



***Охрана здоровья и
формирование здорового
образа жизни обучающихся в
Ивановской государственной
медицинской академии
(отчет за 2009-14 годы)***

***Директор центра здоровья,
профессор Баклушина Е.К.***

Актуальность работы по охране здоровья студентов

Студенческая молодежь – это *«стратегический» запас страны, состояние здоровья которого должно быть оптимальным для обеспечения безопасности и развития государства.*

Соответственно, политика сохранения и укрепления здоровья студентов может рассматриваться как государственная задача, в решении которой должны принимать активное участие органы управления системами образования и здравоохранения, общественные организации и сами вузы

Актуальность работы по охране здоровья студентов

Все исследования по изучению состояния здоровья студентов свидетельствуют о высоком уровне распространенности у них заболеваний и патологических состояний, в том числе *связанных с обучением* (адаптацией и условиями).

Некоторые исследователи последних лет характеризуют *состояние здоровья студентов как «катастрофическое»*, подтверждая это высокими показателями заболеваний органов зрения, сердечно-сосудистой системы, нервной системы и т.д.

Актуальность работы по охране здоровья студентов

Подобная ситуация во многом связана с тем, что именно *студенты имеют один из самых низких уровней медицинской активности среди различных категорий населения;*

Играет роль склонность довольно большой части студенческой молодежи к ведению образа жизни, далекого от здорового. *Распространенность факторов риска заболеваний, связанных с поведением и образом жизни, у студентов очень высока* и по данным многих исследований, имеет за последние годы тенденцию к росту.

Соответственно, должна функционировать система выявления и анализа этих факторов, а также система формирования здорового образа жизни. При этом понятно, что силами только вузов подобную задачу не решить.

Нормативно-правовое обеспечение деятельности по охране здоровья и формированию ЗОЖ

Работа по охране здоровья студентов велась в ИвГМА на протяжении 2009-2014 г.г. в соответствии с *Приказом Министерства образования и науки РФ от 28 декабря 2010 г. N 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»* (в настоящее время отменен)

В этом документе достаточно подробно прописаны восемь групп требований:

- 1) целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;
- 2) соответствие инфраструктуры образовательного учреждения условиям здоровьесбережения обучающихся, воспитанников;
- 3) рациональная организация образовательного процесса;
- 4) организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении;
- 5) организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни;
- 6) организация профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися, воспитанниками;
- 7) комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;
- 8) мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников.

Нормативно-правовое обеспечение деятельности по охране здоровья и формированию ЗОЖ

В приказе содержится *требование иметь в штате образовательной организации медицинских работников*, оказывающих медицинскую помощь, в том числе первичную диагностику заболеваний, проводящих профилактические мероприятия. Соответственно, необходимо иметь *специально оснащенные помещения* (медицинские пункты).

Кроме того, *каждый вуз должен сформировать Программу по охране здоровья и формированию здорового образа жизни обучающихся*, в соответствии с которой должны проводиться комплексы мероприятий по различным ее направлениям.

Нормативно-правовое обеспечение деятельности по охране здоровья и формированию ЗОЖ

Основы охраны здоровья граждан РФ

Статья 30. Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни.

2. Профилактика неинфекционных заболеваний осуществляется на популяционном, групповом и индивидуальном уровнях органами государственной власти, органами местного самоуправления, работодателями, медицинскими организациями, *образовательными организациями...* путем разработки и реализации системы правовых, экономических и социальных мер, направленных на предупреждение возникновения, распространения и раннее выявление таких заболеваний, а также на снижение риска их развития, предупреждение и устранение отрицательного воздействия на здоровье факторов внутренней и внешней среды, формирование здорового образа жизни.

3. *Формирование здорового образа жизни* у граждан начиная с детского возраста обеспечивается путем проведения мероприятий, направленных на информирование граждан о факторах риска для их здоровья, формирование мотивации к ведению здорового образа жизни и создание условий для ведения здорового образа жизни, в том числе для занятий физической культурой и спортом.

**Организационно-правовое обеспечение
деятельности по охране здоровья и формированию
здорового образа жизни в ИвГМА**

С 2008 года на основании *Положения*, утвержденного Ученым советом, в академии действует *Центр здоровья*, основной *функцией* которого является *организация и координация деятельности всех структурных подразделений академии по охране здоровья и формированию ЗОЖ обучающихся академии.*

Программа по охране здоровья и формированию здорового образа жизни обучающихся и сотрудников

Программа разработана и утверждена Ученым советом Академии в 2009 году.

Целью программы является реализация системы мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни обучающихся и сотрудников Академии.

