

Таблица 1

Изменение самооценок качества жизни по опроснику SF-36

Шкалы	До лечения	После лечения
Общее состояние здоровья	55,13±3,44*	74,23±20,08*
Физическое функционирование	50,44±11,20*	70,55±14,70*
Влияние физического состояния	52,71±8,10*	72,80±17,49*
Влияние эмоционального состояния	45,81±7,44*	66,47±28,33*
Социальное функционирование	41,33±9,27*	60,91±27,30*
Интенсивность боли	57,17±12,04	62,11±33,11
Жизнеспособность	58,45±22,80	66,50±29,15
Психическое здоровье	44,62±8,40*	70,34±28,47*

* различия достоверны

Литература

1. Комаров, Ю.М. Качество медицинской помощи как одно из приоритетных направлений развития здравоохранения // Здравоохранение. - 2009. - № 10. - С. 35-45.
2. Линденбратен А.Л. Теоретические и практические аспекты организации управления качеством медицинской помощи // Менеджмент качества в сфере здравоохранения и социального развития. – 2012. - № 3. - С. 23-26.
3. Новик А.А., Ионова Т.И. Интегральный показатель качества жизни - новая категория в концепции исследования качества жизни // Вестник качества жизни. - 2006. - № 7-8. - С. 111.
4. Новик А.А., Ионова Т.И. Руководство по исследованию качества жизни в медицине. - М: ОЛМА Медиагруп, 2007. – 315 с.
5. Шевченко Ю.Л. Современные подходы к исследованию качества жизни в здравоохранении // Вестник качества жизни. – 2003. - № 1-2. - С. 6-14.
6. McHorney C.A1., Ware J.E. Jr, Raczek A.E. The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36): II. Psychometric and clinical tests of validity in measuring physical and mental health constructs // Med Care. – 1993. – Mar. - № 31 (3). – P. 247-263.

Ильин А.И.**ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ -
ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Областной центр лечебной физкультуры и спортивной медицины,
г. Владимир

Ильин Анатолий Иванович - заслуженный врач РФ, к.м.н.,
член-корр. ПАНИ, зам. главного врача по МП; dora.09@yandex.ru.

Резюме. С 2016 г. в регионе реализуется оздоровительно-образовательная программа «Владимирская область - территория

здорового образа жизни» с целью привлечь каждого жителя к сохранению и укреплению собственного здоровья. Для этого разработан и активно применяется «Золотой стандарт здоровья жителя Владимирской области».

Ключевые слова: здоровый образ жизни, стандарт здоровья, Владимирская область.

Ilyin A.I.

VLADIMIR REGION IS A TERRITORY OF HEALTHY LIFESTYLE

Abstract. The region has been implementing a health-improvement educational program «Vladimir region is a territory of healthy lifestyle» since 2016. Its purpose is to attract each inhabitant to preservation and strengthening of his or her own health. For this purpose «The Gold health standard of the Vladimir region resident» is developed and actively used.

Key words: healthy lifestyle, health standard, Vladimir region.

Постановление губернатора Владимирской области от 30 апреля 2013 г. № 494 об утверждении государственной программы «Развитие здравоохранения Владимирской области на 2013–2020 годы» включает блок профилактических мероприятий, направленных на предупреждение возникновения и развития болезней, формирование здорового образа жизни у населения. Реализация этого постановления призвана сократить смертность в регионе к 2020 г. до 11,8%. В 2015 г. он должен был составить 15,5%, в 2016 г. 14,9%. Фактически в 2014-2015 гг. смертность оставалась на уровне 16,5%. Только усилия медицинских работников не смогут обеспечить снижения смертности населения. В этом процессе важна роль самого населения. В 27 ст. федерального закона от 21.11.2011 г. № 323–ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» определена обязанность и ответственность граждан в деле охраны собственного здоровья.

Как показывает практика, большинство населения не уделяет должного внимания сохранению, укреплению собственного здоровья, не придает соответствующего значения рекомендациям, назначениям лечащего врача. Скрининг свидетельствует, что граждане еще мало интересуются показателями собственного здоровья, не знают нормативных индикаторов, к которым необходимо стремиться. По данным диспансеризации 2015 г., около 70% осмотренного населения имеют или факторы риска, или конкретные заболевания.

В 2016 г. департамент здравоохранения администрации Владимирской области, ГБУЗ ВО «Областной центр лечебной физкультуры и спортивной медицины» и его областной Центр медицинской профилактики разработали и приняли к исполнению оздоровительно-образовательную программу «Владимирская область - территория

здорового образа жизни». Ее цель – включить каждого гражданина в активную работу по сохранению, укреплению собственного здоровья.

В апреле 2016 г. на базе Владимирского государственного университета департаментом здравоохранения, областным центром лечебной физкультуры и спортивной медицины и его областным центром медицинской профилактики была проведена областная научно-практическая конференция с межрегиональным участием на тему «Владимирская область – территория здорового образа жизни». Участники конференции рассмотрели актуальные вопросы, ориентированные на всемерное внедрение здорового образа жизни в нашем регионе. Общие положения были сфокусированы в формате «Социального медико-профилактического кластера «Владимирская область - территория здорового образа жизни». Для мотивации населения на оздоровительные действия принят «Золотой стандарт здоровья жителя Владимирской области», созданный областным центром медицинской профилактики и утвержденный департаментом здравоохранения администрации Владимирской области. Он включает ряд биомаркеров, целевых индикаторов, к которым должен стремиться гражданин, ориентированный на активное, здоровое долголетие. «Золотой стандарт здоровья» удостоен положительной оценки высших должностных лиц как в нашем регионе, так и в отраслевом органе управления, в т.ч. министра здравоохранения РФ В.И. Скворцовой, главного специалиста по медицинской профилактике МЗ РФ С.А. Бойцова.

