



ЦНИИОИЗ  
Центральный научно-исследовательский  
институт организации и информатизации  
здравоохранения

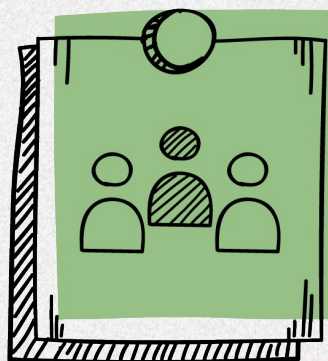
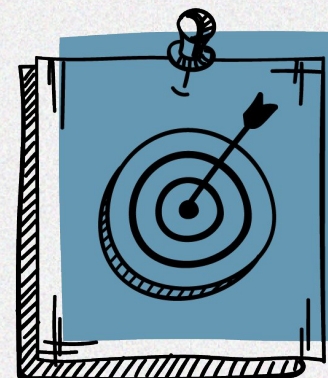
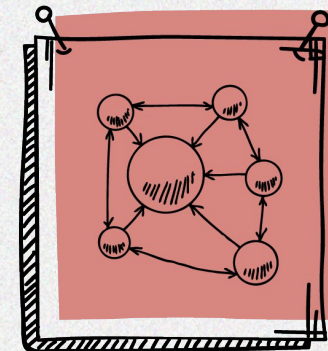
Всероссийская научно-практическая конференция «Система здравоохранения  
Народной Донецкой Республики: стратегические перспективы медико-  
социального и экономического развития»

## Формирование информационно-коммуникационной кампании для повышения грамотности трудоспособного населения по профилактике хронических неинфекционных заболеваний

Журавлева Юлия Сергеевна

Старший научный сотрудник ФГБУ «Центральный научно-исследовательский институт организации и информатизации здравоохранения» Министерства здравоохранения Российской Федерации

28.05.2026, Донецк



**Факторы риска** — это потенциально опасные для здоровья факторы поведенческого, биологического, генетического, экологического, социального характера, окружающей и производственной среды, повышающие вероятность развития заболеваний, их прогрессирование и неблагоприятный исход

По данным ВОЗ – НИЗ являются ведущими причинами смертности:

- Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) – 17,9 млн чел. в год
- Злокачественные новообразования (ЗН) – 9,3 млн чел. в год;
- Хронические респираторные заболевания (ХРЗ) – 4,1 млн чел. в год;
- Сахарный диабет (СД) - 1,5 млн чел. в год.

Наибольшее влияние имеют факторы риска неинфекционных заболеваний

**Поведенческие факторы риска:**

- низкая физическая активность;
- употребление табака;
- чрезмерное употребление алкоголя;
- нерациональное питание (низкий уровень потребления фруктов и овощей, ограничение соли)

**Метаболические/биологические факторы риска:**

- повышенное артериальное давление;
- гипергликемия;
- дислипидемия;
- избыточный вес и ожирение.

В РФ НИЗ формируют :

- около 45% случаев первичной заболеваемости;
- 61% – инвалидности ;
- около 75% преждевременной смертности населения трудоспособного возраста.

**Здоровый образ жизни** - образ жизни человека, помогающий сохранить здоровье и снизить риск неинфекционных заболеваний (НИЗ) путём контроля над поведенческими факторами риска.

**Мероприятия медицинской профилактики:**

- Индивидуальные
- Групповые

**Мероприятия на популяционном уровне:**

- охватывающие большие группы населения (популяцию) или все население в целом, как правило, не ограничивается медицинскими мероприятиями.
- Разработка и реализация программ:
  - региональных,
  - муниципальных,
  - корпоративных
- **Информационно-коммуникационная кампания**

## 11 Федеральных проектов

Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями

Модернизация первичного звена здравоохранения

Оптимальная для восстановления здоровья медицинская реабилитация

Борьба с сахарным диабетом

Здоровье для каждого

Медицинские кадры

Национальная цифровая платформа «Здоровье»

Развитие ФГУ и сети НМИЦ

Борьба с онкологическими заболеваниями

Совершенствование экстренной медицинской помощи

Борьба с гепатитом С и минимизация рисков распространения данного заболевания



**Формирование системы укрепления общественного здоровья путем разработки новых стратегических и тактических подходов к работе системы профилактики хронических неинфекционных заболеваний, позволяющих повысить приверженность граждан к ведению здорового образа жизни**

