

# Здоровье - наш выбор

Областная информационная медицинская газета



12+

30 декабря 2019 года, № 12 (169)

*Дорогие читатели, коллеги, партнеры!  
От души поздравляем Вас с Новым 2020 годом и  
Рождеством!*

Пусть в Новом году Вам сопутствует удача,  
самые заветные мечты станут  
реальностью, а стремления - достижениями!  
Желаем ярких впечатлений, благополучия,  
здоровья Вам и Вашим семьям!

В 2019 году наш Центр провел конкурс среди детей области  
на лучшую новогоднюю открытку  
«Область за ЗОЖ - пусть знает каждый!»

Представляем вашему вниманию работы победителей.

Коллектив Вологодского  
областного Центра медицинской  
профилактики



Чернова Дарья, 11 лет  
г. Череповец



Синькова Ангелина, 7 лет,  
г. Череповец



Андреева Екатерина, 16 лет  
г. Череповец



## «Телефон здоровья» в январе : (8172) 72-00-60

«Телефон здоровья» в областном Центре медицинской профилактики работает 2 раза в неделю по средам и четвергам с 15 до 16 часов.

По этому телефону бесплатно любой житель Вологодской области может задать свой вопрос по профилактике и лечению заболеваний и получить практические советы.



Дата	Вопросы	Специалист
16 января	Как справиться с бессонницей	Анна Николаевна Свитина, зав. общепсихиатрическим мужским отделением №1 областной психиатрической больницы
22 января	Проблемы лечения различных заболеваний в пожилом возрасте и профилактика старческой астении	Михаил Андреевич Самойлов, зав. терапевтическим отделением областного госпиталя для ветеранов войн, главный внештатный специалист-гериатр департамента здравоохранения
23 января	Помощь семье, в которой есть проблемы, связанные с алкоголем и наркотиками	Любовь Владимировна Майфат, психолог-консультант Центра медико-психологической помощи, действительный член Общероссийской психотерапевтической лиги
29 января	Как справиться с зимней депрессией	Ольга Витальевна Бродская, врач-психиатр отделения №1 областной психиатрической больницы
30 января	Проблемы выпадения волос. Уход за волосами	Елена Викторовна Остапчук, врач косметолог-трихолог

Телефон доверия для детей и их родителей: 8-800-2000-122. Круглосуточно. Анонимно. Бесплатно.

## МЕДСОВЕТ

### В чем заключается профилактика болезней суставов?

На вопрос отвечает врач-ревматолог областной клинической больницы Наталья Александровна Цветова:

- В первую очередь - правильный образ жизни. Избыточные физические нагрузки, лишний вес, тяжелый труд, профессиональный спорт плохо влияют на состояние суставов и впоследствии ведут к заболеваниям (артриту, артрозу, остеохондрозу, остеопорозу и др.). Для того чтобы избежать болезней суставов, необходимо начинать день с лечебной физкультуры, причем до того, как приступить к ежедневным делам. Гимнастику нужно выполнять в утренние часы: сначала лежа, потом сидя, а затем стоя. Полезны плавание, йога, пилатес, выполнение упражнений на растяжку. Также полезна ходьба в равномерном, неторопливом темпе, в правильной обуви по оборудованной дорожке. Следует помнить, что результативны только регулярные физические нагрузки, которые укрепляют суставы и препятствуют набору лишнего веса. Важно знать свой



Цветова Наталья Александровна, врач-ревматолог областной клинической больницы

индекс массы тела. Избыточная масса тела перегружает скелет, хрящи преждевременно истончаются и изнашиваются, особенно в области тазобедренных и колен-

ных суставов. Для поддержания хорошего состояния суставов также важно правильно питаться и отказаться от вредных привычек.



## ИТОГИ ОБЛАСТНОЙ КАМПАНИИ «НОРМАЛИЗАЦИЯ ВЕСА — ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ»

С 10 июня по 15 ноября 2019 года в области проходила информационно-пропагандистская кампания «Нормализация веса — путь к здоровью».

Основной целью мероприятий кампании являлось формирование у населения мотивации к здоровому образу жизни, включая нормализацию индекса массы тела, повышение физической активности, а также повышение ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

В кампании приняли участие 36 медицинских организаций области. Проведено более тысячи мероприятий. Общий охват населения составил более 57 тысяч человек (в том числе 26 тысяч детей и 31 тысяча взрослых).

Кампания включала в себя серию мероприятий (акции «Узнай свой индекс массы тела» и «Патруль здоровья»), которые прошли во всех муниципальных образованиях области.

В ходе кампании было организовано выявление факторов риска развития неинфекционных заболеваний у посетителей торговых центров, в трудовых коллективах и в медицинских организациях. В результате проконсультировано более 18 тысяч человек.

Среди детского населения выявлены следующие факторы риска:

- 12,91 % имеют избыточную массу тела,
- 11,20 % имеют недостаточную физическую активность,
- 16,72% недостаточно употребляют фруктов и овощей,



- 1,82 % курят;
- а среди взрослого населения:
- 45,67 % имеют избыточную массу тела,
- 36,01 % имеют недостаточную физическую активность,
- 37,65 % недостаточно употребляют фруктов и овощей,
- 15,33 % курят.

В рамках летней оздоровительной кампании среди детей проведены мероприятия, направленные на повышение физической активности и популяризацию рационального питания: интерактивные занятия, индивидуальное консультирование, беседы, показы и обсуждения фильмов и роликов.

Во время проведения кампании в медицинских, трудовых и образовательных организациях (библиотеках, дошкольных образовательных организациях, школах, центрах социального

обслуживания, оздоровительных лагерях области и т.д.) велась трансляция видеороликов соответствующей тематики, состоялось 4 радиоэфирных по вопросам рационального питания.

По итогам кампании «Нормализация веса — путь к здоровью» за лучшую работу по организации мероприятий награждены:

- отделения медицинской профилактики поликлиник №1, №3, №4 г. Вологды, поликлиники №2 г. Череповца, а также Грязовецкой центральной районной больницы;
- кабинеты медицинской профилактики Белозерской, Кич-Городецкой, Никольской, Сямженской, Устюженской центральных районных больниц, а также Череповецкой городской больницы.

*Пресс-служба областного Центра медицинской профилактики*



## ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ



Фото из сети Интернет

Травматизм представляет серьезную угрозу для здоровья и жизни пожилых людей.

Причины травм условно можно разделить на внутренние и внешние. Внутренние причины могут быть связаны с психоэмоциональным состоянием и изменениями в состоянии здоровья. Внешние причины — с неправильной организацией безопасного движения, низкой безопасностью жилища, неудобной обувью (спадающей, скользящей), отсутствием вспомогательных средств (трости, ходунков).

Существует множество факторов, способствующих получению травмы: скользкие дороги, падение сосулек с крыш домов, неровная поверхность тротуаров и тропинок, плохое освещение улиц, скверов и парков, нарушения слуха, зрения и общего состояния здоровья, связанные с возрастными изменениями и заболеваниями.

Риск падения наиболее высок у людей, ведущих малоподвижный образ жизни, имеющих неустойчивую обувь или обувь на высоком каблуке; у людей, чей обычный маршрут проходит по малоосвещенным участкам пути, а также злоупотребляющих спиртными напитками и седативными препаратами.

**Где чаще всего происходят падения?**  
В 50% случаев падения происходят дома, особенно часто в ванной комнате и спальне. Многие падают, когда находятся дома одни, что лишает человека своевременной помощи. Вне дома падения чаще всего происходят на скользких тротуарах, мокром асфальте, при переходе через бордюр. Прием многих лекарственных препаратов, особенно

нескольких одновременно, изменяет состояние сосудистого тонуса, вызывает головокружение, что также может стать причиной падения.

Некоторые препараты способствуют выведению кальция из костной ткани, а это повышает риск возникновения переломов.

Большая доля травм после падения у пожилых людей приходится на переломы костей запястья (перелом луча в типичном месте), переломы ключицы, переломы шейки бедра и костей таза. Иногда перелом может иметь тяжелые последствия и осложнения. В некоторых особо тяжелых случаях может наступить смерть — в результате присоединившейся инфекции. И почти всегда это — ограничение движения или инвалидность в будущем.

С возрастом меняется строение костей, в них уменьшается содержание солей кальция и микроэлементов, кости становятся хрупкими и ломкими. Это заболевание называется остеопорозом. Постепенно уменьшается рост человека, меняется форма позвоночника. Изменениям подвергаются и суставы, в первую очередь мелкие (кистей и стоп), а затем деформируются и крупные (коленные, плечевые, тазобедренные). Начинают беспокоить хруст и боли в суставах, усиливающиеся во время непогоды и перепадов атмосферного давления. Прогрессирующая боль ограничивает движения в суставах, уменьшается их подвижность, появляется скованность. Все это сказывается на походке: она становится замедленной, шаг укорачивается, что приводит к нарушению координации движения.

Одной из важнейших составляющих профилактики остеопороза является достаточное потребление с пищей кальция и витамина «Д» (молочнокислые продукты, рыбный жир), принятие солнечных ванн.

Желательно приобрести себе нескользкую обувь. Существуют специальные резиновые накладки, которые изготовлены в виде съемных подошв из высококачественной эластичной резины, на нижней поверхности которой выступают небольшие стальные шипы. Накладки просто и надежно надеваются на любую обувь (маленькая петля на носок и большая на пятку), прочно держатся на ноге и позволяют чувствовать себя уверенно при ходьбе в самый

сильный гололед и ветер.

Необходимо иметь при себе дополнительную опору (трость, палку, ходунки) — это значительно облегчает ходьбу. И, конечно, не стоит прогуливаться в темное время суток по слабо освещенным местам без сопровождения знакомых или родственников. Ну, а самое лучшее — не выходить на улицу в гололед, туман и снегопад.

Для организации безопасного пространства в ванной комнате желательно иметь скамеечки, поручни или специальные опоры, которые крепятся к краю ванны. На дно ванны необходимо положить нескользящий коврик. Температура воды не должна быть выше 40 градусов. По окончании мытья в ванной надо вынуть пробку до того, как из нее встать, чтобы не наклоняться. А лучше принимать душ. Двери ванной комнаты изнутри не стоит закрывать, а на полу обязательно должен быть резиновый коврик.

Жилые помещения должны иметь ковровые покрытия или дорожки, плотно прилегающие к полу, хорошее освещение и ночники. Острые углы мебели лучше обклеить мягкими накладками. Высокие спинки кресел обеспечат опору для головы. Кровать должна быть не ниже 60 сантиметров, матрас — ортопедическим, подушки небольшими, одеяло теплым и легким. При вставании с постели не нужно делать резких движений,

Помните: **ВЫХОДИТЬ НА УЛИЦУ В ПЕРИОД ГОЛОЛЕДА, ТУМАНА ИЛИ СНЕГОПАДА КРАЙНЕ ОПАСНО!** Переходить улицу можно только в установленных местах, где имеется пешеходный переход. Во время поездки в автобусах необходимо принять устойчивое положение, крепко держась за поручни. Трость, ходунки нужно устанавливать на необходимую для удобного передвижения высоту и класть ее рядом с кроватью на ночь. Уделяйте особое внимание ходьбе по неровной поверхности: аккуратно двигайтесь, стараясь обходить места, покрытые ледяной коркой без противоскользящего реагента.

Соблюдайте эти несложные правила, и вы значительно снизите риск травматизма.

*Марина Чернявина,*  
медицинская сестра терапевтического  
отделения стационара областного  
госпиталя для ветеранов войн



## ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА – КЛЮЧ К ЗДОРОВЬЮ

Правильная осанка – это поддержание естественных изгибов позвоночника. Изгибы позвоночника позволяют нам сохранять равновесие и амортизируют толчки и удары во время движения.

