КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ
Группа СОВКОМБАНК

ШКОЛЫ ЗДОРОВЬЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

Школы здоровья – это профилактический раздел работы в амбулаторном звене. Они существовали еще в советское время, и теперь снова возрождаются. Чем занимаются Школы здоровья и что они дают пациентам, разъясняют эксперты АСП ООО «Капитал МС»-Филила в Нижегородской области



27 августа 2026 года в Министерстве здравоохранения Нижегородской области подписано четырехстороннее Соглашение о взаимодействии при реализации проекта по индивидуальному информационному сопровождению пациентов с хроническими неинфекционными заболеваниями и факторами риска их развития, проходящих обучение в Школах здоровья.

В церемонии подписания приняли участие Генеральный директор ООО «Капитал Медицинское Страхование» Надежда Ивановна Гришина, Министр здравоохранения Нижегородской области Галина Васильевна Михайлова, Директор Территориального фонда обязательного медицинского страхования Нижегородской области Оксана Вячеславовна Шумаева и главный врач ГБУЗ НО «Городская поликлиника № 4 Канавинского района Нижнего Новгорода» Инна Александровна Пудова.

Проект запускается по инициативе ООО АСП «Капитал МС» – Филиала в Нижегородской области. Основная задача страховой медицинской организации – обеспечить адресное информационное сопровождение застрахованных граждан на всех этапах обучения в Школах здоровья.

На базе ГБУЗ НО «Городская поликлиника №4 Канавинского района Нижнего Новгорода» организована работа 13 Школ здоровья по 8 основным направлениям. В их числе Школы для пациентов с хроническими неинфекционными заболеваниями и Школы здорового образа жизни для всех остальных. Например, есть Школы по заболеваниям сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы (бронхиальная астма и ХОБЛ), пищеварительной система (гастриты и язва), хронической болезни почек. Для здоровых людей предусмотрены Школа активного долголетия, Школа для пациентов с избыточной массой тела и ожирением.

Занятия проводятся как теоретические, так и практические. На теоретических занятиях дается вводная информация о заболевании, по которому пациенты наблюдаются. Практическая часть – это ЛФК и физиолечение. На групповых ЛФК инструктор учитывает также ограничения каждого пациента, связанные с другими заболеваниями, и может индивидуально корректировать упражнения. Для пациентов с бронхиальной астмой предусмотрено физиолечение в соляной пещере. Есть релакс-комната для борьбы со стрессом, где пациенты в течение 30 минут могут расслабиться по специальным методикам.

Занятия проводятся в видеоконференцзале поликлиники, где врачи на большом экране показывают видеопрезентации по теме Школы. Визуализировать информацию помогают муляжи разных органов – сердца, почки, легкого, на которых врач может наглядно показать, что это за орган и как он работает. Так, в Школе сахарного диабета на муляже диабетической стопы специалист показывает, какие осложнения могут настигнуть человека с сахарным диабетом и как их избежать.

Школы здоровья закрывают потребность в информации, которую в силу ограниченного времени приема врач не успевает донести до пациента за 15 минут приема. Такие Школы очень актуальны для пациентов, которым недавно поставили диагноз хронического заболевания, на занятиях Школы врачи отвечают на все вопросы пациентов по заболеванию.

Школы интересны и тем пациентам, которые уже несколько лет состоят на диспансерном наблюдении – с годами многие рекомендации обновляются, появляются новые методы лечения и профилактики.

На занятиях Школ проводится и обучение родственников пациентов, с тем, чтобы они могли помочь своему близкому. Например, родственники пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями и сахарным диабетом самые активные слушатели Школы.

Школы здоровья работают в рамках ОМС. Их могут посещать пациенты с профильными заболеваниями. По показаниям врача пациент может проходить несколько Школ по разным заболеваниям. А те, кто не имеет хронических заболеваний, может посещать Школу здорового долголетия и Школу для людей с избыточной массой тела, где мы показываем, как важно работать с факторами риска.

Школа активного долголетия – новый проект, рассчитанный на молодых пациентов. Пациенты узнают, чем опасны алкоголь, курение, вредные пищевые привычки, о правильном питании, физической активности, о том как минимизировать последствия стресса. Работа со стрессом очень важна, ведь он является фактором риска развития различных заболеваний. Совсем исключить стресс у городского жителя нереально, но есть методики и техники, которые помогают справляться со стрессовыми моментами. Например, ароматерапия, дыхательная гимнастика, которые можно проводить и дома на постоянной основе. Каждый пациент выбирает тот метод, который ему ближе.

В Школе для пациентов с избыточным весом учат высчитывать по формуле индекс массы тела и узнавать, в каком диапазоне он находится, и тому, как правильно достичь нужного веса.

Каждая Школа рассчитана на 10 человек, поскольку это оптимальное количество слушателей, чтобы доктор мог ответить на все вопросы. Курс состоит из 3-5 занятий длительностью по 45 минут. Для более полного усвоения информации о заболевании в конце занятий проводятся различные викторины.

Школу каждого вида можно пройти раз в год, но пациенты нуждаются в том, чтобы проходить ее чаще, поскольку медицинские методики совершенствуются, обновляются клинические рекомендации, меняются принципы профилактики и врачи совершенствуют свои знания. Вопрос о более частом проведении Школ по заболеваниям активно обсуждается специалистами отрасли.

Бонусом для возрастных слушателей Школ здоровья является само общение. Люди пенсионного возраста после занятий в Школе продолжают общаться и дружить, и это тоже дает положительный эмоционально–психологический, а значит и оздоравливающий эффект.

С расписанием работы Школ здоровья можно ознакомиться на сайте поликлиники. Записаться можно на сайте, по телефону, на приеме у врача, при личном обращении в поликлинику у администратора.

Представители «Капитал МС» всегда на связи с вами:
8-800-100-81-01/02 круглосуточно, звонок бесплатный,
сайт: www.kapmed.ru

Представители «Капитал МС» всегда рядом с вами:
– Консультации круглосуточно
– Помощь в выборе медицинской организации и врача
– Экспертиза качества, объемов, сроков и условий предоставления медицинской помощи
– Разрешение конфликтных ситуаций при отказах в бесплатной медицинской помощи

Задайте вопрос специалисту:
– на сайте www. KAPMED.ru
– пишите, электронная почта: oms.n-novgorod@kapmed.ru
– звоните в круглосуточный региональный контакт-центр 8-800-100-81-01/02 бесплатно для звонков по России
АСП ООО «Капитал МС» – филиала в Нижегородской области на ул. Белинского, 32, оф.108

Лицензия ЦБ РФ ОС №3676-01. На правах рекламы

ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ ВМЕСТЕ С «КАПИТАЛ МС»

Телефон федеральной круглосуточной, бесплатной «горячей линии» 8-800-100-81-01/02

Телефоны контакт-центра: 439-48-35, 439-50-29, 439-48-51