

Здоровье является великой жизненной ценностью, национальным достоянием. Но как небрежно многие относятся к этому дару! Думаю, пришло время объединить усилия государственной власти, местного самоуправления, общественных организаций, всех энтузиастов, использовать любой положительный опыт, в том числе и зарубежный, для того, чтобы здоровье пришло в каждую семью. Нет задачи важнее этой.

В 1972 году в Финляндии были проведены национальные исследования состояния здоровья населения, выявившие крайне неблагоприятную картину. Особенную тревогу вызывала высокая смертность трудоспособного населения от болезней сердечно-сосудистой системы. Тогда же в стране был принят закон о первичном здравоохранении, подразумевавший превентивные профилактические меры борьбы с факторами риска: курением, избыточным весом, гиподинамией, пристрастием к алкоголю.

Первые результаты мониторинга здоровья, которые широко публиковались в финской прессе и подкреплялись информацией о том, как избавиться от вредных привычек, дали положительный результат через десять лет. Идея здорового образа жизни «овладела массами», и проект был переведен в ранг общенационального.

Спустя 30 лет финны с гордостью говорят, что в стране достигнуты серьезные успехи: на 82 процента снизилась смертность трудоспособного населения от заболеваний сердечно-сосудистой системы, на 70 процентов реже стали умирать мужчины от рака легких,

Глава Республики Карелия Сергей КАТАНАНДОВ:

«Наша идеология – здоровый образ жизни»

Физическое, социальное, духовное здоровье граждан — важнейшая составляющая качества жизни

тором и, я бы сказал, мотором оздоровления нравственной атмосферы на селе выступает директор хозяйства Иван Ткачук.

Это не простая благотворительность, а реальная забота о кадрах для предприятия. Кстати, совхоз «Толвуйский» занимает в республике ведущие позиции по многим экономическим показателям.

«Безалкогольное кольцо» установили вокруг поселка Софпорог Лохского района активисты местной женской организации. Они не допускают на территорию поселка транспорт с фальсифицированным алкоголем. На сходах к ответу призываются те местные жители, которые промышленяют подпольной водкой. Народная борьба против общего зла способствовала тому, что в Софпороге — единственном из 14 населенных пунктов района — выросла рождаемость.

Взрелом возрасте бывает поздно исправлять «ошибки юности», когда человек (чаще всего по причине неосведомленности и неопытности) жертвует своим природным здоровьем, не задумываясь о последствиях. Как приучить жителей Карелии заботиться о своем здоровье? По мнению специалистов, самый благодатный период для воспитания принципов здорового образа жизни — это младший школьный возраст.

Пример тому петрозаводская школа № 6, где программа «Здоровье» была принята еще в 2000 году с использованием на практике здоровьесберегающих технологий. Известно, что человек тянется к сигарете сначала за компанию, а потом по привычке, от нечего делать. В школе № 6 постарались занять каждую свободную минутку: на переменках дети могут поиграть в спортивном зале, спеть песни под «караоке», а после уро-

скую помощь на месте, не совершая поездок в город.

Строятся спортивные сооружения. Причем не только за счет бюджетных средств, но и за счет предприятий, местных бизнесменов. Такую инициативу мы всемерно поддерживаем. Только за последние годы построены современный аквациентр в Петрозаводске, уникальный Ледовый дворец и лыжероллерная трасса в городе бумажников Кондопоге, спортивный комплекс со стадионом в поселке Пряжа.

Сегодня для многих российских регионов, и Карелия здесь не исключение, серьезной проблемой является обеспечение населения чистой водой. У нас есть специальная программа по обеспечению населения республики питьевой водой. Финансируется она в основном за счет республиканского бюджета, так как возможности местных ограничены.

Программа разбита на три этапа. В 1999 — 2000 годах мы работали над

Особо хочу сказать о состоянии физической культуры и спорта в Карелии, от которого во многом зависит формирование здорового образа жизни населения. Удельный вес жителей, занимающихся физической культурой и спортом, в Карелии выше, чем по Северо-Западному федеральному округу, и составляет 13,4 процента от общего числа населения. Уверен, что оздоровительные прогулки на лыжах совершает каждый второй житель Карелии, хотя эти данные официальная статистика не учитывает. Однако, как показывает практика экономически развитых стран, к регулярным занятиям физкультурой и спортом при создании соответствующих условий может быть привлечено от 40 до 60 процентов граждан.

В сентябре 2004 года Правительство Республики Карелия одобрило Концепцию развития физической культуры и спорта на период до 2010 года, которая представляет собой систему взглядов, принципов и приоритетов в сфере физкультуры и спорта. Надеюсь, что она будет служить ориентиром для органов государственной власти, местного самоуправления, общественных объединений при решении вопросов, касающихся развития физкультуры и спорта в Республике Карелия, объединять их усилия для повышения эффективности деятельности физкультурно-спортивных организаций, способствовать оптимизации использования имеющихся ресурсов.

О здоровье надо задумываться не когда захворал, а беречь его смолоду — это мое глубокое убеждение. Движение, физические нагрузки нужны че-

Лыжные прогулки на Фонтаны — любимое спортивное развлечение петрозаводчан зимой. Тысячи горожан встают на лыжи в выходные и праздничные дни; среди поклонников лыжного спорта — Глава Карелии Сергей Катанандов



В поселке Каалама женщины нашли простой, но эффективный способ борьбы с пьянством. Установили в центре поселка «позорный столб», где регулярно появляется информация об односельчанах, торгующих незаконным алкоголем.

