

Иванов А.Г., Жуков С.В., Янина М.В.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА, КАК ВАЖНЫЙ ЭТАП ПРЕОБРАЗОВАНИЯ МИРА

ФГБОУ ВО Тверской государственный медицинский университет Минздрава России

Аннотация: В современном мире показатели здоровья человека снизились. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) всерьез обеспокоена проблемой и принимает все необходимые меры по повышению показателей здоровья населения. В статье рассматриваются действия, предпринимаемые организацией, для создания здоровьесберегающей среды в условиях мирового развития. Проектирование здорового образа жизни человека и создание условий для этого – приоритетная задача для преобразования мира.

Ключевые слова: Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), Европейское региональное бюро (ЕРБ), сеть фактических данных по вопросам здоровья (СФДЗ), социальные детерминанты здоровья, глобальная обсерватория здравоохранения (ГОЗ), мировая статистика здравоохранения, здоровье населения, здоровое питание, нутриенты, физическая активность.

FORMATION OF HEALTH-PRESERVING HUMAN BEHAVIOR, AS AN IMPORTANT STAGE IN THE TRANSFORMATION OF THE WORLD

Ivanov A.G., Jucov S.V., Yanina M.V.

Tver State Medical University

Summary: In the modern world, human health indicators have decreased. The World Health Organization (WHO) is seriously concerned about the problem and is taking the necessary measures to improve the health indicators of the population. The article examines the actions taken by the organization to create a health-preserving environment in the context of world development. Designing a healthy lifestyle for a person and creating conditions for this is a priority task for transforming the world.

Keywords: world health organization, health, health-preserving behavior, health, global health statistics, determinants of health, healthy eating, nutrients, physical activity.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), включающая 194 государств-членов, констатирует снижение индекса здоровья населения развитых стран и, как следствие, снижение качества жизни. Так, ежегодный мониторинг респондентов в вопросе здоровья человека свидетельствует о тенденции к снижению индекса здоровья населения в сравнении с данными статистики тридцатилетней давности. Глобальный план действий ВОЗ в вопросе повышения уровня здоровья людей включает в себя создание пакета документов, направленных на сохранение и укрепление здоровья, при этом политика здравоохранения в отношении именно подрастающего поколения занимает одно из важных аспектов организации. Регулярно проводятся исследования поведения детей школьного возраста и молодежи в отношении здоровья, а также публикуются международные отчеты по результатам этих исследований (этим занимается Европейское региональное бюро (ЕРБ ВОЗ)). Согласно недавно опубликованному докладу Сети фактических данных по вопросам здоровья (СФДЗ) ВОЗ популяционный скрининг факторов риска различных заболеваний не способствует снижению заболеваемости, при этом здоровьесберегающее поведение подрастающего поколения является основой здорового будущего планеты. Первостепенно важными являются социальные детерминанты здоровья, то есть условия, в которых люди рождаются, растут, живут, работают и стареют. Эти обстоятельства формируются на

глобальном, национальном и местном уровнях. Немаловажно, что на формирование здоровья населения влияет проводимая политика страны: общие социально-экономические условия, уровень культуры, окружающая среда. И в меньшей степени влияет система оказания медицинской помощи. Общеизвестно, что физическое здоровье, нравственное здоровье, психическое здоровье – это три «кита», на которых формируется понятие здоровья человека.

На основании докладов ВОЗ по анализу здоровья населения необходимо понимать, что в настоящее время актуальна необходимость в повышении знаний людей различных возрастных групп в вопросах здорового питания и повышения физической активности.

Что же мешает человеку быть практически здоровым? В материалах всероссийской научной конференции с международным участием «Социально-медицинские аспекты экологического состояния Центрального экономического района России» (2007) подробно рассматриваются вопросы о последствиях дисбаланса нутриентов в организме человека. Неправильное питание напрямую ведет к развитию болезней. Сомнительный характер питания, низкая физическая активность, вредные привычки в купе с плохой экологией откладывают отпечаток на здоровье подрастающего поколения и формируют типологические особенности метаболизма уже взрослого человека. Малоподвижный образ жизни укореняется из-за научно-технического прогресса. И это остается глобальным вопросом современного мира. Глобальная обсерватория здравоохранения (ГОЗ) выпускает аналитические доклады о текущей ситуации и тенденциях в отношении приоритетных вопросов здравоохранения. Основным документом ГОЗ является ежегодная публикация «Мировая статистика здравоохранения». В этом документе представлены статистические данные по основным показателям здравоохранения, в котором 194 государства резюмируют о путях достижения целей, связанных со здоровьем.

