

ЗДОРОВАЯ НАЦИЯ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ БЕЛАРУСИ

(для работников предприятий реального сектора экономики)

Эффективная социальная политика любого государства немыслима без комплекса мер, направленных на укрепление здоровья нации. Являясь неизменной социальной ценностью, оно не может быть компенсировано какими-либо благами иных категорий.

Здоровье людей, социальное и физическое, является той самой основой, которая обеспечит каждому конкретному человеку надлежащее качество жизни, а стране в целом – устойчивый социально-экономический рост.

Поэтому здоровье нации можно рассматривать как некий невещественный капитал государства.

Сегодня уже никто не рассматривает понятие здоровья только лишь как отсутствие физических болезней. Состояние здоровья определяют в динамике и в корреляции с психическим самочувствием, а также с умением противостоять неблагоприятным факторам внешней среды. К последним относятся как стрессовые ситуации, так и экологическая обстановка региона.

Вопросы здоровья и здорового образа жизни людей находятся под особым контролем Президента Республики Беларусь А.Г.Лукашенко.

Общеизвестно его мнение, что «здоровье нации – это забота не только медиков, но и каждого из нас. Без физической активности, занятий спортом не будет здоровых детей, людей, здоровой нации в целом. Внимание государства к этой теме всегда самое пристальное. И прежде всего мы сами должны показывать пример здорового образа жизни, находить в своем графике время для занятий спортом».

Еще в ноябре 2021 г. во время рабочей поездки в г.Могилев Александр Григорьевич Лукашенко дал **рекомендации белорусам по ведению здорового образа жизни:**

не бросаться на импортные продукты, а отдавать предпочтение белорусским;

особое внимание уделить физкультуре и спорту, заниматься активными видами спорта, желательна на свежем воздухе;

активнее приобретать земельные участки за пределами больших

городов.

Здоровье любой нации – это залог ее устойчивого развития и процветания. В этой связи построение общедоступной и эффективной системы здравоохранения является важнейшим приоритетом государственной политики.

Сохранение и укрепление здоровья граждан – стратегическая задача Беларуси

В Республике Беларусь последовательно реализуется комплексная государственная политика в сфере здравоохранения, главными составляющими которой являются: обеспечение устойчивого финансирования системы здравоохранения, развитие современной медицинской инфраструктуры и, как следствие, повышение доступности качественной медицинской помощи для всех слоев населения.

Благодаря активной поддержке Главы государства и Правительства, в стране создаются все необходимые условия для формирования здорового общества.

На протяжении последних лет система здравоохранения стабильно функционирует, сохраняя свой **государственный характер с бюджетным финансированием**. Из государственной казны на здравоохранение выделяется около 5,0% от валового внутреннего продукта, что соответствует пороговому значению индикатора социальной безопасности, предусмотренному Концепцией национальной безопасности Республики Беларусь (4,0%).

Справочно:

В минувшем году медицинскую помощь населению республики оказывали 41 467 врачей, 111 448 средних медицинских работников, 533 больничные и 1 394 амбулаторно-поликлинические организации.

На 10 тыс. белорусов в 2024 году приходилось 45,5 практикующих врачей (этот показатель выше, чем в Швейцарии, Болгарии, Литве, Исландии) и 122,3 средних медицинских работника (это больше, чем в Нидерландах, Австрии, Исландии и Швейцарии).

В целях нивелирования различий и обеспечения равного доступа к медицинскому обслуживанию для всех граждан, независимо от их места жительства, в республике действуют **государственные социальные стандарты в здравоохранении**.

Полностью выполнены нормативы обеспеченности врачами первичного звена, больничными койками, аптеками, бригадами скорой медицинской помощи. Все амбулатории, участковые больницы и больницы сестринского ухода в республике в полном объеме обеспечены специальными автомобилями «медицинская помощь». Только в прошлом году с целью обновления автопарка **закуплено**

284 автомобиля скорой медицинской помощи отечественного производства.

С 2025 года система государственных социальных стандартов в здравоохранении дополнена **двумя новыми нормативами**:

доля организаций здравоохранения, оказывающих медицинскую помощь с применением телемедицинских технологий – 100%.

обеспеченность межрайонными (межрегиональными) центрами, оказывающими населению специализированную медицинскую помощь – не менее двух центров на область. Сегодня в республике успешно функционируют 14 таких центров.

Укрепление материально-технической базы и модернизация медицинской инфраструктуры остается ключевым фактором повышения доступности и качества медицинского обслуживания в стране и направлено на создание оптимальных условий как для медицинского персонала, так и для пациентов.

В 2024 году введены в эксплуатацию 25 объектов здравоохранения. Строительные работы в 2025 году в рамках Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021–2025 годы проводятся на 166 объектах амбулаторно-поликлинических, больничных и иных организаций здравоохранения.

Справочно:

*В государственную инвестиционную программу на 2025 год включены два стратегических объекта, в которых оказывается помощь нашему будущему поколению и учреждение, где проходят восстановление лечение пациенты из всех регионов республики, в том числе после проведения высокотехнологичных операций – это **РНПЦ детской онкологии, иммунологии и гематологии и Республиканская клиническая больница медицинской реабилитации**.*

Укрепление материально-технической базы включает в себя не только модернизацию существующих объектов здравоохранения и строительство новых – от сельских до крупных областных и городских учреждений, но и обеспечение самым современным оборудованием и медикаментами.

Создание комфортных условий для жизни и качественной медицины в сельской местности также остается приоритетным направлением – ведь это прямой путь к развитию регионов и сохранению демографического потенциала Беларуси.

Организация системы здравоохранения в нашей стране предполагает ориентацию на обеспечение доступности медицинского и лекарственного обслуживания для всех слоев населения, развитие профилактических мер, особую поддержку здоровья уязвимых групп населения, обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия,

а также формирование здоровьесберегающих привычек. Система здравоохранения, функционирующая в Беларуси, соответствует высоким международным стандартам организации медицинской помощи. Это подтверждается и данными Института социологии Национальной академии наук Беларуси, который на постоянной основе изучает мнение населения по вопросам работы системы здравоохранения

Вот некоторые **результаты опроса, проведенного в IV квартале 2024 г. – I квартале 2025 г.** во всех областных центрах Республики Беларусь и г.Минске, отдельных районных городах и сельских населенных пунктах.

По результатам исследования большинство белорусов (83,0%) утверждают, что **здоровье зависит от выбранного человеком образа жизни**. Это комплексная составляющая, которая включает качество питания, спортивную активность и отказ от вредных привычек. Каждый второй опрошенный (53,8%) отметил влияние на состояние здоровья окружающей среды и экологии, практически в каждом втором случае (47,1%) участники исследования указали наследственность в качестве фактора, формирующего физическое и психическое благополучие. Качество получаемых медицинских услуг для 40,7% населения страны также выступает важной детерминантой в поддержании состояния здоровья.

По результатам опроса большинство респондентов (91,9%) положительно оценили работу аптечных киосков. На второй позиции – деятельность скорой медицинской помощи (72,9%). Также высокую оценку респондентов получила работа поликлиник и фельдшерско-акушерских пунктов (72,8%), при этом практически каждый пятый (17,8%) высказался о ней отрицательно.

Функционирование больниц положительно оценивают 60,5% белорусов, затрудняется ответить каждый третий (29,7%).

Ответственность за сохранение, укрепление и поддержание состояния здоровья – персональная ответственность взрослого сознательного человека. Забота о нем, по мнению участников опроса, проявляется, в первую очередь, в самостоятельной организации подвижного образа жизни (52,4%) и рациона питания (43,0%). Также в качестве перспективных способов поддержания здоровья население страны отмечает прием препаратов, повышающих иммунитет (37,8%), регулярное прохождение медосмотров (36,9%), избегание вредных привычек (35,1%). Кроме того, респондентами указываются занятия физкультурой, спортом, закаливанием (31,4%), соблюдение режима дня (24,2%), контроль психоэмоционального состояния (21,7%). При этом, 6,3% опрошенных признались, что ничего не делают для заботы о

собственном здоровье

Справочно:

По данным выборочного обследования домашних хозяйств по уровню жизни на начало 2025 г. (население в возрасте 16 лет и старше) 93,5% населения (мужчины – 93,8%, женщины – 93,5%) оценили состояние своего здоровья как «хорошее» или «удовлетворительное».

Физическими упражнениями или спортом занимаются 30,3% населения (мужчины – 27,2%, женщины – 32,3%). У молодежи в возрасте от 16 до 29 лет это число составляет 58,7%.

