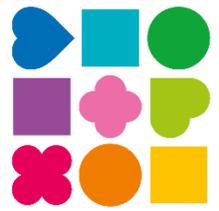




Минздрав России проводит
Неделю популяризации лучших практик укрепления здоровья
на рабочих местах
(в честь Всемирного дня охраны труда 28 апреля)





Корпоративные программы укрепления здоровья работающих

- На сегодняшний день важным направлением развития охраны здоровья граждан является внедрение корпоративных программ на предприятиях
- Это многомодульные проекты, направленные на профилактику основных факторов риска развития неинфекционных заболеваний
- Активное взаимодействие органов власти и корпоративного сектора – это необходимый элемент в развитии охраны здоровья работников. Многие предприятия уже увидели необходимость в таких программах, и за период с 2020 по 2021 гг. не только внедрили, но и скорректировали проведение программ с учетом эпидемиологических ограничений и разработали модули, направленные на профилактику COVID-19



Корпоративные программы укрепления здоровья – инвестиционный проект, участниками которого выступают государство, работодатель и работник

РАБОТНИК	РАБОТОДАТЕЛЬ	ГОСУДАРСТВО
<ul style="list-style-type: none">● Гигиена труда (оценка рисков для здоровья на рабочем месте)● Условия труда (оценка экономических рисков - можно снизить стоимость несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний)● Связь между профилактикой и здоровьем● Выявление заболеваний на ранней стадии● Возможность получения бонуса	<ul style="list-style-type: none">● Повысить производительность труда● Сократить расходы, связанные с днями нетрудоспособности● Улучшить культуру организации и сохранить существующих сотрудников● Улучшить имидж организации, привлечь талантливых сотрудников и выполнить обязательства по корпоративной социальной ответственности	<ul style="list-style-type: none">● Снижение уровня заболеваемости● Сокращение дней нетрудоспособности● Сокращение смертности● Внешние эффекты для лиц, не задействованных в программах● Уменьшение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью● Рост конкурентоспособности предприятий● Увеличение национального дохода



Актуальность внедрения корпоративной программы здоровья

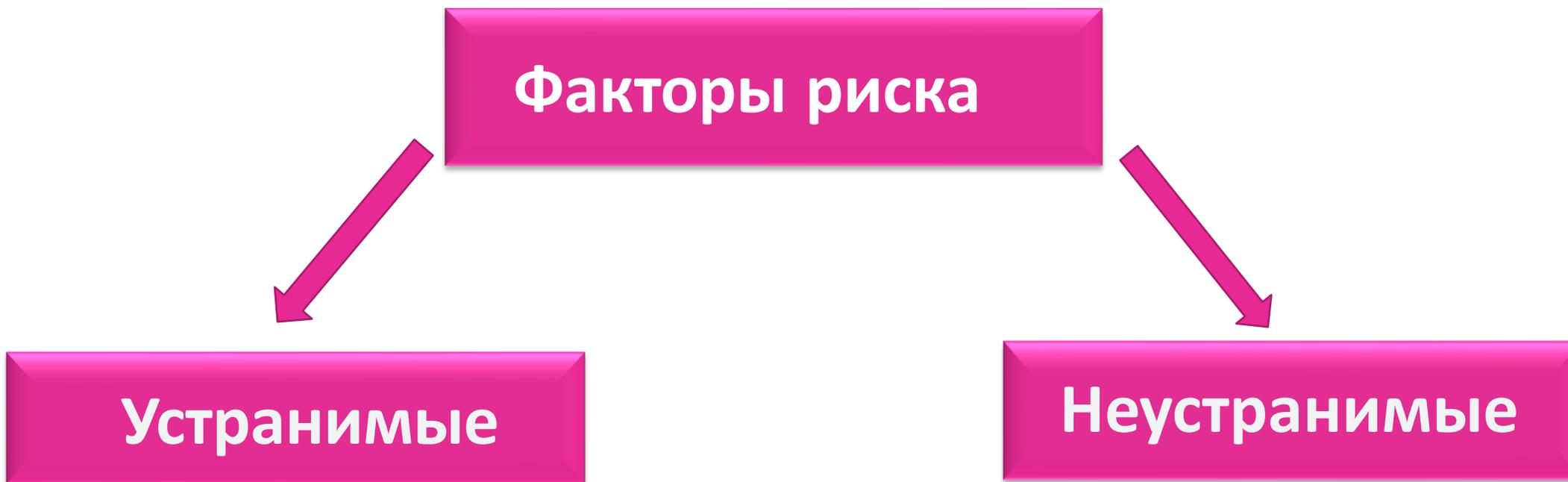
С точки зрения концепции ВОЗ мероприятия по укреплению здоровья, в том числе и работающего населения – это система мер политики охраны здоровья, формируемых на основе программного подхода и вовлечения в задачи охраны здоровья ответственности работодателей

