



**МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ**

(Минздрав Челябинской области)

ул. Кирова, 165, г. Челябинск, 454091, Россия
Тел. (8 - 351) 240-22-22 (доб.101), факс (доб.143)
E-mail: info@minzdrav74.ru, www.zdrav74.ru
ОКПО 00097407, ОГРН 1047424528580
ИНН/КПП 7453135827/745301001

от « 08 » 10 20 21 г. № 290

Руководителям медицинских
организаций
муниципальных образований
Челябинской области,
специалистам центров, отделений и
кабинетов медицинской профилактики,
центров здоровья

О проведении областной информационно-образовательной акции
в рамках Всемирного дня борьбы с инсультом
25-31 октября 2021 года

Всемирный день борьбы с инсультом был учреждён Всемирной организацией по борьбе с инсультом и отмечается ежегодно 29 октября, призывая к активным действиям против этого заболевания.

Нарушение мозгового кровообращения является международной проблемой, снижение смертности от сердечно-сосудистых заболеваний остаётся важным государственным приоритетом Российской Федерации. Эта проблема становится наиболее актуальной в связи с пандемией COVID - 19, ведущей к увеличению смертности по причине инсульта.

Решающее значение в снижении смертности и инвалидизации вследствие инсульта принадлежит первичной профилактике. В рамках Всемирного дня борьбы с инсультом в Челябинской области, согласно плану областных информационно-образовательных акций по профилактике заболеваний и формированию ЗОЖ на 2021 год, 25 – 31 октября состоится проведение областной акции «Стоп инсульт!», направленной на актуализацию жизненно важных для здоровья проблем, связанных с инсультом.

Цель акции – информирование населения о рисках развития инсульта, о тяжёлых последствиях сосудистых осложнений, опасных для здоровья и жизни, особенно в ситуации, отягощённой угрозой заражения COVID-19.

Основные задачи акции:

- повышение уровня знаний населения всех возрастных групп по вопросам профилактики и устранения факторов риска развития инсульта, таких как курение, низкая физическая активность, нерациональное питание, повышенное артериальное давление, повышенный уровень холестерина в крови, ожирение, чрезмерное употребление алкоголя с мотивированием к ЗОЖ;

- мотивирование населения к регулярному прохождению диспансеризации и профилактических осмотров с целью коррекции факторов риска развития инсульта, также раннего выявления болезней системы кровообращения (далее именуется – БСК) через каналы СМИ, социальных сетей и распространение печатной литературы (памяток, листовок);

- организация просветительной деятельности на популяционном, групповом и индивидуальном уровнях по определению первых признаков инсульта, в том числе с помощью так называемого FAST - теста (Face – Arm – Speech - Time, что в переводе значит «Лицо - Рука - Речь - Время»), знание которого будет способствовать своевременному обращению за квалифицированной помощью в первые часы заболевания (смотреть на сайте ГБУЗ «ЧОЦОЗ МП» во вкладке «Специалистам»).

Актуальность проблемы распространённости заболеваемости инсультом. Статистика.

В современном обществе сосудистые заболевания головного мозга продолжают оставаться важнейшей медико-социальной проблемой и составляют высокую долю в структуре заболеваемости, инвалидности и смертности населения. Инсульты поражают не только пожилых людей, но и молодых - лиц трудоспособного возраста. По статистике, от 10 до 15% инсульт случается у людей от 18 до 50 лет. Этот факт имеет связь с тем, что увеличивается распространённость факторов риска инсульта в молодой популяции. К ним относятся: курение, избыточная масса тела, гипертония, сахарный диабет, нарушения липидного обмена и другие.

Ежегодно в России регистрируется более 450 тысяч случаев инсульта. Заболеваемость острым нарушением мозгового кровообращения (далее именуется - ОНМК) в России составляет 2,5-3,5 случая на 1000 населения в год. Смертность в остром периоде ОНМК достигает 35 %, увеличиваясь на 12-15 % к концу первого года. Наиболее высокая смертность регистрируется при обширных инсультах в течение первого года (60 %), в течение 5 лет после инсульта умирают 44% пациентов. Постинсультная инвалидность составляет 3,2 на 10 000 населения и занимает первое место среди всех причин инвалидности.

В Челябинской области в 2020 году отмечаются стабильные показатели первичной заболеваемости цереброваскулярной патологией в целом. Также как и в 2019 году он составил - 7,8 на 1000 населения (РФ - 10,0; УрФО - 9,3), наблюдалось незначительное повышение показателей заболеваемости ОНМК - 3,5 на 1000 населения (2019 год - 3,7) по сравнению с 2019 годом.

