



**РЦМП**

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР

# О реализации в Удмуртской Республике комплекса мер, направленных на формирование здорового образа жизни среди населения

Главный врач БУЗ УР «РЦМП МЗ УР»,  
главный внештатный специалист МЗ УР по медицинской  
профилактике,

Шишкина Наталья Александровна

# Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период

1. Национальный проект «Демография»: «Укрепление общественного здоровья», «Старшее поколение»
2. Национальный проект «Здравоохранение»: «Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями», «Борьба с онкологическими заболеваниями», «Развитие детского здравоохранения, включая создание современной инфраструктуры оказания медицинской помощи детям»

## Цели:

- **Повышение к 2024 году ожидаемой продолжительности жизни при рождении до 78 лет**
- **Увеличение ожидаемой продолжительности здоровой жизни до 67 лет**
- **Увеличение рождаемости**
- **Увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 55 %**



# Год здоровья в Удмуртской Республике



ГЛАВА  
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ



УДМУРТ ЭЛЬКУНЛЭН  
ТӐРОЕЗ

## РАСПОРЯЖЕНИЕ

О проведении в Удмуртской Республике Года здоровья

В рамках реализации национальных проектов «Здравоохранение» и «Демография»:

1. Провести в 2019 году в Удмуртской Республике Год здоровья.

2. Утвердить прилагаемые:

План мероприятий по проведению в Удмуртской Республике Года здоровья;

состав организационного комитета по проведению в Удмуртской Республике Года здоровья.

3. Настоящее распоряжение вступает в силу со дня его подписания.

