УДК 614.2

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЦЕНТРОВ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ ИНТЕРНЕТА

Нефедовская Л.В.[1], Неволин Ю.С.[2]

[1]ООО «Медицинский научно-исследовательский центр «Третий глаз» г. Казань.

[2]ГБУЗ СО ГБ№1 г. Краснотурьинска Свердловской области, Центр здоровья для детей.

В связи с созданием центров здоровья для детей, возникла проблема налаживания коммуникаций с пациентами проживающими в отдаленных территориях закрепленными за центром здоровья. Информационный ресурс социальных сетей интернета может быть использован для формирования здорового образа жизни детей, обеспечить более тесное взаимодействие системы здравоохранения и образования, тем самым способствуя укреплению единой профилактической среды методом дистанционной профилактической работы.

Ключевые слова: центр здоровья, инновационные технологии, социальные сети интернета, здоровый образ жизни, интернет ресурсы.

Innovative technologies in preventive health center activities for children using social networking internet

[1] LLC Medical research center "Third Eye" Kazan city.

[2]Children's Health Center, Krasnoturyinsk city, Sverdlovsk region

Nefedovskaya L.V.[1], Nevolin Yu.S. [2]

In connection with the creation of health centers for children, there is a problem of establishing communication with patients living in remote areas set out for the health center. Information resource of the Internet social networking can be used to form healthy lifestyles for children, to ensure closer cooperation of health and education, thus contributing to the strengthening of the preventive protection of remote preventive work.

Keywords: innovative technologies, internet resources, Internet social networks.

Введение

Профилактика является приоритетным направлением отечественной медицины, которое получило реальное воплощение в системе охраны здоровья матери и ребенка. Формирование здорового образа жизни (ЗОЖ), включающее воспитание у населения с раннего детского возраста правильного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих являлось важнейшим разделом профилактики. Большая роль в этой работе придавалась «учреждениям здравоохранения, призванным осуществлять пропаганду медицинских и гигиенических знаний на индивидуальном и общественном уровнях» [1, 2]. В России одной из приоритетных задач, согласно концепции развития здравоохранения до 2020 г., является формирование здорового образа жизни и раннее выявление

заболеваний. В этой связи в России, с 2009 года вступила в силу государственная программа по формированию здорового образа жизни. С целью ее реализации в стране создано 502 Центра здоровья (ЦЗ) для взрослого населения и 204 для детей. Основной задачей детских ЦЗ является оценка базовых показателей здоровья ребенка и выдача индивидуальных рекомендаций по ведению здорового образа жизни [3].

Исторически медицинская пропаганда осуществлялась через традиционные средства массовой информации (радио, печать, телевиденье), однако в течении последних 5 лет наблюдается переход к цифровым технологиям. Активно развиваются группы онлайн пациентов в социальных медиа. Данные последних исследований говорят, что традиционные подходы к медицинской информации об охране здоровья оказывают все меньшее влияние на людей [4, 5]. В связи с этим все чаще, в научных исследованиях последних лет рассматривается использование социальных сетей интернета как метод распространения медицинской информации, направленного на профилактику заболеваемости [6].

Цель работы: применение инновационных технологий в деятельности Центров здоровья для детей.

Материалы и методы

Для понимания отношения к ЗОЖ среди родителей, детей, педагогов и медицинских работников, проводились социологические исследования. Анкетирование подростков 10-17 лет (459 человек) прошедших исследование в ЦЗ и их родителей (380 человек) средний возраст – 42 года проживающих в городах Карпинск и Волчанск Свердловской области. Общий объем выборки 839 человек. Также проведено анкетирование педагогов школ и медицинских работников поликлиник тех же городов (95 человек), средний возраст 42 года.

В качестве использования интернет ресурса для пропаганды ЗОЖ среди детей, использована социальная сеть «В контакте»,- на основании данных анкетирования. Платформой для проведения онлайн опросов, стала группа, созданная на странице социальной сети «В контакте» среди детей прошедших обследование в ЦЗ.

