«СОГЛАСОВАНО»
Председатель первичной профсоюзной
организации ГАУЗ РК «УСП»
_____Д.В. Кузнецов
«27» ноября 2019 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. главного врача ГАУЗ РК «Ухтинская
стоматологическая поликлиника»
_____Н.В. Данилова
«27» ноября 2019 г.

МОДЕЛЬНАЯ КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ РАБОТНИКОВ ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КОМИ «УХТИНСКАЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА»

Основой государственной социальной политики и главной задачей является обоснование и реализация мер по сохранению здоровья людей, минимизации воздействия вредных факторов среды на человека, в том числе производственной, достижению оптимальных качества жизни, эффективности производственной и иной деятельности населения.

По определению Всемирной организации здравоохранения «Здоровье - состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов».

В настоящее время общепризнано, что развитие и распространенность хронических неинфекционных заболеваний тесно связаны с особенностями образа жизни, условиями работы и факторами риска, а их коррекция способствует снижению заболеваемости и смертности. В связи с резко возросшим темпом и интенсивностью рабочей активности медицинского персонала, повышением психологической нагрузки, требований к более качественной работе в короткие сроки, заболеваемость этой категории лиц приобретает всё большую актуальность. Повышенный объем информации, необходимость постоянной концентрации внимания, экстренного принятия решений, высокий уровень профессиональной ответственности создают основу для возникновения заболеваний, как общих, так и профессиональных.

В силу профессиональной девиации медицинские работники зачастую не уделяют должного внимания собственному здоровью, а ежедневное общение с пациентами нередко приводит к тому, что они перестают реагировать на появление у себя болезни как на экстраординарное состояние, требующее специализированной помощи. Помимо этого, из-за контакта с больными людьми медицинские работники входят в группу риска развития ряда заболеваний. Безусловно, качество и эффективность деятельности медицинских работников сказываются на конечном результате при оказании медицинской стоматологической помощи.

Медицинский работник должен быть примером здорового образа жизни, в первую очередь для пациента. Авторитет личности медицинского работника, доверительные отношения между ним и пациентами повышает эффективность формирования здорового образа жизни у пациентов.

Пропаганда здорового образа жизни в целом ставит перед собой цель повышения уровня здоровья населения. Успех этой работы будет зависеть, в том числе от медицинских работников, поскольку деятельность врачей и среднего медицинского персонала связана с пропагандой здорового образа жизни среди населения, и от настроенности и приверженности самих медработников здоровому образу жизни.

Основной целью внедрения модельной корпоративной программы по охране и укреплению здоровья работников Государственного автономного учреждения здравоохранения Республики Коми «Ухтинская стоматологическая поликлиника» является сохранение и укрепление здоровья сотрудников через комплекс мероприятий, направленных на создание в медицинской организации необходимых условий, способствующих повышению приверженности медицинских работников здоровому образу жизни.

Основные задачи программы:

1. разработка перспективных и увеличение объема существующих оздоровительных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний работников ГАУЗ РК «Ухтинская стоматологическая поликлиника»;

2. укрепление, сохранение здоровья и сокращение сроков восстановления здоровья (сниженных функциональных резервов) медицинских работников, выявление и коррекция факторов хронических неинфекционных заболеваний;

3. развитие и сохранение трудового потенциала работников ГАУЗ РК «Ухтинская стоматологическая поликлиника», реализация ими своих способностей, формирование и сохранение профессионального здоровья, профессионального долголетия;

4. популяризация здорового образа жизни;

5. улучшение условий труда, быта и отдыха медицинских работников, формирование здорового образа жизни.