Глава  
Удмуртской Республики



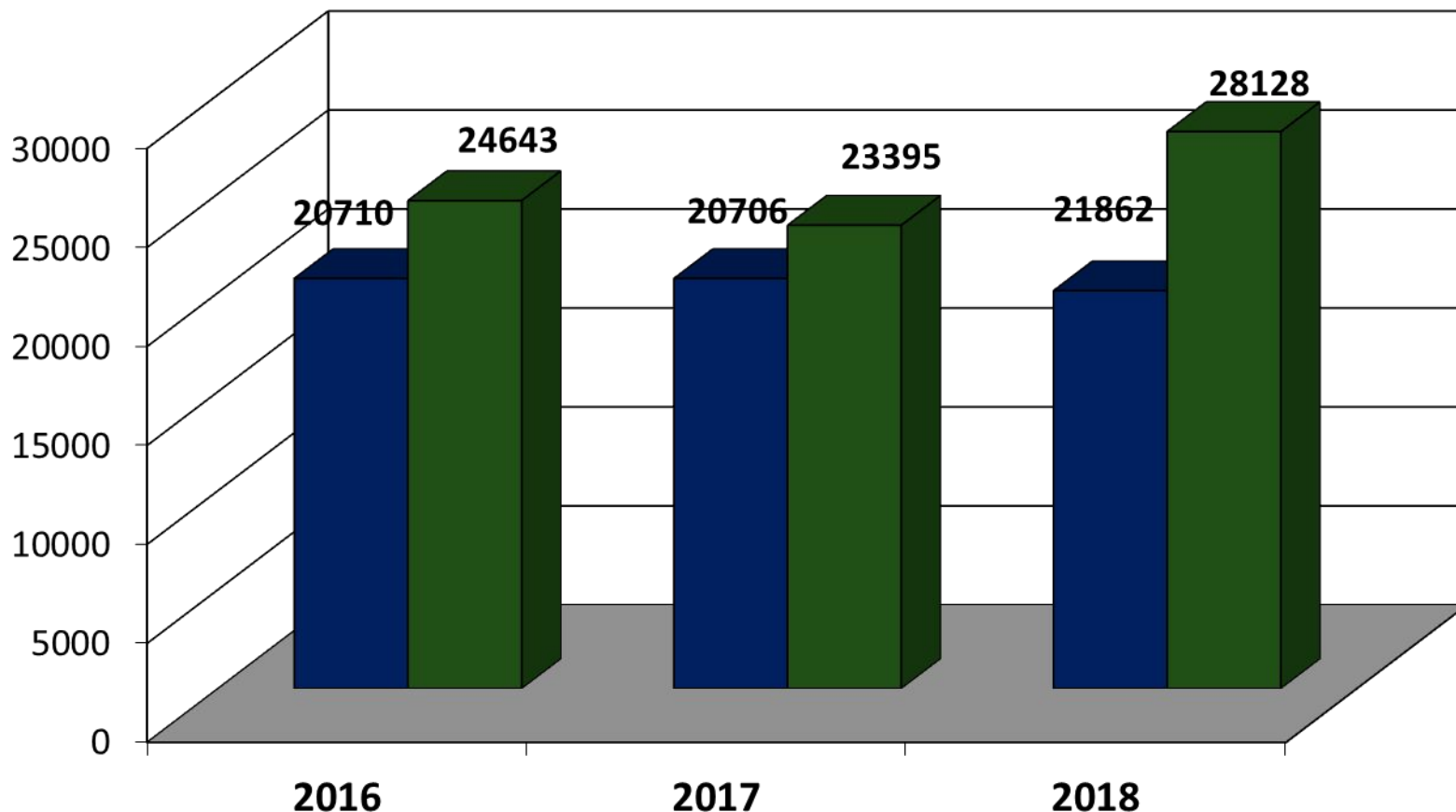
А.В. Бречалов

г. Ижевск  
5 февраля 2019 года  
№ 25-РГ

# Основные направления в работе по формированию здорового образа жизни населения Удмуртской Республики

1. Подготовка кадров по вопросам формирования здорового образа жизни
2. Разработка информационно-просветительских материалов
3. Информационно-просветительская работа среди населения, пропаганда здорового образа жизни
4. Проведение массовых профилактических мероприятий
5. Работа Школ здоровья и Кабинетов помощи при отказе от курения
6. Проведение профилактических осмотров, в том числе диспансеризации взрослого населения
7. Работа центров здоровья

# Обучение кадров в 2016-2018 гг.



- медицинские работники
- немедицинские работники

# Подготовка информационных материалов

- ❑ Более 2 тысяч санитарных бюллетеней
- ❑ Более 6 тысяч информационных стендов и «Уголков здоровья»
- ❑ Более 4 тысяч информационных статей для сайтов и групп в социальных сетях
- ❑ Более 2 тысяч рефератов
- ❑ 700 новых листовок

**ГОД ЗДОРОВЬЯ – ЭТО ВРЕМЯ ПЕРЕЙТИ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

[HTTP://MEDPROF18.RU](http://medprof18.ru)

#КОМАНДАДУМРУТИ  
#ГОДЗДОРОВЬЯ

**ГОД ЗДОРОВЬЯ – ЭТО ВРЕМЯ ЗАНЯТЬСЯ СПОРТОМ. ЗАПИШЬ ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС!**

[HTTP://MEDPROF18.RU](http://medprof18.ru)

ГОД ЗДОРОВЬЯ 2019

#КОМАНДАДУМРУТИ  
#ГОДЗДОРОВЬЯ

**ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ**  
ЭТО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И РАННЕЕ ВЫЯВЛЕНИЕ

- Более 10 систем кровообращения, эндокринная, иммунная, пищеварительная, выделительная, опорно-двигательная, хронические болезни легких.

- 1 Обратитесь в регистратуру своей поликлиники.
- 2 Получите направление на анализы.
- 3 Пройдите клинические исследования, получите консультацию терапевта.

**Ваня прошел ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ бесплатно! А ТЫ?**

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ 1 раз в 3 года	ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ 1 раз в 2 года
<b>мужчины и женщины</b> Возраст: 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99	<b>мужчины и женщины</b> Возраст: 45, 53, 59, 65, 71, 77, 83
<b>исследования и анализы:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• измерение артериального давления</li><li>• измерение частоты пульса</li><li>• измерение уровня сахара в крови</li><li>• измерение уровня холестерина</li><li>• измерение уровня гемоглобина</li><li>• измерение уровня глюкозы</li></ul>	<b>исследования и анализы:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• измерение артериального давления</li><li>• измерение частоты пульса</li><li>• измерение уровня сахара в крови</li><li>• измерение уровня холестерина</li><li>• измерение уровня глюкозы</li></ul>

**ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ СМОТР**

Мужчины и женщины, которые не проходят диспансеризацию в этом году:

- женщины старше 65 лет
- мужчины старше 70 лет
- женщины старше 75 лет
- мужчины старше 80 лет
- женщины старше 85 лет
- мужчины старше 90 лет

[medprof18.ru](http://medprof18.ru)

**РЕФЕРАТ**

На тему:  
**«В здоровом теле здоровый дух»**

Выполнил: Шенюк Иван

Введение:

Еще мы – дети природы. Сегодня уже ясно, что наше здоровье по значению превосходит все остальное. Природа всегда доступна нам друг и защитник.

