

*РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК
Институт научной информации по общественным наукам
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
ФГБОУ ВПО «Дагестанский государственный университет»
ГБОУ ВПО «Дагестанская государственная медицинская академия»
ФГБОУ ВПО «Российский государственный социальный университет»
МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
Республиканский Центр медицинской профилактики
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА УКРАИНЫ
ГВУЗ «Приазовский государственный технический университет»*

РОЛЬ ПРОФИЛАКТИКИ И РЕАБИЛИТАЦИИ В ОБЕСПЕЧЕНИИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

*МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ,
ПОСВЯЩЕННОЙ 20-ЛЕТИЮ
СОЦИАЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТА ДАГГОСУНИВЕРСИТЕТА*

МАХАЧКАЛА 2013

Печатается по решению ИРС ДГУ.

Сопредседатели оргкомитета:

Пивоваров Ю.С. – директор ИНИОН РАН
Рабаданов М.Х. – ректор ФГБОУ ВПО «Дагестанский государственный университет»
Ибрагимов Т.И. – министр здравоохранения Республики Дагестан

Редакционная коллегия:

Гасанов М.М. – и.о. ректора ДГУ
Ашурбеков Н.А. – проректор по научной работе и инновациям ДГУ
Магомедова М.М. – проректор по воспитательной работе ДГУ
Герасимов В.И. – зав. Отделом научного сотрудничества и международных связей ИНИОН РАН
Магомедсултанов И.И. – декан соц. факультета ДГУ
Магомедова С.А. – зав. каф. социальной медицины ДГУ
Харабет В.В. – зав. каф. социологии и соц. работы Приазовского ГТУ
Кузнецова Л.В. – зав. каф. спец. и клинической психологии РГСУ

Цапиева О.К.

 – зам. директора Института социально-экономических исследований ДНЦ РАН по научной работе
Асхабова Л.М. – зав. каф. общ. здоровья и здравоохранения ДГМА
Дамадаева А.С. – доц. каф. психологии развития и профессиональной деятельности ДГУ
Моллаева Н.Р. – зав. каф. психиатрии, наркологии и медицинской психологии ДГМА
Кострова В. П. – гл. педиатр Министерства здравоохранения РД
Самедова А.С. – гл. врач ГБУ РД «Буйнакская станция переливания крови»
Ибрагимов М.Б. – глав. врач Республиканского Центра медицинской профилактики РД
Магдиева Н.Т. – доц. каф. соц. медицины ДГУ
Мусаева С.Д. – доц. каф. соц. медицины ДГУ
Эмирова Н.Н. – доц. каф. соц. медицины ДГУ
Малучиев Г.С. – доцент каф. соц. анализа и естественнонаучных дисциплин
Мамеева Д. М. – преп. каф. соц. медицины ДГУ
Омарова К.А. – доц. каф. социальных технологий ДГУ

Роль профилактики и реабилитации в обеспечении качества жизни населения на современном этапе. Материалы Международной научно-практической конференции, 26 сентября 2013 г. Махачкала: ИП Овчинников (АЛЕФ), 2013. – 333 с.

ISBN 978-5-4242-0157-8

В настоящий сборник включены тезисы выступлений и статьи участников Международной научно-практической конференции «*Роль профилактики и реабилитации в обеспечении качества жизни населения на современном этапе*», состоявшейся 26 сентября 2013 года, на которой были освещены и проанализированы вопросы, превенции социально значимых заболеваний и развития системы динамического контроля за их показателями, а также реабилитационной работы с населением, поддержки региональных медицинских и социальных служб, работающих в русле выше обозначенных проблем, комплексного взаимодействия структур и специалистов систем здравоохранения, образования, социальной и психологической поддержки как государственного, так и негосударственного секторов.