Позвоночник новорожденного ребенка похож на дугу. После того как малыш научится поднимать и держать голову, начинает формироваться первый позвоночный прогиб – шейный лордоз, а когда станет ползать и сидеть, формируется грудной кифоз. Примерно в 10 месяцев дети постепенно учатся стоять и ходить, вследствие чего, под действием силы тяжести, брюшные мышцы выпирают вперед, увеличивается угол наклона тазовых костей и формируется поясничный лордоз. Процесс формирования осанки заканчивается образованием арочной формы костей стопы в возрасте 3-4 лет.

В здоровом позвоночнике эти изгибы плавные, красивые, волнообразно переходящие один в другой. Рост и развитие позвоночного столба в разные возрастные периоды происходит неравномерно. Усиленный его рост наблюдается до



Фото из сети Интернет



3 лет, затем в периоды 5-8 и 11-15 лет. Позвоночник не успевает приспособиться к увеличению длины мышц и костей, поэтому у большинства детей происходит нарушение осанки. Однако все изменения в осанке, выявленные в раннем возрасте, являются обратимыми и могут быть устранены с помощью различных процедур и мероприятий. Только вовремя начатое лечение, правильно подобранные и точно выполненные упражнения помогут устранить нарушения в развитии ребенка, сделать его здоровым, подвижным и эмоциональным.

Нарушение осанки у детей дошкольного возраста – проблема распространенная и встречается у 16-17% всех детей младше 7 лет. Многие родители не считают это серьезной проблемой, и совершенно напрасно. Неправильная осанка – не просто некрасивый дефект, но и вполне реальная основа для развития заболеваний позвоночника и опорно-двигательного аппарата.

Классический способ лечения искривлений подразумевает под собой целый комплекс мер:

1. Лечебная физическая культура укрепляет мышечный корсет и корректирует последствия развития искривления. Комплекс упражнений включает в себя нагрузку на разные группы мышц – спины, пресса, груди. Для повышения эффективности могут использоваться спортивные снаряды: мяч, палка, гантели.

2. Лечебный массаж, который должен осуществляться грамотным специалистом, налаживает обменные процессы, улучшает кровоток и лимфоток, убирает зажатость мышц, а также способствует укреплению мышечного каркаса за

счет усиления тонуса мышц спины и живота.

3. Корсет, корректирующий осанку для исправления искривлений у дошкольников и учащихся начальной школы, представляет собой ортопедическое приспособление, которое снимает нагрузку с позвоночника, выравнивает его и приучает ребенка держать спину ровно (необходимость ношения корсета определяется только врачом).

4. Физиотерапия: электростимуляция, магнитотерапия, СМТ-терапия, водолечение, грязелечение, теплотечение.

5. Залог успеха в борьбе со сколиозом – правильное питание, богатое витаминами и микроэлементами, без которых невозможна нормальная работа костной системы. Разнообразьте рацион ребенка, особую роль отводя свежим овощам и фруктам, а также продуктам, богатым кальцием, – сыр, творог, кунжут, рыба, орехи. Кальций необходим для прочности костей и зубов. Также питание должно быть богато белком и сложными углеводами, которые необходимы для растущего организма. Важно соблюдать питьевой режим.

Родители должны помнить, что на них лежит ответственность и забота о том, чтобы ребенок всегда держал спину правильно и ровно. Приучите своего малыша к правильной позе во время сидения на стуле и за столом. Локти должны лежать на поверхности, а не свисать, плечи расположены симметрично столу, стопы полностью стоят на полу, колени и бедра согнуты под прямым углом. Тщательно контролируйте, чтобы ребенок не закидывал ногу на ногу, не ло-

Окончание на стр. 6

Начало на стр. 5

жился на стол грудью, не подгибал ноги, не сидел боком к столу. Мебель должна подбираться индивидуально под ребенка, в соответствии с его ростом.

Приобщайте детей к активным играм и прогулкам на свежем воздухе собственным примером. Поверьте, для них нет ничего интересней, чем погонять в футбол с папой или побегать наперегонки с мамой. Все эти занятия способствуют развитию и укреплению мускулатуры.

