

### 3. Формирование здорового образа жизни у населения

Формирование здорового образа жизни — сложный системный процесс, охватывающий множество компонентов образа жизни современного общества и включающий основные сферы и направления жизнедеятельности людей.

Формирование здорового образа жизни и преодоление негативных тенденций в состоянии здоровья молодежи является одним из приоритетных направлений деятельности учреждений здравоохранения и образования. Здоровье все более осознается и становится востребованным у молодых людей как человеческий и социальный капитал. Происходит процесс осознания значимости здоровья, и оно имеет высокий рейтинг в шкале ценностей молодежи. Возрастает понимание роли культуры и знаний о здоровье. Все большее значение придается укреплению и развитию духовных и нравственных основ жизни.

На протяжении 2011 года продолжал свою работу городской межведомственный координационный совет по формированию здорового образа жизни населения.

**Основная цель:** создание благоприятных условий для реализации принципов здорового образа жизни всеми гражданами г. Могилева во всех сферах деятельности.

В основу всех профилактических мероприятий, направленных на устранение факторов риска, положен принцип межсекторального сотрудничества – комплексный подход, объединяющий возможности и ресурсы всех структур, имеющих отношение к формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья. В процессы профилактики вовлекались не только служба здравоохранения со своими преимущественно лечебными функциями, но и другие социальные сектора (образование, культура, социальная защита, физкультура и спорт), общественные, профсоюзные организации, органы законодательной и исполнительной власти.

28 февраля 2011 года заместителем председателя Могилевского городского исполнительного комитета И.В.Шардыко утверждены методические рекомендации: «Алгоритм работы предприятий и организаций по формированию здорового образа жизни», в марте – Методические рекомендации: «Алгоритм работы учреждений образования города по формированию здорового образа жизни», 4 апреля – Методические рекомендации: «Алгоритм работы учреждений физкультуры и спорта города по формированию здорового образа жизни».

В декабре 2011 года был проведен мониторинг работы учреждений здравоохранения города по вопросам формирования здорового образа жизни. **Цель мониторинга:** объективно оценить состояние работы учреждений здравоохранения города по ФЗОЖ, оценить работу по единому алгоритму работы учреждений здравоохранения г. Могилева и Могилевского района по формированию здорового образа жизни, разработанному и утвержденному в ноябре 2010 года приказом УЗ «Могилевская центральная поликлиника».

В 2011 году проведено 44 массовых мероприятия, охвачено 424320 человек.

По вопросам сохранения и укрепления здоровья проведено 69 городских семинаров. Вопросы ФЗОЖ заслушивались на коллегии учреждений здравоохранения города в декабре 2011 года. Учреждениями здравоохранения города подготовлено и издано 375 наименований информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки и т.д.) общим тиражом 111182 экземпляра. В ноябре 2011 года УЗ «МЗЦГЭ» выпущен билл-борд на тему: «Здоровый образ жизни – здоровое будущее».

Учреждениями здравоохранения города проведено 165 выступлений по телевидению, и 396 выступлений по радио, опубликовано статей в СМИ – 335, проведено лекций – 5434, киноvideосеансов – 3591, проведено 24 Единых дня здоровья.

В школах здоровья прошли обучение принципам формирования здорового образа жизни – 6512 человек.

В 2011 году специалистами санитарной службы проведено социологическое исследование, по данным которого на территории города Могилева курит 38% населения, 12,4% курили, но бросили и 57% из курящих желают бросить курить. Так же установлен достаточно высокий уровень распространенности пассивного курения среди населения

г. Могилева. Более половины опрошенных приходится находиться рядом с курящими в различных местах (дома, в гостях, на работе и т.д.), тем самым, выступая в роли пассивного курильщика. Наиболее часто сталкиваются с пассивным курением на остановках общественного транспорта (40% опрошенных), на работе/учебе (39,4%), в гостях (32,2%).

Результаты социологических исследований позволяют сделать вывод о том, что в обществе происходит осознание необходимости ужесточения мер, направленных на борьбу с курением, принятия мер, направленных на ограничение курения в различных местах. Курение воспринимается как социально нежелательное явление.

Так, 76% респондентов не одобряют курение на рабочих местах, 80% высказывают недовольство по поводу курения в подъездах домов, 68% не одобряют курение на остановках, и еще 68% осуждают курение в парках, скверах, местах отдыха. Значительная часть респондентов (48%) полагают, что есть необходимость в дальнейшем ужесточении мер по борьбе с курением. По мнению большинства опрошенных, наиболее эффективные меры по борьбе с курением связаны с нормативным регулированием, направленным на запрещение курения в общественных местах (48,2%) и запрещение рекламы табачных изделий (47%).

В ноябре 2011 года проведено еще одно социологическое исследование среди студентов города Могилева. Основным вопросом, адресованным студентам, звучал так: «Курить – это модно?». Результаты опроса заставили задуматься.

Хотя процент курильщиков среди молодежи достаточно высок, курить сегодня уже не считается модным. На вопрос «Курить – это модно?» 95,9% опрошенных студентов категорически заявили – «нет». И действительно, ходить на занятия фитнесом, йогой, плаванием или танцами и при этом курить не логично. Нужно быть последовательным в стремлении стать здоровым. Ведь отличительная черта современной молодежи – рациональность и прагматизм. Кроме того, 68,6% студентов считают необходимым ужесточение мер по борьбе с курением. Среди наиболее эффективных мер по борьбе с курением были отмечены следующие: 51,1% опрошенных считают увеличение цен на табачные изделия, 50,2% - запрещение курения в общественных местах, 45,4% - запрещение рекламы табачных изделий, 43,7% - ограничение времени и мест продаж, 35,8% - пропаганда здорового образа жизни и доступность спортивных объектов для занятия спортом.

Сегодня уже всерьез можно говорить о появлении установки на здоровый образ жизни. Молодежь не только осознает вред курения, но и осуждает курение в общественных местах (в подъездах, на остановках общественного транспорта, в парках, на рабочих местах).

В 2011 году продолжалась работа по формированию духовно-нравственных приоритетов в нашем обществе, в рамках действующих соглашений и программ по сотрудничеству с Белорусской православной церковью. Людям сегодня нужны духовный подъем, здоровая моральная атмосфера, которая защитит человека от отчаяния и уныния. Единственное решение этой проблемы - устранение причин, порождающих бездуховность в обществе, хорошо организованная и продуманная и постоянно проводимая работа.

Общественное здоровье – медико-социальный ресурс и потенциал общества, способствующий обеспечению национальной безопасности. Общественное здоровье обусловлено комплексным воздействием социальных, поведенческих и биологических факторов, его улучшение будет способствовать увеличению продолжительности и качества жизни, благополучия людей, гармоничному развитию личности и общества.