

## ІНФОРМАЦІЙНИЙ ЛИСТ

про нововведення в системі охорони здоров'я

**Напрямок впровадження:** Геронтологія і Геріатрія

**Підстава:**

1. Рецензія член-кор. НАН України, акад. НАМН України, завідувача відділу токсикології ДУ “Інститут медицини праці ім. Ю. І. Кундієва НАМН України”, д. мед. н., професора І. М. Трахтенберга.
2. Рішення Проблемної Комісії “Геронтологія та геріатрія” протокол № 5 від 07.12.2021р.

---

### ЗАСТОСУВАННЯ ПРЕВЕНТИВНОЇ ОЦІНКИ РІВНЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ЗА ОНЛАЙН-МОНІТОРИНГОМ «ПАСПОРТ ЗДОРОВ'Я» ДЛЯ ПРОФЕСІЙНО-ТРУДОВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID

**Автори:**

д. мед. н. О. А. Поляков, к. мед. н. О. С. Томаревська, д. біол. н. Н. О. Прокопенко

**Установа розробник:**

ДУ “Інститут геронтології ім. Д.Ф. Чеботарьова НАМН України”

Київ – 2021

---

Поляков О. А. Застосування превентивної оцінки рівня здоров'я людини за онлайн-моніторингом «Паспорт здоров'я» для професійно-трудової реабілітації населення в умовах пандемії COVID [Електронний ресурс]: інформаційний лист / О. А. Поляков, О. С. Томаревська, Н. О. Прокопенко. – Київ: ДУ “Інститут геронтології ім. Д.Ф. Чеботарьова НАМН України”. – 2021. – 4 с.– Режим доступу: <http://www.geront.kiev.ua/info-letters/>

---

**Суть впровадження:** спосіб превентивної оцінки рівня здоров'я людини за онлайн-моніторингом «паспорт здоров'я» для професійно-трудової реабілітації населення в умовах пандемії COVID.

Пропонується для впровадження в практичну роботу лікувально-профілактичних установ, сімейних лікарів, терапевтів, геріатрів, фельдшерів та медичних сестер, і застосування способу превентивної оцінки рівня здоров'я людини за онлайн-моніторингом «паспорт здоров'я» для професійно-трудової реабілітації населення в умовах пандемії COVID.

Інформаційний лист створено на основі проведеної авторами науково-дослідної роботи «Обґрунтування системи моніторингу здоров'я за показниками працездатності людини для імплементації професійно-трудової реабілітації щодо управління громадським здоров'ям», № держреєстрації 0118U100226, термін виконання 2019-2021 рр.

За епідемічними даними ВОЗ змінені режими та умови праці, які продиктовані протиепідемічними заходами в умовах пандемії COVID, можуть викликати хибні дії та провокувати розвиток серцево-судинних катастроф, що призводить до передчасної смерті від неінфекційних хвороб. Зростання відсотка працівників старшого віку, вікове зниження працездатності людини, зниження оптимального рівня фізичної активності, поява нових видів робочих місць – гібридних, онлайн, пристосування до змін умов робочого місця, дистанційного навчання, перенавчання обумовлює актуальність експрес оцінки рівня здоров'я людини за даними онлайн-моніторингу «Паспорт здоров'я» в умовах пандемії COVID. Інтегральний підхід до оцінки рівня здоров'я людини в умовах пандемії повинен складатися із простих інструментів, які не збільшують економічний та ресурсний тягар на локальну і національну систему охорони здоров'я України. Все це враховує онлайн-моніторинг «Паспорт здоров'я».

Пропонується спосіб автоматичної превентивної оцінки за допомогою онлайн моніторингу «Паспорт здоров'я», доступ за QR кодом або посиланням <https://forms.gle/Q5qUWZdmRyd9GDoQ7>. Послідовно реєструють вік, професійні, соціальні та демографічні параметри, оцінюють пам'ять та увагу, схуднення, апетит, обізнаність щодо рівня цукру в крові натщесерце, фізичну, когнітивну та соціальні активності, слух та зір, пам'ять, увагу, ясність мислення, фізичні та функціональні можливості, статичне балансування (на лівій нозі із заплющеними очима), результати дихальних проб, повсякденну активність, професійну зайнятість, навички, антропометричні дані, артеріальний тиск (та медикаментозні корекції), м'язову силу кисті рук, життєву ємність легень, анамнез щодо захворювання та вакцинації проти COVID. Після занотованих відповідей на всі питання стосовно свого здоров'я, автоматично за допомогою Google Form обраховуються отримані бали за результатами відповідей на 21 ключове питання і

