



МИНИСТЕРСТВО  
НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО

НАЦИОНАЛЕН ЦЕНТЪР  
ПО ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ  
И АНАЛИЗИ

**ОТЧЕТ**  
**ЗА ИЗВЪРШЕНА**  
**ДЕЙНОСТ**  
**ПО НАЦИОНАЛНАТА**  
**ПРОГРАМА ЗА**  
**ПРЕВЕНЦИЯ НА ХНБ**  
**ПРЕЗ 2020 г.**

София, 2020

## **ОСНОВНИ НАСОКИ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА**

1. УПРАВЛЕНИЕ И КООРДИНИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА
2. РЕАЛИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИ, НАСОЧЕНИ КЪМ НАМАЛЯВАНЕ НА ФАКТОРИТЕ НА РИСКА, ВОДЕЩИ ДО ХНБ:
  - Повишаване на нивото на информираност, обучение и включване на населението в дейности по програмата;
  - Изграждане на капацитет и умения за консултиране и подкрепа у медицински и немедицински специалисти;
  - Включване на структури от здравната система, обществени структури и общности в дейности по програмата;
  - Законодателство.
3. РЕАЛИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИ, НАСОЧЕНИ КЪМ РАННО ОТКРИВАНЕ НА ВОДЕЩИТЕ ХНБ
4. МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА
5. ФИНАНСОВИ РЕСУРСИ ПО ПРОГРАМАТА
6. ПРОБЛЕМИ ПРИ РЕАЛИЗАЦИЯ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА И ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА ТЯХНОТО ПРЕОДОЛЯВАНЕ

## 1. УПРАВЛЕНИЕ И КООРДИНИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА

Във връзка с управлението и координирането на дейностите по програмата, през отчетния период са проведени:

- *Три работни срещи с представители на Министерството на здравеопазването (МЗ) и Националния център по общественото здраве и анализи (НЦОЗА), свързани с планираните през 2020 г. дейности по програмата; организирани и проведени са ученическият конкурс „Посланици на здравето“ и конкурсът за плакат: „Да говорим открито за последствията от тютюна!“.*

- *Национална работна среща, проведена на 11.09.2020 г., в Националния център по общественото здраве и анализи, във връзка с изпълнението на дейностите по програмата и оценка на резултатите от развитието ѝ. Срещата е организирана от Министерството на здравеопазването, съвместно с НЦОЗА. На нея присъстваха Националните координатори и координаторите на програмата от 28-те области на страната, представители от МЗ и експерти от НЦОЗА. На срещата е представен отчет на извършените през годината дейности, насочени към превенцията на четирите основни поведенчески фактора на риска за здравето – тютюнопушене, алкохол, нездравословно хранене и ниска физическа активност, а също и за ранна диагностика на водещите ХНБ; проблеми, свързани с развитието на програмата и възможностите за тяхното преодоляване. Проведено е и обучение на екипите от РЗИ във връзка с организацията и провеждането на Национално проучване на факторите на риска за здравето сред населението в Р България през 2020 г.*

- *Работен семинар, проведен на 22-23 октомври 2020 г. с органите на здравен контрол (РЗИ), за обсъждане прилагането на актуализираното законодателството за здравословно хранене в организирани детски и ученически колективи. Присъстваха специалисти от МЗ, НЦОЗА и представители от Регионалните здравни инспекции. Представени са новите елементи в актуализираната *Наредба за физиологични норми за хранене на населението в България, 2018 г.*; принципите за актуализиране на *Наредба №6 за здравословно хранене на деца от 3-7 години, 2019 г.*, както и актуализирания *„Сборник рецепти и Ръководство за здравословно хранене на деца от 3- до 7-годишна възраст“*, 2020 г. Всеки представител на РЗИ в кратка презентация сподели опит и проблеми, възникнали при прилагане на актуализираното законодателство за здравословно хранене на организирани детски колективи. Обсъдени са възможностите*

за подобряване на контрола от страна РЗИ чрез включване на представители от РЗИ при провеждане на процедурите по обществени поръчки за избор на фирми, осигуряващи хранене на децата в организирани колективи. Отново е поставен въпроса за необходимостта от разработване на съвременен софтуер с база данни за състав на храните, който да се използва от РЗИ при извършване на здравен контрол на изискванията за здравословно хранене.

През годината са проведени и работни срещи на областните програмни съвети по текущи въпроси и дейности на програмата.

