



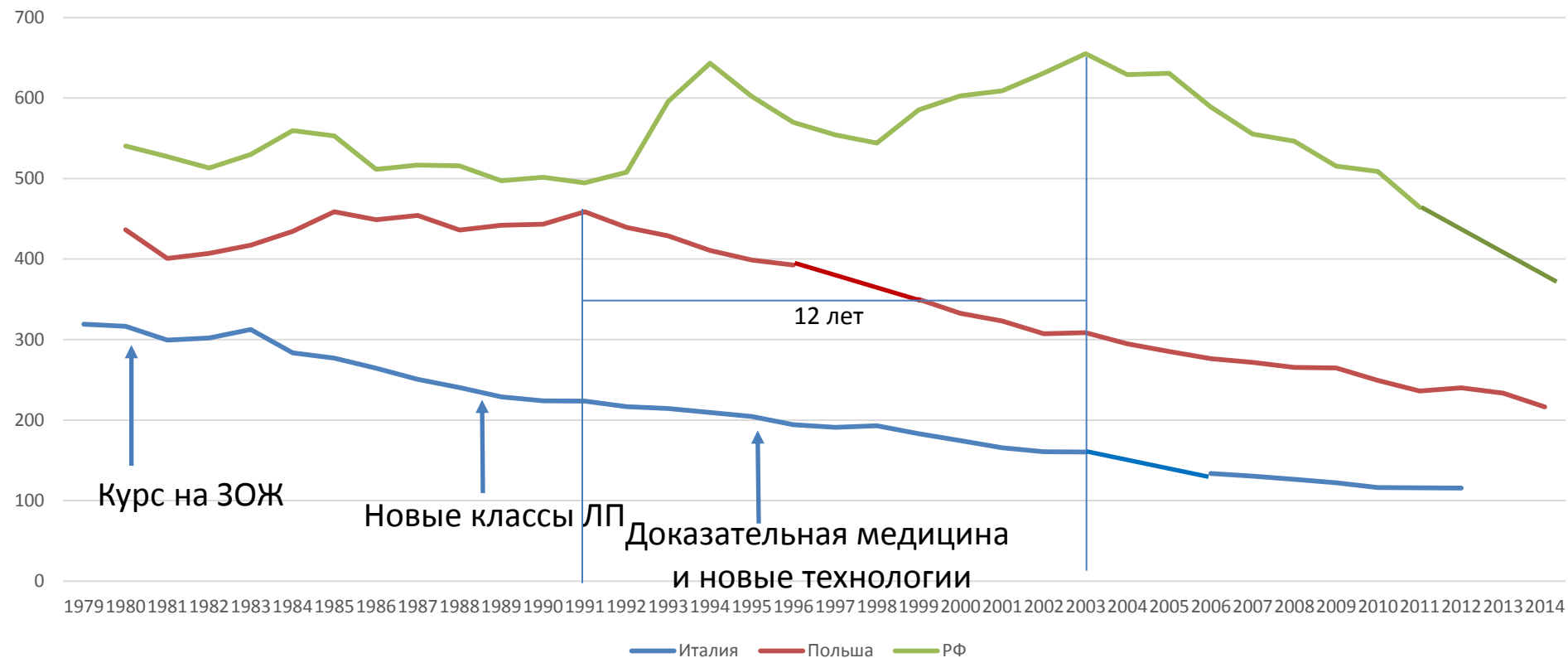
**Проект
Стратегии формирования здорового образа жизни,
профилактики и контроля неинфекционных
заболеваний в Российской Федерации
на период до 2025 года**

Бойцов С.А.

