

Е. И. Аксенова, Н. Н. Камынина, П. С. Турзин



# РОЛЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОХРАНЕНИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ ЗА РУБЕЖОМ

МОНОГРАФИЯ

МОСКВА  
2025

Государственное бюджетное учреждение города Москвы  
«Научно-исследовательский институт организации  
здравоохранения и медицинского менеджмента  
Департамента здравоохранения города Москвы»

Е. И. Аксенова, Н. Н. Камынина, П. С. Турзин

# **РОЛЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОХРАНЕНИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ ЗА РУБЕЖОМ**

Монография

*Научное электронное издание*

Москва

ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»

2025

УДК 614.2  
ББК 51.1

*Рецензенты:*

Кукшина Анастасия Алексеевна, доктор медицинских наук, ученый секретарь ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»;

Ойноткинова Ольга Шонкоровна, доктор медицинских наук, профессор кафедры внутренних болезней и профилактической медицины ФГБУ ДПО «ЦГМА».

**Аксенова, Е. И.**

Роль здорового образа жизни в сохранении общественного здоровья за рубежом: монография [Электронный ресурс] / Е. И. Аксенова, Н. Н. Камынина, П. С. Турзин. – Электрон. текстовые дан. – М.: ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2025. – URL: <https://niiioz.ru/moskovskaya-meditsina/izdaniya-nii/monografii/> – Загл. с экрана. – 115 с.

**ISBN 978-5-907952-25-6**

В связи с реализацией в стране, начиная с 2025 года, ключевых мероприятий национального проекта «Продолжительная и активная жизнь», включающего федеральный проект «Здоровье для каждого», большую актуальность приобретают основные медицинские научно-практические проблемы повышения приверженности населения к ведению здорового образа жизни.

Поэтому представлялось целесообразным рассмотрение современной ситуации с изучением роли здорового образа жизни в сохранении общественного здоровья за рубежом.

В монографии рассмотрены стратегии, технологии и практики здорового образа жизни, а также связь между здоровым образом жизни и физическим и психическим здоровьем населения за рубежом. Отражено значение здорового образа жизни для профилактики и лечения заболеваний. Освещены связи между факторами здорового образа жизни и риском развития заболеваний, между здоровым образом жизни и риском смертности населения от болезней, а также между здоровым образом жизни и долголетием. Показаны значения как медицинской грамотности, так и цифровизации здравоохранения для ведения здорового образа жизни. Представлены перспективы дальнейших исследований в области здорового образа жизни.

Предназначено для специалистов в области организации здравоохранения, руководителей медицинских организаций.

**УДК 614.2  
ББК 51.1**

*Утверждено и рекомендовано к печати Научно-методическим советом ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ»  
(Протокол №5 от 13 мая 2025 г.)*

*Самостоятельное электронное издание сетевого распространения*  
Минимальные системные требования: браузер Internet Explorer/Safari и др.;  
скорость подключения к Сети 1 МБ/с и выше

ISBN 978-5-907952-25-6



© Аксенова Е. И., Камынина Н. Н., Турзин П. С., 2025  
© ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2025

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1. Стратегии, технологии и практики здорового образа жизни.....	6
Глава 2. Связь между здоровым образом жизни и физическим и психическим здоровьем.....	17
Глава 3. Значение здорового образа жизни для профилактики и лечения заболеваний.....	29
Глава 4. Связь между факторами здорового образа жизни и риском развития заболеваний.....	42
Глава 5. Связь между здоровым образом жизни и риском смертности населения от болезней.....	68
Глава 6. Связь между здоровым образом жизни и долголетием.....	74
Глава 7. Значение медицинской грамотности для ведения здорового образа жизни.....	81
Глава 8. Значение цифровизации здравоохранения для ведения здорового образа жизни.....	88
Глава 9. Перспективы дальнейших исследований в области ведения здорового образа жизни.....	94
Заключение.....	98
Список литературы.....	100