

Хрущева Л. В., Куликова М. Ю., Солонец Г. В.

**ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА КОЛЛЕКТИВА
МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ БСК В РАМКАХ
ФОРМИРОВАНИЯ ЗОЖ У ЖИТЕЛЕЙ ГОМЕЛЬСКОГО РЕГИОНА**

Гомельский государственный медицинский колледж, Республика Беларусь

Важнейшей целью деятельности государства и системы здравоохранения является создание условий для достижения максимально активной, полноценной и продолжительной жизни каждого члена общества, улучшение демографической ситуации, снижения преждевременной смертности.

Учитывая, что здоровье человека более чем на 50% определяется образом жизни, одним из приоритетных направлений в деятельности медицинских работников среднего звена являются формирование у населения потребности в соблюдении здорового образа жизни, личной ответственности за собственное здоровье.

Выпускник медицинского колледжа должен в первую очередь личным примером активно пропагандировать здоровый образ жизни (ЗОЖ), а это возможно только при сформированной личной потребности в двигательной активности, сбалансированном питании, соблюдении режима труда и отдыха, полном отказе от вредных привычек и т. д.

В УО «Гомельский государственный медицинский колледж» широкая информационно-образовательная работа, направленная на формирование ЗОЖ, носит системный характер, объединяет преподавателей и учащихся.

В мероприятиях, направленных на сохранение, укрепление здоровья и профилактику заболеваний, задействованы ресурсы всех структурных подразделений учреждения образования.

Диапазон применения современных форм и методов профилактической работы довольно разнообразен, активно проводится информирование населения об аспектах здорового образа жизни, массовые мероприятия, направленные на пропаганду и формирование ЗОЖ и способствующие укреплению здоровья населения. Особое внимание уделяется мероприятиям по профилактике болезней системы кровообращения (БСК).

Цель исследования – оценка эффективности информационно-образовательной работы по профилактике БСК.

Материалы и методы – анкетирование населения с последующей обработкой результатов. Исследование проводилось на базе УО «Гомельский государственный медицинский колледж». В анкетировании приняли участие 682 респондента в возрасте от 17 до 86 лет. Был проведен статистический анализ материалов, полученных за период апрель 2012 – май 2016 г.

Результаты и обсуждение. Анализировались данные, полученные в результате проводимых в УО «Гомельский государственный медицинский колледж» следующих профилактических акций:

- «Узнай свое артериальное давление», апрель 2012 года;
- «Здоровье Вашего сердца в Ваших руках», сентябрь 2013 года;
- «Вместе к здоровому сердцу», апрель 2013 года;
- «Здоровое сердце - долгая жизнь», апрель 2014 года;
- «Скажи здоровому сердцу «Да», июнь 2014 года;
- «Молодежь. Здоровье. Образ жизни», сентябрь 2014 года;
- «Здоровый образ жизни – здоровое сердце, апрель 2015 года;
- «Здоровое сердце» (акция в рамках праздничной площадки колледжа ко дню города), сентябрь 2015 года;
- «День профилактики болезней сердца» (акция в рамках единого дня здоровья), апрель 2016 года.

Данные мероприятия проводятся ежегодно для привлечения внимания к заботе о собственном здоровье, своевременном выявлении и лечении сердечно-сосудистых заболеваний, повышения информированности в области медицинских знаний по кардиологии и валеологии жителей г. Гомеля, а также сотрудников и учащихся колледжа.

Каждая акция включала выставки информационных материалов, подготовленных учащимися и преподавателями колледжа, выпуск радиогазеты, де-

монстрация тематических видеоматериалов, флешмоб и музыкальные композиции, направленные на популяризацию двигательной активности, отказ от вредных привычек и др.

На площадке возле УО «Гомельский государственный медицинский колледж» и фойе колледжа организуются пункты измерения артериального давления (АД), обучения общеразвивающим упражнениям и упражнениям ЛФК для повышения двигательной активности и снижения лишнего веса. Всем желающим предоставляется раздаточный материал – памятки и буклеты, даются рекомендации.

Заинтересованность в обучении общеразвивающим и упражнениям ЛФК высказали 64 человека в возрасте от 24 до 52 лет. Из них около 70 % изъявили желание освоить комплексы упражнений для корректировки веса и улучшения осанки. Учащиеся и преподаватели колледжа демонстрировали технику выполнения упражнений с объяснением методики составления подобных комплексов.

При проведении вышеуказанных акций, на пункты измерения артериального давления обратилось 682 человека в возрасте от 16 до 86 лет. Повышение АД выше 140 на 90 мм рт. ст. было отмечено у 38% обратившихся, преимущественно у лиц пожилого и старческого возраста.

Участникам акции было предложено кратко ответить на вопросы анкеты.

По результатам опроса было установлено:

– около 2,5% (18 человек) от общего количества обратившихся на пункт измерения АД впервые узнали о повышении у них артериального давления, они получили совет обратиться к лечащему врачу;

– у 54% (368 человек) с ранее установленным диагнозом артериальная гипертензия (АГ), повышенное АД было отмечено у 242 обратившихся. Из них 211 человек в этот день не принимали назначенное лечащим врачом лекарственное средство, зная о необходимости ежедневного приема препарата.

