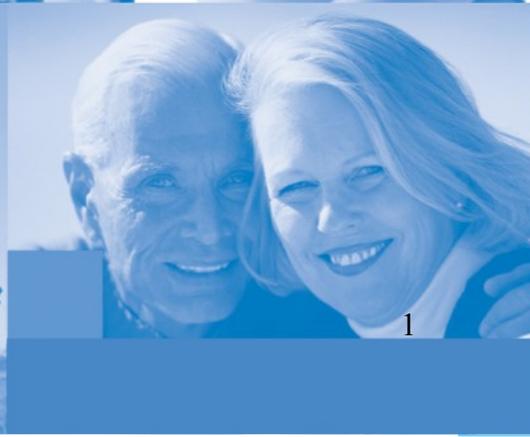




**ШАГОВ
ПРОТИВ
ГРИППА**





Глобальный план программы 2009

Содержание





Описание программы

Проблема профилактики гриппа и острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ) в настоящее время представляется весьма актуальной во многих странах мира в виду исключительно сложного эпидемиологического сезона текущего года.

Эпидемиологическая ситуация 2009 года будет осложнена воздействием пандемии АН1N1 (свиного гриппа). Данные, полученные из различных районов вспышек этого заболевания, позволяют говорить о том, что пандемия носит устойчивый характер, т. к. вирус свиного гриппа продолжает циркулировать среди чувствительных групп населения: пандемия поражает, в основном, относительно молодое население. Это подтверждается наиболее частыми случаями инфицирования, и особенно случаями тяжелой или смертельной болезни среди молодых людей. На сегодня большинство случаев тяжелой болезни и смерти зарегистрированы среди взрослых трудоспособных людей в возрасте до 50 лет. В то же время при эпидемии сезонного гриппа, напротив, все тяжелые и смертельные случаи заболевания происходят среди людей в возрасте от 65 лет и старше (около 90 %).

Всплеск роста числа инфицированных и заболевших гриппом и ОРВИ, как правило, носит характер сезонных эпидемий, что, в свою очередь, приводит к серьезным экономическим потерям. Высокий уровень заболеваемости гриппом и ОРВИ связан с легкостью распространения вирусов и отсутствием стопроцентной профилактики распространения вирусов.

Задача предотвращения массового распространения гриппа и ОРВИ является вопросом приоритетной важности не только для национальной государственной системы здравоохранения, но и для общественных и коммерческих организаций, ориентирующихся в своей деятельности на улучшение состояния здоровья человека.

Участниками партнерства Программы по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» являются такие общественные и государственные организации, как Проект ВОЗ по птичьему и пандемическому гриппу в Российской Федерации, Общероссийская общественная организация «Российский Красный Крест» (Российский Красный Крест), ФГУН МНИИЭМ им. Г.Н. Габричевского (Институт эпидемиологии и микробиологии им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора), Управление Роспотребнадзора по г. Москве, Министерство образования и науки Российской Федерации, известные медицинские специалисты, деятели культуры и спорта.

Программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» – фундаментальный проект партнерства, направленный на снижение заболеваемости гриппом и



ОРВИ посредством пропаганды доступных мер профилактики и защиты от заболеваний, а также здорового образа жизни (ЗОЖ).

В эпидемиологический сезон 2009-2010 гг. особое внимание планируется уделить здоровью детей, людей трудоспособного возраста и пожилых людей.

Комплексная просветительская, обучающая и воспитательная программа ориентирована на повышение информированности населения в области охраны здоровья; на формирование у взрослой трудоспособной части населения понимания, что профилактика заболеваемости – это одна из важных составляющих защиты от гриппа и ОРВИ; на формирование позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья близких, и в первую очередь детей. В глобальном смысле одна из основных задач программы – создание мотивации для ведения ЗОЖ, как отдельных людей, так и общества в целом.

Программа предлагает специалистам в области медицины и обычным гражданам комплекс правил, соблюдение которых позволит укрепить здоровье, развить естественные защитные силы организма и тем самым предотвратить распространение многих массовых заболеваний.



Благодарность от инициаторов программы

«Лаборатория Буарон»

Эпидемиологический сезон 2009-2010 гг. будет одним из самых сложных. Об этом не раз заявлялось во множестве стран на самом высоком уровне. В таких условиях государства многократно увеличивают силы и средства, направленные на борьбу и профилактику с гриппом и ОРВИ. Однако большинство специалистов сходится во мнении: проблему со всплеском эпидемий гриппа и ОРВИ, а также пандемии гриппа АН1N1 невозможно решить только на основе проводимых государством инициатив «сверху». Для того чтобы политика государства, направленная на предотвращение эпидемий и пандемии гриппа, оказалась эффективной, необходимо, в первую очередь, вести разъяснительную работу среди рядовых граждан, формируя у населения ответственность к собственному здоровью и здоровью своей семьи.

Программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» благодаря тесному партнерскому сотрудничеству ее участников в 2008 году была апробирована в Центральном административном округе г. Москвы. Первые результаты показали, что совместными усилиями заболеваемость гриппом и острыми респираторными вирусными инфекциями в отдельном взятом округе снизить возможно. И что особенно важно, борьба с заболеваемостью в особо чувствительной к заболеванию группе – среди детей – также дает положительные результаты.

