



# ПОГОВОРИМ О ЗДОРОВЬЕ

**ОБУЗ «Центр по профилактике и борьбе со СПИД и  
инфекционными заболеваниями»**

**г.Иваново  
ноябрь 2016г.**

# Факторы здоровья (по определению Всемирной Организации Здравоохранения)

- Система здравоохранения - ?
- Генетика - ?
- Окружающая среда - ?
- Образ жизни - ?

# Факторы здоровья

- Система здравоохранения - 8-12%
- Генетика - 10-15%
- Окружающая среда - 10-15%
- Образ жизни - 55-60%

# Основные факторы, определяющие здоровый образ жизни:

- отсутствие вредных привычек (злоупотребление алкоголем и табакокурение);
- полноценное и сбалансированное питание;
- физическая активность;
- регулярное прохождение медицинских осмотров;
- культура обучения гигиеническим навыкам;
- соблюдение режима труда и отдыха;
- состояние окружающей среды.



# Основные причины смертности

**Алкоголь**

11,9%  
смертности

**Табак**

17,1%  
смертности

Несбалансиро-  
ванное питание

12,9%  
смертности

**Избыточное  
питание**

11,9%  
смертности



# Общая заболеваемость алкоголизмом в Российской Федерации в 2008 году (на 100 тыс. населения)

## Более 2500 случаев

1. Ненецкий АО
2. Магаданский край
3. Чукотская область
4. Ивановская область
5. Сахалинская область
6. Новгородская область
7. Камчатский край
8. Республика Карелия
9. Нижегородская область
10. Липецкая область

## До 1000 случаев

1. Свердловская область
2. Кабардино-Балкарская Респ.
3. Г. Москва
4. Республика Бурятия
5. Г. Санкт-Петербург
6. Респ. Северная Осетия
7. Республика Дагестан
8. Чеченская Республика
9. Ингушская Республика

## От 1000 до 2500 случаев



Заболеваемость алкоголизмом в Ивановской области за 2008 год составила 3183,4.



# Потребление слабоалкогольных напитков

Из числа потребителей ежедневно или через день пьют алкогольные напитки (включая пиво):

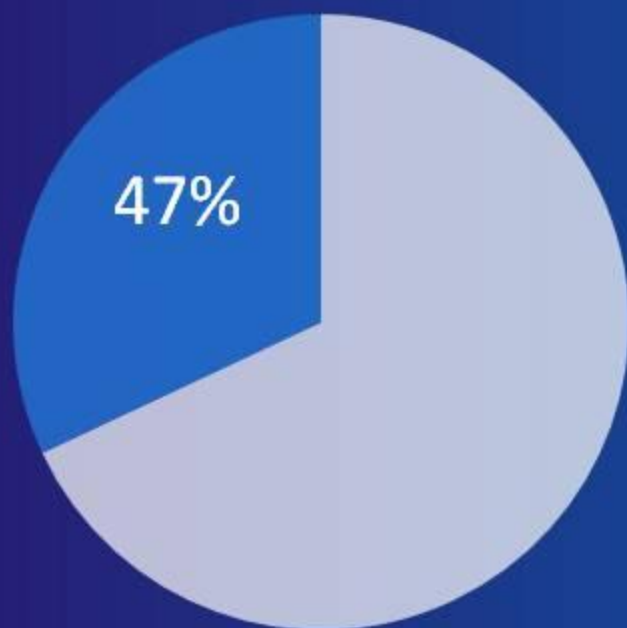
**33%**  
юноши

**20%**  
девушки

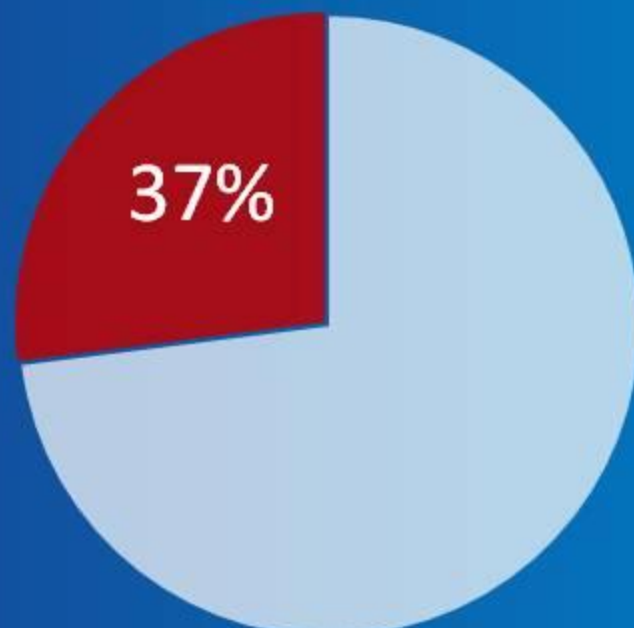


# Распространенность табакокурения

Юноши до 18 лет



Девушки до 18 лет



Курят 47% юношей и 37%  
девушек до 18 лет, т.е.  
каждый третий молодой  
человек входит в группу  
риска по бронхолегочным,  
онкологическим и  
сердечно-сосудистым  
заболеваниям.