## ПАСПОРТ

### федерального проекта

Федеральный проект "Здоровье для каждого"

#### 1. Основные положения

Наименование национального проекта	Национальный проект "Продолжительная и активная жизнь"			
Краткое наименование федерального проекта	Здоровье для каждого	Срок реализации проекта	01.01.2025	31.12.2030

**Общественно значимый результат: Увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни, к 2030 году в 1,5 раза (Показатель «Доля граждан, ведущих здоровый образ жизни», утвержден Приказом Росстата от 28 июня 2023 года N 312)**

#### Основные показатели:

1. Доля граждан, ведущих здоровый образ жизни – **до 13,6%** к 2030 году;
2. Доля граждан с факторами риска ХНИЗ, выявленными по результатам проведенных профилактических медицинских осмотров и диспансеризации, прошедших углубленное профилактическое консультирование в Центрах здоровья – **не менее 60%** к 2030 году;
3. Доля граждан, для которых Центрами здоровья разработаны индивидуальные программы по ведению здорового образа жизни – **не менее 95%** к 2030 году;
4. Доля граждан, прошедших углубленное профилактическое консультирование в Центрах здоровья, которым рекомендованы индивидуальные программы здорового питания – **не менее 95%** к 2030 году;
5. Потребление алкогольной продукции на душу населения – **до 7,8 литров чистого спирта** к 2030 году;
6. Распространенность курения табака лицами в возрасте 15 лет и более – **до 16,0%** к 2030 году.



## Ключевые мероприятия (результаты) к 2030 году:

1. Проведен анализ лучших практик корпоративных и региональных программ по ведению здорового образа жизни и профилактике хронических неинфекционных заболеваний с внедрением в деятельность предприятий – в 89 регионах ежегодно;
2. Разработаны и реализованы программы по укреплению общественного здоровья в каждом муниципальном образовании субъектов Российской Федерации (для городов федерального значения – в каждом административном округе или районе) – 2 386 программ к 2030 году;
3. **Проведена информационно-коммуникационная кампания, направленная на повышение приверженности граждан к ведению здорового образа жизни коррекции факторов риска заболеваний;**
4. Организовано диспансерное наблюдение граждан с факторами риска развития ХНИЗ с формированием индивидуальных программ по ведению здорового образа жизни, в том числе с использованием выездных методов работы, – 9,3 млн граждан к 2030 году;
5. Организовано обследование работающих граждан центрами здоровья на рабочем месте, а также диспансерное наблюдение на рабочем месте лиц с выявленными рисками развития ХНИЗ – 5,9 млн чел. к 2030 году;
6. Организованы Центры здоровья для взрослых на базе отделений (кабинетов) медицинской профилактики в центральных районных больницах, районных больницах, в том числе в удаленных населенных пунктах – 200 ед. к 2030 году;
7. Оснащены (дооснащены) оборудованием Центры здоровья для взрослых для выявления и коррекции факторов риска развития ХНИЗ – 470 Центров здоровья к 2030 году;
8. Проведено углубленное изучение и коррекция рационов питания населения в субъектах РФ с целью устранения дефицита макро- и микронутриентов с учетом региональных особенностей

**С 2013 по 2024 год** в муниципальном образовании (г. Хабаровск) проведено социологическое исследование, позволяющее оценить отношения трудоспособного населения к ведению ЗОЖ и определить факторы, влияющие на него, оценить грамотность населения.

