

## **В Зеленограде работают Центры здоровья**

08.11.2011

В Зеленограде работают Центры здоровья, где пациенты могут пройти бесплатное комплексное обследование и получить консультацию специалиста. Медицинское обследование позволяет определить «тонкие» места организма, которые готовы «порваться». А многопрофильные специалисты подскажут, в каком направлении лучше изменить образ жизни.

До сих пор считается, что низкая продолжительность жизни в России является следствием недоработки медицинских учреждений. Реально же состояние здоровья населения только на 10% зависит от качества медицинской помощи. 15-20% – наследственные факторы, 20-40% – окружающая среда и 50% – образ жизни человека. Здоровье в гораздо большей степени, чем многие думают, находится в руках каждого человека.

Одной из самых актуальных проблем современной медицины является умение измерять уровень здоровья. Человек считается здоровым от болезни до болезни. До недавнего времени основное внимание уделялось именно нозологии (болезни): рассматривалось множество видов заболеваний и всего один вид здоровых людей. Но отношение к проблеме изменилось: здоровое состояние неоднородно и оно также требует изучения. Сегодня эта проблема решается донозологической диагностикой.

Этот метод был позаимствован из космической медицины. Главной задачей космической медицины является не распознавание и лечение болезней, а оценка уровня здоровья. Согласно такому подходу, здоровье – это постоянная адаптация организма к условиям окружающей среды. Если адаптационные возможности снижены, организм заболевает. Цель донозологического обследования состоит в том, чтобы определять уровень этих возможностей, а не диагностировать заболевания.

Здоровье школьников и студентов находится в наиболее опасной зоне: на слабый растущий организм пагубно влияют повышенные нагрузки в учебных заведениях, нарушения режима труда и отдыха, проявляются наследственные заболевания, появляются вредные привычки. Адаптационные возможности ослабевают. Поэтому донозологическую диагностику необходимо развивать непосредственно в учебных заведениях. Тогда их руководство получает возможность следить за состоянием здоровья учеников практически в режиме онлайн. И подобный опыт уже существует. Причем, Зеленоград – единственное место, где проект «Автономные центры здоровья в учебных заведениях» получил развитие.

В Зеленоградском округе проект реализуется с 2006 года. Сегодня в него входит 21 школа, МГАДА и Медицинский колледж №8, на базе которых созданы автономные Центры здоровья (АЦЗ). Как говорит руководитель проекта и главный санитарный врач ЗелАО Л.Денисов, формирование здорового образа жизни задача не столько специалистов здравоохранения, сколько работников сферы образования.

В октябре этого года проект получил новый импульс к своему развитию и продвижению – было подписано пятистороннее соглашение между «Научным центром здоровья детей» РАМН, Управлением образования ЗелАО, Дирекцией по обеспечению деятельности государственных учреждений здравоохранения, МГАДА и некоммерческим фондом «Социальный центр».

Для проведения донозологического обследования используются специальные аппаратно-программные комплексы («Ритм-экспресс», «Варикард», «Кардиовар», «Кардиовизор» и др.), которые производит зеленоградская компания ООО «Медицинские компьютерные системы». Приборы просты в использовании, поэтому специалисту компании достаточно обучить одного-двух педагогов школы, при этом специальных знаний не требуется. То есть, обследование возможно проводить силами педагогического состава учебного заведения. Школам не нужно дожидаться медработников; обследования, особенно детей группы риска, можно проводить по мере необходимости.

Ребенок или подросток только тогда задумаются о своем образе жизни, когда им наглядно продемонстрируют статус их здоровья. Донозологический прибор определяет человека в одну из зон: «зеленую» (удовлетворительная адаптация), «желтую» (неудовлетворительная адаптации) или «красную» (зона риска). Обнаружив себя в «желтой» или «красной» зоне, человек начинает беспокоиться о своем здоровье. При выявлении нарушений здоровья, ребенка направляют в специализированное медучреждение, где он проходит более глубокое обследование.

Донозологическая диагностика – это ход, основная идея которого заключена в формировании здорового образа жизни. Этим с ранних лет закладывается интерес детей к своему здоровью.

Центры здоровья также открыты в поликлиниках №54 (детское отделение) и №201 (взрослое отделение), где пройти обследование может любой гражданин, в том числе других регионов России. При себе достаточно иметь полис. Запись на прием: (499) 717-84-23 (поликлиника №54) и (499) 732-18-08 (поликлиника №201).

---

Адрес страницы: <http://silino.mos.ru/presscenter/news/detail/897221.html>

---

[Управа района Силино](#)