

## **У белгородцев здоровье в приоритете**

**На день рождения своим друзьям и близким мы обычно говорим такие слова: «Желаю, чтобы тебе было здоровье, а остальное все приложится!». Но почему-то в повседневной жизни не многие из нас задумываются о том, как его сохранить.**

### **Физкультминутки возвращаются!**

«ПРОБЛЕМА роста числа хронических заболеваний связана во многом с парадоксально низкой медицинской активностью населения: с одной стороны, большинство людей стараются получить информацию о путях сохранения здоровья, и в то же время делают минимум для того, чтобы осуществить это на практике», – отмечает декан медицинского факультета БелГУ Нина Ивановна ЖЕРНАКОВА.

В Белгородском государственном университете всерьез задумались о здоровье своих студентов – будущих специалистов. Работа начинается с мелочей. Например, на каждом занятии проводятся физкультминутки, для того чтобы «мученики науки» немного отдохнули и помогли организму продуктивно работать.

Сегодня в БелГУ интенсивно развивается Центр семейной медицины, организованный на базе бывшего санатория-профилактория. Задача Центра семейной медицины состоит не только в выявлении заболеваний, проведении обследования с целью постановки диагноза и реализации комплекса лечебных мероприятий, но и планомерном осуществлении профилактических программ, что наглядно подтверждает современный тезис – медицина перестает быть только врачеванием, но все более становится здравоохранением.

Для эффективной деятельности Центра семейной медицины приобретено новое оборудование и уже в течение двух лет обеспечивается медицинское обслуживание 30-тысячного коллектива университета.

Благодаря созданию природного парка «Нежеголь», расположенного в живописном лесном массиве в Шебекинском районе, стала возможной преемственность в работе всех структур, осуществляющих оздоровление и лечение. Природный парк организован в лучших традициях рекреационной медицины, в нем удачно сочетаются такие лечебные факторы, как климато-, талассо-, фито-, арома- и гипнотерапия, лечение и оздоровление солнечными ваннами. Здесь студенты, преподаватели и сотрудники университета могут отдохнуть от городской суеты и оздоровиться в любое время года. В парке «Нежеголь» БелГУ можно кататься на велосипеде, играть в теннис, футбол и другие подвижные игры, просто походить по лесным тропинкам. Такая прогулка кроме пользы для здоровья помогает сплотить коллектив, что способствует подготовке успешных и здоровых специалистов.

Дни здоровья, которые организуются для преподавателей и студентов БелГУ являются первым шагом в оздоровлении. Регулярно каждый из 19 факультетов отправляется в природный парк «Нежеголь». Такая возможность имеется у каждого сотрудника и студента. Продумано решение транспортной проблемы, из Белгорода в шебекинском направлении будет следовать поезд, который утром доставит отдыхающих в Титовку, к месту отдыха, а вечером отвезет их обратно в город.

### **Нужны средства? На здоровье!**

УНИВЕРСИТЕТ XXI века не стоит на месте, и сегодня пришло время систематизировать те наработки, которые уже есть. Для этого сотрудниками медицинского факультета под руководством декана Нины Жернаковой была разработана программа здоровьесбережения и представлена на конкурс инновационных программ национального проекта «Образование». Направление «Здоровьесбережение» было одобрено комиссией, возглавляемой министром образования и науки РФ Андреем Фурсенко. БелГУ вошел в десятку классических вузов из 267 претендентов, чья научная работа была высоко оценена. Таким образом, на реализацию программы

«Здоровьесбережение» и шести других инновационных направлений БелГУ получит 423 миллиона рублей только по одному гранту.

В рамках реализации проекта будет выполнен комплекс мероприятий, направленных на улучшение как физического, так и психического здоровья каждого студента и преподавателя университета. Задачей первостепенной важности является формирование ответственного отношения к здоровому образу жизни и осознание того, что здоровье – важнейший фактор успеха на последующих этапах жизни. Недаром губернатор Белгородской области Евгений САВЧЕНКО подчеркивает, что «никакие финансовые вливания, никакое оборудование не смогут радикально изменить ситуацию, если мы не сформируем идеологию здоровья. Для этого многим необходимо изменить привычки. Всем нам еще предстоит научиться беречь себя, уважать свое здоровье».

Программа «Здоровьесбережение» построена на применении кластерного подхода, что предполагает объединение различных структур для достижения цели. Внедрение новых технологий, направленных на реализацию системы укрепления здоровья, требует подготовки высококвалифицированных кадров. Для этой цели разработано 19 курсов по выбору по 22 специальностям.

Немаловажной задачей в реализации проекта «Здоровьесбережение» является изучение индивидуальных особенностей организма студентов и сотрудников, оценки его функциональных резервов с учетом вида профессиональной деятельности, которая возлагается на научно-исследовательскую лабораторию профилактической и восстановительной медицины. На сегодняшний день уже проведено обследование группы студентов медицинского факультета и анализируются его предварительные результаты.

Планируется развитие здоровьесберегающих комплексов БелГУ, обеспечивающих повышение качества подготовки кадров путем создания лабораторий клинической иммунологии и гемостазиологии, офтальмологии.

Лаборатории будут оснащены современным оборудованием и приборами. Существующие лаборатории «Центр хрономедицины» и «Молекулярная генетика человека» также получат дополнительное оснащение.

Одной из приоритетных задач является оснащение современным оборудованием учебных стоматологических классов. Это оборудование позволит внедрить в практику все современные органосохраняющие технологии.

В ближайшее время в учебных помещениях будет осуществлена модернизация аудиторного фонда (поточных аудиторий, компьютерного класса) с использованием аэроионизационных технологий.

По статистике, граждане России ставят здоровье в списке приоритетов и ценностей только на восьмое место, в то время как американцы отдают заботе о своем самочувствии первое место. Хочется надеяться, что с реализацией программы «Здоровьесбережение» выпускники БелГУ сумеют пронести через всю жизнь культуру сохранения собственного здоровья, которое, как говорят врачи, на 50% зависит от образа жизни и только на 20% – от наследственности.

**Людмила ЖИХАРЬ**