Укрепление здоровья на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск наиболее социально значимых хронических заболеваний, который повышается **при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличие вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем)**



Актуальность внедрения корпоративной программы здоровья

Факторы риска - характеристика, состояние или привычка, отрицательно влияющие на здоровье человека и создающие благоприятную среду для возникновения и развития заболеваний





Устранимые факторы риска



Поведенческие

- курение
- питание
- физическая активность
- алкоголь
- психосоциальные факторы (стресс, тревога, депрессия)



Метаболические

- повышение в крови уровня холестерина
- повышение в крови уровня глюкозы
- артериальная гипертензия

Неустрашимые факторы риска



-
- пол
 - возраст
 - наследственность



Факторы риска хронических неинфекционных заболеваний

Факторы риска являются общими для всех неинфекционных заболеваний:

- Основной причиной развития **ожирения** и **артериальной гипертонии** является нерациональное питание, прежде всего, высокий уровень потребления сахара, насыщенных жиров и соли
- Курение является фактором риска развития **bronхо-легочных, сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний**; 90% случаев рака легких можно предотвратить с помощью прекращения употребления табака
- Избыточное потребление алкоголя грозит не только циррозом печени, но и является риском развития **рака молочной железы, губы, языка, пищевода, печени, желудка, мочевого пузыря**
- Недостаточная физическая активность является одной из причин **рака молочной железы и толстой кишки, диабета, ишемической болезни сердца**



Модули корпоративной программы



Профилактика
потребления табака



Повышение физической
активности



Снижение
потребления алкоголя



Сохранение
психологического здоровья
и благополучия



Здоровое питание



Репродуктивное здоровье



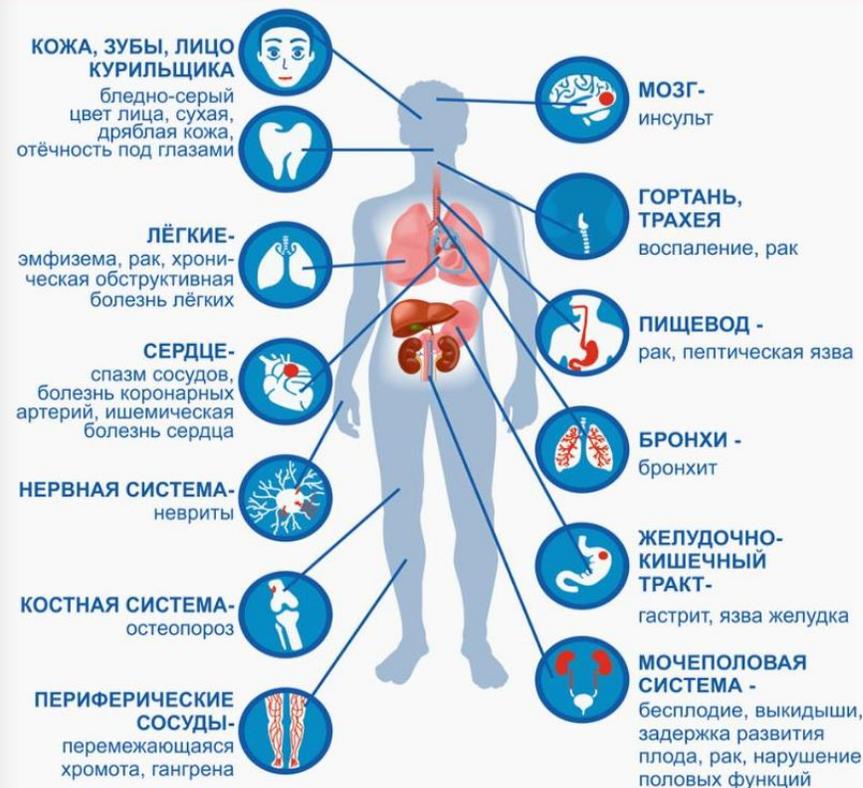
Профилактика и снижение
заболеваемости COVID 19



