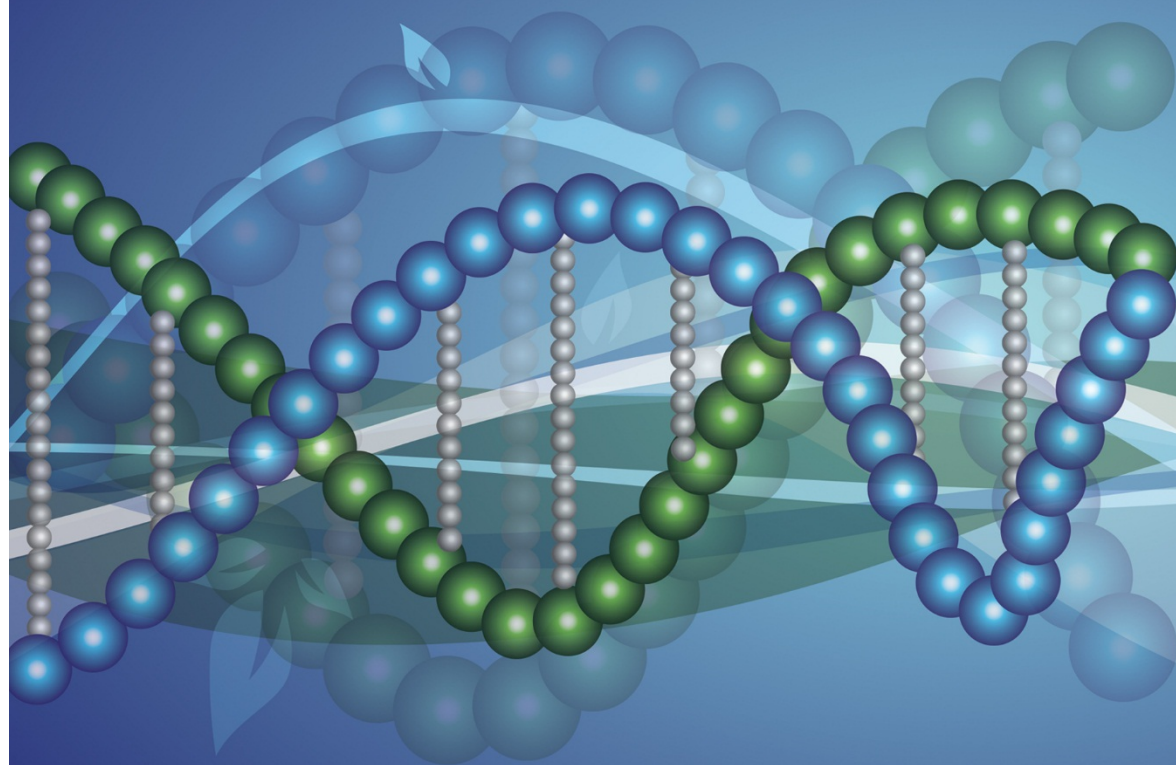


Здоровьесберегающие технологии, применяемые на территории Республики Карелия.



14.11. 2019г.

Территория:
172 400 км²

Население:
618 100
человек

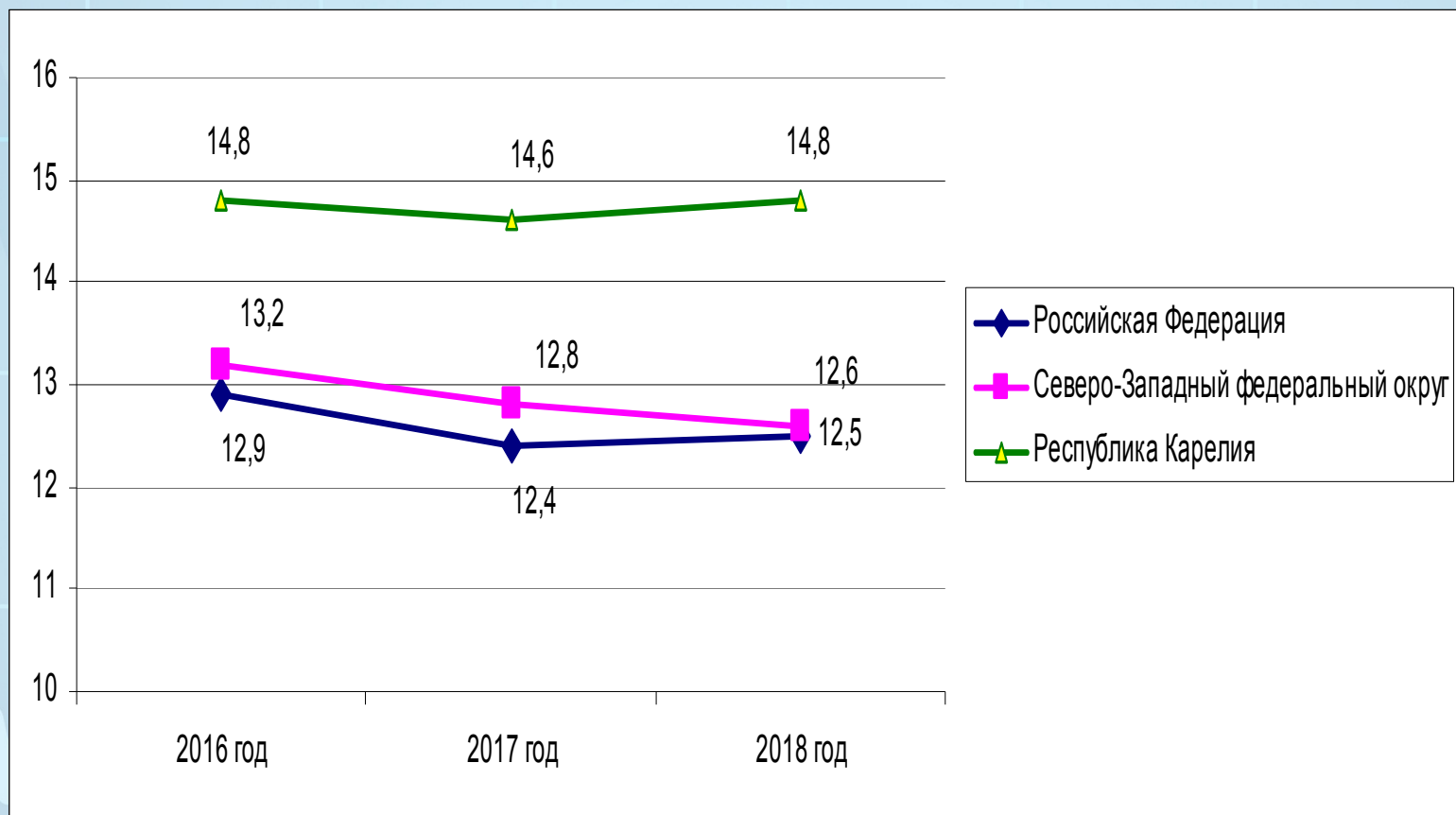
Республика Карелия



Динамика общей смертности в Северо-Западном федеральном округе
(на 100 тыс. населения)

