

Руководителю
ГУ «Управление здравоохранения
Карагандинской области»
Е. Нурлыбаеву

**Отчет о проведении Национальной программы «Денсаулық жолы»
с 21 октября по 8 ноября 2019 года.**

В Карагандинской области специалистами ТОО Asia Way (далее ТОО) были проведены мероприятия, согласно Национальной программе «Денсаулық жолы» с 21 октября по 8 ноября 2019 года.

В целевой группе 3-6 лет было проведено 66 мероприятий, с охватом 1429 человек:

В детских отделениях медицинских организаций городов Караганды, Темиртау, Сарань, Шахтинск, Абай, Балхаш, Жезказган и Сатпаев проведены конкурсы рисунков с детьми на тему "Здоровое питание", дети иллюстрировали какие продукты необходимо употреблять для здорового питания. Проведены беседы с пациентами, с мамочками по уходу за ребенком в детских отделениях.

Целью работы в этой группе является научить детей употреблять воду, а не газированные, сладкие напитки. Во всех детских садах прикрепленных к Поликлиникам проведены конкурсы рисунков на асфальте: "Жить- чтобы пить!", "Живительная влага", "Капля дающая жизнь". Здоровый образ жизни формируется с раннего детства, где должны быть вовлечены родители и педагоги. Занятия с детьми были проведены в форме игры, которые проводили сотрудники ТОО совместно с психологами Поликлиники г. Сарань, Балхаш и Сатпаев.

Так же в двух детских садах: «Балауса» и «Балапан» г. Пришахтинск, Караганды были проведены родительские собрания на тему: "Правильное, здоровое питание для ребенка и для всей семьи", где с родителями была проведена беседа о вреде фасфудов и т.д. присутствовало 146 родителей, в конце собрания провели маленький тест- опрос: Что ест Ваш ребенок в выходные? и Где питается Ваш ребенок дома или в кафе? Из которого выявлено, что 76% детей питаются пищей приготовленной дома и 24% в общественном питании.

В детском садике "Бобек" и "Золушка" г. Караганды и д/с гг. Балхаш и Абай сотрудниками проведены конкурс рисунков на тему путь к здоровью. Был приглашен специалист с поликлиники м/с кабинета ЗОЖ. Приглашены родители на собрание с участием врача ЗОЖ. В детском садике "Акерке" и "Балдырган" г. Жезказган, Сатпаев и Шахтинск проведены конкурс рисунков

на тему путь к здоровью. Были приглашены родители на собрание с участием врача ЗОЖ, были специалисты с поликлиники, а так же сотрудники ТОО.

Для воспитанников детского сада «Толагай» в г.Караганда была проведена интерактивная игра «О воде для питья», после проведенной игры была организована танцевальная физ.минутка в разделе 10 мин с охватом 21 ребенка, также детям были выданы наглядные информационные буклеты на соответствующую тему. 22.10.2019г в ОКШДС № 77 г.Караганды в миницентре для детей нами была проведена интерактивная игра «О воде для питья», после проведенной игры была организована танцевальная физ.минутка в разделе 10 мин с охватом 21 ребенка, также детям были выданы наглядные информационные буклеты на соответствующую тему.

В Караганде совместно со специалистами ЗОЖ, психологом, воспитателями ДДУ г.Караганды «Таншолпан», «Алпамыс», «Балақай», «Ақбота», «Ручеек», проведена интерактивная беседа с детьми, в котором прозвучали рассказы «О воде для питья», продемонстрированы видеоролики о пользе правильного питания и физической активности - 5/95

21.10, 23.10, 01.11, 04.11, 08.11 нами совместно с воспитателями и медицинскими работниками вышеперечисленных ДДУ проведены родительские собрания в ДДУ на тему: «Здоровые привычки для жизни. Важность правильного питания для гармоничного роста ребенка». Проведены родительские собрания в детских садах "Нуршуак", "Ақбота", родительские собрания в д/с "Ботагоз", д/с "Карлыгаш".

В целевой группе 7-10 лет было проведено 340 мероприятий, с охватом 5816 человек:

В пришкольных лагерях школ Караганды № 7, № 16, № 1, Жезказган №3, №7, №22, № 15, Сатпаев №2 – нами проведен конкурс рисунков о здоровье: профилактика табакокурения, профилактике травматизма, о физкультуре. В детских отделениях вышеперечисленных городов проведен конкурс сочинений на тему: "Здоровое питание". Проведены беседы с пациентами в отделениях. День открытых дверей в центральных районных больницах Каркаралинска, Осакаровка, Бухар-Жырау, в педиатрическом отделении, прием вели врачи педиатры, проведен осмотр детей и беседа с родителями. Розданы информационно-образовательные материалы. В спортивной школе проведены спортивные мероприятия, приуроченные к данной национальной программе.