Формирование здорового образа жизни в Беларуси

Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов. Такое определение здоровья приводится в преамбуле к Уставу Всемирной организации здравоохранения.

Поэтому в нашем обществе всемерно поддерживается стремление граждан к ведению здорового образа жизни, заботе о своем здоровье. Повсеместно проводится планомерная работа созданию здоровых и безопасных условий труда и отдыха жителей страны, развитию сферы физической культуры и спорта.

Справочно:

В Республике Беларусь на начало 2025 года функционировало более 23 тыс. физкультурно-спортивных сооружений, в том числе 151 стадион, 56 спортивных манежей, 383 плавательных бассейна, 4 523 спортивных зала, 407 открытых теннисных кортов, 330 хоккейных коробок, 542 стрелковых тира.

В республике сложилась и функционирует **система физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых и туристских мероприятий**. За последнее десятилетие **количество проводимых республиканских физкультурно-оздоровительных мероприятий выросло в два раза**. Ежегодно увеличивается и количество областных, городских, районных спортивно-массовых мероприятий.

Среди **физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий**, проводимых Министерством спорта и туризма, «брендовыми» стали ежегодный «Минский полумарафон» (г.Минск), республиканский фестиваль бега «Языльская десятка» (г.Старые Дороги), «Брагинская десятка» (г.п.Брагин), международный Осиповичский марафон (г.Осиповичи), фестиваль бега в День города (г.Новополоцк) и др.

Формированию здорового образа жизни в значительной степени способствует **туризм**. Санаторно-курортное лечение занимает лидирующую позицию по туризму у белорусов внутри страны.

По данным Белстата, в санаторно-курортных, оздоровительных организациях и других специализированных средствах размещения **в 2024 году** всего отдохнули более 1,1 млн человек (+7,3% к 2023 году), в том числе 80,2% белорусских граждан и 19,8% иностранцев.

В 75 белорусских санаториях оздоровились 571,8 тыс. человек (+5,4% к 2023 году), из них 68,2% граждан Беларуси и 31,8% иностранных граждан из 157 стран мира.

В I квартале 2025 г. система санаторно-курортного лечения и оздоровления отработала с положительным результатом, с динамикой. То есть все социальные проекты государственных программ в том числе были выполнены.

По информации Республиканского центра по оздоровлению и санаторно-курортному лечению населения, в этом году оздоровление в детских лагерях различного типа пройдут около 400 тыс. детей.

Справочно:

Будут работать около 6 тыс. лагерей, из них 1,5 тыс. – с круглосуточным пребыванием и около 4,5 тыс. – с дневным пребыванием.

Средняя стоимость путевки в круглосуточный лагерь составит около 675 белорусских рублей, дотация – 285 белорусских рублей, то есть она покрывает более 40% стоимости путевки.

В лагерях с дневным пребыванием средняя расчетная стоимость составит 145 белорусских рублей, дотация – 120 белорусских рублей.

В 2024 году 1,7 млн граждан Беларуси путешествовали по турам в пределах страны, при этом в однодневных туристических поездках (экскурсиях) побывали 1,6 млн человек.

На конец 2024 года в Беларуси туристическую деятельность осуществляли 1108 организаций, в прошедшем году их услугами воспользовались 2,7 млн организованных туристов и экскурсантов, в том числе 882 тыс. туристов и 1,8 млн экскурсантов.

По данным Министерства по налогам и сборам, в 2024 году число субъектов агроэкотуризма составило 1408 единиц, их услугами воспользовалось 427,6 тыс. человек, из них 413,6 тыс. граждан Беларуси.

Одним из основных направлений формирования здорового образа жизни является проводимая в Беларуси **последовательная государственная политика, направленная на предупреждение и преодоление пьянства и алкоголизма.**

По свежим данным, опубликованным Всемирной организацией здравоохранения, в рейтинге стран по уровню потребления алкоголя (по данным 2025 г.) лидируют Румыния (17 л на душу населения), Грузия (14,3 л) и Чехия (13,3 л).

Беларусь (10,9 л) расположилась на 21 позиции. Наши соседи – Польша и страны Балтии – «пьют» больше нас, но среди стран СНГ – это худшая позиция (*Россия располагается на 29-й позиции, 10,4 л*).