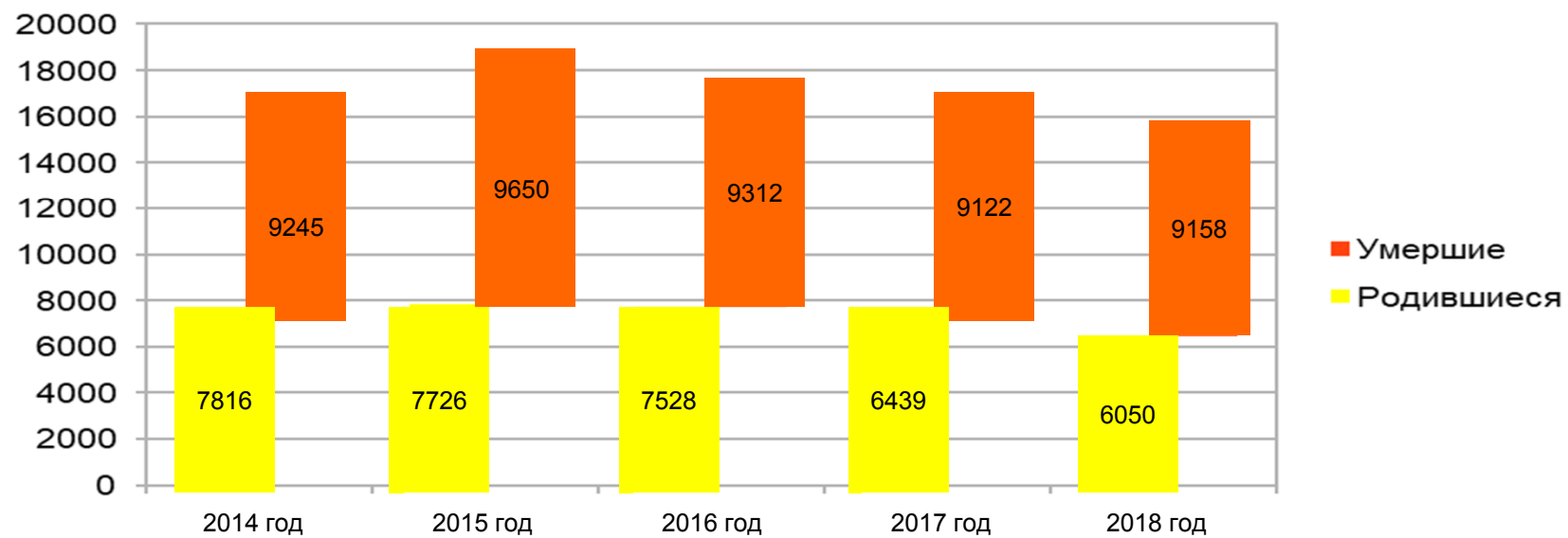
№ п/ п	Российская Федерация, Северо-Западный федеральный округ, субъекты округа	Всего умершего от всех причин	
		2018 г.	2017 г.
1.	Российская Федерация	1245,6	1397,7
2.	Северо-Западный федеральный округ	1261,5	1426,8
3.	Республика Карелия	1476,5	1528,8
4.	Республика Коми	1187,6	1277,9
5.	Архангельская область	1310,4	1452,2
6.	Ненецкий автономный округ	897,2	973,7
7.	Вологодская область	1436,9	1595,3
8.	Калининградская область	1222,5	1440,7
9.	Ленинградская область	1291,2	1547,4
10.	Мурманская область	1127,2	1200,8
11.	Новгородская область	1672,7	1883,8
12.	Псковская область	1720,7	1936,8
13.	г. Санкт-Петербург	1114,8	1256,8

Динамика смертности за 2016-2018 годы

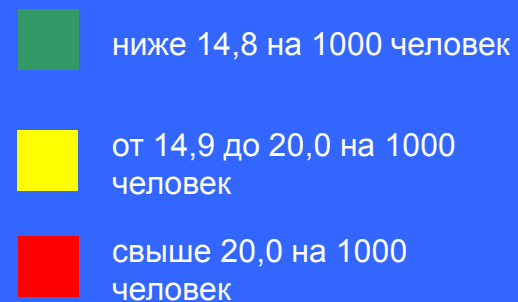


Родившиеся, умершие и естественный прирост населения РК

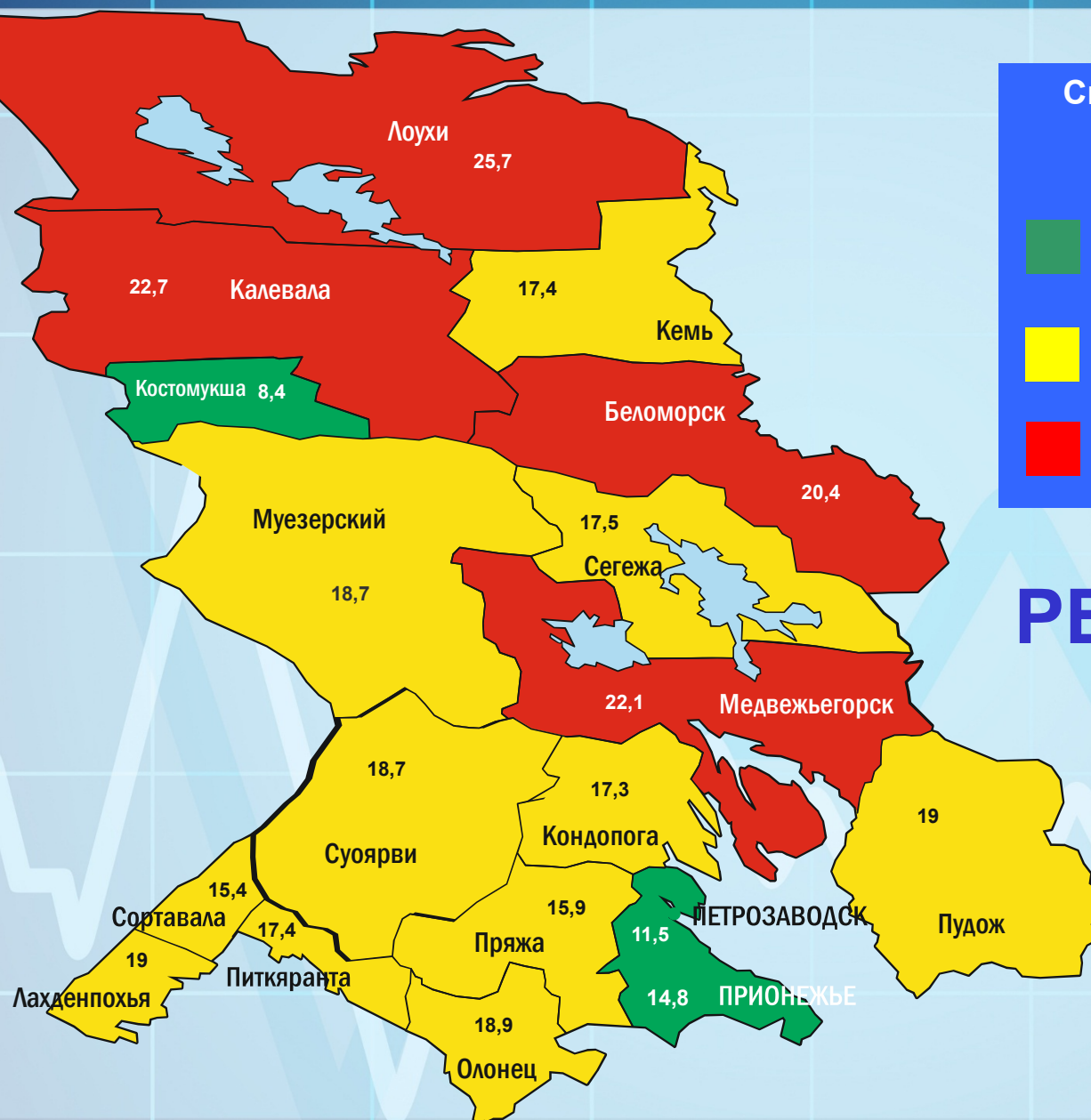
(человек)



Смертность населения за 2018 год



РЕСПУБЛИКА КАРЕЛИЯ



Структура службы медицинской профилактики Республики Карелия

- Центр медицинской профилактики РК – 1.
- Отделения медицинской профилактики – 14.
- Кабинеты медицинской профилактики – 15.
- Кабинеты медицинской помощи по отказу от курения – 4.
- Центры здоровья – 3, из них:
детский ЦЗ – 1, взрослый ЦЗ – 2.