В летнем лагере среди учащихся младшего класса СОШ №17 г.Сарань была проведена лекция на тему: «Профилактика неинфекционных заболеваний», «Факторы риска», «Почему необходимо отказаться от

потребления продуктов, с высоким содержанием соли, сахара, жиров, (насыщенных жиров, трансжиров), «Основы здорового образа жизни для снижения риска избыточного массы тела- ожирения». Всего присутствовало на лекции 19 человек. После окончания проведенной беседы детям были розданы информационные буклеты и листовки на соответствующую тему.

05.11 на Набережном Парке под руководством сотрудников ТОО Asia Way, валеолога и школьного психолога среди учеников летней школы школы-гимназии №7 г.Балхаш проведен конкурс рисунков на асфальте под девизом «Здоровый образ жизни-это...» в котором дети рисовали свое понимание и видение здорового образа жизни. 1/5. 06.11 на досуговой площадке Дворца Металлургов г.Балхаш волонтерами МЦЗ «Гибрат» и молодежного ресурсного центра проведена ИОМ акция для населения под девизом «Мы за ЗОЖ!», где специалистами ТОО и ЗОЖ давалась подробная информация о вреде трансжиров, чрезмерного употребления соли, сахара. 07.11. специалистами ТОО, ЗОЖ, психологами, педиатром поликлиники проведен День открытых дверей под девизом «Думай о своем здоровье». В пришкольных лагерях при ООШ им. Момышулы, Корниенко, им. Абая в гг.Балхаш, Сатпаев проведены конкурсы рисунков, приняли участие детей данной категории. Проведены спортивные мероприятия. С 21.10 по 08.11. врачами ВОП во время врачебного приема совместно со специалистами ТОО Asia Way, были проведены беседы с родителями по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

В рамках реализации концепции Национальной программы "Денсаулық жолы" в отделениях Перинатального центра нами проведены беседы по сохранению и укреплению здоровья, о правильном питании, отказе от вредных привычек. Ежедневная трансляция видеороликов на мониторе , распространен информационно - образовательный материал.

В целевой группе 11-14 лет было проведено 597 мероприятий, с охватом 8661 человек:

В детских - взрослых отделениях г. Балхаш, Караганды, Жезказган, Сатпаев, Пришахтинск и районных центрах Абай, Улытау проведены конкурсы сочинений на тему "Основы правильного питания и физической активности". Проведен художественный конкурс на тему: "Основы правильного питания и физической активности". Проведены беседы с пациентами в отделениях.

Проведены семинары на тему "Пропаганда правильного питания" и «Правильное питание – правильная жизнь». Проведена лекция для пациентов стационара. В спортивной школе пос.Атасу среди возрастной категории

проведены спортивные мероприятия, приглашены специалисты с поликлиники для проведения разъяснительной работы для укрепления здоровья, приглашены педиатр и врач кабинета ЗОЖ. Роздан информационно-образовательный материал и проведена беседа.

На проспекте Строителей г. Караганды провели конкурс рисунков: "Я за ЗОЖ," "НЕТ энергитическим напиткам!" "Мы за здоровую нацию!" в процессе формирования ЗОЖ, большое значение имеет участие школьников во внеурочной деятельности и участие в работе кружков, секций, которые они посещают на каникулах. Здесь была проведена беседа о правильном здоровом питании, пропаганде физической активности и принятии здоровых привычек. Рассказали сколько воды нужно пить, а также когда жарко и когда ты тренируешься. Был предоставлен плакат: Пирамида питания, говорили о правильном полноценном питании с подсчетом калорий. Участниками стали 54 подростка. На спортивной площадке школы-гимназии №66 проведен турнир по футболу среди школы- гимназии №66 и СОШ №16, где победителям вручили памятные сувениры всего участвовало: 65 детей вместе с болельщиками. 24.10. в лагере «Жас Канат» сотрудниками ТОО совместно с медицинскими сестрами и вожатыми проведена интерактивная беседа по основам правильного питания и физической активности. 06.11 на досуговой площадке Дворца Metallургов г.Балхаш волонтерами МЦЗ «Гибрат» и молодежного ресурсного центра проведена ИОМ акция для населения под девизом «Мы за ЗОЖ!», где специалистами ТОО и ЗОЖ давалась подробная информация о вреде трансжиров, чрезмерного употребления соли, сахара. 07.11. вместе со специалистами ЗОЖ, психологами, педиатром поликлиники проведен День открытых дверей под девизом «Думай о своем здоровье!». с 21.10 по 08.11. врачами ВОП во время врачебного приема совместно со специалистами ТОО были проведены беседы с родителями по вопросам сохранения и укрепления здоровья всех членов семьи, особенно детей и подростков.