## Процент детей с ожирением:

- мальчики - 4,8 %
- девочки – 3,9 %

## Процент подростков с ожирением:

- мальчики - 5,7 %
- девочки – 5,0 %

# Дефицит двигательной активности детей:

- в младших классах - 35-40%
- в старших классах – 75-85%

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Рост числа лиц, приверженных здоровому образу жизни и отказавшихся от вредных привычек.
- Рост количества людей, увеличивших свою физическую активность.
- Увеличение числа жителей области, придерживающихся сбалансированного, здорового питания.





**1** декабря –  
всемирный  
день борьбы со  
СПИДом!





*СПИД*



# СТАТИСТИКА

- В России:

**Официально ВИЧ-инфицированных  
1 062 476 (на 31.10.2016г.)**

**Реально более 2.500.000**

# Число ВИЧ-инфицированных

- **Ивановская обл. ( на 01.11.16) - 8 525**
- Костромская обл. - 2695
- Владимирская обл. - 4996
- Ярославская обл. - 2527
- Вологодская обл. - 2827
- Тверская обл. - 12 213
- Липецкая обл. - 1901

# ВИЧ

## Вирус Иммуно- дефицита Человека

*Вирус, который  
атакует иммунную  
систему человека  
и делает организм  
уязвимым для вирусов  
и бактерий*

Через  
5 – 12  
лет

# СПИД

## Синдром Приобретенного Иммуно- Дефицита

*Состояние, когда  
иммунная система  
человека слишком  
ослаблена и  
не может  
сопротивляться  
различным болезням*

В 1991 году скончалась рок-легенда 70—80-х годов, солист группы «Квинн» Фредди Меркьюри. Полумифический музыкант, при жизни ставший идолом для миллионов поклонников, тихо умер в одной из больниц в пригороде Лондона.



боролся с болезнью до самого последнего часа. «Смысл моей жизни – это жена и дочь, ради них я живу», – сказал он в телефонном разговоре своему другу за два дня до смерти.

такие понятия, как любовь и взаимопонимание».

В 1993 году после тяжелой и мучительной болезни умер великий Рудольф Нуриев. Незадолго перед смертью он смог снова приехать в Россию.



# Регионы-лидеры



# **\*снижение числа лиц в возрасте от 15 до 20 лет**

| <b>Выявлено<br/>вновь (%)</b>            | <b>2014 год</b> | <b>2015год</b> | <b>2016 год</b> |
|------------------------------------------|-----------------|----------------|-----------------|
| <b>Лица в<br/>возрасте<br/>15-20 лет</b> | 1,3             | 1,2            | 0,7             |