*Все материалы печатаются в авторской редакции с частичной общей редакцией.
Ответственный редактор – Магомедова Саида Алирзаевна*

ISBN 978-5-4242-0157-8

© Кафедра социальной медицины ДГУ, 2013

© Коллектив авторов, 2013

© ИП Овчинников, 2013

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВКЛАД МЕДИЦИНСКИХ, МЕДИКО-ОРГАНИЗАЦИОННЫХ И СОЦИАЛЬНО-МЕДИЦИНСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ И РЕАБИЛИТАЦИИ В ПОВЫШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ

<i>Абдуганиева Э.А., Буранова С.Н., Дадабаева Р.К., Бабич А.Ю., Абдурахимова Л.А.</i> КАЧЕСТВО ЖИЗНИ И ПРИВЕРЖЕННОСТЬ К ФАРМАКОТЕРАПИИ БОЛЬНЫХ ХСН В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПОЛА И ВОЗРАСТА	11
<i>Азанова Б.А., Мергентай А., Мусина Г.А., Умралина А.С.</i> АСПЕКТЫ УРОВНЯ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ И МОТИВИРОВАННОСТИ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ПМСП	14
<i>Азанова Б.А., Умралина А.С., Мусина Г.А., Мергентай А.</i> ДИНАМИКА ОБРАЩЕНИЙ ЗА СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН	16
<i>Азанова Б.А., Умралина А.С., Мусина Г.А., Мергентай А.</i> ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОЦИАЛЬНЫХ РАБОТНИКОВ ПМСП В КАЗАХСТАНЕ	18
<i>Азарова О.А., Нефёдова Е.В.</i> ПРОБЛЕМА СОХРАНЕНИЯ ЗРЕНИЯ У СТУДЕНТОВ-СТОМАТОЛОГОВ	20
<i>Ахмедов Х.С., Гадаев А.Г., Абдуганиева Э.А.</i> СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТИ ТЕЧЕНИЯ РЕВМАТОИДНОГО АРТРИТА В РАЗЛИЧНЫХ КЛИМАТО-ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ЗОНАХ УЗБЕКИСТАНА	22
<i>Бабаев А.Т.</i> ОПТИМИЗАЦИЯ ЛЕЧЕНИЯ И РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ НА УРОВНЕ ПЕРВИЧНОГО ЗВЕНА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ	24
<i>Бабаев А.Т., Ахмедов Х.С., Абдуганиева Э.А., Худайбергенова Н.Х., Тураева Д.М.</i> КЛИНИКО-ИММУНОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ К ГОРНОМУ КЛИМАТУ	25
<i>Бань А.С., Питкевич Ю.Э.</i> ОЦЕНКА ТЕКУЩЕГО ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ С ПОМОЩЬЮ АНАЛИЗА ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РИТМА СЕРДЦА	29
<i>Барамзина С.В.</i> АКТУАЛЬНОСТЬ ХРОНИЧЕСКОГО ГЕПАТИТА В У ВЗРОСЛЫХ КАК СОЦИАЛЬНО-ЗНАЧИМОЙ ИНФЕКЦИИ	32
<i>Белая Т.Г., Михайловская В.П.</i> АКТИВНОСТЬ КАРИЕСА ЗУБОВ И СОСТОЯНИЕ ОРАЛЬНОЙ ГИГИЕНЫ У 6-ЛЕТНИХ ДЕТЕЙ	34
<i>Беловол А.Н., Ткаченко С.Г., Береговая А.А., Колганова Н.Л.</i> ЗНАЧЕНИЕ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ПАЦИЕНТОВ В КОСМЕТОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ	36
<i>Береговая А.А.</i> ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ЖИЗНИ У БОЛЬНЫХ ПСОРИАЗОМ	40