**15 МАЯ – 21 МАЯ 2017 года**  
**ВСЕРОССИЙСКАЯ АКЦИЯ**  
**#СТОПВИЧСПИД**

**21 МАЯ – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ПАМЯТИ ЖЕРТВ СПИДА**

Население России составляет более 146 миллионов человек. Из них живут с ВИЧ около 900 000 человек. Каждый час в России заражается 10 человек.

**ОСТАНОВИМ СПИД ВМЕСТЕ! ПРОЙДИ ТЕСТ НА ВИЧ!**

БЕСПЛАТНО можно сдать анализ на ВИЧ по адресу: г. Ижевск, ул. Труда 17а, БУЗ УР "УРЦ СПИД и ИЗ" тел. (3412) 21-15-94



# Распространение информации среди населения

Ежегодно распространяется более 350 тысяч экземпляров

агионо-просветительских



## Здоровый стиль

Здоровье для всех и для каждого

Информационно-просветительские материалы  
• буклеты  
• плакаты  
• листовки  
• видеоролики  
• аудиозаписи  
• компьютерные программы  
• мобильные приложения

## Медицинский вестник удмуртии

В центре внимания – дети

Медицинский вестник удмуртии – это журнал для родителей и детей. В нем вы найдете полезную информацию о здоровье детей, о профилактике заболеваний, о лечении различных болезней. Журнал содержит интересные статьи, советы врачей, рецепты народных средств. Журнал доступен в печатном и электронном вариантах.

Адрес: г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10  
Тел: (3412) 68-67-47  
E-mail: info@medvestnik.ru

### Вы сможете спасти чью-то жизнь. Запомните симптомы инсульта

Симптомы инсульта:

- Лицо: одно из половинок лица становится онемевшим или свисает.
- Рука: одна из половинок руки становится онемевшей или вываливается.
- Речь: становится невнятной, непонятной или пропадает совсем.

Срочно вызовите скорую помощь! ☎ 103

2019

Дата	Время	Место
01.01.2019	08:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
02.01.2019	09:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
03.01.2019	10:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
04.01.2019	11:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
05.01.2019	12:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
06.01.2019	13:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
07.01.2019	14:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
08.01.2019	15:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
09.01.2019	16:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
10.01.2019	17:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
11.01.2019	18:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
12.01.2019	19:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
13.01.2019	20:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
14.01.2019	21:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
15.01.2019	22:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
16.01.2019	23:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
17.01.2019	00:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
18.01.2019	01:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
19.01.2019	02:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
20.01.2019	03:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
21.01.2019	04:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
22.01.2019	05:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
23.01.2019	06:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
24.01.2019	07:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
25.01.2019	08:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
26.01.2019	09:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
27.01.2019	10:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
28.01.2019	11:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
29.01.2019	12:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
30.01.2019	13:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
31.01.2019	14:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10

ОИЧП  
Тел: (3412) 68-67-47  
E-mail: info@medvestnik.ru

### Вы сможете спасти чью-то жизнь. Запомните симптомы инсульта

Симптомы инсульта:

- Лицо: одно из половинок лица становится онемевшим или свисает.
- Рука: одна из половинок руки становится онемевшей или вываливается.
- Речь: становится невнятной, непонятной или пропадает совсем.

Срочно вызовите скорую помощь! ☎ 103

2019

Дата	Время	Место
01.01.2019	08:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
02.01.2019	09:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
03.01.2019	10:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
04.01.2019	11:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
05.01.2019	12:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
06.01.2019	13:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
07.01.2019	14:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
08.01.2019	15:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
09.01.2019	16:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
10.01.2019	17:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
11.01.2019	18:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
12.01.2019	19:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
13.01.2019	20:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
14.01.2019	21:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
15.01.2019	22:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
16.01.2019	23:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
17.01.2019	00:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
18.01.2019	01:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
19.01.2019	02:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
20.01.2019	03:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
21.01.2019	04:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
22.01.2019	05:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
23.01.2019	06:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
24.01.2019	07:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
25.01.2019	08:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
26.01.2019	09:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
27.01.2019	10:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
28.01.2019	11:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
29.01.2019	12:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
30.01.2019	13:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10
31.01.2019	14:00	г. Ижевск, ул. Мухоморова, 10