Главный внештатный специалист Минздрава России по профилактической медицине

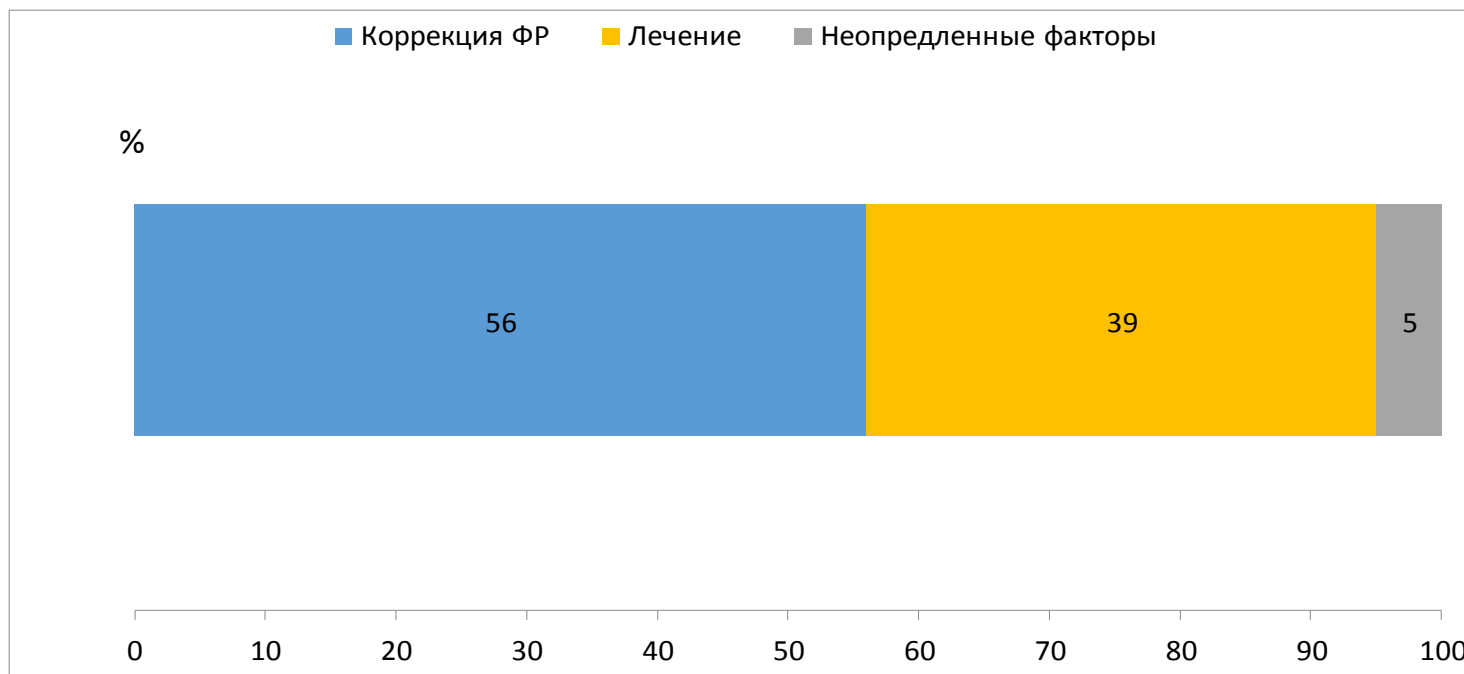
Высокий уровень смертности от БСК в РФ

Динамика СКС от БСК в РФ, Польше и Италии в период 1979-2014 г.г.