Компания «Лаборатория Буарон» выражает глубокую благодарность всем организациям, которые поддержали в прошлом и поддерживают в текущем году программу «5 шагов против гриппа». Самое непосредственное участие в ее реализации и подготовке в этом году приняли: Российский Красный Крест, ВОЗ, Институт эпидемиологии и микробиологии им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора, Управление Роспотребнадзора по г. Москве и территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по г. Москве в ЦАО. Мы рады, что программа получила одобрение и поддержку Министерства образования и науки Российской Федерации, что позволит нам значительно повысить ее эффективность, работая с самой незащищенной частью населения – детьми и молодежью, воспитывая культуру отношения к себе и собственному здоровью с самого раннего возраста.

Сегодня комплексная социальная программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ, «5 шагов против гриппа», актуальна как никогда.



Мы признательны Центральному административному округу, который, как и в прошлом году, остался приверженцем программы. Компания «Лаборатория Буарон» высоко оценивает решение о присоединении к программе Северного и Зеленоградского административных округов.

Компания «Лаборатория Буарон» высоко дорожит доверием, усилиями и вкладом каждого из партнеров программы «5 шагов против гриппа» и надеется, что в нынешнем году совместными действиями нам удастся сделать еще больше, чтобы защитить наших граждан от гриппа и ОРВИ.

*Жислен Ларусси,
Генеральный директор компании
«Лаборатория Буарон» в России*



Обращение партнеров

Управление Роспотребнадзора по городу Москве

С учетом все возрастающего осознания обществом важности вопросов здравоохранения и борьбы с инфекционными заболеваниями, реализация санитарно-просветительских программ является одним из способов борьбы с распространением массовых вирусных инфекций в России. В настоящее время государством прилагаются значительные усилия для решения проблем по предотвращению распространения вирусов гриппа.

В ряду многочисленных профилактических мер против гриппа, предпринимаемых Роспотребнадзором, также предусмотрены и пропагандистские задачи. Разъяснительная работа среди москвичей, взаимодействие с государственными, коммерческими и общественными организациями в части грамотного информирования и воспитания проводилась и будут проводиться нами на регулярной основе.

Мы считаем, что социальные инициативы, подобные программе «5 шагов против гриппа», должны поддерживаться не только общественными, но и государственными организациями, так как в вопросах защиты человечества от вирусных инфекций должны использоваться все возможности. В тоже время мы должны помнить о том, что для решения задач подобного масштаба нам нужны целеустремленность, добрая воля и талант всех заинтересованных организаций – участников партнерства.

*Филатов Н.Н.,
Руководитель Управления
Федеральной Службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и
благополучия человека по г. Москве*



Российский Красный Крест

Следуя международным принципам милосердия и гуманизма, Российский Красный Крест стоит на позициях охраны и укрепления здоровья населения. Именно поэтому мы посчитали для себя необходимым принять участие в проекте, основанном на принципах достижения высоких целей заботы о здоровье и жизни людей.

Российский Красный Крест полностью поддерживает программу «5 шагов против гриппа» и готов поделиться своим многолетним опытом в реализации проектов, связанных с проблемами сохранения здоровья нации; дать профессиональный инструктаж по действиям в условиях чрезвычайных ситуаций, связанных с опасностью для жизни людей, а также вести информационно-просветительская деятельность среди населения, направленную на внедрение принципов здорового образа жизни.

Мы надеемся на то, что данный проект получит поддержку и понимание не только в пределах центральных городов России, но и во всех регионах нашей страны, а также за ее пределами.

*Лукотцова Р.Т.,
Председатель Общероссийской общественной организации
«Российский Красный Крест»*



Проект ВОЗ по птичьему и пандемическому гриппу в Российской Федерации

ВОЗ является организацией, которая принимает самое непосредственное участие в решении актуальных международных проблем в области здравоохранения и охраны здоровья населения всего мира.

Программа «5 шагов против гриппа» является фундаментальным проектом, который может значительно укрепить национальные системы здравоохранения путем прямого взаимодействия и закрепить в медицинской практике многих государств эталоны мировых стандартов здравоохранения.

Опыт программы «5 шагов против гриппа» в России позволит в дальнейшем и другим странам организовать эффективную систему профилактики и оказания медицинской помощи в период эпидемий гриппа и ОРВИ.

Программа «5 шагов против гриппа» предлагает новые возможности для защиты человечества от вирусных инфекций. Однако ни одна, даже самая крупная, организация не способна реализовать такой большой и комплексный проект в одиночку, вот почему мы сочли для себя участие в программе целесообразным.

*Еремин С.Р.,
Координатор проекта ВОЗ по птичьему и пандемическому гриппу в России*



Московский научно-исследовательский институт эпидемиологии и микробиологии им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора

С первых дней существования деятельность Московского научно-исследовательского института эпидемиологии и микробиологии имени Г.Н. Габричевского неразрывно связана с задачами практического здравоохранения, направленными на снижение инфекционной заболеваемости и детской смертности.

Появление в России просветительской программы, направленной на распространение культуры ответственного отношения к собственному здоровью с раннего детства, активную пропаганду здорового образа жизни, раннее применение современных методов профилактики и лечения гриппа и ОРВИ, сразу же нашла отклик в рядах специалистов нашего института. Мы с огромным удовольствием присоединяемся к некоммерческому коллегиальному партнерству программы «5 шагов против гриппа».