Факторы риска по данным диспансеризации, Центров здоровья и ЭССЕ РФ 2

Наименование	Факторы риска, %					
	Повышенное АД	Нерациональное питание	Потребление табака	Избыточное потребление алкоголя	Избыточная масса тела	Низкая физическая активность
1	2	3	4	5	6	7
Диспансеризация	17	44	18	7,6	40	23
Центры здоровья	46	61	25	28,3	30,8	51,8
ЭССЕ – РФ 2	49	42,7	35	5,7	47	13

Проект "ЭССЕ-РФ 2"

В 2017 году в четырёх регионах РФ – Рязанской и Омской областях, Республике Карелия и Краснодарском крае проводилось многоцентровое наблюдательное исследование «Эпидемиология Сердечно-Сосудистых заболеваний в регионах Российской Федерации «ЭССЕ-РФ 2», организованное НМИЦ ПМ.

Данное исследование было призвано выявить распространённость и причины развития хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной смертности в республике Карелия.

В Карелии исследование проходило с июля по декабрь 2017 года.

Путем случайной выборки в данное исследование были включены жители г. Петрозаводска, Кондопожского и Пряжинского районов в возрасте 25-64 лет.

В Республики Карелия исследование проводилось в ГБУЗ РК «Городская поликлиника №1» специалистами Центра медицинской профилактики Республики Карелия.

Каждый участнику был проведен опрос, физикальные обследования (измерение АД, частоты сердечных сокращений, проведение антропометрических измерений, таких как рост, вес, окружность талии, окружность бедер) исследование ЭКГ, лабораторные исследования.

В данном проекте было обследовано 1647 человек.



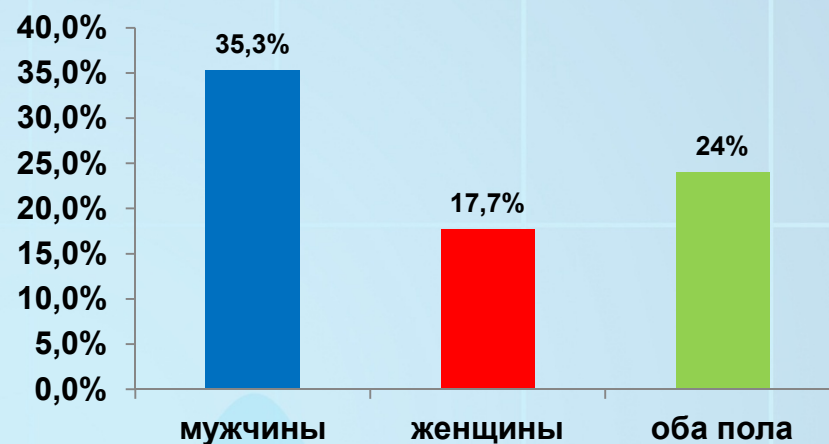
Проект "ЭССЕ-РФ 2"



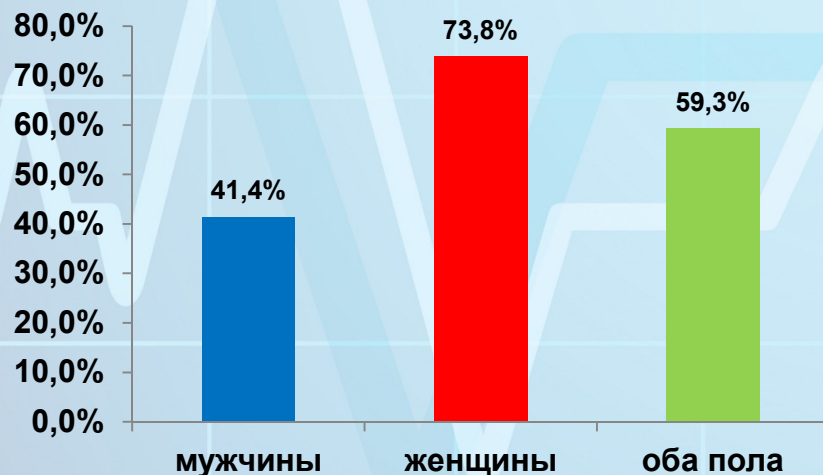
Распространённость лиц, потреблявших табак
(курили, но бросили более 1 года назад)



Распространённость лиц, потребляющих табак
в настоящее время



Распространённость лиц, никогда не
куривших



Распространённость курения среди российских
мужчин и женщин в динамике



Борьба с табакокурением

Медицинская помощь населению республики при отказе от курения осуществляется в кабинетах отказа от курения :

- Центра медицинской профилактики РК ;
- ГБУЗ РК «Республиканская больница им. В.А. Баранова».
- ГБУЗ РК « Сегежская ЦРБ»
- Республиканский наркологический диспансер

В районах Карелии помощь по отказу от табакокурения осуществляется в кабинетах нарколога:

ГБУЗ «Сортавальская ЦРБ».

ГБУЗ «Олонецкая ЦРБ».

ГБУЗ «Суоярвская ЦРБ».

ГБУЗ «Межрайонная больница № 1».

ГБУЗ «Пряжинская ЦРБ».

ГБУЗ «Сегежская ЦРБ».

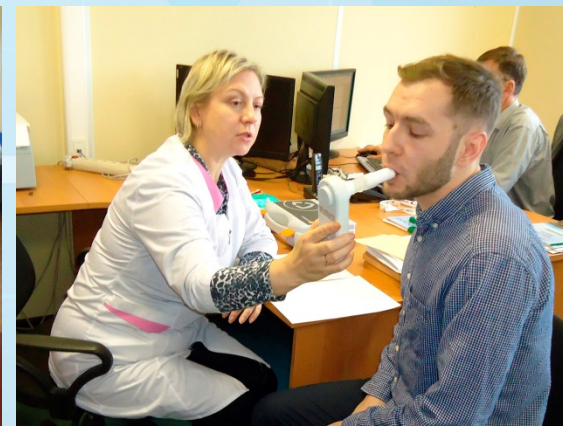
ГБУЗ «Беломорская ЦРБ».

	2016 г.	2017 г.	2018 г.
Республика Карелия	1601	3097	4186

В 2018 году в Республике Карелия было проведено **48 мероприятий**, приуроченных к Всемирному дню без табака и Международному дню борьбы с курением. В них участвовали более 4000 человек. Распространено пропагандистских материалов о вреде курения тиражом более 1000 экз.

С 2012 года в Петрозаводске на заводе «Петрозаводскмаш» проходит корпоративный конкурс «Брось курить и выиграй!».

Начало конкурса приурочено к Всемирному дню без табака – 31 мая. Проходит он в три этапа. На старте специалисты ЦМП РК у всех участников измеряют уровень СО в выдыхаемом воздухе, а также рассказывают о вреде курения. Затем, контролируют, снижается ли этот показатель. В конце конкурса, проходят окончательные замеры и подведение итогов.