Результаты и обсуждение

Расстояние между закрепленными за Краснотурьинским ЦЗ населенными пунктами составляет 160 км на север, 190 км на восток, 250 км на юг. Такая большая протяженность обслуживаемой территории ориентирует ЦЗ на выездную форму работы и организацию в зоне своей ответственности мероприятий по формированию здорового образа жизни с мониторингом их эффективности.

Для понимания отношения к ЗОЖ в среде педагогов и медицинских работников, были проанкетированы 95 человек, среди которых 53% составили медицинские работники, 47% педагоги. Из них 91% составили лица женского пола, средний возраст которых составил 45 лет, при этом указывая вес и рост было выявлено превышение индекса массы тела опрошенных в среднем он составил от 25 до 33, что свидетельствует о превышении массы тела опрошенных. На вопрос о том является ли здоровье вашей семьи для вас главным приоритетом, положительно ответили 89%. На вопрос о том, есть ли в доме пособия по вопросам зож, положительно ответили 85% опрошенных. На вопрос можно ли ваш образ жизни считать здоровым, положительно ответили 18%, относительно здоровым свой образ жизни оценили 71%, о том, что до здорового образа жизни мне далеко, - признались 11% респондентов. Также в данном опросе, было оценено отношение к физкультуре. Так делает утреннюю гимнастику 6% опрошенных, 15% занимается физкультурой не менее часа 3 раза в неделю, 79% удовлетворяет бытовая двигательная активность, при этом 66% опрошенных в детстве занимались спортом. О наличии хронических заболеваний признались 44%. 77% простужается 2 раза в год, 12% - 3 раза и более.

Оценивая результаты опроса, становится очевидно, что образ жизни среди сотрудников здравоохранения и образования, которые являются ключевыми лицами продвижения и пропаганды ЗОЖ среди детей не является здоровым. При этом на вопрос о том, какие факторы мешают вам заниматься своим здоровьем, - ничего – ответили, лишь 11%, на дефицит времени сослались 21% на усталость 26%, на лень 18%, домашняя занятость 9%, отсутствие компании для занятий 9%, материальные затруднения 4%.

Оценивая собственный образ жизни 94% опрошенных уверены, что детей можно научить ЗОЖ. При этом более интересен тот факт, что медицинские работники, считают, что ответственность за обучение детей вопросам ЗОЖ на 72% лежит на семье, 15% данными вопросами должна заниматься школа, на 13% медицинские работники. Сотрудники системы образования считают, что на 62% должна заниматься семья, на 18% это проблема системы образования, а в 20% системы здравоохранения. На лицо явный конфликт интересов, и подтверждение факта важности семейной профилактики.

Учащимся были заданы ряд вопросов, в результате которых было выявлено, что спортом занимается - 30%, в отношении к физкультуре, – 46% просто посещает уроки физкультуры без дополнительных нагрузок, делают утреннюю гимнастику – 6%. Данные опроса свидетельствуют о том, что в образе жизни детей преобладает фактор риска - гиподинамия.

На вопрос о курении - 4% ответили да, 2% - иногда. При этом 95% считают, что для того чтобы быть здоровым, необходимо отказаться от курения. Тревожным является тот факт, что 31 % опрошенных детей, ответили, что иногда употребляют алкоголь.

На вопрос о том как ты считаешь с какого возраста можно начинать половую жизнь, были получены следующие результаты: с 14 лет – 1%, с 15 лет – 2%, с 16 лет – 14%, с 17 лет - 13%, с 18 лет - 49%, старше 18 лет – 17%. Можно предположить, что ребенок отвечающий на данный вопрос уже имеет опыт половой жизни в указанном возрасте, таким образом, половую жизнь ведут 30% подростков не достигших совершеннолетия. Таким образом, очевидно, что профилактическая работа в данном направлении крайне необходима.