Иванов А.Н., Айдушев М.А. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ХИМИЧЕСКОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ	87
Ильинцев Е.В. К ВОПРОСУ О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СЛУЖБЫ САНИТАРНОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ ПРИ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ	90
Кабаета Е.Н., Змачинский В.А., Хамко К.М., Масло В.Н., Зинкевич Т.Л. СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К РЕАБИЛИТАЦИИ ПАЦИЕНТОВ С ГЕМОФИЛИЕЙ	93
Калюжин В.Г., Романовский Д.А. ПРИМЕНЕНИЕ КОНТРОЛЬНЫХ ТЕСТОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ РАЗВИТИЯ МОТОРИКИ РУК У ДЕТЕЙ С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ	97
Касимовский К.К. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ РАЗВИТИЯ ЧАСТНОГО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	100
Кленовская М.И., Мельникова Е.И., Боровая М.Л., Ковальчук Н.В., Шаковец Н.В. ВОЛОНТЕРСКАЯ РАБОТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ В РАМКАХ ПРОГРАММЫ «SPECIAL SMILES» В БЕЛАРУСИ	101
Кобзева Г.Б. ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПАРОДОНТА КАК СОЦИАЛЬНО-ЗНАЧИМАЯ ПАТОЛОГИЯ XXI ВЕКА	103
Кострова В.П., Ковтюх Т.Е., Кострова И.Б., Магомедова С.А. ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ В РЕСПУБЛИКЕ ДАГЕСТАН	106
Кострова В.П., Кострова И.Б. РОЛЬ САНАТОРИЯ «ГУНИБ» В ЭТАПНОМ ОЗДОРОВЛЕНИИ ДЕТЕЙ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ	108
Кулманов М.Е., Мухамеджанов Э.К., Есырев О.В., Исинова Г.Н. НЕИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ – ПРИЧИНА РАЗВИТИЯ, ПУТИ ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ	110
Кутыина О.Ю., Досковская Е.М., Семагина О.В. ВЫСОКОТОНОВАЯ ТЕРАПИЯ И ГРЯЗЕВОЙ ПРЕПАРАТ «БИОЛЬ» В РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ РЕВМАТОИДНЫМ АРТРИТОМ НА СТАЦИОНАРНОМ ЭТАПЕ	114
Магдиева Н.Т., Магомедова С.А., Мамеева Д.М., Мусаева С.Д., Эмирбекова Ф.Н. РОЛЬ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ	116
Магомедова С.А., Джалилова З.Р., Абакаров А.Э. АНАЛИЗ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫХ ПРОБЛЕМ, СВЯЗАННЫХ С ИНФАРКТОМ МИОКАРДА	119
Магомедова С.А., Мамеева Д.М., Магдиева Н.Т. РОЛЬ СЛУЖБЫ ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ В ПРОФИЛАКТИКЕ И СНИЖЕНИИ МАТЕРИНСКОЙ СМЕРТНОСТИ В РЕСПУБЛИКЕ ДАГЕСТАН	122
Мамеева Д.М., Магомедова С.А., Мусаева С.Д. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ МЕДИКО-САНИТАРНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ	124

6. «О порядке организации медицинской помощи лицам, отбывающим наказание в местах лишения свободы и заключенным под стражу». Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 17.10.2005 № 640/190.

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 18 мая 2010 №58 «Об утверждении СанПин 2.1.3.2630-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность».

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ДЛЯ РАБОТНИКОВ ХИМИЧЕСКОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

*Иванов А.Н., Айдушев М.А.,
Стерлитамакский филиал Уфимского государственного
Нефтяного технического университета,
г. Стерлитамак, Россия*

Аннотация. Производственные объекты, в том числе химической промышленности, негативно влияют как на окружающую среду, так и на самих работников предприятия. С помощью специальных упражнений возможно существенно снизить это воздействие.

Ключевые слова: образ жизни, здоровье, химические предприятия, профессиональная профилактика, общественная профилактика, лечебная физкультура.

SPORT AND FITNESS EVENTS FOR WORKERS IN THE CHEMICAL INDUSTRY.

*Ivanov A.N., Aydushev M.A.,
Sterlitamak branch of the Ufa State
Petroleum Technological University,
Sterlitamak, Russia*

Summary. Industrial objects, including the chemical industry, negatively affect both on the environment and on all employees. With the help of special exercises can substantially reduce this exposure.

Keywords: way of life, health, chemical companies, professional prevention, public prevention, physiotherapy exercises.

Широко известно, что неправильный образ жизни, вредные привычки, плохая экология, психологические нагрузки и другие факторы наносят непоправимый урон здоровью людей. Тем более если они работают на химических предприятиях. Как правило, на многих производствах вопросы здоровья работников становятся второстепенными. Но и там, где подобные проблемы решаются совершенствованием технологического процесса, установкой современного оборудования, систем очистки, удаётся лишь снизить вредное воздействие факторов производства.

В докладе ВОЗ сказано, что свыше 100000 химических веществ и 200 биологических факторов, около 50 физических и почти 20 эргономических условий, видов физических нагрузок, множество психологических и социальных проблем могут быть вредными факторами и повышать риск несчастных случаев, болезней или стресс-реакций, вызывать неудовлетворенность трудом и нарушать благополучие, а, следовательно, отражаться на здоровье. По данным Всемирного банка, с помощью профилактических мер по охране здоровья работников можно сократить количество времени, потерянных из-за нетрудоспособности на две трети.