В Республике Карелия работают:

**5 специализированных
детско-юношеских
спортивных школ
Олимпийского резерва**

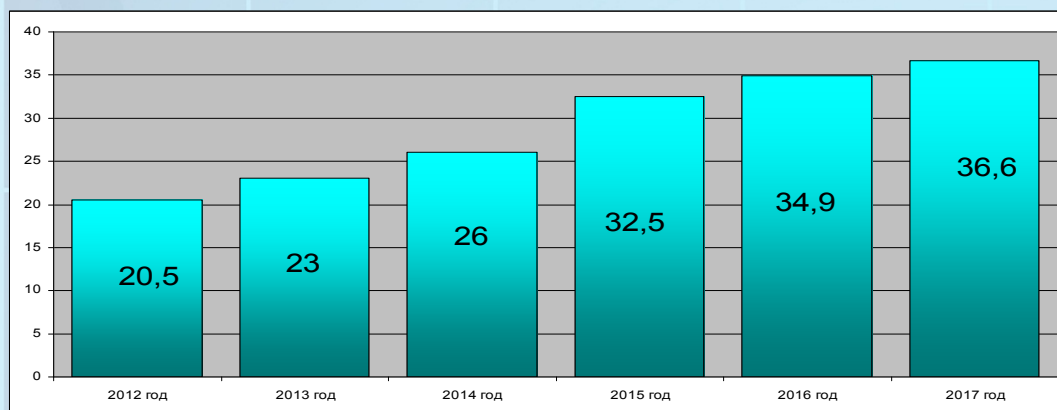
**24 детско-юношеские
спортивные школы**

Общее число учащихся этих школ -19 749

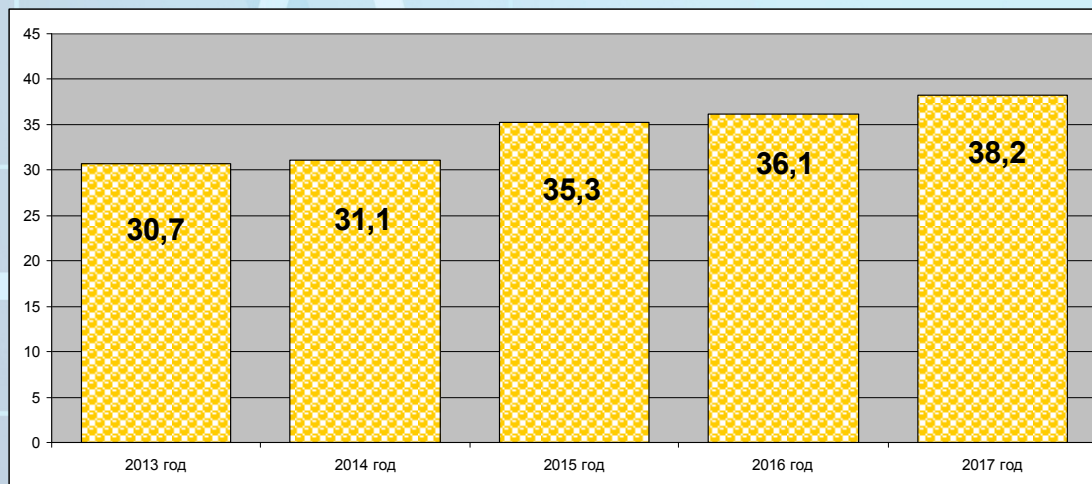
(данные на конец 2018 г.)



**Доля жителей Республики Карелия,
регулярно занимающихся физической культурой и спортом (в
процентах)**



**Обеспеченность населения спортивными сооружениями от
нормативной (в процентах)**



В 2018 году в Республике Карелия введены 81 спортивных сооружений.

«Школа двигательной активности SiddeDans»

Школа двигательной активности SiddeDans работает с 2010 года на базе ГБУЗ РК «Поликлиника № 1» г. Петрозаводска.

На занятиях по SiddeDans может участвовать любой желающий, не зависимо от возраста, пола и физического состояния



С 2016 года работает школа пациента «Кардиомаршрут».

Кардиомаршрут – это проект, который разработали и проводят специалисты Центра медицинской профилактики РК. Главную цель, которую ставят организаторы - снизить риск заболеваний сердечно-сосудистой системы. Вместе со специалистами, участникам маршрута необходимо пройти 2 тысячи шагов и сделать пять-шесть упражнений, направленных на повышение сердечного тонуса.

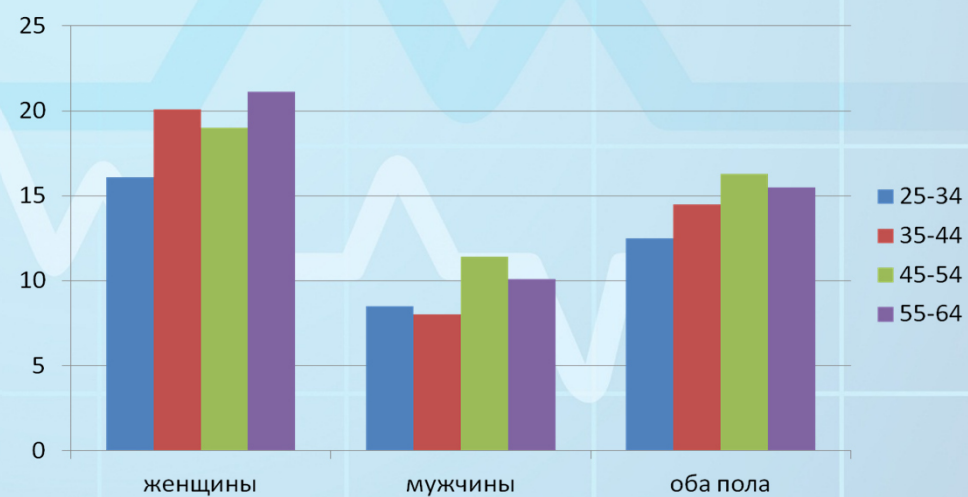


Проект "ЭССЕ-РФ 2"

Распространенность высокого и очень высокого уровня стресса в регионах ЭССЕ-РФ(2)



Высокий и очень высокий стресс почти не изменяется с возрастом



Психо-социальный фактор - один из ведущих компонентов ЗОЖ

Терапевты при клиническом опросе оценивают психо-социальный фактор риска. При выявлении направляют пациентов в кабинет медико-психологической помощи ЦМП, где ежедневно ведёт приём медицинский психолог.

