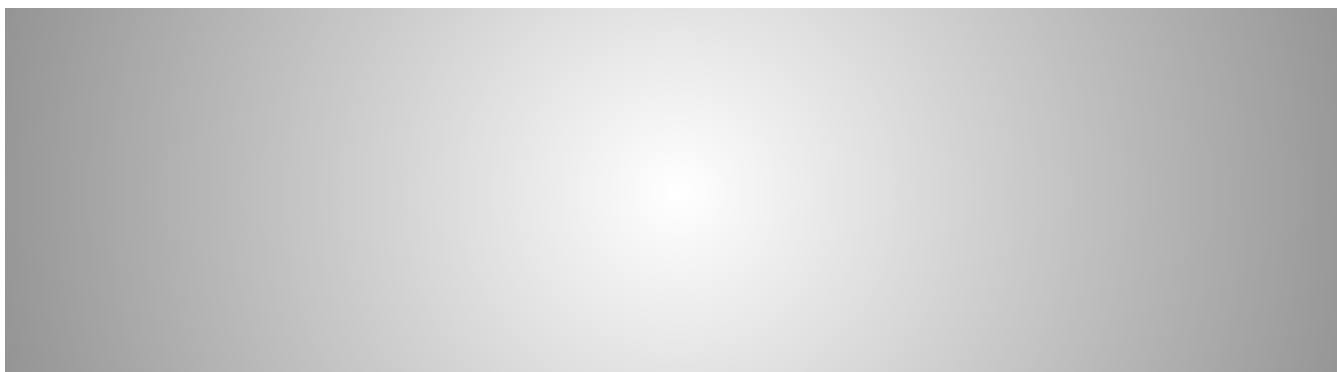


# Центры здоровья



# Здоровый образ жизни

- Это способ жизнедеятельности, направленный на предотвращение заболеваний, сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

# формирования здорового образа ЖИЗНИ

- Создание, развитие, усиление, активизация ПОЗИТИВНЫХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ УСЛОВИЙ, факторов, обстоятельств, по существу это **формирование потенциала общественного здоровья** или то, что за рубежом называется Health promotion.

# Элементы здорового образа жизни

1. **Высокая трудовая активность и удовлетворенность трудом.**
2. **Физический и душевный комфорт, гармоничное развитие физических и интеллектуальных способностей**
3. **Активная жизненная позиция, социальная активность, высокий культурный уровень**
4. **Экологическая активность и экологическая грамотность поведения**
5. **Высокая физическая активность**
6. **Рациональное сбалансированное питание.**
7. **Хороший микроклимат в семье и устроенность быта**
8. **Высокая медицинская активность**
9. **Гигиена половой жизни**

# Здоровый образ жизни



# Центры здоровья

- – это та структура, которая на деле занимается формированием здорового образа жизни населения. Она не может решить все задачи, но часть задач и очень важных, она взяла на себя, стала звеном,

которое совместно с другими ведомствами помогает людям быть здоровыми.

**Центр здоровья  
Центр медицинской профилактики**



**В Российской Федерации создано 502 центра здоровья**

# Функции центра здоровья

- информирование населения о вредных и опасных для здоровья человека факторах;
- оценка функциональных и адаптивных резервов организма, прогноз состояния здоровья;
- формирование у граждан ответственного отношения к своему здоровью и здоровью своих близких;
- формирование у населения принципов «ответственного родительства»;
- обучение граждан, в том числе детей, гигиеническим навыкам и мотивирование их к отказу от вредных привычек, включающих помощь в отказе от потребления алкоголя и табака;
- обучение граждан эффективным методам профилактики заболеваний;
- консультирование по сохранению и укреплению здоровья, включая рекомендации по коррекции питания, двигательной активности, занятиям физкультурой и спортом, режиму сна, условиям быта, труда (учебы) и отдыха;
- разработка индивидуальных рекомендаций сохранения здоровья;
- организация в зоне своей ответственности, в том числе в сельской местности, мероприятий по формированию здорового образа жизни;
- мониторинг показателей в области профилактики неинфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни.