Наши специалисты готовы делиться своим опытом в области совершенствования и разработки новых подходов к стратегии и тактике специфической профилактики инфекционных болезней, создании новых и совершенствовании имеющихся средств и методов диагностики, профилактики и лечения инфекционных болезней с использованием достижений фундаментальных исследований в области биологии, генетики, иммунохимии.

Мы уверены, что успешные действия общественных организаций-участников партнерства не останутся без внимания органов государственной власти, поддержка которых может стать важным подспорьем на любой стадии реализации программы.

*Алешкин В.А.,
Директор Федерального Государственного Учреждения Науки
(ФГУН) МНИИЭМ им. Г.Н. Габричевского
Роспотребнадзора*



Обзор ситуации

Регулярно со сменой времени года в нашей стране наступает период резкого роста числа заболеваний гриппом и ОРВИ. В России 90 % всех зарегистрированных инфекционных заболеваний приходится на эти инфекции. Особое место респираторных инфекций среди всей инфекционной патологии связано с тем, что они чрезвычайно активно и повсеместно распространяются, и заболевает ими через короткий промежуток времени значительное количество людей.

По официальным (зарегистрированным) данным? гриппом и ОРВИ ежегодно болеет до 30 миллионов человек. Как правило, первыми начинают болеть дети и в структуре заболевших ОРВИ они составляют 45-60 %. По данным ВОЗ, современные дети, особенно посещающие детские сады и школы, ежегодно болеют ОРВИ от 2 до 12 раз. Так, школьник болеет 3 раза в год, ребенок дошкольного возраста – 6 раз, дети первого года жизни переносят от 2 до 12 эпизодов ОРВИ. Нередко у детей на фоне частых ОРВИ развиваются хронические заболевания. В последние годы таких детей объединяют в группы ЧБД – часто болеющие дети или ЧДБД – часто и длительно болеющие дети.

Эпидемии гриппа наносят значительный экономический ущерб и поэтому продолжают оставаться самой серьезной медицинской и социально-экономической проблемой для человечества в настоящее время.

По данным российских экспертов, ежегодные экономические потери только в нашей стране составляют более 80 миллиардов рублей. Материальные затраты государства и общества связаны прежде всего с прямыми расходами на лечение заболевших и их реабилитацию. Значительный экономический ущерб наносят также снижение производительности труда и потери прибыли. Ведущая роль гриппа в структуре ОРВИ связана также с тем, что только вирусы гриппа вызывают эпидемии/пандемии, поражающие за короткий промежуток времени население в масштабах стран, материков и континентов. Именно поэтому внедрение программы, включающей новейшие разработки в области профилактики, диагностики и лечения этих социально-опасных заболеваний? является своевременным и важным шагом в сохранении здоровья населения.



Введение

В настоящее время в Российской Федерации сложилась напряженная эпидемиологическая ситуация, связанная с резким ростом числа заболеваний социального характера, к которым, в том числе, относятся грипп и ОРВИ. Проблема борьбы с заболеваниями социального характера требует комплексного подхода к ее решению, который возможен только путем целенаправленных скоординированных действий федеральных органов исполнительной власти, служб государственной системы здравоохранения, научных, общественных и некоммерческих организаций.

Программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» направлена на стабилизацию эпидемиологической ситуации по заболеваниям гриппом и ОРВИ путем совершенствования имеющихся и организации вновь образованных систем, связанных с профилактикой данных видов заболеваний. Особое внимание планируется уделить пропаганде ЗОЖ и работе по воспитанию культуры бережного отношения к себе и собственному здоровью с самых ранних лет жизни. Программа также будет способствовать реализации государственной политики по борьбе с заболеваниями социального характера, внедрению в медицинскую практику образовательных учреждений эффективных и инновационных методов профилактики. Все это должно привести к значительному сокращению уровня инвалидности? смертности от этих заболеваний, а также общему снижению показателей заболеваемости.



Часть 1. Программа «5 шагов против гриппа»

1.1. Цели и задачи программы

1.1.1. Цели

- Поддерживать на социально-приемлемом уровне заболеваемость гриппом и ОРВИ;
- Подготовить население к пандемии гриппа.

Достижение указанных целей обеспечивается решением следующих задач:

1.1.2. Задачи стратегические

- Сохранить здоровье нации;
- Снизить экономический ущерб;
- Повысить производительность труда.

1.1.3. Задачи тактические

- Укрепить и расширить некоммерческое коллегиальное партнерство, объединяющее знания и практический опыт мировых систем здравоохранения;
- Обеспечить широким слоям населения доступ к информации о гриппе и ОРВИ;
- Организовать пропаганду профилактических мер по защите от гриппа и ОРВИ среди населения;
- Мотивировать население к ЗОЖ и отказу от вредных привычек;
- Повысить профессиональные знания медицинских работников по профилактике, раннему выявлению, диагностике и лечению сезонного и пандемического гриппа и ОРВИ (провести учебные мероприятия для медперсонала школ, лечебно-практических учреждений (ЛПУ));
- Создать и внедрить постоянно действующую систему информирования населения о мерах личной и общественной профилактики заболеваний сезонного и пандемического гриппа и ОРВИ (работа в сети Интернет, взаимодействие со СМИ).