В целевой группе 15-17 лет было проведено 281 мероприятий, с охватом 3205 человек:

Во взрослых отделениях поликлиник г. Абай, Шахтинск, Караганды, Сарань проведен конкурс сочинений на тему "Правильное питание". Проведены беседы с пациентами в отделениях.

Проведены семинары на тему "Меньше сахара и соли в еде", «Экологическая еда». Проведены лекции для пациентов стационара.

На протяжении всей национальной программы в школах здоровья молодых мам проводили формирование о здоровом правильном питании как самих мам, детей и членов их семей. В кабинете здорового ребенка

проводились презентации на тему: «Питание и здоровый образ жизни», беседы о введении правильных прикормов, как правильно их приготовить самой мамой. Проведены лекции и беседы о нарушениях количества и качества питания, о приготовлении и хранении в летнее время. Среди сотрудников Поликлиники возраста 20-29 лет провели круглый стол: "Как питаться, чтоб не заболеть диабетом", где были предоставлены рецепты готовки блюд без масла на пару.

Нами проведены занятия в школах здоровья обучены как персонал, так и пациенты. Сотрудниками ТОО и медицинскими сестрами проведено 523 беседы с охватом 788 человек. В поликлинике города Абая на участках с данной возрастной категорией проведены беседы, всего-64. Проведены также спортивные мероприятия в спорт.школе, всего охват-76. Проведены спортивные мероприятия в спорт школе, охват - 66 чел. В КГП ЦРБ на участках с данной возрастной категорией проведены беседы, охват - 70 чел. 08.11 вместе со специалистами ЗОЖ, психологами, педиатром поликлиники проведен День открытых дверей под девизом «Думай о своем здоровье!». С 21.10 по 08.11. врачами ВОП во время врачебного приема сотрудниками ТОО были проведены беседы с родителями об особенностях организма в подростковом периоде и роль питания в поддержке и укрепления здоровья подростков. 08.11. в поликлинике вместе со специалистами ЗОЖ, психологом МЦЗ проведен интерактивный городской семинар на тему «Здоровый образ жизни- основа долголетия» с демонстрацией видеоролика «12 привычек здорового человека» и проведением веселой физкультминуткой а так же, с лайфхаками по составлению «копилки здоровых рецептов»-1/23

04.11. На Площади независимости волонтерами МЦЗ г.Балхаш, Темиртау проведены флешмобы под девизом «Здоровый образ жизни – это модно!». В Мичуринском многопрофильном колледже Абайского района проведен День открытых дверей с проведением спортивных мероприятий. 05.11. во время старта челленджа «Марафон здоровых привычек» в спортивном комплексе «Батыр Джим» специалистами ТОО и ЗОЖ были освещены вопросы касаясь правильного питания и поведенческих факторов риска. 06.11 на досуговой площадке Дворца Metallургов волонтерами МЦЗ г.Балхаш «Фибрат»и молодежного ресурсного центра проведена ИОМ акция для населения под девизом «Мы за ЗОЖ!», где специалистами ТОО и ЗОЖ давалась подробная информация о вреде трансжиров, чрезмерного употребления соли, сахара.

В целевой группе 18-29 лет было проведено 437 мероприятий, с охватом 2776 человек:

В рамках реализации концепции Национальной программы "Денсаулык жолы" в КГП "ОПЦ" Карагандинской области проведены следующие мероприятия: прочитано 5 лекций для беременных, родильниц и гинекологических женщин - 295 слушатель. Прочитано- 35 бесед. Распространено информационно-образовательного материала-760 листовок. Трансляция видеоролика - 1250 трансляций.