**Трудоспособное население г. Хабаровска – составляет 59%, что составляет 48% жителей Хабаровского края.**

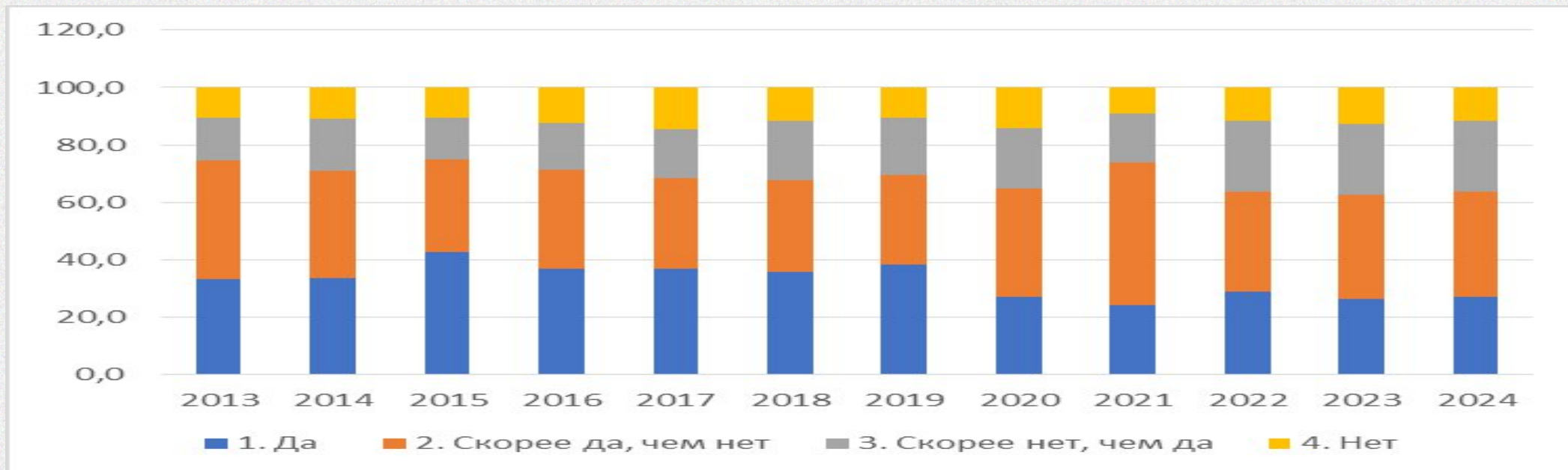
Опрошено - совокупно – 7778 человек. В исследовании использована маршрутная (поквартирная) многоступенчатая случайная выборка. Ошибка выборки не превышает  $\pm 5\%$ .

**Основным инструментарием методики является анкета, состоящая из 50 вопросов, сгруппированных в смысловые блоки, что позволяет сформировать результаты по следующим параметрам:**

- ❖ уровень знаний ведения здорового образа жизни;
- ❖ информированность и участие в мероприятиях, направленных на развитие навыков ЗОЖ;
- ❖ двигательная активность трудоспособного населения;
- ❖ степень распространенности вредных привычек у трудоспособного населения;
- ❖ мотивация на ведение здорового образа жизни;
- ❖ особенности питания населения;
- ❖ специфику контроля и профилактики своего здоровья.

Таким образом, разработанная методика позволяет оценить приверженность трудоспособного населения муниципального образования к ЗОЖ, динамику показателей в разрезе каждого района города, выделить факторы риска НИЗ и оценить грамотность населения и эффективность управленческих действий со стороны муниципалитета.

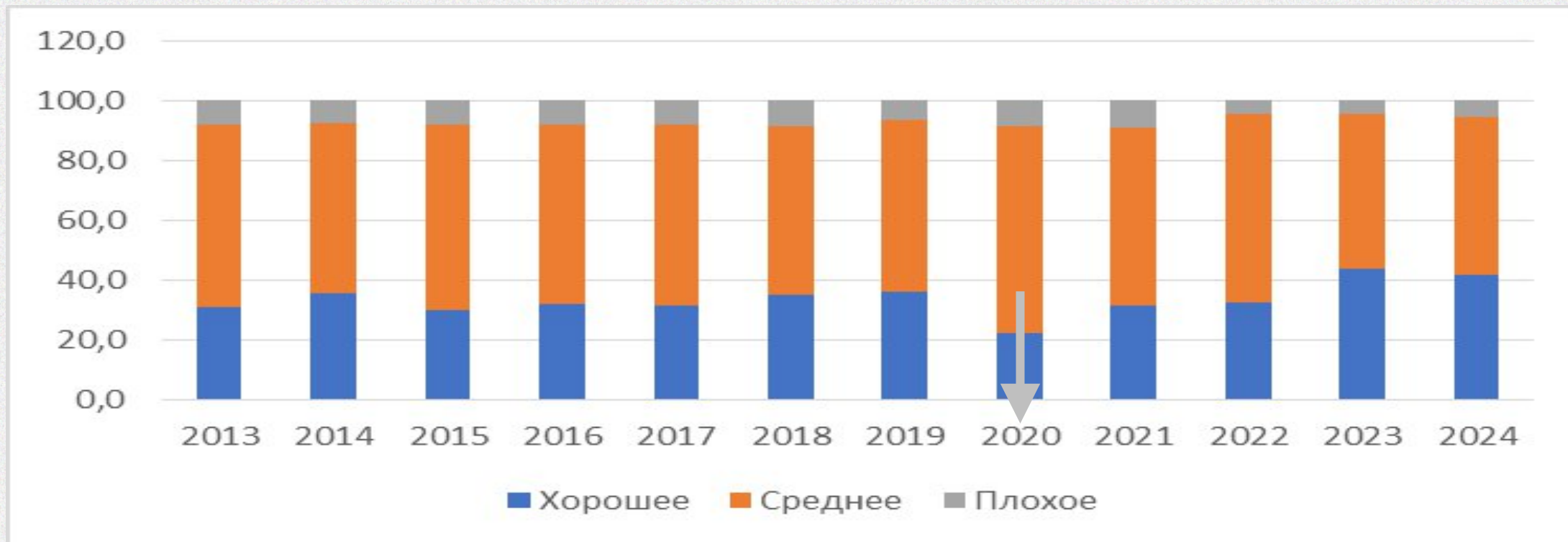
## Самооценки респондентов в отношении ведения здорового образа жизни (в процентах от числа опрошенных)