ОИЧП  
Тел: (3412) 68-67-47  
E-mail: info@medvestnik.ru

## СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА С ВРАЧОМ

Скандинавская ходьба – популярный и приятный метод оздоровления организма

Республиканский центр медицинской профилактики предлагает групповые занятия скандинавской ходьбой в сопровождении врача лечебной физкультуры (инструктора по скандинавской ходьбе)

Для чего нужен врач?

- Обучит технике правильной ходьбы
- Подберет для вас индивидуальную нагрузку
- Будет всегда рядом

Прогулка с врачом – это интересно и познавательно!

Запись в группы скандинавской ходьбы в Республиканском центре медицинской профилактики: г. Ижевск, площадь имени 50-летия Октября, 21. Тел. (3412) 68-67-47

## ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ 1 раз в 3 года

Возраст 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96

Включаются в группу:

- женщины
- мужчины
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями

Включаются в группу:

- женщины
- мужчины
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями

Мужчины и женщины, которые не проходят диспансеризацию в свои годы:

- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями
- лица с заболеваниями

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР



# Размещение социальной рекламы

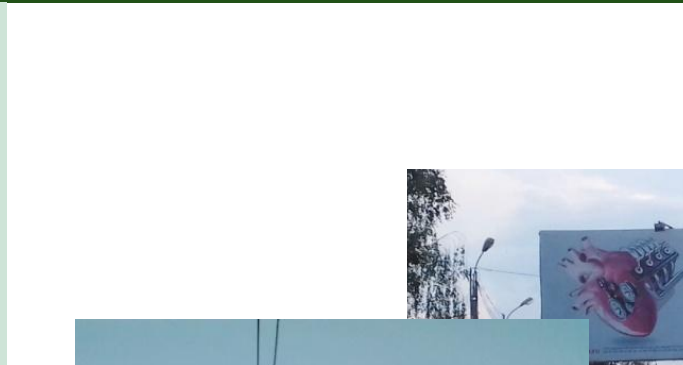
МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Какой осмотр  
важнее?**

**ПРОЙДИ БЕСПЛАТНУЮ  
ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ!**

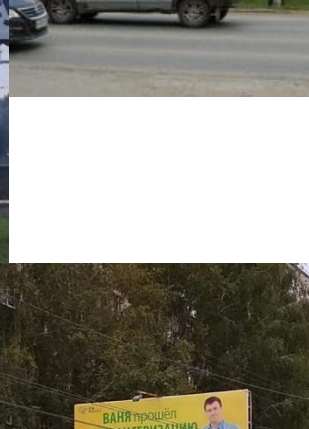
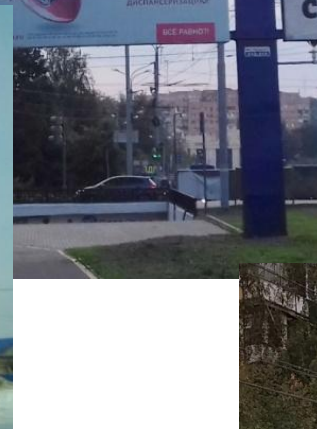
**ВСЁ РАВНО?!**

takzdorovo.ru



**РАК ИЗЛЕЧИМ  
ПРИ РАННЕЙ ДИАГНОСТИКЕ  
И СВОЕВРЕМЕННОМ ЛЕЧЕНИИ**

- ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ
- ПРОФОСМОТРЫ
- САМОКОНТРОЛЬ
- ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ  
И АЛКОГОЛЯ
- ДВИЖЕНИЕ
- ФРУКТЫ И ОВОЩИ
- ПОЗИТИВ