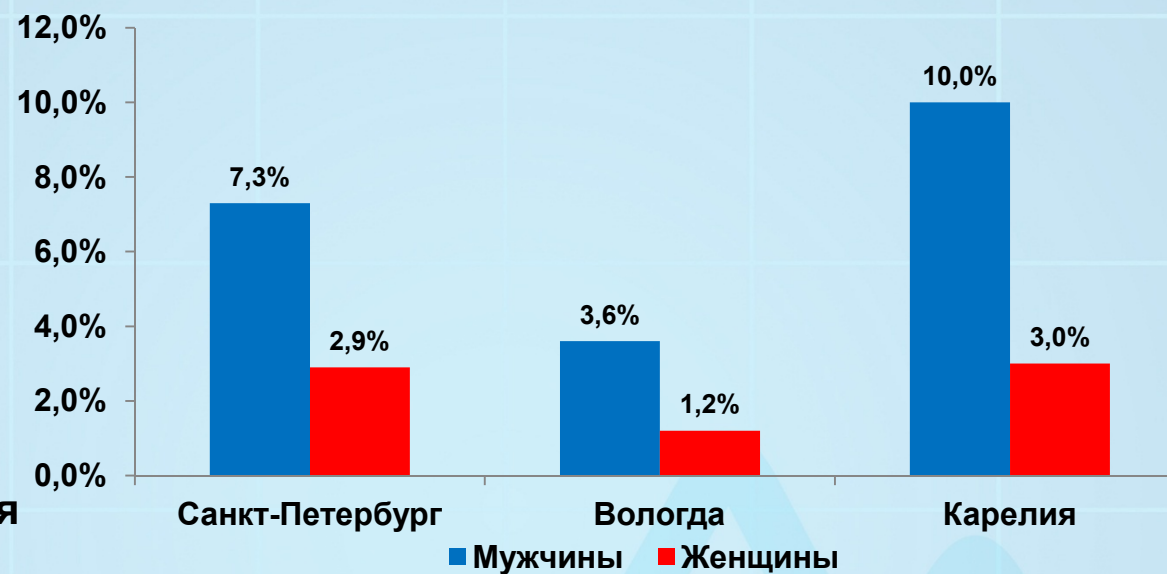
Медико-психологическая помощь

В кабинете медико - психологической помощи Центра медицинской профилактики РК приём ведёт медицинский психолог.

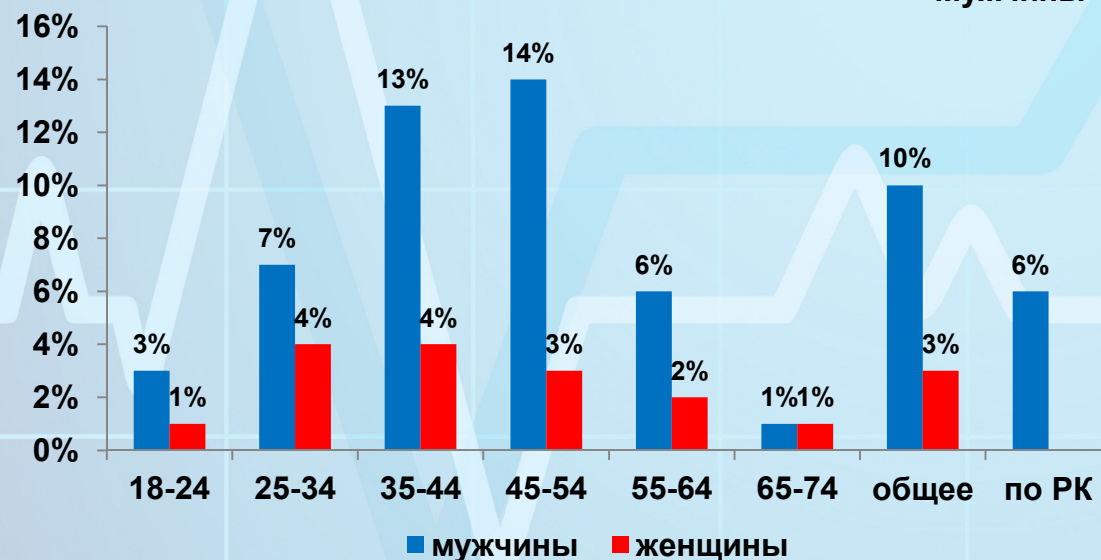
Проводится коррекция психологического состояния, мотивация к ведению здорового образа жизни.



Избыточное потребление алкоголя в Северо-Западном федеральном округе

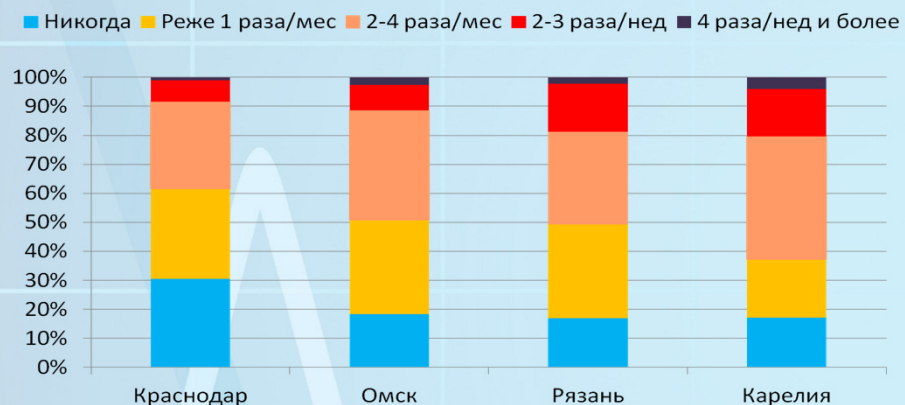


В Республике Карелия

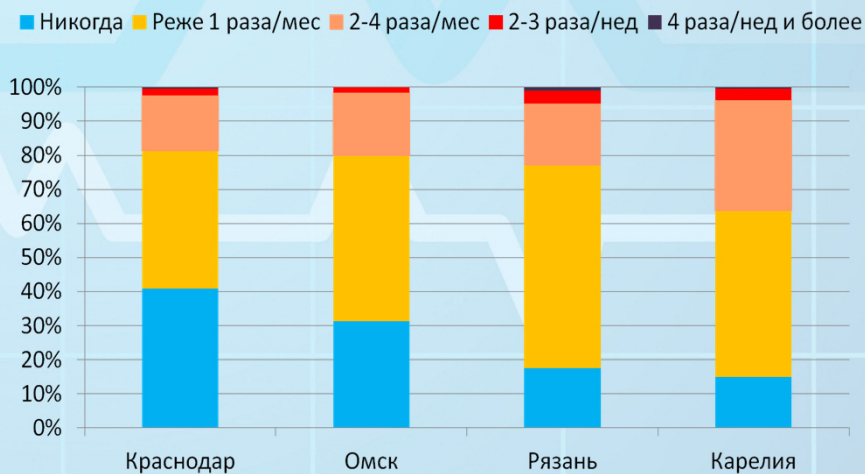


Проект "ЭССЕ-РФ 2"

Частота употребления алкоголя в 4 регионах РФ (Мужчины)



Частота употребления алкоголя в 4 регионах РФ (Женщины)