В 2020 году в условиях пандемии COVID-19, как и во многих регионах РФ, в Челябинской области смертность от всех БСК увеличилась до 682,3 на 100 тыс. населения (2019 год - 574,7), заметный вклад в этот прирост вносят цереброваскулярные заболевания (далее - ЦВЗ) - до 143,6 на 100 тыс. населения (2019 год - 119,4). Число умерших больных от ОНМК в 2020 году составило 3679 человек или 105,9 на 100 тыс. (2019 год - 3197 человек или 93,3 на 100 тыс. человек), из них от ишемического инсульта - 2602 человека (трудоспособного возраста - 203). Смертность от ЦВЗ и ОНМК по сравнению с 2019 годом выросла на 20% и 13% соответственно. Анализ показывает, что пик смертности пришёлся на пики волн заболеваемости новой коронавирусной инфекцией.

Профильная госпитализация в период так называемого терапевтического окна (в первые 4,5 часа) в 2020 году остаётся низкой. В 2019 году показатель «доля пациентов, которым проведён системный тромболитизис» достиг целевого значения 5% (530 больных). В 2020 году практически удалось сохранить его на прежнем уровне - 4,9% от всех больных ишемическим инсультом. В 2021 году этот показатель продолжает снижаться, в настоящее время составляет 4,5%. Это связано с тем, что уменьшается количество больных, доставленных в стационар в период терапевтического окна (позднее обращение, загруженность скорой помощи, необходимость дополнительного обследования в плане коронавирусной инфекции). Известно, что инфекции особенно в пожилом возрасте повышают количество и тяжесть инсультов, поэтому вакцинация от новой коронавирусной инфекции должна стать защитой в этом плане.

Положительная тенденция снижения смертности от БСК в Челябинской области может произойти, в том числе за счёт более эффективного контроля артериального давления (далее именуется - АД). Контроль артериальной гипертонии (далее именуется - АГ) может быть ещё эффективнее при проведении системных профилактических мероприятий, включающих: раннее выявление АГ, эффективное достижение целевого уровня АД в сочетании с контролем других факторов риска.

Следует отметить, что снижение многих показателей относительно цереброваскулярных болезней и ОНМК зависит от результатов повышения эффективности профилактических мероприятий, в том числе информационно-образовательной деятельности и мероприятий, мотивирующих население к защите собственного здоровья, в том числе с помощью вакцинации от коронавирусной и других сезонных инфекций.

Рекомендуемые меры. В целях дальнейшего снижения распространённости БСК и тяжёлых последствий ОНМК, снижения инвалидности и смертности необходимо постоянно совершенствовать систему оказания профилактической помощи населению, включая организацию повышения уровня знаний населения по вопросам профилактики и раннего выявления этих заболеваний. Рекомендуем мероприятия в рамках акции «Стоп инсульт!» направить на повышение осведомлённости населения о проблеме инсульта, необходимости своевременного прохождения диспансеризации и профилактических медицинских осмотров, необходимости коррекции факторов риска и контроля физиологических параметров, основных принципах ЗОЖ, а также на осваивание знаний первых признаков инсульта, порядка самостоятельных действий и действий окружающих людей.

Заболеваемость инсультом можно сократить, если проводить профилактические мероприятия, мотивирующие к ЗОЖ и соблюдению его принципов. Рекомендуем популяризировать следующие из них:

- знать и контролировать свое артериальное давление;
- не начинать курить или отказаться от курения как можно раньше;
- добавлять в пищу меньше соли и отказаться от консервов и полуфабрикатов, которые содержат ее в избыточном количестве;
- соблюдать основные принципы здорового питания – есть больше овощей и фруктов, отказаться от добавленного сахара и насыщенного животного жира;
- не употреблять алкоголь;
- контролировать уровень холестерина в крови;
- регулярно заниматься спортом (даже умеренная физическая нагрузка – прогулка или катание на велосипеде – уменьшает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, в том числе и инсульта);
- соблюдать режим труда и отдыха;
- повышать толерантность к стрессу.

Целесообразно также проведение мотивационных мероприятий в рамках акции, направленных на сохранение здоровья, в том числе посредством вакцинопрофилактики от ковида и других сезонных инфекций.

Организаторами и ответственными исполнителями проведения мероприятий в рамках акции должны стать специалисты центров, отделений и кабинетов медицинской профилактики с привлечением медицинских работников центров здоровья и специализированных медицинских организаций неврологического профиля, важно также активное привлечение к профилактике специалистов общественного здравоохранения и их обучение для содействия реализации стратегии борьбы с инсультом.

Планирование следует осуществлять на основе межведомственных отношений при участии образовательных, общественных, некоммерческих организаций, производственных коллективов, учреждений культуры и спорта, средств массовой информации, волонтеров и широких слоев населения.

В условиях распространения пандемии коронавирусной инфекции мероприятия акции следует осуществлять преимущественно в онлайн-формате. На мероприятия, численность которых более ста человек, в связи с новой системой допуска, участники должны допускаться только по QR-коду, подтверждающему вакцинацию от коронавирусной инфекции или наличие антител после болезни. Мероприятия с численностью менее 100 человек следует проводить с соблюдением всех противоэпидемических мер относительно коронавирусной и других сезонных инфекций.