# Структура центра здоровья

- кабинеты врачей, прошедших тематическое усовершенствование по формированию здорового образа жизни и медицинской профилактике;
- кабинет медицинской профилактики;
- кабинет тестирования на аппаратно-программном комплексе;
- кабинеты инструментального и лабораторного обследования;
- кабинет (зал) лечебной физкультуры;
- школы здоровья.

# Формирование здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака

## Организация деятельности центров здоровья

- Приказ Минздравсоцразвития России от 10.06.2009г № 302н «О мерах по реализации постановления Правительства Российской Федерации от 18 мая 2009 г. № 413»
- Приказ Минздравсоцразвития России от 19.08.2009 г. № 597н «Об организации деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака»



Оснащение центров осуществляется в соответствии с перечнем оборудования приобретаемого для государственных и муниципальных учреждений, утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 10.06.2009 № 302н

# Формирование учетной документации

На каждого гражданина, обратившегося в Центр здоровья, заполняется:

1. Учетная форма «Карта Центра здоровья», №025-ЦЗ/у (утверждена **приказом** Минздравсоцразвития России от **19.08.2009** г. № **597н**, зарегистрирован в Минюсте России 25.09.2009 № 14871)
2. Учетная форма № 025-12/у «Талон амбулаторного пациента» (утверждена **приказом** Минздравсоцразвития России от 22 ноября 2004 г. № **255** (зарегистрирован в Минюсте России 14 декабря 2004 г. № 6188))
  - в графе «код услуги»
    - Код комплексного обследования
    - Код посещения врача
    - Коды отдельных исследований
3. Учетная форма №002-ЦЗ/у – «Карта здорового образа жизни»

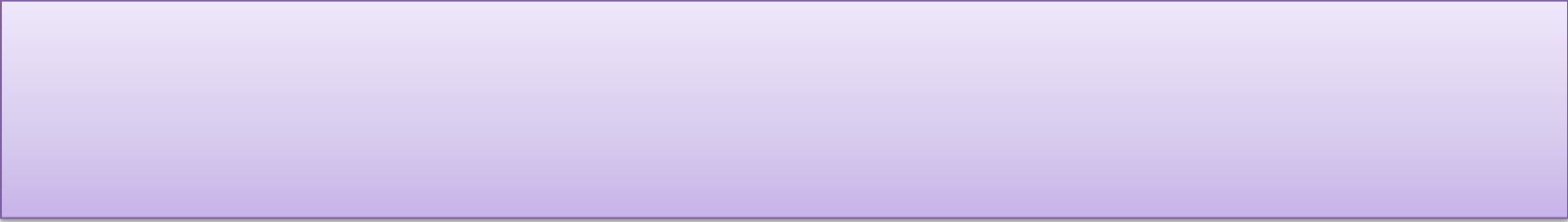
На основании «Талона амбулаторного пациента» формируется реестр счетов для оплаты по программе ОМС

# Формирование учетной документации

- По истечении отчетного периода (месяца, года) центром здоровья составляется отчетная **форма № 68 «Сведения о деятельности центра здоровья»** (месячная, годовая), которая представляется 10-го числа следующего за отчетным месяцем в орган управления здравоохранением субъекта Российской Федерации.
- Орган управления здравоохранением субъекта Российской Федерации представляет в Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации сводную форму по всем центрам здоровья 20-го числа месяца, следующего за отчетным.

# Потоки обращающихся в Центры здоровья

- 1) Впервые самостоятельно обратившиеся граждане для проведения
- 2) Направленные врачами амбулаторно-поликлинического учреждения комплексного обследования  
Направленные после дополнительной диспансеризации (I – II группы состояния здоровья)
- 3) Дети 15-17 лет и дети, у которых решение о посещении центра здоровья принято родителями (или другим законным представителем)
- 4) Направленные работодателем по заключению врача, ответственного за проведение периодических медицинских осмотров и углубленных медицинских осмотров с I и II группами
- 5) ~~Обращившиеся~~ динамического наблюдения в соответствии с рекомендациями врача центра здоровья

- 
- были выработаны рекомендации по оснащению Центров здоровья
  - и разработан алгоритм проведения такого массового обследования населения
  - с пропускной способностью 60–70 человек
  - в день.