**Доля лиц, употребляющих 400 гр.
и/или более фруктов и овощей
в среднем в день**



**Распространённость избыточного
потребления соли**



Школы пациента

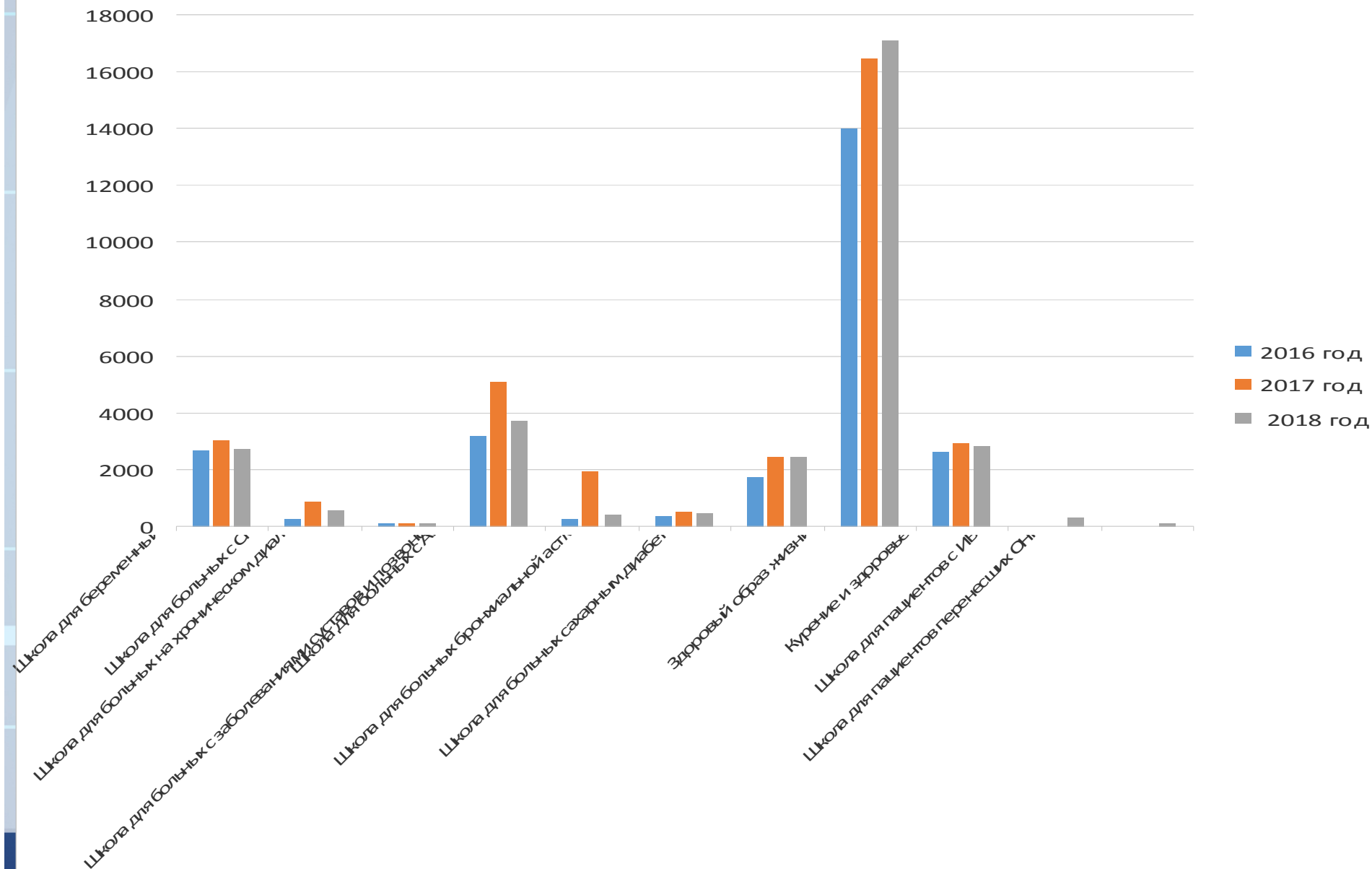
В Карелии функционируют 11 наименований школ пациента:

- Школа для больных артериальной гипертензией,
- Школа пациента «Здоровый образ жизни»,
- Школа пациента «Курение и здоровье»,
- Интерактивная Школа пациента «Кардиомаршрут»,
- Школа пациента «Стресс и стрессоустойчивость»,
- Школа для беременных,
- Школа для больных с сердечной недостаточностью,
- Школа для больных на хроническом диализе,
- Школа для больных с заболеваниями суставов и позвоночника,
- Школа для больных бронхиальной астмой,
- Школа для больных сахарным диабетом.

За 2018 г. по республике в школах пациента обучены 30 804 чел. Общее число пациентов, обученных в Школах Петрозаводска и районов Республики за 2018 г. снизилось на 22 % по сравнению с 2017 г.

ЦМП РК регулярно проводит дистанционные Школы пациентов для районов РК посредством Интернет-ресурсов.

Число лиц, обученных в школах пациента по Республике Карелия (человек)



Школы пациента

Организована работа дистанционных Школ пациента для районов РК.



С 2016 года Центр медицинской профилактики РК активно взаимодействует с Министерством образования Республики Карелия, путем заключения договоров на безвозмездной основе с учебными заведениями г. Петрозаводска и районов РК для проведения лекций для школьников и студентов

2017 год		2018 год	
Количество лекций	Количество слушателей	Количество лекций	Количество слушателей
47	1372	60	1420





- «Курение и здоровье»
- «Стресс и пути выхода из него»
- «Здоровый Образ Жизни»
- «Первая доврачебная помощь»
- «Профилактика гриппа и ОРВИ»

Мероприятия и проекты

В течение 9 месяцев 2019 года проведены 22 массовых мероприятия, направленные на ЗОЖ, из них 20 акций с общим числом участников 8 909 человек

Акции:

- «Подари жизнь»
- «Всемирный день безопасности пациентов»
- «10000 шагов с врачом-2019»
- «Бросай курить и выиграй» («Петрозаводскмаш»)

Проекты:

Проект «Мобильная вакцинация»
Проект «Тропа здоровья»

Выездные мероприятия:

- «Десант здоровья» - **5** населенных пунктов (г. Суоярви, г. Сортавала, г. Пудож, п. Чална, пос. Эссойла)
- «Добро в село» - ФАП п. Сосновка, ФАП п. Валдай
- «Здоровый город - здоровая Карелия» - г. Медвежьегорск

«Десант здоровья»

Медицинский институт ФГБОУ ВПО «Петрозаводский Государственный Университет», специалисты Центра медицинской профилактики ГБУЗ РК «Городская поликлиника № 1» и медицинские организации Республики Карелия

В соответствии с планом основных мероприятий Министерства здравоохранения РК с 2018 года.

Цель проекта – популяризация здорового образа жизни, профилактика хронических неинфекционных заболеваний.

Населенные пункты:

2018 г. – г. Кондопога, г. Сегежа, г. Олонец.

2019 г. – г. Питкяранта, г. Суоярви, г. Сортавала, г. Пудож, пос. Чална, пос. Эссойла, пос. Кончезеро.

Обследования включают в себя индивидуальные консультации по вопросам преодоления стресса, отказу от курения, здоровому образу жизни. Измерение артериального давления, роста, веса, индекса массы тела, уровня угарного газа с помощью аппарата «Смокелайзер». Проводится экспресс-диагностика уровня холестерина и глюкозы в крови.

Охват населения – более 1550 человек.



«10000 шагов с врачом»

С 2014 года ежегодная масштабная профилактическая акция проводится в Республике в рамках Всемирного дня сердца под эгидой Общественной палаты Республики Карелия.

На акции представлены площадки партнёров и участников: медицинских организаций, учебных заведений, государственных и общественных организаций, коммерческих компаний, занимающихся в сфере медицины и здорового образа жизни.

Ежегодно акцию посещают более 1000 человек.



Проект «Тропа здоровья»

Цель «Тропы здоровья»:

1. Формирование среды, способствующей ведению гражданами здорового образа жизни.
2. Мотивирование и вовлечение граждан и организаций в мероприятия по укреплению общественного здоровья.
3. Улучшение качества жизни.

В 2019 году во время акции «10 000 шагов с врачом-2019» состоялось торжественное открытие первой Тропы здоровья - в Петрозаводске, протяженностью около одного километра, что соответствует примерно 1000 шагам.

На Тропе здоровья anytime каждый может в любое время проделать свои тысячи шагов.

Тропа здоровья в парке «Беличий остров» станет примером для реализации подобных проектов во всех муниципальных образованиях Карелии.



Проект «Мобильная вакцинация» Медицинские организации Республики Карелия

в **передвижном мобильном комплексе** проводится бесплатная вакцинация против гриппа.

В 2018 году в прививочном комплексе привились 3 859 человек, в 2019 году – 2322 человека .



