

Для возможного опубликования
со ссылкой на Новгородстат

Всемирный день здоровья



Ежегодно 7 апреля, в день основания Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), отмечается Всемирный день здоровья.

В период, когда во всем мире свирепствует эпидемия коронавирусной инфекции, особенно важно понимать, что здоровье это бесценное богатство каждого человека в отдельности, и всего общества в целом.

В марте 2020 года Всемирная организация здравоохранения официально признала вспышку болезни, вызванной коронавирусом, пандемией. В буквальном переводе с греческого пандемия - «весь народ». Правительством Российской Федерации принимаются меры по сдерживанию инфекции. Закрыты границы, отменены все массовые мероприятия, введен режим самоизоляции, людям рекомендовано использовать средства защиты, соблюдать дистанцию от окружающих, чаще мыть руки. Все это поможет не допустить широкого распространения инфекции.

В августе 2019 года на территории Российской Федерации, в том числе и в Новгородской области было проведено Выборочное наблюдение состояния здоровья населения. В целом по России было охвачено 60 тысяч домашних хозяйств, в Новгородской области - 378 домохозяйств. В ходе обследования гражданам предлагалось ответить на вопросы о состоянии здоровья, физической активности, пищевых привычках, потреблении табака и алкоголя.

По данным проведенного наблюдения население области оценивает свое здоровье как очень хорошее - 8.2%, хорошее - 46.1%, удовлетворительное - 38.1%, плохое и очень плохое - 7.5%.

Значительная часть жителей ответственно относится к собственному здоровью, и они пытаются поддерживать его с помощью правильного питания и занятий спортом. Как показал опрос, доля граждан в возрасте 15 лет и более, ведущих здоровый образ жизни (отсутствие курения, умеренное потребление соли и алкоголя, ежедневное потребление овощей и фруктов, физическая активность) в Новгородской области составила 13.6%. Среди жителей области ежедневно потребляют не менее 400 грамм овощей и фруктов - 45% мужчин и 47.6% женщин.

Основными факторами риска среди жителей является курение, несбалансированное питание, гиподинамия. Совокупность этих факторов приводит к развитию различных тяжелых заболеваний. Обследование показало, что в области потребляют табак - 31.4%, алкоголь, более установленной нормы, в общей численности населения - 8.8%, из них: мужчины - 14% и женщины - 4.8%, избыточно потребляющие соль в возрасте 15 лет и более - 44.7% мужчин и 22% женщин.

Как показывает статистика профилактика болезней - более эффективная и менее затратная мера, чем лечение. Своевременно полученная медицинская помощь защищает от многих заболеваний.



Важно помнить, своевременно полученная прививка защищает Вас и Ваших детей от многих опасных инфекционных заболеваний. В рамках реализации территориальной программы обязательного медицинского страхования все взрослое население охвачено

диспансеризацией с периодичностью каждые три года на протяжении всей жизни. Диспансеризация направлена на раннее выявление заболеваний, а также выявление и коррекцию факторов риска.

Изменение образа жизни может предупредить или замедлить развитие и прогрессирование многих заболеваний. Крепкое здоровье, поддерживаемое и укрепляемое самим человеком, позволит ему прожить долгую и полноценную жизнь. Для этого имеются эффективные методы профилактики и лечения.

Напоминаем о необходимости самоизоляции, пожалуйста, оставайтесь дома и берегите себя.