

Самарский государственный медицинский университет



*Посвящается
90-летию СамГМУ*

ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ СамГМУ



Самара. 2009 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Общие положения.....	3
Основные понятия, используемые в программе.....	5
Необходимость разработки программы.....	7
Цель и задачи программы.....	16
Механизм реализации программы.....	17
Спортивные команды СамГМУ.....	18
Управление программой.....	21
Принципы реализации программы.....	22
Координация программы и оценка эффективности её реализации.....	22
Основные направления деятельности в рамках реализации программы.....	22
Сроки и этапы реализации программы.....	25
Перечень спортивных мероприятий программы на 2009-2011 годы.....	27
Перечень общих мероприятий программы на 2009-2011 годы.....	28
Контроль за реализацией программы.....	31
Критерии и показатели эффективности реализации программы.....	32

ПРИЛОЖЕНИЕ

Схема управления Программой.....	33
Иллюстрации.....	34

ПРОГРАММА разработана профессорско-преподавательским коллективом Самарского государственного медицинского университета с учетом современных представлений профилактической медицины и использования её в воспитательной работе среди студентов.

Данная ПРОГРАММА представляет собой целостную совокупность взглядов на формирование навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваемости среди студентов и сотрудников СамГМУ. В ней большое внимание уделено роли воспитательной работы преподавателей в формировании здорового образа жизни на собственном примере, а также механизмам реализации воспитательной работы в вузе.

Авторы ПРОГРАММЫ надеются, что она окажется полезной в организации медико-профилактической работы в вузах различного профиля - проректорам и кураторам по воспитательной работе со студентами, заведующим кафедрами, врачам здравпунктов, профсоюзным организациям и наставникам молодёжи.

Авторский коллектив:

Г.П. Котельников – ректор Самарского государственного медицинского университета, академик РАМН, лауреат Государственной премии РФ и дважды лауреат премии Правительства РФ, заслуженный деятель науки РФ;

Ю.В. Шукин – проректор по учебно-воспитательной и социальной работе, профессор;

И.И. Березин – декан медико-профилактического факультета, заведующий кафедрой общей гигиены, профессор;

Т.П. Шеина – заведующая кафедрой физического воспитания и здоровья, доцент;

И.Ф. Мифтахов - редактор газеты «Медик», член Союза журналистов России (макет и иллюстрации).

Самара. СамГМУ, 2009 г.

*Mens sana in corpore sano -
В здоровом теле - здоровый дух.*

**ПРОГРАММА
ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ
И СОТРУДНИКОВ САМАРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА НА 2009-2013 ГОДЫ**

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа разработана в целях реализации Основ законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан от 22 июля 1993 года N 5487-1, Указа Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 года N 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года», Приказов Министерства здравоохранения Российской Федерации от 21.03.2003 N 114 «Об утверждении отраслевой программы «Охрана и укрепление здоровья здоровых на 2003 - 2010 годы», от 23.09.2003 N 455 «О совершенствовании деятельности органов и учреждений здравоохранения по профилактике заболеваний в Российской Федерации», от 21.03.2003 N 113 «Об утверждении Концепции охраны здоровья здоровых в Российской Федерации».

Программа формирования навыков здорового образа жизни у студентов и сотрудников Самарского государственного медицинского университета на период до 2013 года (далее - Программа) разработана с целью сохранения и укрепления здоровья студентов и сотрудников СамГМУ, а также населения Самарской, Пензенской и Ульяновской областей и других регионов России, в здравоохранении которых будут работать выпускники Самарского государственного медицинского университета, имея возможность минимизировать управляемые факторы риска здоровью населения Российской Федерации.

Программа разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения» от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ, Приоритетным национальным проектом «Здоровье» в части формирования навыков здорового образа жизни, Концепцией демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, Федеральными законами и иными нормативными правовыми

ми актами Российской Федерации, Самарской области и Самарского государственного медицинского университета (включая Федеральный закон от 10 июля 2001 г. №87-ФЗ «Об ограничении курения табака»; «Региональную стратегию по снижению уровня табакокурения на 2008-2013 годы в Самарской области», утвержденную постановлением правительства Самарской области № 281 от 23.07.2008 г.; приказ ректора СамГМУ № 238у/126 от 10.09.2009 г. «О запрещении курения табака в помещениях и на территории Самарского государственного медицинского университета»; задачи, поставленные на V Всероссийском форуме «Здоровье нации – основа процветания России», состоявшемся 17-18.09.2009 г.), с учетом отечественного и зарубежного опыта реализации принципов здорового образа жизни.

Программа определяет цели, задачи, принципы и основные направления деятельности Университета в области формирования здорового образа жизни студентов и сотрудников на период до 2013 года.



Ректор академик РАМН Г.П. Котельников на открытии спортивной площадки студенческого городка.

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРОГРАММЕ

Здоровый образ жизни - категория понятия «образ жизни», включающая в себя вид жизнедеятельности человека, уровень его культуры и гигиенических навыков, позволяющих сохранять и улучшать здоровье, предупреждать развитие нарушений и поддерживать оптимальное качество жизни.

Профилактика заболеваний - система мер медицинского и немедицинского характера, направленная на предупреждение развития негативных изменений в состоянии здоровья и заболеваний, предотвращение или замедление их прогрессирования, уменьшение их неблагоприятных последствий.

Первичная профилактика - комплекс медицинских и немедицинских мероприятий, направленных на предупреждение развития отклонений в состоянии здоровья и заболеваний, путем устранения причины заболеваний или повышением сопротивляемости организма человека к неблагоприятным воздействиям.

Вторичная профилактика - комплекс медицинских мероприятий, направленных на своевременное выявление лиц с ранними стадиями заболевания и проведение соответствующих лечебных и профилактических мероприятий, предупреждение прогрессирования заболеваний.

