**Слайд 1**

**Опыт работы Центра здоровья детей областной детской клинической больницы**

**О.С. Цыкош,**

**медицинская сестра поликлиники**

**БУЗОО «ОДКБ»**

**Слайд 2**

Девиз нашего Центра здоровья: **Легче предупредить, чем лечить!!!**

**Слайд 3**

В БУЗОО «Областная детская клиническая больница» приказом главного врача от 22 июня 2010 года №211/01-06 был организован Центр здоровья детей.

**Слайд 4**

С ноября 2010 года Центр здоровья на базе консультативно-диагностической поликлиники начал свою деятельность на основе приказов:

**Слайд 5**

-Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации № 597 н от 19 августа 2009 г. «Об организации деятельности Центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака»;

-Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации № 152 н от 16 марта 2010 г. «О мерах, направленных на формирование здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака»;

-Приказ Министерства здравоохранения Омской области от 21 июня 2010 года №54 «Об организации центров здоровья детей Омской области по формированию здорового образа жизни, включая сокращение потребления алкоголя и табака».

**Слайд 6**

Основной целью Центра здоровья является формирование здорового образа жизни - это комплекс мероприятий, направленных на сохранение здоровья, пропаганду здорового образа жизни; мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей.

**Слайд 7**

Основными Функциями ЦЗ БУЗОО «ОДКБ» являются:

- осуществление мониторинга реализации мероприятий по формированию здорового образа жизни среди детского населения региона, анализ факторов риска развития заболеваний у детей;

- обучение родителей и детей гигиеническим навыкам и мотивирование их к отказу от вредных привычек, включающих помощь по отказу от потребления алкоголя и табака;

- динамическое наблюдение за детьми группы риска развития неинфекционных заболеваний;

- работа по формированию у населения принципов «ответственного родительства»;

- информирование родителей и детей о вредных и опасных для здоровья факторах и привычках;

- разработка индивидуальных рекомендаций сохранения здоровья, в том числе с учетом физиологических особенностей детского возраста;

- обучение медицинских специалистов, родителей и детей эффективным методам профилактики заболеваний с учетом возрастных особенностей детского возраста;

- консультирование по сохранению и укреплению здоровья детей, включая рекомендации по коррекции питания, двигательной активности, занятиям физкультурой и спортом, режиму сна, условиям быта, труда (учебы) и отдыха с учетом возрастных особенностей.

**Слайд 9**

Задачи:

* Формирование идеологии здорового образа жизни у детей города и села;
* Выявление заболеваний на стадии предболезнь, тем самым профилактируя, в какой-то степени, хронизацию процессов;
* Разработка индивидуальных профилактических программ;
* Снижение уровня заболеваемости;
* Уменьшение риска выхода на инвалидность;
* Будущие здоровые родители и, как следствие, снижение наследственного фактора риска!!!

**Слайд 10**

Каждый ребенок, пришедший в Центр здоровья, проходит комплексное тестирование, состоящее из следующих этапов:

1. Регистрация: на этом этапе для каждого пациента заводится индивидуальная электронная карта с обращением.
2. Тестирование на аппаратно – программном комплексе для определения уровня соматического и психофизиологического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма.

А) Динамометрия – измерение силы правой и левой руки при помощи динамометра.

Б) Калиперометрия – определение процентного содержания жира в организме, количества внутреннего и подкожного жира, процента мышц.

В) Измерение артериального давления и пульса на электронном тонометре.

Г) Антропометрия: проводится на электронных приборах измерения роста и веса, сантиметровой лентой измеряется окружность головы, груди, талии и бёдер.

**Слайд 11**

1. Система скрининга сердца компьютеризированная «Кардиовизор». экспресс-оценка состояния сердца по ЭКГ-сигналам от конечностей. Система позволяет получать самую раннюю информацию о небольших изменениях процессов электрического возбуждения миокардов и выявлять на ранних стадиях наличие патологических изменений при различных заболеваниях.

**Слайд 12**

1. Спирометрия компьютеризированная позволяет оценить функциональное состояние дыхательной системы. Существует специальный детский тест, что делает проведение исследования проще и интереснее для ребенка.

**Слайд 13**

1. Биоимпедансметрия «Медасс» анализ внутренних сред организма (процентное соотношение воды, мышечной и жировой ткани).

**Слайд 14**

1. Экспресс – оценка уровня холестерина и глюкозы в крови.

