

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Тверской области «Нелидовская центральная районная больница»

ПРИКАЗ

Дата
составления

03.12.2025 г.

Номер
документа

90 - п

***Об утверждении программы
«Укрепление здоровья сотрудников
ГБУЗ «НЦРБ» на 2025-2030 годы»***

С целью укрепления здоровья сотрудников ГБУЗ «НЦРБ» и в целях исполнения национального проекта «Продолжительная и активная жизнь», «Здоровье для каждого»

П Р И К А З Ы В А Ю:

1. Утвердить программу «Укрепление здоровья сотрудников ГБУЗ «Нелидовская ЦРБ» на 2025-2030 годы (Приложение 1).
2. Назначить ответственным за реализацию программы заместителя главного врача по поликлинической работе **Долгашову Т.И.**
3. Контроль исполнения данного приказа оставляю за собой.

Главный врач



С.М. Севрюк

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ТВЕРСКОЙ
ОБЛАСТИ "НЕЛИДОВСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА".

Утверждено
Приказом № 90-п
от 03.12.2025г.

**Корпоративная программа «Укрепление здоровья сотрудников ГБУЗ «Нелидовская
ЦРБ» на 2025-2030 годы
«Вперед к здоровью!»
в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь»,
«Здоровье для каждого»**

**Раздел I
ОЦЕНКА СИТУАЦИИ**

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Тверской области «Нелидовская центральная районная больница» (ГБУЗ «Нелидовская ЦРБ») расположена в Нелидовском муниципальном округе Тверской области, основано в 1957 году. Учреждение является межрайонным центром, выполняет важные социальные и медицинские функции, обеспечивая здоровье населения своего округа и близ лежащих районов.

График работы ГБУЗ «Нелидовской ЦРБ» круглосуточно, поликлиники, ФАПы и ВОПы с понедельника - субботу.

В состав учреждения входят:

- стационар – 212 круглосуточных коек
- дневной стационар при ЦРБ – 42 коек
- дневные койки при поликлинике – 29 коек
- поликлиника – 416 посещений в смену
- детская поликлиника – 84 посещения в смену
- женская консультация – 72 посещения в смену
- центр здоровья – 4 посещения в смену

Стационарные подразделения:

- инфекционное отделение на 13 коек
- кардиологическое отделение для больных с сердечно – сосудистыми заболеваниями на 30 коек с палатой реанимации и интенсивной терапии на 6 коек в составе ПСО
- неврологическое отделение для больных с острыми нарушениями мозгового кровообращения на 40 коек с палатой реанимации и интенсивной терапии на 6 коек в составе ПСО

- терапевтическое отделение на 45 коек
- гинекологическое отделение на 30 коек
- травматологическое отделение на 20 коек
- хирургическое отделение на 30 коек
- отделение анестезиологии и реанимации на 6 коек
- педиатрическое отделение на 23 койки
- приемное отделение
- психиатрическое отделение на 23 койки
- патологоанатомическое отделение

Стационарная помощь включает в себя:

- плановое лечение;
- экстренная госпитализация
- интенсивная терапия

Амбулаторно-поликлиническая помощь:

- первичная медицинская помощь, консультация узких специалистов;
- лабораторная и диагностическая помощь;
- диспансеризация населения;

Реабилитационная помощь (физиотерапия, массаж)

Подразделения амбулаторно – поликлинического звена:

- детская поликлиника
- поликлиника
- женская консультация
- стоматологическое отделение
- наркологический кабинет
- противотуберкулезный кабинет
- 9 фельдшерско – акушерских пунктов
- 6 кабинетов врача общей практики (семейной медицины)

Параклиника

- клиничко – диагностическая лаборатория
- лаборатория СПИД
- рентген кабинеты (компьютерная томография, флюорограф, маммограф)
- ультразвуковая диагностика
- функциональная диагностика

На 01.11. 2025 г общая численность работников составляет 411 человек.

Состав сотрудников по полу и возрасту

1	Пол	Число полных лет, чел							
		Всего	в том числе						
			до 36	36-45	46-50	51-55	56-59	60-64	65 и старше
3	4	5	6	7	8	9	10	11	
Врачи	М	15	3	3	2				7
	Ж	39	7	2	4	3	1	10	12
Средний медицинский персонал	М	2		1	1				
	Ж	180	23	28	25	12	15	28	49
Младший медицинский персонал	М								
	Ж	43	1	4	6	8	9	5	10
Прочие	М	13	3	1	1	2	2		4
	Ж	119	6	20	16	20	12	11	34
Итого	М	30	6	5	4	2	2	0	11
	Ж	381	37	54	51	43	37	54	105

Коллектив представляет собой команду профессионалов разного возраста и опыта. Специалисты имеющие большой опыт в работе помогают молодым сотрудникам.

