



Тюменская региональная общественная организация  
«Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

# «СОЦИАЛЬНЫЙ ВСЕОБУЧ» как формат добровольческой деятельности

Анна Чукомина,

медицинская сестра с. Демьянское ГБУЗ ТО «Областная больница № 20» (с. Уват)

Тюменская область, 2019



## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Ассоциация медицинских сестёр Тюменской области с 2017 года реализует формат работы добровольцев с населением под названием **"Социальный всеобуч"**.

Победитель конкурса Фонда президентских грантов  
**Социальный всеобуч «Гипертония, СТОП!»**

ФОНД ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

**Не спеши! Проверь своё давление!**  
Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня

выше 140/90 артериальная ГИПЕРТОНИЯ  
130-139/85-89 высокое артериальное давление  
120-129/80-84 нормальное артериальное давление

ТРОО «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

В 2018 году осуществлён социальный всеобуч **"Гипертония, СТОП!"** - проект, который стал победителем второго конкурса 2017 года грантов Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества по направлению «Охрана здоровья граждан, пропаганда здорового образа жизни»

«Социальный всеобуч» как формат добровольческой деятельности



## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Социальный всеобуч "Гипертония, СТОП!" направлен на обучение населения профилактике артериальной гипертонии. Болезни сердца и сосудов занимают лидирующие позиции в структуре смертности.

Значимость проекта основана на необходимости ввести в привычку населения **ежедневно** контролировать артериальное давление, знать симптомы критического состояния, своевременно обращаться за медицинской помощью.

На первоначальном этапе в Тюменском государственном медицинском университете прошли обучение 30 инструкторов из членов ассоциации по специализированной программе повышения квалификации с получением сертификата. Каждый из них в свою очередь подготовил еще не менее 10 добровольцев из числа среднего медицинского персонала.

В программу всеобуча входят вопросы: привитие навыков пользования автоматическим и механическим тонометрами для ежедневного контроля артериального давления, знание признаков острой сердечной недостаточности (инсульт, инфаркт миокарда, внезапная смерть), алгоритм действий в случае их проявления и первой помощи при гипертоническом кризе.





## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Этот «сестринский десант» проводит регулярные занятия по профилактике с посетителями медицинских организаций, с учащимися и преподавателями образовательных учреждений, сотрудниками трудовых коллективов, организованными группами населения по месту жительства.



О том, что "социальный всеобуч" как метод профилактической работы эффективен, подтверждают цифры. С 1 декабря 2017 года по 30 ноября 2018 года реализации проекта "Гипертония, СТОП!" около **550** добровольцев, во-первых, смогли охватить своим вниманием и профилактической работой более **108 тысяч** человек, а, во-вторых, тот факт, что более 2000 человек получили оперативную помощь во время встреч, говорит об актуальности и необходимости такой профилактической работы.

«Социальный всеобуч» как формат добровольческой деятельности



## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Успех реализации такого формата профилактической работы, когда не пациент приходит в медицинскую организацию, а медицинские работники-добровольцы выходят «в народ», чтобы повысить информированность населения о профилактике заболевания, последствия которого являются самыми высокими факторами смертности людей, в том числе и трудоспособного возраста, принёс уверенность в продолжении и развитии социальной и добровольческой инициативы медицинских сестёр.

Победитель конкурса грантов Президента РФ  
**Социальный всеобуч «НЕТ раку груди!»**

ФОНД  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ

### Сделай ЭТО для себя!

- 1 раз в месяц – самообследование молочных желез
- 1 раз в год – осмотр гинекологом
- 1 раз в год – мазок шейки матки на цитологию
- 1 раз в год – УЗИ органов малого таза (возраст до 40 лет)
- 1 раз в 2 года – маммография (возраст после 40 лет)

Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация

Во втором конкурсе Фонда президентских грантов 2018 года новый проект ассоциации медицинских сестёр Тюменской области - **социальный всеобуч "НЕТ раку груди!"**; получил одобрение экспертов, поддержку комиссии и стал победителем по тематическому направлению «Профилактика заболеваний»

«Социальный всеобуч» как формат добровольческой деятельности





## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Социальный всеобуч "НЕТ раку груди!" направлен на обучение женских групп населения профилактике рака молочной железы. Злокачественные образования являются второй основной причиной смертности в России. В среднем по России, как и во всем мире, отмечается рост заболеваемости на 1,5% в год. Говорить об актуальности профилактической работы среди населения по раннему выявлению онкологических заболеваний и раку груди, в частности, излишне.

