

Здоровая нация — сильная Украина

По итогам Всемирного дня здоровья

Начиная с 1950 г. ежегодно во всем мире 7 апреля отмечается как Всемирный день здоровья с целью дать людям возможность осознать, как много значит здоровье в их жизни. Каждый год мероприятия в рамках этой инициативы посвящены глобальной проблеме, стоящей перед здравоохранением планеты.

Так, в этом году темой Всемирного дня здоровья стала безопасность пищевых продуктов. Ключевые принципы поддержания здоровья из года в год не меняются: достаточный по интенсивности уровень ежедневной двигательной активности и рациональное питание. Они крайне актуальны для Украины, которая, как известно, занимает 90-е место в мире по показателям состояния здоровья населения и 150-е — по продолжительности жизни, причем это одно из последних мест в списке.

Низкий уровень двигательной активности населения Украины сдерживает формирование здорового образа жизни, от которого, по оценкам специалистов, на 60% зависит состояние здоровья. По статистике, только 13,5% населения Украины целенаправленно занимается физкультурно-оздоровительными мероприятиями, в то время как, например, в скандинавских странах этот показатель составляет 85%. Малоподвижный образ жизни провоцирует возникновение сердечно-сосудистых заболеваний, проблем опорно-двигательного аппарата (прежде всего позвоночника), сахарного диабета, рака; ускоряет процессы старения и приводит к ожирению.

По данным ВОЗ, избыточный вес является основным фактором риска смерти в мире (3,4 млн людей ежегодно умирают по причинам, ассоциированным с ожирением). В 2013 г. 42 млн детей в возрасте до 5 лет страдали ожирением. Согласно данным Украинского центра новых технологий здоровья, избыточным весом и ожирением страдают около 60% населения нашей страны (у 23,8% — ожирение и у 36,7% — избыточный вес), только треть (33%) популяции имеет нормальный вес и лишь 6,6% — недостаточный вес. Что касается занятий физкультурой и спортом, то около 70% населения Украины не занимаются регулярной физической активностью. Такая же неутешительная статистика и в отношении культуры рационального питания: 75% населения Украины не придерживаются системности в питании и принимают пищу без оценки ее качества, питательной и энергетической ценности.

По информации ВОЗ, небезопасные пищевые продукты ежегодно становятся причиной смерти примерно 2 млн человек, главным образом детей. Причиной более 200 заболеваний — от диареи до рака — являются присутствующие в пище патогенные бактерии, вирусы, паразиты или химические и биологические вещества и радионуклиды. Сделать продукты питания безопасными на всех этапах цепочки «от фермы до тарелки» в эпоху глобализации производства и поставок пищевых продуктов — значит обратить внимание тех, кто работает в различных правительственных секторах, производителей, торговой сети, а также медицинских работников и потребителей на важность безопасности пищевых продуктов. Кроме того, это предполагает осознание важности обеспечения безопасности потребления продуктов, лежащих в тарелке.

К пропаганде правильного образа жизни в этом году в Украине подошли творчески. За несколько дней до чествования Всемирного дня здоровья по всей стране и прежде всего в г. Киеве проводились спортивные мероприятия, во многих поликлиниках можно было бесплатно пройти оценку основных функций организма, а 5 апреля в НСК «Олимпийский» состоялась грандиозная выставка-продажа продуктов здорового питания.

7 апреля в отеле «Премьер Палас» был проведен круглый стол, где были представлены результаты национального исследования состояния здоровья населения Украины и предложены пути к проведению качественных реформ в формировании культуры здорового образа жизни. Целью Всеукраинского проекта «Здоровая нация — сильная Украина» стало формирование в обществе стойких принципов, когда модной формой поведения становится здоровый образ жизни с рациональным питанием и адекватной физической активностью. Для этого объединяются усилия государства, бизнеса, общественных и международных организаций



в расширении инфраструктуры спортивных сооружений, в том числе на придворовых территориях, в контроле качества пищевых продуктов «от фермы до тарелки». Особая роль в информировании населения о принципах здорового образа жизни отводится СМИ.