1.2. Сроки реализации Программы

1.2.1. Первый этап

Был реализован в период с сентября 2008 по сентябрь 2009 г. и включал реализацию мероприятий по запуску пилотной версии программы «5 шагов против гриппа» в Центральном административном округе (ЦАО) города Москвы.

На первом этапе программы:

- Создано некоммерческое коллегиальное партнерство, объединившее знания и практический опыт мировых систем здравоохранения в борьбе с массовыми вирусными инфекциями;
- Реализован комплекс информационных кампаний по гриппу для населения (на базе ЛПУ, ЖК, стационаров, родильных домов, ведомственных поликлиник);
- Проведены образовательные программы с целью повышения профессионального уровня медицинских специалистов «первичного» звена;
- Организовано обеспечение различных социальных групп населения, в первую очередь наиболее уязвимых перед вирусами гриппа, специализированными дезинфекционными наборами в период эпидемического подъема гриппа;
- Проведены открытые пресс-конференции с целью информирования общественности о реальной ситуации по распространению гриппа и ОРВИ, а также о необходимых мерах профилактики и методах ранней диагностики заболеваний.

1.2.2. Второй этап

Второй и последующий этапы (сентябрь 2009 г. и далее) предусматривают продолжение проведения мероприятий по информированию населения о профилактике, диагностике и лечению гриппа и ОРВИ, укреплению материально-технической базы школьных медицинских кабинетов, повышению квалификации медицинских работников «первичного» звена, внедрению результатов научно-исследовательских работ и новых технологий по профилактике гриппа и ОРВИ.

В период с сентября 2009 по сентябрь 2010 г. программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» предусматривает реализацию мероприятий по следующим направлениям:

- Научно-аналитические мероприятия
- Информационные мероприятия
- Мероприятия по работе с медицинским персоналом ЛПУ
- Мероприятия по работе с педагогическим составом школ
- Пропаганда мероприятий по профилактике гриппа и ОРВИ среди населения



Успешная реализация программы «5 шагов против гриппа» в ЦАО, САО и Зеленоградском АО города Москвы, а также в отдельных, определенных образовательных заведениях и учреждениях здравоохранения даст возможность участникам партнерства реализовать данный проект в других округах столицы, а также в регионах России на последующих этапах.



1.3. Целевые группы

1.3.1. Первичная целевая группа

Заболеванию гриппом и ОРВИ подвержены все возрастные категории, лица женского и мужского пола. Поэтому к первичной целевой группе можно отнести все население страны. Однако особое внимание на втором этапе реализации программы необходимо уделить следующим категориям людей:

- Дети младшего школьного возраста (6-10 лет) и подростки (11-18 лет). Согласно статистическим данным, именно детское население страдает гриппом и ОРВИ чаще всего (согласно данным ВОЗ, 45-60 % от структуры всех заболевших);
- Взрослые трудоспособные люди (19-45 лет), которые в период второй волны пандемии являются наиболее уязвимой категорией. Как правило, данная категория населения является родителями школьников младшего школьного возраста и подростков, образуя целевую группу – родители детей от 6 до 15 лет.
- Пожилые люди (от 50 лет), большая часть из которых страдает хроническими заболеваниями легких и сердечнососудистой системы. Согласно медицинской статистике, пожилые люди болеют гриппом в 5-10 раз чаще остальных, именно у этой группы чаще развиваются осложнения и возможен летальный исход.

1.3.2. Вторичная целевая группа

К ней относятся группы людей, через которые планируется осуществлять воздействие на отдельные категории представителей первичной целевой группы.

Категории

Первичная категория

- Дети (6-10 лет)
- Подростки (11-18 лет)
- Взрослые (19-45 лет)
- Родители детей от 6 до 15 лет
- Пожилые люди (от 50 лет)

Вторичная категория

- Классные руководители (для непосредственной работы с родителями школьников)
- Педагогический состав образовательных учреждений
- Медицинские работники образовательных учреждений
- Врачи ЛПУ*

* Под врачами ЛПУ подразумеваются медицинские специалисты:

- 
- a. Педиатры
 - b. Терапевты
 - c. Инфекционисты
 - d. Лор-врачи
 - e. Пульмонологи

1.3.3. Третичная целевая группа

Категория «лидеры общественного мнения», которая способна воздействовать на поведение представителей первичной и вторичной целевых групп. В первую очередь известные врачи, авторитетные общественные деятели, представители государственных и негосударственных организаций, СМИ, активные и значимые фигуры Интернет-сообщества.



1.4. Принцип действия программы

Основным преимуществом программы является универсальность и легкость в применении как при индивидуальном использовании (в отдельных семьях), так и для работы с широкой аудиторией (на родительских собраниях в школах, на уроках здоровья и т.п.).

Первый шаг – мотивация к ЗОЖ. На современном этапе развития общества четко просматривается тенденция пересмотра человеческих ценностей – на первый план выходит ценность здоровья каждого человека. Сейчас в России реализуется приоритетный национальный проект в сфере здравоохранения, основной целью которого является укрепление здоровья населения России, снижение уровня заболеваемости, инвалидности, смертности.

Понятие «здоровье» включает в себя не только отсутствие какого-либо заболевания, болезненного состояния или физического дефекта, но и состояние полного социального, физического и психического благополучия. Конечным результатом в политике любого государства является здоровье нации, именно здоровье выступает как мера качества жизни.