Гигиеническое воспитание и обучение - система образования, включающая в себя комплексную просветительскую, обучающую и воспитательную деятельность, направленную на повышение информированности по



*Губернатор В.В. Артяков
на встрече со студентами
в общешкольной СамГМУ*

Медицинский университет - территории вне курения!

вопросам охраны здоровья, на формирование культуры здоровья, выработку гигиенических навыков, создание мотивации для ведения здорового образа жизни, как отдельных людей, так и общества в целом.

Здоровье (Устав ВОЗ) - состояние полного физического, духовного и социального благополучия при полной адаптации к условиям внешней среды и способности к воспроизводству, а не только отсутствие болезней и физических нарушений.

Качество жизни - категория, включающая в себя сочетание условий жизнеобеспечения и состояния здоровья, позволяющих достичь физического, психического и социального благополучия и самореализации.

Оздоровление - направление профилактической и восстановительной медицины, обеспечивающее повышение функциональных резервов и адаптивных возможностей человека, предупреждение заболеваний и улучшение качества жизни у лиц, ослабленных в результате действия неблагоприятных факторов среды и деятельности или имеющих функциональные преморбидные расстройства.

Социально-гигиенический мониторинг – государственная система наблюдений за состоянием здоровья населения и среды обитания, их анализа, оценки и прогноза, а также определения причинно-следственных связей между состоянием здоровья населения и воздействием факторов среды обитания.

Риск для здоровья человека – степень вероятности нарушения здоровья человека вследствие воздействия неблагоприятных факторов образа жизни и факторов окружающей среды.



Межвузовский студенческий диспут «Наркомания - проблема современного общества».

НЕОБХОДИМОСТЬ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

Необходимость разработки Программы обусловлена следующими обстоятельствами:

1. Недостаточным уровнем здоровья населения в целом и учащейся молодежи в частности.
2. Недооценкой значимости формирования навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваний большинством населения.
3. Преимущественной ориентацией здравоохранения на лечебную ее составляющую.
4. Недостаточностью представления здоровьесберегающего направления в образовательном процессе.
5. Недостатком социальной рекламы по пропаганде здорового образа жизни и профилактике заболеваний при значительном объеме неблагоприятных для здоровья форм поведения в средствах массовой информации.
6. Отсутствием эффективных научно-обоснованных учебных программ по здоровому образу жизни для практического использования.
7. Недостатком информационных и методических материалов профилактической направленности.
8. Несовершенством нормативной правовой базы.
9. Недостатком финансирования профилактического направления.

Необходимость разработки программы основана на медико-статистическом анализе здоровья населения Самарской области, как одной из



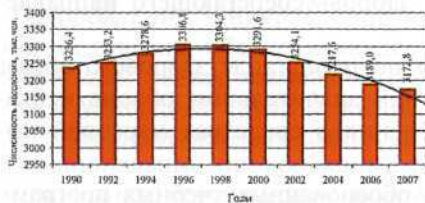
Министр культуры и молодежной политики О.В. Рыбакова, министр здравоохранения и соцразвития Самарской области В.П. Куличенко во время посещения студенческого медицинского центра и встречи с руководством вуза в лице ректора СамГМУ Г.П. Котельникова.

наиболее развитых и типичных для Российской Федерации.

Демографическая ситуация в Самарской области диктует необходимость мер по ее улучшению. На рисунке 1 приведена динамика численности постоянного населения Самарской области, которая на 1 января 2008 года, которая составила 3172787 человек (Государственный доклад «О санитарно-эпидемиологической обстановке в Самарской области в 2008 году»).

По сравнению с 2006 годом в 2007 году численность населения Самарской области уменьшилась на 5790 человек.

Рис. 1. Динамика численности постоянного населения Самарской области



(44778 чел.) над числом выбывших (36489 чел.). Миграционный прирост населения в 2007 году (8289 чел.) увеличился по сравнению с 2006 годом (6478 чел.).

Уменьшение численности населения Самарской области обусловлено естественной убылью населения (рис. 2). Миграционный прирост частично восполняет эти потери. Миграционные процессы в 2007 году характеризовались преобладанием числа прибывших

(44778 чел.) над числом выбывших (36489 чел.). Миграционный прирост населения в 2007 году (8289 чел.) увеличился по сравнению с 2006

годом (6478 чел.).

На рисунке 3 приведена динамика процессов естественного движения



Первый удар по воротам на студенческой спортплощадке делает ректор академик РАН Г.П. Котельников.

Рис. 2. Естественный и миграционный прирост (убыль) населения Самарской области

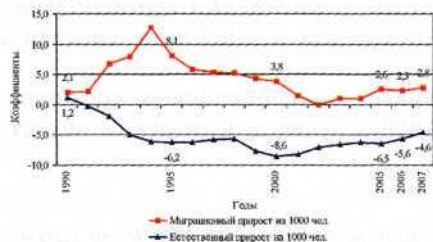
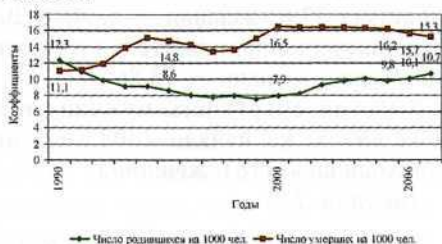


Рис. 3. Динамика рождаемости и смертности населения Самарской области



населения Самарской области.

С 1992 года уровень смертности населения выше уровня рождаемости. В последние годы наметилась положительная тенденция в динамике естественного движения населения, что ведет к постепенному снижению его естественной убыли, но интенсивность позитивных изменений остается недостаточной для достижения уровня простого воспроизводства населения. По сравнению с 2006 годом в 2007 году коэффициент рождаемости увеличился с 10,1 до 10,7 на 1000 человек, т.е. родилось на 1891 ребенка больше. Коэффициент смертности, соответственно, снизился с 15,7 до 15,3, или число умерших уменьшилось на 1208 человек.