В настоящее время содержание «Золотого стандарта здоровья» служба медицинской профилактики области доводит до сведения каждого жителя региона: изданы массовым тиражом и распространяются среди различных групп населения листовки; в г. Владимире установлены рекламные баннеры на многих остановках общественного транспорта. Продвижению золотого стандарта способствуют публикации в газетах «Аргументы и факты» и «Призыв», рекламные материалы и тематические передачи ряда редакций радио и телевидения области. Эта тематика находится в центре внимания таких информационно-образовательных проектов для населения, как «Медицинский консилиум» на базе областного дома работников искусств, «Научно-образовательная экспедиция» во Владимирском филиале финансового университета, которая реализуется совместно с молодежным правительством Владимирской области. В феврале 2017 г. аналогичный проект стартовал во Владимирском государственном университете (ВЛГУ), где пропагандистами здорового образа жизни стали волонтеры-студенты областного медицинского колледжа. Завершается разработка интересного проекта, направленного на преодоление пагубной привычки к пьянству. Здесь задействованы специалисты Общероссийской общественной организации поддержки президентских инициатив в области здоровьесбережения нации «ОБЩЕЕ ДЕЛО», Областного

центра лечебной физкультуры и спортивной медицины и его Областного центра медицинской профилактики, областного медицинского колледжа и областного наркологического диспансера.

В территориальных поликлиниках открыты отделения или кабинеты медицинской профилактики для выявления факторов риска. Каждому обратившемуся, предрасположенному к тому или иному заболеванию, предоставляется углубленное консультирование и профилактическое лечение.

В целях мотивации населения к здоровому образу жизни в областном центре и других муниципальных образованиях проводятся массовые информационно-оздоровительные акции: «Все плюсы золотого возраста. 50 +»; «Добросаммит»; «2015 год - год борьбы с сердечно-сосудистыми заболеваниями» и др. На базе Областного центра медицинской профилактики ежемесячно по «Телефону здоровья» ведущие специалисты здравоохранения консультируют обратившихся граждан по вопросам здорового образа жизни, профилактики конкретных заболеваний. На сайтах департамента здравоохранения администрации Владимирской области и всех его учреждений размещается информация о профилактических мерах широкой направленности. Там каждый может найти ответ на любой интересующий его вопрос.

В реализацию программы «Владимирская область – территория здорового образа жизни» активно включились общественные организации, такие как Общественная палата при администрации г. Владимира, молодежное правительство Владимирской области, Врачебная палата Владимирской области и др.

В городах в жилых кварталах установлены дворовые спортивные комплексы. Многоплановый мониторинг на уровне региона обнажил целый ряд проблем, связанных с нерациональным питанием. Нормы потребления пищевых продуктов, рекомендуемые приказом МЗ РФ от 19 августа 2016 г., отвечающие современным требованиям, выполняются не в полной мере в результате традиционно сложившейся культуры питания и объективных экономических трудностей. В связи с этим в регионе с апреля текущего года начинается информационно-оздоровительная кампания «Здоровое питание - основа долголетия и процветания России». Ее теоретическая составляющая реализуется на базе ВЛГУ. В экспоцентре «Торгово-промышленной палаты» демонстрируются и реализуются продовольственные товары здорового питания, проводятся мастер-классы, консультации медицинских специалистов. До конца года подобные мероприятия пройдут во всех муниципальных образованиях области. Это позволит сформировать у жителей знания и навыки здорового питания, мотивировать их к достижению оптимального, указанного в «Золотом стандарте здоровья» индекса массы тела, нормализовать другие индикаторы состояния здоровья.

Долгосрочная программа «Владимирская область - территория здорового образа жизни» - это проектное задание всем жителям нашего региона, выполнив которое возможно сохранить и существенно укрепить общественное здоровье.

Исютина-Федоткова Т.С.

МИКРОСИМПТОМЫ НУТРИЕНТНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

ФГБОУ ВО Первый МГМУ им. И.М. Сеченова Минздрава России,
Москва

Исютина-Федоткова Татьяна Сергеевна – к.м.н., доцент;
genhygienempf@mail.ru.

Резюме. У студентов в суточном рационе питания недостаточно продуктов, богатых эссенциальными микронутриентами. Выявлены донозологические нарушения у студентов-медиков, связанные с нерациональным питанием, что обуславливает необходимость своевременной профилактики.

Ключевые слова: питание, студенты-медики, нутриенты, нутриентная недостаточность.

Isyutina-Fedotkova T.S.

MICROSYPMTOMS OF NUTRITIONAL DEFICIENCY IN MEDICAL STUDENTS

Abstract. Students' diet lacks food rich in essential micronutrients. Donosological conditions revealed in medical students are associated with irrational nutrition, which causes need for timely prevention.

Key words: nutrition, medical students, nutrients, nutritional deficiency.

Учеба влияет на формирование индивидуального здоровья. Ухудшение здоровья студентов вузов в настоящее время вызывает озабоченность.

По данным исследований, несмотря на высокий уровень общего качества жизни по основным компонентам (социальное и эмоциональное функционирование, удовлетворенность жизнью, здоровье), около 30% студентов медицинского вуза к завершению учебы состоят на диспансерном учете, причем преобладают такие заболевания, как хронический гастрит, бронхиальная астма, язва двенадцатиперстной кишки. К моменту окончания учебы студенты-медики имеют слабые навыки ЗОЖ. У студентов медицинского вуза показатели здоровья хуже, чем у студентов технического университета.

Одним из главных условий, определяющих состояние здоровья, устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов