

УДК 614.253.1/.2:616.1/9-084

## ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СЕМЕЙНОГО ВРАЧА В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**В.Е. Шапкин**

*Харьковский национальный медицинский университет, г. Харьков, Украина*

*В статье рассматриваются особенности общей практики – семейной медицины, позволяющие эффективно осуществлять первичную профилактику многих заболеваний за счет формирования навыков здорового образа жизни у большинства членов семьи и их устойчивого закрепления.*

**Ключевые слова:** *первичная профилактика, медико-биологические подходы, общая практика - семейная медицина, здоровый образ жизни, иммунизация.*

## PRIMARY PREVENTION IN THE ACTIVITY OF A FAMILY DOCTOR IN THE CONTEXT OF IMPLEMENTATION OF A HEALTHY LIFESTYLE

**V. Shapkin**

*Kharkiv National Medical University, Kharkov, Ukraine*

*The article discusses the features of general practice - family medicine, which make it possible to effectively carry out primary prevention of many diseases through the formation of healthy lifestyle skills in most family members and their sustainable consolidation.*

**Keywords:** *primary prevention, biomedical approaches, general practice - family medicine, healthy lifestyle, immunization.*

Основной направленностью современной медицины является профилактическая деятельность. Профилактическая медицина жизненно необходима обществу так как направлена на сохранение здоровья людей, предотвращение заболеваний отдельных членов общества, устранение осложнений многочисленных заболеваний, предотвращение рецидивов и формирование устойчивого улучшения состояния здоровья пациентов с хронической патологией [1]. Профилактическая работа тесно связана с системой первичной медико-санитарной помощи. В свою очередь общая практика - семейная медицина (ОПСМ) является неотъемлемой частью и основой первичной медико-санитарной помощи. Поэтому семейная медицина тесно задействована во все виды профилактической деятельности. Оценивая жизнь пациентов непосредственно в их природной и социальной среде семейный врач получает возможность гибко подобрать необходимый комплекс профилактических мероприятий [3, с.96-97]. Т.е. организационные особенности ОПСМ позволяют оптимизировать профилактическую работу в целом.

Врач общей практики выполняет функцию интегратора, который объединяет точки зрения узких специалистов в единый системный подход к пациенту. Поскольку в настоящее время происходит перманентное разделение терапии, педиатрии и хирургии на многочисленные специализированные звенья, ОПМС в самом ближайшем будущем останется единственной медицинской специальностью, которая сможет комплексно и всеобъемлюще оценить состояние здоровья пациентов в том числе и на доклинических этапах. Особенно это касается больных с сочетанной патологией, а таких большинство. Именно комплексность, заложенная в общей практике дает возможность в полном объеме реализовать профилактическую направленность современной системы здравоохранения. Функционирование врача ОПСМ на уровне всей семьи позволяет органически сочетать индивидуализированность оказания медицинской помощи с массовостью и многофакторностью. А также дает возможность адекватно обеспечить непрерывность этого вида деятельности [3, с.96-97].

Работа через семью, которая является элементарной социальной ячейкой общества позволяет специалистам ОПСМ эффективно сочетать в своей деятельности с одной стороны медицинскую и биологическую составляющие, а с другой - социальную и, таким образом, улучшать качество первичной профилактики. Контакт врача общей практики со всеми членами семьи дает ему возможность воздействовать на негативные факторы, существующие на уровне семьи как микропопуляции, принимающие участие в этиопатогенезе уже имеющихся заболеваний или представляющие потенциальную опасность в будущем. Сюда могут относиться нерациональное питание, вредные привычки, негативные особенности труда и быта, проблемы психологической совместимости членов семьи и другие девиации санитарных, бытовых, культурных, психологических особенностей существования семьи [1; 3, с.96-97]. Воздействие через семью позволяет нивелировать или хотя бы уменьшить патологическое влияние этих факторов, что может оказаться действенным механизмом профилактической работы семейного врача, направленной как на всю семью, так и на отдельных ее представителей.

Важной информацией для специалиста ОПСМ является динамика психического и физического здоровья каждого члена семьи. Негативные изменения и тенденции позволяют ему увидеть потенциальную возможность заболеваний в будущем и принять соответствующие превентивные меры.

Формирование устойчивого отношения к тем или иным аспектам здорового образа жизни является одним из базисов профилактической работы. Доступность алкогольных напитков и табачных изделий, имеющих к тому же высокий социальный статус отрицательно влияет на здоровье людей. Многие распространенные продукты питания, напитки, косметологические средства, одежда оказывают неоднозначное биологическое влияние на людей, что не лучшим образом сказывается на состоянии здоровья населения. Говоря о здоровом образе жизни также следует добавить вопросы планирования семьи, физического воспитания и гигиенической культуры [1].