**ВМЕСТЕ МЫ  
СИЛЬНЕЕ  
РАКА**

2017 - ГОД ПРОФИЛАКТИКИ  
ЭКОЛОГИЧЕСКИХ НОВОБОЛЕЗНЕЙ

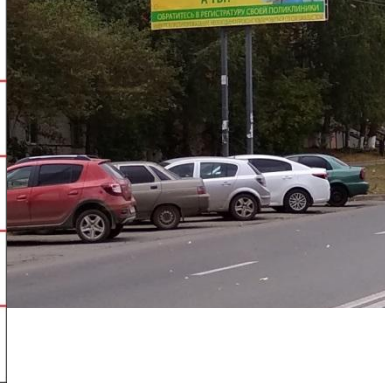
www.mzur.ru  
www.medprof18.ru

Максим  
Вылегжанин:

**ИДТИ  
ПО ЖИЗНИ  
УВЕРЕННО!**

- КОНТРОЛЬ**  
АРТЕРИАЛЬНОГО  
ДАВЛЕНИЯ
- ХОДЬБА**  
30 МИНУТ В ДЕНЬ
- ОВОЩИ И ФРУКТЫ**  
600 ГРАММ В ДЕНЬ
- ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ  
МЕДОСМОТР**  
ЕЖЕГОДНО
- ОТКАЗ**  
ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РФ, ПИМР, МОСКОБЛАСТ



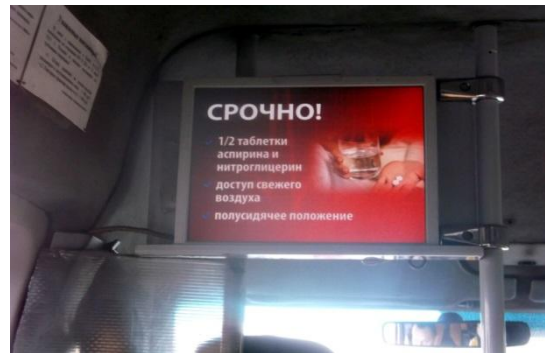
**ВАНЯ** прошёл  
**ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ**  
бесплатно!  
**А ТЫ?**

**ОБРАТИТЕСЬ В РЕГИСТРАТУРУ СВОЕЙ ПОЛИКЛИНИКИ**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ. 0+



# Размещение социальной рекламы



# Создание единой базы информационных материалов

Приложения Я Яндекс Почта Mail.Ru: почта, пои... Демография:Феде... ПРОФИЛАКТИКА З... Здоровая Россия ...

**РИМП**  
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР

**РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ**  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

(3412) 68-65-60 приёмная  
426034 г. Ижевск, площадь им. 50-летия Октября, 21  
Схема проезда

ГЛАВНАЯ О НАС ПАЦИЕНТАМ МЕДРАБОТНИКАМ ИНФОРМАЦИОННЫЕ МАТЕРИАЛЫ ГОД ЗДОРОВЬЯ КОНТАКТЫ

Видео

- Аудио
- Плакаты
- Баннеры
- Памятки
- Буклеты
- Наша газета
- Уроки здоровья
- Комплексы гимнастики
- Диспансеризация
- Профилактика инсультов/инфарктов
- Профилактика онкозаболеваний
- Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний

**Видео**

- [Здоровый образ жизни](#)
- Спасибо, доктор!
- [Спасибо, доктор! 01.02.2019](#)
- [Спасибо, доктор! 08.02.2019](#)
- [Спасибо, доктор! 22.02.2019](#)
- Танцевальный флеш-моб
- [Егор Дюжнин танцевальный флеш-моб начало.mp4](#)
- [Егор Дюжнин танцевальный флеш-моб продолжение.mp4](#)
- О самом важном для детей
- [Что такое давление.mp4](#)
- [Что такое атеросклероз.mp4](#)
- [Что такое гипертония.mp4](#)

Инсульт

Отправьте нам сообщение jivosite

[www.medprof18.ru](http://www.medprof18.ru)

БУЗ УР «Республиканский центр медицинской профилактики МЗ УР»

**Здоровая еда –  
залог успеха и  
благополучия**

**Здоровый образ жизни  
и его составляющие**

БУЗ УР «Республиканский центр медицинской профилактики  
Министерства здравоохранения Удмуртской Республики»