Дополнительно стоит подумать о том, чтобы записать ребенка в какую-либо спортивную секцию. Наилучшими видами спорта для детей с нарушениями осанки станут:

- плавание – укрепляет мышечный корсет, снимает нагрузку с позвоночника, улучшает двигательную координацию;

- гимнастика – укрепляет мышцы тела, развивает гибкость суставов, мягко корректирует деформированный позвоночник;

- конный спорт – укрепляет мышечный корсет, учит держать равновесие, дает равномерную нагрузку на все мышцы тела, улучшает кровообращение;

- йога – укрепляет и растягивает мышцы спины, выравнивает позвоночник.

Поменяйте матрас ребенка на ортопедический, обладающий необходимой жесткостью и упругостью. Подушка также не должна быть излишне мягкой и высокой. Подберите ребенку удобную обувь с супинаторами, это поможет избежать плоскостопия, которое также может быть причиной искривления осанки.

Как известно, для крепости и здоровья детских костей крайне важен витамин Д, усвоение которого происходит в присутствии солнечного света. Это значит, что гулять с ребенком на свежем воздухе много и часто полезно не только для профилактики рахита, но и для профилактики сколиозов.

Строгое соблюдение распорядка дня также препятствует развитию патологии. Все эти меры обязательно дадут положительный результат, и ваш ребенок будет радовать вас красивой, ровной осанкой и прямой спиной.

*Светлана Костоломова,*  
медицинская сестра по массажу  
Череповецкой городской  
поликлиники №2

## Вологодский областной центр медицинской профилактики снял клип «Область за ЗОЖ – пусть знает каждый!»



Вологодский областной центр медицинской профилактики призывает жителей области более внимательно относиться к назначениям врачей.

«По результатам нашей работы, – говорит директор Центра Риза Касимов, – мы видим, что в целом население имеет представление о вреде курения, алкоголя, пользе физической активности, но большая часть не предпринимает реальных действий по изменению образа жизни. Часто пациенты игнорируют назначения врачей, которые касаются корректировки питания,

нормализации физической активности, отказа от курения и алкоголя, снижения массы тела. И лечение в лучшем случае ограничивается приемом медикаментов. Хотя указанные факторы риска напрямую влияют на возникновение хронических неинфекционных заболеваний: сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний, сахарного диабета и др. На приеме врач дает краткие рекомендации, что нужно сделать для укрепления здоровья. Соблюдать их или нет – решает пациент, это его зона ответственности к своему здоровью. В клипе мы наглядно представили среднестатистического жителя нашего региона, который из-за плохого самочувствия оказался на приеме у врача-терапевта. Что из этого получилось, вы узнаете, посмотрев видео».

Клип можно посмотреть на официальном сайте Центра [volprof.volmed.org.ru](http://volprof.volmed.org.ru), в официальной группе ВК. Также видео направлено во все медицинские организации области для трансляции на видеоскренах.

Главные роли в клипе исполнили артисты Театра юного зрителя (г. Вологда) Виктор Харжавин и Анастасия Латкина, а роль врача –

Андрей Александрович Ушатый, зам. главного врача по лечебной части Череповецкой городской поликлиники № 2.

*Пресс-служба  
областного Центра медицинской  
профилактики*





**ЛОМАЙ СТЕРЕОТИПЫ**

**9** **завлуждений, иллюзий и страхов, которые мешают бросить курить и служат отговорками у курящих**

**2** **БРОСИТЬ КУРИТЬ ЧТО МЕШАЕТ**



**Минздрав утверждает: ты сильнее завлуждений.**

**НАСТРОЙТЕСЬ НА УСПЕХ И БРОСАЙТЕ КУРИТЬ**



**Завлуждение 1**

— Курение — это привычка. Я могу избавиться от нее, когда захочу!

Очень быстро курение из привычки превращается в болезнь. Возникает настоящая зависимость от сигареты — не только психологическая, но и физическая.

**Завлуждение 2**

— Курение помогает мне снять стресс и нервное напряжение! Я бросаю курить, когда все будет хорошо! Курение не снимает стресс, а курящие люди больше склонны к тревожно-депрессивным состояниям — это доказанный факт.

**Завлуждение 4**

— Я бы бросил курить, да боюсь поправиться!

Прибавка в весе при отказе от курения не такая значительная, чтобы этого бояться. И если вы не склонны к полноте, набор «лишних» килограммов вам не грозит.

**Завлуждение 5**

— Я курю только легкие сигареты. Они не так вредны! **Безвредных сигарет не существует!**

▶ При курении «легких» сигарет, кальяна, вайта и других никотиносодержащих устройств риск заболеть не меньше; ▶ «Легких» сигарет курить слишком вредно, гораздо больше выкуривает, чтобы утолить никотиновое голодание; ▶ «Легкие» сигареты в три раза опаснее для окружающих, чем обычные.

**Завлуждение 6**

— Возможно, курение и вредно для здоровья, но мне ничего не будет.

В молодости трудно понять, что через некоторое время возникнут болезни, связанные с потреблением никотина: хронический бронхит, болезни сердца, сосудов ног, импотенция, рак.

**Завлуждение 7**

— Мне говорили, что бросить курить во время беременности нельзя, это может вызвать стресс и навредить будущему ребенку.

Страшное завлуждение и опасная позиция! Курение во время беременности влияет не только на здоровье женщины, но и непосредственно на рост и развитие плода. Курение беременной женщины, а так же курение родителей при новорожденном может вызвать задержку роста и развития ребенка и нанести непоправимый ущерб здоровью малыша на всю жизнь.

Так что если заботиться о здоровье своего ребенка, бросайте курить как можно скорее, а лучше — немедленно!

**Завлуждение 8**

— При чем тут курение, когда вокруг так много вредных факторов. При таком загрязнении окружающей среды дышать все равно вредно!

Одновременное воздействие табачного дыма и токсических веществ из окружающей среды многократно увеличивает тяжесть негативных последствий курения или вредных факторов окружающей среды по отдельности. Причем курение в этом тандеме играет главную роль.

**Завлуждение 9**

— Я курю так давно и так много, что отказ от курения мне уже не поможет.

**При прекращении курения позитивные изменения начинаются немедленно:**

- ▶ Через 20 минут пульс и давление возвращаются к норме.
- ▶ Через 8 часов уровень кислорода в крови возвращается к норме.
- ▶ Через 24 часа угарный газ выводится из организма. Легкие начинают очищаться.
- ▶ Через 48 часов улучшается восприятие вкуса и запаха.
- ▶ Через 3 месяца улучшается функция легких, становится легче дышать, исчезает кашель.
- ▶ Через 5 лет риск сердечного заболевания снижается наполовину.
- ▶ После 15-20 лет риск колюно-легочных заболеваний, и кровоснабжение в конечностях также же, словно вы никогда не курили!

**8 800 200 0 200**  
**TAKZDOROVO.RU**



## НОВОСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ОБЛАСТИ короткой строкой

■ **Новый рентгеновский комплекс запущен в работу в Сокольской ЦРБ.** Оборудование поставлено в детскую поликлинику в рамках национального проекта «Здравоохранение». Современный диагностический комплекс имеет низкую лучевую нагрузку, позволяет с максимальной точностью получить изображения в цифровом формате и передавать их по защищенной локальной сети, а также сохранять цифровой архив всех снимков. Кроме того, в детской поликлинике заработал новый УЗИ-аппарат.

■ **В Череповце завершена масштабная реконструкция соматического корпуса областной больницы.**



Обновленный онкологический центр, оснащенный по требованиям медицины

XXI века, в ближайшее время откроется на базе соматического корпуса Вологодской областной больницы №2, расположенной в Череповце.

Здание соматического корпуса Вологодской областной клинической больницы №2 построено в 1930 году. Это старейшее здание, с которого началась история медицинского учреждения. Масштабного ремонта не проводилось с момента строительства корпуса.

В 2016 году Губернатором Вологодской области было принято решение о выполнении поэтапного капитального ремонта соматического корпуса в рамках программы «Развитие здравоохранения Вологодской области».

