

*Учим лечить и лечим,
обучая с 1888 года*



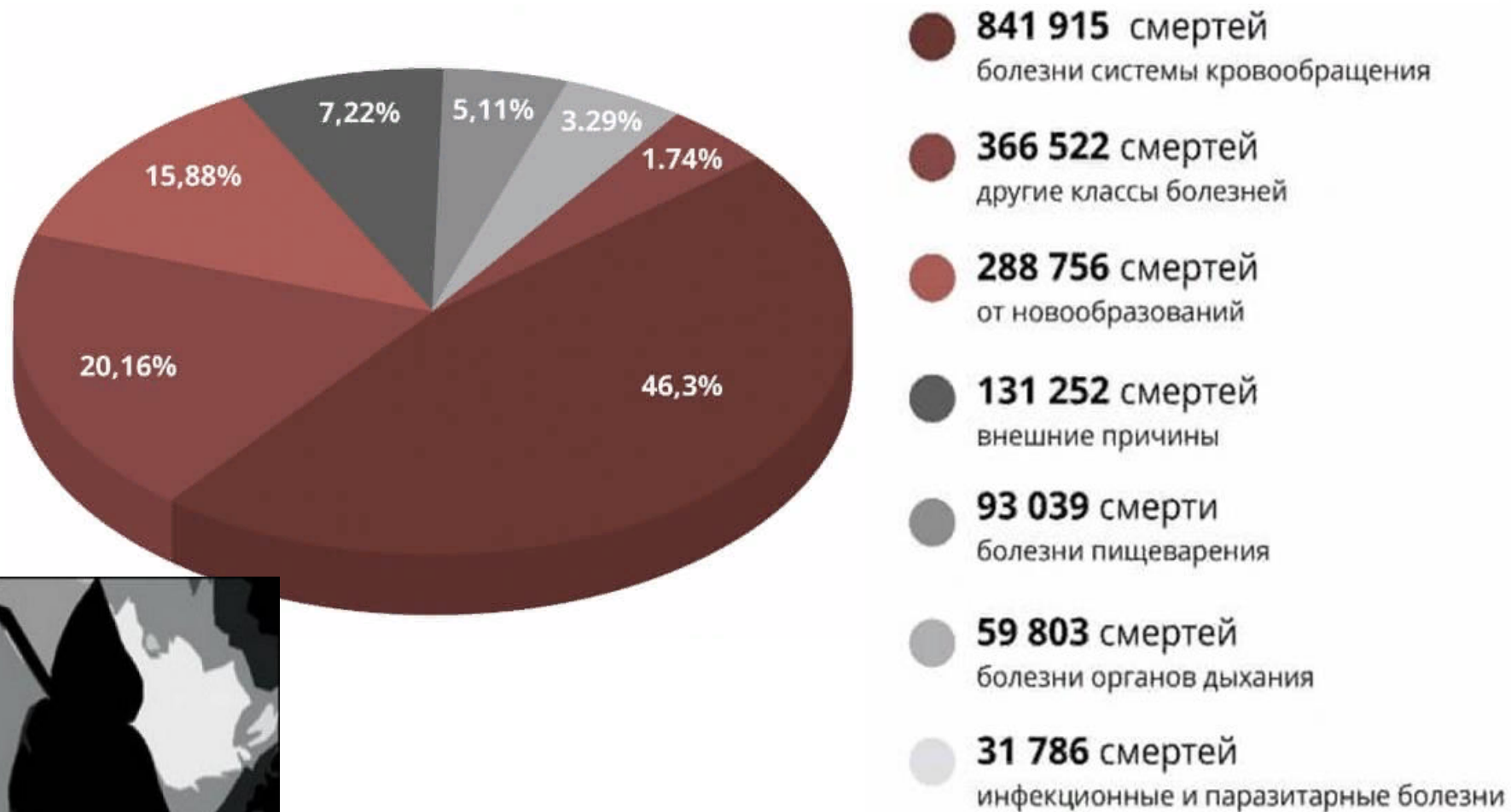
Корпоративные программы как инструмент профилактики хронических неинфекционных заболеваний

СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Самойлова Юлия Геннадьевна
д.м.н., профессор, главный специалист по медицинской профилактике Департамента
здравоохранения Администрации Томской области

СМЕРТНОСТЬ В РОССИИ ОТ СОЦИАЛЬНО-ЗНАЧИМЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ...

Основные причины смерти в России (2019)



Number of deaths by cause, World, 2017

СМЕРТНОСТЬ В МИРЕ ОТ СОЦИАЛЬНО-ЗНАЧИМЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ...



**Хронические неинфекционные
заболевания являются причиной
2/3 случаев преждевременной
смерти населения в
трудоспособном возрасте**

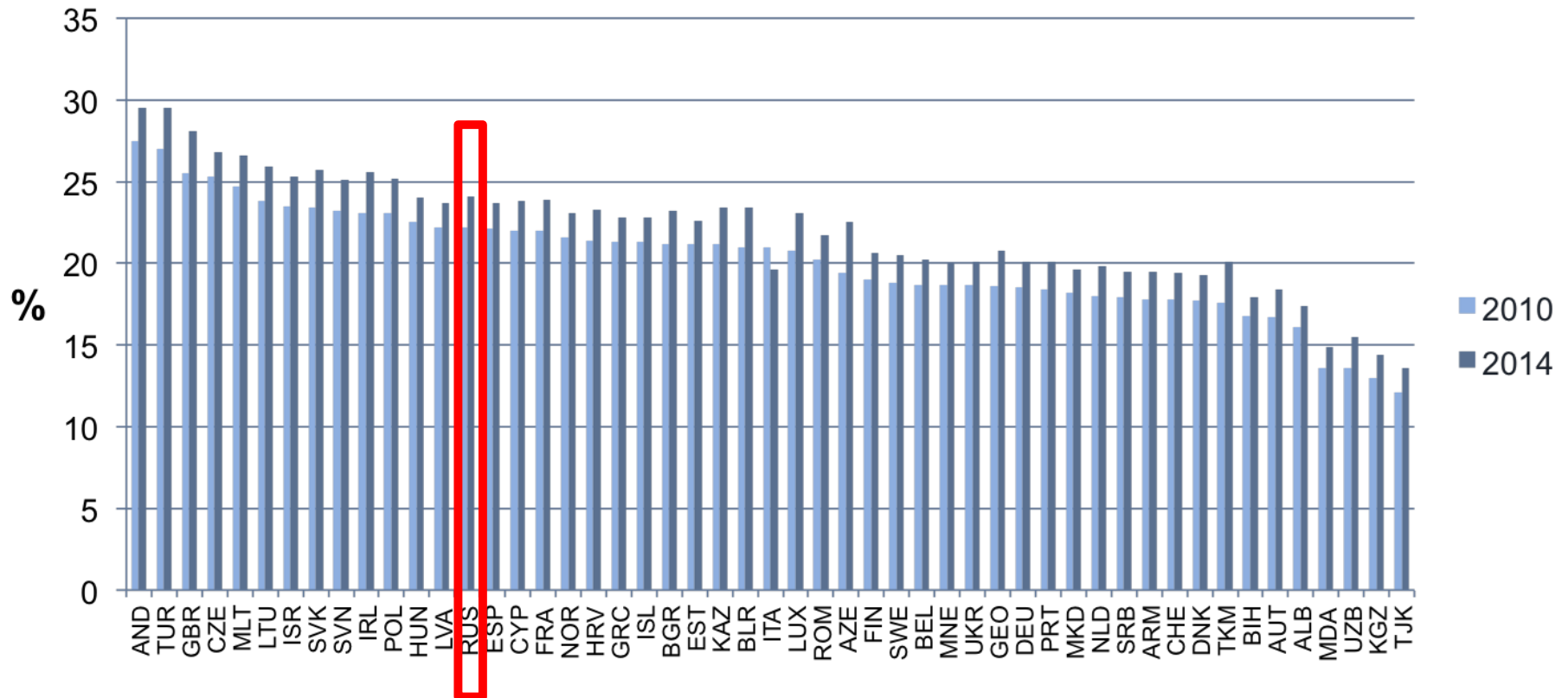
ФАКТОРЫ РИСКА ХРОНИЧЕСКИХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



Десять главных факторов риска общей смертности и нетрудоспособности в России

Факторы риска	Всего смертей, %	Место	Факторы риска	Всего лет жизни с утратой трудоспособности, %
Высокое артериальное давление	35,5	1	Алкоголь	16,5
Высокое содержание холестерина	23,0	2	Высокое артериальное давление	16,3
Курение	17,1	3	Курение	13,4
Редкое употребление фруктов и овощей	12,9	4	Высокое содержание холестерина	12,3
Высокий индекс массы тела	12,5	5	Высокий индекс массы тела	8,5
Алкоголь	11,9	6	Редкое употребление фруктов и овощей	7,0
Малоподвижный образ жизни	9,0	7	Малоподвижный образ жизни	7,0
Загрязнение воздуха в городах	1,2	8	Наркотики	2,2
Свинец	1,2	9	Свинец	1,1
Наркотики	0,9	10	Небезопасный секс	1,0

Распространенность ожирения в мире



- В России распространенность избыточной массы тела составляет **59,2%** а непосредственно ожирения – **24,1%**
- в США – **67,4** и **33,3%**
- в Великобритании – **63,6** и **25,8%** ¹

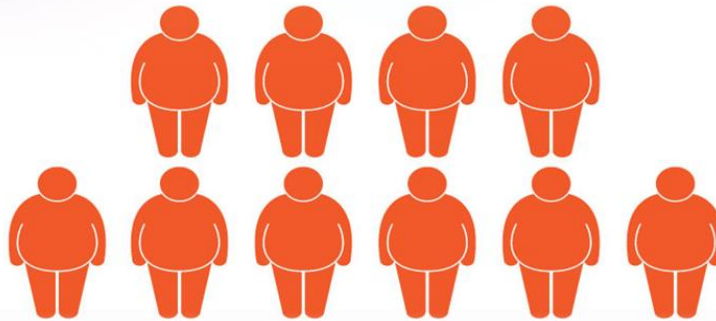
Численность взрослых, имеющих избыточный вес или ожирение

1975



11 млн.

2016



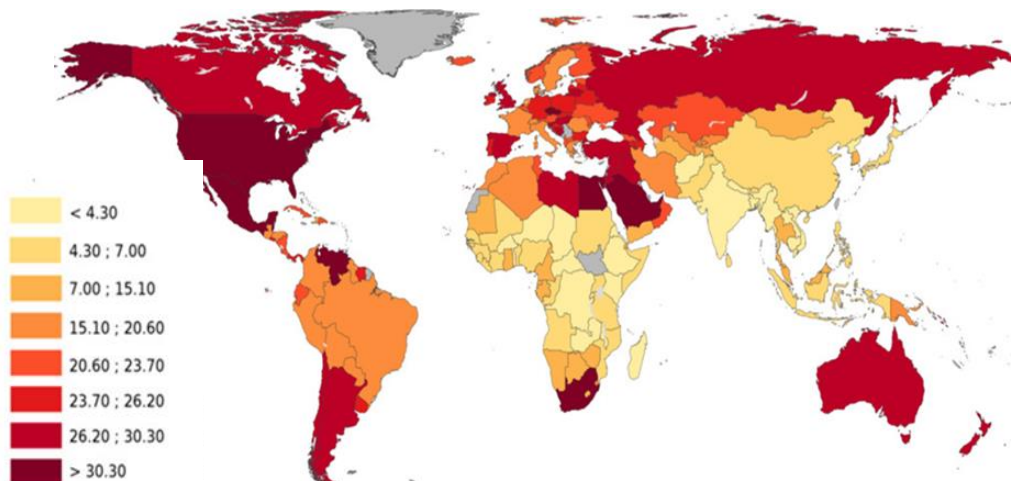
124 млн.

Продолжающийся рост количества лиц страдающих ожирением по мнению экспертов приведет к увеличению заболеваемости

Сахарным диабетом 2 типа на 55%

(642 млн чел.) к 2040 г

Заболеваемость СД 2 типа



Увеличение массы тела (ИМТ*) повышает риск сердечно-сосудистых осложнений



Увеличение ИМТ на 1 единицу соответствует набору массы тела ≈ 2,7-3,2 кг у взрослых ростом от 1,65 до 1,75 м

* ИМТ – индекс массы тела

** с поправкой на возраст, курение, социальное положение, прием алкоголя и уровень физической активности

Shaper, Na et al. Body weight: implications for the prevention of coronary heart disease, stroke and diabetes mellitus in a cohort study of middle aged men . Stroke 37 (2006)-345. Adapted from "Clinical Guidelines on the Identification, Evaluation and Treatment of overweight and obesity in Adults: The Evidence Report". National Institute of Health, National Health, Lung and Blood Institute (September 1998): NIH Publication#98-4083