оцінюється сукупність значень. Далі програма миттєво надає результат та керівництво до дій відповідно до розробленої шкали: 1й рівень менше 6 балів – існує потреба у медико-соціальної допомозі, пасивна рухова активність або пасивні рухи; 2й рівень 7 – 14 балів - вимагає активної реабілітації та більш детальної діагностики стану свого здоров'я, легка фізична активність, дихальні вправи для відновлення уваги, ясності мислення; 3й рівень 15 – 16 балів - потрібно детально проконсультуватися у лікаря, особливу увагу приділити фізичній активності, дихальним вправам для відновлення здоров'я, відновлення уважності і ясності мислення; 4й рівень 17 – 19 балів - потрібно гармонізувати режим відпочинку і роботи, потрібні фізичні тренування, виконання дихальних вправ задля відновлення уваги, ясності мислення; 5й рівень 20 - 21 балів - ви цілком здорові, не слід забувати про активні фізичні тренування та дихальні вправи задля відмінної уваги. Результати дослідження, за допомогою сервісу електронної пошти, миттєво одержують, як потенційний пацієнт, так і сімейний лікар або поліклінічне відділення. Отримані результати для лікаря автоматично фіксуються в електронній таблиці. Це допомагає ефективно обумовити цільовий відбір для першої черги надання допомоги та спланувати час для пацієнтів, які потребують консультацій, діагностики та лікування чи медико-соціальної допомоги в умовах пандемії. Надійність запропонованого методу достатня так, як коефіцієнт альфа Кронбаха понад 0,7.

Таким чином при обстеженні 837 осіб усіх вікових груп отримано відсотковий розподіл відповідно до шкали: 1й рівень – 0,12 %, 2й рівень – 20,55 %, 3й рівень – 28,20 %, 4й рівень – 42,89 %, 5й рівень у 8,24 % осіб. Відповідно було зекономлено 1674 робочі години, дослідження охопило всі регіони України, міський та сільський сектор домогосподарств.

Застосування способу превентивної оцінки рівня здоров'я людини за онлайн-моніторингом «паспорт здоров'я» сприятиме зменшенню економічних, екологічних та ресурсних затрат для безпечного скринінгу та моніторингу здоров'я в умовах пандемії, профілактиці захворюваності і покращанню здоров'я та збереженню працездатності і трудового потенціалу, підвищенню ефективності і продуктивності трудової діяльності людини віком старше 60 років, що є

перспективним для професійного профілактичного огляду, оптимізації робочих умов, розробці фізіологічних режимів діяльності робітників різних професій, для організації та забезпечення медико-соціальної допомоги населенню в умовах пандемії. Також, отримані результати доповнюють клініко-епідеміологічні дослідження та дають змогу визначити об'єм медико-соціальної допомоги і профілактичних заходів для запобігання зниженню працездатності населення, зокрема, осіб пенсійного віку, робітників старшого віку та студентів відносно вимог сучасного виробництва до працівника за стандартами гігієнічної класифікації праці з метою покращення ефективності і продуктивності трудової діяльності населення в період пандемії.

Показання до застосування: онлайн моніторингу здоров'я для професійного відбору, розробці фізіологічних режимів діяльності робітників різного виду праці та в системі медико-соціальної організації допомоги населенню і особливо людям старше 60 років в умовах пандемії.

Перелік необхідного обладнання: комп'ютер або ноутбук, або смартфон та інтернет мережа, QR код дослідження. Додатково: тонометр, сантиметрова стрічка, секундомір, кистьовий динамометр і сухий портативний спірометр.

*За додатковою інформацією з проблеми слід звертатися до авторів листа:  
ДУ «Інститут геронтології ім. Д.Ф. Чеботарьова НАМН України», лабораторія професійно-трудової реабілітації д. мед. н. О. А. Поляков, к. мед. н. О. С. Томаревська, д. біол. н. Н. О. Прокопенко.*

*04114, Київ-114, вул. Вишгородська, 67*

*Тел. (044) 430-40-68, (044) 428-22-09*

*E-mail: [rehablabour@geront.kiev.ua](mailto:rehablabour@geront.kiev.ua)*

*Контактна особа – доктор мед. наук Олександр Поляков*

---

---