Несмотря на всю важность рассматриваемого вопроса, по оценке Госсанэпиднадзора 40-60% промышленных объектов в России не отвечают санитарно-гигиеническим требованиям. Кроме того, на сегодняшний день менее 30 химических веществ прошло клинико-гигиеническую апробацию, что, естественно, не может не вызывать опасений развития профессиональных заболеваний.

Важную роль в обеспечении безопасности технологического процесса играет профессиональная профилактика – это система мер медицинского (санитарно-эпидемиологического, санитарно-гигиенического, лечебно-профилактического и т. д.) и немедицинского (государственного, общественного, экономического, правового, экологического и др.) характера, направленных на предупреждение несчастных случаев на производстве, снижение риска развития отклонений в состоянии здоровья работников, предотвращение или замедление прогрессирования заболеваний, уменьшение неблагоприятных последствий. Развитие многих профессиональных заболеваний и профессионально обусловленных заболеваний зависит от комплексного взаимодействия повреждающих факторов и от качества трудовой

жизни. Все работники должны приобретать гигиенические знания и навыки, выполнять нормы и требования, обеспечивающие безопасность труда.

Общественная профилактика – создание здоровых и безопасных условий труда, и быта на производстве, на рабочем месте. Медицинская профилактика – комплекс мер, реализуемых через систему здравоохранения, в т. ч.:

- разработка и реализация государственной политики по охране труда и здоровья работников;
- соблюдение гигиенических нормативов и регламентов, обеспечивающих безопасность производственных процессов;
- предварительные (при поступлении на работу) и профилактические (периодические) медицинские осмотры с учетом общих противопоказаний, индивидуальной чувствительности, прогностических рисков развития заболеваний;
- нормализация санитарно-гигиенических и психофизиологических условий труда;
- рациональное использование средств коллективной защиты и средств индивидуальной защиты;
- проведение диспансерного наблюдения и оздоровления;
- внедрение принципа защиты временем (контрактная система);
- совершенствование лечебно-профилактической, экспертной и реабилитационной медицинской помощи пострадавшим на производстве;
- обучение администрации и работников организаций (предприятий) основам медицинских знаний, способам сохранения здоровья на рабочем месте;

ВОЗ выделяет 3 вида профилактики заболеваний: первичную, вторичную и третичную. Термин "первичная профилактика" обозначает профилактику факторов риска среди здорового населения, "вторичная профилактика" – профилактика развития заболеваний при наличии факторов риска, "третичная профилактика" - профилактика прогрессирования заболеваний во избежание инвалидности и преждевременной смерти. В здравоохранении РФ принято выделять только 2 вида профилактики – первичную и вторичную.

Первичная профилактика направлена на изучение и снижение влияния факторов риска, предупреждение развития заболеваний – общих для всего населения, отдельных профессиональных, стажевых и возрастных групп, и индивидуумов.

Профилактические меры:

- экологический и социально-гигиенический мониторинг условий труда и состояния здоровья работников;
- снижение влияния общих и профессиональных повреждающих факторов на организм работника (улучшение качества атмосферного воздуха, питьевой воды, структуры и качества питания, условий труда, условий быта и отдыха и др.);
- формирование здорового образа жизни, в т. ч.: создание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на повышение уровня знаний всех категорий работников о влиянии негативных факторов на здоровье и возможностях уменьшения этого влияния (развитие системы школ общественного здравоохранения и др. форм образования);
- санитарно-гигиеническое воспитание;
- снижение потребления табачных изделий и алкоголя, профилактика наркомании;
- привлечение работников к занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления;
- предупреждение развития соматических и психических заболеваний, травматизма;
- медицинские обследования с целью снижения влияния вредных факторов риска, раннего выявления и предупреждения развития заболеваний;
- иммунопрофилактика различных групп работников;

Вторичная профилактика направлена на предупреждение обострений и хронизации заболеваний, ограничений жизнедеятельности и работоспособности, снижения общей и профессиональной трудоспособности, что может привести к инвалидности и преждевременной смерти.