По данным всемирной организации здравоохранения :



**Избыточная масса тела и ожирение
предопределяют развитие до 44% всех
случаев *сахарного диабета 2-го типа*,
до *23% случаев ишемической болезни сердца***

**Ожирение можно предотвратить - значит
предотвратить развитие сахарного
диабета 2 типа – *значит повлиять на
уровень смертности***



**Всемирная организация
здравоохранения**

Комплексное исследование здоровья и качества жизни населения региона

КЛЮЧЕВЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА В РЕГИОНЕ

более **10 000** посетителей Центров здоровья



66,4% Избыточная масса тела



57,6% Гиподинамия



55,4% Нерациональное питание



24,2% Повышение артериального давления



19,1% Курение



Обратимые
изменения



до 30 лет



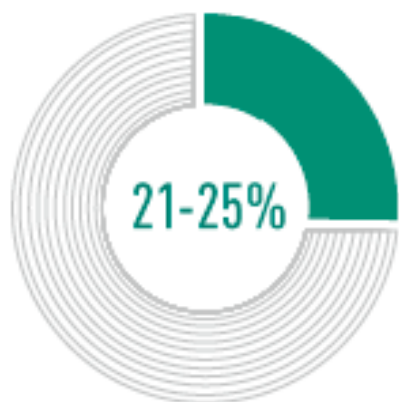
Необратимые
изменения



после 30 лет

Поведенческая модель формируется в молодом возрасте

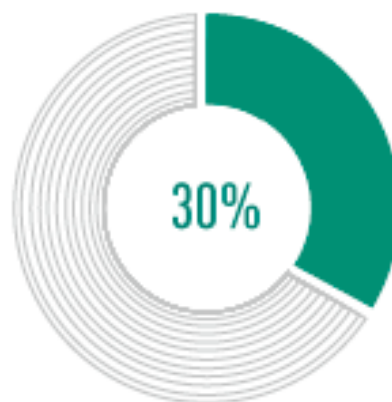
Физическая инертность является основной причиной...



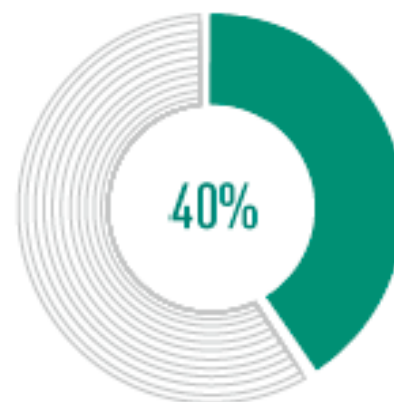
случаев рака
молочной
железы и
толстой
кишки