Создание условий для отказа от курения

- Оформление мест для курения вне территории
- Оформление мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма для осуществления контроля за соблюдением запрета курения на предприятии
- Оформление рабочих мест и мест общего пользования, территории предприятия информационными материалами о вреде курения
- Оформление рабочих мест и мест общего пользования здоровыми альтернативами вместо перекуров
- Организация скрининга работников, выявление курящих сотрудников, предоставление краткого совета по отказу от курения

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНИЗМ



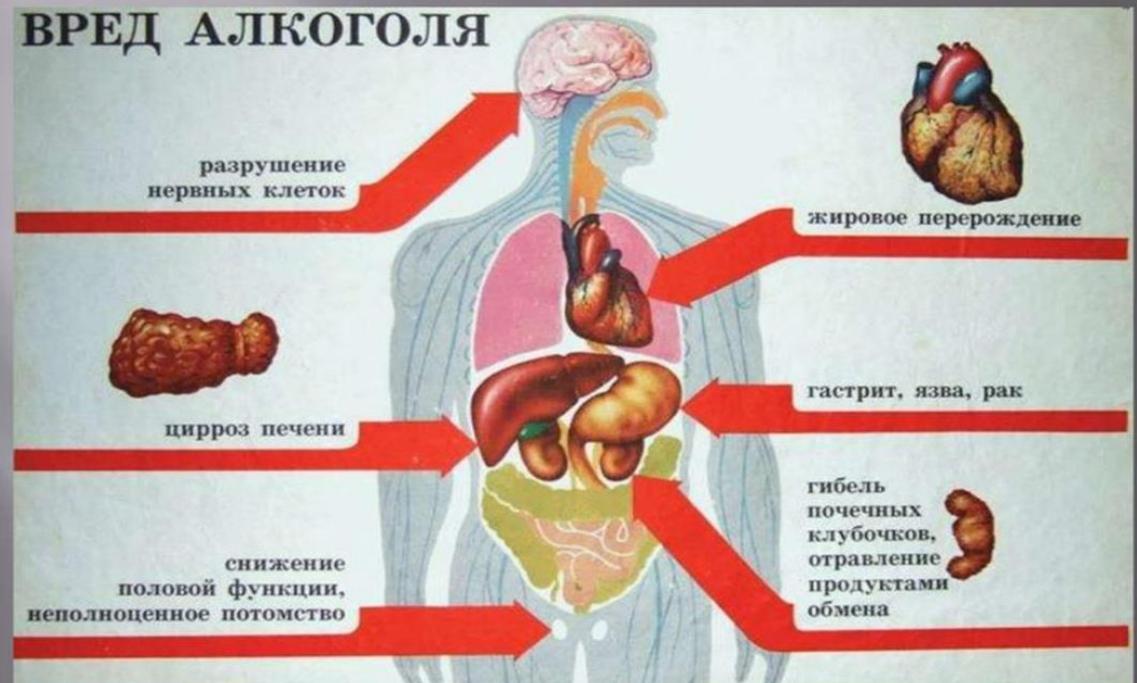
ПРИ КУРЕНИИ ТЫ НАНОСИШЬ ВРЕД СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВЬЮ ОКРУЖАЮЩИХ ЛЮДЕЙ!