Ожидаемый эффект от реализации мероприятий программы:

1. повышение уровня культуры здоровья у медицинских работников, снижение уровня потребительского отношения к своему здоровью;

2. отсутствие производственного травматизма, уменьшение количества сотрудников, временно нетрудоспособных по болезни;

3. сохранение здоровья и выполнение социально активной роли в обществе в пожилом возрасте, увеличение продолжительности жизни;

4. рост престижности профессии медицинского работника, сохранение трудового потенциала и увеличение кадровых ресурсов ГАУЗ РК «Ухтинская стоматологическая поликлиника»;

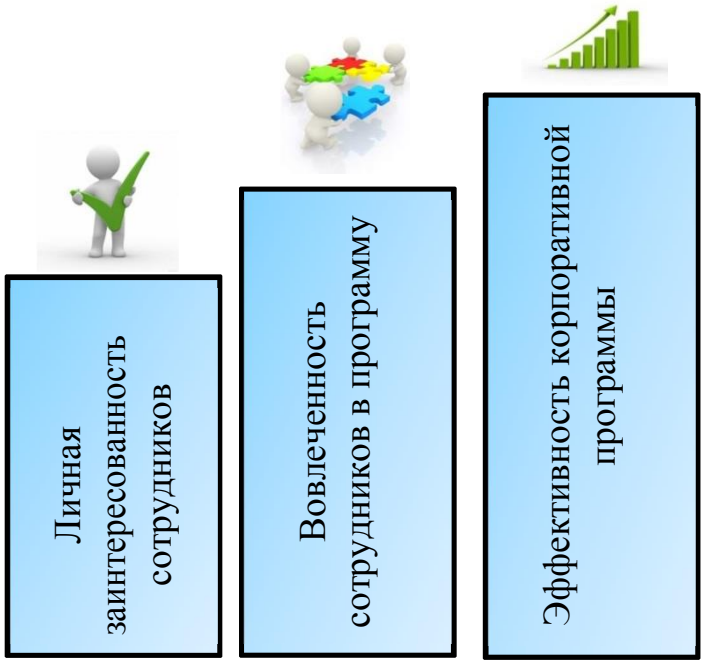
Ввиду того, что модельная корпоративная программа укрепления здоровья на рабочем месте ГАУЗ РК «Ухтинская стоматологическая поликлиника» является интегральной, она направлена на профилактику многих заболеваний, факторами риска которых являются: низкая физическая активность, избыточный вес, курение, нездоровое питание, повышенное артериальное давление.

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы по укреплению здоровья на рабочем месте.

ФАКТОРЫ МОТИВАЦИИ СОТРУДНИКОВ

Факторы, влияющие на мотивацию сотрудников

Оценка корпоративной программы



Оценка эффективности программы проводится путем опроса (анкетирования) сотрудников

ФОРМИРОВАНИЕ ПОТЕБНОСТИ СОТРУДНИКА ЗАБОТИТЬСЯ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ

Основные мероприятия программы по укреплению здоровья работников
Анализ ситуации
- кадровый состав;
- временная нетрудоспособность;
- результаты периодических медосмотров, анкетирования медработников;
- распространенность факторов риска.
Мероприятия по созданию условий для формирования и поддержания здорового образа жизни среди работающих и членов семей
- создание условий, способствующих повышению физической активности;
- создание условий, способствующих сбалансированному питанию;
- создание условий для снижения производственного стресса и сохранения психического здоровья;
-отказ/сокращение курения, снижение веса и др.
Мероприятия по повышению информированности сотрудников по вопросам профилактики заболеваний и здорового образа жизни
-демонстрация видеороликов, видеоматериалов на ТВ-панели учреждения;
-интернет-ресурсы;
- информационные стенды
Медицинские мероприятия
- организация проведения предварительных и периодических медицинских осмотров;
- формирование групп риска и проведение адресных профилактических мероприятий;
-оздоровительные мероприятия, участие в национальных спортивных мероприятиях «Кросс наций», «Лыжня России», «Велоночь» и т.д.
-санаторно- курортное лечение;
- вакцинация работников.

Блок 1. Организационные мероприятия.