Основными задачами программы являются:

1. Формирование здорового образа жизни обучающихся и сотрудников Академии путем реализации системы мероприятий, направленных на формирование мотивации к ведению здорового образа жизни (в том числе отказу от вредных привычек), создание в Академии условий для оздоровления образа жизни.
2. Улучшение состояния здоровья обучающихся и сотрудников Академии путем реализации системы медико-организационных, социально-гигиенических, учебно-методических, научных, информационно-консультативных, спортивно-оздоровительных мероприятий.

Раздел 1. Организация системы медицинского обслуживания и анализ состояния здоровья обучающихся академии:

- Разработка и реализация современной концепции и внедрение комплекса мероприятий по медико-психологическому сопровождению обучающихся;**
- проведение постоянного сбора и анализа данных о состоянии здоровья обучающихся;**
- проведение медико-организационных мероприятий по оздоровлению обучающихся в Академии.**

Что сделано по данному направлению

Работа по охране здоровья студентов ведется уже несколько лет. С 2012/13 учебного года начался новый этап, основная идея которого – **введение непрерывного (для всех студентов) медицинского и психологического сопровождения.**

Одной из традиционно используемых в академии форм этой работы является ***предварительный медицинский осмотр***, организованный силами врачей клиники ИвГМА, преподавателей клинических кафедр, ***итогом*** является распределение студентов по группам здоровья, физкультурным группам, анализ первичной и общей заболеваемости.

В настоящее время академией заключены договоры с двумя Центрами здоровья г. Иваново, куда студенты 2-6 курсов в течение года направляются на ***профилактический осмотр***. Результатом этих осмотров является постоянная коррекция групп здоровья, выявление факторов риска развития заболеваний; первичное выявление заболеваний, мониторинг заболеваемости.

Что сделано по данному направлению

Результаты всех осмотров фиксируются в медицинской документации (амбулаторной карте), которая хранится в **Медицинском пункте** академии, и используются для дальнейших мероприятий по медицинскому и психологическому сопровождению в соответствии с группами здоровья. Врач-терапевт медицинского пункта организует **маршрутизацию студентов** в зависимости от группы здоровья, своевременно направляя на обследование и лечение лиц из диспансерных групп, а также лиц с впервые выявленными заболеваниями в **клинику академии** (на **амбулаторный прием и обследование**, при необходимости – на **госпитализацию в соответствии с профилем клиники**), а также (по рекомендации врача) – в **иные медицинские организации**.

Что сделано по данному направлению

В 2013/14 учебном году силами сотрудников Центра здоровья началось создание **электронной базы** данных и программного обеспечения для формирования ***индивидуальных паспортов здоровья студентов***, позволяющие как отслеживать наиболее «проблемных» обучающихся, разрабатывать для них индивидуальную траекторию медицинского сопровождения, так и проводить **мониторинг состояния здоровья студентов**.

В настоящее время в этой базе находятся данные о состоянии здоровья студентов 2-6 курса, проводится внесение и обработка данных о студентах 1 курса.

Что сделано по данному направлению

В плане создания условий для ведения здорового образа жизни:

- издано и выполняется распоряжение ректора о запрете курения в зданиях академии, общежитий;
- в столовых академии постоянно в меню присутствуют щадящие блюда, а также витаминизированные овощные и фруктовые блюда;
- созданы условия для занятия физкультурой и спортом, а также оздоровления обучающихся;
- за отчетный период проводилось оздоровление обучающихся (из диспансерных групп) в санаториях «Решма» (46% от числа нуждающихся в санаторно-курортном лечении), «Сосневский источник» (от 25 до 90% от числа нуждающихся среди различных категорий), пансионатах «Лунево» (85 человек), оздоровительном лагере «Анапа» (60 человек)



Раздел 2. Социально-гигиенические исследования образа жизни студентов

- социально-гигиеническое исследование современных особенностей образа жизни обучающихся;**
- социологическое исследование распространенности вредных привычек среди обучающихся;**
- мониторинг данных об образе жизни обучающихся для разработки путей и методов его оздоровления в условиях академии.**

Что сделано по данному направлению

Постоянно проводится силами Центра здоровья, кафедры Поликлинической педиатрии, кафедры физической культуры, ЛФК и ВК **комплексное социально-гигиеническое исследование современных особенностей образа жизни обучающихся**, в том числе распространенности вредных привычек среди обучающихся (методом социологического опроса).