Под **здоровым образом жизни** понимается целый комплекс его составных элементов: отказ от табака, употребления алкоголя и других наркотических веществ, рациональное питание, физическую активность (физические упражнения, спорт и тому подобное), укрепление психического здоровья и другие меры по укреплению здоровья.

**По результатам мониторингового исследования, 70% опрошенных считают, что они могут сказать, что они «ведут здоровый образ жизни».**

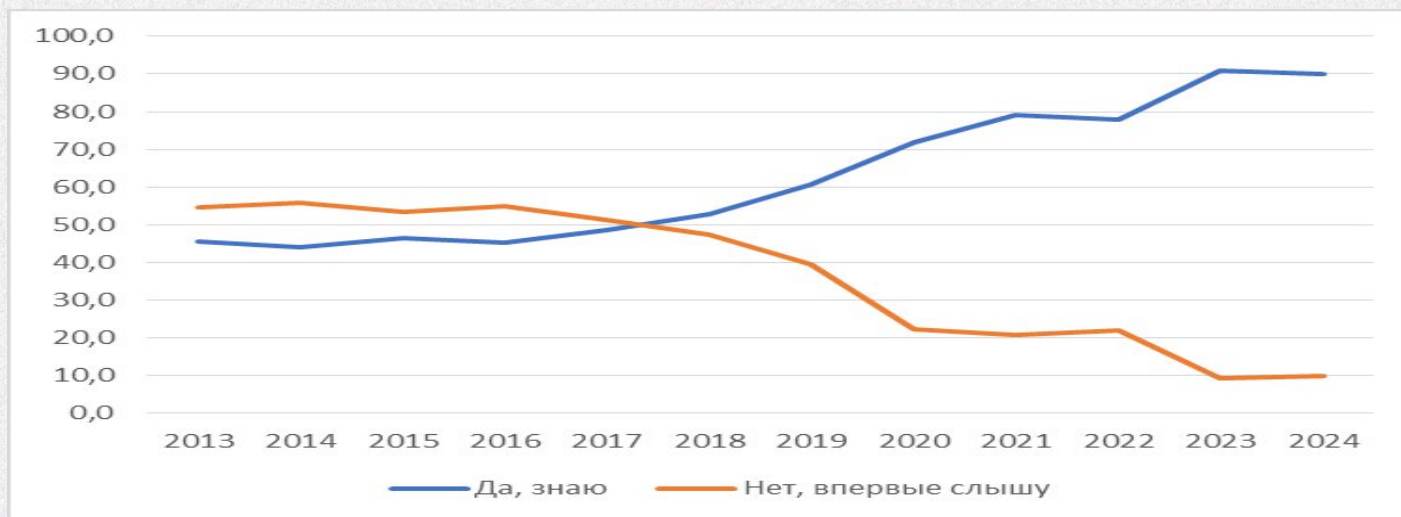
Самооценки респондентов о состоянии здоровья  
(в процентах от числа опрошенных)



