

# ФОРМИРОВАНИЕ ДОРОЖНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ КАК НАПРАВЛЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Тюхлова И.Н.

УО «Белорусский государственный медицинский университет»

Институт повышения квалификации и переподготовки кадров здравоохранения, г. Минск, Республика Беларусь

## Аннотация

Приоритетность мер профилактической направленности. формирование ответственного отношения населения к сохранению, укреплению и восстановлению собственного здоровья и здоровья окружающих являются одними из принципов государственной политики в области здравоохранения. Организации здравоохранения проводят медицинскую профилактику путем проведения различных мероприятий, включающих мероприятия по формированию здорового образа жизни населения [1].

## Введение

Формирование здорового образа жизни направлено на сохранению и укреплению здоровья, профилактику заболеваний, обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения. Формирование здорового образа жизни осуществляется на индивидуальном, групповом, популяционном и общественном уровнях. **Цель работы:** определить актуальные аспекты формирования здорового образа жизни населения.

## Методы и материалы

В качестве материалов и методов исследования был использован анализ нормативных правовых актов, научных публикаций

## Результаты и обсуждение

Для понимания любого процесса важным является знание его фундаментальных основ. К таким основам относятся основные понятия и определения, объект и предмет воздействия, методология и др. В качестве основных понятий используются понятия «образ жизни» и «здоровый образ жизни» Образ жизни - совокупность существенных черт, основных видов жизнедеятельности индивида, социальной группы, общества (труд, быт, общественная и социокультурная деятельность, социальные нормы и правила поведения людей и др.), взятых в единстве с условиями жизни, определяющими специфику деятельности [2].

Здоровый образ жизни- категория общего понятия «образ жизни», включающая благоприятные условия жизнедеятельности человека, уровень его культуры и гигиенических навыков, которые позволяют сохранять и укреплять здоровье, предупреждать развитие его нарушений и поддерживать оптимальное качество жизни [2]. Объектами изучения проявляются индивидум, группа, популяция, система здравоохранения (роль в формировании здорового образа жизни). В качестве предмета изучения выступает здоровый образ жизни населения. Методология формирования здорового образа жизни определяется его целями и задачами и представляет собой совокупность методов, форм и средств [3]. Здоровый образ жизни формируется под влиянием таких категорий, как уровень жизни, качество жизни, стиль жизни и уклад жизни [4]. Уровень жизни характеризует денежные доходы населения, структуру потребительских расходов населения, показатели социального обеспечения, жилищные условия и др. Качество жизни в данном контексте рассматривается как характеристика качественной стороны условий жизни. Стиль жизни относится к индивидуальным особенностям поведения и образа мыслей. Уклад жизни представляет порядок, регламент общественной жизни, труда, быта, отдыха, в рамках которого проходит жизнедеятельность людей [4]. В связи с этим, ключевыми являются следующие аспекты: «как, каким образом» человек думает, ведет себя, действует и «кто или что» человека окружает, в «каких условиях» он осуществляет свою жизнедеятельность [4]. Для формирования здорового образа жизни должны осуществляться мероприятия, направленные на каждую из перечисленных категорий. Стиль жизни относится к наиболее управляемым категориям и рассматривается как основополагающая категория для воздействия [3]. Формирование здорового образа жизни населения отражено в Целях устойчивого развития, объявленных Генеральной Ассамблеей Организации Объединенных Наций, в том числе Цели 3 «Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте»[5]. Формирование здорового образа жизни населения выступает в качестве рекомендуемой меры по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними [6].

Формирование здорового образа жизни населения важная составляющая стратегии социально-экономического развития страны [7]. Разработка и реализация государственных и региональных программ по вопросам формирования здорового образа жизни; пропаганда здорового образа жизни; формирование у населения навыков здорового образа жизни, ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих; информирование населения о факторах, оказывающих негативное влияние на здоровье человека, воздействующих на организм человека относится к мерам по охране здоровья населения [1].

## Заключение

Формирование здорового образа жизни населения является направлением профилактической деятельности организаций здравоохранения. Для эффективной реализации данного направления необходимо знать актуальные теоретические и практические аспекты.

## Список литературы:

1. О здравоохранении : Закон Респ. Беларусь от 18 июня 1993 г. № 2435-XII ;в ред. от 18 июля 2024 г. № 26-3
2. Терминология по общественному здоровью и здравоохранению // ГУ «Республиканский научно-практический центр медицинских технологий, информатизации, управления и экономики здравоохранения, Минск: Республиканский научно-практический центр медицинских технологий, информатизации, управления и экономики здравоохранения, 2017. -117 с.
3. Тюхлова, И. Н. Гигиеническое воспитание. Методы гигиенического воспитания: учеб.-метод. пособие /И. Н. Тюхлова. – Минск: БелМАПО, 2010. – 26 с.
4. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник /Ю.П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова. – М.: ГЭОТАР- Медиа, 2011. – 542 с.
5. О Государственной программе «Здоровье нации» на 2026–2030 годы : постановление Совета Министров Республики Беларусь от 30 декабря 2025 г. № 798
6. Решения, оптимальные по затратам, и другие рекомендуемые мероприятия по профилактике неинфекционных заболеваний и борьбе с ними// Всемирная организация здравоохранения.- Департамент по неинфекционным заболеваниям, инвалидности и предупреждению насилия и травматизма.
7. Программа социально-экономического развития Республики Беларусь на 2026–2030 годы: утверждена решением Всебелорусского народного собрания от 19 декабря 2025 г. № 1