Лицам, страдающим АГ, было предложено ответить на вопрос: «Как часто Вы контролируете артериальное давление?». Ответы респондентов отображены на рис. 1.

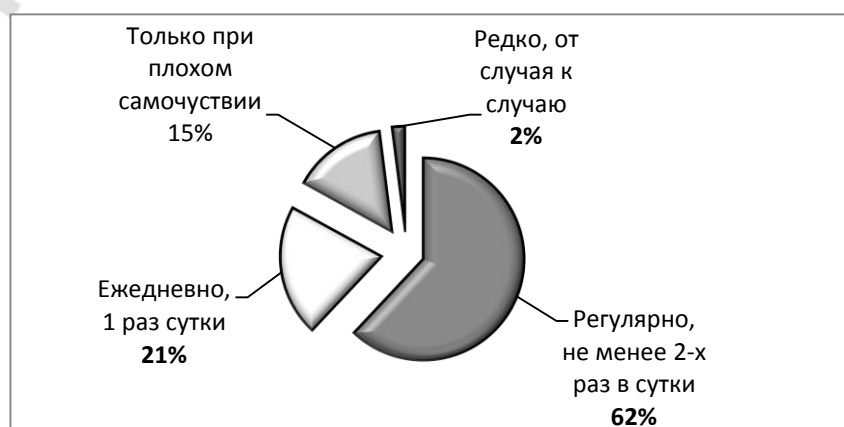


Рис. 1. Итоги опроса «Как часто Вы контролируете артериальное давление?»

Около 26% респондентов с артериальной гипертензией сталкиваются со следующими сложностями: недостаток времени на посещение поликлиники,

отсутствие личного тонометра, не имеют достаточных навыков для корректного измерения давления, забывают принять лекарственное средство.

Кроме того, для изучения отношения гомельчан и гостей города к проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики артериальной гипертензии всем участникам акции предлагалось ответить на вопрос анкеты: «Хотели ли Вы получить рекомендации по изменению образа жизни для профилактики артериальной гипертензии?». Варианты ответов респондентов представлены на рис. 2.

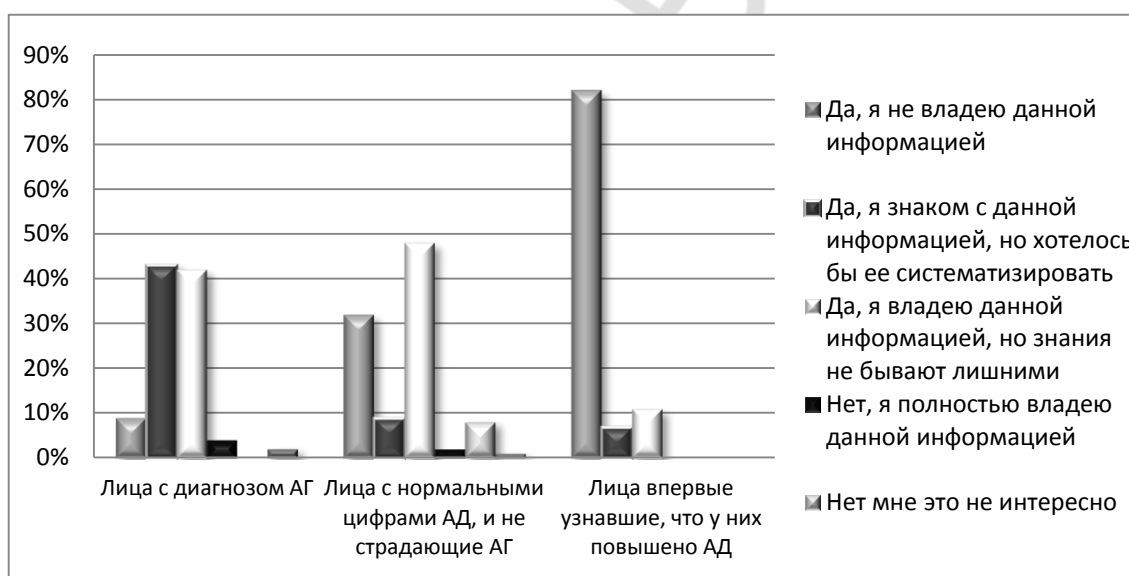


Рис. 2. Результаты опроса «Хотели ли Вы получить рекомендации по изменению образа жизни для профилактики артериальной гипертензии?»

Подавляющее большинство опрошенных положительно оценивают проведение подобных акций и считают, что такие мероприятия – хорошая инициатива. Многие впервые задумались о личной ответственности за свое здоровье. 89% респондентов желают иметь тематические буклеты и памятки, 26% – желают посещать лекции специалистов практического здравоохранения по вопросам профилактики и лечения БСК, 78% респондентов хотели бы получать индивидуальные консультации высококвалифицированных врачей-специалистов.

Закключение. Проведенное исследование показало, что целенаправленная информационно-образовательная работа с населением, проводимая преподавателями и учащимися УО «Гомельский государственный медицинский колледж», вызывает несомненный интерес, расширяет информированность граждан, способствует повышению личной ответственности каждого за свое здоровье, является одним из профилактических мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья, что соответствует государственной политике по формированию здорового образа жизни населения Республики Беларусь.