При этом, свое здоровье как хорошее оценивают порядка трети респондентов, а основной спад показателя пришелся на 2020 г. – пик пандемии

# Двигательная активность респондентов и их отношение к физической культуре и спорту

Информированность респондентов о рекомендациях ВОЗ о ежедневной физической нагрузке (в процентах от числа опрошенных)



## Взрослым в возрасте 18-64 лет рекомендуется:

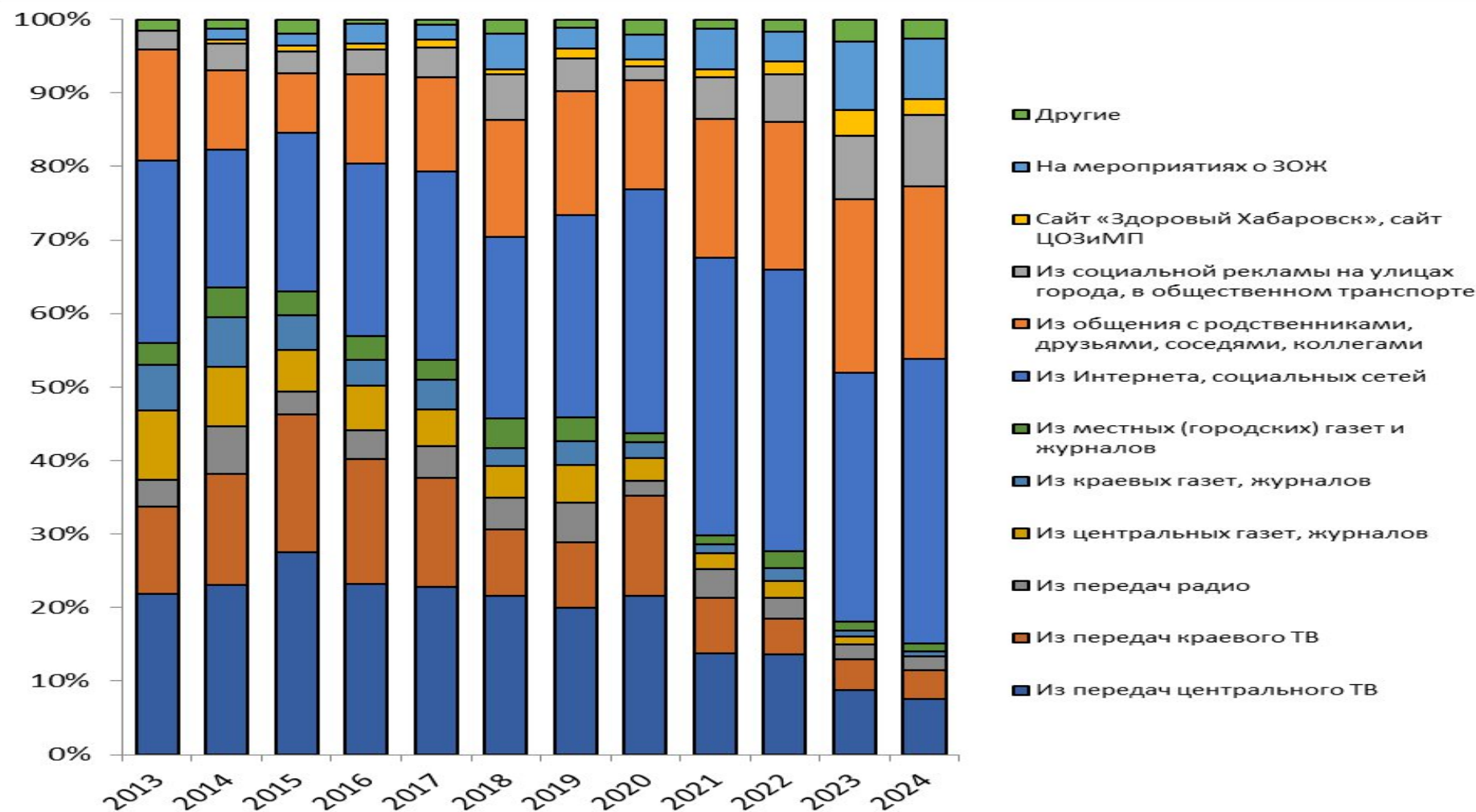
- уделять аэробной физической активности умеренной интенсивности не менее 150-300 минут в неделю;
- или аэробной физической активности высокой интенсивности не менее 75-150 минут в неделю; или уделять время аналогичному по нагрузке сочетанию физической активности средней и высокой интенсивности в течение недели;
- можно увеличить время, уделяемое аэробной физической активности умеренной интенсивности для того, чтобы оно составило более 300 минут; или уделять аэробной физической активности высокой интенсивности более 150 минут в неделю; или уделять время аналогичному по нагрузке сочетанию физической активности средней и высокой интенсивности в течение недели, так как это приносит дополнительную пользу здоровью;
- следует ограничить время, проводимое в положении сидя или лежа.

