

**Программа выездного мероприятия «Выбери здоровую жизнь» в ФГАО УВО «РУДН» в рамках акции, приуроченной к Всемирному дню здоровья**

Время проведения: 5 апреля 2019 г., 10:00-14:00

Место проведения: ФГАО УВО «РУДН» (Москва, ул. Миклухо-Маклая д. 8), Главный корпус

Название мероприятия	Описание мероприятий	Медицинская организация	Место проведения
«Центр здоровья»	Проведение комплексного обследования: антропометрия, расчет индекса массы тела, определение лодыжечно-плечевого индекса, измерение АД, холестерина, глюкозы крови, окиси углерода во вдыхаемом воздухе на аппарате «Смокелайзер», оценка питания и физической активности на аппарате «Биоимпедансметрия», проведение анкетирования на выявление факторов риска заболеваний сердечно-сосудистой системы и оценка деятельности сердца на аппарате «Кардиовизор», определение функции внешнего дыхания на аппарате «Спирограф», определение степени насыщения крови кислородом на аппарате «Пульсоксиметр». Консультации по результатам обследований специалистов эндокринолога, терапевта, уролога.	ГБУЗ «Диагностический клинический центр №1 ДЗМ»	Балкон холла Главного здания РУДН
	Диагностика заболеваний глаз; - консультации врача специалиста офтальмолога; - раздача информационных материалов - консультация терапевта		
«Здоровое питание – здоровый желудок»	1. Беседы о питании, ответы на вопросы 2. Блиц-анкетирование 3. Лекция «Здоровое питание – Что? Где? Когда?»	ОМО по диетологии ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (по согласованию)	Главный корпус РУДН
Лекция/круглый стол на тему «Здоровое питание»			

«Депрессия – давай поговорим»	Блиц-анкетирование населения на наличие депрессивного состояния; Консультации опытных психологов, психотерапевтов, врачей-психиатров.	ГБУЗ «ПКБ № 1 им. Н.А. Алексеева ДЗМ»	Главный корпус РУДН
«Трезвая жизнь без зависимостей»	Индивидуальные консультации врача психиатра-нарколога; - мотивационное консультирование по вопросу отказа от курения и злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ); - тестирование на немедицинское потребление наркотических средств и психотропных веществ; - скрининг-диагностика злоупотребления алкоголем; - скрининг-диагностика содержания СО в организме курильщика; - раздача информационных антитабачных материалов, инструкций для лиц, бросающих курить, и демонстрация антинаркотических видеофильмов	ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»	Главный корпус РУДН
«Здоровье уха и слуха»	Осмотр органов слуха и консультации врачей - оториноларингологов	ГБУЗ «НИКИО им. Свержевского ДЗМ»	Главный корпус РУДН
«Научим первой помощи»	Проведение мастер-классов по оказанию первой помощи	ГБУЗ «НИИ скорой помощи им. Н.В. Склифосовского ДЗМ»	Главный корпус РУДН
Виртуальный тур по больнице	Экскурсия по ГБУЗ «НИИ им. Н.В. Склифосовского ДЗМ» с помощью VR-очков		
«Активный, здоровый, молодой»	Проведение социальных интерактивностей, квеста, анкетирования студентов	Молодежный Совет при ДЗМ	Главный корпус РУДН
Тренинг/лекция	«Биохакинг и нейрохакинг – высокотехнологичная профилактика»		
Тренинг/лекция	«Необходимость дозирования физической нагрузки при активном образе жизни»	ГАУЗ «МНПЦ МРВСМ ДЗМ»	
Лекция	Вакцинация как один из аспектов здорового образа жизни	ГБУЗ «ЦМП ДЗМ»	
«Вместе против СПИДа»	Тестирование на антитела к ВИЧ с обязательным до- и послетестовым консультированием	МГЦ СПИД ГБУЗ «ИКБ №2 ДЗМ»	