Открывая круглый стол, министр здравоохранения Украины Александр Квиташвили поздравил присутствующих со Всемирным днем здоровья и подчеркнул важность проведения различных мероприятий для приобщения населения к ведению здорового образа жизни, поскольку здоровье нации — это безопасность государства. Для обеспечения высокого уровня защиты здоровья людей и создания прозрачных условий ведения хозяйственной деятельности в сфере безопасности производства пищевых продуктов МЗ Украины гармонизирует законодательство Украины с законодательством Европейского союза. Александр Квиташвили отметил, что, кроме пропаганды, существуют административные и экономические рычаги воздействия на людей в приобщении к здоровому образу жизни. Так, в США и ряде европейских стран страховка для курящих лиц стоит дороже, чем для некурящих. Помимо этого, родители, отказывающиеся от вакцинации детей, имеют ограничения для поступления в ряд учреждений или лишаются прав на получение некоторых налоговых льгот и возмещение части затрат на уход за ребенком.



Министр молодежи и спорта Украины Игорь Жданов подчеркнул, что спорт и здоровье невозможно отделить одно от другого, поэтому пропаганда и поддержка здорового образа жизни являются одними из ключевых заданий профильного министерства, которое оно последовательно внедряет вместе с национальными спортивными федерациями, гражданскими организациями и неформальными объединениями.

Украина присоединилась к мировому процессу массового движения «Спорт для всех», создавая для этих целей сеть спортивных центров, придворовых спортивных площадок, а также развивая определенные двигательные активности — брейк-данс, паркур, футбэг, флорбол, Street Workout и др. Кроме того, И. Жданов отметил, насколько важно сохранить ранее созданные



детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ) и поддержать сейчас их работу, так как приобщение к спорту начинается в детском возрасте. Сейчас в Украине работает 1500 ДЮСШ, в которых занимаются около 580 тыс. детей. Необходимо восстановить работу спортивных секций в общеобразовательных учреждениях и вузах, ввести утреннюю школьную зарядку до начала уроков, физкультурные паузы на уроках и физкультурные минутки на переменах.

Глава комитета Верховной Рады Украины по вопросам здравоохранения Ольга Богомолец отметила, что от сердечно-сосудистых заболеваний в Украине ежегодно умирают полмиллиона граждан. Значимое влияние оказывают не только неправильное питание и малоподвижный способ жизни, но и высокий уровень стресса и хронической депрессии, в которой пребывают украинцы. О. Богомолец информировала о существовании гражданской платформы «Украина 80+», которая считает своей миссией построение новой системы ценностей в государстве, ориентированной на каждого человека и его семью. Платформа нацелена на увеличение продолжительности достойной, здоровой жизни человека до 80 и более лет. Для достижения единой цели проект предусматривает объединение усилий общественных организаций, бизнес-структур и государства.

Глава Бюро ВОЗ в Украине Дорит Ницан Калуски отметила, что сегодня большинство людей в состоянии самостоятельно решить, какие продукты питания покупать, какую физическую нагрузку выполнять, как еще заботиться о своем здоровье, чтобы улучшить качество жизни. Однако некоторые люди все же не имеют возможности принимать такие решения, что обусловлено отсутствием либо необходимых денежных средств, либо достаточной осведомленности. Поэтому крайне важно провести реформы здравоохранения и способствовать тому, чтобы люди принимали правильные решения в отношении своего здоровья. И роль СМИ в этом процессе может быть ключевой.

Медицинский эксперт Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) Екатерина Булавинова очертила три важные темы для поддержания здоровья ребенка начиная от периода внутриутробного развития, грудного вскармливания и необходимости прохождения полного курса вакцинации. Ключевыми моментами в питании, по мнению Е. Булавиновой, являются адекватное поступление йода (благодаря потреблению йодированной соли) и фолиевой кислоты для предупреждения негативного воздействия на интеллектуальные способности детей.

Глава ВГО «Содружество социальных предприятий Украины» Глеб Спиваков поделился опытом оказания объемных социально ориентированных бесплатных услуг населению для улучшения состояния здоровья. За последние 5 лет около 5 млн пенсионеров получили возможность бесплатного пользования медицинским оборудованием для диагностики заболеваний, курсов массажа. Около 600 тыс. женщин приняли участие в программе похудения с помощью безопасных методов. Также в активе деятельности организации — спонсорство в проведении флорбола для 55 тыс. детей и проведение ежедневно 1800 зарядок по лучшим методикам.

По итогам круглого стола была принята Резолюция плана действий во исполнение государственной политики «Здоровая нация — сильная Украина» как части реализации программы Европейского союза «Европейская стратегия здоровья — 2020».

Подготовил Сергей Гордиенко

3