Важнейшую роль в формировании ЗОЖ сегодня играют медицинские специалисты. Врач в силах заложить основы здоровья человека и ЗОЖ, сформировать ценностное отношение человека не только к собственному здоровью, но и других людей.

Социально-ответственная позиция современного врача должна выражаться в формировании отношения людей к природе здоровья не на принципах приспособления и адаптации, а на формировании активного сознательного поведения в условиях неблагоприятных природных и социальных факторов.

Цель программы - создать благоприятную среду, способствующую укреплению здоровья, привить человеку уважительное и бережное отношение к собственному организму и здоровью близких ему людей.

Второй шаг – укрепление и поддержание защитных сил организма. Иммуитет – способность организма противостоять, освободиться от множества неблагоприятных факторов, воздействующих на организм и вызывающих различные недуги, а также веществ, несущих в себе чужеродную генетическую информацию. Иммуитет – это сила, которая делает организм невосприимчивым к инфекциям, в нем основа устойчивости организма к различным вирусам, в том числе и вирусам гриппа.

Защитная система организма человека нуждается в бережном обращении, только тогда можно рассчитывать на адекватную реакцию организма на многочисленных болезнетворных противников.



При этом современный человек потребляет огромное количество лекарств. Сочетание многих из них опасно для иммунной системы. Все это приводит к появлению новых заболеваний на измененном фоне организма.

Третий шаг – выработка «полезных» привычек у человека. В последние годы перед человечеством возникает все больше проблем: неблагополучие экологии, повышение радиации, выброс в атмосферу химических веществ. Все это усугубляется нездоровым образом жизни, который уже стал нормой для многих, – вредные привычки, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, нерациональный режим жизни (работа, отдых, сон), психо-эмоциональное напряжение.

В современном обществе все более настойчивым становится стремление оградить население, особенно молодежь, от вредных привычек, формируется законодательная база в этой области, однако говорить об успехах преждевременно. Три четверти мужчин в возрасте до 40 лет курит, стремительно увеличивается удельный вес курящих женщин и подростков. Злоупотребление алкоголем является причиной более 70% несчастных случаев, 60 % смертельных отравлений связано с употреблением алкогольных напитков. Согласно данным общероссийского мониторинга наркоситуации, количество лиц, допускающих незаконное потребление наркотиков, составляет 6 миллионов человек.

Для многих современных людей признаком хорошего тона стало выглядеть подтянутым, здоровым и моложе своего возраста. Но разве может вдохновить человека стремление «казаться, а не быть»? Не в этом ли кроются причины недолгих увлечений новейшими оздоровительными методиками, системами очищения организма, которые не приносят человеку ничего, кроме лишних усилий и убеждения, что у него совсем нет силы воли?

Как обезопасить себя и свое жилище от инфекционных заболеваний? Как помочь человеку отказаться от вредных привычек? Как сформировать правильный распорядок дня, разработать режим рационального питания? Что такое физическая нагрузка? Как соблюдать правила гигиены?

Донести до человека значение вышеперечисленных правил является одной из ключевых задач программы.

Четвертый шаг – выбор эффективных средств и проведение профилактических мероприятий. Своевременная профилактика сезонного и пандемического гриппа и ОРВИ позволит минимизировать экономические и социальные потери общества и локализовать эпидемии гриппа, вот почему в рамках программы этому аспекту уделяется особое внимание.

Пятый шаг – подготовка населения к пандемии гриппа. Использование современной медицины для защиты населения от пандемии гриппа и распространения других ОРВИ в период неуправляемых эпидемических процессов, вызванных известными, но видоизменившимися или неизвестными новыми инфекционными агентами. Это становится особенно актуальным в настоящее время.



1.5. Особенности программы

Основным элементом стратегии программы «Программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» является стремление максимально улучшить качество жизни граждан.

Большинство современных ученых определяют понятие «здоровья» как способность человека к оптимальному функционированию в окружающей его среде. По определению ВОЗ, под здоровьем понимают «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни». Если тело здорово, но нет ощущения радости и полноты жизни, то это уже болезнь. Здоровье – это полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Последнее определение дает возможность говорить о том, что целый комплекс факторов, таких как биологические, социальные, политические, экономические, культурные, психологические, которые можно подразделить на четыре большие группы с различной степенью влияния на здоровье, определяют баланс здоровья человека между организмом и окружающей средой. Соотношение всех этих факторов по степени их влияния на здоровье в нашей стране выглядит следующим образом:

- генетические факторы – 15-20 %;
- состояние окружающей среды – 20-25 %;
- медицинское обеспечение – 8-10 %;
- условия и образ жизни людей – 50-55 %.

Как видно из приведенных данных, образ жизни людей в наибольшей степени влияет на состояние здоровья человека. Условия и образ жизни в свою очередь складываются из объективных и субъективных факторов.

К объективным факторам относятся: плохая экология, факторы наследственности, социально-экономический статус страны.

К субъективным факторам относятся вредные привычки, малоподвижный образ жизни, неправильное питание, нерациональный режим жизни (работа, отдых, сон), психоэмоциональное напряжение.