Возрастные уровни смертности представлены на рисунке 4. Смертность



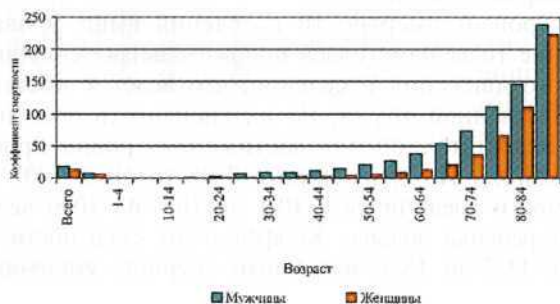
В университете есть все возможности для занятия спортом.

мужского населения в Самарской области, как и в Российской Федерации, выше смертности женского населения, особенно в трудоспособном возрасте (табл. 1). Коэффициент смертности мужчин в 2007 году составил 17,6, женщин – 13,4; в 2006 году – 18,3 и 13,4 соответственно. Ожидаемая продолжительность жизни мужчин в 2007 году составила 60,77 лет, женщин – 73,86 лет.

Высокая смертность мужчин увеличивает диспропорцию в соотношении полов: на начало 2008 года на 1000 мужчин в Самарской области приходилась 1181 женщина.

Таблица 1

Рис. 4. Возрастные коэффициенты смертности в Самарской области в 2007 году



Ежегодное первенство общежитий.

Коэффициенты смертности трудоспособного населения Самарской области

Таблица 1
Структура общей смертности населения Самарской области в 2007 году по сравнению с предыдущими годами не претерпела существенных изменений (рис. 5). 77 % случаев приходилось, как и прежде, на три основные причины: болезни системы кровообращения (50%); несчастные случаи, отравления и травмы (14%); новообразования (13%). При этом женщины чаще, чем мужчины умирали от заболеваний системы кровообращения (57% и 45% соответственно) и реже – от несчастных случаев, отравлений и травм (6% и 20% соответственно).

Пол	Умершие на 1000 человек населения соответствующего пола				
	2003 г.	2004 г.	2005 г.	2006 г.	2007 г.
Мужчины	12,4	12,8	12,7	12,1	11,4
Женщины	3,1	3,1	3,1	3,0	2,8

Рис. 5. Структура общей смертности населения Самарской области в 2007 году



Группа поддержки футбольной команды - заядлые болельщики.

Новообразования стабильно удерживают третье место среди причин смертности населения Самарской области (рис. 5), преимущественно за счет злокачественных процессов. С 1999 по 2007 годы впервые выявленная заболеваемость увеличилась на 6%, а число лиц, состоящих на учете со злокачественными новообразованиями в онкологических учреждениях области, возросло на 32,3% и составило на конец 2007 г. 64835 человек, в течение года умерло 5861 человек. В структуре впервые выявленных злокачественных новообразований всего населения наибольший удельный вес в 2007 году приходился на меланому и другие новообразования кожи (18,4%), трахеи, бронхов, легкого (11,1%), молочной железы (10,2%).

Рис. 6. Структура общей смертности населения РФ в 2008 году



Ректор Г.П. Котельников представляет губернатору В.В. Артякову студенческую команду по спортивной аэробике.

Структура общей смертности населения Самарской области практически соответствовала ее структуре в Российской Федерации в 2008 году, отличаясь вторым ранговым местом травм и отравлений (рис. 6).

У взрослого населения Самарской области распространенность болезней за пятилетний период с 2003 по 2007 годы возросла на 13,6%. В сравнении же с 2006 годом в 2007 году общая заболеваемость по распространенности снизилась на 3%. Не изменилась по отношению к предыдущему году и структура распространенности болезней среди взрослых: как и прежде, преобладали болезни системы кровообращения (18,5%), болезни органов дыхания (15%), болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (9,4%), болезни мочеполовой системы (9,2%).

Ведущее место по уровню распространенности и причинам смертности среди взрослого населения Самарской области занимают болезни системы кровообращения, динамика которых за десятилетний период представлена на рисунке 7. Распространенность болезней системы кровообращения у взрослых с 1998 по 2007 годы увеличилась на 90%, а по сравнению с 2006 годом осталась на прежнем уровне и составила 31378,39 на 100 тыс. чел.

Рис. 7. Распространенность болезней системы кровообращения среди взрослого населения Самарской области



Теннисный поединок в общежитии СамГМУ №3 - министры Правительства области Д.Е. Овчинников и В.П. Куличенко.

Наркологические расстройства представляют собой сложную медико-социальную проблему. Анализ заболеваемости населения Самарской области наркологическими расстройствами (впервые выявленной и по распространенности) показал, что впервые выявленная заболеваемость алкоголизмом в сравнении с 2002 г. в 2007 г. снизилась на 14% (с 86,1 до 74,13 на 100 тысяч населения). При этом распространенность алкоголизма возросла на 20,7% и составила в 2007 году 1580,1 на 100 тысяч населения.

В сравнении с 2002 г. в 2007 г. снизилась впервые выявленная заболеваемость алкогольными психозами с 61,2 до 43,5 на 100 тысяч населения (на 29%), уменьшилась также их распространенность с 126,7 до 113,6 на 100 тысяч населения (на 10,3%).

Уровень впервые выявленной заболеваемости наркоманиями снизился за этот период на 25% и составил в 2007 году 22,66 на 100 тысяч населения; распространенность наркоманий увеличилась с 624,8 до 687,3 на 100 тысяч населения (на 10%).

От случайных отравлений алкоголем наиболее часто умирает население в возрасте от 30 до 59 лет, что приводит к снижению трудового потенциала области. В последнее время наметилась тенденция к уменьшению смертности от причин, связанных с употреблением алкоголя у лиц трудоспособного возраста (рис. 8).