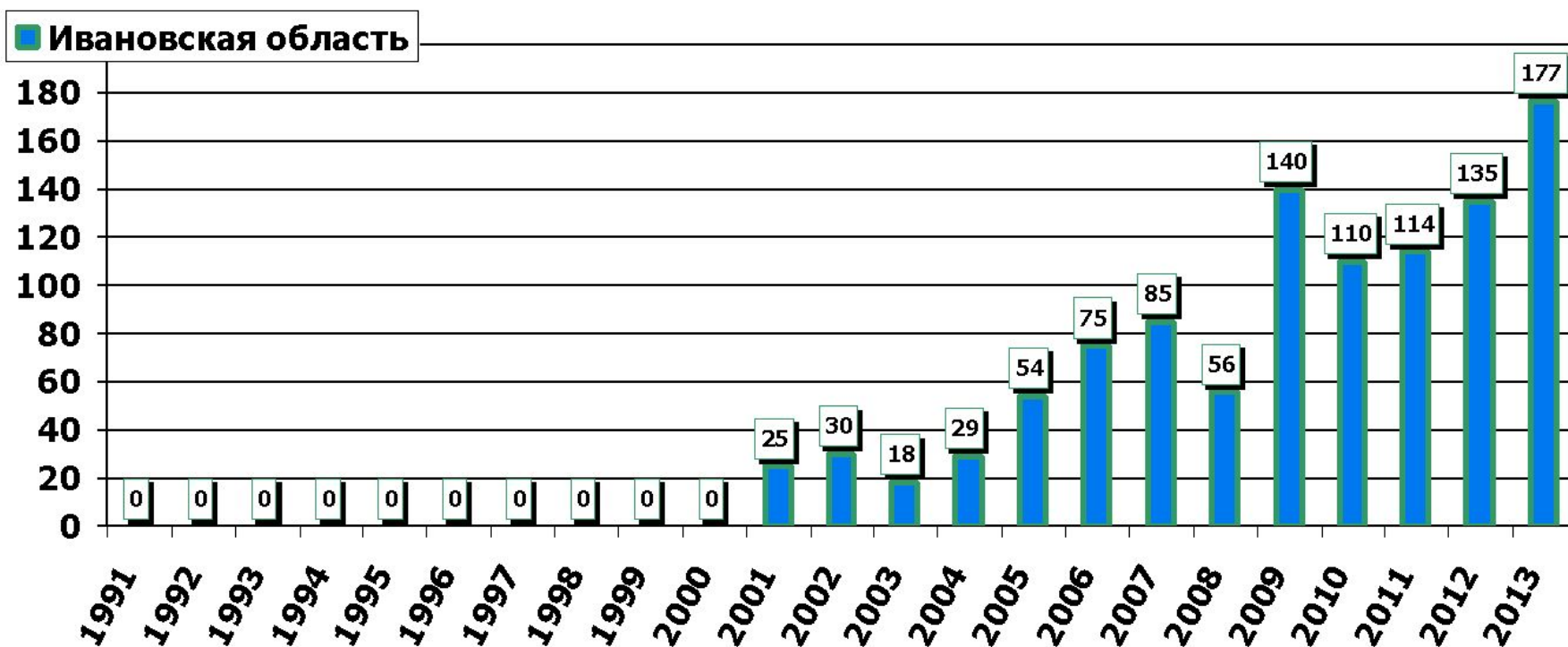
**\* Стабилизация темпов роста числа вновь выявленных ВИЧ-инфицированных среди жителей Ивановской области**

| <b>Выявлено<br/>вновь</b>        | <b>2014 год</b> | <b>2015 год</b> | <b>2016 год</b> |
|----------------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Жителей<br>Ивановской<br>области | 640             | 630             | 577             |



# Число умерших ВИЧ-инфицированных в Ивановской области по годам (абс. число)

Ивановская область



**Как  
Происходит передача инфекции  
от больного человека –  
здоровому.**

# ВИЧ передается:

- Инъекционные наркотики
- Незащищенный секс
- От больной матери к ребёнку
- Через нестерильные инструменты



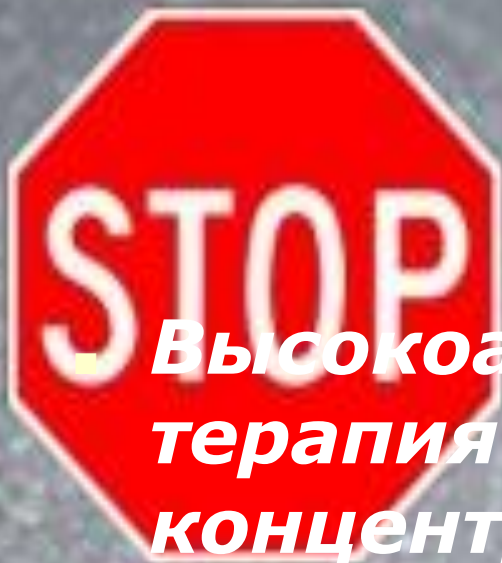
# ВИЧ *не* передается при:

- Объятиях
- Поцелуях
- Рукопожати
- Других случайных телесных контактах
- Использовании общего полотенца, посуды и других аналогичных предметов
- Укусах насекомых
- Кашле
- Чихании
- Совместной работе, учебе, занятиях