Проведен круглый стол с врачами и старшими медсестрами стационара КГКП "ОИБ" Карагандинской области, повестка дня " Лечебное питание; Правильное питание". Сотрудниками ТОО с медицинскими работниками проведена лекция на тему «Лечебное питание. Правильное питание» с демонстрацией презентации и раздачей информационно-образовательного материала. Проведены беседы с пациентами в отделениях. в отделениях Перинатального центра проведены беседы по сохранению и укреплению здоровья, о правильном питании, отказе от вредных привычекю. Ежедневная трансляция видеороликов на мониторе , распространен информационно - образовательный материал.

30.10. в поликлиниках районных центров Каркаралинска, Улытау, Осакаровка, Нура специалистами ТОО и ЗОЖ, психологом МЦЗ проведен интерактивный городской семинар на тему «Здоровый образ жизни- основа долголетия» с демонстрацией видеоролика «12 привычек здорового человека» и проведением веселой физкультминуткой а так же , с лайфхаками по составлению «копилки здоровых рецептов»-1/13

04.11. волонтерами молодежных центров здоровья в 9-ти регионах проведены флешмобы под девизом «здоровый образ жизни- это модно!». В парке им.О.Баубекова проведена акция с раздачей информационно-образовательного материала и проведением разъяснительной работы с данной категорией. Принимали участие в акции представители молодежного центра при Акимате. В поликлиниках г. Балхаш и Жезказган проведены дни открытых дверей, прием вели врачи ВОП совместно с нашими сотрудниками. В ЦОНе проведена лекция по профилактике социально-значимых заболеваний. В ПМСП на приемах проведены беседы. 05.11. во время старта челленджа «Марафон здоровых привычек» в спортивном комплексе «Батыр Джим» специалистом ЗОЖ были освещены вопросы касаемо правильного питания и поведенческих факторов риска. 06.11 специалистами ТОО, ЗОЖ и медицинским психологом проведена интерактивная лекция для коллектива городского отдела департамента чрезвычайных ситуации-1/6. На площади ДК ггЖезказган, Сатпаев проведена акция с раздачей информационно-

образовательного материала и проведением разъяснительной работы с данной категорией, охват-54. Принимали участие в акции - представители молодежного центра. В молодежном центре Алем при поликлинике проведен День открытых дверей, прием вел ответственный специалист за работу молодежного центра. В ТОО Жигер-су проведена лекция на тему профилактика социально-значимых заболеваний, охват-10 человек. В ПМСП на приемах проведены беседы.

06.11 на досуговой площадке Дворца Metallургов г. Балхаш волонтерами МЦЗ «Фибрат» и молодежного ресурсного центра проведена ИОМ акция для населения под девизом «Мы за ЗОЖ!», где специалистами ЗОЖ давалась подробная информация о вреде трансжиров, чрезмерного употребления соли, сахара. 06.11-08.11 нами и заведующим отдела профилактики были проведены семинары среди медицинского персонала о мерах укрепления и сохранения здоровья, физической активности и преимуществе отказа от табакокурения среди медицинского персонала.

В рамках реализации концепции Национальной программы "Денсаулык жолы" в КГП "ОПТД" проведены следующие мероприятия: прочитано 4 лекций для пациентов отделений - 68 слушателя. . Распространено информационно-образовательного материала - 60 листовок. Трансляция видеороликов - 101 трансляций.

Проведен 1 семинар на тему "Откажитесь от курения". Проведена лекция для пациентов стационара. Городок здоровья для населения- проведение обследований (ИМТ, сахар, холестерин, АД). В кабинете планирования семьи для будущих и настоящих родителей 01.11.2019г. проведена лекция о вакцинации, профилактике ОКИ и энтеровирусных инфекций.

В частных медицинских организациях городов Жезказган, Караганды, Балхаш проведены следующие мероприятия: прочитано 5 лекций для пациентов отделений патологии и гинекологии. Проведено 28 бесед для пациентов отделений патологии и родильного отделения - 260 слушателей. Распространено информационно-образовательного материала - 460 листовок. Трансляция видеороликов на мониторе в отделении патологии и ЦАГ - 1280 трансляций.

Проведен семинар для медицинских работников по повышению эффективности скринингового обследования населения. Врачами больницы прочитаны 260 лекций с охватом 1 483 пациента. Проведены 24 занятия в школах здоровья обучено 46 пациентов. Сотрудниками ТОО и медицинскими сестрами проведено 383 беседы с охватом 516 человек.