Значительная тяжесть разъяснительной работы, направленной на обучение людей принципам здорового образа жизни ложится на семейных врачей. Общий объем информации, которую врач общей практики должен предоставить своим пациентам получается довольно большим. Но это оправдано с точки зрения первичной профилактики многих заболеваний. Разъяснительная работа специалистов ОПСМ, направленная на конкретную семью и ее членов имеет значительный шанс быть более эффективной чем обезличенная социальная реклама в Mass media (что, однако, не отменяет последнюю). Являясь социальным существом человек нуждается в позитивной реакции своего окружения (в т.ч. членов семьи) для понимания необходимости и правильности своей деятельности. Через семью легче добиться выполнения медицинских рекомендаций и советов социального, медицинского и биологического характера, касающихся гигиены, питания, физической активности, отдыха и др. Моральная поддержка семьи, ее одобрение и помощь способны не только помочь человеку бороться с имеющимися болезнями, но и противостоять вредным биологическим и социальным факторам, которые могут спровоцировать новую патологию [3, с.96-97].

Таким образом, с одной стороны понимание медико-социальной ситуации в семье позволяет специалисту ОПСМ подобрать оптимальные варианты санитарно-просветительской работы, направленной на первичную профилактику потенциальных заболеваний. А с другой - семья в значительной степени способна обеспечить выполнение многих советов врача. Как итог, профилактическая деятельность на уровне всей семьи помогает семейному врачу выработать действенные индивидуально ориентированные рекомендации, работающие на формирование навыков здорового образа жизни у большинства членов семьи и добиться их устойчивого закрепления.

Также необходимо отметить неразрывную связь медико-биологических и социальных факторов, являющихся весьма важными патогенетическими механизмами многих заболеваний нашего времени [1; 3, с.96]. Классическим примером этого тезиса является туберкулез, эпидемия которого является значительной медицинской проблемой современности не смотря на наличие отлаженной системы иммунизации. Мировой опыт показывает, что одних медицинских технологий здесь недостаточно, а эффективная профи-

лактика туберкулеза неможлива без впливу на соціальні фактори, серед яких не останнє місце займає оптимізація харчування та життєво-бутових умов, фізична культура та спорт, боротьба з шкідливими звичками [1]. Детальне розглядення всіх актуальних захворювань нашого часу дозволяє виділити в тій чи іншій ступені соціальну складову їх етіології. Це стосується сучасних «лідерів» серед хронічної патології - гіпертонічної хвороби, ішемічної хвороби серця, цукрового діабету та ін. [1; 2, с. 113; 4, с. 398]. Тому вищеописана робота сімейних лікарів, що керує цілими родинними мікросоціумами та спрямована на формування здорового способу життя на рівні всієї родини має велике практичне значення в контексті первинної профілактики актуальної сучасної патології.

Важким елементом профілактичної роботи сімейного лікаря, спрямованої на попередження численних захворювань є проведення імунізації [1]. Розмова йде не тільки про інфекційну патологію. Деякі інфекції є етіопатогенетичними факторами цілої низки соматичних захворювань. Такі гострі вірусні хвороби як грип, кір та вірусний гепатит здатні спровокувати розвиток міокардитів, гострого та хронічного нефриту, бронхіальної астми, хронічного обструктивного захворювання легень, хронічних гепатитів та іншої важкої соматичної патології. Треба зауважити, що імунізація повинна проводитися в період стійкої ремісії, а це - період відповідальності лікаря первинного ланки медико-санітарної допомоги, тобто спеціаліста ОПСМ.

Таким чином, особливості сімейної медицини дозволяють оптимізувати первинну профілактику багатьох захворювань, що повинно сприяти покращенню якості життя населення.

#### Список літератури:

1. Алексєєнко С. Н., Дробот Е. В. Профілактика захворювань [Електронний ресурс] URL: <https://monographs.ru/en/book/view?id=524> (2015 р.)
2. Шапкін В.Є. Актуальні аспекти первинної профілактики остеопорозу лікарем загальної практики // Науково-практична конференція з міжнародною участю: «Патологія суглобів з позицій поліпрофільного підходу», Харків, 2017 - с.113-116.
3. Шапкін В.Є. Основні аспекти вторинної профілактики коморбідної патології в поліпрофільній діяльності сімейного лікаря // Науково-практична конференція з міжнародною участю «Університетська клініка. Мультиморбідність і коморбідність у поліпрофільній лікарні», Харків, 2019 - с.96-98.
4. Шапкін В.Є. Первинна профілактика метаболічного синдрому в практиці сімейного лікаря // Науково-практична конференція з міжнародною участю «Наукові та практичні аспекти хронізації неінфекційних захворювань внутрішніх органів», Харків, 2014 - с. 398-399.