Значимость проекта основана на необходимости ввести в привычку женщин **ежемесячно** проводить самообследование своей груди, знать симптомы новообразований и своевременно обращаться за медицинской помощью для ранней диагностики онкопатологии молочной железы на стадии, поддающейся полному излечению.

Программа всеобуча состоит из вопросов: обучение самообследованию молочных желез, привитие навыков ежемесячного самоанализа, изучение симптомов первичного проявления, рекомендации по регулярному прохождению медицинских осмотров, профилактика и снижение факторов риска развития рака груди.



## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

На базе профильной медицинской организации инструкторы проекта прошли обучение по программе профилактики рака молочной железы и собрали команду добровольцев. Для наглядности и эффективной практики ассоциация приобрела и раздала участникам навесные модели женской груди. Волонтеров с зелеными чемоданчиками, уже знают и сотрудницы трудовых коллективов, и женское население по месту жительства, учащиеся и преподаватели образовательных учреждений, посетители и персонал медицинских организаций, и даже приглашают провести всеобуч.



С начала 2019 года около **230** участников проекта провели встречи с более **32 тысячами** женщин, из них 1600 подростков. Во время обучения самообследованию женщины часто просят наших специалистов провести первичную диагностику. В 200 случаях обнаружена патология впервые и, к сожалению, в том числе, подтверждены единичные диагнозы онкологии.

«Социальный всеобуч» как формат добровольческой деятельности



## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Особое внимание всеобуча направлено именно на обучение **практическим** навыкам. В проекте по профилактике артериальной гипертензии - это пользование механическим и автоматическим тонометрами, в проекте по профилактике рака груди - самообследование молочных желез.

Целью всеобуча является повышение осведомленности населения, пусть на обывательском уровне (лишь знание, когда нужно бежать к врачу, что является симптомом неблагополучия), но этого вполне достаточно для того, чтобы поменять свою судьбу. Информация, которую мы хотим донести в своей работе, вполне проста:

- **ежедневно** контролировать артериальное давление и принимать назначенные лекарственные препараты;
- **ежемесячно** проводить самообследование молочных желёз, так как рак излечим, но, чем раньше он выявлен, тем лучше он лечится.

На Открытом форуме активных граждан Тюменской области "Мы вместе" презентация проекта вызвала неподдельный интерес участников коммуникативной площадки "Здравоохранение", которые признали, что даже не все медицинские работники умеют правильно проводить самообследование молочных желёз.





## Тюменская региональная общественная организация «Тюменская областная профессиональная сестринская ассоциация»

Следуя тематике конференции «Совершенствуя общество, развиваем себя» нельзя не отметить, что люди, желающие помочь в привлечении внимания к существующим проблемам, есть не только в больших городах, но и в маленьких населенных пунктах, где запущенные случаи заболеваний наиболее часты, так как доступность специальной высококвалифицированной медицинской помощи здесь нещадно мала или вовсе отсутствует.

Добровольцы всеобуча стали более активными, открытыми, уверенными в себе, научились быть организаторами, ораторами и даже педагогами и психологами. Сначала люди очень удивлены, что именно медицинские сестры заботятся об их здоровье. Но, начав разговор, с лиц людей уходит тревожность и напряжение, они понимают, что пришли не читать им лекции и нотации, а именно научить, как себя спасти. Благодарность населения вдохновляет продолжать начатое дело.

Не последнюю роль среди целей общественного движения медицинских сестёр играет повышение статуса среднего медицинского персонала и престижа профессии среди населения и в системе здравоохранения.

«Социальный всеобуч» как формат добровольческой деятельности