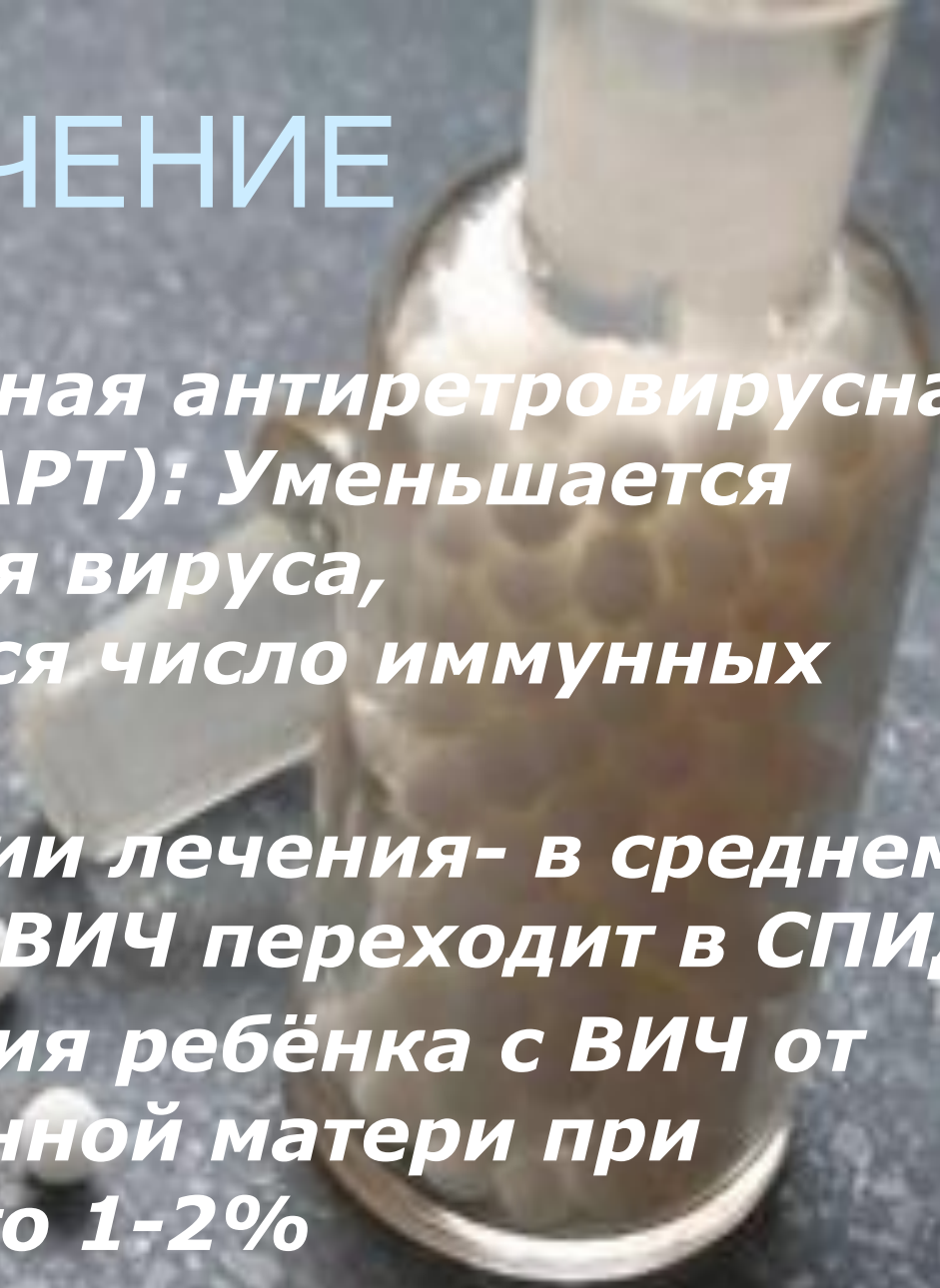
# Как ВИЧ вызывает СПИД?

В своем развитии болезнь  
проходит четыре периода

# ЛЕЧЕНИЕ



- **Высокоактивная антиретровирусная терапия (ВААРТ): Уменьшается концентрация вируса, увеличивается число иммунных клеток.**
- **При отсутствии лечения- в среднем через 10 лет ВИЧ переходит в СПИД**
- **Риск рождения ребёнка с ВИЧ от инфицированной матери при лечении всего 1-2%**



# Правила безопасного поведения

## **Забота о своем здоровье.**

- Вести здоровый образ жизни
- Правильно питаться
- Не курить
- Не употреблять алкоголь, наркотики
- Заниматься спортом
- Хранить верность своему партнеру



ПОЛЕЗНОЕ  
ПИТАНИЕ



ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ  
ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ







**г. Иваново, ул. Станко, д.29 Г,**

**телефон доверия: 30-04-29,**

**30-04-42**

**Сайт** **[ivspeedcentr.ru](http://ivspeedcentr.ru)**

**ДОБРОГО ВАМ  
ЗДОРОВЬЯ!**