Для изучения мнения родителей опрошенных детей о ЗОЖ, им были заданы ряд вопросов. Так 91% опрошенных, оценили здоровье своего ребенка как хорошее, 6% считает, что их дети отстают в развитии от сверстников, 3% опережают в развитии своих сверстников. Оценивая наличие заболеваний у своих детей 36% указали, что ребенок подвержен простудам, 25% считают, что хронические заболевания отсутствуют, 13% указали о наличии хронического заболевания, состоят на диспансерном приеме, в 5% ребенок наблюдается в специализированном учреждении здравоохранения, 3% лечат хроническое заболевание народными средствами. Таким образом, мнение родителей расходится с уровнем заболеваемости согласно данным официальной статистики, что может говорить о недостаточном информировании родителей о состоянии здоровья своих детей. На вопрос, что вы делаете для поддержания здоровья своего ребенка: 18% - регулярно консультируется с врачом, 6% - смотрит телевизионные передачи о ЗОЖ, 6% - читает статьи в интернете о ЗОЖ, 5% - считает, что здоровьем ребенка, должен заниматься только врач. Образ жизни своей семьи здоровым считают - 38% опрошенных, относительно здоровым – 59%, лишь 3% считают, что до здорового образа жизни их семье далеко. При этом отмечают, что: своему ребенку ничего не мешает вести здоровый образ жизни – 43%, лень – 22%, усталость после работы – 17%, дефицит времени -11%, отсутствие интереса к здоровью – 4%. Кто занимается формированием ЗОЖ ребенка: оба родителя - 50%, мать – 35%, педагоги - 6%, педиатр – 4%, отец – 3%, никто – 2%. Считаете ли вы, что детей можно научить ЗОЖ: да – 90%, нет – 3%, затрудняюсь ответить – 7%. Кто по вашему должен заниматься вопросами ЗОЖ детей: семья - 67%, педагоги – 17%, медработники – 16%.

Таким образом, совершенно очевидно, что родители не только готовы брать на себя ответственность за здоровый образ жизни своего ребенка, считают, что этому детей можно

научить. При этом необходимо сотрудничество медицинского и педагогического сообщества, и организация обучающей площадки ЗОЖ удовлетворяющей потребностям всех членов семьи разных возрастов.

Наиболее вероятной обучающей площадкой для данной категории, нами видятся социальные сети интернета. Выявлено, что в 55% детям нравится социальная сеть «в контакте», в 19% «одноклассники», в 26% «фэйсбук», при этом для ежедневного общения 95% опрошенных детей используют социальную сеть «В контакте». Ответ на следующий вопрос о желании получать информацию и консультации по здоровому образу жизни в социальной сети две трети респондентов (67%) высказалось положительно, 18% не хотели бы получать подобной информации через данный ресурс, а 15% относятся безразлично к любому источнику по ЗОЖ.

Принявшие участие в опросе родители на вопрос о выборе социальной сети, в 52% указали на регистрацию в «одноклассниках», в 45% на «фэйсбук», в 3% «в контакте». Результаты ответов на данный вопрос соответствуют статистическим данным, что средний возраст зарегистрированных в «одноклассниках» 35-45 лет. На вопрос о желании получать информацию, о ЗОЖ в социальной сети,- положительно ответило 56% опрошенных, отрицательно 14%, при этом 30% затруднились ответить.

Следующим этапом исследования явилось создание страницы центра здоровья на базе социальной сети интернета «В контакте». Благодаря функции создания опроса на странице можно проводить опросы детей для определения потребности в выкладываемой информации. По результатам этих опросов возможно формировать группы для проведения школ здоровья.

Таблица

Результаты опроса школьников на странице ЦЗ «В контакте».