Мероприятия и проекты

*«Троллейбус здоровья.
Здоровая Карелия».*



23 августа 2016 г. стартовал совместный проект Городской поликлиники № 1 Петрозаводска, Центра медицинской профилактики Республики Карелия, Троллейбусного управления, Администрации Петрозаводского городского округа и Министерства здравоохранения Республики Карелия - «Троллейбус здоровья. Здоровая Карелия».

Снаружи и внутри троллейбуса размещена информация о здоровом образе жизни и профилактике ХНИЗ.

Проект получил положительный отклик у населения. Он является действующим на сегодняшний день – троллейбус продолжает курсировать и радовать жителей.

Проект «Троллейбус здоровья»

Цель проекта: увеличение граждан, мотивированных к ведению здорового, активного образа жизни, что является профилактикой заболеваний сердечно-сосудистой системы и хронических неинфекционных заболеваний.

Для повышения информированности населения по городу Петрозаводску курсирует «Троллейбус здоровья» с наружной и внутренней информацией по факторам риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

Специалисты Центра медицинской профилактики РК и волонтеры-медики, сопровождающие троллейбус, распространяют пропагандистские материалы по профилактике ЗОЖ.

Охват населения – более 100 000 человек.



Работа с волонтерами

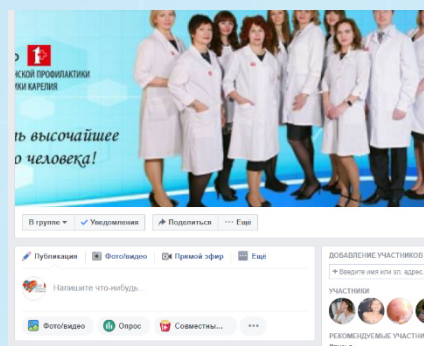
С 2016 года к профилактической работе активно привлекаются волонтеры:

- студенты медицинского института Петр ГУ
- студенты ГАПОУ РК «Петрозаводский базовый медицинский колледж, Всероссийское Общественное Движение»
- «Волонтеры-медики»,
- учащиеся МОУ «Лицей № 40».



Центр медицинской профилактики РК в социальных сетях

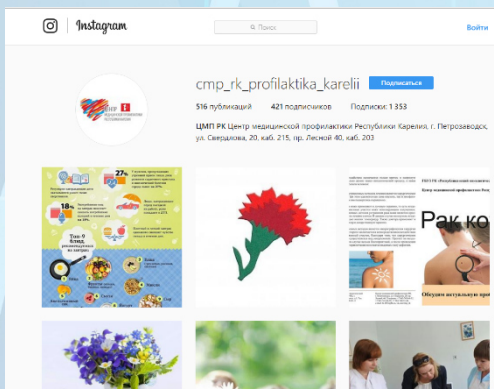
https://vk.com/cmp_rk



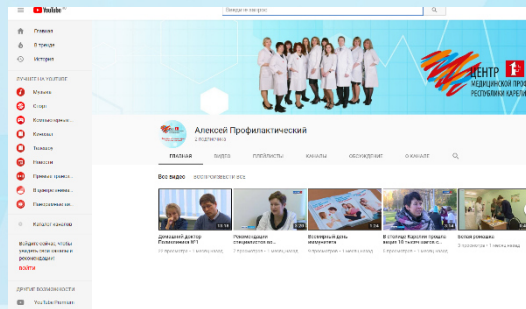
<https://www.facebook.com/group/cmprk/?ref=bookmarks>



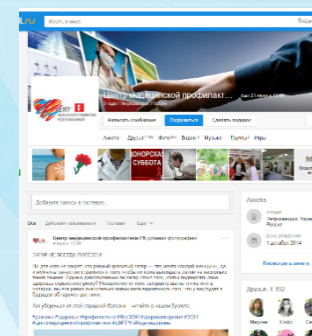
<https://twitter.com/Me dprof2015>



https://www.instagram.com/cmp_rk_profilaktika_karelii/

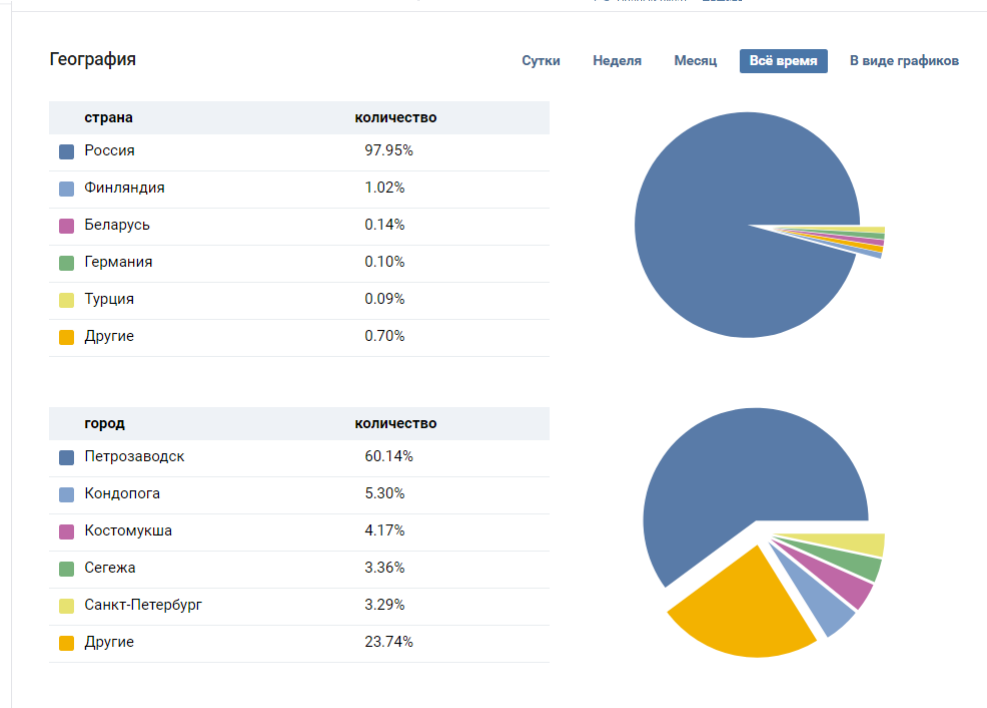
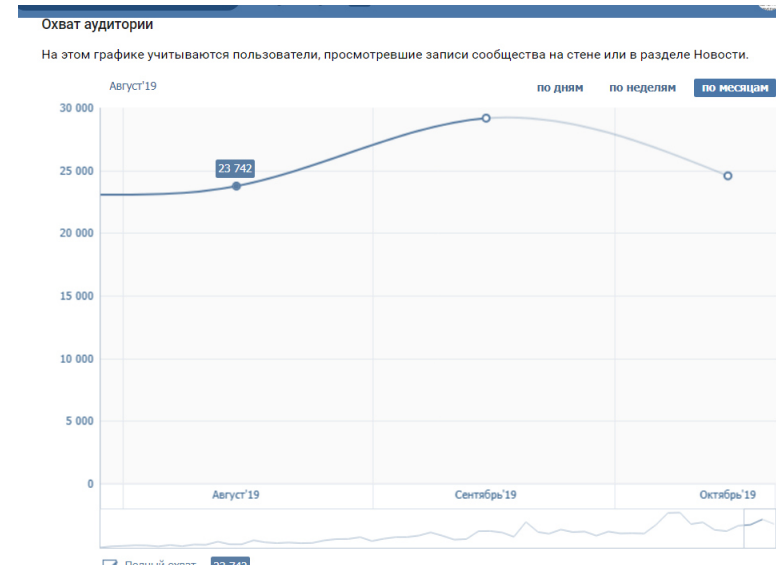
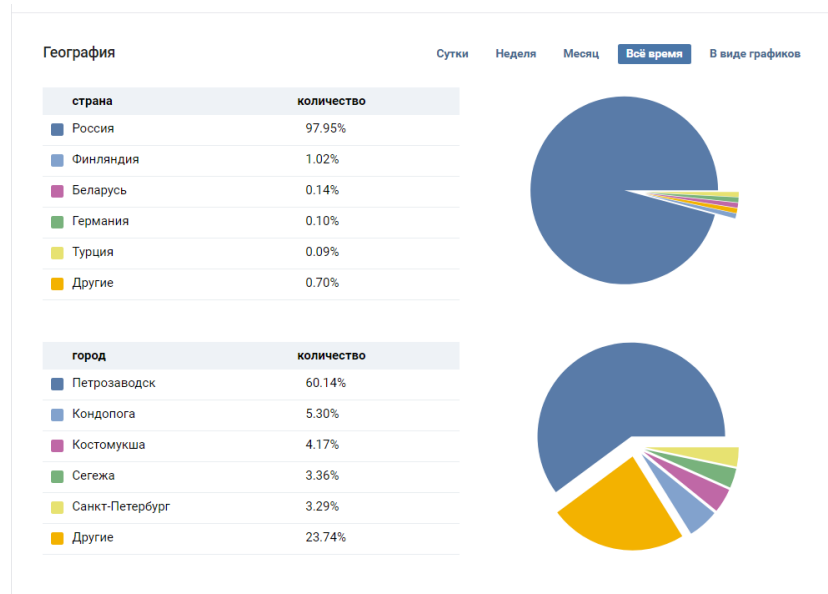


