже установленной минимальной цены.**

Средняя наименьшая цена пачки сигарет, продаваемой в отдельных магазинах, составляет $121,6 \pm 15,7$ руб. (**минимальная – 30 руб.**, максимальная – 207 руб.).

Министерством сельского хозяйства РФ рассчитано значение единой минимальной цены табачной продукции в размере 112 руб. на период с 01.01.2022г. по 31.12.2022г.

Расстояние между образовательными учреждениями и продуктовыми магазинами / супермаркетами, в которых осуществляется розничная продажа табачной и алкогольной продукции





Платформа Атрия Инструмент для внедрения корпоративных программ укрепления здоровья работающих

Апрель 2023

400 работодателей и 31 209 работников



<https://atriya.gnicpm.ru/>

- ✓ Рекомендуется использование платформы Атрия при планировании и внедрении корпоративных программ укрепления здоровья работающих.
- ✓ Платформа Атрия позволяет определить основные направления корпоративных программ, максимально ориентированных на потребности конкретного предприятия.





Результаты анкетирования на платформе Атрия

Персональные рекомендации для каждого работника

Благодарим Вас за участие в опросе!

Ниже сформулированы полезная информация и краткие рекомендации по результатам Ваших ответов.

Употребление табака – это реально устранимая причина смерти и болезней. В состав табачных изделий входят чрезвычайно токсичные материалы, и поэтому табак убивает примерно половину людей, его употребляющих. Курение является доказанным фактором риска, который увеличивает риск развития многих хронических неинфекционных заболеваний, причем ассоциация носит дозозависимый характер от количества выкуриваемых сигарет.

Неутешительная статистика показывает, что у курильщиков риск развития хронической обструктивной болезни легких в 14 раз выше, чем у некурящих. Риск развития рака легких среди мужчин-курильщиков выше в 23,6 раз, среди женщин – 7,8 раз по сравнению с некурящими.

Курение повышает риск развития ИБС в 2,6 раза; риск смерти от ИБС в 5,4 раза; риск внезапной СС смерти в 2,3 раза; риск развития аневризмы аорты в 5,5 раз; риск развития эректильной дисфункции и импотенции в 2 раза.

Курение даже одной сигареты в день повышает риск смерти от инфаркта у мужчин на 48%, у женщин – на 57%; от инсульта: у мужчин на 25%, у женщин – на 31%.

Но прекращение курения снижает риск смерти от ССЗ на 50% уже в первый год после отказа от курения.

Доказано, что электронные сигареты, вейпы, продукты нагревания табака также пагубны для здоровья, как и обычные сигареты: они вызывают зависимость от никотина, те же сердечно-сосудистые и респираторные заболевания, что и обычные табачные изделия.

Откажитесь от курения! При необходимости обратитесь за помощью к специалистам.

Пассивное курение — вдыхание окружающего воздуха с содержащимися в нём продуктами курения других людей. По данным Всемирной организации здравоохранения ежегодно около 1,2 миллиона некурящих человек умирает от пассивного курения. Согласно федеральному закону "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции" от 23.02.2013 N 15-ФЗ курение, а также потребление электронных сигарет и продуктов нагревания табака запрещено на территории предприятий. Рекомендовано проинформировать руководство о том, что в течение рабочего дня Вы подвержены пассивному курению на рабочем месте.

Эксперты по питанию Всемирной организации здравоохранения рекомендуют каждый день съедать по меньшей мере пять порций фруктов и овощей (примерно 500 г). Именно такое количество свежих овощей и фруктов доказано снижает риск развития многих неинфекционных заболеваний и снабжает организм достаточным количеством клетчатки, минеральных веществ и витаминов.

Потребление фруктов и овощей можно увеличить, для этого:

- ежедневно включать овощи в рацион
- выбирать фрукты, ягоды на десерт
- выбирать фрукты, ягоды, орехи или сухофрукты к «чаю» взамен сладостей

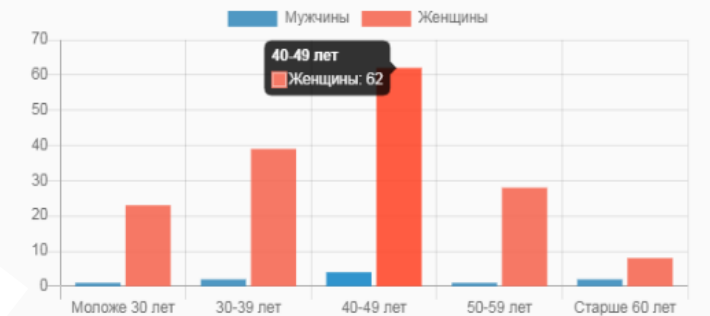
Назад

Готово

Результаты опроса всех работников организации

Портрет работника

10-летние возрастные группы	Мужчины		Женщины	
	N	%	N	%
Моложе 30 лет			23	13.37
30-39 лет				22.67
40-49 лет	4	36,36	62	36.05
50-59 лет	1	9,09	28	16.28
Старше 60 лет	2	18,18	8	4,65



Выгрузка в формате Microsoft Excel на персональный компьютер

	A	B	C	D	E
1	10-летние возрастные группы	Мужчины		Женщины	
2		N	%	N	%
3	Моложе 30 лет	1	9,09%	23	13.37%
4	30-39 лет	2	18,18%	39	22.67%
5	40-49 лет	4	36,36%	62	36.05%
6	50-59 лет	1	9,09%	28	16.28%
7	Старше 60 лет	2	18,18%	8	4,65%

<https://atriya.gnicpm.ru/resultservice/>



Методическое сопровождение программ укрепления здоровья населения города

- Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья»: разработка и внедрение муниципальных и корпоративных программ укрепления здоровья.
- Письмо МЗ РФ от 12.11.2019г. № 28-1/6419 «Рекомендации по созданию региональных и муниципальных программ укрепления здоровья» (федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» национальный проект «Демография»), МЗ РФ, Москва 2019.
- Национальный проект «Жилье и городская среда», инициатива «Формирование комфортной городской среды»: индекс качества городской среды, который высчитывают на основании 36 индикаторов, включающих уровень благоустройства общественных территорий, доступность инфраструктуры в городе и др.
- Методические рекомендации организации физкультурно-спортивной работы по месту жительства, отдыха граждан и в организациях различных форм собственности (Утв. Приказом Минспорта России от 25 сентября 2020 г. № 718): нормы обеспеченности спортивными сооружениями, муниципальные программы повышения физической активности.