Создана и актуализируется **электронная база данных** об образе жизни, его основных компонентов, в том числе распространенности вредных привычек среди студентов академии

Раздел 3. Оптимизация психологического состояния обучающихся

- организация и проведение психологического тестирования обучающихся на различных этапах обучения (психодиагностики);**
- организация и проведение индивидуального психологического консультирования обучающихся на добровольной основе;**
- организация и проведение групповых психологических тренингов для обучающихся;**
- психологическое сопровождение профессиональной ориентации студентов**

Что сделано по данному направлению

В 2010 – 2011 годах работа проводилась силами **психологов Центра качества образования** (психодиагностика, индивидуальное консультирование, проведение тренингов);

В 2012-13 годах к этой работе подключились сотрудники **кафедры психиатрии, психологии и наркологии**, проведено тестирование всех студентов 1 курса, проведена электронная обработка тестов, каждому участнику исследования выдано индивидуальное заключение и рекомендации, сформированы группы студентов, нуждающихся в психологическом сопровождении, проводилось индивидуальное консультирование и групповые тренинги;

В 2013/14 учебном году на вновь созданной **кафедре психологии и педагогики** разработана комплексная программа психологического сопровождения обучающихся с 1 по 6 курс в рамках учебного процесса и внеучебной работы.

На кафедре **поликлинической терапии и эндокринологии** проводится ежегодное психологическое тестирование с целью выявления личностных особенностей студентов старших курсов и их стрессоустойчивости, по итогам которых проводится индивидуальное консультирование



Раздел 4. Мероприятия с тематикой ЗОЖ в рамках учебной программы

- Реализация комплекса учебно-методических мероприятий, проводимых непосредственно на кафедрах, а также во время производственной практики по формированию у обучающихся компетенций в сфере профилактической работы и формирования здорового образа жизни пациентов и населения**
- Научно-исследовательская работа учащихся с тематикой здорового образа жизни с представлением результатов исследований**

Что сделано по данному направлению

- Включение в лекционный материал и программы семинаров вопросов формирования ЗОЖ, профилактики заболеваний по профилям кафедр;
- Включение в учебную историю болезни разделов первичной и вторичной профилактики с разработкой индивидуальных рекомендаций по ЗОЖ;
- Подготовка рефератов и презентаций обучающимися по вопросам ЗОЖ;
- Подготовка и представление на Неделе науки в рамках секционных заседаний и на монотематических конференциях докладов с тематикой ЗОЖ и профилактики заболеваний;
- Кафедра госпитальной терапии провела конкурс студенческих работ по проблеме первичной профилактики наиболее распространенных неинфекционных заболеваний
- Кафедра гуманитарных наук провела конференцию на тему «Социальные проблемы здравоохранения»;
- На кафедре русского языка неоднократно проводились конкурсы сочинений с тематикой «Мой здоровый образ жизни»



Раздел 5. Внеучебные (культурно-массовые, общественные и воспитательные мероприятия с тематикой ЗОЖ):

Реализация комплекса мероприятий, проводимых непосредственно на кафедрах, деканатами, Духовно-культурно-спортивным центром, Центром здоровья и иными подразделениями в рамках воспитательной работы в Академии

Что сделано по данному направлению

- КВН с тематикой здорового образа жизни;
- Фестиваль для первокурсников «Здравствуй, ИвГМА» - информация о системе охраны здоровья и формирования ЗОЖ, волонтерской работе
- Традиционные конкурсы профессионального мастерства «Лучший педиатр» и «Лучший выпускник лечебного факультета» с включением конкурсов с тематикой ЗОЖ;
- Проведение смотра-конкурса общежитий «Общежитие – наш дом» (с оценкой социально-бытовых условий, соблюдения мер по запрету курения и т.д.);
- Ежегодный конкурс творческих работ на тему «Студенты ИвГМА за здоровый образ жизни»;
- На кафедре гуманитарных наук – работа дискуссионного клуба «Познай самого себя», проведение тематических выставок творчества сотрудников, посвященных ЗОЖ;
- На кафедре русского языка – конкурс творческих работ «Профессия врача и здоровый образ жизни», конкурс эссе с тематикой ЗОЖ, проведение конкурса ораторов на тему ЗОЖ;
- Проведение в академии мероприятий, посвященных Дню донора, Всемирному дню здоровья, Дню отказа от курения, Дню сердца и т.д.
- Антинаркотическая работа в академии в соответствии с Программой антинаркотической работы





Волонтерское движение

- формирование групп студентов-волонтеров и подготовка их к ведению просветительской работы по профилактике заболеваний и формированию здорового образа жизни;
- работа групп волонтеров в Академии и иных организациях с населением, отдельными группами (школьниками, молодыми людьми, пожилыми людьми и т.д.), пациентами медицинских организаций

Что сделано по данному направлению

- С 2010 года действует **Положение о волонтерской деятельности**, где прописаны все основные организационно-правовые основы этой работы, порядок деятельности волонтерских групп, их руководителей и координаторов.
- Оно позволяет сочетать **принципы добровольности и ответственности** в работе волонтеров.