Профилактические меры:

- целевое санитарно-гигиеническое воспитание, в т. ч. индивидуальное и групповое консультирование работников, обучение пациентов и членов их семей знаниям и навыкам, связанным с конкретным заболеванием или группой заболеваний;
- диспансерные медицинские осмотры с целью оценки состояния здоровья, определения оздоровительных и лечебных мероприятий;
- курсы профилактического лечения и целевого оздоровления, в т. ч. лечебного питания, лечебной физкультуры, медицинского массажа, санаторно-курортного лечения;
- медико-психологическая адаптация к изменению ситуации в состоянии здоровья, формирование правильного восприятия изменившихся возможностей и потребностей организма;
- уменьшение влияния факторов экологического и профессионального риска;
- сохранение остаточной трудоспособности и возможности адаптации в профессиональной и социальной среде, создание условий для оптимального обеспечения жизнедеятельности пострадавших от несчастных случаев и заболеваний на производстве.

В рамках данной статьи более детально остановимся на лечебной физкультуре. Работающие в химической промышленности контактируют с различными химическими веществами, большинство которых обладает большей или меньшей токсичностью. Попадая в организм в виде паров, газов, аэро- и гидрозолей через дыхательные пути, через неповрежденную кожу, реже через пищеварительный тракт, они могут вызвать острые или хронические профессиональные отравления, ослабить сопротивляемость организма. Ряд химических веществ вызывает ожоги. Одновременное наличие других факторов – неблагоприятные метеорологические условия, шум, физическое напряжение – усиливает воздействие химических промышленных ядов. В связи с этим физические упражнения для работников химической промышленности не должны вести к перегрузке, а напротив, должны их разгружать, давать новые силы для оставшегося рабочего дня. Вместе с тем, необходимо учитывать особенности работы на химическом предприятии: конвеерность, однообразность выполняемых человеком функций; высокие физические нагрузки; жёсткие условия труда; большая ответственность и психологическая нагрузка и др.

Следующие упражнения лечебной физкультуры успешно подойдут для выполнения в перерывах:

- Упражнения от напряжения в шейном отделе позвоночника и усиления кровотока к головному мозгу.
 1. Поставить согнутые в локтях руки на стол, поместить на них подбородок и давить им на них (руки оказывают голове легкое сопротивление). Удерживать напряжение 5-6 секунд (можно мысленно считать про себя до 6-ти), а затем расслабиться. Повторить упражнение 3-4 раза.
 2. Надавить левой ладонью на левую щеку, при этом оказывать легкое сопротивление рукой. Удерживать напряжение 5-6 секунд, расслабиться. Выполнить упражнение с другой рукой. Повторить 3-4 раза.
 3. Поместить руки за голову в области затылка и 5-6 секунд давить на них головой, затем расслабиться. Выполнить ещё 3-4 раза.
 4. Сделать полуवращения головой от левого плеча к правому и наоборот, 3-4 раза.
 5. Встать спиной к стене и начать надавливать на нее затылком 3-5 секунд, расслабиться.
- Упражнения для расслабления мышц поясницы.
 1. Надавить поясницей и лопатками на спинку стула, затем расслабиться.
 2. Руки положить на стол, начинать надавливать на него локтями, считая до 6-ти.
 3. Сидя на стуле, взяться за сиденье руками и попытаться вместе со стулом приподнять себя.
 4. Встать вплотную к стене спиной и надавливать на нее попеременно лопатками, поясницей, ягодицами.

По окончании выполнения каждого упражнения немного передохнуть, расслабив мышцы. Достаточно 4-5 мышечных напряжений за один раз.

По окончании рабочего дня рекомендуется провести следующий комплекс упражнений:

1. Стоя, ноги находятся примерно на ширине плеч, сделать глубокий вдох, поднимая руки через стороны, потянуться вверх. Затем, выдыхая, опустить руки и немного согнуть спину. Повторить потягивания 3-4 раза.
2. Стоя, ноги на ширине плеч, поднять одну руку вверх, другая рука опущена вниз. Менять положение рук – одна идёт вверх-назад, а другая – вниз-назад. Сделать 6-8 движений, меняя положение рук.