В ТД «Умай» в Караганде прошла акция, приуроченная к месячнику «Денсаулык жолы», направленная на профилактику всех видов вирусного гепатитов. Посетители и сотрудники ТД «Умай» г.Караганды получили бесплатную консультацию и были даны рекомендации по профилактике правильного питания от врача ЗОЖ и нашими специалистами. Также были информированы посредством розданных информационных буклетов и листовок на соответствующую тему. Всего акцию посетили 16 человек. 25.10.2019 г. В детском саду «Толағай» проведено родительское собрание в качестве беседы на тему: «Денсаулык жолы», были разобраны следующие вопросы: «Профилактика неинфекционных заболеваний», «Факторы риска», «Почему необходимо отказаться от потребления продуктов, с высоким содержанием соли, сахара, жиров, (насыщенных жиров, трансжиров)», «Основы здорового образа жизни для снижения риска избыточного массы тела - ожирения». Всего присутствовало на собрании 15 человек. После окончания проведенной беседы родителям были розданы информационные буклеты и листовки на соответствующую тему. Пациенты посетившие все 10 школ здоровья получили профилактическую информацию на тему: «Профилактика неинфекционных заболеваний», «Факторы риска», «Почему необходимо отказаться от потребления продуктов, с высоким содержанием соли, сахара, жиров, (насыщенных жиров, трансжиров)», «Основы здорового образа жизни для снижения риска избыточного массы тела- ожирения», и розданы ИОМ - всего было охвачено 63 человек. 28.10.2019 г. в Пожарной части был проведен семинар тренинг на тему: «Профилактика неинфекционных заболеваний», «Факторы риска», «Почему необходимо отказаться от потребления продуктов, с высоким содержанием соли, сахара, жиров, (насыщенных жиров, трансжиров)», «Основы здорового образа жизни для снижения риска избыточного массы тела- ожирения» после проведенного семинара слушателям были розданы ИОМ на соответствующую тему.

В рамках реализации концепции Национальной программы "Денсаулык жолы" в КГП «Родильный дом г. Темиртау» проведены следующие мероприятия: прочитано 7 лекций для пациентов отелений патологии и АФО-141 слушатель. Прочитано 37 бесед для пациентов отелений патологии и АФО-150 слушателей. Распространено информационно-образовательного материала-291 листовка. Трансляция видеоролика на мониторе в приемном покое - 420 трансляций.

В целевой группе 30-64 лет было проведено 431 мероприятие с охватом 2681 человек:

В рамках реализации концепции Национальной программы «Денсаулық жолы» в КГКП «ОДПНД» проведены следующие мероприятия: прочитано 4 лекции для сотрудников диспансера 100 слушатель, трансляция видеороликов 10 трансляций, 20-бесед с посетителями диспансера.

Нами и медицинскими работниками проведена лекция на тему «Лечебное питание. Правильное питание» с демонстрацией презентации и раздачей информационно-образовательного материала. Проведены беседы с пациентами в отделениях. В рамках реализации концепции Национальной программы " Денсаулық жолы" в КГП "ОПТД" проведены следующие мероприятия: прочитано 4 лекций для пациентов отделений. Распространено информационно-образовательного материала - 960 листовок.

Проведен 1 семинар на тему «Как быть здоровым» для сотрудников стационара. Проведен 1 семинар на тему «Я проверяю здоровье у врача», для мам, находящихся в стационаре по уходу за детьми. Проведена лекция для пациентов стационара.

Дни открытых дверей с 29.10-31.10.2019г. в ЦОНе Октябрьского района г.Караганды (Архитектурная 8) - разъяснительная работа по скрининговым программам 2019г., проведение обследований (ИМТ, сахар, холестерин, АД). Проведен 04.11.2019г. круглый стола для представителей школ Октябрьского района совместно с филиалом партии Нур-Отан по вопросам скрининга 2019г., важности профосмотров, ранней явки беременных до 12 недель и работе кабинета планирования семьи в поликлиниках, проведена разъяснительная работа специалистом ФСМС и ТОО по вопросам обязательного медицинского страхования.

Проведены дни открытых дверей в КГП «Поликлиника №1 г. Караганды» по адресу: ул.Ипподромная,8 и ул.Ержанова,28/2 на тему «Способы отказа от табакокурения и алкоголя».

Усилена санитарно-просветительная работа с проведением бесед в школах здоровья по вопросам снижения неинфекционных заболеваний посредством ведения здорового образа жизни, а также посетителям школы здоровья наглядно продемонстрировали, как правильно измерять давление с помощью тонометра, разъяснили особенности различных видов аппарата, охват-5/38.