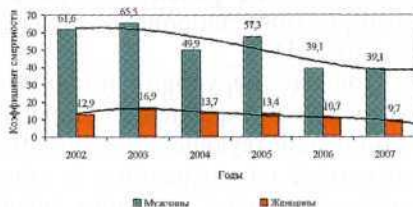
«Круглый стол» по проблеме курения в молодёжной среде. Выступает профессор Е.Я. Бурлина.

Таким образом, в Самарской области сохраняется общая тенденция к повышению уровня неинфекционной заболеваемости, в этой связи приоритетным направлением улучшения здоровья является ее первичная профилактика.

Для профилактики неинфекционных заболеваний наибольшее значение имеют управляемые факторы риска, связанные с образом жизни, составляющие более 50%: нерациональное питание, недостаточная физическая активность, избыточная масса тела, дисстрессовые нагрузки, курение, злоупотребление алкоголем.

Таким образом, очевидна необходимость разработки и принятия программного документа, определяющего стратегию решения перечисленных проблем - Программы формирования навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваемости студентов и сотрудников Самарского государственного медицинского университета на период до 2013 года.

Рис. 8. Динамика смертности от причин, связанных с употреблением алкоголя, у лиц трудоспособного возраста (на 100 тыс. человек соответствующей группы)



Профилактика заболеваний, поддержка массового спорта и санаторно-курортное лечение - важнейшие положения единогласно одобренного «Коллективного договора СамГМУ» и «Программы социальной поддержки сотрудников СамГМУ».

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Целью Программы является сохранение и укрепление здоровья студентов и сотрудников СамГМУ путем создания эффективной системы формирования здорового образа жизни для профилактики заболеваний.

Основные задачи Программы:

1. Содействие развитию приоритета профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни у студентов и преподавателей СамГМУ.

2. Повышение уровня информированности студентов по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационно-образовательной системы, направленной на мотивацию к здоровому образу жизни, привлечение к активному отдыху, занятиям физической культурой.

3. Расширение профилактической составляющей деятельности лечебно-профилактических учреждений, на которых расположены кафедры Университета.

4. Формирование и совершенствование системы мониторинга заболеваний, поведенческих факторов риска у сотрудников и студентов ВУЗа.

5. Создание условий для реализации принципов здорового образа жизни студентов и сотрудников СамГМУ (инфраструктуры для реализации принципов здорового образа жизни).



В НИИ гигиены и экологии человека студенты медико-профилактического факультета изучают факторы риска для здоровья молодёжи.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа осуществляется через систему всех видов деятельности в ВУЗе: учебную, научно-исследовательскую, спортивную, трудовую, лечебно-профилактическую и других, в которые включается студент с его самого начала обучения в вузе.

Реализация мероприятий программы осуществляется на многоуровневой основе:

Первый уровень - общеузовский, предполагает проведение массовых мероприятий, предусмотренных планом работы вуза. Практическая реализация программы осуществляется через деятельность деканов в обязанности которых входит:

- разработка и проведение общеузовских и факультетских мероприятий;
- активное сотрудничество со студенческим активом вуза: студенческими советами, старостами курсов, потоков, профактивом, кураторами общежитий;
- координация работы кафедр и кураторов курсов;
- обеспечение преемственности разделов Программы при переходе студентов с кафедры на кафедру и с курса на курс.

Деканы осуществляют свою деятельность в тесном сотрудничестве с кафедрами, лабораторией социально-психологических исследований СамГМУ, газетой «Медик», интернет - центром по различным направлениям воспитательной работы.

Второй уровень - кафедральный, предусмотренный планом работы



В каждом учебном корпусе работают буфет или столовая, позволяющие по минимальным ценам получать 3-х разовое питание в течение всего дня.

СПОРТИВНЫЕ КОМАНДЫ СамГМУ





СПОРТИВНЫЕ КОМАНДЫ СамГУ



Коллектив кафедры физического воспитания и здоровья во главе с её заведующей доцентом Т.П. Шенной.



Администрация СамГУ заботится об оснащении и ремонте спортзалов, а также спортплощадок.

кафедры. Осуществляется под руководством заведующего кафедрой в тесном взаимодействии с кураторами групп.

Третий уровень - групповой, предусмотрен планом коллектива академической группы. Осуществляется под руководством кураторов групп в тесном сотрудничестве со студенческим профкомом.

Четвертый уровень - индивидуальный. Данный уровень предлагает лично-ориентированную воспитательную работу, осуществляемую преподавателями в следующих формах:

- индивидуального консультирования преподавателями студентов по вопросам здорового образа жизни в рамках учебного курса кафедры;

- разработки индивидуализированных программ профессионального становления и развития студента по аспектам здорового образа жизни;

- работа в составе небольших временных инициативных групп по реализации конкретных творческих проектов по основным направлениям здорового образа жизни (научных, педагогических, в сфере искусства);

- индивидуальная исследовательская работа студентов по вопросам здорового образа жизни под руководством преподавателей;

- работа студентов в рамках учебных и производственных практик.



Охрана здоровья студентов - в центре внимания Совета ректоров Самарской области, его председателя, ректора СамГМУ Г.П. Котельникова и секретаря политсовета регионального отделения партии «Единая Россия», ректора СамГУ И.А. Носкова. В его работе участвуют: главный федеральный инспектор по Самарской области С.А. Сычев и министр образования Д.Е. Овчинников.

УПРАВЛЕНИЕ ПРОГРАММОЙ

В систему управления Программой формирования навыков здорового образа жизни входят структуры, обеспечивающие её направления, организацию и содержание.

Ученый совет вуза определяет концепцию и программу развития навыков здорового образа жизни, направленность ценностных основ их реализации, методы и формы взаимодействия преподавателей и студентов, поддержку и развитие инициатив, новаторских идей в области здорового образа жизни.