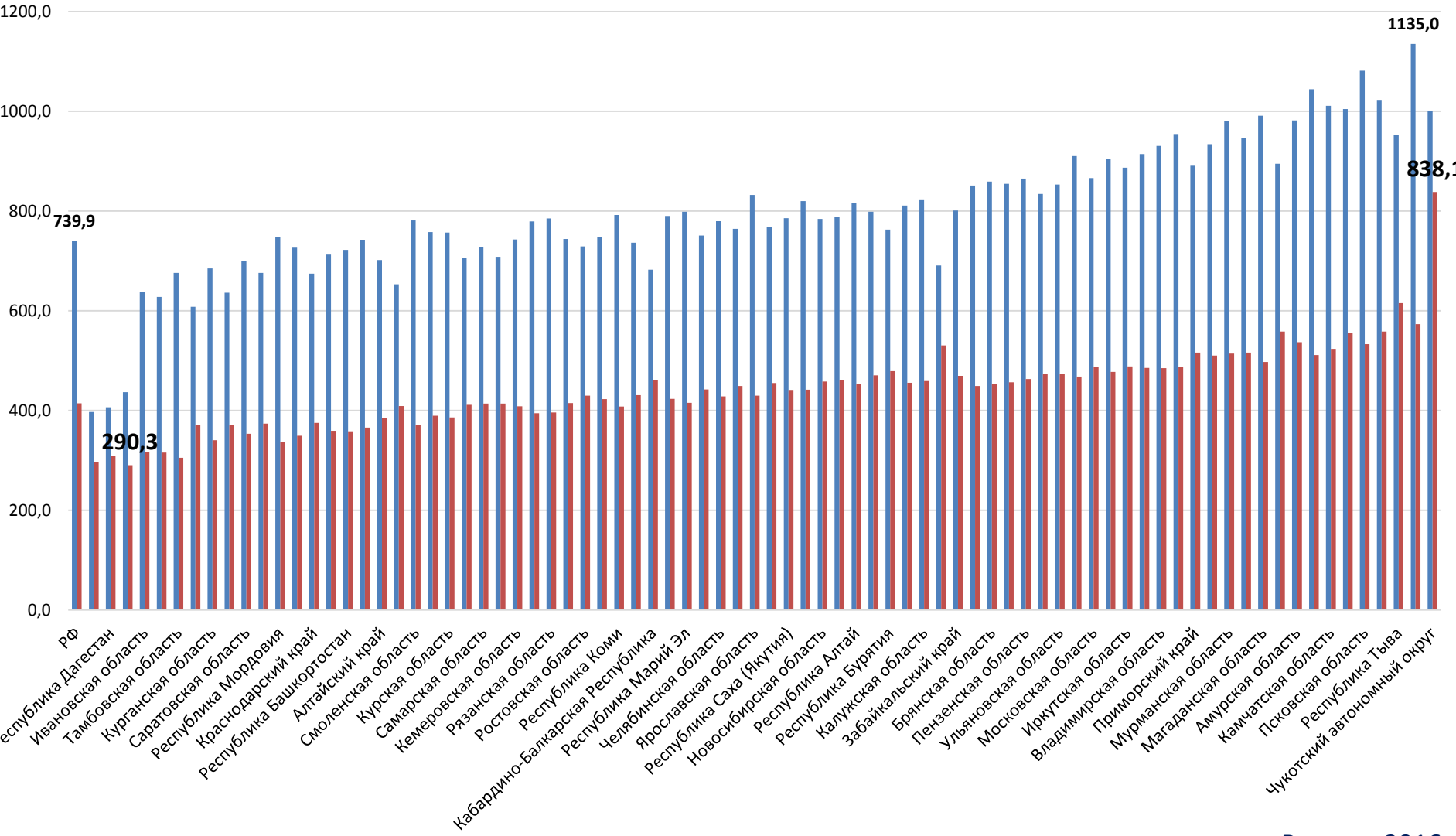
Вклад первичной и вторичной профилактики в снижение смертности от ИБС в различных популяциях (по методу IMPACT, Capewell S, Critchley J, Unal B.)

Объединенные данные исследований в популяциях 17 разных стран



Большая разница в смертности между регионами, а также между мужчинами и женщинами во всех регионах

на 100 тыс.



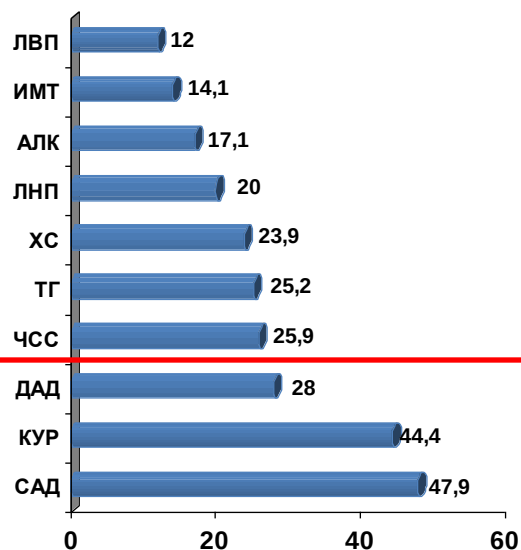
■ СПС (европа) муж. ■ СПС (европа) жен.

Основные особенности смертности населения РФ

1. Очень высокий уровень в сравнении со странами Европы и Северной Америки
2. Очень большая разница между регионами
3. Очень большая разница между мужчинами и женщинами
4. Очень высокий уровень смертности мужчин в возрасте в возрасте 40-59 лет
5. 67% смертей происходит вне стационаров, в том числе вследствие позднего обращения за медицинской помощью при угрожающих жизни состояниях
6. Очень большая доля смертности от хронических форм ИБС и малая доля смертности от острых форм ИБС