случаев
диабета

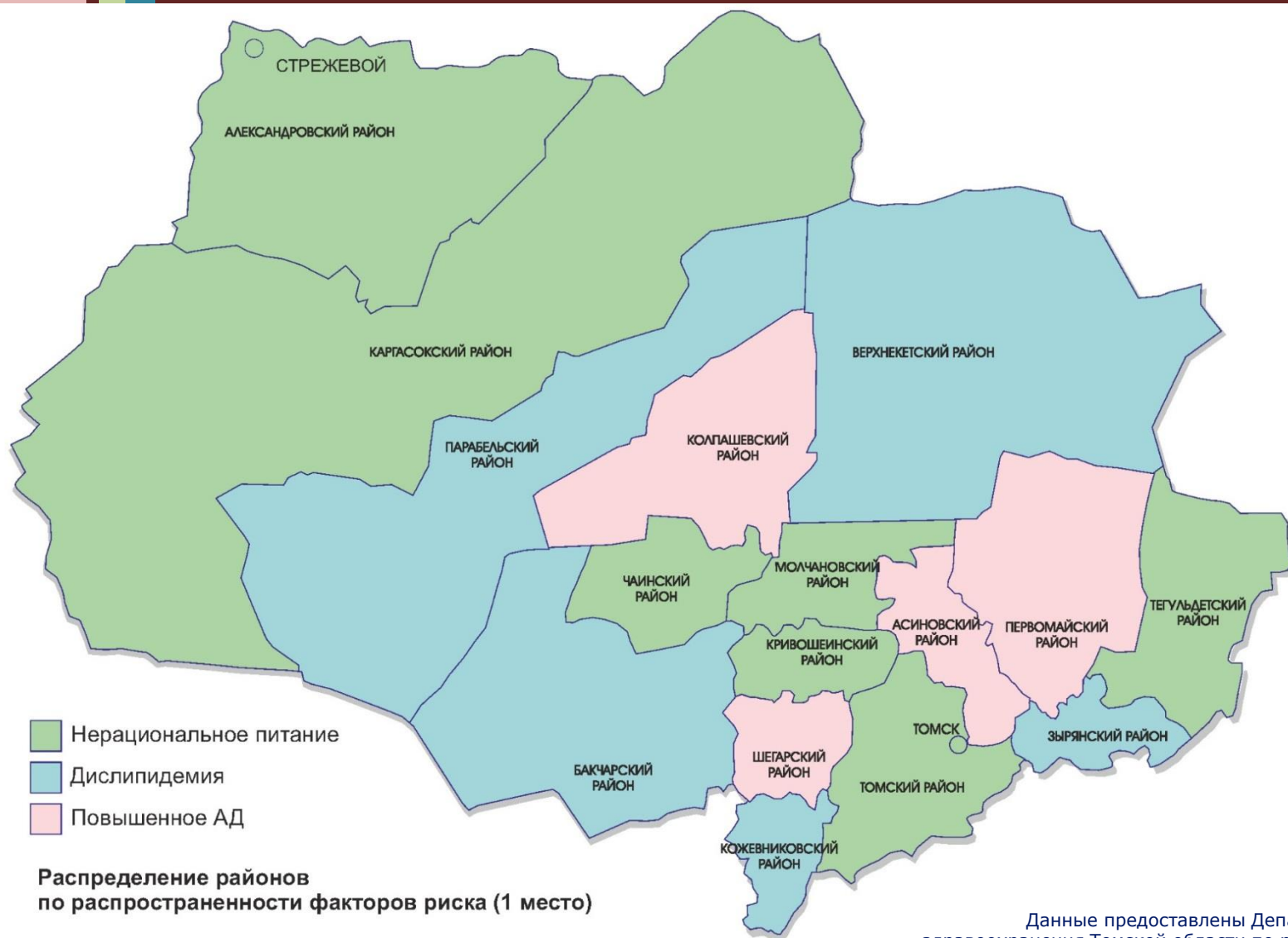


случаев
ишемической
болезни
сердца



взрослого
населения
России имеют
низкую ФА на
работе и в
свободное
время

Распределение районов Томской области по распространённости факторов риска развития ХНИЗ



Данные предоставлены Департаментом здравоохранения Томской области по результатам проведения диспансеризации населения Томской области в 2017 году и обработки данных ф.113

Корпоративные программы укрепления здоровья

Корпоративные программы укрепления здоровья - это инвестиционный проект, участниками которого выступают государство-работодатель-работник, как элемент корпоративной культуры и программы лояльности в системе управления персоналом и достижении конкретных измеримых результатов.

В долгосрочной перспективе компании, внедряющие корпоративные программы укрепления здоровья работников потенциально успешнее, более устойчивы и эффективны.