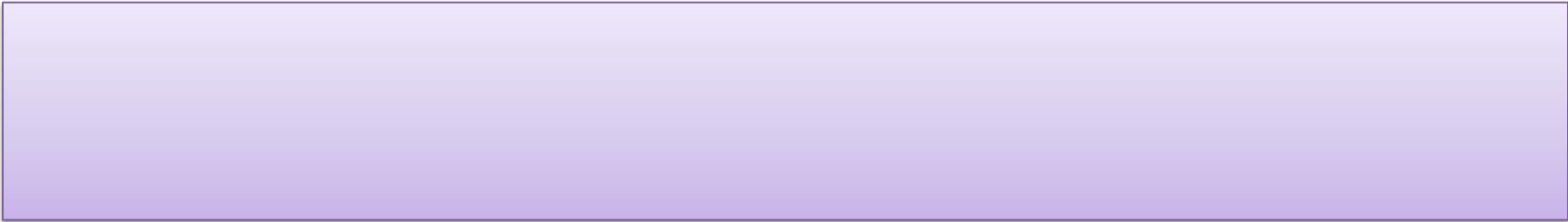
# Комплексное обследование лиц, обратившихся в центр здоровья

- измерение роста и веса;
- тестирование на аппаратно-программном комплексе для скрининг-оценки уровня психофизиологического и соматического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма человека, включая экспресс-исследования на содержание алкоголя и никотина в биологических жидкостях;
- компьютеризированная экспресс-оценка состояния сердца (электрокардиография);
- ангиологическое скрининг-исследование с автоматическим измерением систолического артериального давления;
- расчет плече-лодыжечного индекса;
- экспресс-анализ для определения общего холестерина и глюкозы в крови;
- комплексная детальная оценка функций дыхательной системы (исследование на компьютеризированном спирометре);
- консультация врача.

## Комплексное обследование лиц, обратившихся в центр здоровья

- Композиционный состав тела (процентное соотношение воды, мышечной и жировой ткани) определяют с помощью **биоимпедансметра**
- **Кардиовизор**- оценка функционального состояния сердца
- **Смокилайзер** – содержание диоксида углерода в выдыхаемом воздухе и карбоксигемоглобина
- **Лодыжечно-плечевой индекс** – систолическое давление на лодыжке к систолическому давлению на плече – индикатор инфаркта миокарда и ишемического инсульта
- **Спирометрия** – оценка функции внешнего дыхания



- 
- По результатам обследования составляется **индивидуальная программа формирования здорового образа жизни** с оценкой факторов риска, функциональных и адаптивных резервов организма человека, с учетом его возрастных особенностей и рационального питания.

# Кадровое обеспечение работы центра здоровья

- заведующий Центром здоровья: 1 ставка на 8 врачей;
- врачи - 0,4 ставки на 10 тысяч человек населения;
- средний медицинский персонал - из расчета 0,5 ставки на 1 врача;
- младший медицинский персонал: из расчета 1 ставка на 6 врачей.

# **Кадровое обеспечение работы центра здоровья**

- **Работа центра здоровья осуществляется в 2 смены: с 8:00 до 14:00 и с 14:00 до 20:00 (4 врача в смену).  
Время приема гражданина врачом составляет не менее 40 минут.**

# центры здоровья г. Москва

- 1. Центр здоровья на базе ГУ "Врачебно-физкультурный диспансер № 17" УЗ СВАО Адрес: г. Москва, пр. Мира, 99
- 2. Центр здоровья на базе ГУ "Врачебно-физкультурный диспансер № 27" УЗ ЮАО Адрес: г. Москва, ул. Домодедовская, 11 корп. 2
- 3. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 107
- 4. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 185" УЗ ЮВАО Адрес: г. Москва, Новочеркасский бульв., 48
- 5. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 191" УЗ ВАО
- 6. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 203" УЗ ЮЗАО Адрес: г. Москва, ул. Академика Бакулева, 18 корп.
- - 7. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 218" УЗ СВАО Адрес: г. Москва, пр. Шокальского,
- 8. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 22" УЗ ЮЗАО
- 9. Центр здоровья на базе ГУ "Городская поликлиника № 64" УЗ ВАО Адрес: г. Москва, ул. Малая Семеновская, 13