

Пропаганда здорового образа жизни как фактор духовного и нравственного развития подрастающего поколения – такова тема состоявшегося недавно в Государственной Думе РФ «круглого стола», организованного ее Комитетом по охране здоровья.

Сам себе кузнец

За последние годы принят ряд федеральных законов, направленных на пропаганду здорового образа жизни. Вроде бы немало делается, если послушать отчеты представителей тех или иных ведомств. Однако показатели здоровья ухудшаются. А распространение вредных привычек в подростковой среде показывает, что предпринимаемые действия недостаточно эффективны. Так, ежедневно употребляют алкогольные напитки 33% юношей и 20% девушек. Средний возраст начала курения в России – 11 лет. По данным социологических опросов, около 30% школьников хотя бы один раз в жизни пробовали наркотики. Между тем хорошо известно – 50% заболеваний зависят от образа жизни. Как отметил первый заместитель председателя Комитета Госдумы РФ по охране здоровья **Николай Герасименко**, человек сам кует либо свое здоровье, либо нездоровье. В мире активно развивается медицина четырех «П»: предсказательная, профилактическая, персонализированная, при участии пациентов.

Сейчас и в России основная ставка сделана не на развитие стационаров, увеличение количества коек, закупку оборудования, а на недопущение заболевания.

– Здоровый образ жизни – это целый комплекс вопросов, включающий рациональное питание, занятия физкультурой, условия, предоставляемые государством, мотивация самого ребенка, его родителей и т.д., – отметил **Ильдар Гильмутдинов**, член Комитета Госдумы РФ по образованию. – Поэтому и пропаганда должна быть направлена на разные сегменты ЗОЖ.

Специалисты считают, формирование здорового образа жизни складывается из трех составляющих: информирование человека о принципах ЗОЖ, создание мотивации и условий для реализации этих принципов. Согласно данным Министерства спорта РФ, свыше 50% опрошенных не имеют необходимых знаний, чтобы вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой и спортом самостоятельно. У населения нет устойчивого интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, распространенность гиподинамии среди школьников составляет около 80%, при этом более 30% из них имеют дефицит массы тела, а 30% – избыточный вес.

Основные направления пропаганды здорового образа жизни среди подрастающего поколения определены в Национальной стратегии в интересах детей на 2012-2017 гг. Это: недопущение употребления алкоголя и табачных изделий, здоровое питание, формирование современной модели организации отдыха детей, развитие программы противодействия пропаганде суицида среди молодежи в интернет-среде.

Заместитель начальника Управления санитарного надзора Роспотребнадзора **Геннадий Иванов** остановился на их реализации, напомнив, что введены дополнительные ограничения по местам и времени продажи алкогольных напитков и возрасту покупателя. Пиво с

Акценты

Изменить парадигму мышления

Не следует бояться этих слов, когда надо обучать здоровому образу жизни



1 июля относится к алкогольной продукции. Внесены изменения в Кодекс РФ об административных правонарушениях, Уголовный кодекс РФ, где установлена ответственность за продажу несовершеннолетнему алкогольной продукции. В то же время со стороны Роспотребнадзора есть трудности по контролю за данными статьями, потому что, во-первых, не существует понятия «контрольная закупка», во-вторых, нельзя привлекать несовершеннолетних к покупке алкогольной продукции, и в-третьих, законодательство предусматривает при осуществлении государственного контроля извещение юридических лиц и предпринимателей о начале проверки, что значительно снижает ее эффективность, поскольку момент внезапности как таковой отсутствует.

Молодежь продолжает открыто распивать пиво в общественных местах. Низкие размеры штрафов от 100 до 300 руб. мало кого останавливают.

Наблюдается рост потребления тонизирующих напитков, которые подаются под маркой прохладительных, что не совсем так, потому что кофеин влияет на обмен веществ и в сочетании с алкоголем приводит к быстрому привыканию к спиртному.

– Считаем, что нужно поддержать разработанный проект технического регламента Таможенного союза о безопасности алкогольной продукции, содержащий запрет на производство пластиковой упаковки для реализации алкогольных напитков, так как пластиковая упаковка снижает стоимость алкогольной продукции, что делает ее более доступной для молодежи, – сказал Г.Иванов.

Следует заменить надпись «Чрезмерное употребление алкогольной продукции вредит вашему здоровью», так как она противоречит принципам ВОЗ (меры употребления алкогольной продукции нет, лучше ее вообще не употреблять) на надпись «Алкоголь вредит вашему здоровью», чтобы все понимали, что это вред.

На Роспотребнадзор возложена функция по отслеживанию интернет-сайтов, которые распространяют информацию о способах совершения самоубийств и призывов к самоубийствам, результаты нескольких дней работы показали, что

эта информация больше всего распространяется в социальных сетях. Из того количества сайтов, что специалисты успели осмотреть, почти половина подлежит запрету.

А что на телевидении и радио?

По мнению представителя Калужской области **Татьяны Артёмовой**, сейчас зачастую людей воспитывают не люди, а информационное пространство, поэтому хоть «пропаганда» и хорошее слово, но, видимо, лучше говорить об информационной политике.

Многие участники «круглого стола» высказывали предложения о том, что нужно увеличить долю социальной рекламы на телевидении, радио, в СМИ, переклестить молодежь на занятия физической культурой, предоставив возможность заниматься в кружках по интересам, которые должны быть доступными.

О физической культуре говорил, например, Вячеслав Собченко, олимпийский чемпион по водному поло. Несколько десятилетий назад школа была центром физического воспитания, в ее спортзал можно было попасть в любое время. А сейчас туда не пройдешь.