12 мероприятий - охват 157 человек. 05.11.2019 года. Для сотрудников детского сада «Толагай» была проведена профилактическая лекция на тему «Профилактика неинфекционных заболеваний», «Факторы риска», «Почему необходимо отказаться от потребления продуктов, с высоким содержанием

соли, сахара, жиров, (насыщенных жиров, трансжиров)», «Основы здорового образа жизни для снижения риска избыточной массы тела- ожирения». Всего присутствовало на лекции 30 сотрудников. После окончания проведенной лекции сотрудникам были розданы информационные буклеты, листовки на соответствующую тему. 05.11-08.11.2019 года для пациентов были организованы дни открытых дверей, где каждый смог без записи получить бесплатную консультацию, также все пациенты побывавшие на приеме получили буклеты на тему: «Вред транс-жиров», «Профилактика неинфекционных заболеваний» - охвачено 48 человек. Пациенты посетившие все 10 школ здоровья получили профилактическую информацию на тему: «Профилактика неинфекционных заболеваний», «Факторы риска», «Почему необходимо отказаться от потребления продуктов, с высоким содержанием соли, сахара, жиров, (насыщенных жиров, трансжиров)», «Основы здорового образа жизни для снижения риска избыточной массы тела- ожирения», и розданы ИОМ - всего было охвачено 48 человек.

Среди прикрепленного населения в школах здоровья проведены диспуты на тему: «Правильное питание», «Питание и физические упражнения - основа жизни», «Путь к долголетию», «Питание и Сахарный диабет», «Питание и артериальная гипертензия», где говорилось о диетах при различных заболеваниях, порциях, ограничениях сахара и соли. Было признано, что употребление табака, алкоголя, неправильное питание приводит, так или иначе, к разрушению здоровья. Ценность здоровья для себя все присутствующие оценили высоко, что позволило сделать вывод, что у всех присутствующих есть потребность в ЗОЖ.

В рамках реализации концепции Национальной программы «Денсаулык жолы» в КГП «Родильный дом г. Темиртау» проведены следующие мероприятия: прочитано 6 лекций для пациентов отелений патологии и АФО-119 слушателей. Прочитана 21 беседа для пациентов отелений патологии. Распространено информационно-образовательного материала-204 листовки. Проведены беседы – 206 – 618 чел. пациенты, прочитано лекции-11 пациенты, посетители, сотрудники, Здоровое питание 21.10.19, Защити себя от инсульта 23.10.19, Профилактика ожирения 24.10.19, Гипертензия 25.10.19, Профилактика ишемической болезни сердца 28.10.19, Что нужно знать о раке толстой кишки 29.10.19, В чем преимущества грудного вскармливания? 31.10.19 - Пассивное курение вредит здоровью, 01.11.19, 9.Алкоголь 04.11.19 10. Влияние генно-модифицированных продуктов на организм 05.11.19, 11.Соль в питании польза и вред. Проведен семинар-2 тема: «Влияние табакокурения на женский организм» и «Курение-как

причина рака легких». Нами в ОМЦ г. Караганда был проведен семинар на тему: «Принципы здорового питания. Диет столы». В конф. зале ЦБТ для сотрудников транслируются видеоролики, розданы ИОМ пациентам, оформлены уголки здоровья плакатами, Ежедневно с пациентами проводится комплекс лечебных упражнений.

Организован и проведен День открытых дверей в поликлинике направленный на пропаганду правильного питания и достаточной физической активности, с целью снижения риска избыточной массы тела, ожирения для предупреждения НИЗ, с охватом прикрепленного населения для предоставления достоверной информации по вопросам укрепления и сохранения здоровья, с привлечением профильных специалистов, с определением артериального давления, уровня холестерина и глюкозы, физических параметров, с определением индекса массы тела для оценки индивидуального риска с последующей коррекцией факторов риска в школах здоровья — охват 7740 человек.

Нами были организованы и проведены для медицинских работников информационно-образовательные семинары по основным факторам риска развития хронических неинфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни на протяжении жизненного цикла, своевременных мер по профилактике НИЗ и аспектам здорового образа жизни с целью привлечения внимания населения, в том числе молодежи к профилактике факторов риска, таких как нерациональное питание (снижение употребления фаст-фуда, сладких газированных напитков, ограничение потребления соли), низкая физическая активность, избыточная масса тела/ожирение.

