

Рух дарує життя

Українці звикли сидіти вдома перед телевизором, грати в комп'ютерні ігри, нам ніколи гуляти пішки, а це – найпростіший спосіб скоротити тривалість свого життя. Наша країна хворіє на гіподинамію, а інсульти та інфаркти – це лише наслідки страшної хвороби – недостатньої рухової активності. Національний олімпійський комітет України, Державна служба молоді та спорту України та ВГО «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» 4 жовтня 2011 року в прес-центрі УНІАН зібрали журналістів для того, щоб через засоби масової інформації нагадати про те, що рух дарує життя!



4 жовтня 2011 року в присутності представників ЗМІ відбулося підписання Меморандуму про співпрацю між Національним олімпійським комітетом України, Державною службою молоді та спорту України та Всеукраїнською громадською організацією «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини». Свої підписи під документом поставили Сергій Бубка, Президент Національного олімпійського комітету України, Олімпійський чемпіон, Герой України, Равіль Сафіуллін, Голова Державної служби молоді та спорту України та Ольга Барна, доктор медичних наук, професор, Голова Правління ВГО «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини».

Даний Меморандум був підписаний з метою об'єднати зусилля у спільному проведенні інформаційно-просвітницьких кампаній, інформувати населення щодо можливостей збільшення тривалості життя, профілактики серцево-судинних та інших хвороб.

Національний олімпійський комітет України спільно з Державною службою молоді та спорту України вбачає одним із найважливіших кроків у збереженні здоров'я українців пропаганду здорового способу життя та фізичної активності як неодмінної

складової турботи про здоров'я для людей будь-якого віку. Асоціація превентивної та антиейджинг медицини, в свою чергу, усвідомлює необхідність запобігти розвитку захворювань серцево-судинної системи і допомогти нашим співвітчизникам жити довго та якісно. Адже середня тривалість життя в Україні нині становить 68 років.

Протягом останніх сорока років у світі тривалість життя зростала, натомість лише в дев'яти країнах, серед яких і Україна, показники тривалості життя впали нижче 1970-х років. Поряд із нами в цьому переліку – країни Африки на південь від Сахари, а також Білорусь та Росія. Найпоширенішою причиною смертності є серцево-судинні хвороби. Водночас, запобігти їхньому розвитку допомагає активний спосіб життя, а саме – фізичні навантаження та заняття фізкультурою.

Присутній при підписанні Меморандуму начальник відділу профілактичної та медико-санітарної допомоги МОЗ України Костянтин Надутий зазначив, аби громадяни були здоровими – працювати спільно повинні як система охорони здоров'я, так і інші сектори, в тому числі громадський сектор: «У цьому плані велика роль належить ЗМІ, які мають поширювати інформацію як щодо можливостей профілактики хвороб, так і щодо необхідності реформування системи охорони здоров'я та змісту цих реформ».

Равіль Сафіуллін під час свого виступу нагадав, що діти й дорослі, які займаються спортом, мають регулярні фізичні навантаження, є здоровішими, ніж ті, хто надає перевагу пасивному проведенню часу: «Зважаючи на це, підписання Меморандуму відкриває нові можливості в поширенні інформації про здоровий спосіб життя як найкращий спосіб профілактики всіх хвороб».

Сергій Бубка нагадав жахаючу статистику щодо поширення шкідливих звичок серед підлітків та молоді в Україні: 39% хлопців віком 11–12 років курять чи вже спробували курити, серед дівчат цей показник дорівнює 18%. Семеро з десяти молодих людей вживають пиво. Натомість фізкультура і спорт, на жаль, не є такими популярними, певною мірою – через відсутність місць, де діти й молодь могли б займатися спортом, і це – одне з питань, яке належить вирішити найближчим часом. С.Н. Бубка зазначив, що у 2009 році Національний олімпійський комітет підписав Меморандум про співпрацю з Національним інститутом раку, тож співпраця з Асоціацією превентивної та антиейджинг медицини є продовженням цієї традиції. Це допоможе здійснювати спільні проекти й робити доступним знання про те, що кожна людина може покращити своє здоров'я та збільшити тривалість життя.

За словами Ольги Барни, провідні українські спортсмени є найкращим прикладом того, що фізична активність робить людей здоровими, привабливими, успішними. «Ми, лікарі, в свою чергу, готові кожному українцю запропонувати його особистий план дій, конкретні рекомендації щодо того, як бути здоровим і жити довго, – зазначила Ольга Барна під час прес-конференції з нагоди підписання Меморандуму. – Національний олімпійський комітет, Державна служба молоді та спорту України та Асоціація



превентивної та антиейджинг медицини об'єднують свої зусилля саме для цього».

В результаті підписання даного Меморандуму сторони домовилися про проведення спільних акцій, спрямованих на пропаганду здорового способу життя, фізичної активності та спорту. Ми також плануємо заходи, які допоможуть нашим співвітчизникам

отримати вичерпну інформацію про серцево-судинні ризики та визначити їх наявність для себе особисто. Наша співпраця передбачає залучення громадських, благодійних, комерційних, міжнародних організацій, сферою діяльності яких є громадське здоров'я, до спільного випуску різних видів інформаційно-просвітницької продукції, присвяченої проблемам охорони здоров'я та пропаганді здорового способу життя.

Національний олімпійський комітет, Державна служба молоді та спорту України, ВГО «Асоціація превентивної та антиейджинг медицини» вже працюють над створенням спільного плану дій, який передбачає, зокрема, проведення публічних акцій, спрямованих на поширення інформації про важливість здорового способу життя і профілактику захворювань. Планується залучення до участі в реалізації проектів фармацевтичних компаній та виробників засобів самодіагностики, які бажають зробити власний внесок у справу оздоровлення нації.

Матеріал підготувала Валерія Цихоня