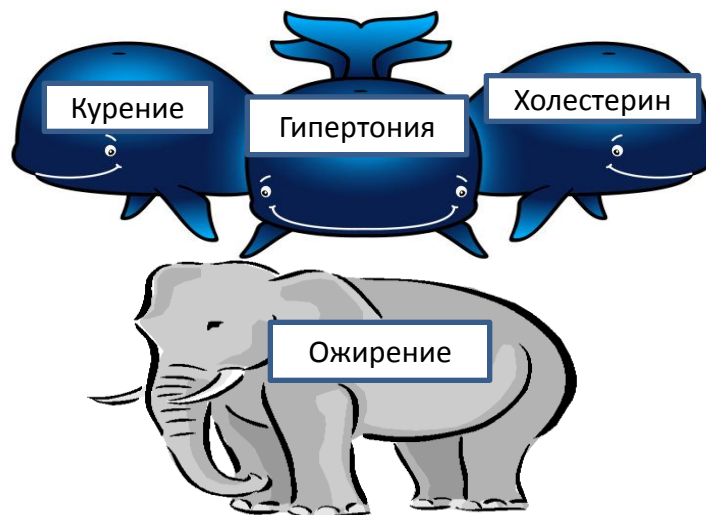
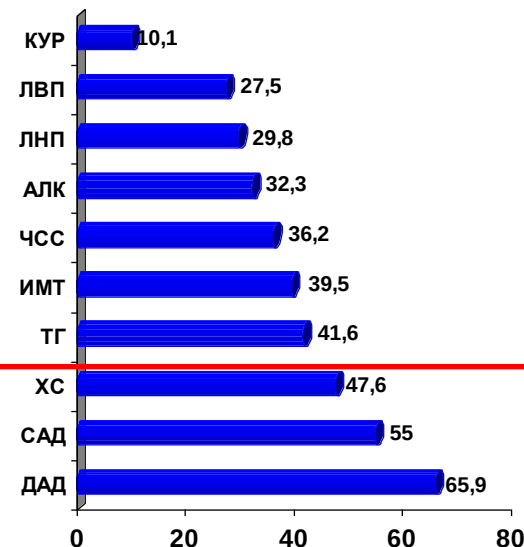
Вклад факторов риска в смертность от ССЗ в течение 10 лет в российской популяции мужчин и женщин (популяционный риск)

Мужчины



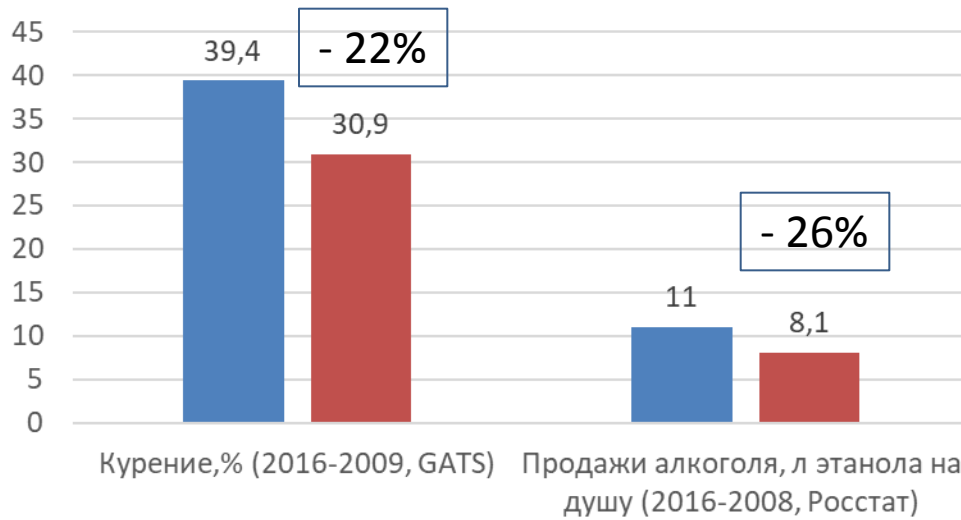
%

Женщины



Шальнова СА, Деев АД, 2012

Становится ли наш образ жизни более здоровым?



Результаты опроса населения Аналитическим центром Левады по заказу ВШЭ в 2011 и 2017 гг.