3. Стоя, положить правую руку на левую в месте немного выше локтя и начинать давить на левый локоть, прижимая его к правому плечу (считать про себя до 6-ти). Затем расслабить мышцы и повторить тоже самое с другой рукой. Сделать по 3-4 движения в каждую сторону.

4. Стоя завести согнутую в локте левую руку за голову так, чтобы при этом локоть был направлен вверх. Положить правую руку сверху на локоть и слегка надавить на него, мысленно считать до 6-ти, затем расслабиться и повторить для другой руки. Упражнение сделать ещё 3-4 раза.

5. Стоя, руки развести в стороны и, отводя их назад, соединить на 6 секунд лопатки, расслабиться. Выполнить упражнение 3-4 раза. Количество повторов можно увеличить до 6-8.

6. Встать к стене, прижаться к ней спиной, ноги поставить вместе. Медленно, держа спину прямо, присесть вниз, пятки стараться не отрывать от пола. Сделать 5-6 медленных приседаний. Можно делать это упражнение не у самой стенки, а около стула, оперевшись на его спинку.

7. Исходное положение – руки на плечах, на вдохе – сводить лопатки, на выдохе – сделать небольшой наклон. Выполнить упражнение 3-4 раза.

Физические упражнения оказывают благоприятное действие в качестве средства профилактики профессиональных заболеваний. По данным исследований, грамотно подобранные физические упражнения снижают заболеваемость на 20-30%. Кроме этого, выполнение специальных физкультурных комплексов по окончании рабочего дня увеличивает производительность труда на следующий день до 2%. Если вводить физкультурные минуты непосредственно в рабочую смену, то результаты будут ещё более значимыми. Так, в ходе исследований, было отмечено спад производственного травматизма примерно на 17%, а числа дней нетрудоспособности в среднем на 43%. У лиц, регулярно занимающихся спортом, вероятность получить производственную травму в среднем на 72% меньше, чем у обычного работника.

Руководители предприятия должны подобрать время и место проведения этих упражнений с учётом особенностей условий производства и графика технологического процесса. При этом сами рабочие должны понимать полезность и необходимость проводимых мер по улучшению своего здоровья и уровня жизни и всячески содействовать этому, проявлять инициативу.

Использованная литература:

1. Артамонова В.Г., Шталов Н.Н. «Профессиональные болезни», Медицина 1996 г.
2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник /Под ред. С.В. Белова. – М.: Высш.шк., 1999.
3. Лапин Л.В., Сердюк Н.И. Управление охраной труда на предприятии. – М.: МИПК МАТИ, 1986.
5. Авакян Г.Н. Структурно-функциональная характеристика двигательных нарушений при заболеваниях нервной и нервно-мышечной систем: Автореф. дис... д-ра. мед. наук. - М., 1985.-30 с.
6. Ананин В.Ф., Вельховер Е. О роли ретикулярной формации в регуляции сердечно-сосудистой системы. Сообщение 4// Проблемы бионики. Харьков: Высшая школа, 1984. 33. 108-120.
7. Ахметов В.М. Динамика профессиональной заболеваемости в нефтяной, нефтеперерабатывающей и нефтехимической промышленности за 40 лет Мед. труда и пром. экология. 2002. 5 С. 913

К ВОПРОСУ О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ СЛУЖБЫ САНИТАРНОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ ПРИ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ

*Ильинцев Е.В.,
ФГБУ «Национальный НИИ общественного здоровья РАМН»,
г. Москва, Россия*

Аннотация. Имеющиеся у РПЦ возможности пропаганды ЗОЖ и сохранения здоровья с духовных позиций посредством размещения материалов в СМИ (Интернет, телевидение, печатные издания) и в сочетании с необходимой научной медицинской аргументацией потенциально позволяют добиваться широкого охвата целевой аудитории.

Ключевые слова: здоровье населения, санитарное просвещение, профилактика, пропаганда ЗОЖ, Русская Православная Церковь.