## **2. РЕАЛИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИ, НАСОЧЕНИ КЪМ НАМАЛЯВАНЕ НА ФАКТОРИТЕ НА РИСКА, ВОДЕЩИ ДО ХНБ**

*С оглед на усложнената епидемиологична обстановка в страната, свързана с разпространението на COVID-19, реализирането на дейностите по Програмата са съобразени със ситуацията.*

### **Повишаване на нивото на информираност, обучение и включване на населението до 19 г. в дейности по Програмата**

През 2020 година в страната са реализирани редица дейности по промоция на здраве и профилактика на болестите сред деца и ученици, насочени към ограничаване на рисковите фактори, свързани с начина на живот (тютюнопушене, нездравословно хранене, ниска физическа активност, употреба на алкохол); биологичните фактори на риска за хроничните незаразни болести – повишено артериално налягане и затлъстяване; пътнотранспортен травматизъм и други.

Използвани са традиционните *образователни методи и форми на обучение*: семинари, беседи/лекции, дискусии, тренинги, видеопокази, изложби, тематични дни, конкурси и *начини на разпространение на здравна информация*: ТВ и радиопредавания, аудио- и видеоклипове, публикации в пресата, интернет публикации и др.

*Предвид извънредната епидемична ситуация и съобразно здравните противоепидемични мерки, се наложи реструктуриране на обучителните дейности в онлайн вариант, както и на открито, по желание на институциите.*

## Ограничаване на тютюнопушенето

По инициатива на СЗО традиционно са отбелязани два световни здравни дни: 31 май – Световен ден без тютюнев дим на тема „Да говорим открито за последствията от тютюна!“ и 19 ноември – Международен ден без тютюнопушене на тема „За по-добро здраве утре“. Събитията се провеждат по целия свят, като подчертават рисковете за здравето, свързани с употребата на тютюн и се призовава за ефективна политика за намаляване на нивото на неговото потребление.

Организираны и проведени са *информационни кампании*, целящи повишаване на информираността и нивото на знания на хора от различни възрастови и целеви групи. Те включват: *здравни беседи и лекции* за вредата от тютюнопушенето: „Електронни цигари - факти и рискове“, „Тютюнопушенето - риск за здравето“, „Вредата от тютюнопушене“, „Зависимост и тютюнопушене“ и много др.; *дискусии и интерактивни занимания* с демонстрация на „пушещата кукла Сю“, за онагледяване на вредното влияние на тютюнопушенето върху белия дроб; *видеопозаки* на филми: «Невидимият»; «Денят на Яна», «Пушенето забранено», «Наргиле» и др.; *конкурси* за идейни проекти за реализиране на дейности по НППХНБ, за рисунки „Аз избирам да не пуша“ с *изложби, за плакат* „Младите хора и бъдеще без тютюн“, за приказка, разказ, стихотворение или хайку „За да съм здрав, аз избирам“; *дебати* „За и против употребата на наргиле“. Проведени са *обучителни модули онлайн*: „Превенция на тютюнопушенето“, „Митове и факти за тютюнопушенето“, «Зависимост и тютюнопушене», „Наргилета – факти, заблуди и рискове“. Сред учениците са реализирани *регионални проекти* „Не пуши – избери живота!“ и „Изкуството срещу пороците“, с изготвяне на книга на класовете с есета, стихотворения, рисунки, истории, мисли, музикално-поетична програма, пленер-излет на открито. Създадени са *нови извънкласни форми на здравно обучение*: „Детско полицейско управление“, лятно училище в образователен център „Усмивки“; излъчен е *видеоклип*, предоставен от МЗ, „Тютюнопушенето-риск за здравето сега“; *подготвени и изпратени са послания в интернет-мрежата*, на принципа „Предай нататък!“ и други.

Министерството на здравеопазването обяви творчески конкурс за плакат на тема „Да говорим открито за последствията от тютюна“ във връзка със Световния ден без тютюнев дим – 31 май. Партньори за осъществяване на конкурса са Регионалният офис на СЗО в България, БЧК, Националният център по обществено здраве и анализи, Регионалните здравни инспекции и неправителствени организации, работещи по превенцията на употребата на тютюневите изделия.

Националният конкурс обхваща две възрастови групи - първа възрастова група: ученици от IX–XII клас и втора възрастова група - студенти и докторанти. Победителите в конкурса са обявени на 19 ноември 2020, Международния ден без цигари. Общият брой проекти, които приключиха успешно, са 21. В категорията от първа възрастова група – *9 плаката* и във втора възрастова група – *12 плаката*.

Във връзка с обявената извънредна епидемична обстановка и въведените противоепидемични мерки за ограничаване на COVID-19 на територията на България официално награждаване не се проведе. Отличените участници получиха грамотите и предметните награди на посочените от тях адреси.

