

# ОТДЕЛЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Заведующий отделением – врач по гигиеническому воспитанию высшей квалификационной категории Елена Александровна Трофимова.



Главная цель работы отделения – формирование у населения сознательного отношения к своему здоровью, повышение медицинской и гигиенической грамотности и культуры здоровья, приобщение к здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом.

## **Среди основных направлений деятельности:**

- организационно-методическое руководство деятельности учреждений здравоохранения Республики Мордовия по медицинской профилактике, вопросам сохранения и укрепления здоровья здоровых, снижения преждевременной смертности и выхода на инвалидность, по выявлению и коррекции факторов риска и образа жизни, пропаганде медицинских и гигиенических знаний;
- информационное обеспечение медицинских работников и населения по вопросам охраны здоровья, медико-гигиенического воспитания, формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний, в том числе через средства массовой информации;
- изучение и оценка знаний вопросов профилактики и здорового образа жизни у населения с целью разработки профилактических программ;
- организация и проведение массовых акций профилактической направленности.

В отделении медицинской профилактики созданы необходимые условия для консультативно-оздоровительной, профилактической работы с населением по выявлению и коррекции факторов риска, включая вопросы рационального питания, двигательной активности.

Первичное посещение отделения начинается с определения уровня психофизиологического, соматического здоровья и физического развития на аппаратно-программном комплексе «Истоки здоровья». Оценивается состояние сердца, сосудов, органов дыхания и зрения, уровень глюкозы и холестерина в крови, здесь можно узнать состав своего тела. Время комплексного обследования занимает 60-90 минут.

Врач на основании полученных результатов оценивает функциональные и адаптивные резервы организма, наиболее вероятные факторы риска, делает прогноз состояния здоровья и составляет индивидуальную программу

по коррекции образа жизни: питания, двигательной активности. Оздоровительное консультирование содержит рекомендации по режиму труда, учебы и отдыха, занятиям физкультурой и спортом. При необходимости врач рекомендует посещение занятий в школе здоровья или в отделении лечебной физкультуры. Визуализация процесса обследования, активное участие в разработке и выполнении профилактической программы служат действенным стимулом к отказу от нездоровых привычек и осознанию ответственности за свое здоровье.