Проект ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России под эгидой Совета Федерации: «Профилактический щит страны»

Профилактический щит страны

- Раннее выявление сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ)
- Укрепление общественного здоровья в регионах
- Повышение осведомленности лиц трудоспособного возраста о ССЗ

Работа на уровне субъектов

- Проведение консультаций с руководством субъекта, главами муниципалитетов и крупных предприятий по снижению бремени ССЗ и укреплению общественного здоровья

Проведение обследования трудовых коллективов крупных предприятий на ССЗ и факторы риска их развития

- Проведение обследований на выявление ССЗ и факторов риска их развития
- Индивидуальные консультации терапевтов и кардиологов ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России
- Лекции о факторах риска развития ССЗ

Информационно-коммуникационные мероприятия

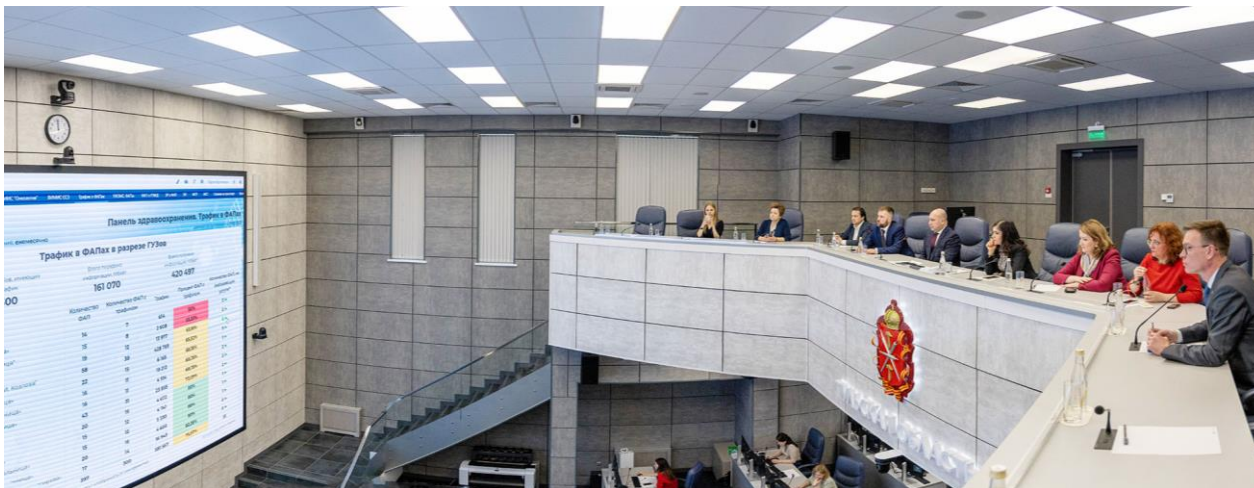
- Широкая информационно-коммуникационная поддержка со стороны федеральных и региональных СМИ
- Мероприятия в регионе, направленные на продвижение ЗОЖ (флешмобы и акции)
- Семинары и мастер-классы для работников первичного звена здравоохранения



«Профилактический щит страны» в Тульской области

Работа на уровне субъектов

Проведены совещания по первичной медико-санитарной помощи и общественному здоровью с Первым заместителем Губернатора Тульской области Д.В. Миляевым, с главами муниципалитетов, медицинских организаций и руководством предприятий.





«Профилактический щит страны» в Тульской области



Проведение обследования трудовых коллективов крупных предприятий

- Командой ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России проведены обследования сердечно-сосудистой системы 260 сотрудников АО «Туламашзавод»;
- Более 1000 сотрудников еще 5 предприятий Тульской области прошли обследования, проведенные командами медицинских специалистов Тульской области с использованием мобильных медицинских комплексов.





«Профилактический щит страны» в Тульской области



Информационно-коммуникационные мероприятия

- **160** студентов ВУЗов посетили образовательные семинары по здоровому образу жизни;
- Российский Красный Крест провел для **120** студентов ВУЗов мастер-классы по оказанию первой помощи;
- Серебряные волонтеры Тулы провели для **100** жителей Тульской области мастер-класс по скандинавской ходьбе;
- В торговом центре «Гостиный двор» состоялась акция «Не рискуй – измерь свое давление»

За 2 дня более **2000** человек приняли участие в профилактических мероприятиях в рамках акции

Успех мероприятия во многом был обеспечен широкой политической поддержкой администрации Тульской области



Министерство здравоохранения Российской Федерации
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ЦЕНТР ТЕРАПИИ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ»



101990, г. Москва, Петроверигский пер., 10, стр.3
109074, г. Москва, Китайгородский пр-д, 7



<https://gnicpm.ru/>



<https://t.me/fgbunmictpm>



<https://vk.com/gnicpmru>



<https://ok.ru/group/70000001206036/>



SOorlov@gnicpm.ru