Координационный совет вуза (кураторов) по вопросам здорового образа жизни разрабатывает основные направления деятельности, координирует работу вузовских, факультетских и кафедральных структур по проблемам здорового образа жизни, содействует созданию новых организационных форм и методов работы, созданию общественных объединений, контролирует распределение средств финансово-материального фонда с целью поощрения отличившихся коллективов, студентов и руководителей научно-творческих объединений. Важной функцией Совета является обобщение опыта реализации Программы в вузе, разработка рекомендаций по внедрению ее элементов в учебно-воспитательный процесс, совершенствование системы обучения.

Ученый совет факультета. Управление деятельностью по формирования навыков здорового образа жизни на факультете осуществляется деканом факультета. На заседаниях совета факультета анализируется и корректируется работа по реализации Программы, сотрудниками кафедр по специфике преподаваемых дисциплин с учетом современных представлений о здоровом образе жизни.

Кафедральные комиссии по внедрению навыков здорового образа жизни. Деятельность по реализации Программы на кафедрах осуществляется заведующим кафедрой и заведующим учебной частью кафедры.

Совет студенческого самоуправления вуза принимает участие и орга-



«Клиники СамГМУ являются медицинским центром европейского уровня!» - такую оценку дал профессор Л.М. Рошаль, председатель комиссии по вопросам здравоохранения Общественной палаты России. В них есть все возможности поправить своё здоровье.

низует студенческие мероприятия по реализации Программы. Функцией Совета является создание благоприятных условий для реализации потенциала всего студенческого коллектива вуза в мотивации принципов здорового образа жизни.

ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В целях успешной реализации Программы необходимо руководствоваться следующими принципами:

1. Приоритет профилактических и оздоровительных мер в системе здравоохранения.
2. Доступность для студентов и сотрудников оздоровительных мероприятий вне зависимости от уровня их доходов и места жительства.
3. Своевременное реагирование на тенденции в состоянии здоровья.
4. Непрерывность оздоровительных мероприятий в течение обучения и трудовой деятельности.
5. Формирование у студентов ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих.

КООРДИНАЦИЯ ПРОГРАММЫ И ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ЕЁ РЕАЛИЗАЦИИ

Координацию реализации Программы предлагается осуществлять на заседаниях Ректората, в рамках работы Координационного совета при Ректоре СамГМУ, Ученых советах факультетов, межкафедральных конференциях, в университетской печати. Оценку эффективности мероприятий проводить ежегодно.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для профилактики ведущих неинфекционных заболеваний наибольшее значение имеют управляемые факторы риска, связанные с образом жизни, составляющие более 50% - нерациональное питание, недостаточная физическая активность, избыточная масса тела, дисст-



Проблема здорового питания - тема докладов совместного заседания СНК кафедр медицинской биологии и общей гигиены. Руководители кружков - профессора Л.Н. Самыкина и И.И. Березин.

ное поведение. Вклад этих факторов в общую смертность населения колеблется от 9 до 35 процентов. Большинство факторов риска являются универсальными для развития ведущих форм неинфекционных заболеваний. Именно на уменьшение роли этих неблагоприятных для здоровья факторов образа жизни должно быть направлено большинство мероприятий Программы.

Для подготовки здоровых и высококвалифицированных врачей, провизоров и медицинских менеджеров, умеющих применять и пропагандировать принципы здорового образа жизни, предполагается:

1. Изменить и утвердить учебные планы с включением в них вопросов сохранения и укрепления здоровья на всех факультетах Самарского государственного медицинского университета.

2. Включить в рабочие программы обучения на кафедрах не только теоретические аспекты профилактики, но и реальные практические навыки здорового образа жизни, необходимые для ежедневной работы специалистов-медиков с целью предупреждения заболеваний.

3. Совершенствовать систему непрерывного профессионального развития, тренировок и обновления навыков здорового образа жизни.

4. Разработать элективные курсы по всем направлениям здорового образа жизни.

5. Включить реализацию принципов здорового образа жизни в производственную практику студентов всех факультетов (лекции, беседы по актуальным проблемам образа жизни).

6. Поставить задачи по реализации принципов здорового образа жизни перед заведующими кафедрами на советах факультетов.

7. Создать методические пособия, содержащие научно-обоснованные положения об основах здорового образа жизни.

8. Проводить образовательные курсы по научно-обоснованной профилактике для сотрудников.

9. Создать студенческие спортивные команды общежитий по наиболее популярным в нашей стране видам спорта (футбол, баскетбол, волейбол, плавание, лыжи, настольный теннис).



Учебно-научный комплекс Biopac Student Lab на кафедре нормальной физиологии позволяет студентам исследовать отрицательное воздействие на организм вредных привычек.

10. Проводить Чемпионаты Университета среди студентов и сотрудников по различным видам спорта (футбол, баскетбол, волейбол, плавание, лыжи, настольный теннис и другим).

11. Участвовать в городских, областных, Российских и международных студенческих спортивных соревнованиях.

12. Активизировать работу газеты «Медик» по информированию студентов и сотрудников о современных проблемах здорового образа жизни и возможностях их решения.

13. Деканам факультетов оптимизировать расписание занятий студентов для уменьшения количества и расстояния переездов между корпусами Университета.

14. Ужесточить контроль за соблюдением приказа ректора СамГМУ «О запрещении курения на территории Самарского государственного медицинского университета» № 238 у/126 от 10.09.2009 г.

15. Рассмотреть вопрос о возможности сжигания биоритмов сотрудников и студентов – отсутствием перехода часов расписания занятий на зимнее время.

16. Рассмотреть вопрос об изменении графика работы центра питания Медик на территории студенческого городка СамГМУ с учетом потребностей проживающих в общежитиях.

17. Заведующим кафедрами разработать мероприятия по наиболее близким к предмету преподавания направлениям здорового образа жизни. Например, по типу предложений кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии:

- Чтение лекций о табакокурении как болезни зависимости от психоактивных веществ.

- Проведение студенческих диспутов и круглых столов на тему профилактики и лечения табакокурения.

- Организация на базе общежитий СамГМУ «Школы борьбы с курением» с привлечением студентов-волонтеров.