- в 1,5 раза снизилась доля покупателей, которые при покупке продуктов не читают информацию о его составе (в 2011 г. – 32%, в 2017 г. – 22%).
- в 2011 г. каждый четвертый занимался физкультурой в оздоровительных целях, в 2017 г. – каждый третий

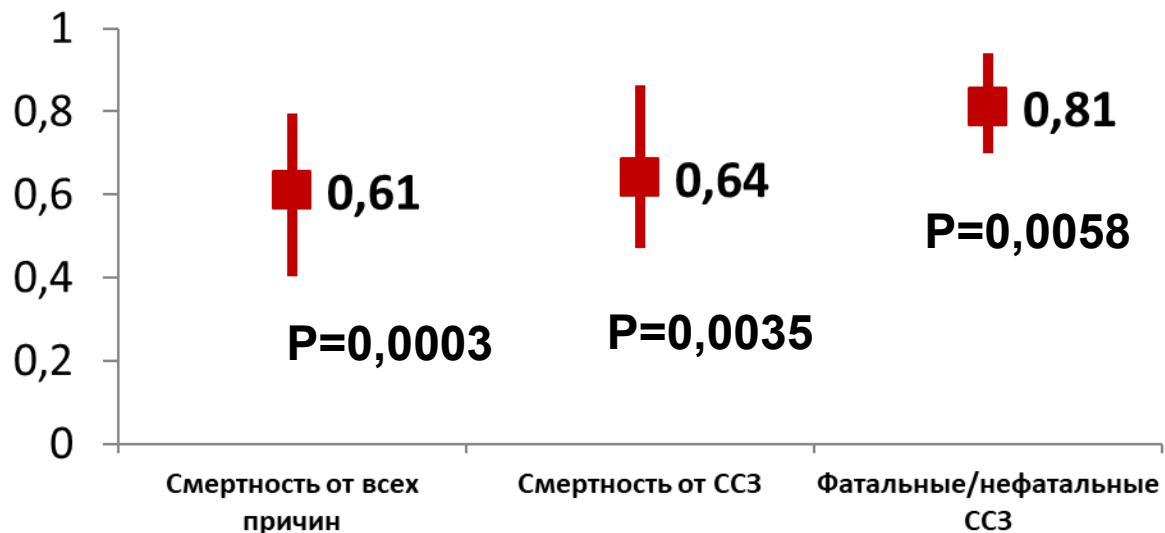
Здоровый образ жизни снижает смертность

Критерий приверженности ЗОЖ

- потребление овощей и фруктов ежедневно не менее 400 г,
- умеренная и высокая ФА,
- нормальное потребление соли
- отсутствие курения

при условии, что может присутствовать один любой фактор риска за исключением курения.

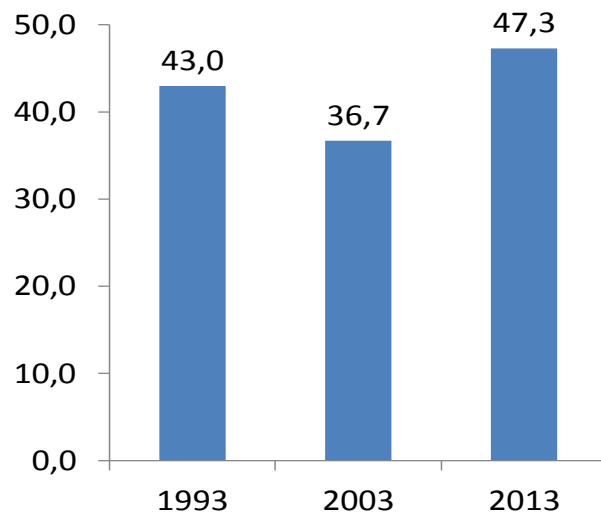
Приверженность ЗОЖ снижает смертность от всех причин на 39%, от ССЗ на 36% и общую конечную точку на 19%



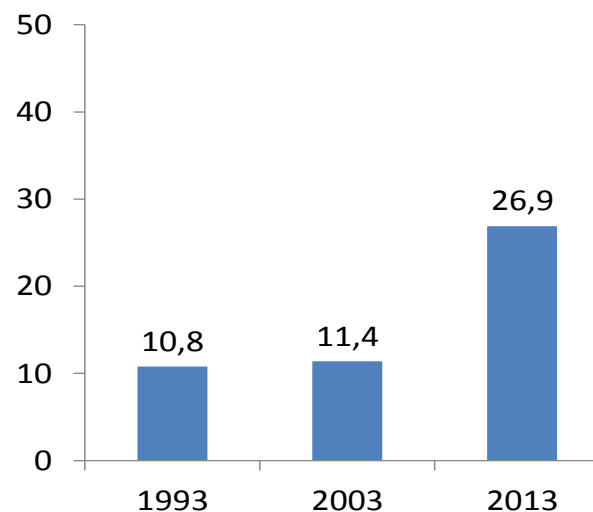
Новые вызовы

Распространенность артериальной гипертонии и ожирения среди мужчин 25-64 лет в России с 1993 по 2013 гг (%)