План мероприятий, рекомендуемых для проведения областной информационно-образовательной акции «Стоп инсульт!» размещён в приложении. Методический материал, рекомендуемый для использования при проведении акции «Стоп инсульт!» (видеоролики, памятки, плакаты), размещен на сайте ГБУЗ «ЧОЦОЗ МП» (www.chocomp.ru) во вкладке «Специалистам», раздел «В помощь специалисту».

Планы проведения мероприятий в рамках областной информационно-образовательной акции «Стоп инсульт!» прошу направить в срок до 15 октября 2021 года по

форме, утверждённой приказом Министерства здравоохранения Челябинской области от 30.12.2020 г. № 2455, в формате Microsoft Office Word на электронную почту: chostpr@yandex.ru с темой письма «План акции «Стоп инсульт!».

Отчёты о проведении областной информационно-образовательной акции «Стоп инсульт!» прошу заполнить в АИС «Барс. Веб-мониторинг здравоохранения» до 9 ноября 2021 года, фотоотчеты направить на электронный адрес chostpr@yandex.ru

Главный внештатный специалист
по медицинской профилактике



О.В.Агеева

**План мероприятий, рекомендуемых для проведения
в рамках областной информационно-образовательной акции
«Стоп инсульт!»**

№ п/п	Целевая аудитория	Мероприятия
1.	Организаторы проведения акции и ответственные исполнители	Вынести на заседания медицинских советов и координационных совещаний обсуждение вопросов по усилению в рамках акции «Стоп инсульт!» разъяснительной деятельности, направленной на профилактику и раннее выявление инсульта, а также предупреждение осложнений в связи с нарушением соблюдения противоэпидемических мер, связанных с ситуацией по коронавирусной инфекции, особенно у лиц с БСК.
2.	Медицинские работники	Провести врачебно-фельдшерские конференции и семинары по проблемам инсульта, раннего его выявления и оказания своевременной помощи при инсульте, а также по обучению населения распознаванию первых признаков инсульта и алгоритму последующих действий, по информированию о возможности защитить себя от осложнений с помощью вакцинации от коронавирусной инфекции.
3.	Население разных возрастных групп	Инициировать подготовку социальной рекламы ЗОЖ, телевизионных и радиопередач, видеосюжетов, интервью, публикаций в печатных изданиях по проблемам, связанным с инсультом, устранению факторов риска его развития, распознаванию первых признаков инсульта и оказания первой помощи, а также важности прохождения профилактических осмотров и диспансеризации.
4.	Молодежь и студенты и другие пользователи социальных сетей	Разместить на медицинских сайтах и интернет-порталах посты с рекомендациями по профилактике БСК и инсульта, соблюдению принципов ЗОЖ, а также по самосохранению в условиях сложившейся ситуации по коронавирусной инфекции, в том числе с помощью вакцинопрофилактики.
5.	Взрослое население, люди пожилого возраста	Организовать на городских площадях и спортивных площадках флешмоб с проведением массовой зарядки и танцевальных разминок, в том числе с элементами FAST - теста и участием всех желающих, обучение скандинавской ходьбе и другим спортивным навыкам укрепления здоровья с участием волонтеров (при соблюдении пропуска на мероприятия по QR- коду при участии более 100 человек).
6.	Пациенты Школ здоровья	Провести открытые занятия в Школах больных БСК и других Школах здоровья по вопросам профилактики, раннего выявления инсульта с обучением распознаванию первых его признаков и алгоритму последующих действий.
7.	Пациенты медицинских	Организовать демонстрацию видеороликов в холлах медицинских организаций по профилактике инсульта.

	организаций	<p>контролю АД, формированию ЗОЖ, а также соблюдению ограничительных мер, предупреждающих заражение коронавирусной инфекцией, опасной тяжёлыми последствиями, особенно для лиц с ослабленным здоровьем, отягощённых БСК и пожилых людей;</p> <p>оформить тематические стенды с размещением плакатов по теме «Стоп инсульт!», включая вопросы профилактики инсульта, раннего выявления и распознавания его признаков, в том числе с помощью FAST - теста;</p> <p>провести среди пациентов анкетирование на знание вопросов мер профилактики инсульта, на знание факторов риска его развития и первых признаков инсульта (с соблюдением противоэпидемических мер по коронавирусной инфекции).</p>
8.	Работающее население, пенсионеры	Провести профилактические акции на производствах и в общественных местах с организацией работы «Территории здоровья» для проведения групповых бесед, консультаций врачей-специалистов, скринингового обследования, обучения распознаванию первых признаков инсульта с помощью FAST - теста (с числом участников не более 100 человек и соблюдением противоэпидемических мер по коронавирусной инфекции).
9.	Лица, имеющие родственников больных инсультом	Организовать работу телефонов доверия и «Горячей линии» по вопросам профилактики, диагностики, лечения и реабилитации после инсульта.