Что сделано по данному направлению

- За отчетный период в академии сформировано и в разные годы действовали **8 волонтерских отрядов** (из них 5 – ведущие работу по профилактике заболеваний и формированию ЗОЖ)
- **Количество участников** волонтерского движения за это время **возросло почти в 2 раза**, охватив как младшие, так и старшие курсы;
- Налаживаются **связи** с городскими волонтерскими группами («Молодая кровь»), государственными и общественными организациями
- Укрепляется **консолидация** волонтерских групп в академии (проведено два слета волонтеров с приглашением добровольческих отрядов из других вузов)

Что сделано по данному направлению

Получено несколько **благодарностей** в адрес академии, связанных с работой волонтерских групп от представителей органов государственной власти, руководителей медицинских и образовательных организаций;

В сентябре 2014 г. группа "**Кардиогвардия**" успешно выступила на межрегиональном конкурсе "Курс на здоровье", в котором в течение года участвовали добровольческие отряды Ивановской, Костромской и Ярославской области. В номинации "**Конкурс социальных проектов "Дорога здоровья!"**" наши кардиогвардейцы **заняли первое место**, в номинациях "Конкурс агитационных текстов "Расскажи мне" и "Конкурс агитационных плакатов "Здоровым быть здорово" - третье место, а в итоге вошли в пятерку лучших волонтерских отрядов

Роль волонтерской работы в формировании профессиональных компетенций и формировании ЗОЖ обучающихся

- развитие **коммуникативных компетенций** (умение общаться, слушать, мотивировать, дискутировать, убеждать и переубеждать);
- развитие **компетенций информационного поиска** (поиск, подбор и адаптация для целевой аудитории) информации, соответствующей современным научным представлениям и критериям доказательности;
- включение в собственную **систему взглядов и убеждений ценностей и приоритетов здоровья, здорового образа жизни**, понимание и использование эффективных, научно обоснованных здоровьесберегающих технологий.



6. Информационно-консультативные мероприятия с тематикой здоровья и здорового образа жизни, использование современных информационных технологий

- методическое, дидактическое и информационно-консультативное обеспечение преподавателей Академии для организации и проведения с обучающимися работы по формированию здорового образа жизни;

- информационное обеспечение работы по формированию здорового образа жизни у обучающихся и сотрудников, в том числе с использованием современных IT-технологий, наглядное представление результатов деятельности академии в СМИ и научных изданиях.

Что сделано по данному направлению

- проведение на кафедрах бесед, конференций, круглых столов с обучающимися по проблемам ЗОЖ и методическое сопровождение просветительской и профилактической работы обучающихся;
- оформление и актуализация стендов на кафедрах, посвященных профильным вопросам профилактики заболеваний и формированию здорового образа жизни;
- методическое сопровождение работы обучающихся по созданию наглядных материалов для населения по профилактике заболеваний и здоровому образу жизни;
- взаимодействие со средствами массовой информации (академической газетой «Медвуззвонец», региональными и всероссийскими) по вопросам работы по охране здоровья и формированию ЗОЖ в академии;

Что сделано по данному направлению

- Представители администрации академии, Центра здоровья, кафедр систематически принимают участие в работе съездов, конференций, круглых столов и т.д., организованных государственными органами власти, советом ректоров Ивановской области, Общественной палатой по вопросам охраны здоровья студентов и формированию ЗОЖ.
- На сайте академии постоянно размещаются анонсы и отчеты о проведенных мероприятиях с тематикой ЗОЖ, материалы и отчеты к конкурсу ВУЗ здорового образа жизни.
- создано несколько видеороликов с тематикой ЗОЖ в академии, размещенных на Интернет-ресурсах, в том числе на сайте академии;
- Тематика ЗОЖ, информация о проведенных мероприятиях и их анонсы постоянно показывается в холле академии на плазменной панели

Предложения по дальнейшей работе по охране здоровья и формированию ЗОЖ

1. Разработать индивидуальные паспорта здоровья обучающихся и систему мониторинга за состоянием здоровья обучающихся путем формирования электронной базы данных
 - Отв. – Центр здоровья, Сроки – 1 кв. 2015
2. Создать условия для реализации системы медико-психологического сопровождения лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в академии
 - Отв. – Проректор по последипломному образованию и клинической работе, проректор по воспитательной работе, Центр здоровья, Сроки – 1 кв. 2015
3. Внедрить систему мониторинга образа жизни обучающихся с использованием интернет-опроса и электронной обработки результатов.
 - Отв. – Центр здоровья, Сроки – 3 кв. 2015
4. Разработать методологическое сопровождение новых направлений волонтерской работы – профилактика психологического благополучия, репродуктивное здоровье молодежи.
 - Отв. – Центр здоровья, Сроки – 4 кв. 2014
5. Провести добровольное социально-психологическое тестирование в рамках антинаркотической работы с обучающимися с представлением данных в органы исполнительной власти Ивановской области в сфере образования.
 - Отв. – Проректор по последипломному образованию и клинической работе, проректор по воспитательной работе, Центр здоровья, Сроки – 1 кв. 2015