Артериальная гипертония

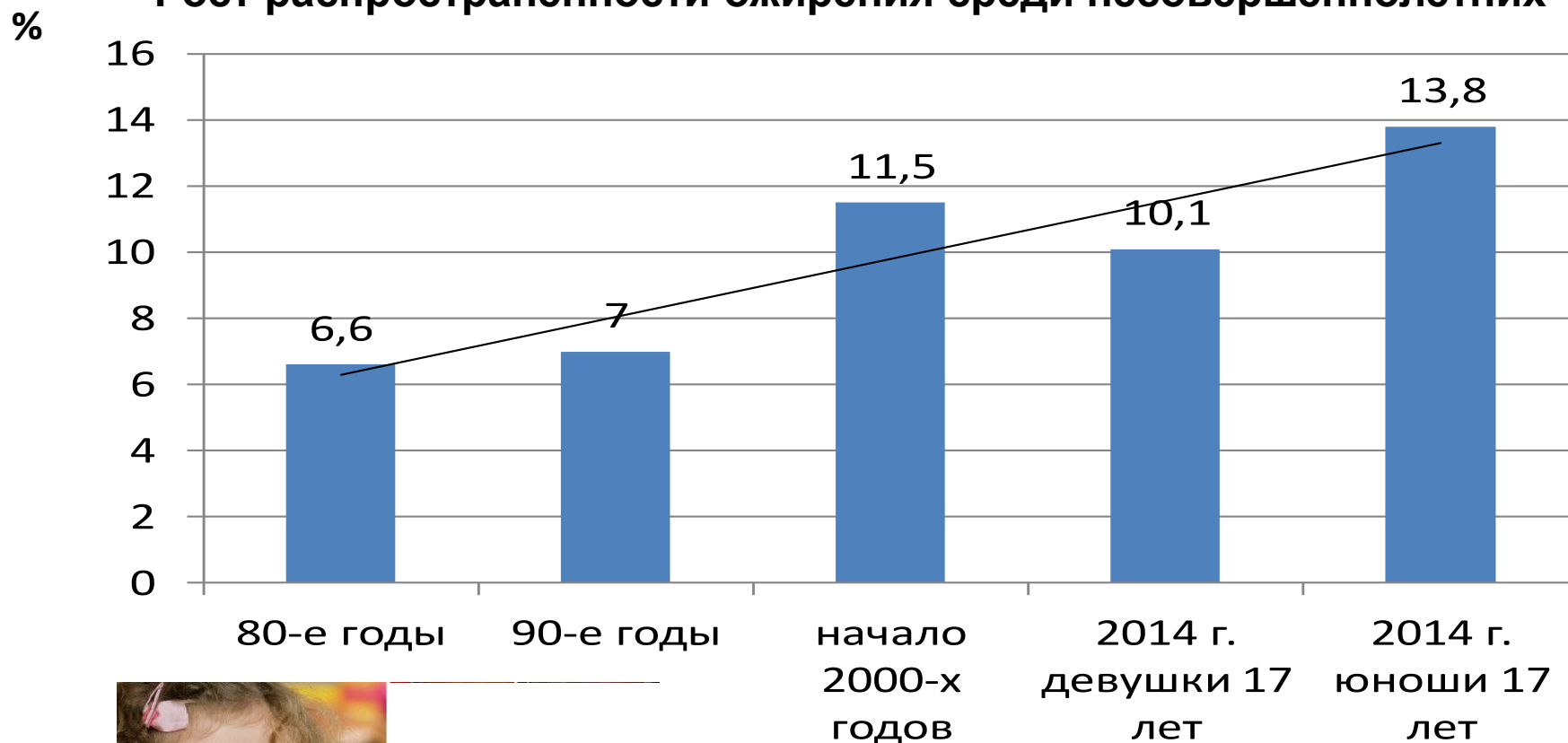


Ожирение



Новые вызовы (2)

Рост распространенности ожирения среди несовершеннолетних



Кучма ВР, 2015

Стратегия формирования здорового образа жизни, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний в РФ