Проведены занятия во всех профильных школах здоровья с обучением слушателей методикам развития практических навыков по правильному питанию и физической активности, самоконтроля и саморазвития индивидуальных резервных возможностей организма, формирования ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию личности; распространение инфографик по темам: «Вред алкоголя», «Как женщине укрепить здоровье», «Как мужчине укрепить здоровье», «Как сохранить здоровье», «Как стать здоровым и красивым», «Признаки инсульта», «Профилактика ССЗ», «Симптомы инфаркта миокарда», «Советы по снижению веса», «Управляйте заболеванием», «Полезные советы» с обучением слушателей методикам развития практических навыков по правильному питанию и физической активности, самоконтроля и саморазвития индивидуальных резервных возможностей организма, формирования ценностных установок и жизненных

приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию личности - 16, охват 2 680 человек.

Сотрудниками распространено ИОМ из рук в руки при входе в организации ПМСП и на закрепленной территории – 32 вида, 5 850 штук. За период с 21.10 по 08.11 в Школах здоровья поликлиники проведены информационно-обучающие мероприятия по различным темам здорового образа жизни: интерактивные беседы, дискуссий, вечера вопросов и ответов, тренинги и пр. по ограничению потребления фастфудов, соли, сахара и жирной пищи.

31.10. г. в ТОО «Казэнергоцентр» прошла профилактическая медицинская Акция для населения города (измерение АД, холестерина и глюкозы, индекс массы тела, практические рекомендации по вопросам сохранения и укрепления здоровья, раздача ИОМ). 04.11 в городском филиале партии «Нур Отан» проведен круглый стол на тему «Репродуктивное здоровье- будущее нации» с участием школьных медицинских сестер, экспертов городского филиала партии «Нур Отан», медицинских психологов городских ПМСП, городского отдела образования, педагогов, Союза матерей «Тумар». 07.11. проведен интерактивный городской семинар на тему «Здоровый образ жизни - основа долголетия» с демонстрацией видеоролика «12 привычек здорового человека» и проведением веселой физкультминуткой, а так же, с лайфхаками по составлению «копилки здоровых рецептов».

04.11. На Площади независимости волонтерами МЦЗ проведен флешмоб под девизом «здоровый образ жизни- это модно!». 05.11. во время старта челленджа «Марафон здоровых привычек» в спортивном комплексе «Батыр Джим» специалистом ЗОЖ были освещены вопросы касаясь правильного питания и поведенческих факторов риска.

25.10. проведена интерактивная лекция для коллектива городского отдела департамента чрезвычайных ситуации. 06.11 на досуговой площадке Дворца Metallургов волонтерами МЦЗ «Фибрат» и молодежного ресурсного центра проведена ИОМ акция для населения под девизом «Мы за ЗОЖ!», где специалистами ЗОЖ давалась подробная информация о вреде трансжиров, чрезмерного употребления соли, сахара и пр.- 1/2. 07.11-08.11 были проведены семинары среди медицинского персонала о мерах укрепления и сохранения здоровья, физической активности и преимуществе отказа от табакокурения среди медицинского персонала- 3/41.

В ГЦВП, пожарная часть, отдел занятости, городской акимат проведены лекции с демонстрацией презентации и раздачей информационно-

образовательного материала, всего охват-66. Среди медицинских работников проведен семинар, охват-35.

В целевой группе 64 и старше было проведено 312 мероприятий, с охватом 1086 человек:

В рамках реализации концепции Национальной программы "Денсаулық жолы" в медицинских организациях по Карагандинской области всех форм собственности проведены следующие мероприятия: прочитано 5 лекций для пациентов отделений патологии и гинекологии. Проведены беседы для пациентов отделений патологии и родильного отделения. Распространены информационно-образовательные материалы. Трансляция видеороликов на мониторе в отделении патологии и ЦАГ - 280 трансляций.

Проведена школа "Долголетия" в Поликлиника №1, Поликлиника №2, №4, центральной больнице г. Караганды, ЦБ Жезказган, ЦБ Сатпаев на тему "Способы отказа от табакокурения и алкоголя" "Движение -это жизнь". В школе здоровья проведены занятия по вопросам укрепления здоровья. Проведен День открытых дверей у врачей ВОП.

В центре активного долголетия проведена беседа на тему: «Профилактика неинфекционных заболеваний», особую роль посвятили вопросам снижения неинфекционных заболеваний посредством ведения здорового образа жизни, своевременное прохождение профилактического осмотра и устранения факторов риска-употребление табака, нездоровый режим питания, недостаточная физическая нагрузка (гиподинамия) и вредное употребление алкоголя. Всего роздано ИОМ- 2 185.

