

Год здоровья в ОАО «РЖД»

Проект в номинации

Общественные проекты: создаем информационное пространство отрасли

Организация

"РЖД-Медицина" ЦДЗ

Участники проекта

Жидкова Елена Анатольевна

- Начальник Центральной дирекции здравоохранения – филиала ОАО «РЖД»
сети клиник РЖД-Медицина

Москва

Центральная дирекция здравоохранения -филиал ОАО "РЖД"

2023 год в ОАО «РЖД» был ознаменован Годом здоровья. Главной задачей стало разработка и проведение дополнительных мероприятий для укрепления здоровья и сохранения профессионального долголетия железнодорожников.

Описание проекта

От состояния здоровья работников зависит не только безопасность перевозочного процесса, но и эффективность работы всей отрасли в целом. Для укрепления существующих мер 2023 год в ОАО «РЖД» был ознаменован Годом здоровья. Главной задачей стало разработка и проведение дополнительных мероприятий для укрепления здоровья и сохранения профессионального долголетия железнодорожников.

В рамках реализации был разработан план мероприятий, куда вошли программы по профилактической медицине, повышения физической активности, снижения стресса и утомляемости у работников на рабочем месте, соблюдение правильного питания и т.д.

Мероприятия, проводимые в рамках Года здоровья в компании:

1. Всероссийская информационно-просветительская акция «Поезд здоровья «Вместе против диабета», в рамках которой медицинская бригада «Поезда здоровья» проехала от Владивостока до Москвы и совершила остановки в 37 населенных пунктах нашей страны.

Целью акции являлось повышение осведомленности россиян о важности профилактических медицинских осмотров, факторах рисков хронических неинфекционных заболеваний, в том числе сахарного диабета, популяризация ЗОЖ.

Каждый желающий смог совершенно бесплатно пройти комплексное медицинское обследование, а также узнать о наличии факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний и определить свой диабетический статус.

2. Дни здоровья на предприятиях. Для проведения медицинских осмотров работников компании использовали различные новые форматы работы, целью которых являлось приближение оказания медицинской помощи непосредственно к местам работы сотрудников. В рамках таких мероприятий были организованы дни здоровья, в которых объединили информирование работников о факторах риска развития некоторых хронических заболеваний с проведением лекций ведущими врачами и раздачей информационных материалы о правильном питании, профилактике болезней, важности физической активности, отказа от вредных привычек, но также проводились скрининговые исследования.

3. Медицинские десанты. Данный проект реализовался на четырех полигонах железных дорог (Восточно-Сибирском, Северном, Забайкальском и Дальневосточном).

В рамках выездов медицинских десантов проводились профилактические медицинские осмотры и консультации узкоспециализированными врачами-специалистами, которые отсутствуют в малонаселенных и труднодоступных населённых пунктах.

Таким образом, составы медицинских бригад подбирались индивидуально для каждого населенного пункта, в который планировался выезд медицинского десанта.

4. Кроме того, отдельное место в реализации Года здоровья заняло донорство. Корпоративное донорство в нашей компании развивается достаточно давно, но с 2022 года оно приобрело большую значимость.

5. Сегодня здоровый образ жизни в ОАО «РЖД» согласно утвержденной концепции продвигается системно, посредством создания на сети сплоченной

команды «Агентов по продвижению ЗОЖ», активной информационно-коммуникационной кампании, организации спортивных залов на предприятиях, массовых спортивных мероприятий, модернизация системы питания в производственных столовых. Проведены мероприятия, направленные на формирование и популяризацию здорового образа жизни среди работников («Неделя здорового образа жизни», «Лето здоровья»).

6. Создана горячая линия психологической помощи. Специалисты на условиях полной анонимности помогают разобраться в различных ситуациях: конфликты, стрессы, депрессия, эмоциональное выгорание, трудности с адаптацией в коллективе, кризисы и др.

Психологи для работы на горячей линии прошли строгий отбор. Эксперты Центральной дирекции здравоохранения (ЦДЗ) совместно с Центром экстренной психологической помощи МЧС России выбрали из 300 претендентов около 10 профессионалов, отвечающих необходимым требованиям.

Всего за год проведено около 12 тыс. спортивных и профилактических мероприятий с общим охватом более 7,3 млн. человек.

1. *Поезд здоровья.* Всего за время работы поезда здоровья обследованы 6,4 тыс. пациентов, которым было проведено 13 тыс. врачебных осмотров, 52 тыс. исследований. По результатам обследований впервые было выявлено более 1,5 тыс. человек с впервые выявленными сахарным диабетом и патологиями щитовидной железы, а также выявлено более 400 подозрений на онкологические заболевания.

2. *Дни здоровья на предприятиях.* И за год было посещено 1,5 тыс. предприятий компаний с привлечением 88 тыс. работников, из которых было обследовано 48 тыс. работников. Важно, что 7% было направлено на дополнительные консультации и исследования и у почти 2% были впервые установлены различные заболевания на ранних стадиях.

3. *Медицинские десанты.* Всего был проведен 71 выезд медицинского десанта, по результатам которого было осмотрено более 5,1 тыс. жителей малонаселенных и труднодоступных населённых пунктов (в том числе работники ОАО «РЖД» и пенсионеры железнодорожного транспорта).

Проведено более 6,7 тыс. консультаций врачей-специалистов, осуществлено более 4,8 тыс. исследований (УЗИ, ЭКГ, анализы крови, рентгенография, маммография, эндоскопия и др.); и 20 пациентам были проведены оперативные

вмешательства (в том числе в амбулаторных условиях).

Следует отметить, что по результатам консультаций и с учетом результатов обследования каждому четвертому обследуемому были даны рекомендации о необходимости дальнейшего лечения и дополнительного обследования в поликлиниках по месту их прикрепления, и практически каждому тринадцатому человеку была рекомендована плановая госпитализация.

4. *Доноры.* Более 30 тыс. работников холдинга являются донорами. А число обладателей знака «Почётный донор» превышает 569 человек. В этом году уже было проведено около 320 акций, в рамках которых собранно 5 тонн крови.

5. 96,8 тыс. мероприятий проведено на формирование и популяризацию здорового образа жизни среди работников («Неделя здорового образа жизни», «Лето здоровья») 69 тыс. охват участников

6. В рамках работы горячей линии психологической помощи осуществлено более 1,5 тыс. консультаций

Ролик о проведении Года здоровья в ОАО "РЖД"

<https://disk.yandex.ru/i/qiVdD4y57UsXIw>