Интенсивные технологии и подходы в гигиеническом воспитании населения и пропаганде здорового образа жизни

Важность пропаганды здорового образа жизни (ЗОЖ), в частности, сохранения зрения не вызывает сомнений. Методам и средствам пропаганды ЗОЖ в целях профилактики заболеваний посвящено множество научных трудов. К числу проблем, которые сейчас остро стоят перед теорией и практикой по гигиеническому воспитанию населения относится проблема определения их эффективности. Проведенные в Крымском республиканском центре реабилитации зрения социологические исследования по этому вопросу в существующей системе охраны зрения, касающиеся отношения человека к здоровью, выявили несоответствие между потребностью человека в сохранении зрения и теми действиями, которые он совместно с медициной предпринимают для его охраны. Каждый человек должен не только обладать достаточной суммой гигиенических знаний, но и реализовывать их в своем поведении.

Осведомленность населения, представленная в виде суммы показателей гигиенического поведения человека, степени его общественной активности в области охраны здоровья и оздоровлении окружающей среды, определяется как санитарная культура. Уровень этой культуры служит показателем состояния санитарного просвещения и одновременного определяет его направления и задачи.

Однако изменение стиля поведения индивидуума в сторону выполнения здоровье сохраняющих норм остается довольно сложным вопросом для всего населения, учитывая состояние общей культуры, традиционно сложившийся уклад жизни, достаточно равнодушное отношение в обществе к здоровью, отсутствие должного осознания ценности человеческой жизни.

 Гигиенические знания в пропаганде ЗОЖ влияют на сроки выздоровления, эффективность долечивания, восстановления трудоспособности, предупреждение обострений заболеваний и появление самих заболеваний.

Положения о лечебно-профилактических учреждениях всех типов (поликлиника, амбулатория, больница и т.д.) предусматривают работу по санитарно-гигиеническому воспитанию населения. Тем не менее, анализ практического осуществления санитарно-просветительной работы в этих учреждениях показывает, что чаще на местах к ее проведению подходят формально и часто допускаются методические ошибки, основной причиной которых является отсутствие знаний об организации и методических подходах к этой работе, что приводит к нарушению основного принципа санитарного просвещения (дифференцированности и целенаправленности пропаганды), а среди форм санитарного просвещения преобладает выпуск санитарно-просветительных бюллетеней, следствием чего является крайне низкая информированность населения в области ЗОЖ.

Как известно, методы санитарного просвещения группируются по виду передачи информации: индивидуальное воздействие - беседы врача, памятки, листовки; воздействие на группу лиц - лекции, плакаты, санитарные бюллетени; массовой коммуникации, т.е. популяционный метод - средства массовой информации: телевидение, радио, газеты журналы.

Информация должна быть максимально усвояемой, эмоционально окрашенной, носить позитивный, ненавязчивый, конструктивный, незапрещающий характер, обладать определенной новизной, включать социально-трудовые рекомендации.

Отечественный и зарубежный опыт свидетельствует, что хорошо организованная пропаганда медицинских и гигиенических знаний среди населения способствует снижению заболеваемости и смертности, помогает воспитывать здоровое, физически крепкое поколение.

Для того чтобы добиться эффективности в реализации государственной политики в области охраны здоровья населения, необходимо, прежде всего, воздействие на индивидуальные привычки людей, на их мировоззрение с целью формирования личной заинтересованности и ответственности за сохранение собственного здоровья, здоровья членов своей семьи, отдельных профессиональных групп и общества в целом.

Гигиеническое обучение декретированного контингента способствует повышению медико-гигиенических знаний у населения, профилактике инфекционной заболеваемости, формированию понимания у людей необходимости позитивных изменений в образе жизни, поддержания их стремления к таким изменениям, способствует созданию соответствующих мотиваций в отношении к своему здоровью, выработке умений и навыков здорового образа жизни.