В КПП «Перинатальном центре г. Караганды» с целью проведения профилактики избыточного веса и пропаганды «здорового питания» ежедневно для беременных проводится показ видеороликов «Пирамида питания», также за отчетный период проведены беседы о правильном питании, о своевременном прохождении скрининга - охват составил 220 беременных. Нами проведены 52 лекции с охватом 130 пациентов. В школах здоровья проведено 10 занятий обучено 22 человека, также проведена 101 беседа с охватом 1 220 пациентов.

В этой целевой группе популяризовались знания о вредной и полезной пище, о том, как ее правильно приготовить, чтоб не вызвать различные заболевания. Целью нашей работы было распространение информации о режиме питания и водном режиме, о принципах и совмещении различных продуктов. О злоупотреблении жирной, жареной, острой и перченой пищи. Всего было проведено 6 мероприятий в которой участвовало 99 человек. Анализируя все вышесказанное, можно сделать вывод, что работа по

формированию у обучающихся в потребности ЗОЖ, ведется удовлетворительно. Проведенная работа с целевыми группами позволила сделать выводы, что у всех сформирована потребность в ЗОЖ, что требует продолжения работы по формированию личностных ресурсов, развития активного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки и полного отказа от вредных привычек.

21.10-08.11 в Школах здоровья поликлиник проведены информационно-образовательные мероприятия по различным темам здорового образа жизни: интерактивные беседы, дискуссии, вечера вопросов и ответов, тренинги и пр. по ограничению потребления фастфудов, соли, сахара и жирной пищи.

31.10.2019 г. в ТОО «Казэнергоцентр» специалистами ЗОЖ, психолога, соц. работников, представителями Молодежного ресурсного центра и городского филиала партии «Нур Отан» прошла профилактическая медицинская Акция для населения города (измерение АД, холестерина и глюкозы, индекс массы тела, практические рекомендации по вопросам сохранения и укрепления здоровья, раздача ИОМ. 31.10. в поликлинике проведен интерактивный городской семинар на тему «Здоровый образ жизни- основа долголетия» с демонстрацией видеоролика «12 привычек здорового человека» и проведением веселой физкультурминуткой а так же , с лайфхаками по составлению «копилки здоровых рецептов». 01.11 на досуговой площадке Дворца Metallургов волонтерами МЦЗ «Фибрат» и молодежного ресурсного центра проведена ИОМ акция для населения под девизом «Мы за ЗОЖ!», где специалистами ЗОЖ давалась подробная информация о вреде трансжиров, чрезмерного употребления соли, сахара.

За период реализаций Национальной программы «Денсаулык жолы» с целью повышения знаний и навыков среди населения о мерах укрепления и сохранения здоровья, основах здорового питания, профилактике поведенческих факторов риска на всех этапах жизни были реализованы следующие медиа мероприятия: сюжет на ТВ (2), ротация видеороликов в поликлинике и МЦЗ - (35 час) , на предприятий, закрепленных за медицинским учреждением, распространение информационно-образовательных материалов о раннем выявлении и профилактике заболеваний, аспектам здорового образа жизни (листовки, буклеты, брошюры) (1725), рассылка информации профилактической направленности (приглашение на скрининговые осмотры и другие профилактические мероприятия) посредством: SMS-сообщений через мобильную связь и социальные сети.

С 1 ноября при поддержке ГУ «Управления здравоохранения Карагандинской области» и Центром Здорового образа жизни ТОО «TV.KZ-

4» проводятся массовые физические зарядки в рамках реализации национальной программы «Денсаулық жолы». «Денсаулық жолы» является сохранение и укрепление здоровья населения путем информирования об ограничении или отказе от потребления продуктов, с высоким содержанием соли, сахара, жиров (насыщенных жиров, трансжиров), обучения населения основам здорового образа жизни для снижения риска избыточной массы тела, ожирения и профилактик инфекционных заболеваний. Стоит отметить, что масса тела должна соответствовать рекомендованным границам. (Индекс массы тела в пределах 18,5-25. Рассчитывается по формуле Кетле: $ИМТ = M(кг) : H^2(м)$, где M – масса, H – рост.) Следует поддерживать по крайней мере умеренный уровень физической активности.

По итогу реализации Национальной программы «Денсаулық жолы» было проведено 2 464 мероприятий с общим охватом 25 654 человек и раздачей 19 239 информационно-образовательных материалов.

Директор ТОО Asia Way _____



Исп: Касымова М.Б.
Михайлов Н.В.