По данным официальной статистики, средняя продолжительность жизни в России составляет 65,9 лет, а заболеваемость за пять лет возросла по большинству классов болезней. Основные причины такой неутешительной статистики заключаются в невысоком социально-экономическом положении жизни населения, постоянном росте алкоголизма, слабой пропаганде ЗОЖ и отсутствию серьезной научной программы по укреплению здоровья. К сожалению, сегодня ЗОЖ в России не декларируется и не культивируется, а ведь именно благодаря соблюдению правил ЗОЖ человек получает возможность до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.



Вовлечение населения в процесс улучшения качества собственной жизни и жизни своей семьи и есть главная стратегия программы «5 шагов против гриппа».

В целях реализации данной стратегии к проекту привлечены ведущие медицинские специалисты, организации и учреждения здравоохранения и образования. Программа не является панацеей, но она призывает задуматься о том, что путем выполнения несложных правил можно сделать свою жизнь успешной, поскольку крепкое здоровье является основополагающим фактором успешной жизни.



1.6. Заключение

Программа по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» является комплексом мероприятий, направленных на борьбу с гриппом и ОРВИ. В свете сложной эпидемиологической ситуации наступившего эпидемиологического сезона необходимо оперативное введение мер по информированию групп населения, которые наиболее подвержены влиянию вирусов и наиболее страдают от последствий заболеваний, – детей, взрослых трудоспособных граждан, пожилых людей.

Однако борьба с гриппом и ОРВИ – это лишь одна из глобальных задач, которые ставят перед собой участники Международного коллегиального партнерства.

Программа «5 шагов против гриппа» направлена не только на борьбу с ОРВИ, но и на популяризацию ЗОЖ в целом. Повышение ответственности за свое здоровье – важная идеологическая составляющая проекта. Реализация программы «5 шагов против гриппа» проводится при активном участии и поддержке ведущих общественных и государственных организаций, таких как Российский Красный Крест, Проект ВОЗ по птичьему и пандемическому гриппу в России, Институт эпидемиологии и микробиологии им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора, Министерство образования и науки Российской Федерации и Управление Роспотребнадзора по г. Москве.

Со временем проект найдет поддержку и других государственных, общественных, коммерческих и некоммерческих организаций, занимающих активную социальную позицию и выступающих за улучшение качества жизни граждан России.



Часть 2. Тактика развития программы

2.1. География

Второй этап программы по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа», намеченный для реализации в период с сентября 2009 года по сентябрь 2010 года, предусматривает концентрацию намеченных к проведению мероприятий в приоритетных административных округах Москвы – Центральном, Северном и Зеленоградском.

В приоритетных округах общая численность населения составляет 2 029 926 москвичей, что составляет 19,5 % от общего числа жителей столицы. Из общего числа жителей ЦАО, САО и Зеленоградского АО 273 500 человек – дети в возрасте от 0 до 16 лет, а 435 700 человек – пенсионеры.

В целях расширения географии программы дополнительные мероприятия намечены к проведению в учреждениях различных округов Москвы:

№	Всего	Численность населения		Количество ЛПУ					Образовательные учреждения			
		Мужчины	Женщины	Поликлиники	Больницы	Госпитали	Детские	ЖК	Дошкольные	Школы	Гимназии, прогимназии, лицеи	
				Дети (0-16)	Пенсионеры	Взрослые	Дети					
1	10 382 754	4 951 819	5 430 935									
2	1 394 497	683 330	711 167	230 685	418 059	26	18	0	4	269	162	27
3	1 049 104	496 715	552 389	129 000	229 000	24	17	0	0	10	141	8
4	1 112 846	541 501	571 345	138 500	244 000	22	14	3	3	193	129	14
5	1 240 062	579 461	660 601	142 000	233 100	22	15	1	3	239	142	6
6	779 965	366 223	413 742	96 250	114 650	14	11	0	1	133	100	8
7	701 353	329 468	371 885	98 100	145 100	20	12	6	1	140	91	14
8	1 116 924	524 929	591 995	166 858	218 020	22	20	0	1	239	154	1
9	1 179 211	547 676	631 535	238 960	176 880	27	18	1	1	250	149	13
10	1 593 065	782 101	810 964	269 400	233 800	28	20	1	1	302	170	14
	215 727	100 415	115 312	36 900	46 600	4	4	1	1	52	31	2
ИТОГО	10 382 754	4 951 819	5 430 935	1 546 653	2 081 335	209	149	13	16	2 096	1 431	134



2.2. Мероприятия

Программа «5 шагов против гриппа» предусматривает реализацию мероприятий по следующим направлениям:

2.2.1. Научно-аналитические мероприятия

Данный вид мероприятий направлен на глубокое изучение проблематики гриппа и ОРВИ в целом, проведение аналитических исследований в области последних научных достижений по профилактике, диагностике и лечению гриппа и ОРВИ. Основной целью мероприятий является поддержка и участие в государственных и национальных программах, направленных на совершенствование уровня эпидемиологического контроля, здравоохранения и социальной защиты населения.

К научно-аналитическим мероприятиям относятся:

- Разработка методических материалов для обучения медицинских специалистов современным методам профилактики, диагностики и лечения заболеваний гриппом и ОРВИ;
- Разработка методических материалов для обучения педагогического состава, учителей начальных классов профилактике заболевания гриппом и ОРВИ;
- Проведение аналитических исследований, формирование и распространение отчетов о ситуации по распространению гриппа и ОРВИ в эпидемический период, обнародование данных аналитических отчетов через СМИ и сеть Интернет;
- Проведение массовых социологических опросов населения, планирование системы мероприятий по пропаганде ЗОЖ и повышению роли личной ответственности в профилактике гриппа и ОРВИ среди населения;
- Проведение регулярных мониторингов эпидемиологической ситуации в группах повышенного риска.