Все показатели, рекомендованные ВОЗ, важны для отслеживания компонента справедливости в показателях здоровья и отражают эффективность конкретных задач в области здравоохранения в рамках Целей в области устойчивого развития (ЦУР). Данные преподносятся таким образом, чтобы можно было отслеживать прогресс на пути достижения ЦУР, включая показатели состояния здоровья, смертности, это даёт возможность рассчитать ожидаемую продолжительность жизни населения.

ВОЗ регулярно проводит совместные международные исследования. И на основании данных стран-участников мониторинга здоровья обеспокоена снижением уровня здоровья человека и, как следствие, снижением качества жизни.

В 2000 году на Генеральной Ассамблее ООН был принят комплекс Целей развития тысячелетия (ЦРТ) – это план действий ВОЗ по повышению уровня здоровья населения.

ACTIVE (пакет технической документации ВОЗ) - это первое практическое пособие из серии документов, которая подготовлена ВОЗ для поддержки планирования, реализации и оценки хода выполнения глобального плана действий на уровне государств. В пособии определены 4 области, в рамках которых необходимо принять меры практического характера и которые точно соответствуют четырем стратегическим целям глобального плана действий ВОЗ по повышению уровня физической активности на 2018-2030 гг., а именно:

- активное общество;
- активная среда;
- активные люди;
- активные системы.

Общеизвестно, активный образ жизни дает много преимуществ с точки зрения здоровья, социального и экономического развития стран, так как укрепление здоровья повышает качество жизни и уровень благополучия людей.

Пособие ACTIVE наряду с рекомендациями по повышению физической активности населения имеет также материалы по борьбе с употреблением табака, снижению поваренной соли, исключению трансжирных кислот из состава продуктов питания, сокращению употребления алкоголя.

Таким образом, укрепление здоровья является неотъемлемой частью общественного здоровья, а актуальность мер здоровьесберегающего характера очевидна. Забота о здоровье человека должна осуществляться на протяжении всей его жизни и для достижения прогресса в укреплении здоровья населения необходимо иметь общественную поддержку и скоординированное участие всех слоёв общества. Деятельность ВОЗ, ориентированная на решение проблем формирования здоровьесберегающей среды в условиях современного мира, осуществляется и будет продолжена в дальнейшем. Профилактика болезней и укрепление здоровья населения разных социальных групп и возрастов – это главный фактор позитивного преобразования мира.

Список литературы

1. Медико-социальная проблема формирования здорового образа жизни: экспериментальное обоснование /Козлова А.П., Корощенко Г.А., Ломовский И.О., Головин М.С., Гордеева Е.И., Недовесова С.А., Айзман Р.И.// Science for Education Today/2019.
2. Сохранение здоровья личности в условиях современного социума /Шклярчук В.Я., Васекин Ю.И., Девятков М.М. // Вестник Саратовского Государственного Социально-Экономического Университета. 2019. №2 (76).с174-178.
3. ACTIVE пакет технической документации ВОЗ по повышению уровня физической активности //Женева: Всемирная организация здравоохранения; 2019.
4. Мониторинг показателей здоровья в отношении целей устойчивого развития (ЦУР) //Мировая статистика здравоохранения, 2017.
5. Статистические доклады ВОЗ, 2017 // Электронный ресурс [https:// www/ int/gho/ru](https://www.int/gho/ru)
6. Социальные детерминанты здоровья и благополучия подростков: исследование «поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC);// Международный отчет по результатам исследования, 2009-2010гг.
7. Физическая активность и здоровье в Европе: аргументы в пользу действий // Доклад Европейского бюро ВОЗ, 2006г.
8. Глобальная стратегия в области режима питания, физической активности и здоровья // Доклад Секретариата А57/9, 17 апреля 2004г.
9. Социально-медицинские аспекты экологического состояния Центрально-экономического района России // Материалы всероссийской научной конференции с международным участием, 25-26 октября 2007 г.