«В соматическом корпусе будет функционировать онкоцентр. Онкологическое отделение уже переехало в обновленное здание, также здесь уже разместилось онкоурологическое отделение, готовится к пезезду гематологическое отделение, - пояснил главный врач больницы Андрей Пулин. - В здании полностью поменяли кровлю, перекрытия, укрепили стены, заменили всю инженерии: электропроводку, вентиляцию и так далее. Здесь оборудованы опера-

онные XXI века, созданы все условия для оказания качественной медицинской помощи».

Вологодская областная станция переливания крови №1 стала победителем во Всероссийском конкурсе профессионального мастерства

■ **6 декабря в Калининграде состоялся XII Всероссийский форум Службы крови.** Проект Вологодской областной станции переливания крови №1 «Важен каждый...» в номинации «Время совершать взрослые поступки» был признан лучшим в области волонтерства, направленным на пропаганду и развитие добровольного безвозмездного донорства крови и ее компонентов. Проект рассказывает об успешном сотрудничестве в сфере донорства крови между станцией переливания крови и Институтом права и экономики, работе по пропаганде донорского движения в молодежной среде, волонтерстве.

*Материал подготовлен отделом межведомственных связей и комплексных программ профилактики БУЗ ВО «ВОЦМП» при информационной поддержке департамента здравоохранения области*

## К 100-летию Вологодского областного центра медицинской профилактики

*Продолжение.*

*Начало в № 10 от 31.10.2018*

В марте 2020 года в Вологде планируется проведение межрегиональной научно-практической конференции, посвященной 100-летию службы медицинской профилактики Вологодской области «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний: современное состояние, проблемы, инновационные технологии».

Организаторами конференции выступают – Правительство Вологодской области, департамент здравоохранения области, БУЗ ВО

«Вологодский областной центр медицинской профилактики», ВРОО «Вологодское общество профилактики неинфекционных заболеваний».

Среди участников конференции – ведущие ученые Министерства здравоохранения Российской Федерации, главные внештатные специалисты федеральных округов Министерства здравоохранения РФ, руководители региональных центров медицинской профилактики.

Программа конференции включает

в себя пленарное заседание и работу тематических секций, на которых предполагается рассмотреть вопросы о реализации национальных проектов по здравоохранению, актуальные проблемы профилактики болезней системы кровообращения, о роли и месте гражданского общества в увеличении продолжительности и качества жизни старшего поколения.

*Пресс-служба областного Центра медицинской профилактики*

УЧРЕДИТЕЛЬ, ИЗДАТЕЛЬ:  
БУЗ ВО «Вологодский областной Центр медицинской профилактики»  
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:  
Риза Ахмедзакиевич Касимов  
РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:  
Елена Барачевская, Наталья Бондырева,  
Ирина Залата, Ирина Чижук,  
Мария Саволайнен

АДРЕС РЕДАКЦИИ ИЗДАТЕЛЯ,  
УЧРЕДИТЕЛЯ:  
160001, г. Вологда, ул. Октябрьская, 40  
Телефон: 72-95-43, т/факс: 72-26-75  
E-mail: vocmp-vologda@yandex.ru

Свидетельство ПИ № ФСЗ 0191.02.12.2005 г.  
Беломорского управления Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия.  
Печатается на средства Государственной программы «Развитие здравоохранения Вологодской области» на 2014–2020 годы, подпрограммы 1.

Отпечатано в типографии  
ООО «Издательский дом «Череповец»».  
162600, г. Череповец, ул. Металлургов, 14а.  
Заказ № ИДЧ/П0009922. Тираж 3000 экз.

Подписано в печать:  
по графику: 30.12.2019 г. в 10.00,  
фактически: 30.12.2019 г. в 10.00.  
Газета распространяется бесплатно в лечебно-профилактических, образовательных и других учреждениях города и области. Редакция оставляет за собой право редактирования присланных материалов и статей. Ответственность за содержание статей несут авторы. Мнения авторов статей не обязательно совпадают с точкой зрения редакции газеты. При перепечатке текстовых материалов ссылка на газету обязательна.

Наш сайт в интернете:  
[www.volprof.volmed.org.ru](http://www.volprof.volmed.org.ru)