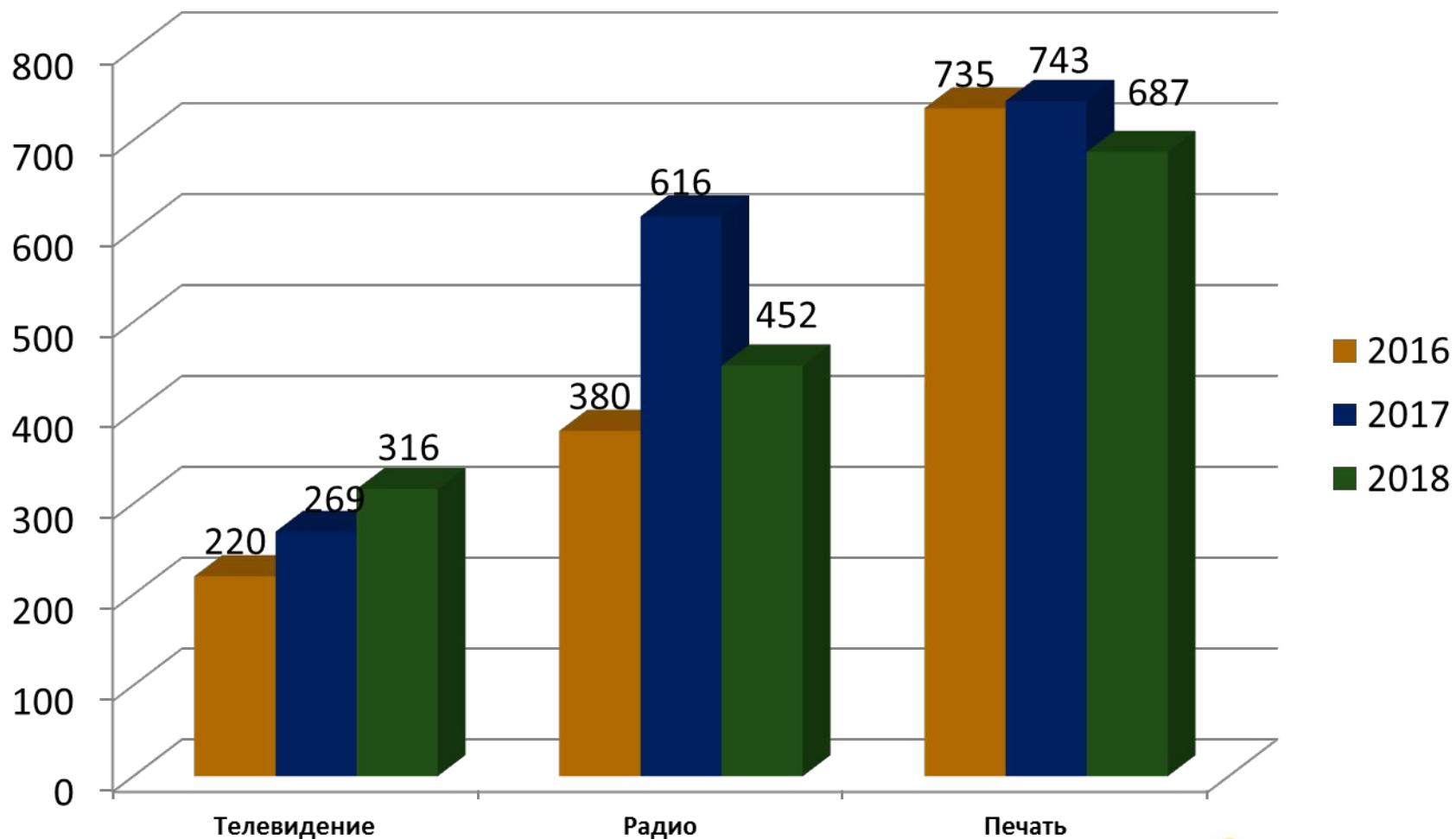


РВФД

*Организация рационального  
двигательного режима среди  
различных категорий населения*



# Средства массовой информации





# Информационная работа с населением



Перезагрузи стресс · рф  
8-800-100-0906  
круглосуточно!

ОНЛАЙН-КАБИНЕТ  
ВРАЧА  
Задать вопрос

A doctor in a white coat is holding a globe of the Earth. The globe is blue and green, representing the Earth.

Спасибо,  
доктор!