ON THE FEASIBILITY OF SERVICE ORGANIZATIONS HEALTH EDUCATION IN RUSSIAN ORTHODOX CHURCH

*Ilintsev E.V.,
State Organization "National Public Health Institute of Medical Sciences"
Moscow, Russia*

**УЧАСТНИКИ КОНФЕРЕНЦИИ
(авторская справка)**

№	ФИО	Место работы, должность	Контактная информация
1	Абакаров Аббас Эмевавович	ФГБОУ ВПО «Дагестанский государственный университет», Социальный ф-т, ст- 3 курса, г. Махачкала, Россия	РД, г. Махачкала, ул. М. Ярагского, 59-б
2	Абдуганиева Эльнора Абраловна	Ташкентская Медицинская Академия, ассистент кафедры ассистент кафедры по подготовке ВОП и эндокринологии, Магистр по специальности «Семейная медицина» г. Ташкент, Узбекистан	bunyod3553@yahoo.com, elnorahon@mail.ru
3	Абдурахимова Л.А.	Ташкентская Медицинская Академия, ассистент кафедры по подготовке ВОП и эндокринологии, модератор магистров 3-го года обучения, г. Ташкент, Узбекистан	bunyod3553@yahoo.com
4	Адылханов Т.А.,	Государственный медицинский университет г. Семей, ассистент кафедры внутренних болезней, г. Семей, Казахстан	semskluda@rambler.ru
5	Азанова Булбул Аскеровна	Республиканский центр развития здравоохранения МЗ Республики Казахстан, нач. отд. медицинской науки Департамента науки и образования, к.м.н., г. Астана, Казахстан	g.mussina_68@mail.ru
6	Айдушев М.А.	Стерлитамакский филиал Уфимского государственного нефтяного технического университета, преподаватель, г. Стерлитамак, Россия	anekclubstr@mail.ru
7	Аленина Татьяна Михайловна,	ГБОУ ВПО «Ивановская государственная медицинская академия», к.м.н. ассистент кафедры детских инфекций, г. Иваново, Россия	ovarnikova@mail.ru
8	Алиева Вера Михайловна.	ГКУ РД «Республиканский психоневрологический диспансер», специалист по социальной работе к.пед.н., г. Махачкала, Россия	alievawera@mail.ru
9	Алиева Асият Магомедалиевна .	ГКУ РД «Республиканский психоневрологический диспансер», специалист по социальной работе, г. Махачкала, Россия	alievawera@mail.ru
10	Аль-Рабии Мохаммед Али Мохаммед	Багдадский государственный университет, Багдад, Республика Ирак.	Gusenowa03111978@yandex.ru
11	Антонова Светлана Ивановна	Филиал ФГБОУ ВПО «Российский государственный социальный университет» в г. Обнинск , доцент кафедры социальной работы и психологии, к.б.н., г. Обнинск, Россия	68-1-409@mail.ru
12	Асхабова Луиза Магомедовна	ГОУ ВПО «Дагестанская государственная медицинская академия», зав. кафедрой общественного здоровья и здравоохранения ФПК ИПС, д.м.н., профессор, г. Махачкала, Россия	РД, г. Махачкала, ул. М. Гаджиева, 31.
13	Ахмедов Х.С.	Ташкентская Медицинская Академия, доцент, к.м.н., заведующий кафедры по подготовке ВОП и эндокринологии , г. Ташкент, Узбекистан	khalmurad@rambler.ru
14	Бабаев А.Т.	Ташкентская Медицинская Академия, кафедра по подготовке ВОП и эндокринологии, доц., кафедры по подготовке ВОП и эндокринологии, к.м.н., г. Ташкент, Узбекистан	elnorahon@mail.ru
15	Бабич А.Ю.	Ташкентская Медицинская Академия, ассистент кафедры по подготовке ВОП и эндокринологии, модератор магистров 1-го года обучения, г. Ташкент, Узбекистан	bunyod3553@yahoo.com
16	Бань А.С.	Белорусская медицинская академия последипломного образования, г. Минск, Республика Беларусь	gendy@tut.b
17	Барамзина С.В.	Кировская ГМА, ассистент, к.м.н. Работа выполнена в Кировская областная инфекционная больница, г. Киров, Россия	sw3837@mail.ru
18	Батенова Г.Б.	Государственный медицинский университет г. Семей, ассистент	semskluda@rambler.