С целью освещения в СМИ работы, направленной на предупреждение потребления населением алкоголя, а также формирования у населения знаний о вредных последствиях его потребления только за 2024 год работниками организаций здравоохранения проведено более 15 000 мероприятий (*круглых столов, диалоговых площадок, родительских собраний, лекций, встреч и т.п.*) с охватом более 120 000 человек, направленных на профилактику зависимостей и пропаганду здорового образа жизни.

Важным стало проведение республиканских («Сильные духом!», «Забота» и др.) и региональных («Будущее с нами!», «Гомельский полумарафон!», «Спорт для настоящих мужчин» и др.) профилактических проектов и акций. Во всех регионах работают антинаркотические площадки с использованием интерактивных наглядных пособий, виртуальной среды для формирования у несовершеннолетних приверженности к здоровому образу жизни, обучению навыкам сопротивления деструктивному влиянию среды.

Как результат проводимой работы **наблюдается ежегодное стабильное снижение потребления алкоголя** населением и, соответственно, числа пациентов с алкогольной зависимостью. Кроме того, показатель отравлений алкоголем со смертельным исходом снизился более чем на 20% за последние пять лет. Снижение числа преступлений и правонарушений, совершенных в состоянии алкогольного опьянения, также свидетельствует об улучшении ситуации в обществе и эффективности мер по профилактике пьянства и алкоголизма.

Справочно:

В рамках Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021-2025 гг. реализуется подпрограмма 3 «Предупреждение и преодоление пьянства и алкоголизма, охрана психического здоровья», ожидаемыми результатами реализации которой должны стать:

снижение потребления алкоголя до 9,8 л на душу населения в возрасте 15 лет и старше;

увеличение охвата реабилитационными мероприятиями лиц, страдающих зависимостью от психоактивных веществ, до 10%;

снижение смертности от суицидов до 16,8 случая на 100 тыс. человек.

Еще одной из значимых инвестиций в собственное здоровье человека является **правильное питание**. Выбирая здоровое питание, мы выбираем здоровье и активное долголетие. Главное на пути к

здоровому питанию – сделать первый шаг и продержаться не менее одного месяца, которого обычно достаточно для формирования любой привычки.

Справочно:

Некоторые советы на каждый день от экспертов в области здорового питания:

1. Контролируйте баланс калорий и объем съеденного. Вес увеличивается, когда организм получает с пищей больше энергии, чем ему требуется.

2. Питайтесь регулярно. Ешьте не реже трех раз в день.

3. Следите за разнообразием питания. Однообразная еда лишает Вас удовольствия и не обеспечивает организм всеми необходимыми питательными веществами: белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы.

4. Овощи и фрукты – каждый день. В день на обед и на ужин – 400 г овощей (картофель не в счёт!).

5. Ограничьте сахар. Сладости вызывают чувство быстрого, но краткосрочного насыщения, нельзя заменять ими завтрак, обед, ужин.

6. Не «пейте» калории: сок, газировку, чай и кофе с сахаром.

7. Скажите «НЕТ» полуфабрикатам, фаст-фуду, колбасам, сосискам. Эти продукты содержат в своем составе более 30% «скрытого» жира.

8. Составляйте меню на неделю.

9. Делайте «умный» шоппинг.

10. Сервируйте стол, создавайте приятную обстановку для приема пищи вместе с семьей и друзьями.

Здоровое питание неразрывно связано с **безопасностью и качеством пищевых продуктов**. В этой связи в республике большое внимание уделяется государственному контролю (надзору) за обеспечением качества и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов для взрослого и детского населения. Подтверждением является востребованность белорусских продуктов (например, мясных и молочных, кондитерских изделий, детского питания) на мировом рынке из-за высокого качества.

Высокое качество белорусских продуктов питания – это важнейшая составляющая национального продовольственного бренда.

Благоприятная окружающая среда – важнейшее условие сохранения здоровья человека.

2025 год в нашей стране – Год благоустройства, дал старт пятилетке качества и предусматривает комплекс мероприятий, направленных на создание и поддержание удобной, безопасной, современной и эстетически организованной среды жизнедеятельности людей.

