



Профилактика заболеваний – лучшая стратегия по сохранению здоровья работоспособного населения



Веселова Татьяна Викторовна

- *Кандидат медицинских наук*
- *Главный врач клиник медицинского центра "Эко-безопасность»*
- *Доцент кафедры госпитальной терапии медицинского факультета СПбГУ*



Несмотря на то, что забота о здоровье трудоспособного населения во многом лежит на плечах работодателя, но и сам человек способен модифицировать факторы риска целого ряда социально-значимых заболеваний, сделав выбор в пользу здорового образа жизни.

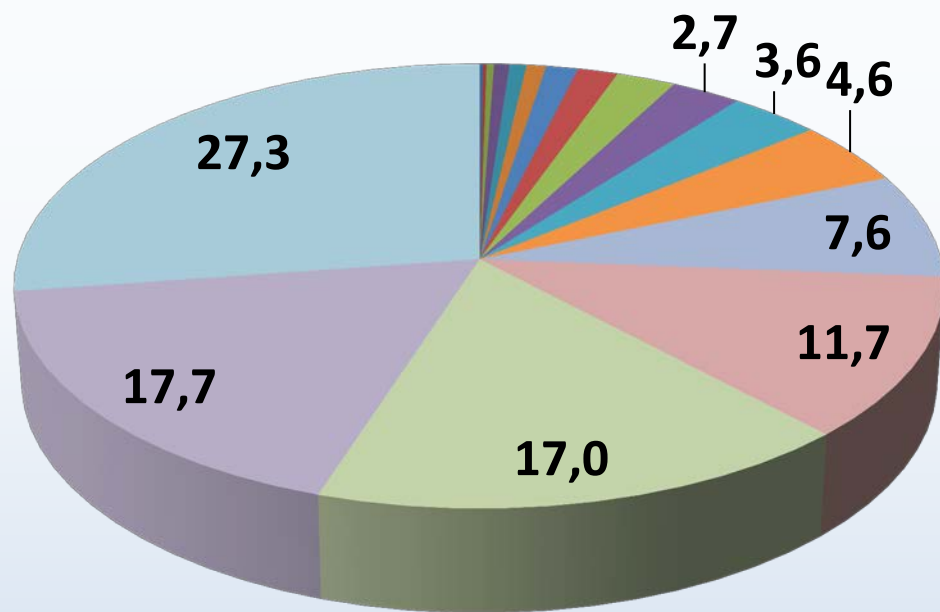


ЭКО
БЕЗОПАСНОСТЬ
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР
КОМПАНИЯМ

Заболеваемость работников предприятия на 1 тыс. человек



Структура заболеваемости



■ Болезни органов пищеварения (K00-K93)

■ Болезни органов дыхания (J00-J99)

■ Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (M00-M99)

■ Болезни системы кровообращения (I00-I99)

■ Болезни глаза и его придаточного аппарата (H00-H59)

Отдельного внимания заслуживает раннее выявление эндокринных заболеваний: диабет и ожирение.

Данная статистика рисует довольно печальную картину:

лица трудоспособного возраста

- + мало двигаются,
- + плохо питаются,
- + не берегут свои глаза.



Согласно официальной статистике Минздрава:

Факторы оказывающие влияние на здоровье человека:

- + Экология (окружающая среда) - 16%
- + Генетика (наследственность) - 22%
- + Уровень медицинской помощи - 7%
- + Здоровый образ жизни - 52 %
- + Другие факторы - 3 %

В связи с этим представляется актуальным популяризация ЗОЖ



Здоровый образ жизни

- это совокупность сознательно сформированных привычек человека, направленных на поддержание и укрепление здоровья и творческого долголетия.

Основные составляющие здорового образа жизни:

- + Режим дня;
- + Закаливание;
- + Физическая активность;
- + Отсутствие вредных привычек;
- + Личная гигиена;
- + Психогигиена и умение управлять своими эмоциями;
- + Здоровое рациональное питание.

Учитывая полученную нами статистику в первую очередь необходимо формировать у подрастающего поколения ценность активного образа жизни и рационального питания.



Благодарю за внимание!

Будьте здоровы!

Веселова Татьяна Викторовна

+7 (812) 325-03-05 (доб. 1216)

+7-921-632-98-45

veselova_tv@ecosafety.ru



ecosafety.ru