24-30 апреля — Неделя популяризации лучших практик укрепления здоровья на рабочих местах

Согласно определению всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), рабочее место — оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний. На сегодняшний день важным направлением охраны здоровья граждан является внедрение корпоративных программ укрепления здоровья (КПУЗ) на предприятиях (в организациях). **Неделю с 24 по 30 апреля 2023 Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило Неделей популяризации лучших практик укрепления здоровья на рабочих местах.**

Здоровые сотрудники — главный актив успешной компании. Специалисты подсчитали, что ежегодные потери экономики России от неблагоприятных условий труда, к которым относятся досрочная пенсия, больничные листы и реабилитация составляет 1,4% от ВВП, а прямые потери российских компаний, по причине временной нетрудоспособности работников, достигают 23 млрд. долларов США. По данным ВОЗ меры по охране здоровья на рабочих местах помогают сократить на 27% продолжительность отсутствия сотрудников на рабочем месте по болезни. От внедрения программ выигрывают не только работодатели и государство, но и сотрудники (см. табл. 1).

**Таблица 1. Положительные результаты от реализации КПУЗ для работников, работодателей и государства**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Работник** | **Работодатель** | **Государство** |
| Приверженность к ЗОЖ | Сокращение расходов, связанных с днями нетрудоспособности | Снижение уровня заболеваемости |
| Выявление заболеваний на ранней стадии | Снижение потерь квалифицированных кадров | Сокращение смертности |
| Сокращение затрат на медицинское обслуживание и возможности получения материального и социального поощрения | Улучшение имиджа и увеличение ресурсов для развития компании | Снижение расходов, связанных  с медицинской помощью  и инвалидностью |
| Улучшение условий труда | Повышение производительности труда | Увеличение национального  дохода |
| Улучшение качества жизни | Привлекательность для перспективных работников | Сокращение дней  нетрудоспособности |

При реализации КПУЗ работники и руководство постоянно сотрудничают в целях совершенствования охраны и укрепления здоровья, безопасности и благополучия всех работающих, способствуют совершенствованию рабочего места в процессе решения основных производственных проблем.

Не стоит путать КПУЗ с профилактикой профессиональных и профессионально связанных заболеваний и травм. Это направление относится к мерам по охране труда. Они строго регламентированы нормативными документами Министерства здравоохранения и Министерства труда и социального развития РФ. Особое внимание уделяется людям, работающим в тяжелых, вредных и опасных условиях труда. Для каждой профессии утвержден конкретный перечень мероприятий по охране здоровья этих категорий работников. Он выполняется работодателем в обязательном порядке, исходя из специфики производственных факторов и в соответствии с нормативными и законодательными документами.

**КПУЗ — многомодульные проекты, направленные на профилактику хронических неинфекционных заболеваний и устранение основных факторов риска их развития.** КПУЗ сфокусированы на условиях трудового процесса и производственной среды с позиции их влияния на факторы образа жизни работников и поведенческие факторы риска заболеваний, которые могут, как формироваться, так и нивелироваться в среде обитания (в условиях работы, быта и пр.). К таким факторам относятся: стресс, ожирение, курение, несбалансированное питание и отсутствие физических упражнений.

КПУЗ — ограниченная во времени последовательность мероприятий, предпринимаемых для решения конкретных задач по охране здоровья сотрудников, с изначально определенными целью, ресурсами и ожидаемыми результатами.

**КПУЗ, в классическом варианте, содержит три составляющих:**

1. Информационные программы, такие как информационные бюллетени, ярмарки здоровья и образовательные классы, которые могут улучшать, непосредственно или косвенно, индивидуальное здоровье или влиять на изменение поведения.
2. Программы изменения образа жизни продолжительностью от 8 до 12 недель, которые доступны сотрудникам на постоянной основе и напрямую влияют на результаты в отношении здоровья.
3. Создание рабочей среды, которая помогает сотрудникам поддерживать здоровый образ жизни и поведение, например, столовые на рабочем месте, предлагающие выбор здоровой пищи, или предоставление помещений для физических упражнений на рабочем месте.

КПУЗ разрабатываются с учетом индивидуальных потребностей и возможностей предприятия (организации). В некоторых регионах для создания программ разработаны онлайн-конструкторы. Пример такого сервиса можно посмотреть [здесь](https://moshealth.niioz.ru/info/korporativnye-programmy/konstruktor-programm-korporativnogo-zdorovya/instruktsiya-raboty-s-konstruktorom/).

Зарубежный опыт показал эффективность таких программ. Они позволяют организациям работать не только с вопросами управления рисками в области здоровья персонала и снижения затрат, связанных со здоровьем сотрудников, но и повышают вовлеченность и производительность работающих, а также привлекательность организации в глазах работников и кандидатов. Система корпоративного благополучия сотрудников становится одним из ключевых элементов, наравне с заработной платой, в борьбе за лучшие кадры на рынке труда.

Более подробно с методикой разработки и внедрения КПУЗ, примерами лучших отечественных программ можно ознакомиться, пройдя по ссылкам, представленным в разделе «Полезные ресурсы».

Полезные ресурсы

* [Корпоративные модельные программы «Укрепления общественного здоровья»](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/046/785/original/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BF%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D1%8B_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B5%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F.pdf?1565881637) — руководство предназначено для практического использования специалистами при разработке профилактических программ, направленных на профилактику неинфекционных заболеваний и формирование здорового образа жизни работников предприятий, в рамках реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья». В нем авторы подробно освещают общие правила разработки таких корпоративных программ и дают конкретные рекомендации по наполнению модулей (подпрограмм): «Профилактика потребления табака», «Снижение потребления алкоголя с вредными последствиями», «Здоровое питание и рабочее место», «Повышение физической активности», «Сохранение психологического здоровья и благополучия», а также предлагают научно-обоснованные критерии оценки реализуемых программ.
* [Библиотека корпоративных программ укрепления здоровья](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/046/753/original/%D0%91%D0%B8%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BE%D1%82%D0%B5%D0%BA%D0%B0_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BF%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D1%85_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC.pdf?1565693486) разработана Минздравом России совместно с Национальным медицинским исследовательским центром профилактической медицины, Российским союзом промышленников и предпринимателей, экспертным и бизнес-сообществом в рамках реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» в составе национального проекта «Демография». Сборник предназначен для тиражирования, имеющегося в регионах опыта проведения вмешательств, направленных на профилактику и контроль неинфекционных заболеваний и формирование здорового образа жизни населения РФ и может быть использован другими субъектами РФ в практической деятельности при разработке программ профилактики НИЗ и формирования ЗОЖ.

Заключение

1. Укрепление здоровья на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск наиболее социально значимых хронических заболеваний, который повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, курении, злоупотреблении алкоголем.
2. Создание и поддержание здоровой рабочей среды имеет явные преимущества для компаний и сотрудников, может привести к улучшению социально-экономического развития на местном, региональном, национальном уровнях.
3. Для разработки КПУЗ на своем предприятии (в организации) можно воспользоваться [рекомендациями МЗ РФ](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/046/785/original/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BF%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D1%8B_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B5%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D1%8F.pdf?1565881637) и примерами отечественных программ, представленных в [Библиотеке](https://static-0.minzdrav.gov.ru/system/attachments/attaches/000/046/753/original/%D0%91%D0%B8%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D0%BE%D1%82%D0%B5%D0%BA%D0%B0_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BF%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D1%85_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC.pdf?1565693486).

**[](https://profilaktika.tomsk.ru/upload/medialibrary/ccc/ccc819367ebc7262a34b1379dae92965.jpg)**