<https://www.youtube.com/channel/UCKID8u2K5MeSZxRO9C7gqnQ>



<https://my.mail.ru/mail/medprof-rk2015/>

Охват аудитории в группе Вконтакте в месяц составляет более 25 тысяч человек



Информационные материалы

С 2016 г. Центр медицинской профилактики РК издаёт свою газету: «Профилактика в Карелии»

4 полосы (страницы). Тираж – 990 экз. 2 номера в год.

[illegible][illegible]

ЦЕНТР **1**
медицинская профилактика
профилактика

Время быть здоровым!

1
ГБУЗ РК "Городская поликлиника № 1"

ПРОФИЛАКТИКА

В КАРЕЛИИ

• Газета Центра медицинской профилактики РК •
№ 2 (4), 2017 г. 16+

С НОВЫМ ГОДОМ И РОЖДЕСТВОМ!

A group of eleven medical professionals, including doctors and nurses, standing together in white coats. They are arranged in two rows, with some standing and some slightly crouching or sitting in the front. They are all smiling and looking towards the camera. The background is a plain, light-colored wall.

№ 2 (4), 2017 г.

EMA

ПРЕДУПРЕДИТЬ ОБ ИСХОДЕ ЖИЗНИ

нерешилось медицинское профилактическое
«Эпидемиология Сердечно-Сосудистых
Заболеваний»
— ЗОЖЕ РФ-2.



твое заболевание (ССЗ) является основной причиной
на мире: не по какой другой причине ежегодно на зем-
ли, около 17 млн.

ПРОФИЛАКТИКА | **КАРЕЛИИ** | 3

№ 2 (4), 2017 г.

● АКТУАЛЬНЫЙ РАЗГОВОР

ХОЛЕСТЕРИН: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ?

Для того чтобы сердце не давало сбоев, наряду с активными образом жизни, отказом от вредных привычек, приемом совпадает со стрессами, важными являются рациональное питание и контроль за цифрами общего холестерина – норма ниже 5,6 ммоль/л. Следить за холестерином нужно начинать уже в молодом возрасте.

Полноценный холестерин в крови сегодня собирается практически у каждого второго человека, достигшего 40-50-летнего возраста. Причем там у многих это порывающие ритмы, седячий образ жизни, генетически предрасположенность к т.д. Мы хотим интереснее поговорить о полноценном холестерине – это опасно или нет?

Всё очень просто: представьте гипотензивное? Это не спешим врач-кардиолог Центра кардиальной профилактики Республиканской Клиники Аккемисан Республика Карелия

[illegible][illegible]

– Преподиме, следует считать разоблаченной именно холестерин считающим для здоровья.

Липопротеиды высокой плотности (ЛПВП) – вещества, которые выполняют очень важную функцию в человеческом организме – предотвращают

большее обидается, тем хуже кровообращение. В некоторых случаях наблюдаются полные закупоривания сосудов, в результате чего процесс поступления крови к некоторым тканям организма сильно нарушается, что и приводит к образованию тромбов.

В том случае, если развитие краевой окислителя не удалось, диагностировать повороте, начитываются сальные болель и формируются нережимские болезни сердца, что и приводит к их фактуры или инсульту.

Опасен повышенный холестерин в крови и тем, что он может привести к образованию атеросклеротических бляшек, которые в свою очередь вызывают закупорку артерий.

■ В Российской Федерации в январе 2018 года начнется реализация приоритетного проекта «Создание новых мощностей и технологий для среднего сегмента авиационной промышленности». Его основу составят разработки, произошедшие в рамках проекта «Бережливые технологии». По информации, что Республика Карелия стала одним из участников реализации для внедрения в учебный процесс, в частности, приемы бережливого производства. Сегодняшняя программа реализуется в аэрокосмическом институте высшего профессионального образования «Авиационный институт». Наименьшее количество часов работы приходится на Государственный институт НТИ и Академию детской авиации №2 города Петрозаводска. Сетевое сотрудничество районной больницы и государственной школы №1 города Петрозаводска.

[illegible]

и обусловлено тесной связью сосудов. Липопroteиды низкой плотности (ЛПНП) – это вещества, которые наоборот способствуют отложению жиров в организме и образованию тромбов в артериях и в сосудах.

При нормальном функционировании организма ЛПНП должны быть в норме, а когда повышается уровень ЛПНП, то меняется обратная картина. И тем самым самым главным членом опасен повышенный холестерин? В данном случае речь идет непосредственно о ЛПНП. Это повышение и приводит к различным заболеваниям, среди них атеросклероз. Это состояние характеризуется образованием на сосудах тромбов, накопление и приводит к сужению просвета внутренней кровотока. И чем больше

развитие других заболеваний сердечно-сосудистой системы, которые могут существенно угрожать для жизни человека.

— **Чем может закончиться эта усталость?**

— Не стоит заострять внимание, в первую очередь надо кровь, следовательно, если испытывает кислородное голодание, то организм человека развивается кардиопатия. При накоплении данного заболевания на протяжении пяти лет у человека развивается сердечная недостаточность, человек

головного мозга и повлиять на развитие периферических заболеваний, например, сахарного диабета, гипертонической болезни и т.д. А если на фоне снижения головного мозга у человека развивается гипертония, то это может быть причиной для приступа инсульта.

Но самая большая опасность по поводу снижения головного мозга — это развитие атеросклеротических бляшек, которые имеют привычку разрываться и закупоривать кровеносные сосуды. В 90% случаев наблюдается инсульт.

Полностью готовы читать и официальный интернет-центр медицинской информации vkontakte.ru/vk.com/orp

Полностью статью читайте на
официальной странице Центра
медицинской профилактики в
vk.com/cmp

Спасибо за внимание!