18. Проводить мониторинг состояния здоровья студентов и сотрудников Университета.



Вопросы охраны окружающей среды и защита здоровья человека - темы международных и региональных научных конференций с участием преподавателей и студентов нашего вуза.

СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация мероприятий Программы на период до 2013 года будет осуществляться в три этапа.

1 этап - 2009 – 2011 гг. - организационно-управленческий этап - формирование соответствующей организационной базы:

- создание проекта «Программы формирования навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваемости студентов и сотрудников СамГМУ, обсуждение данного проекта и утверждение Программы на Ученом совете;

- разработка Программы развития системы СамГМУ, включающей в себя: содержание, основные направления, источники финансирования работы;

- организация работы Координационного совета по вопросам здорового образа жизни;

- создание информационно-аналитической базы Программы;

- формирование и становление системы организации профилактической работы в студенческих общежитиях (организация взаимодействия студенческих органов самоуправления и деканов-кураторов).

- создание системы оздоровительно-физкультурной работы, приобщения большего числа студентов и сотрудников университета к физической культуре;

- дополнение должностной инструкции преподавателей в части проведения работы по реализации знаний и навыков здорового образа жизни.

2 этап - 2011 - 2012 годы - реализация основных мероприятий Программы.

На втором этапе будет продолжено осуществление улучшения уровня здоровья студентов и сотрудников за счет управления риском воздействия факторов образа жизни. Основной акцент будет сделан на создание мотивации у студентов и сотрудников к здоровому образу жизни и повышению доступности оздоровительных мероприятий.

- реализация целевых программ обеспечения здорового образа жизни и экологического воспитания;



- обновление и разработка нормативных и рекомендательных документов по здоровому образу жизни в университете, на факультете, на кафедрах всех профилей (клинических, гуманитарных, естественнонаучных, выпускающих), в студенческих общежитиях;

- создание научно-методического центра стратегии развития реализации принципов здорового образа жизни в СамГМУ (разработка и реализация комплексной программы научных исследований, проектных и научно-методических работ по развитию системы воспитания СамГМУ во взаимодействии с министерством здравоохранения и социального развития Самарской области);

- разработка методики мониторинга состояния здоровья студентов и сотрудников СамГМУ.

3 этап - 2012 - 2013 годы - оценка эффективности, корректировка и реализация мероприятий Программы. По итогам реализации второго этапа предполагается на третьем этапе на основе оценки влияния элементов Программы на показатели здоровья студентов и сотрудников, а также их мотивацию к здоровому образу жизни скорректировать акценты внедрения ее составляющих.

- создать оптимальные условия для физического воспитания и оздоровления студентов, реализации принципов здорового образа жизни, профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения;

- осуществлять взаимодействие администрации СамГМУ с его профсоюзной студенческой организацией, органами студенческого самоуправления в студенческих общежитиях и академических группах;

- создавать условия для включения студентов в реализацию принципов здорового образа жизни при общественно-профессиональной деятельности, как в настоящее время, так и при последующем трудоустройстве в системе здравоохранения.



Формирование здорового образа жизни начинается с уборки. Трудовой семестр в парке студгородка. Студенты голосуют за чистоту и здоровый образ жизни! На встрече студактива общежитий с ректором Г.П. Котельниковым.

ПЕРЕЧЕНЬ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ НА 2009-2011 ГОДЫ

1. Матчевая встреча между преподавателями и студентами по волейболу (декабрь; ответственная – Синельникова А.И.).
2. Настольный теннис «Золотая ракетка» (декабрь; ответственный – Тябин Ю.М.).
3. Первенство университета по пауэрлифтингу (декабрь; ответственные – Тябин Ю.М., Еникеев Р.Ш.).
4. Спартакиада «Здоровье» среди преподавателей и сотрудников университета: баскетбол, волейбол, настольный теннис, шахматы, дартс (январь; ответственные – Шеина Т.П., Серганов С.Н.).
5. Первенство факультетов: баскетбол, волейбол, футбол (апрель; ответственные – Лодейщиков В.В., Синельникова А.И., Дуболазов Н.А., Комаров И.С.).
6. Организация спортивно-массовой работы и работы спортивных команд в общежитиях: общежитие №2, общежитие №3, общежитие №4, общежитие №5 (в течение года; ответственные – Комаров И.С., Зотанина Т.В., Соколова О.Б., Ивановский Р.Г.).
7. Организация учебно-тренировочных занятий по видам спорта: баскетбол (муж., жен.), волейбол (муж., жен.), настольный теннис, фитнес, бокс, каратэ, футбол, плавание, пауэрлифтинг, тяжелая атлетика, бодибилдинг, атлетическая гимнастика (в течение года; ответственные – Лодейщиков В.В., Синельникова А.И., Тябин Ю.М., Еникеев Р.Ш., Зотанина Т.В., Робинович В.И., Тимбаков Э., Дуболазов Н.А., Комаров И.С., Ивановский Р.Г.).
8. Подготовка сборных команд университета на областную спартакиаду вузов: баскетбол: мужская и женская команды (февраль–май; ответственный – Лодейщиков В.В.), волейбол: мужская и женская команды (февраль–май; ответственная – Синельникова А.И.), настольный теннис (март–апрель; ответственные – Тябин Ю.М., Еникеев Р.Ш.), фитнес: классика, степ, фанк (февраль–май; ответственная – Зотанина Т.В.), бокс (март–апрель; ответственный – Робинович В.И.), футбол (апрель–май; ответственные – Дуболазов Н.А., Комаров И.С.), плавание (март–ап-



Бытовые условия и спортивные комнаты в общежитиях - постоянная забота ректора, администрации вуза и здесь нет мелочей.

рель; ответственный – Ивановский Р.Г.), тяжелая атлетика (март-апрель; ответственный – Тябин Ю.М.), пауэрлифтинг (март-апрель; ответственный – Тябин Ю.М.)