Создана вся нормативно-правовая база

Повышение мотивации к ведению здорового образа жизни и обеспечение соответствующих условий для всех слоев населения на межведомственной основе

- **повышение уровня знаний лиц, принимающих решения**
- **повышение уровня знаний и приверженности населения к здоровому образу жизни**
- **стимулирование и мотивация работодателей к укреплению здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний на рабочем месте**
- **планомерное увеличение акцизов на табачные изделия, введение простой упаковки табачной продукции, раскрытие состава, введение дополнительных механизмов защиты политики общественного здравоохранения от воздействия интересов табачной промышленности**
- **повышение ответственности за неисполнение требований законов, регулирующих обеспечение условий для ЗОЖ**
- **законодательное ограничение оборота электронных систем доставки никотина и электронных систем доставки продуктов, не являющихся никотином**
- **планомерное увеличение акцизов на алкогольную продукцию, темпами опережающими инфляцию**



Повышение мотивации к ведению здорового образа жизни и обеспечение соответствующих условий для всех слоев населения

- развитие и совершенствование социальной рекламы в сфере повышения грамотности населения в вопросах здоровья, формирования ЗОЖ и профилактики НИЗ
- запрет направленной на детей и с участием детей рекламы продуктов питания с высоким содержанием насыщенных жиров, транс-изомеров жирных кислот, добавленных сахаров и соли,
- разработка научно обоснованных рекомендаций производителям пищевой продукции по принципам и целевым уровням снижения содержания в ней насыщенных жиров (за исключением кисломолочной продукции), добавленных сахаров и соли
- внесение в Евразийскую экономическую комиссию предложений по нанесению на лицевой стороне упаковки легко читаемой информации о содержании в 100 г продукта калорий, насыщенных жиров, транс-жиров, углеводов (в т.ч. добавленных сахаров), белков, соли
- доступность занятий физической культурой и спортом, пеших и велосипедных прогулок, парковых зон



Nutrition Facts		
Serving Size 2/3 cup (55g)		
Servings Per Container About 8		
Amount Per Serving		
Calories 230	Calories from Fat 72	
% Daily Value*		
Total Fat 8g		12%
Saturated Fat 1g		5%
Trans Fat 0g		
Cholesterol 0mg		0%
Sodium 160mg		7%
Total Carbohydrate 37g		12%
Dietary Fiber 4g		16%
Sugars 1g		
Protein 3g		
Vitamin A		10%
Vitamin C		8%
Calcium		20%
Iron		45%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily value may be higher or lower depending on your calorie needs.		
	Calories:	2,000 2,500
Total Fat	Less than	65g 80g
Sat Fat	Less than	20g 25g
Cholesterol	Less than	300mg 300mg
Sodium	Less than	2,400mg 2,400mg
Total Carbohydrate		300g 375g
Dietary Fiber		25g 30g

Nutrition Facts		
8 servings per container		
Serving size 2/3 cup (55g)		
Amount per serving		
Calories	230	
% Daily Value*		
Total Fat 8g		10%
Saturated Fat 1g		5%
Trans Fat 0g		
Cholesterol 0mg		0%
Sodium 160mg		7%
Total Carbohydrate 37g		13%
Dietary Fiber 4g		14%
Total Sugars 12g		
Includes 10g Added Sugars		20%
Protein 3g		
Vitamin D 2mcg		10%
Calcium 260mg		20%
Iron 8mg		45%
Potassium 235mg		6%
* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.		

Обеспечение условий для здорового образа жизни всех слоев населения

- повышение безопасности среды обитания (воздуха, воды, почвы)
- приведение санитарно-гигиенического состояния жилого фонда и жилищных условий граждан к безопасным нормам



Что и как может сделать работодатель для сохранения и укрепления здоровья своих работников

Информирование и мотивирование работников к ведению здорового образа жизни:

- условия контракта
- премирование
- условия страхования в рамках ДМС
- стенды, раздаточный материал, беседы, IT

Обеспечение условий для здорового образа жизни на рабочем месте:

- бесдымная среда
- возможности для обеспечения физической активности
- доступность здоровой пищи

Обеспечение возможности и мотивирование к прохождению профилактических осмотров:

- приказ Минздрава России №302н
- приказ Минздрава России №87н
- приказ Минздрава России №1011н
- программы ДМС

Борьба со злоупотреблением алкоголем и потреблением наркотиков

Программы сохранения и укрепления здоровья работников