

Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по здравоохранению
Санкт-Петербургское государственное
казенное учреждение здравоохранения
«Городской центр
медицинской профилактики»
Санкт-Петербург, 191023
Малая Садовая ул., 1/25, литера А
(Итальянская ул., д. 25)
тел. (812) 595-89-09, факс (812) 571-70-33
E-mail: gcmeprof@zdrav.spb.ru
<http://www.gcmp.ru>
ОКПО 05278763 ОКОПФ 75204
ИНН 7825342706 КПП 784101001
20.03.2017 № 147/01-17

Начальникам отделов здравоохранения
Администраций районов
Санкт-Петербурга

Руководителям учреждений здравоохранения,
подведомственных Комитету по здравоохранению

на № _____ от _____

О подготовке плана мероприятий общегородской
акции, посвященной Всемирному дню здоровья –
7 апреля 2017 года

Информационное письмо

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявила о проведении годовой кампании "**Депрессия: давай поговорим**" и сделала темой **Всемирного дня здоровья 2017 года**, который ежегодно отмечается 7 апреля в день основания ВОЗ, борьбу с депрессией.

В ВОЗ считают, что данный шаг поможет развеять негативные стереотипы, связанные с этим заболеванием, и подтолкнуть большее число людей к тому, чтобы обратиться за помощью.

Депрессия — распространённое психическое расстройство, от которого страдают люди всех возрастных и социальных групп во всех странах мира. Она вызывает душевные страдания и влияет на способность людей выполнять повседневные задачи. В худшем случае депрессия может привести к самоубийству, которое занимает второе место среди причин смерти людей в возрасте 15–29 лет, сообщает ВОЗ.

Это заболевание, которое характеризуется постоянным состоянием уныния и потерей интереса к видам деятельности, которые обычно приносят удовлетворение, а также неспособностью делать повседневные дела в течение, по меньшей мере, двух недель.

Кроме того, у людей, страдающих депрессией, обычно присутствуют некоторые из следующих симптомов: нехватка энергии, снижение аппетита, сонливость или бессонница, тревога, снижение концентрации, нерешительность, беспокойство, чувство собственной ничтожности, вины или отчаяния, а также мысли о причинении себе вреда или самоубийстве.

Быстрый ритм жизни и постоянные стрессы могут отрицательным образом сказываться на общем самочувствии. Каждый человек обязан следить за своим здоровьем, чтобы каждый день был наполнен радостью и позитивом.

Детям с самого раннего возраста следует прививать любовь к спорту и правильному питанию. Благодаря этим двум основным факторам можно вырастить полноценное и счастливое поколение, которое станет для будущего страны огромным достоинством. Счастье для родителя – это его здоровые дети, а счастье для человека – собственное здоровье и позитивное отношение в жизни.

СПб ГКУЗ «Городской центр медицинской профилактики» с 06.04.2017 по 14.04.2017 организует проведение в рамках Всемирного дня здоровья общегородской акции «**Давай поговорим!**».

Городской центр медицинской профилактики рекомендует:

- Провести мероприятия для медработников и населения, в том числе обсуждения, круглые столы, семинары и выставки, акции;
- Вести работу со средствами массовой информации, посвященную важности информирования широкой общественности о депрессии, ее причинах и возможных

последствиях, включая самоубийство, а также о том, какие существуют виды помощи по профилактике и лечению депрессии, чтобы люди с депрессией не боялись обращаться за помощью, а их члены семьи, друзья и коллеги могли оказать им поддержку;

- Оформить тематические стенды;
- Разместить информацию о видах помощи по профилактике и лечению депрессии на сайтах учреждений и номер телефона доверия: (812) 323-43-43 (анонимно, бесплатно, круглосуточно);
- Направить медицинский персонал в детские сады, школы и ВУЗы для разговора с подрастающим поколением: с объяснением азов здорового образа жизни и акцентированием внимания на тех аспектах современности, которые способны подорвать здоровье человека;
- Использовать в работе информацию, размещенную на сайте Городского центра медицинской профилактики: www.gcmp.ru;
- Получить буклет для распространения среди населения «Депрессия: давай поговорим!» (ул. Итальянская, 25, каб. № 6, I этаж), с 9.30 до 15.00 по рабочим дням. Литература будет выдаваться представителю учреждения по доверенности, подписанной руководителем и главным бухгалтером. Контактный телефон: 595-89-12;
- Разместить в медицинских организациях объявление о проведении мероприятий для населения в **Городском центре медицинской профилактики 6 апреля с 14.00** (в приложении);

6 апреля 2017 в Городском центре медицинской профилактики (ул. Итальянская, 25) проводится:

- с 14.00 до 18.00 - бесплатные экскурсии в Музей гигиены;
- с 14.00 до 16.00 – «Марш здоровья» - лекция о пользе ходьбы и пешая прогулка в группе финской ходьбы с палками под руководством опытного консультанта;
- с 14.00 до 17.00 – консультирование по отказу от курения и тестирование курящих;
- с 14.00 до 17.00 – консультирование населения специалистами по нарушению сна ФГБУ «Северо-западный федеральный медицинский исследовательский центр им. В.А. Алмазова» МЗ РФ;
- в 16.00 - лекция для населения «Сохранение психического здоровья»;
- в медицинской библиотеке – тематическая выставка книг.

В соответствии с профилем учреждения прошу направить предложения для включения в городской план мероприятий согласно таблице по эл. почте: gcmeprof8@zdrav.spb.ru, срок до 30.03.2017:

Наименование учреждения, район	Дата и время проведения	Наименование мероприятия	Предполагаемая аудитория (медработники, взрослое население, подростки, др.)	Ответственный исполнитель
1	2	3	4	5

Приложение: объявление для размещения в медицинских организациях – на 1-м листе

Директор

В.Е. Жолобов

ВНИМАНИЕ!

6 апреля 2017г. в 16.00

**в Городском центре медицинской профилактики
(ст. метро «Гостиный двор», ул. Итальянская, 25, I этаж)**

**состоится лекция для населения
«Сохранение психического здоровья»**

**Мероприятие организуется в рамках Всемирного дня здоровья,
посвященного борьбе с депрессией.**

с 14.00 до 17.00:

- консультирование населения специалистами по нарушению сна
ФГБУ «Северо-западный федеральный медицинский исследовательский центр
им. В.А. Алмазова» МЗ РФ
- консультирование населения по отказу от курения и тестирование курящих
- «Марш здоровья» - лекция о пользе ходьбы и пешая прогулка в группе финской
ходьбы с палками под руководством опытного консультанта