9. Участие в районных соревнованиях по видам спорта (по графику проведения; ответственный – Тябин Ю.М.).

10. Областная спартакиада вузов по видам спорта (по графику проведения; ответственный – Тябин Ю.М.).

11. «Кубок университета» по настольному теннису (май; ответственные – Тябин Ю.М., Еникеев Р.Ш.).

12. Матч, посвященный первому капитану сборной команды СамГМУ по футболу, академику А.Ф. Краснову (май; ответственные – Шеина Т.П., Розумный Д.).

13. Первенство общежитий по минифутболу (сентябрь; ответственные – Шеина Т.П., Тябин Ю.М.).

14. Матчевая встреча студентов и сотрудников по минифутболу (октябрь; ответственные – Шеина Т.П., Тябин Ю.М.).

15. Первенство общежитий: баскетбол, волейбол (ноябрь, декабрь; ответственные – Лодейщиков В.В., Синельникова А.И.).

16. Матчевая встреча между преподавателями и студентами по баскетболу (ноябрь; ответственный – Лодейщиков В.В.).

ПЕРЕЧЕНЬ ОБЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ НА 2009-2011 ГОДЫ

1. Освещение актуальных тем оздоровления организма, здорового образа жизни в процессе учебных занятий (постоянно – декан, профессор И.И.Лосев, ответственный за воспитательную работу на факультете, кураторы, преподаватели кафедр, лечебный факультет).

2. Проведение кураторских бесед по темам: «О вреде курения», «Профилактика наркомании среди студентов», «Алкоголизм в студенческой среде», «Профилактика ВИЧ-инфекции» и др. (постоянно – ответственный за воспитательную работу на факультете, кураторы, лечебный факультет).



В выходные дни профком студентов организует спортивно-развлекательные поездки в живописные уголки природы. Покорители Царёва кургана.

3. Освещение актуальных тем здорового образа жизни в периодической газете «Медик» (постоянно – декан, профессор И.И. Лосев, кураторы, преподаватели кафедр, лечебный факультет).

4. Принять участие в научно-практической конференции совместно с МЗ и СР Самарской области по здоровому образу жизни (февраль 2010 г. – кафедры госпитальной педиатрии, детской хирургии, детских инфекций, педиатрический факультет).

5. Прочитать цикл лекций, посвященных здоровому образу жизни, о вреде табакокурения, алкоголизма, о рациональном, сбалансированном питании в общежитии №2 и курируемых образовательных учреждениях г.Самара (февраль 2010 г. – кафедра психиатрии, кафедра общей гигиены, педиатрический факультет).

6. Диспут со студентами педиатрического и стоматологического факультетов на тему «Вакцинопрофилактика у детей и взрослых. За и против» (апрель 2010 г. – деканы педиатрического и стоматологического факультетов, педиатрический факультет).

7. Работа, посвященная оценке состояния здоровья школьников, санитарно-гигиенических условий и питания в школах г. Самара: 132, 131, 81, 11 гимназия (в течение 2010-2011 годов – кафедры госпитальной педиатрии и общей гигиены, педиатрический и медико-профилактический факультеты).

8. Проведение диспута со студентами 4 курса в общежитиях №2 «О вреде курения» (март 2010 г. – декан стоматологического факультета, доцент Потапов В.П., стоматологический факультет).

9. Товарищеский матч между командами преподавателей и студентов по футболу (май 2010 г. – доцент, к.м.н. А.В. Пономарев, ассистент, к.м.н. А.Е. Морозов, декан стоматологического факультета, доцент В.П. Потапов, стоматологический факультет).

10. Выезд в Жигулевский заповедник (июнь 2010 г. – асс. Аравин К.Б., асс. Кузнецов М.В., стоматологический факультет).

11. Товарищеский матч между командами преподавателей и студентов по волейболу (март 2010 г. – доцент Ю.В. Петров, ассистент Г.Н. Беланов, стоматологический факультет).



В дни каникул наши студенты, благодаря поддержке администрации вуза, укрепляют своё здоровье в профилакториях Сочи, турбазах Самарской области и Башкирии.

12. Турнир по настольному теннису с участием студентов ФСП (апрель 2010 года – декан, профессор А.В.Жестков, зам. декана, доцент А.В.Пономарев, факультет сверхпланового приема).

13. Лекция «Наркомания, ВИЧ-инфекция – актуальные проблемы 21-го века» (февраль 2010 года – декан, профессор А.В.Жестков, факультет сверхпланового приема).

14. Проведение конференции по принципам здорового образа жизни (март 2010 года – декан, профессор И.И.Березин, заведующая кафедрой общественного здоровья и здравоохранения, профессор А.Г.-Сапрыкина, медико-профилактический факультет).

15. Выезд в Жигулевский заповедник со студентами медико-профилактического факультета (май 2010 года – декан, профессор И.И.Березин, доцент Б.Г.Перевозчиков, медико-профилактический факультет).

16. Проведение турнира по настольному теннису на медико-профилактическом факультете (февраль 2010 года – зав. кафедрой физического воспитания и здоровья, доцент Т.П.Шейна, декан, профессор И.И.Березин, медико-профилактический факультет).

17. Определение уровня психо-эмоционального напряжения у студентов (октябрь 2011 года – кураторы групп, психолог, зав. учебной частью кафедры сестринского дела, институт сестринского образования).

18. Семинар с презентацией «Мы не курим!» в международный День отказа от курения (ноябрь 2011 года – кураторы групп, преподаватели кафедры, институт сестринского образования).

19. Семинар о здоровом образе жизни с посещением спортивного комплекса (декабрь 2010 года – кураторы групп, институт сестринского образования).

20. Семинар по профилактике ВИЧ и СПИД, гепатитов А, В, С (февраль 2010 года – кураторы групп, преподаватели кафедры, институт сестринского образования).