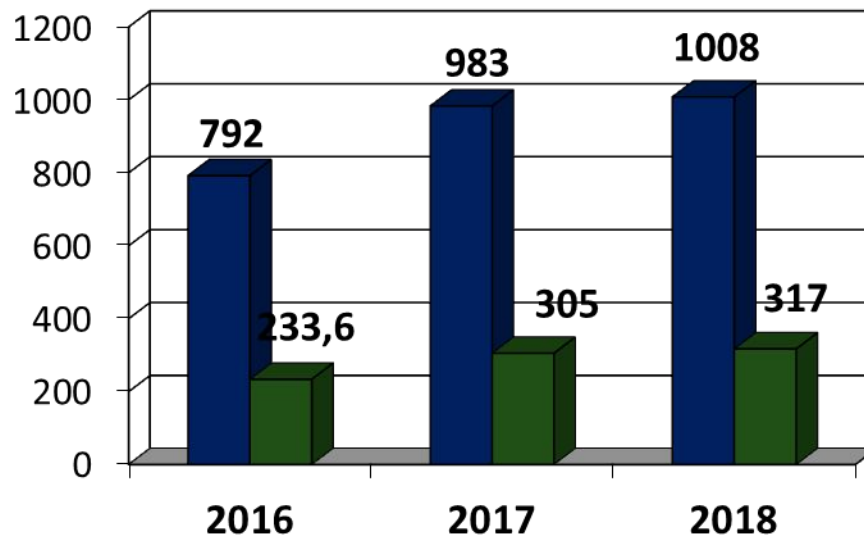
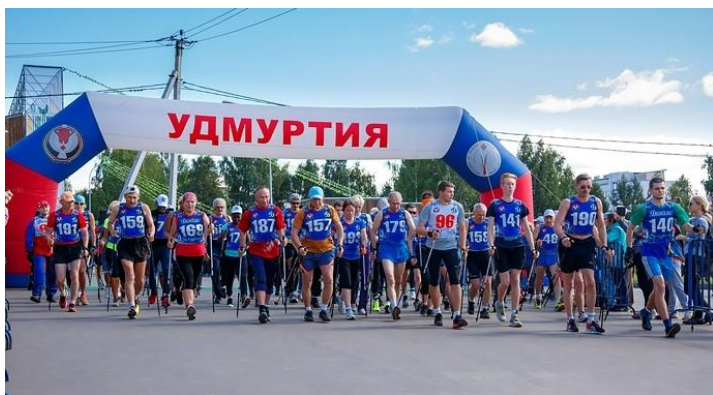
A 3D white character is holding a red heart. The character is simple and stylized.

РЦМП  
РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР

The logo consists of a stylized human figure in green and blue, followed by the text "РЦМП" and "РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР".



# Массовые профилактические мероприятия



■ кол-во массовых мероприятий  
 ■ кол-во участников, тыс. чел.

# Форумы здоровья

2018 год:

- Алнашский район
- Киясовский район
- Завьяловский район
- Вавожский район
- Селтинский район
- Устиновский район г. Ижевска
- Первомайский район г. Ижевска