**Слайд 15**

1. Анализ окиси углерода в выдыхаемом воздухе с определением карбоксигемоглобина. Карбоксигемоглобин  (hbco)  - прочное соединение [гемоглобина](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%BB%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D0%BD) и [угарного газа](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%B4_%D1%83%D0%B3%D0%BB%D0%B5%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B0(II)). Избыток карбоксигемоглобина в крови приводит к [кислородному голоданию](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B8%D0%BF%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D1%8F), головокружению, тошноте, рвоте или даже смерти, так как угарный газ, связанный с гемоглобином, лишает его возможности присоединять к себе [кислород](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B8%D1%81%D0%BB%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B4). Это исследование можно назвать тестом на курение. Позволяет легко и быстро определить не только, курит человек или нет, но и сколько примерно сигарет в день он выкуривает.

**Слайд 16**

1. Пульсоксиметрия (оксигемометрия, гемоксиметрия) — неинвазивный метод определения степени насыщения крови кислородом. В основе метода лежит спектрофотометрический способ оценки количества гемоглобина в крови.

**Слайд 17**

1. Оценка состояния гигиены полости рта. Здесь специалисты проводят осмотр, ведут беседы и дают рекомендации по профилактике стоматологических заболеваний. При необходимости проводится профессиональная чистка зубов. При выявлении зубных отложений они снимаются с помощью ультразвукового скалера, который делает эту процедуру практически безболезненной.

**Слайд 18**

1. Консультация врача педиатра, который оценивает функциональные и адаптивные резервы организма, прогнозирует состояние здоровья ребенка, разрабатывает индивидуальные рекомендации по сохранению и укреплению здоровья, включая рекомендации по коррекции питания, двигательной активности, занятиям физической культурой и спортом, режиму сна, условиям быта, учебы и отдыха. Педиатр обучает ребенка и родителей эффективным методам профилактики заболеваний, мотивированию их отказа от вредных привычек, по показаниям направляет на консультацию к психологу.
2. На руки выдается карта Центра здоровья, где зафиксированы результаты тестирования и все рекомендации врача педиатра.

**Слайд 19**

За период с 1 января 2014 года по 31 декабря 2014 г. в ЦЗ БУЗОО «ОДКБ» прошли комплексное обследование 4121 ребенка в возрасте от 0 до 17 лет 11 месяцев 29 дней. Из них абсолютно здоровыми по результатам обследования признаны лишь 321 ребенок (7,8%), у остальных имеются те или иные функциональные отклонения.

**Слайд 20**

При тестировании на аппаратно-программном комплексе (4121) отклонения обнаружены у 3596 детей (87,3%).

**Слайд 21**

При скрининге сердца компьютеризированном (4121) –1869 детей (46%).

**Слайд 22**

При биоимпедансметрии (3869)– 1395 детей (36%) из них дети с избытком массы тела составляют около 60%, дети с недостатком массы тела – 40%.

**Слайд 23**

При оценке гигиены полости рта (890) выявлены отклонения у 322 ребенка (36%).

**Слайд 24**

При определении окиси углерода в выдыхаемом воздухе (1008) (тест на курение) - у 349 детей (34,6%).

**Слайд 25**

При экспресс-анализе уровня общего холестерина и глюкозы в крови (4115) у 20 детей (0,4%).

**Слайд 26**

При спирометрии компьютеризированной (3921) у 1078 детей (27,4%).

**Слайд 27**

На базе БУЗОО ОДКБ работают школы здоровья.

* Школа артериальной гипертензии (1184)
* Школа профилактики бронхиальной астмы (895)
* Школа профилактики заболеваний костно-мышечной системы (1501)
* Школа профилактики сахарного диабета (220)

**Слайд 28**

Работа осуществляется как в стационарном режиме, так, и в выездной форме. Диагностическая аппаратура мобильного Центра здоровья в комплекте с автомобилем были получены в декабре 2013 года, что позволило активизировать выездную работу. Эта форма работы значительно удобней с тех позиций, что больница не имеет приписного населения, и работа строится на осмотрах детского населения муниципальных районов Омской области и учебных (дошкольных) учреждений г. Омска.

**Слайд 29**

И еще раз хотела бы повториться что Всем известна истина – чем лечить заболевание, лучше предотвратить его возникновение и здесь ключевая роль принадлежит Центрам здоровья, таким как в нашей больнице.

**Слайд 30**

Благодарю за внимание!