

# Как на предприятиях Свердловской области заботятся о здоровье сотрудников

## С ЗАБОТОЙ О СОТРУДНИКАХ

Корпоративные программы сохранения здоровья направлены на профилактику хронических неинфекционных заболеваний, снижение рисков их развития, раннее выявление болезней, а также на формирование здорового образа жизни работающих граждан. По итогам 1 квартала 2026 года на территории Свердловской области внедрено 354 корпоративные программы. Основная их часть реализуется в сфере образования и промышленности. Мероприятиями по укреплению здоровья охвачено 285 000 свердловчан.

Используя системный подход, можно создать рабочее место, которое будет способствовать благополучию каждого сотрудника в отдельности и компании в целом. Речь идет не только о ЗОЖ или об условиях труда, но и о психологическом благополучии и профилактике стресса, что особенно актуально в наши дни.

Часть компаний выбирает корпоративные программы, которые направлены на профилактику конкретных заболеваний, например, на профилактику заболеваний сердечно-сосудистой системы. Но большинство все-таки останавливают свой выбор на комплексных мероприятиях. И очень важно, чтобы корпоративные программы на предприятиях были многообразны, адаптированы для каждого коллектива.

Важно создавать условия для вовлечения сотрудников в программы укрепления здоровья: предусматривать системы поощрения и признания достижений. Например, предоставление отгулов за участие в соревнованиях или бесплатное посещение спортивного зала.

Некоторые работодатели поощряют сотрудников за отказ от вредных привычек.

## ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

Ответственные работодатели уделяют внимание физической активности и здоровому питанию. На крупных предприятиях создаются условия, чтобы сотрудники имели возможность соблюдать питьевой режим, больше двигаться и полезно и вкусно обедать. Это не только наличие столовых, но и различные льготы для оплаты здорового обеда.

Ряд предприятий организует также безалкогольные корпоративы. Вместо застолья выбирают активные занятия на природе, сплавы, квизы и мастер-классы. И это не требует больших финансовых вложений.

Также в коллективах довольно популярны Дни здоровья, в рамках которых проводятся скрининги, тематические лекции и мастер-классы с приглашенными специалистами.

Хороший пример того, как можно следить за здоровьем, подают медицинские работники.

Несмотря на высокую нагрузку, они находят время на то, чтобы заниматься своим здоровьем. Организуют различные соревнования, которые дают хорошие результаты и помогают мотивировать коллег. Например, одна из участниц марафона стройности потеряла за 3,5 месяца почти 16 килограммов. А Фестиваль спорта «Медицинские игры: сила в здоровье!» объединил 2500 медиков со всей Свердловской области и продемонстрировал тезис «Начни с себя» в отношении сохранения здоровья.

Работодателями также реализуются практики, ориентированные на укрепление ментального здоровья, сохранение качества зрения, повышение приверженности работников регулярным профилактическим осмотрам и диспансеризации, что является одним из наиболее эффективных инструментов с точки зрения медицинской профилактики.

#### **«ДОБРО НА ПРЕДПРИЯТИЕ»**

Диспансеризация – важная часть заботы о здоровье. Чтобы сделать ее еще более доступной, в Свердловской области с 2023 года действует программа «Добро на предприятие». Она существует в двух разных формах.

Первая форма – выездная. Медицинская мобильная бригада выезжает прямо на предприятие. Включая передвижной маммограф, флюорограф, фельдшерско-акушерский пункт. Такой формат диспансеризации подходит для тех организаций, в которых диспансеризацию проходят более 100 человек.

Второй формат – «Зеленый коридор» – предусматривает организацию комплекса обследования сотрудников предприятий на базе поликлиники в будний день или в субботу в назначенное время без очередей в течение одного дня.

За период с 2023 по 2025 год почти в 50 раз увеличилось количество предприятий-участников программы. В 2025 году по результатам первого этапа профилактических мероприятий 53 467 человек были направлены на второй этап диспансеризации.

Чаще всего выявлялись заболевания системы кровообращения – 32 311 человек. Онкологические заболевания были обнаружены у 1 128 человек. Сахарный диабет был выявлен у 4 883 человек, а болезни органов дыхания выявлены у 3 979 свердловчан.

С целью приближения помощи к работающим Центрами здоровья для взрослых осуществляется ряд профилактических программ. Среди них выездные мероприятия с проведением обследования, вакцинация, разработка индивидуальных программ по ведению ЗОЖ, А также групповые профилактические консультации по вопросам ведения здорового образа жизни и правилам оказания первой медицинской помощи.

В Свердловской области стартовало региональное движение «За медицину здорового долголетия», которое ориентировано на раннее выявление предрисков, профилактику заболеваний и замедление процессов преждевременного старения. В рамках движения планируется открытие центров медицины здорового долголетия, где обследование свердловчан трудоспособного возраста будет осуществляться в два этапа и предусматривать комплексную оценку биологического возраста, а при необходимости углубленные исследования механизмов старения с составлением индивидуальных рекомендаций по коррекции факторов, ускоряющих старение.

Новое движение в комплексе с внедрением корпоративных программ укрепления здоровья на предприятиях станет надежным фундаментом для поддержки трудового долголетия свердловчан.