

Руководителю  
ГУ «Управление здравоохранения  
Карагандинской области»  
Е. Нурлыбаеву

**Отчет о проведении Национальной программы  
«Контролируя свое артериальное давление, Вы управляете своей  
жизнью!»**

ТОО Asia Way в Карагандинской области сообщаем что провели акцию, согласно Национальной программе **«Контролируя свое артериальное давление, Вы управляете своей жизнью!»**, приуроченная к Всемирному Дню борьбы с артериальной гипертензией с 30 по 4 октября.

Артериальная гипертензия является глобальной проблемой общественного здравоохранения, она обуславливает бремя болезней сердца, инсультов и почечной недостаточности, а также способствует преждевременной смертности и инвалидизации. Предотвратить гипертензию может контроль поведенческих факторов риска, в их числе: потребление пищи, содержащей много соли и жиров, отсутствие в рационе достаточного количества фруктов и овощей; табакокурение; опасное злоупотребление алкоголем; недостаточность физической активности; недостаточный контроль стрессовых состояний, которые в свою очередь, являются важными поведенческими факторами риска развития серьезных неинфекционных болезней, таких как сердечно-сосудистые заболевания, диабет, хронические респираторные болезни и онкологические заболевания.

В связи со сказанным выше - реализация Национальной программы осуществлялась по следующим направлениям:

**В целевой группы 3-6 лет проведены следующие мероприятия, с охватом 962 человек:**

По г. Караганды, Балхаш, районным центрам в ДДУ «Күншуак», «Алпамыс», «Ертөстік», «Ақбота», «Таңшолпан», «Балақай», «Жұлдыз», мини-центра «Инжу» проведены 15 родительских собраний в ДДУ на следующие темы: «Особенности профилактики артериальной гипертензии у детей», «Пропаганда физической активности», «Правильное питание». На собраниях наши специалисты и воспитатели говорили родителям о необходимости помощи детям в развитии позитивных привычек в образе жизни (60 минут ежедневной физической активности: езда на велосипеде, баскетбол или футбол, игры с мячом, пешие прогулки и пр). Даны рекомендаций по вопросам здорового питания детей.

**В целевой группы 7-10 лет проведены следующие мероприятия, с охватом 3545 человек:**

В СОШ г.Караганды №65, 61, 34, 54, 44, 23, 39, 79, в г.Темиртау №10, 17, 6, 1, 3, 7, в г. Сарань №2, 4, 6, 13, 16, в г. Абай №15, 4, 1, 12, 10, 14, 5, в

Улытауском районе №1, 7, 3 проведены родительские собрания на тему «Факты об артериальной гипертензии» совместно с педагогами учреждения образования, где родители были ознакомлены с причинами артериальной гипертензии у детей. Родители были ознакомлены с тем как правильно измерять давление у детей. Были розданы информационные листовки.

**В целевой группы 11-14 лет проведены следующие мероприятия, с охватом 4372 человек:**

ОСШ №5, лицее №39, ОСШ№8, ОСШ№16, ОСШ№9, ОСШ№17, шк.гимн.№4, ОСШ№1 специалистами и педагогами были организованы и проведены тематические интерактивные лекции и семинары на государственном и русском языках на следующие темы: «Предупреди артериальную гипертензию – живи правильно!»; «Пропаганда физической активности», «Профилактика табакокурения»; «Профилактика потребления алкоголя». Аналогичные занятия были проведены в медицинском колледже и в средних учебных заведениях городов Караганы, Балхаш, Темиртау и Жезказган.

**В целевой группы 15-17 лет проведены следующие мероприятия, с охватом 3653 человек:**

С целью ознакомления с основами рационального питания, принципами, отработками навыков составления рациона питания согласно пирамиде и тарелке питания, пропаганды сбалансированного питания и формирования здоровьесберегающего поведения среди населения при поликлиниках были проведены интерактивные тренинги на тему «Здоровое питание- путь к здоровью». Специалистами проведена выездная акция под девизом «Узнай свое давление» в местах массового нахождения людей, где проведены измерения артериального давления, а также экспресс-определения содержания сахара в крови, обеспечение раздаточным материалом и проведение консультаций по вопросам профилактики сердечно - сосудистых заболеваний, артериальной гипертензии. Охват 53 чел.

**В целевой группы 18-29 лет проведены следующие мероприятия, с охватом 5419 человек:**

Для целевых групп 18- 29 лет (охват-424), 30-64 лет (охват-380), старше 64 лет (охват-375) в поликлиниках проведены беседы, консультаций на тему: «Профилактика артериальной гипертензии»; «Профилактика табакокурения, способы отказа от курения»; «Профилактика потребления алкоголя»; «Пропаганда правильного питания (ограничение потребления продуктов, содержащих избыточное количество соли, сахара, трансжиры)»; «Пропаганда физической активности».

