

# **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДНЕГО МЕДИЦИНСКОГО ПЕРСОНАЛА**

Авторы: Малютина Дарья Николаевна, Матвеевкова Полина Эдуардовна

Научные руководители: Бегимбетова Вера Николаевна,

Бокарева Зоя Николаевна – преподаватели высшей категории

ЕТЖТ – филиал РГУПС

Аннотация: здоровьесберегающие технологии являются важнейшим целевым показателем реализации стратегии организации и развития системы охраны и укрепления здоровья у здоровых и практически здоровых лиц.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, медицинский персонал, профессиональная деятельность, «здоровье здоровых», здоровый образ жизни, эргономика, факторы риска, активный досуг.

Для начала необходимо понять, что такое здоровьесберегающие технологии? Это социальные меры, направленные на формирование здорового образа жизни, профилактику заболеваний и минимизацию факторов риска, приносящих вред здоровью людей, охрана и укрепление «здоровья здоровых». Они связаны с различными сферами жизнедеятельности человека и общества – сферами медицины и охраны здоровья, сферами образования, политики и права, экономики, экологии, сферой культуры. В широком смысле здоровьесберегающие технологии – это все те технологии, использование которых идет на пользу здоровья, укрепляют и сохраняют его, сохраняют трудовой потенциал, увеличивают продолжительность жизни, формируют мотивацию к труду и здоровому образу жизни, повышают качество жизни, повышают реализацию человеком потенциала здоровья для ведения активной производственной, социальной и личной жизни.

Их целью является сбережение здоровья средних медицинских работников от неблагоприятных факторов рабочей среды, обеспечение специалисту возможности сохранения здоровья в период работы в медицинской организации, выявление и минимизация факторов риска, негативно сказывающихся на здоровье, приобретение знаний об основах здорового и безопасного режима работы и отдыха, здорового питания, знаний о личной гигиене, об опасности курения, приема алкоголя и наркосодержащих веществ, способствование воспитанию культуры здоровья, поддержание и формирование необходимых умений и навыков по здоровому образу жизни и использование полученных знаний в повседневной жизни.

Каковы же основные функции этих технологий?

1. Формирующая – осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности. В основе формирования личности лежат наследственные качества, предопределяющие индивидуальные физические и психические свойства.

2. Информативно - коммуникативная – обеспечивает трансляцию опыта ведения здорового образа жизни, преемственность традиций, ценностных ориентаций, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, ценности каждой человеческой жизни.

3. Диагностическая – заключается в мониторинге здоровья индивидов в конкретных учебных и профессиональных коллективах, обеспечивает инструментально выверенный анализ состояния здоровья человека и подбор необходимых технологий здоровьесбережения.

4. Рефлексивная – заключается в переосмыслении предшествующего личностного опыта, в сохранении и приумножении здоровья, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты с перспективами;

5. Интегративная – объединяет достижения различных наук, различные научные концепции и системы воспитания, народные традиции

здорового образа жизни, направляя их по пути сохранения здоровья подрастающего поколения.

б. Защитно-профилактическая – защита отдельного индивида, больших и малых социальных групп и общества в целом от неблагоприятных воздействий, приносящих вред индивидуальному и популяционному здоровью. Это, в частности, выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиНами; поддержание чистоты и проведение прививок с целью предупреждения инфекций; профилактика травматизма и т.п.

С учётом всего вышеперечисленного созданы определённые проекты и мероприятия по улучшению состояния здоровья сотрудников. В состав которых входит:

1. Рациональное обустройство рабочего места.
2. Организация качественного режима труда и отдыха.
3. Физическая активность: производственная гимнастика, снятие напряжения в кабинетах релаксации с использованием тренажеров.
4. Предотвращение срыва адаптационных механизмов к напряженным рабочим условиям.
5. Здоровый корпоративный досуг, совместный отдых, участие в спортивных мероприятиях, жизни трудового коллектива.
6. Проведение профилактической работы в трудовом коллективе и среди пациентов по формированию ЗОЖ.
7. Выявление и минимизация факторов риска окружающей среды и производственного микроклимата, негативно сказывающихся на здоровье.
8. Приобретение знаний об основах здорового и безопасного образа жизни, здорового питания, знаний о личной гигиене, об опасности курения, избыточного приема алкоголя и наркотиков.

Таким образом, можно сделать вывод, что здоровьесберегающие технологии необходимы в профессиональной деятельности. И не только в

сфере медицины, потому что «все профессии важны, все профессии  
нужны».