



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ ИНГУШЕТИЯ
(МИНОБРНАУКИ ИНГУШЕТИИ)**

ул. Московская, 37, Назрань, 386102, тел.: 22-24-57, e-mail: mori_gov@mail.ru

06.08.2025 № 4031

на № 10459 от 28.07. 2025 г.
№ 10209 от 22.07. 2025

Начальникам отделов
образования муниципальных районов
и городских округов
Республики Ингушетия

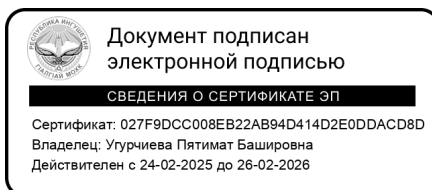
Руководителям организаций
образования Республики Ингушетия

Уважаемые коллеги!

Направляю письма ГБУЗ «РЦОЗ и МП» (далее - Центр) от 28. 07. 2025 года № 324 и от 22. 07. 2025 года № 314 для распространения и опубликования на официальном сайте вверенной организации информационных материалов по профилактическим Неделям, направленным на профилактику заболеваний печени и сохранение здоровья мозга, предоставленных Центром.

Приложение: на 6 л. в 1 экз.

Заместитель министра



П.Б. Угурчиева

РЕСПУБЛИКА ИНГУШЕТИЯ



ГИАЛГАЙ РЕСПУБЛИКА

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»
(ГБУЗ «РЦОЗиМП»)

г. Назрань РИ, ул. Муталиева 37/2, 386102; E-mail medprofilak@mail.ru

Исх. 22.07.2025 № 314

Министру образования и науки
Республики Ингушетия
А-Б. Б. Цороеву

Уважаемый Ахмед-Башир Багаудинович!

В рамках исполнения Плана региональных тематических мероприятий по профилактике заболеваний и поддержке здорового образа жизни, ГБУЗ "Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики" направляет Вам информационные материалы по Всероссийской Неделе, направленной на сохранение здоровья головного мозга (в честь Всемирного дня мозга 22 июля). Данная неделя проходит в регионе с 21 по 27 июля.

Для повышения информированности населения республики о важности сохранении здоровья головного мозга, просим Вас разместить по данной теме информационный материал на официальных сайтах и страницах в социальных сетях подведомственных Вам учреждений.

Приложение на ___ л.

С уважением,
И.о. главного врача

И.Д.Досхоев

Неделя с 21 по 27 июля Министерство здравоохранения Российской Федерации объявлена «Неделей сохранения здоровья головного мозга (в честь Всемирного дня мозга 22 июля)».

- Для сохранения здоровья мозга важно сохранять высокий уровень физической и умственной активности, следить за артериальным давлением и своевременно проходить диспансеризацию и профилактические осмотры.
- Нарушения работы мозга могут быть весьма разнообразными: нервно-мышечные заболевания, эпилепсия, рассеянный склероз, болезнь Паркинсона, различные виды деменций, хроническая ишемия головного мозга и инсульт.
- По данным Всемирной инсультной организации, ежегодно в мире фиксируется более 15 млн случаев инсультов. А в России каждый год более 400 тыс. человек сталкиваются с острыми нарушениями мозгового кровообращения.
- Актуальной проблемой также стало развитие постковидного синдрома у переболевших COVID-19, при котором страдают когнитивные функции, нарушается сон, развиваются головные боли и астения.
- Вероятность постковидного синдрома возрастает с возрастом, и нередко усиливает уже имеющиеся проблемы. При обнаружении симптомов постковидного синдрома следует обратиться к врачу.
- Если человек перенес инсульт, то крайне важно, чтобы он получал терапию, направленную на предупреждение повторных сосудистых событий.
- При наличии умеренных когнитивных расстройств необходимо следить за уровнем артериального давления, холестерина, глюкозы, а также ритмом сердца.

НЕДЕЛЯ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА



ЗАБОЛЕВАНИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА

- инсульт
- нервно-мышечные заболевания
- хроническая ишемия головного мозга
- эпилепсия
- рассеянный склероз
- болезнь Паркинсона
- деменция и др.