Республика Беларусь – одна из самых зеленых стран мира. Озеленение для нас – это не разовый проект, а стремление сделать свою Родину красивее и чище. **Уровень озеленения** практически всех населенных пунктов Беларуси **превышает установленный мировой норматив** (40% площади населенного пункта). Каждый год в Беларуси проводится немало акций, в которых участвуют неравнодушные люди (например, общереспубликанская акция «Дай лесу новое жыццё», кампания Минлесхоза «ЛЕС! ДАБРО! ПАРАДАК!» и др.)

В 2024 году в мировом рейтинге по **индексу экологической эффективности** (EPI, *Environmental Performance Index*) Беларусь поднялась на **32-е место** из 180 стран мира, опережая все страны ЕАЭС (Казахстан – на 72-м месте, Российская Федерация – 83, Армения – 94, Кыргызстан – 105), а также такие государства, как США (35-е место), ОАЭ (53-е место), Израиль (70-е место) и др.

Успехи в экологической сфере подтверждаются данными мониторинга окружающей среды, свидетельствующими о стабильной экологической обстановке в стране. **Индекс качества воздуха в населенных пунктах оценивается в основном как очень хороший, хороший и умеренный.**

Охрана водных ресурсов – еще одно приоритетное направление государственной политики в целях обеспечения экологически благоприятных условий для жизнедеятельности граждан.

Вода – национальное достояние во всех странах мира. В то же время – источник жизни и важнейший компонент человеческого организма. Показатель обеспеченности водными ресурсами в Республике Беларусь находится на уровне средневропейского значения (6,2 тыс. м³ воды в год на душу населения), что значительно выше, чем в некоторых сопредельных странах (Польша, Украина).

Справочно:

На территории Беларуси насчитывается более 20 тыс. водотоков и более 10 тыс. озер, для дополнительного накопления (аккумуляции) воды создано около 6 000 прудов, а также 87 водохранилищ сезонного регулирования. Общая площадь земель под водными объектами составляет 4,6 тыс. км² или 2,2% территории страны.

Общие запасы (объемы) водных ресурсов в стране составляют 61,185 млрд м³, в том числе подземных вод – 2,3 млрд м³ и поверхностных вод – 58,885 млрд м³. Используется лишь малая их часть.

Качество питьевой воды – главный показатель заботы государства о своих гражданах. И в этом граждане Беларуси смогли убедиться в январе 2025 г.

Настоящим событием для нашей страны стал перевод г.Минска полностью на водоснабжение из подземных источников. Артезианская вода считается одной из самых чистых и полезных, так как добывается глубоко под землей, где на нее нет никакого внешнего воздействия. А чистая вода – это не только вкусно, но и полезно.

Справочно:

*Так, в рейтинге по индексу экологической эффективности одним из главных показателей при оценке является качество питьевой воды. В 2024 году **Беларусь по качеству питьевой воды заняла 39-е место**, обогнав своих соседей Польшу, Литву и Украину, а также такие страны, как Чехия, Болгария, Венгрия.*

На обеспечение потребителей качественной питьевой водой направлены и другие мероприятия. В частности, с 2016 года на территории Беларуси построено 1 432 станции обезжелезивания воды, пробурена 71 скважина, выполнено переподключение 91 населенного пункта к централизованным системам водоснабжения с водой питьевого качества. На 2025 год запланировано строительство еще 250 станций обезжелезивания воды преимущественно в малых населенных пунктах.

Белорусская система здравоохранения демонстрирует высокие результаты в области охраны здоровья населения, что подтверждается не только внутренними показателями эффективности, но и признанием на международном уровне, свидетельствуя о правильности выбранных направлений развития отрасли.

Республика Беларусь **в области здравоохранения и социального развития** находится **69-м месте** среди 193 стран по Индексу человеческого развития в 2022 году (доклад Программы Развития ООН 2023/2024).

Мы с гордостью занимаем позицию **в числе государств с очень высоким уровнем развития**, что открывает новые горизонты для роста и улучшения качества жизни населения.

В основе процветания нашего государства лежит здоровье его граждан – бесценный ресурс и главная ценность. Проводимая государственная политика в сфере здравоохранения, усилия всего белорусского медицинского сообщества и личный вклад каждого человека в сохранение и укрепление своего здоровья, соблюдение принципа здорового образа жизни в семье и обществе являются тем самым фундаментом, на котором строится здоровое, сильное и независимое белорусское государство.