2.2.2. Информационные мероприятия

Предусматривают комплекс мероприятий, направленных на работу непосредственно с населением:

- Размещение информационных плакатов о профилактике гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» в детских и взрослых ЛПУ.

2.2.3. Мероприятия по работе с медицинским персоналом ЛПУ

Включают комплекс работ по взаимодействию с медицинским персоналом школ и ЛПУ:

- Обеспечение информационными материалами о новейших разработках в области профилактики и лечения гриппа и ОРВИ.



- Проведение обучающих семинаров для медперсонала по современным методам профилактики, диагностики и лечения заболеваний гриппом и ОРВИ

2.2.4. Мероприятия по работе с педагогическим персоналом школ

Включают комплекс работ по взаимодействию с педагогическим персоналом образовательных школ:

- Обеспечение школ информационными материалами о новейших разработках в области профилактики и лечения гриппа и ОРВИ;
- Проведение тренингов для педагогического состава по современным методам профилактики заболевания гриппом и ОРВИ.

2.2.5. Мероприятия по пропаганде

Направлены на взаимодействие с широкой общественностью посредством активной информационной кампании по профилактике сезонного и пандемического гриппа и ОРВИ, пропаганде ЗОЖ, организации прямого общения между врачами и населением по актуальным вопросам, связанным с применением новейших методов профилактики, диагностики и лечения гриппа и ОРВИ.

- Публикация материалов по вопросам профилактики, диагностики и лечения гриппа и ОРВИ в средствах массовой информации;
- Создание интерактивной информационной электронной базы данных (Интернет-сайт), включающей информационные материалы по профилактике гриппа и ОРВИ, часто задаваемые вопросы и ответы, рекомендации ведущих специалистов в области профилактики и лечения гриппа и ОРВИ, аналитические материалы о ситуации с распространением вирусов;
- Организация мероприятий для СМИ (пресс-конференции, пресс-брифинги);
- Организация консультаций на страницах Интернет-сайта с ведущими специалистами в области профилактики, диагностики и лечения гриппа и ОРВИ;
- Организация размещения социально-рекламного ролика проекта в местах концентрации населения и на телеканалах;
- Организация совместного проекта с радиостанцией «Дети».

2.3. Заключение

К программе по информированию населения о профилактических мерах по защите от гриппа и ОРВИ «5 шагов против гриппа» планируется привлечь максимальное количество граждан. Это станет возможным благодаря установлению прямых взаимоотношений со всеми целевыми группами, включая родителей детей



младшего и старшего школьного возраста, самих детей, пожилых людей, медицинских специалистов, педагогов образовательных учреждений.

Основная идея программы – постепенно, шаг за шагом, выполнять не директивную, а просветительскую миссию, помогать тем, чьей основной задачей является сохранение и улучшение здоровья нации, в первую очередь медицинским специалистам и работникам лечебных учреждений. Одновременно программой будут охвачены все граждане, ответственно относящиеся к собственному здоровью и здоровью своих близких.

Программа должна стать частью повседневной жизни каждого человека, войти в нее как естественное правило для ежедневного соблюдения.



Часть 3. Тактика реализации программы

3.1. Функции партнеров программы

Компания «Лаборатория Буарон»

Инициатор программы – компания «Лаборатория Буарон» – является идеологом проекта. В ее функции входит:

- Создание коллегиального партнерства, ориентированного на выработку мер по профилактике и предотвращению массового распространения вирусных заболеваний;
- Разработка основополагающих информационных документов;
- Разработка стратегии проведения мероприятий на основе анализа потребностей различных целевых групп (в соответствии с эпидемиологической обстановкой);
- Определение круга поставщиков услуг и заключение договоров на разработку и производство информационных материалов, закупку и поставку оборудования в рамках программы;
- Контроль над ходом реализации мероприятий и эффективным использованием средств непосредственными исполнителями;
- Создание эффективных информационных площадок для реализации программы.

Управление Роспотребнадзора по г. Москве

- Участвует в разработке научно-методических материалов программы;
- Выделяет специалистов для проведения обучающих семинаров с целью повышения профессионального уровня медицинских специалистов «первичного» звена;
- Принимает участие в мероприятиях по взаимодействию с государственными органами власти, касающихся обеспечения поддержки программы на федеральном и общегородском уровнях.

Институт эпидемиологии и микробиологии им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора

- Разрабатывает научно-методические материалы программы;
- Участвует в разработке научно-методических материалов программы;
- Консультирует участников партнерства по вопросу отечественных достижений в области профилактики, диагностики и лечения гриппа и ОРВИ;
- Принимает участие в мероприятиях по взаимодействию с государственными органами власти, касающихся обеспечения поддержки программы на федеральном и общегородском уровнях;
- Принимает участие в информационных мероприятиях программы (пресс-конференциях, круглых столах и т.д.);



- Оказывает консультационные услуги населению на официальном сайте проекта, в рамках своей непосредственной деятельности.