Молодые специалисты обладают высокой цифровой грамотностью, отлично разбираются в программном обеспечении, а если чего-то не знают, то способны быстро это освоить и помочь старшему поколению.

Сведения о заболеваемости и временной нетрудоспособности сотрудников:

За 2024 год в ГБУЗ «Нелидовская ЦРБ» было оформлено 192 листка нетрудоспособности:

- из них по поводу травмы – 2
- ХНИЗ – 45
- сезонные респираторные заболевания – 145

Невысокий уровень больничных листов сотрудников ГБУЗ «Нелидовская ЦРБ» указывает на хорошее здоровье сотрудников, своевременную вакцинацию и правильную организацию рабочих мест и рабочего процесса.

Данные о прохождении диспансеризации:

За 2025 год все сотрудники прошли диспансеризацию на 100%. Это позволяет своевременно выявить возможные проблемы со здоровьем.

Основными факторами риска ХНИЗ являются:

- курение – 25 человек.
- избыточная масса тела и ожирение – 52 человека
- низкая физическая активность – 48
- не рациональное питание -115 человек
- сочетание нескольких факторов – 137 человек
- чрезмерное употребление алкоголя – 0.

Проводя анализ диспансеризации можно отметить, что основными ХНИЗ является:

- избыточная масса тела
- не рациональное питание
- курение.

Устранение данных факторов может существенно снизить болезни системы кровообращения, сахарный диабет, онкопатологии, хронические бронхо – легочные заболевания.

Рабочие места автоматизированные, представляя собой АРМ для врачей и других специалистов, включающие компьютеры, специализированное ПО и базы данных.

Вместе с тем, к негативным факторам, ежедневно оказывающим влияние на сотрудников, относятся продолжительный рабочий день, стресс из-за высокой ответственности, а также вредные условия труда, связанные с биологическими, химическими и физическими факторами.

Социально-психологические и организационные факторы:

- **Ответственность:** Высокая интенсивность работы, особенно в отделениях реанимации и неотложной помощи, а также высокая ответственность за жизнь и здоровье пациентов.
- **Стресс и моральные травмы:** Профессиональный стресс, вызванный экстремальными ситуациями, общением с тяжелобольными пациентами и их родственниками, а также моральные травмы.

Вредные и опасные производственные факторы:

- **Биологические факторы:** Воздействие патогенных микроорганизмов, что составляет значительную часть профессиональных рисков.
- **Химические факторы:** Контакт с химическими веществами.
- **Физические факторы:** Шум, ультрафиолетовое и лазерное излучение, электромагнитные волны, особенности микроклимата (температура, влажность).

Последствиями могут быть:

- профессиональное выгорание - эмоциональное истощение, деперсонализация, снижение профессиональной эффективности;
- тревожность, раздражительность, нарушения сна;
- снижение концентрации внимания, ухудшение памяти, замедление скорости принятия решений.

Меры защиты:

- Организация рационального режима труда и отдыха.
- Обеспечение комфортных условий.
- Обучение работников методам борьбы со стрессом.

В совокупности или по отдельности воздействие вредных факторов может быть причиной появления острых и хронических общих и профессиональных заболеваний.

Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников ГБУЗ «Нелидовская ЦРБ» на период с 01.11.2025 по 31.12.20230 «Здоровье на рабочем месте» направлена на профилактику различных заболеваний путем укрепления здоровья сотрудников.

Корпоративная программа включает в себя такие мероприятия, как комплексы упражнений на рабочем месте, гимнастику для глаз и дыхательную гимнастику, а также участие в спортивных мероприятиях и поддержание здорового образа жизни в целом. Профилактика заболеваний: программа способствует предотвращению многих заболеваний через создание условий для укрепления здоровья сотрудников.

Ресурсы, обеспечивающие выполнение программных мероприятий

Для реализации Программы имеются ресурсы, обеспечивающие основные (базовые) потребности сотрудников, необходимые для сохранения и укрепления здоровья:

Профилактика заболеваний:

- Проведение ежегодной вакцинации.
- Организация профилактических медицинских осмотров.

Физическая активность:

- Разработка коротких комплексов упражнений для рабочего места.
- Проведение гимнастики для глаз.
- Организация дыхательной гимнастики.

- Участие в программе сдачи норм ГТО.