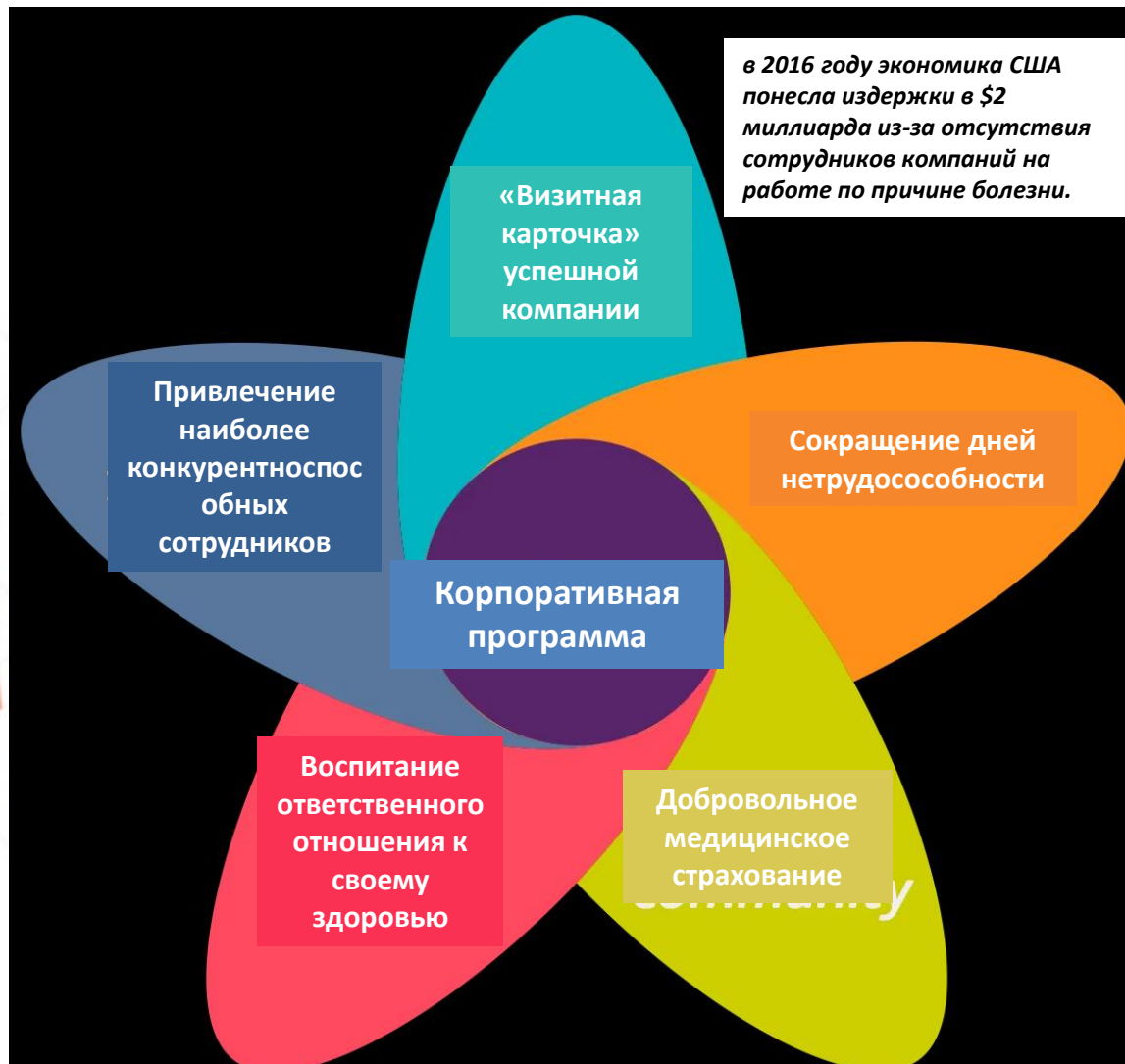


Наиболее эффективными профилактическими стратегиями – это комплексный подход, включающий как медицинский, так и социальный компонент



Трудоспособное население

ИНСТРУМЕНТЫ РЕАЛИЗАЦИИ



в 2016 году экономика США понесла издержки в \$2 миллиарда из-за отсутствия сотрудников компаний на работе по причине болезни.

Корпоративные программы – не модный тренд, а базовая потребность, ведущая к....:



Современный подход к оздоровлению работников

Психологическое
здоровье работников
станет заботой их
работодателей

Профилактика
здоровья
сотрудников

Профилактика
синдрома «Выгорание
на работе»

Адаптация в
организации

Забота о детях и
родителях

Корпоративная
пенсионная
программа

Развлечение
сотрудников как
способ
оздоровления



Тренды ближайшего будущего

Профилактика здоровья сотрудников

- поощрение отказа от вредных привычек,
 - правильное питание,
 - занятия фитнесом, йогой и многое другое.
- позволяет экономить средства компании, однако рассчитаны на более долгосрочный эффект.*

Работодатели по-разному стимулируют своих работников вести здоровый образ жизни:

- дополнительные бонусы к существующему соц.пакету,
- нематериальное поощрение.



Создание условий, снижающих риск развития хронических неинфекционных заболеваний

ПИТАНИЕ

Здоровое питание

Может значительно повлиять на способность сотрудника эффективно выполнять свою работу, например, увеличивая общие энергетические ресурсы организма, улучшать его способность концентрироваться и т.д.

Программы питания включают предоставление работающим выбора блюд и напитков, повышает их осведомленность о принципах здорового питания.

На предприятиях может быть предоставлен выбор питания в комнатах для персонала, торговых автоматах и офисах, а также обеспечен легкий доступ к свежим фруктам и здоровым закускам.