Российский Красный Крест

- Участвует в разработке информационных материалов программы;
- Оказывает содействие в обмене информацией между подобными социально-просветительскими проектами стран мира;
- Принимает участие в информационных мероприятиях программы (пресс-конференциях, круглых столах и т.д.);
- Оказывает консультационные услуги населению на официальном сайте проекта, в рамках своей непосредственной деятельности.

Проект ВОЗ по птичьему и пандемическому гриппу в России

- Консультирует участников партнерства по вопросу мировых достижений в области профилактики, диагностики и лечения гриппа и ОРВИ;
- Оказывает содействие в распространении программы в регионы России и стран ближнего и дальнего зарубежья;
- Принимает участие в информационных мероприятиях программы (пресс-конференциях, круглых столах и т.д.);
- Оказывает консультационные услуги населению на официальном сайте проекта, в рамках своей непосредственной деятельности.



3.2. График мероприятий

	МЕРОПРИЯТИЯ	2009				
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	
ЦАО, САО, ЗСАО	Централизованные лекции для главврачей всех детских ЛПУ округа (по 1 лекции на округ, факультативно)					совместно с Роспотребнадзором
	Лекции для медицинских работников первичного звена (педиатров) в ряде детских ЛПУ (9 ЛПУ в 3-х округах)					совместно с Роспотребнадзором и при поддержке Буарон
	<i>Раздача материалов лекций на CD, рекламной продукции о программе</i>					
	Тренинги для медицинского/педагогического состава школ здоровья (по 1-2 человека от школы, всего – от 3 до 7 централизованных встреч)					совместно с Ин-том эпидемиологии и микробиологии им. Габричевского
	Проведение уроков здоровья среди учеников 1 классов школ здоровья					
	<i>раздача раскрасок</i>					
	Информационные кампании для родителей на школьных собраниях					
	<i>раздача профнаборов или комплектов маска+листочки</i>					
	Информационная кампания в детских и взрослых ЛПУ (плакаты)					совместно с Департаментом Здравоохранения
	Информационная кампания среди работников первичного звена в поликлиниках всех округов через МП Лаборатории Буарон					
	МЕДИА					
	Пресс-конференция, посвященная запуску программы					
	Интерактивный интернет ресурс www. 5-shagov.ru					
	Интервью на радио "Дети FM" (Детское радио)					
Социальная реклама на районных телеканалах						

ВСЯ МОСКВА



3.3. Заключение. Оценка социально-экономической эффективности реализации программы

Реализация мероприятий, предусмотренных программой, позволит:

- В первую очередь, повысить информированность населения о способах профилактики ОРВИ и гриппа;
- Привить навыки здорового образа жизни с целью снижения уровня заболеваемости гриппом и ОРВИ и снижения риска последствий от осложнений, вызываемых гриппом и ОРВИ, особенно у самых незащищенных групп населения (детей и пожилых людей).

Социально-экономическая эффективность программы заключается в:

- Формировании культуры ЗОЖ (на основе заинтересованности и личной ответственности граждан за состояние собственного здоровья и здоровья своих детей);
- Повышении квалификации кадрового состава здравоохранения в вопросах профилактики гриппа;
- Сохранении трудового потенциала;
- Оптимизации расходов государства на профилактику, диагностику, лечение (в том числе дорогостоящее стационарное) заболеваний гриппом и ОРВИ и реабилитацию больных, а также на выплату единовременных пособий по временной нетрудоспособности, пенсий по инвалидности, компенсаций по социальным льготам (в том числе по оплате лекарственных средств).



Примечания

Программа «5 шагов против гриппа» является интеллектуальной собственностью компании «Лаборатория Буарон».

Компания «Лаборатория Буарон» предприняла все предусмотренные законодательством Российской Федерации меры для защиты данного обозначения.

Права компании «Лаборатория Буарон» защищены международным и национальным законодательством в области интеллектуальной собственности.

Фотографии, тексты, лозунги, логотипы, чертежи, изображения, анимационные ряды являются собственностью компании «Лаборатория Буарон» или третьих лиц, уполномочивших компанию «Лаборатория Буарон» их использовать.

Содержание настоящего документа охраняется законом об авторском праве и международными договорами.

Обозначения, используемые в настоящем документе, и приводимые в нем материалы не являются отражением мнения компании «Лаборатория Буарон» о юридическом статусе какого-либо органа власти, коммерческой организации, района, территории, города.

Упоминание тех или иных компаний или продуктов отдельных изготовителей не является рекламой или попыткой продвижения.

Компания «Лаборатория Буарон» тщательно проверила правильность и полноту информации, указанной в данном документе, однако не несет ответственность за какой-либо ущерб, нанесенный в результате его использования.



Перечень сокращений и обозначений

Сокращение, обозначение	Полное наименование, определение
ОРВИ	Острые респираторные вирусные инфекции
ЗОЖ	Здоровый образ жизни
Российский Красный Крест	Общероссийская общественная организация «Российский Красный Крест»
ФГУН МНИИЭМ им. Г.Н. Габричевского	Институт эпидемиологии и микробиологии им. Г.Н. Габричевского Роспотребнадзора
ЧБД	Часто болеющие дети
ЧДБД	Часто и длительно болеющие дети
ЛПУ	Лечебно-практическое учреждение
ЦАО	Центральный административный округ
САО	Северный административный округ
АО	Административный округ
СМИ	Средства массовой информации