В целях повышения знаний и навыков среди населения о профилактике артериальной гипертензии, поведенческих факторов риска, первых симптомах повышенного артериального давления на государственном и русском языках была ротация аудио-видеороликов по предупреждению болезней системы кровообращения, профилактике поведенческих факторов риска, в частности табакокурения, употребления насвая, кальяна, в учреждениях образования в количестве 320 мин; распространены информационно-образовательные

материалы (листовки, буклеты, брошюры) в количестве 1122 шт; разослана информация профилактической направленности посредством: SMS-сообщений через мобильную связь, социальные сети.

**В целевой группы 30-64 лет проведены следующие мероприятия, с охватом 1536 человек:**

Специалистами совместно с врачами общей практики были организованы дни открытых дверей. Для этого организовали дни открытых дверей в районах, с районных центрах были направлена передвижные флюоро-машина. Население активно участвовали, проходили флюорографию и медицинский осмотр, привезли лежачих больных для прохождения флюорографии, которые не могут передвигаться без помощи посторонних. В рамках дней открытых дверей для данной целевой группы проведены более 100 индивидуальных бесед на тему «Қан қысымы». Пригласили диспансерных больных для прохождения медицинского осмотра и раздали информационные листовки.

**В целевой группы старше 64 проведены следующие мероприятия, с охватом 1132 человек:**

Нашими сотрудниками вели разъяснительные беседы с населением, которые обращались с жалобами на давление, диспансерных больных и лиц старше 65 лет. Проведена лекция на тему «Артериальная гипертензия», где объяснила о важности соблюдение здорового образа жизни, о вреде табака и алкоголя на организм, своевременном обращении в поликлинику за медицинской помощью не занимаясь самолечением. После окончания семинара всем присутствующим измерили давление и раздали информационные материалы. Консультации проводили на тему «Профилактика инсульта», где мы объясняли присутствующим о важности правильного питания и вреде алкоголя, вредных привычек и несбалансированного питания на организм. Диспансерных больных обучили измерять давление и провела анкетирование.

В общеобразовательных школах для учащихся и в детских садах для сотрудников проведены семинары-91/2001, проводились тематические занятия – 76/3016, классные часы – 86/2876 на тему: «Артериальное давление – пути профилактики», «Как измерять АД, нормы АД», с раздачей информационно-образовательного материалов.

- оформлены стенды в среднеобразовательных школах плакатами о вреде и профилактике табакокурения.

- в школах здоровья проведены беседы и консультирование с пациентами по профилактике повышения АД

- по вопросам профилактики осуществлялась санитарно-просветительная работа на участках совместно с медицинскими сестрами, ВОП, социальными работниками с распространением информационного материала (буклеты, листовки, брошюрки), роздано - 4520шт

- плакатами и стендами оформлены кабинеты и коридоры поликлиники, среднеобразовательных школ, находящихся на территории обслуживания ПМСП и школьных учреждений – 91

- осуществлялся прокат видеороликов по профилактике табакокурения по телевизорам учреждений и проекторам с 08:00 до 20:00.

На базах среднеобразовательных школ городов и районных центров прошли круглые столы – 15 / 1288 и конференции – 6/465 на темы по ведению здорового образа жизни и профилактики повышения артериального давления среди молодежи и людей пожилого возраста.

В торговых домах «ЦУМ», «Шығыс», «Ұмай», «ЭЛИС» г.Караганды была проведена акция «Контролируй свое Артериальное Давление». Охват более 500 человек. Произведена раздача ИОМ. Листовки – 100. В городах Жезказган и в Балхаше так же проводилась акция «Контролируй свое артериальное давление» с проведением 10 лекции и 18 семинаров. По местному телеканалу г. Караганды 15.05.19 был показан сюжет о проведении профилактической лекции в заводууправлении АО «АрселорМиттал Темиртау» на тему: «Профилактика табакокурения и артериальной гипертонии». Также был выпущен сюжет о акции в ТД в новостях. Дата выхода: 30.09.2019. Телепередача «Инсульт. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний».

Были показаны видеоролики по телевидению: 120 показов, по маршрутному ТВ: 13500 показов, по звуковой уличной рекламе: 15000 выходов аудиоролика.

Билборды: г. Караганды, г.Балхаш и на остановках в г.Караганды были размещены тематические баннеры и билборды.

Директор ТОО Asia Way \_\_\_\_\_



Исп: Касымова М.Б.  
Михайлов Н.В.