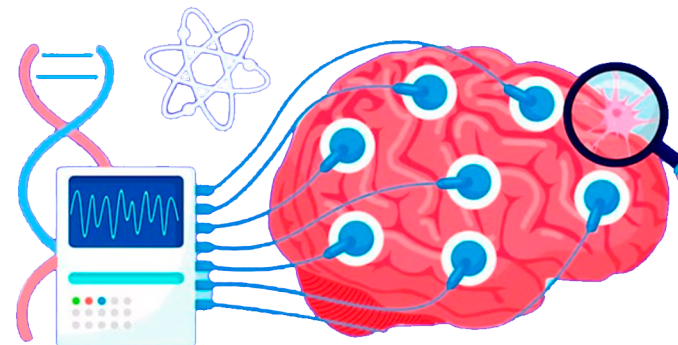


8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU



ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ ГОЛОВНОГО МОЗГА

1. Контролируйте артериальное давление (не выше 140/90 мм рт.ст.)
2. Откажитесь от вредных привычек (курения, употребления алкоголя)
3. Употребляйте не менее 400-500 грамм овощей и фруктов в сутки
4. Поддерживайте оптимальную массу тела
5. Будьте физически активными
6. Сохраняйте высокий уровень умственной активности
7. Проходите профилактические осмотры и диспансеризацию



РЕСПУБЛИКА ИНГУШЕТИЯ



ГИАЛГІАЙ РЕСПУБЛИКА

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»
(ГБУЗ «РЦОЗиМП»)

г. Назрань РИ, ул. Муталиева 37/2, 386102; E-mail medprofilak@mail.ru

Исх. 18.07.2015г. № 324

Министру образования и науки
Республики Ингушетия
А-Б. Б. Цороеву

Уважаемый Ахмед-Башир Багаудинович!

В рамках исполнения Плана региональных тематических мероприятий по профилактике заболеваний и поддержке здорового образа жизни, ГБУЗ "Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики" направляет Вам информационный материал по Неделе, направленной на профилактику заболеваний печени (в честь Международного дня борьбы с гепатитом 28 июля). Данная неделя проходит в регионе с 28 июля по 3 августа.

Для повышения осведомленности населения о механизмах передачи вирусных гепатитов, мерах профилактики, в том числе вакцинации против вирусов, информирования населения о методах профилактики неалкогольной жировой болезни печени, обучения правилам здорового рационального питания, способах и условиях расширения физической активности, просим Вас разместить по данной теме информационный материал на официальных сайтах и страницах в социальных сетях подведомственных Вам учреждений.

Приложение на ____ л.

С уважением,
И.о. главного врача

И.Д.Досхоев

Неделя с 28 июля по 3 августа Министерством здравоохранения Российской Федерации объявлена «Неделей профилактики заболеваний печени (в честь Международного дня борьбы с гепатитом 28 июля)».

Цель данной Недели - повышение осведомленности населения о механизмах передачи вирусных гепатитов, мерах профилактики, в том числе вакцинации против вирусов, информирование населения о методах профилактики неалкогольной жировой болезни печени, обучение правилам здорового рационального питания, способах и условиях расширения физической активности

- Проблема вирусных гепатитов продолжает оставаться крайне актуальной. В основном, это связано с низкой информированностью населения и медицинских работников о методах профилактики передачи инфекции, главным образом, речь идет о недостаточном охвате населения вакцинацией против вирусного гепатита В, особенно в группах риска заражения.

- В свете растущей распространенности ожирения особое внимание следует уделить вопросам неалкогольной жировой болезни печени, ее профилактике, диагностике и лечению. Основные меры профилактики – это рациональное питание и достаточная физическая активность.

- Нельзя обойти стороной и проблему алкогольной болезни печени, особенно принимая во внимание наличие краткого и удобного в применении опросника по оценки вреда употребления алкоголя для здоровья - RUS-AUDIT, внедрение которого в широкую клиническую практику будет способствовать своевременному выявлению опасных для здоровья паттернов употребления алкоголя, проведению кратких мотивационных интервью с такими пациентами.

НЕДЕЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПЕЧЕНИ



Многообразие функций печени определяет ее важный статус в нашем организме

И очень ВАЖНО заботиться о своей печени

Факторы, повреждающие печень



Что я могу сделать для себя



Печень – уникальный, жизненно важный и незаменимый орган человека

К основным ее функциям относятся:

- Метаболическая
- Синтетическая
- Детоксикационная
- Депонирующая
- Секреторная
- Выделительная