Более трети (37,2%) респондентов из числа ведущих учет продолжительности пеших прогулок в течение дня ежедневно проходит рекомендуемую ВОЗ норму в 7-8 тысяч шагов;

При этом, под интенсивной физической нагрузкой понимается та, которая длится более 10 минут (плавание, бег, езда на велосипеде, аэробика, занятия в фитнес-центре, спортивные игры). В среднем, четверть опрошенных (23,9%) занимаются интенсивной физической нагрузкой чаще 3-х раз в неделю, из них у 57,5% длительность разовых занятий превышает 40 минут;

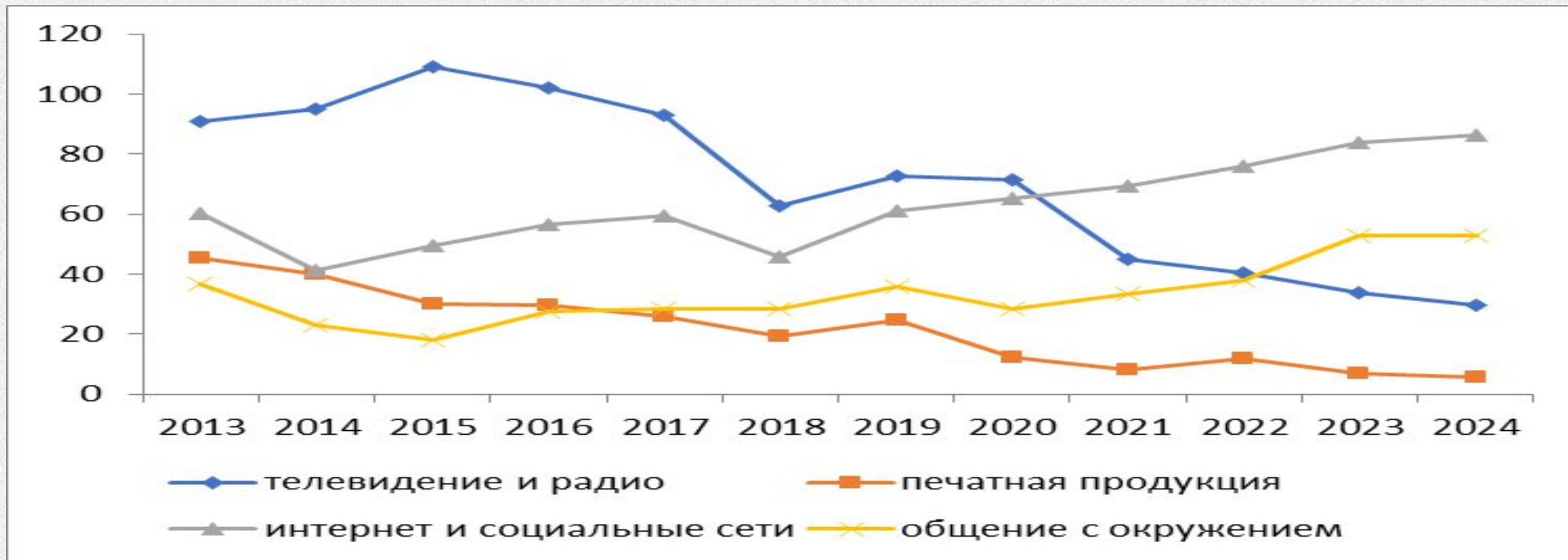
Под неинтенсивной физической нагрузкой понимается более умеренная нагрузка и которая длится также не менее 10 минут (зарядка, ходьба, танцы, работа в саду, работа по дому и хозяйству, активные игры и спортивные занятия с детьми, прогулки с домашними животными). Половина опрошенных (52,7%) занимаются неинтенсивной физической нагрузкой чаще 3-х раз в неделю, из них у 53,2% длительность разовых занятий превышает 40 минут.