21. Семинар о здоровой пище. Конкурс «Лучший кулинар» (март 2010 года – кураторы групп, преподаватели кафедры сестринского дела, институт сестринского образования).



Здоровье и красота всегда идут рядом. Конкурс «Мисс-СамГМУ - 09».

22. Всемирный день здоровья (апрель 2010 года – кураторы групп, преподаватели кафедры сестринского дела, институт сестринского образования).

23. Прогулка по Волге на теплоходе (май 2010 года – преподаватели кафедры сестринского дела, институт сестринского образования).

24. Участие студентов в спортивно-массовых мероприятиях (постоянно – зав. кафедрой физического воспитания и здоровья, доцент Т.П.Шейна, декан Д.О.Горбачев, факультет иностранных студентов).

25. Разъяснение Правил внутреннего распорядка СамГМУ, Правил проживания в общежитии, Приказа ректора «СамГМУ – зона вне курения» (постоянно – декан Б.Л.Перель, кураторы, старосты курсов, факультет экономики и управления здравоохранением).

26. Доведение до студентов информации газеты «Медик» по вопросам пропаганды здорового образа жизни (постоянно – декан Б.Л.Перель, кураторы, факультет экономики и управления здравоохранением).

27. Проведение бесед «О вреде курения», «Профилактика наркомании», «профилактика СПИДа», «Алкоголизм в студенческой среде» (постоянно – преподаватели кафедр, кураторы, факультет экономики и управления здравоохранением).

28. Проведение социологических опросов, анкетирования для диагностики и коррекции образа жизни (2010-2011 годы – декан Б.Л.Перель, кафедра педагогики, факультет экономики и управления здравоохранением—.

КОНТРОЛЬ ЗА РЕАЛИЗАЦИЕЙ ПРОГРАММЫ

Оперативный и периодический контроль осуществляется Координационным советом, руководителями структурных подразделений СамГМУ, лабораторией социально-прикладных исследований.

Объектом контроля является процесс реализации Программы в учебно-воспитательной системе СамГМУ.

Предметом контроля является деятельность лиц, ответственных за



Пристрастие к вредным привычкам иронично обыгрывают участники КВНа.

организацию Программы на всех уровнях управления СамГМУ, а также лиц и структурных подразделений, ответственных за создание организационных, методических, кадровых и финансово-экономических условий ее реализации.

КРИТЕРИИ И ПОКАЗАТЕЛИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Критерий: сформированность потенциала выпускника университета для применения принципов здорового образа жизни в практической деятельности. (Показатели: профилактическая направленность деятельности выпускника, сформированность основных ценностных отношений личности).

2. Критерий: сформированность познавательного потенциала в области профилактической медицины. (Показатели: освоение образовательных программ, развитость мышления, познавательная активность).

3. Критерий: сформированность физического потенциала. (Показатели: состояние здоровья, развитие физических качеств).

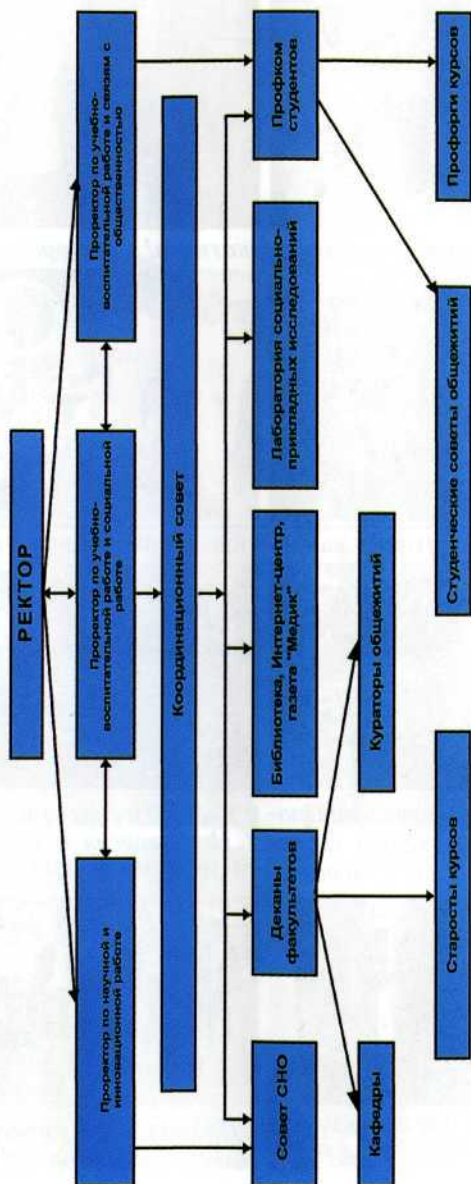
Ведущими критериями эффективности реализации Программы будут снижение распространенности управляемых факторов риска и повышение уровня здоровья студентов и сотрудников СамГМУ, а также развитие потенциала реализации навыков здорового образа жизни при осуществлении первичной профилактики в практической медицинской деятельности будущих выпускников.



Перед матчем в честь первого капитана футбольной команды медицинского вуза - почётного ректора СамГМУ академика А.Ф. Краснова он, по традиции, делает первый удар по мячу.

ПРИЛОЖЕНИЕ.

Схема управления Программой формирования навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваемости студентов и сотрудников самарского государственного медицинского университета на 2010-2013 годы.



В медицинском университете царит здоровье, красота и любовь к наукам!



Студенты - против курения, наркотиков! За здоровое будущее!



В спорте и воспитании важно увлечь собственным примером



Начальник учебного управления доцент В.А. Кудрова и учёный секретарь вуза профессор Г.Н. Суворова.

Учёный секретарь вуза профессор Г.Н. Суворова и начальник правового управления доцент Е.Р. Ильина.



Первый проректор - проректор по научной и инновационной работе профессор Н.Н. Крюков.

Проректор по учебно-воспитательной работе профессор Ю.В. Щукин.

Мы хотим всем рекордам наши славные дать имена!