Спортивных сооружений строится много, но занятия там платные, что недоступно малообеспеченным семьям.

Нужно постараться отвлечь детей от улицы, предоставив возможность заниматься физической культурой. По его мнению, пропаганда должна быть направлена прежде всего на родителей.

– В наше время спорт был культом, все им занимались, но это был не спорт высших достижений, а массовый спорт. Сам в детстве ходил в две секции, – вспомнил Н.Герасименко.

Кстати, несколько лет назад ввели в школах дополнительный урок физкультуры, но не построили спортзалы, даже открытых площадок в некоторых городах не осталось, всё застроено жилыми многоэтажками и офисами. По мнению Н.Герасименко, необходимо изменение парадигмы мышления лиц, обладающих правом принятия решения, начиная с президента страны, губернаторов, руководителей муниципальных образований, на профилактику и формиро-

вание здорового образа жизни. Опыт Ульяновской области показывает, что это верный путь. По словам **Василия Гвоздева**, статс-секретаря – заместителя министра труда и социального развития Ульяновской области, несколько лет назад руководство субъекта столкнулось с тем, что многие программы (региональные и государственные), связанные со здоровьем населения, практически не поддерживались им. И тогда губернатор Сергей Морозов поставил задачу разработать несколько региональных проектов, которые были бы направлены на социальное сплочение населения по самым различным факторам: духовным, физическим, воспитательным и т.д.

Была создана своего рода региональная идеология здорового образа жизни в самом широком понимании. В центр поставили семью, ее здоровье.

Начни с себя

Видя, что многие министерства (культуры, образования, здравоохранения, труда и т.д.) работают без тесной увязки друг с другом, отчитываются только за свои программы, в 2011 г. губернатор поставил еще одну задачу – создать программу «Здоровый регион», которая бы объединяла лучшие федеральные, региональные и муниципальные практики и была направлена на конкретные количественно-качественные показатели. Цель – к 2025 г. количество проживающих в Ульяновской области людей, причем людей здоровых, должно возрасти в 2 раза (в большинстве муниципальных образований и в областном центре рождаемость уже превышает смертность), а к 2018 г. область должна стать самым здоровым регионом России. Пример подают чиновники, руководители, им всем хорошо знакома акция «Начни с себя». В регионе есть соответствующий кодекс государственного и муниципального служащего, содержащий такие пункты, как ведение здорового образа жизни, отказ от курения, распития спиртных напитков и т.д. Есть присяга государственного служащего, причем обязательно публичное ее принятие при огромном количестве людей. Если ты после этого что-то не соблюдаешь, то потеряешь свою должность.

В субъекте тесно сотрудничают с традиционными конфессиями, прежде всего православной и мусульманской. Сейчас во всех женских консультациях пациенток принимают психологи с религиозным образованием, и количество абортотворцев сократилось на 30%. Повсюду крутят соответствующие ролики (их создано около 40). Разработана региональная информационная просветительская кампания. Идет идеологическая пропаганда именно здорового образа жизни. Около 100 человек школы лекторов с 2013 г. начнут работать во всех муниципальных образованиях, как говорится, в ежедневном режиме по агитации за здоровый образ жизни.

– Кроме того, мы ежемесячно приглашаем федеральных, европейских и мировых светил в сфере ЗОЖ, которые встречаются с населением, – отметил В.Гвоздев. – К Государственной Думе у нас единственное пожелание – занять государственную позицию, нужны жесткие законы, которые бы закрывали дорогу разрушению российского общества.

По мнению Н.Герасименко, необходимо рекомендовать главам субъектов РФ создавать региональные программы формирования ЗОЖ и, может быть, объявить всероссийский конкурс на лучшую программу, потому что есть чему поучиться.

– В каждом федеральном округе мы будем проводить вместе с Минздравом, РАМН и другими структурами форумы по формированию здорового образа жизни и приглашать представителей субъектов. Потому что самое трудное – не построить больницы, не закупить оборудование, а изменить парадигму мышления, – сказал Н.Герасименко.

По его словам, для повышения физической активности не обязательно спортивные залы, хотя и желательны. В региональных программах прежде всего следует предусмотреть развитие хотя бы недорогих видов спорта, создание велодорожек, лыжных трасс и т.д.

А по мнению **Сергея Дорофеева**, члена Комитета Госдумы РФ по охране здоровья, необходима целевая федеральная программа с интегрированным финансированием. Такой же точки зрения придерживается и представитель системы образования столицы **Ольга Водяницкая**.

– Нужна комплексная государственная программа по формированию здорового образа жизни, основанная на ответственности формирования ЗОЖ в дошкольном учреждении, общеобразовательном, учреждении начального профессионального образования, и в вузах, то есть охватывающая период от детского сада до студенческих лет, – полагает она.

Все участники «круглого стола» отметили необходимость совершенствования государственной политики, направленной на формирование здорового образа жизни подрастающего поколения.

Н.Герасименко подчеркнул важность мотивации населения к здоровому образу жизни. Во многих странах мира, страховка для курящего человека дороже, поскольку он чаще болеет, меньше работает. Если он курит и нуждается в плановой операции, скажем, стентирования, то его оперировать не станут до тех пор, пока он не бросит курить. По мнению Н.Герасименко, система мотивации должна быть прописана в государственной программе по профилактике неинфекционных заболеваний и формированию здорового образа жизни, которая сейчас готовится.

Валентина ЕВЛАНОВА,
корр. «МГ».

НА СНИМКЕ: да будет так!