Здоровое питание может быть обеспечено как через патерналистский подход путем ограничения выбора блюд и напитков только из меню здорового питания, так и через более гибкий подход системы скидки и бонусов и т.д.

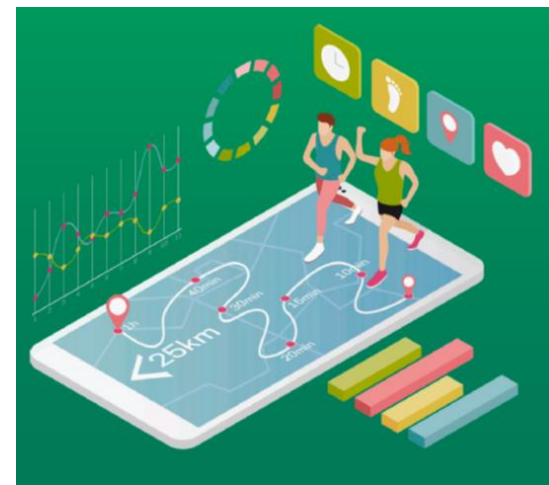
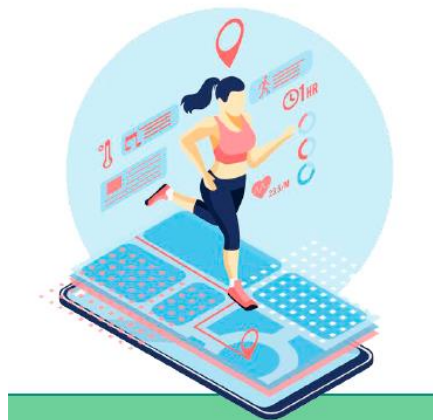


Создание условий, снижающих риск развития хронических неинфекционных заболеваний

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

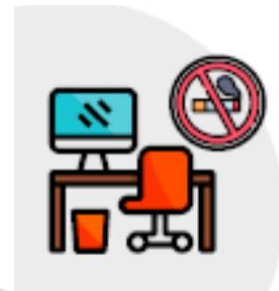


1:



Создание условий, снижающих риск развития хронических неинфекционных заболеваний

ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ



становится стимулом для работодателей к введению на предприятиях мер, направленных на борьбу с курением работников

Тренды ближайшего будущего

Адаптация в организации

Корпоративный праздник с элементами неформального общения, нестандартными и неофициальными формами донесения информации о компании и требованиях к персоналу может существенно ускорить процесс адаптации новых сотрудников, способствовать установлению и налаживанию коммуникаций, уменьшению коммуникационных барьеров



Тренды ближайшего будущего

**Забота о детях и
родителях**

В ведущих западных компаниях забота о сотрудниках, имеющих маленьких детей, давно стала одним из приоритетов корпоративной политики.



Google позволяет молодым родителям в любой день брать отгул и получать дополнительные средства для ухода за ребенком.

Facebook выплачивает своим сотрудникам компенсации в размере \$4 тысяч при рождении ребенка, а также принимает активное участие в программе сохранения генофонда, выплачивая \$20-тысячную компенсацию сотрудницам, которые решаются на заморозку яйцеклеток.



Аналогичная практика существует и в Apple.

Тренды ближайшего будущего

Профилактика синдрома «Выгорание на работе»

Исследование Forbes и Kronos, выгоранию ежегодно подвержено около половины сотрудников крупных компаний. Основными причинами этого является дисбаланс между теми силами, которые затрачивает работник, и уровнем получаемой компенсации, а также нагрузки в офисе и вне него...

Способствует выгоранию и постоянная необходимость «быть на связи»: вопреки собственному желанию оказываются вовлечены в рабочий процесс даже во вне рабочее время.

Во Франции, к примеру, с 1 января прошлого года действует закон, который дает работником «право отключиться» и не нагружать себя работой во вне рабочее время.