1. Разработка плана реализации мероприятий по укреплению здоровья на рабочем месте в соответствии с настоящей корпоративной программой..
2. Проведение анкетирования с помощью анкеты, представленной в Приложении 1, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье медицинских работников и получения общих сведений о состоянии здоровья медицинского персонала.
3. Проведение ежегодного «Мониторинга здоровья» по распространённым факторам риска в форме опроса сотрудников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.
4. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов через информирование и популяризацию здорового образа жизни посредством наглядности (ТВ-мониторы в учреждении – социальные ролики и т.п., интернет-сайт поликлиники и группы в социальных сетях), взаимодействие с профсоюзной организацией, и пр.
5. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.
6. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации и иммунизации и вакцинации сотрудников. Анализ «Паспортов здоровья» сотрудников по результатам участия в диспансеризации (по согласованию с сотрудником).
7. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни, санаторно-курортное лечение.
8. Улучшение условий труда, обновление оборудования, мебели, освещения и других факторов производственной среды с позиции эргономики.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

1. Участие в физкультурно – оздоровительных городских и ведомственных мероприятиях и акциях, привлечение к участию членов семей сотрудников: «Кросс наций», «Лыжня России», «Велоночь» и др.
2. Акции «Движение – жизнь», «На работу пешком».

Блок 3. Мероприятия, направленные на развитие культуры правильного питания.

1. Создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема пищи, оснащение их необходимой бытовой техникой (электрочайники, микроволновые печи, холодильники). Размещение в таких комнатах отдыха информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.
2. Проведение конкурсов на тему «Здоровый перекус», «Кулинарные рецепты «полезных» блюд» и т.п.
3. Демонстрация видеороликов на данную тематику в холле медицинской организации.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.

1. Соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет запрета курения в помещениях и на территории медицинской организации.
2. Участие в мероприятиях, посвященных 31 мая – Дню отказа от курения.
3. Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья, трансляция видеороликов на данную тематику в холле ГАУЗ РК «Ухтинская стоматологическая поликлиника».

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с повышенным артериальным давлением.

1. Проведение образовательной кампании «Контролируй свое артериальное давление» с выпуском тематических буклетов и плакатов, демонстрация видеороликов.
2. Участие в акциях, посвященных Всемирному Дню борьбы с артериальной гипертензией – 17 мая.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.

1. Проведение тренингов, консультаций, по управлению конфликтными ситуациями.
2. Соблюдение корпоративной этики и деонтологии. Популяризация культуры делового общения и этикета.
3. Памятки и тренинги по вопросам доброжелательного общения «Врач – пациент», «Работа у нас такая…» и т.п.

Блок 7. Мониторинг мероприятий программы.

1. Проведение мониторинга и оценка состояния здоровья сотрудников.
2. Анализ издержек и выгод программы.

3. Оценка охвата сотрудников и удовлетворенности программой.
4. Подготовка отчетной документации (по запросам и по мере необходимости).

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ КОРПОРАТИВНОЙ ПРОГРАММЫ:

- Поддержка программы со стороны руководства ГАУЗ РК «УСП», профсоюзной организации.
- Более широкое использование индивидуальных мотиваций сотрудников.
- Расширение набора предлагаемых мероприятий и их индивидуализация.

МАКСИМАЛЬНОЕ ЧИСЛО УЧАСТНИКОВ КОРПОРАТИВНОЙ ПРОГРАММЫ ОБЕСПЕЧИВАЮТ:

- Эффективные коммуникации посредством разнообразных каналов: от электронных до личных.
- Участие сотрудников в разработке программы.
- Создание благоприятствующей среды в ГАУЗ РК «УСП» за счет улучшения рабочей обстановки, поддержки со стороны администрации и родственников сотрудников и т.д.

Приложение 1

АНКЕТА ДЛЯ РАБОТНИКОВ

Уважаемый коллега!

В нашей медицинской организации запланированы мероприятия по укреплению здоровья и профилактике заболеваний на рабочих местах. Вы можете помочь в выявлении потребностей в вопросах здоровья и здорового образа жизни. Исследование полностью анонимное, полученные данные будут использованы в обобщенном виде Просим Вас ответить на вопросы, выделив выбранный вариант ответа.

Заранее благодарим Вас за внимание и помощь!

1. ВАШ ПОЛ:

    1. Мужской
    2. Женский

2. ВАШ ВОЗРАСТ:

    1. 18-34
    2. 35-54
    3. 55-74
    4. 75+

3. ВАШЕ ОБРАЗОВАНИЕ

    1. Начальное
    2. Базовое
    3. Среднее
    4. Высшее

4. СТАТУС КУРЕНИЯ

    1. Ежедневно
    2. Нерегулярно
    3. Бросил(а)
    4. Никогда не курил(а)

5. УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ

    1. 5-7 раз в неделю
    2. 3-4 раза в неделю
    3. 1-2 дня в неделю
    4. 1-3 дня в месяц

5. < 1 раза в месяц

6. ПОВЫШЕННОЕ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ У ВАС БЫВАЕТ

   1. Редко
   2. Постоянно
   3. Никогда
   4. Не контролирую

7. КАКИЕ ДРУГИЕ ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ВЫ У СЕБЯ ОТМЕЧАЕТЕ

   1. Болезни сердечно – сосудистой системы
   2. Болезни легких
   3. Болезни нервной системы
   4. Болезни органов пищеварения
   5. Болезни мочеполовой системы
   6. Болезни кожи и придатков
   7. Другое (указать)_____

8. ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СВОЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА В КРОВИ

   1. Да
   2. Нет
   3. Никогда не контролировал(а)

9. ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СВОЙ УРОВЕНЬ ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ

   1. Да
   2. Нет
   3. Никогда не контролировал(а)

10. КАКИМИ ВИДАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ВЫ ЗАНИМАЕТЕСЬ (выберите один или несколько вариантов)

    1. Зарядка/Гимнастика
    2. Бег
    3. Фитнесс
    4. Силовые тренировки
    5. Плавание
    6. Лыжный спорт/Бег
    7. Велосипедный спорт
    8. Спортивные игры
    9. Другое (указать)_____
    10. Не занимаюсь

11. СКОЛЬКО МИНУТ В ДЕНЬ ВЫ ПОСВЯЩАЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ

1. Менее 30 минут
2. 30 минут – 1 час
3. 1-3 часа
4.3-5 часов
5.5-8 часов
6. 8 часов и более
7.Другое (указать) _____

12. ВАШ РОСТ (см) _____

13. ВАШ ВЕС (кг)_____

14. ИСПЫТЫВАЕТЕ ЛИ ВЫ СИЛЬНЫЕ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ ДОМА?

1. Да
2. Нет
3.Затрудняюсь ответить

15. ИСПЫТЫВАЕТЕ ЛИ ВЫ СИЛЬНЫЕ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ НА РАБОТЕ?

1. Да
2. Нет
3. Затрудняюсь ответить

16. КАКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ПРОВОДИМЫЕ В НАШЕЙ МЕДИЦИНСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ, МОГЛИ БЫ ВАС ЗАИНТЕРЕСОВАТЬ

1. Мероприятия по вопросам отказа от курения
2. Мероприятия по вопросам здорового питания и похудения
3. Мероприятия по вопросам артериальной гипертонии и контроля артериального давления
4. Мероприятия по вопросам спорта и здорового образа жизни.
5. Помощь при сильных психо-эмоциональных нагрузках и стрессовых ситуациях
6. Другое (указать) _____
_____
_____

17. КАКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПО УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ, НА ВАШ ВЗГЛЯД, МОГУТ ПРОВОДИТЬСЯ НА ВАШЕМ РАБОЧЕМ МЕСТЕ?

_____
_____
_____
_____

Дата заполнения «__»_____20__г.

Благодарим за участие!

Приложение 2

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. главного врача ГАУЗ РК «УСП»
_____ Н.В. Данилова
«27» ноября 2019 г.