# Использование респондентами источников информации о здоровом образе жизни (в процентах от числа опрошенных)



Анализ источников информации о здоровом образе жизни, которыми пользуются респонденты, показал существенную их трансформацию за последние 5-10 лет в сторону интернета.

# Источники информации о здоровом образе жизни (в процентах от числа опрошенных)



**Существенно снижается доля традиционных СМИ (телевидение и радио, печатная продукция), в то же время повышается доля Интернет-источников и социальных сетей, а также неформальных каналов (общение, друзья, коллеги по работе).**

Субъективные показатели отношения городского сообщества к современным средствам распространения информации о ЗОЖ учитываются при разработке и реализации муниципальной информационной политики с учетом изменяющихся потребностей и интересов социальных групп городского сообщества, его возрастных, образовательных, профессиональных и других характеристик, доступности тех или иных источников информации.

**Подготовка медицинских работников к информированию пациентов о вредном влиянии факторов риска на организм человека**

**Информирование населения через взаимодействие с общественными и благотворительными организациями**

**Информирование населения через средства массовой информации и интернет-ресурсы**

**Порядок взаимодействия и формы работы со средствами массовой информации по информированию населения. Основные принципы подачи новостной информации в средствах массовой информации.**

**Использование собственных региональных и муниципальных информационных ресурсов (информационный сайт/портал органа государственной и муниципальной власти, социальные сети и т.д.)**

**Организация и проведение мероприятий по повышению уровня знаний у населения**



Организация онлайн-и офлайн-курсов, школ по здоровому образу жизни, которые могут быть бесплатными для жителей муниципалитета.



Разработка мобильных приложений для мониторинга показателей здоровья, физической активности и питания, которые могут помочь принимать более осознанные решения в сохранении здоровья.



Создание интерактивных карт, которые показывают доступность спортивных объектов, парков, зон отдыха и других мест, где жители могут заниматься спортом и активным отдыхом.



Разработка онлайн-платформ для обмена знаниями и опытом между жителями муниципалитета, которые занимаются спортом и здоровым образом жизни.



Использование ИКТ для организации спортивных мероприятий, таких как онлайн-трансляции соревнований, викторины, онлайн-тренинги и другие активности, которые могут вдохновлять жителей муниципалитета на здоровый образ жизни.



Популяризация ЗОЖ через СМИ, создание и поддержка информационных ресурсов, таких как сайты, социальные сети, электронные рассылки и другие каналы связи для распространения информации о здоровом образе жизни.

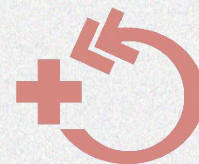


Организация массовых общественных мероприятий по ЗОЖ. Привлечение для информирования населения по вопросам ЗОЖ лидеров общественного мнения регионального и муниципального уровня.



Размещение информационных буклетов и плакатов, ТВ и информационных панелей в местах массового скопления людей, таких как больницы, магазины, торговые центры, библиотеки, и т.д.

# Контакты



ЦНИИОИЗ

Центральный научно-исследовательский институт организации и информатизации здравоохранения



+7 (495) 618-31-83



[www.mednet.ru](http://www.mednet.ru)



[mail@mednet.ru](mailto:mail@mednet.ru)



г. Москва, Добролюбова, 11

## Наши социальные сети



@cniioizofficial



@okobyakova



ЦНИИОИЗ  
Центральный научно-исследовательский  
институт организации и информатизации  
здравоохранения

Всероссийская научно-практическая конференция "Система здравоохранения Донецкой Народной Республики: стратегические перспективы медико-социального и экономического развития региона" в рамках XII Международного научного форума ДНР: "Инновационные перспективы Донбасса: инфраструктурное и социально-экономическое развитие"

## Формирование информационно-коммуникационной кампании для повышения грамотности трудоспособного населения по профилактике хронических неинфекционных заболеваний

Журавлева Юлия Сергеевна

Старший научный сотрудник ФГБУ «Центральный научно-исследовательский институт организации и информатизации здравоохранения» Министерства здравоохранения Российской Федерации

28.05.2026, Донецк