Тренды ближайшего будущего

**Психологическое
здоровье работников
станет заботой их
работодателей**

**Уже сегодня крупные компании
внедряют инструменты
психологической поддержки и
помощи своим работникам. Так,
например, в РwС сотрудники
имеют возможность получить
психологическую консультацию в
режиме 24/7.**

**Депрессия и психоэмоциональное
недомогание сегодня являются главными
причинами снижения производительности
труда.**

**Издержки в абсолютных числах доходят до
\$44 миллиардов ежегодно.
в среднем приводит к 11,5 дням пониженной
производительности труда каждый месяц**



Тренды ближайшего будущего

Позаботиться о сотруднике сегодня, чтобы не платить за него завтра

Эффективность превентивной работы по оздоровлению своих сотрудников доказана

Оздоровительные программы и поощрение здорового образа жизни могут предотвратить или снизить риск серьезных заболеваний в будущем, а также уже сегодня начать борьбу с имеющимися недугами



Профилактика заболеваний возможна только путем объединения усилий, направленных на контроль ограниченного числа факторов риска, в том числе и на рабочем месте.



Основные направления оптимизации корпоративной программы сохранения и укрепления здоровья сотрудников СибГМУ

Блоки мероприятий:

- ✓ Регулярный мониторинг факторов риска хронических неинфекционных заболеваний
- ✓ Первичная и вторичная профилактика заболеваний
- ✓ Информационно-просветительская работа, направленная на формирование позитивного отношения к деятельности работодателя по поддержке здоровья сотрудников.
- ✓ Повышение доступности спортивной инфраструктуры, в том числе через участие в общегородских мероприятиях
- ✓ Создание условий для вовлечения сотрудников в программу по укреплению их здоровья

Блок 1. Мониторинг факторов риска хронических неинфекционных заболеваний



Блок 2. Первичная и вторичная профилактика

пропаганда здорового образа жизни: рассылки, конкурсы, акции, семинары, лекции

Тематичность

Таргетность

Дни здоровья ВОЗ

В зависимости от группы риска

удобная система вакцинации для сотрудников

расширение скрининговых процедур, в том числе онкоскрининговые программы для целевых групп

Бесплатные консультации врачей-специалистов для сотрудников



Блок 3. Спорт



- ✓ **Открытое расписание СОК**
- ✓ **Спортивные мероприятия для сотрудников**
- ✓ **Программа тренировок для сотрудников при наличии набора**
- ✓ **Скидки у партнеров**
- ✓ **Участие в общегородских соревнованиях и мероприятиях**

**СТАЛЬНОЙ
ХАРАКТЕР**
экстремальный забег



**★
ГОНКА
ГЕРОЕВ**

- ✓ **Участие в общегородских соревнованиях и мероприятиях**
- ✓ **Со-финансирование занятий спортом**

Блок 4.Повышение доступности спортивной инфраструктуры, в том числе через участие в общегородских мероприятиях

1. Стимулирующие выплаты некурящим сотрудникам
2. Стимулирующие выплаты за участие (победу) в спортивных мероприятиях университета и др.
3. Стимулирующие выплаты за выполнение ГТО
4. Внутриуниверситетские спортивные соревнования
5. Установка теннисных столов
6. Доступные (бесплатные) консультации врачей (особенно узких специалистов) для работников СибГМУ
7. Абонементы в бассейн для сотрудников
8. Субсидирование абонементов в тренажерный зал
9. Тренажерный зал, для сотрудников, группы ЛФК
10. Зарядки
11. Короткие программы с фитнес-тренером





ФЕВРАЛЬ '21

УВАЖАЕМЫЕ КОЛЛЕГИ!
ПРЕДЛАГАЕМ ВАШЕМУ ВНИМАНИЮ ВЫПУСК
ЕЖЕМЕСЯЧНОГО ДАЙДЖЕСТА АКТУАЛЬНОЙ
ИНФОРМАЦИИ ДЛЯ СОТРУДНИКОВ
СИБГМУ ЗА ФЕВРАЛЬ

Г О Д З Д О Р О В Ь Я

2021 год в СибГМУ по инициативе и.о. ректора Евгения Куликова объявлен Годом здоровья. Запланированы спортивные, просветительские и образовательные мероприятия, ввод и развитие спортивной инфраструктуры, необходимых для формирования культуры здорового образа жизни и здоровьесбережения в вузе и в Томской области, а также запуск корпоративной программы здоровья.

В рамках третьей миссии вуз всегда работал в направлении оздоровления населения, повышения продолжительности и качества жизни, формирования системы правильных пищевых привычек. Год здоровья поможет закрепить за СибГМУ эту позицию



2021-год здоровья в СибГМУ

- ✓ *Запланированы спортивные, образовательные и просветительские мероприятия*

Ввод в эксплуатацию спортивной инфраструктуры

Запуск и оценка эффективности корпоративной программы



ВОПРОСЫ??