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ

МОДЕЛЬНОЙ КОРПОРАТИВНОЙ ПРОГРАММЫ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ РАБОТНИКОВ ГАУЗ РК «УХТИНСКАЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОЛИКЛИНИКА»

№ п/п	Мероприятие	Сроки реализации	Ответственный
1.	Проведение анкетирования с целью выявления факторов, влияющих на здоровье медицинских работников и получения общих сведений о состоянии здоровья медицинского персонала	декабрь	Руководитель ЛПУ, заведующие отделениями
2.	Проведение ежегодного «Мониторинга здоровья» по распространённым факторам риска в форме опроса сотрудников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.	февраль	Руководитель ЛПУ, заведующие отделениями, главная медицинская сестра
3.	Информирование и популяризация здорового образа	постоянно	Специалист по охране

	жизни посредством наглядности (ТВ-мониторы в учреждении – социальные ролики и т.п., интернет-сайт поликлиники и группы в социальных сетях)		труда, программист
4.	Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы	апрель, октябрь	Специалист по охране труда
5.	Проведение периодических медицинских осмотров, иммунизации и вакцинации сотрудников. Анализ «Паспортов здоровья» сотрудников по результатам участия в диспансеризации (по согласованию с сотрудником)	ежегодно	Главная медицинская сестра
6.	Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни, санаторно-курортное лечение	в течение года	Руководитель ЛПУ, главный бухгалтер, профсоюзный комитет
7.	Улучшение условий труда, обновление оборудования, мебели, освещения и других факторов производственной среды с позиции эргономики	в течение года	Руководитель ЛПУ, заместитель главного врача по хозяйственным вопросам, специалист по охране труда
8.	Участие в физкультурно – оздоровительных городских и ведомственных мероприятиях и акциях, привлечение к участию членов семей сотрудников: «Кросс наций», «Лыжня России», «Велоночь» и др.	февраль, август, сентябрь	Профсоюзный комитет
9.	Акции «Движение – жизнь», «На работу пешком»	июнь-август	Профсоюзный комитет
10.	Наличие для сотрудников специально оборудованных мест	в течение года	Заместитель главного

	для приема пищи, оснащение их необходимой бытовой техникой (электрочайники, микроволновые печи, холодильники).		врача по хозяйственным вопросам, главный бухгалтер
11.	Контроль за соблюдением Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»	постоянно	Руководитель ЛПУ, заведующие отделениями, специалист по охране труда
12.	Участие в мероприятиях, посвященных 31 мая – Дню отказа от курения	май	Заместитель главного врача по лечебной работе, главная медицинская сестра
13.	Участие в акциях, посвященных Всемирному Дню борьбы с артериальной гипертензией – 17 мая. Проведение образовательной кампании «Контролируй свое артериальное давление» с выпуском тематических буклетов и плакатов, демонстрация видеороликов.	май	Заместитель главного врача по лечебной работе, главная медицинская сестра
14.	Соблюдение корпоративной этики и деонтологии. Популяризация культуры делового общения и этикета.	постоянно	Руководитель ЛПУ, главная медицинская сестра
15.	Памятки и тренинги по вопросам доброжелательного общения «Врач – пациент», «Работа у нас такая…», консультации по вопросам управления конфликтными ситуациями.	март, июнь	Заместитель главного врача по лечебной работе, заведующие отделениями
16.	Проведение мониторинга и оценка состояния здоровья сотрудников.	по результатам медосмотра	Главная медицинская сестра
17.	Анализ издержек и выгод программы	декабрь-январь	
18.	Оценка охвата сотрудников и удовлетворенности программой.	декабрь-январь	Руководитель ЛПУ
19.	Подготовка отчетной документации (по запросам и по	декабрь и по мере	Заместитель главного

	мере необходимости)	необходимости	врача по лечебной работе
20.	Корректировка настоящего Плана реализации мероприятий.	декабрь-январь	Заместитель главного врача по лечебной работе