Содействие снижению потребления алкоголя

- Организация тестирования сотрудников на употребление алкоголя
- Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с риском пагубного употребления алкоголя
- Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении алкоголя
- Организация безалкогольных корпоративных мероприятий

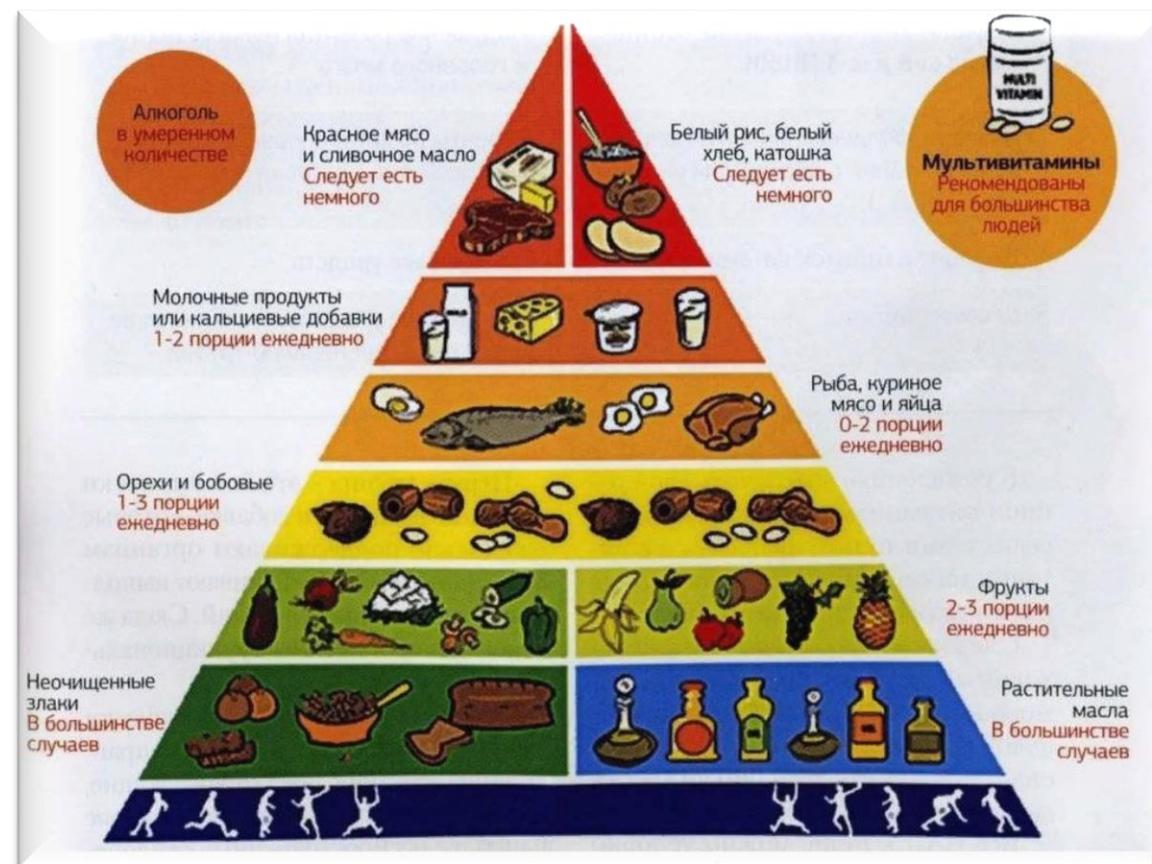
Как алкоголь влияет на организм человека





Здоровое питание и рабочее место

- Чистая вода на предприятии («Вода в офис»)
- Питание в рабочее время
- Маркировка на блюда и напитки для меню «Здоровое питание»
- Ограничение на территории предприятия продажи продуктов с высоким содержанием соли, сахара и насыщенных жиров
- Информирование сотрудников по вопросам здорового питания





Повышение физической активности

- Оценка уровня физической активности и тренированности работников
- Организация спортивных мероприятий
- Организация физкультур-брейков на предприятии
- «Неделя физической активности»
- Организация информирования сотрудников по вопросам повышения физической активности





Сохранение психологического здоровья и благополучия

- **КОММУНИКАЦИЯ.** Создание благоприятной психоэмоциональной обстановки на рабочем месте
- **ОБРАЗОВАНИЕ.** Обучение работников, руководителей и «Лидеров психологического благополучия» на рабочем месте
- **МОТИВАЦИЯ.** Удовлетворение базовых потребностей, столовая, корпоративные мероприятия
- **СОЦИАЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ.** Комната психологической разгрузки
- **БЕЗОПАСНОСТЬ.** Пенсии, медицинские страховки