Как ты закаляешься?	
Делаю зарядку	7,3% (8 чел.)
Занимаюсь спортом	23% (25 чел.)
Обливаюсь холодной водой	5,5% (6 чел.)
Хожу в бассейн	14,7% (16 чел.)
Никак не закаляюсь	49,5% (54 чел.)
Когда ты заболеешь, почему ты ходишь в школу?	
Когда я болею, я лечусь дома	35,2% (19 чел.)
Я хожу в школу, потому что заставляют родители	13% (7 чел.)
Я хожу в школу, потому что боюсь отстать от программы	33,3% (18 чел.)
Мне безразлично, что я заражаю других	18,5% (10 чел.)
Куришь ли ты? Если да, то по сколько примерно сигарет в день?	
Нет	74,7% (68 чел.)
Да, 1–5 сигарет в день	5,5% (5 чел.)
Да, 5–10 сигарет в день	3,3% (3 чел.)
Да, 10–15 сигарет в день	7,7% (7 чел.)
Да, 15–20 сигарет в день	8,8% (8 чел.)
Что ты делаешь для того, чтобы не заболеть гриппом?	
Прививки	38,9% (28 чел.)
Закаляюсь	4,2% (3 чел.)
Принимаю витамины	5,6% (4 чел.)
Проветриваю помещение, в котором живу	8,3% (6 чел.)
Гуляю на свежем воздухе	9,7% (7 чел.)
Я не болею гриппом	11,1% (8 чел.)
Я ничего не делаю	22,2% (16 чел.)

Выводы

Представленные результаты свидетельствуют, о том, что информационный ресурс социальных сетей интернета может быть использован для формирования ЗОЖ среди детей и семьи. При этом видится два пути: ориентировать родителей на получение информации о ЗОЖ в тех социальных сетях, которыми преимущественно пользуются дети; использовать среди детей социальную сеть «В Контакте» и «фэйсбук», среди родителей – «одноклассники» и «фэйсбук.

Список литературы

1. Яковлева Т.В. Проблемы и пути формирования здорового образа жизни населения Российской Федерации/ Т.В. Яковлева, В.Ю. Альбицкий - Москва: М-Студио; 2011. 216 с.

2. Яковлева Т.В. Проблемы формирования здорового образа жизни у детей и учащейся молодежи / Т.В. Яковлева, А.А. Иванова, Р.Н. Терлецкая // Казанский медицинский журнал. 2012; 93(5): 792-795.

3. Центры здоровья для детей: проблемы и перспективы развития. Социальные аспекты здоровья населения / А.А. Модестов, С.А. Косова, Ю.С. Неволин, А.З. Фаррахов [и др.] // [Электронный научный журнал]. 2013; 31(3). URL: http://vestnik.mednet.ru/content/view/482/30/lang,ru/ (Дата посещения 14 сентября 2013).

4. Chris Kula-Przezwanski. Web 2.0 Enables Working with Patients as a Driver of Innovation in Research [Электронный ресурс]. Web 2.0, 2012. – Режим доступа: http://www.medicine20congress.com/ocs/ index.php/med/med2013/paper/view/1498 (Дата посещения 24.06.2013).

5. Koelen, Maria A. van der Van Anne W. Health Education and Health Promotion //Wageningen Academic Publishers, The Netherlands, 2004.

6. Центры здоровья для детей: проблемы и перспективы развития. Социальные аспекты здоровья населения / А.А. Модестов, С.А. Косова, Ю.С. Неволин, А.З. Фаррахов [и др.] // [Электронный научный журнал]. 2013; 31(3). URL: http://vestnik.mednet.ru/content/view/482/30/lang,ru/ (Дата посещения 14 сентября 2013).

7. Андриянова Е.А. Проблемы формирования системы электронного здравоохранения в России / Е.А. Андриянова, Н.В. Гришечкина // Здравоохранение Российской Федерации. – 2012. – № 6. – С. 27 – 29.

Неволин Юрий Сергеевич - руководитель центра здоровья для детей ГБУЗ СО ГБ№1; 624930 г. Краснотурьинск, ул. Парковая 11, телефон 89049865091. urik84@mail.ru