Ответственными за реализацию мероприятий Программы определены: гл. врач, зам гл. врача, зав отделением, поликлиникой, зав отд. профилактики, гл. мед сестра, стар мед сестры, зам. главного врача по АХЧ, психолог.

Цели Программы:

- увеличение доли сотрудников, занимающихся физической культурой и спортом на 10% к 2030 году;
- снижение числа сотрудников, подверженных вредным привычкам, на 10% к 2030 году;
- снижение заболеваемости сотрудников: общей, с временной нетрудоспособностью, профессиональной на 10% к 2030 году.

Задачи Программы:

Мотивирование сотрудников на здоровый образ жизни на 10%.

Увеличение физической активности сотрудников на 10%.

Раздел II

ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

№ п/п.	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1	Проведение ежегодной вакцинации сотрудников в осенне-зимний период.	август-сентябрь 2026-2030	Гл. врач, зам. гл. врача, гл. мед сестра, старшие мед-сестры отделений. Зав. структурными подразделениями
2	Организация и проведение ежегодной диспансеризации и проф. осмотров среди сотрудников	Январь-март 2026-2030	Гл. врач, зам. гл. врача, гл. мед сестра, старшие мед-сестры отделений. Зав. структурными подразделениями.

3	<p>Организация физкультминуток продолжительностью 5-10 минут.</p> <p>Комплексе физических упражнений с учетом специфики условий и характера труда работников: «Зарядка для [конкретной группы мышц или для всего тела]», «Ходьба на месте» «Гимнастика для глаз»</p>	<p>ежедневно 2025-2030</p>	<p>Гл. врач, зам. гл. врача, гл. мед сестра, старшие медсестры отделений.</p> <p>Зав. структурными подразделениями.</p>
4	<p>Разработка и размещение информации в чате для сотрудников на темы: "Производственная гимнастика" («Гимнастика для глаз» (простые упражнения, выполняемые в перерывах), «Упражнения для кистей рук» (вращения, сгибания-разгибания) и «Профилактика остеохондроза» (упражнения для спины и шеи, такие как плавные повороты и наклоны).)</p>	<p>Ежемесячно 2025-2030</p> <p>Месенджеры: * Max * VK Messenger</p>	<p>Гл. врач, зам. гл. врача, гл. мед сестра, старшие медсестры отделений.</p> <p>Зав. структурными подразделениями.</p> <p>Програмист</p>
5	<p>Публикация материалов в социальных сетях и в рабочей группе по тематике здорового образа жизни</p>	<p>ежемесячно 2025-2030</p> <p>Месенджеры: * Max * VK Messenger</p>	<p>Зам. гл. врача, зав. структурными подразделениями.</p> <p>Програмист</p>
6	<p>Выпуск и распространение листовок для сотрудников «Как победить беспокойство и стресс на работе», «Как бороться с усталостью глаз и сохранить зрение»</p>	<p>1 раз в год 2026-2030 20 шт.</p>	<p>Зам. гл. врача,</p>
7	<p>Организация и проведение информационно-коммуникационной кампании среди сотрудников по материалам Центра общественного здоровья и медицинской профилактики</p>	<p>2025-2030</p> <p>еженедельно</p> <p>* совещания * конференции</p> <p>тематика «ХНИЗ»</p>	<p>Зам. гл. врача, зав. структурными подразделениями.</p>
8	<p>Участие сотрудников в муниципальных и региональных мероприятиях:</p> <p>1. Спортивные: - сдача норм ГТО;</p>	<p>В течение года 2025-2030</p> <p>2025 - 8 человек 2026 - 8 человек</p>	<p>Зам. гл. врача, зав. структурными подразделениями.</p>

	- участие в соревнованиях «Лыжня России»; - акции «1000 шагов к жизни»; 2. Образовательные: Конференции, семинары, тренинги, вебинары, викторины.	2027 - 8 человек 2028 - 8 человек 2029 - 8 человек 2030 – 8 человек	
9	Коммуникационная кампания по повышению осведомленности в отношении вредных привычек (употребление алкоголя, никотина и других психоактивных веществ).	Ежеквартально 2025-2030 Месенджеры: * Max * VK Messenger	Зам. гл. врача, зав. структурными подразделениями. Програмист
10	Проведение уточняющего анализа распространенности фактора риска, на который нацелена программа. Проведение анкетирования.	апрель, декабрь 2025-2030	Зам. гл. врача, зав. структурными подразделениями.

Оценка эффективности реализации программы.

Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

- отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- охват работников программой;
- оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;
- оценка достижения результатов программы.