Министерството на здравеопазването предостави на РЗИ за публикуване на сайт три плаката на СЗО, мотивиращи обучение в електронна среда със заглавия: „Пушенето на екрана убива в истинския живот“, „Децата, пушили електронни цигари са два пъти по-склонни да пушат цигари в по-късна възраст“, „Не са необходимост с COVID-19 и последствията от тютюна“.

Проведени са *скринингови кампании* за измерване на въглеродния монооксид в издишан въздух и количеството на карбоксиемоглобин в кръвта на пасивни и активни пушачи с апарат (Smoker lyzer) и определяне на степента на никотинова зависимост, посредством изнасяне на Консултативния кабинет за отказване от тютюнопушене (ККОТ) за млади хора в средни училища и професионални гимназии.

Проведени са *тематични дни* с акции за разпространение на здравно-образователни материали (ЗОМ) в училища, администрации, в ресторанти, читалища, пенсионерски клубове и на открито с помощта на младежки НПО.

*Общо за периода, по фактор «Тютюнопушене»*, са организирани и проведени 22 кампании с 14 масови прояви и 39 мероприятия за отбелязване на световни, международни и тематични дни и празници. Излъчени са: 19 ТВ предавания, 21 радиопредавания, 304 аудио- и видеоклипа, видеопоказа; публикувани са 49 материала в местни и централни ежедневници, 71 – в интернет; изнесени са 211 лекции и беседи (с 4241 участници); 31 семинара (със 722 участници), 48 тренинга (с 325 участници), 28 дискусии (с 318 участници), 158 индивидуални обучения и консултации. Няма проведени курсове на регионално ниво. Разработен и отпечатан е 1 здравнообразователен материал, с тираж 4500. Разпространени са 5717 бр. материали (методични помагала, дипляни, плакати, стикери, календари и др.) (Таблица 1).

**Таблица 1. Здравнообразователна дейност по факторите на риска за ХНБ  
сред население до 19 г. през 2020 г.**

| №   | ДЕЙНОСТИ                                 | ТЮТЮНОПУШЕНЕ |                     | АЛКОХОЛ |                     | НИСКА ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ |                     | НЕЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ |                     |
|-----|--|--------------|---------------------|---------|---------------------|---------------------------|---------------------|------------------------|---------------------|
|     |  | Брой         |                     | Брой    |                     | Брой                      |                     | Брой                   |                     |
| 1.  | Кампании                                 | 22           |                     | 14      |                     | 13                        |                     | 12                     |                     |
| 2.  | Световни/темат.дни                       | 39           |                     | 10      |                     | 25                        |                     | 32                     |                     |
|     | Медийни изяви:                           | 4            |                     | 0       |                     | 3                         |                     | 7                      |                     |
| 3.  | ТВ предавания                            | 19           |                     | 5       |                     | 13                        |                     | 28                     |                     |
| 4.  | Радиопредавания                          | 21           |                     | 5       |                     | 11                        |                     | 24                     |                     |
| 5.  | Видеоклипове                             | 13           |                     | 3       |                     | 4                         |                     | 6                      |                     |
| 6.  | Аудиоклипове                             | 2            |                     | 0       |                     | 2                         |                     | 1                      |                     |
| 7.  | Публикации в пресата                     | 49           |                     | 4       |                     | 23                        |                     | 61                     |                     |
| 8.  | Интернет публикации                      | 71           |                     | 14      |                     | 39                        |                     | 56                     |                     |
| 9.  | Пресконференции                          | 0            |                     | 0       |                     | 0                         |                     | 0                      |                     |
| 10. | ЗОМ - брой заглавия/тираж                | 1            | 4500                | 1       | 4500                | 2                         | 4200                | 2                      | 4100                |
| 11. | ЗОМ - брой разпространени материали      | 5717         |                     | 5433    |                     | 3184                      |                     | 6264                   |                     |
|     | Обучителни дейности, реализирани от РЗИ: | Брой         | брой обхванати лица | Брой    | брой обхванати лица | Брой                      | брой обхванати лица | Брой                   | брой обхванати лица |
| 12. | Курсове                                  | 0            | 0                   | 0       | 0                   | 0                         | 0                   | 0                      | 0                   |
| 13. | Семинари                                 | 31           | 722                 | 7       | 172                 | 2                         | 136                 | 27                     | 534                 |
| 14. | Лекции/беседи                            | 211          | 4241                | 281     | 6565                | 264                       | 7161                | 692                    | 15486               |
| 15. | Дискусии                                 | 28           | 318                 | 43      | 621                 | 39                        | 385                 | 48                     | 524                 |
| 16. | Тренинги                                 | 48           | 325                 | 41      | 247                 | 46                        | 260                 | 47                     | 275                 |
| 17. | Видеопокaзи                              | 289          | 3236                | 324     | 4133                | 295                       | 4188                | 803                    | 14780               |
| 18. | Индивидуални обучения/консултации        | 158          | 158                 | 1       | 1                   | 1                         | 1                   | 23                     | 23                  |
|     | Други дейности:                          | 10           | 410                 | 4       | 62                  | 2                         | 44                  | 1                      | 3                   |
| 19  | Масови прояви                            | 14           | 1405                | 16      | 2192                | 15                        | 1238                | 4                      | 294                 |
| 20  | Проучвания                               | 29           | 194                 | 31      | 760                 | 30                        | 377                 | 34                     | 560                 |