# Информационные профилактические Проекты в Удмуртской Республике

ПРОГУЛКА  
ВРАЧЕМ



*Сегодня модно  
быть здоровым!*

# Школы здоровья Удмуртской Республики



31  
направлени  
е

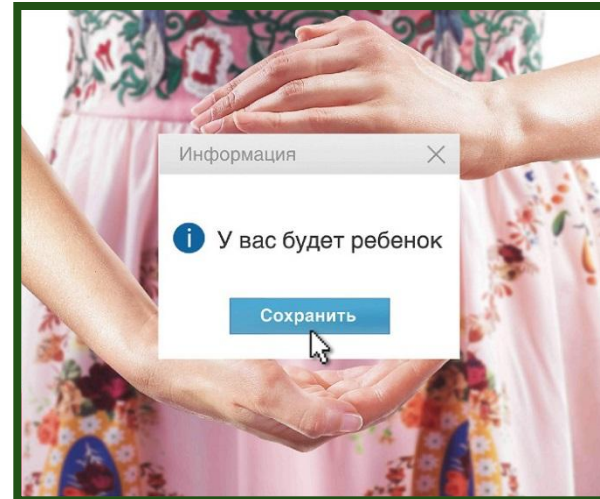
279 Школ  
здоровья

80 тысяч  
обученных  
ежегодно





## Школа физической активности



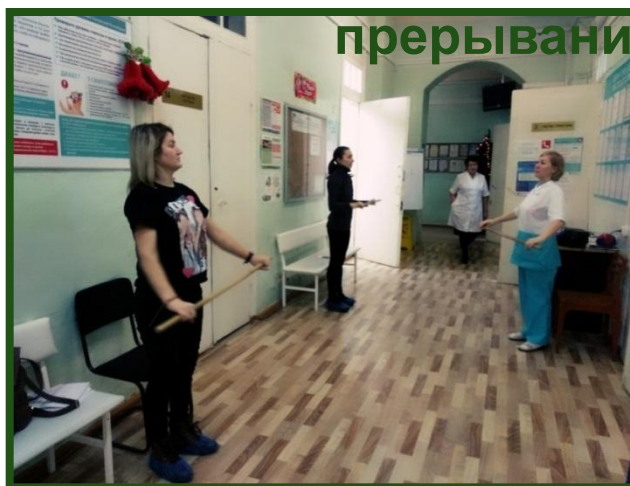
## Психологическое консультирование беременных женщин, планирующих прерывание беременности


**БУЗ УР «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР»**

**приглашает Вас**  
 к главному внештатному специалисту-диетологу  
 Министерства здравоохранения Удмуртской Республики,  
 заслуженному работнику здравоохранения УР  
**Белокрыловой Ирине Игоревне**


**ШКОЛА  
ЗДОРОВОГО  
ПИТАНИЯ**

**НА БЕСПЛАТНЫЕ ЛЕКЦИИ  
по вопросам правильного питания**  
 по вторникам - в 15.00, по четвергам - в 17.40

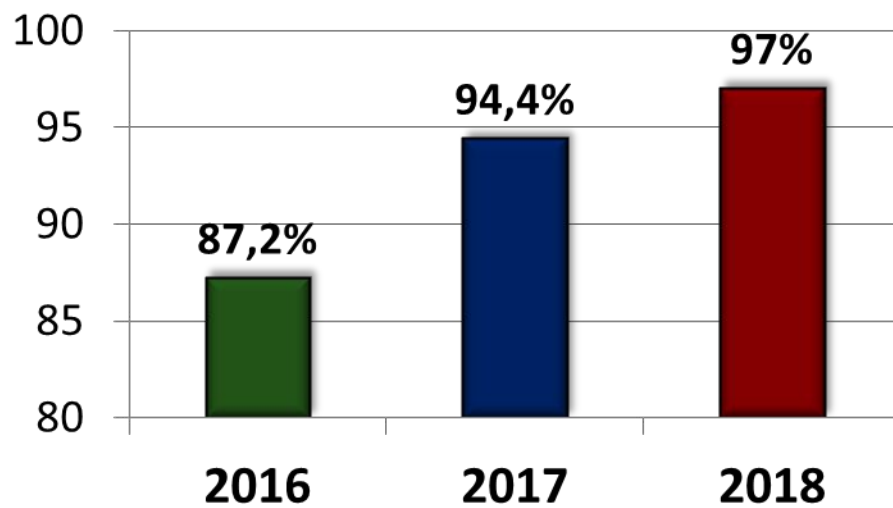


## Оздоровительный Проект «Зарядка в

# Диспансеризация



## Выполнение плана



В 2018 году  
осмотрено  
240379  
человек

# Задачи на 2019 год

1. Проведение региональной информационно-коммуникационной кампании по профилактике инсульта и инфаркта
2. Разработка и внедрение корпоративных программ укрепления здоровья.
3. Реализация мероприятий Года здоровья в Удмуртской Республике.
4. Проведение Единых дней диспансеризации. Ближайший – 13 апреля.
5. Организация работы мобильных диагностических комплексов.

# Задачи на 2019 год

6. Открытие на базе БУЗ УР «Республиканский центр медицинской профилактики МЗ УР»:
  - Центра медицинских осмотров,
  - Центра диетологии,
  - Центра медико-социальной помощи беременным женщинам,
  - Антикризисного центра для детей и подростков.
7. Популяризация физической активности, в том числе скандинавской ходьбы.
8. Диспансеризация взрослого и детского населения.





# Благодарю за внимание!

г. Ижевск, Площадь им. 50-летия Октября,  
21

e-mail: [medprof18@mail.ru](mailto:medprof18@mail.ru)

сайт: [www.medprof18.ru](http://www.medprof18.ru)