

4. ЗДОРОВЬЕ: ИНДИВИДУАЛЬНОЕ И ОБЩЕСТВЕННОЕ



Общественное здоровье и здравоохранение – самостоятельная медицинская наука, которая изучает воздействие социальных факторов и условий внешней среды на здоровье населения; на этой основе разрабатывает профилактические меры по сохранению, укреплению здоровья населения и совершенствованию его медицинского обеспечения. Она включает медицинские, психологические, социологические, экологические, экономические, политические и иные аспекты.

Существует несколько определений здоровья.



Здоровье

[Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ](#)

– состояние физического, психического и социального благополучия человека, при котором отсутствуют заболевания, а также расстройства функций органов и систем организма.

[Всемирная организация здравоохранения \(ВОЗ\)](#)

– состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

[Устав ВОЗ, п. 1](#)

Обладание наивысшим достижимым уровнем здоровья является одним из основных прав каждого человека без различия расы, религии, политических убеждений, экономического или социального положения.

При изучении здоровья выделяют четыре уровня:



При характеристике индивидуального здоровья используют основные понятия:

Ресурс здоровья – морфофункциональные и психологические возможности организма изменять баланс здоровья в положительную сторону.

Повышение ресурсов здоровья обеспечивается всеми мерами здорового образа жизни (питание, физические нагрузки, отдых и так далее.).

Потенциал здоровья – совокупность способностей индивидуума адекватно реагировать на воздействие внешних факторов.

Адекватность реакций определяется состоянием компенсаторно-приспособительных систем (нервной, эндокринной и так далее) и механизмом психической саморегуляции (психологическая защита и так далее).

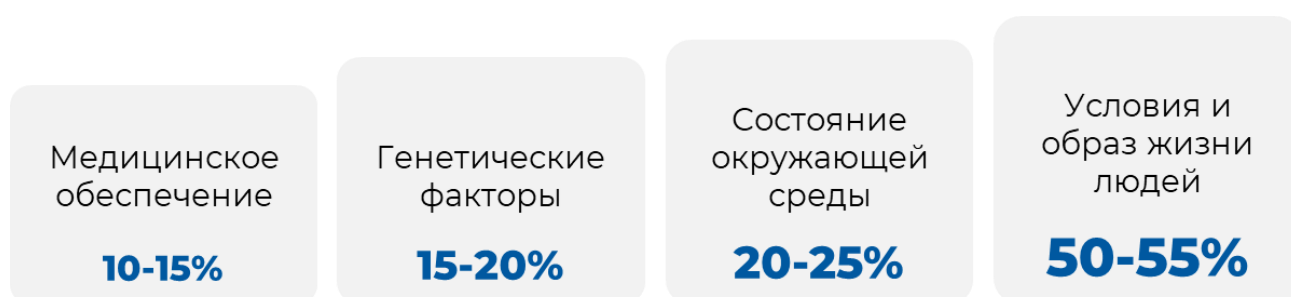
Баланс здоровья – состояние равновесия между потенциалом здоровья и действующими на него факторами.

Факторы риска (от лат. *factor* – делающий, производящий) – внешние или внутренние воздействия на организм, которые с определенной долей вероятности создают

неблагоприятный фон для возникновения или развития заболевания.

Показатели оценки индивидуального здоровья Вы подробно изучали на кафедре пропедевтики внутренних болезней. К ним относятся антропометрические, соматоскопические и функциональные показатели.

На здоровье человека оказывает влияние множество факторов. Эксперты ВОЗ в 80-х годах XX века **определили четыре основные группы факторов и их соотношение для обеспечения здоровья современного человека:**



Таким образом, ведущими факторами, влияющими на здоровье человека, являются немедицинские – генетические, экологические, экономические, образование и образ жизни, а система здравоохранения вносит вклад в здоровье около 10-15%.

Приказ Минздрава РФ от 27.04.2021 N 404Н

ФАКТОРЫ РИСКА

развития хронических неинфекционных заболеваний:

1. Повышенный уровень артериального давления.
2. Гиперхолестеринемия.
3. Повышенный уровень глюкозы в крови натощак.
4. Курение табака.
5. Пагубное потребление алкоголя.

6. Нерациональное питание.
7. Низкая физическая активность.
8. Избыточная масса тела или ожирение.

[Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ, статья 23](#)

Граждане вправе получать достоверную и своевременную информацию о факторах, способствующих сохранению здоровья или оказывающих на него вредное влияние, включая информацию о:

- санитарно-эпидемиологическом благополучии района проживания;
- состоянии среды обитания;
- рациональных нормах питания;
- качестве и безопасности продукции производственно-технического назначения, пищевых продуктов, товаров для личных и бытовых нужд;
- потенциальной опасности для здоровья человека выполняемых работ и оказываемых услуг.



[Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ, статья 2](#)

Охрана здоровья граждан – система мер

- политического;
- экономического;
- правового;
- социального;
- научного;
- медицинского, в том числе санитарно-противоэпидемического (профилактического), характера,

осуществляемая

- органами государственной власти Российской Федерации;
- органами государственной власти субъектов Российской Федерации;
- органами местного самоуправления;
- организациями, их должностными лицами и иными лицами;
- гражданами,

в целях:

- профилактики заболеваний;
- сохранения и укрепления физического и психического здоровья каждого человека;
- поддержания его долголетней активной жизни;
- предоставления ему медицинской помощи.



Общественное здоровье – здоровье населения, обусловленное комплексным воздействием биологических и социальных факторов окружающей среды при определяющем значении общественно-политического и экономического строя и зависящих от него условий жизни общества (труд, быт, питание, отдых, уровень образования и культуры, здравоохранение).

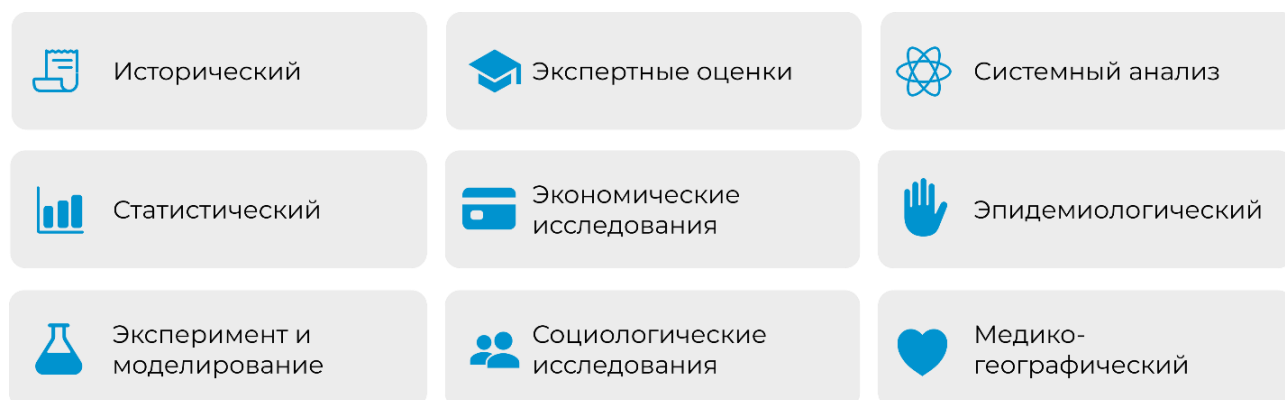


Потенциал общественного здоровья – мера здоровья людей, накопленного обществом, и его резервов, создаваемых активным, здоровым образом жизни.

При изучении общественного здоровья выделяют **группы риска здоровью**:

- по признакам:
 - демографическим;
 - производственным;
 - профессиональным;
 - функционального, патологического состояния;
 - низкого материального уровня жизни;
- лиц с девиантным поведением.

Основные методы изучения общественного здоровья:



Основные группы показателей (индикаторов) общественного здоровья:

- медико-демографические показатели;
- показатели заболеваемости;
- показатели инвалидности;
- показатели физического развития.

Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2024 №309 «О национальных целях развития Российской Федерации

на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» определены национальные цели развития страны.

Целевые показатели и задачи, выполнение которых характеризует достижение национальной цели «Сохранение населения, укрепление здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи»:

- повышение суммарного коэффициента рождаемости до 1,6 к 2030 году и до 1,8 к 2036 году, в том числе ежегодный рост суммарного коэффициента рождаемости третьих и последующих детей;
- увеличение ожидаемой продолжительности жизни до 78 лет к 2030 году и до 81 года к 2036 году, в том числе опережающий рост показателей ожидаемой продолжительности здоровой жизни;
- обеспечение не ниже среднероссийских темпов повышения к 2030 году суммарного коэффициента рождаемости в субъектах Российской Федерации, в которых по итогам 2023 года значение такого коэффициента было ниже среднероссийского;
- снижение к 2036 году дифференциации показателей ожидаемой продолжительности жизни не менее чем на 25 процентов по сравнению с уровнем 2023 года;
- снижение к 2030 году суммарной продолжительности временной нетрудоспособности граждан в трудоспособном возрасте на основе формирования здорового образа жизни, создания условий для своевременной профилактики заболеваний и привлечения граждан к систематическим занятиям спортом;
- повышение к 2030 году уровня удовлетворенности граждан условиями для занятий физической культурой и спортом;

- увеличение к 2030 году численности граждан пожилого возраста и инвалидов, получающих услуги долговременного ухода, не менее чем до 500 тыс. человек из числа наиболее нуждающихся в таких услугах;
- повышение к 2030 году уровня удовлетворенности участников специальной военной операции условиями для медицинской реабилитации, переобучения и трудоустройства;
- создание и запуск к 2030 году цифровой платформы, способствующей формированию, поддержанию и сохранению здоровья человека на протяжении всей его жизни, на базе принципа управления на основе данных.