

# **Профилактика эндокринных заболеваний через социальные сети (телеграмм канал), с помощью информационного обеспечения населения.**

## **Проект в номинации**

Общественные проекты: создаем информационное пространство отрасли

## **Участники проекта**

### **Каширина Елена Жоржевна**

Доцент кафедры, врач- блогер  
Новокузнецк  
НГИУВ- филиал ГБОУ ДПО РМАНПО

### **Аввакумов Константин Ильич**

уролог, хирург, андролог, сексолог  
Сургут  
Клиника доктора Мирзакадиева

### **Хамова Юлия Максимовна**

нутрициолог  
Новокузнецк  
МБОУ СОШ №71

### **Шилина Светлана Викторовна**

кардиолог  
Новокузнецк  
ОАО Медиа Сервис

### **Курочкин Михаил Сергеевич**

психолог  
Новокузнецк  
Самозанятый

### **Попа Юрий Сергеевич**

тренер, массажист, остеопат, блогер  
Новокузнецк  
Проект Сибиряк

---

Добро пожаловать на информационный канал об эндокринологии и диабетологии! Здесь Вы узнаете о передовых технологиях в мире гормонов,

мерах профилактики заболеваний, методах современного лечения. Помогите разобраться с Вашими гормонами!

## **Описание проекта**

Цель проекта: информировать население через популярные социальные сети (телеграмм канал) о мерах профилактики, ранней диагностике и лечении эндокринных заболеваний.

На сегодняшний день эндокринные заболевания, такие как - ожирение, сахарный диабет (СД), заболевания щитовидной железы, имеют пандемический характер распространения. В Российской Федерации, как и во всех странах мира, отмечается значимый рост распространенности СД. По данным Федерального регистра СД в РФ на 01.01.2023 г. состояло на диспансерном учете 4 962 762 человека (3,42% населения), из них: 92,3% (4 581 990) - СД 2 типа, 5,6% (277 092) - СД 1 типа и 2,1% (103 680) - другие типы СД, в том числе 8 758 женщин с гестационным СД. Реальное количество пациентов гораздо больше. Ожирение является фактором риска СД и предиабета. СД - сердечно-сосудистое заболевание, которое ведет к хроническим сосудистым осложнениям. К сожалению на момент манифестации СД, многие пациенты имеют грозные сердечно-сосудистые осложнения.

В связи с низким уровнем осведомленности населения об опасности эндокринных заболеваний создан телеграмм канал - "Доктор Каширина Елена".

Проект реализуется через регулярное проведение опроса населения с помощью специализированных опросников на само тестирование (СД, ожирение, саркопения, остеопороз, заболевания щитовидной железы), научные статьи, видео- лекции, интервью со смежными специалистами.

Разработано два подпроекта:

1) "Долгожданная беременность" (информация о прегравидарной подготовке по протоколу МАРС 2022 г., с участием акушера -гинеколога, уролога, нутрициолога, психолога). Путем распространения информации через телеграмм канал, увеличилось количество пар, осознанно подходящих к рождению ребенка. В рамках данной программы на регулярной основе проводятся интервью с акушером - гинекологом и урологом (Темы - нормальный менструальный цикл, норма и патология, СПКЯ и репродуктивная функция, ЗППП и бесплодие, подготовка женщин репродуктивного возраста по протоколу МАРС).

2) "Путь к себе" - профилактика, диагностика, лечение ожирения (лечение в условиях МЦ "Евромед").

В настоящее время в программе " Путь к себе", принимают участие 50 пациентов. Все они проходят осмотр, дополнительное лабораторное обследование, исследование на аппарате МЕДАСС. С помощью индивидуального подхода, грамотной помощи нутрициолога, психолога, эндокринолога, кардиолога, все пациенты снизили массу тела от 5 до 10% (последние 2 месяца).

Таким образом, информационное обеспечение населения через популярные социальные сети (как пример, телеграмм канал), имеет доказанную эффективность, популярность, доступность материалов.

Повышение уровня знаний населения об опасности эндокринных заболеваний, может привести к ранней диагностике и соответственно к более раннему лечению заболеваний. Что в свою очередь сократит уровень инвалидизации и смертности населения.

Еще одну важную задачу реализует телеграмм канал - профилактика йоддефицитных заболеваний (статьи, видео - лекции, интервью).

Кроме того, регулярно в формате видео показывается комплекс упражнений, для улучшения состояния всего организма.

Считаю, что подача информации в таком виде необходима, обоснована и показывает свою эффективность.