

ОГБУЗ «Детская клиническая больница»  
Санитарно-просветительная работа

Неделя продвижения здорового образа жизни среди детей



По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГАУ «ННПЦЗД» Минздрава России численность абсолютно здоровых детей, относящихся к первой группе здоровья, не превышает 10%, не снижается число инвалидов детства и детей, страдающих хроническими заболеваниями. С целью повышения информированности подростков и их родителей о важности ответственного отношения к своему здоровью, Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило неделю с **28 августа по 3 сентября** **Неделей продвижения здорового образа жизни среди детей.**

Мы привыкли произносить красиво и/или пафосно звучащие штампы и не задумываемся, какие понятия заложены в них. Например, все слышали фразу «К здоровью нужно относиться бережно и сохранять его с детства». Но задумывались ли мы, что это значит.

В рамках объявленной Недели МЗ РФ обращает внимание подростков и их родителей на три составляющие, способствующие поддержанию и укреплению здоровья:

**1. Ведение здорового образа жизни** – важнейшее условие сохранения здоровья любого человека. Основным фактором его формирования у детей и подростков является семья, поскольку именно благодаря семье формируется установка на ведение ЗОЖ, закладываются основы индивидуального здоровья. Крайне важно родителям не только проводить с детьми и подростками беседы о важности: занятий физической культурой и спортом, отсутствия «вредных привычек», соблюдения режима сна, отдыха, принципов здорового питания, благоприятного эмоционального состояния, но и собственным примером мотивировать их к ведению ЗОЖ.

**2. Детям и подросткам рекомендуется проходить профилактические осмотры и диспансеризацию.** Профилактические осмотры проводятся в установленные возрастные периоды в целях раннего (своевременного) выявления патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций по оздоровлению для несовершеннолетних и их родителей или иных законных представителей.

С возраста 1 года до 17 лет дети должны проходить обследование ежегодно, а углубленная диспансеризация проводится у детей в 1 год, 3 года, 6, 7, 10, 14, 15, 16 и 17 лет. Помимо профилактических осмотров узкими специалистами (невролог, оториноларинголог, хирург, уролог, ортопед, эндокринолог, окулист, психиатр, гинеколог, стоматолог), детская диспансеризация предполагает лабораторные анализы и дополнительные обследования – общий анализ крови, общий анализ мочи, ЭКГ, УЗИ органов брюшной полости, тазобедренных суставов, сердца.

Задачей диспансеризации детей является воспитание здорового ребенка, обеспечение оптимального физического и нервно-психического его развития. Эффективность диспансеризации зависит от регулярности ее проведения.

Медицинские осмотры детей проводятся в рамках Программы государственных гарантий **бесплатного** оказания гражданам медицинской помощи в поликлиниках по месту жительства.

**3. В целях сохранения репродуктивного потенциала подросткам 15-17 лет рекомендуется** проходить обследования репродуктивной системы. Подростковый возраст характеризуется физиологическими изменениями организма, когда интенсивно протекают процессы роста и развития. Патологическое течение этого периода в дальнейшем может

оказывать неблагоприятное влияние на репродуктивную функцию женщины. Так же в этом возрасте многие подростки начинают вести половую жизнь и сталкиваются с проблемой незапланированной беременности. Доля абортов у девушек в подростковом возрасте составляет 10-15% от общего числа. Ведущим фактором в программе борьбы с незапланированной беременностью у подростков служит воспитание у них более серьезного отношения к использованию противозачаточных средств. Подростки должны быть информированы и о том, что применение некоторых видов контрацептивов снижает риск заражения инфекциями передаваемыми половым путем, в том числе ВИЧ, гепатитами В, С.

### **Выводы**

1. Профилактические осмотры и диспансеризация – залог правильного развития ребёнка и сохранения его здоровья.

2. Для сохранения репродуктивного здоровья, подросткам 15-17 лет рекомендуется регулярно проходить обследования репродуктивной системы.

3. Родителям необходимо формировать у детей и подростков потребность в ведении ЗОЖ, и личным примером и беседами.

Ответственная по СПР

Е.С. Гранчакова