58	Есырев Олег Викторович	РГП «Научный центр противомикробных препаратов», глав. научный сотрудник, д.б.н., профессор, г. Алматы, Казахстан	labpharma@mail.ru
59	Жданкина Елена Федоровна	Уральский федеральный университет, доцент, к.пед. н., г. Екатеринбург, Россия	zhdef1@gmail.com
60	Жукова Татьяна Владимировна	БУ «Президентский перинатальный центр» Минздравсоцразвития Чувашии, г. Чебоксары, Россия	iudolgova@mail.ru
61	Загородный Геннадий Михайлович	Белорусская медицинская академия последипломного образования, зав.каф. спортивной медицины и ЛФК, доцент, г. Минск, Республика Беларусь	gendy@tut.by
62	Загородная А.В.	Белорусская медицинская академия последипломного образования, г. Минск, Республика Беларусь	gendy@tut.by
63	Змачинский Владимир Арнольдович	д.м.н., профессор кафедры клинической гематологии и трансфузиологии Белорусская медицинская академия последипломного образования, г. Минск, Республика Беларусь	kate_kabaeva@mail.ru
64	Звегинцева Лариса Григорьевна	зав. отд. физиотерапии Городской клинической больницы №30 МЗ Украины; соискатель Харьковской медицинской академии последипломного образования, г. Харьков, Украина	olga_rozd_valy@meta.ua
65	Зиновьев Эдуард Валентинович	КУЗО «Областной специализированный диспансер радиационной защиты населения», глав. врач, соискатель Харьковской медицинской академии последипломного образования, г. Харьков, Украина	olga_rozd_valy@meta.ua
66	Золотова Мария Юрьевна	Московский государственный областной социально-гуманитарный институт, доцент кафедры физической культуры, к.пед.н., доцент, г. Москва, Россия	zmu1977@yandex.ru
67	Зыбин Юрий Валерьевич	Белорусский государственный университет физической культуры, ст. преподаватель кафедры лечебной физкультуры, г. Минск, Белоруссия	aracs74@mail.ru
68	Зыбина Ольга Леонидовна	Белорусский государственный университет физической культуры, ассистент кафедры лечебной физкультуры, г. Минск, Белоруссия	aracs74@mail.ru
69	Зыкова Светлана Сергеевна	ФКОУ ВПО «Пермский институт федеральной службы исполнения наказаний России» к.фарм.н., доцент кафедры зоотехнии, г. Пермь, Россия	zykova.sv@rambler.ru
70	Иванов Александр Николаевич	Стерлитамакский филиал Уфимского государственного нефтяного технического университета, студент, г. Стерлитамак, Россия	anekclubstr@mail.ru
71	Ильинский Юрий Юрьевич	Учебный центр Дальневосточного федерального университета, г. Владивосток, Россия	roman44@yandex.ru
72	Ильинцев Евгений Васильевич	ФГБУ «Национальный НИИ общественного здоровья» РАМН, к.м.н., г. Москва, Россия	105064 Москва, ул. Воронцово поле, д.12, строение 1
73	Кабаева Екатерина Николаевна	Белорусская медицинская академия последипломного образования, аспирант, г. Минск, Республика Беларусь	kate_kabaeva@mail.ru
74	Казанцева Людмила Степановна	«Южно-Российский государственный технический университет (Новочеркасский Политехнический Институт)», ст. преподаватель кафедры государственного и муниципального управления и экономической теории, г. Новочеркасск, Россия	Smm-nauka2012@mail.ru
75	Калужин Владимир Георгиевич	Белорусский государственный университет физической культуры, доцент кафедры лечебной физкультуры, к.м.н. г. Минск, Белоруссия	kvg-med@tut.by
76	Калужин Владислав Владимирович	Белорусский государственный университет, аспирант кафедры социологии, магистр социологических наук, г. Минск, Белоруссия	kvg-med@tut.by
77	Караваев Валерий Евгеньевич	ГБОУ ВПО Ивановская государственная медицинская академия МЗ РФ, к.м.н., профессор, г. Иваново, Россия	ovarnikova@mail.ru
78	Карпович Радион Юрьевич	Белорусский государственный медицинский университет, студент 5 курса стоматологического факультета, г. Минск, Республика Беларусь	dentist.ru@mail.ru
79	Касимовский	ФГБУ «Национальный НИИ общественного здоровья» РАМН,	kkasi@yandex.ru