Состояние здоровья населения Карелии сегодня сравнимо с Финляндией 1972 года. Двенадцать лет тому назад медики нашего Питкярантского района совместно с Центром профилактической медицины губернии Северная Карелия начали проводить мониторинг состояния здоровья населения района в соответствии с нормами Всемирной организации здравоохранения, позволивший оценить уровень заболеваемости и подверженности нездоровым привычкам взрослого населения района.

Десятилетняя борьба с вредными для здоровья привычками дала уникальный для России результат — у взрослого населения Питкярантского района снизился риск артериальной гипертензии: показатели систолического давления у мужчин уменьшились со 140 до 130, а у женщин со 147 до 136. Эти сведения представители районного здравоохранения обнародовали на одном из российских форумов кардиологов. Этот уникальный опыт при поддержке правительства республики сегодня распространяется на всю Карелию.

ков их ждут театральная студия, множество других кружков и увлекательных дел. Тех школьников, которые упорно бегают «на перекуры», попытались отучить от вредной привычки при помощи акции «Брось сигаретку — получишь конфетку».

Однако подрастающему поколению доступны не только табачные изделия. Существует угроза и пострашнее: алкоголь, наркотики. Интересен в этом отношении опыт Костомукши — самого молодого приграничного города Карелии. С 1998 года под эгидой медиков и при поддержке активной части общества в городе было принято и реализовано несколько целевых программ.

Программа «Здоровый образ жизни», разработанная Правительством Карелии с участием населения, предусматривает большой объем мероприятий, включающих пропаганду здорового образа жизни, борьбу с нелегальным оборотом спиртного, внедрение молодежных инициатив, общественных проектов, строительство спортивных сооружений, фельдшерско-акушерских пунктов.

В ближайшие годы мы намерены построить несколько фельдшерско-акушерских пунктов в селах и поселках республики, чтобы их жители могли получать квалифицированную медицин-

улучшением качества воды в городах и населенных пунктах, расширением использования подземных вод, обеспечением соблюдения режимов зон санитарной охраны и водохранимых зон источников питьевого водоснабжения. Эта работа продолжается и сегодня. Одновременно в 2001 году мы приступили к восстановлению, реконструкции и строительству систем водоснабжения городов и сельских населенных пунктов. Второй этап включает в себя 2005 год. В столице республики Петрозаводске проект так и называется — «Чистая вода». На его реализацию предстоит истратить около 260 миллионов рублей из республиканского и городского бюджетов. Для Петрозаводска, где проживает почти треть населения республики, получить качественную воду жизненно важно.

Реализуются или будут реализованы подобные проекты в городах Беломорск, Олонец, Суоярви, в поселках Пряжа, Калевала, Муезерский, Лоухи. Мероприятия по водоснабжению сельских населенных пунктов включены в республиканскую целевую программу «Социальное развитие села до 2010 года». В эту программу вошли в основном те работы, которые мы намерены завершить на третьем этапе: в 2006 — 2010 годах. Это наиболее капиталоемкие проекты, решающие проблемы коренного улучшения водоснабжения населения республики.

ловеку в любом возрасте. Я сам раньше серьезно занимался баскетболом, до сих пор, когда есть возможность, с удовольствием хожу на лыжах. Два раза в неделю посещаю бассейн, исключительно для того, чтобы работать и нормально себя чувствовать. Обычно плаваю минут 20 — 25 непрерывно. Общее расстояние заплыва получается около километра. И потом всю неделю ощущаю бодрость.

Конечно, надо создавать условия для здорового образа жизни. Речь идет не о глобальных проектах, а о том, чтобы использовать все возможности на местах: восстановить запущенные спортзалы, обновить спортивные площадки, открыть спортивные клубы и клубы по интересам, наладить интересный и полезный досуг, наконец, дать людям информацию о том, как доступными средствами сохранить свое здоровье.

Одновременно это будет способствовать преодолению пристрастия к алкоголю, которое превратилось в национальное бедствие. Не случайно о необходимости усиления борьбы с ним пишут сотни граждан лично мне в своих наказах. Сам я с 1998 года перестал употреблять спиртное. Впереди у нас много дел, которые требуют энергии, здоровья. Сейчас в нашей республике с участием общественности дорабатывается программа «Здоровый образ жизни до 2015 года». Ее соавтором может стать каждый житель Карелии.

В своем послании Федеральному Собранию президент В. Путин впервые отступил от традиции ставить социально-экономические задачи в обобщенном виде и сконцентрировал внимание на задачах, затрагивающих каждого гражданина, каждую российскую семью. Для того чтобы страна стала сильной и богатой, подчеркнул он, необходимо сделать все для нормальной жизни каждого человека. Улучшить состояние здоровья российской нации, остановить рост пьянства, наркомании, снизить уровень смертности, увеличить продолжительность жизни людей, преодолеть демографический спад. Мы в Карелии активно работаем в этом направлении и видим первые положительные результаты.

Приложение «Вестник»
к журналу «Родина»