## Ограничаване на злоупотребата с алкохол

Организиран и проведен е са **информационно-образователни кампании**: Месец февруари - месец на трезвеността и Седмица на трезвеността „Какво трябва да знаем за алкохола?“, насочени предимно към млади хора, с цел повишаване нивото на информираност на обществото за рисковете за здравето и психологичните и социалните вреди, свързани с алкохолната консумация. В кампаниите са включени *лекции и беседи*: „Употреба и злоупотреба с алкохол. Зависимост“, „Рисково поведение и алкохол“, „Алкохол и имидж“, „Алкохолът и младите хора“ и др.; *видеопозази с дискусии* по темата, *изготвяне на информационни табла, демонстрация на алко-очила*, симулиращи алкохолно опиянение, *интерактивни занимания*: работа по групи, разрешаване на ситуации и различни техники на взаимодействие; излъчени са *филмите* „42 градуса“, „Път без изход“ и „Несъобразна скорост“; реализиран е регионален *проект* „Убийци на детството“, с изработване на плакати, флаери, значки с лого, конкурси за есе и разказ, обучения, анкетно проучване.

Реализирани са съвместни инициативи на РЗИ и МВР по повод *Европейския ден за пътна безопасност* с мото „Животът е с предимство“, *Месеца на безопасността на движението по пътищата* и отбелязване на *Деня на жертвите от ПТП*, като на редица места са проведени кампании за *разпространение на здравнообразователни материали* по темата и провеждане на *обучения*: „Вредата от алкохола“, „Шофиране в нетрезво състояние“; съвместни дейности с Регионално управление на образованието, БЧК, Съюз на българските автомобилисти, Детска педагогическа стая, органи на МВР.

*Общо за периода, по фактор «Алкохол»*, са организирани и проведени 14 кампании, тематичните дни са отбелязани с 10 събития и 16 масови прояви. Излъчени са: 5 ТВ предавания, 5 радиопредавания, 327 видеоклипа, видеопозази; публикувани са 4 материала в пресата, 14 – в интернет; изнесени са 281 лекции и беседи (с 6565 участници); проведени са 7 семинара (със 172 участника); 41 тренинга (с 247 участници); 43 дискусии (с 621 участника); 1 консултация. Разработен и отпечатан е 1 здравнообразователен материал, с тираж 4500 бр. Разпространени са 5433 бр. материали (методични помагала, дипляни, плакати, стикери и др.) (Таблица 1).



## Здравословно хранене и борба със затлъстяването

Организиран са *традиционни кампании* за отбелязване на: 19 май – Европейски ден за борба със затлъстяването и Седмица за борба със затлъстяването; отбелязани са 17 октомври – Световен ден на прехраната и Европейски ден за здравословно готвене. Разработени и реализирани са *регионални проекти* и програми по темата: „Храната е.....?“, „Не гладувай, бъди умен, яж и спортувай!“, „Да бъдем здрави – ключът към успеха“ и др. В реализацията на тези проекти са включени *редица инициативи*: *кулинарно шоу*, с участието на родители за приготвяне на здравословни ястия, *изработване на флаери, тениски с лого, забавен календар* за здравословно хранене и спорт, *флашмоб* „Храни се и танцувай“, *Ден на здравето и спорта* на открито; изготвяне на брошури „Как да разпознаем хранителните разстройства?“ и „Храната е здраве“; *Кулинарна работилница* за ученици с професионално образование. За най-малките са проведени *здравни празници* на тема „Вкусна есен“, „Есенни плодове“, „Плодове и зеленчуци, който не яде....“, „Празник на тиквата“, с приготвяне от децата на храни от сушени и пресни плодове и зеленчуци; *интерактивни занимания* на открито с подреждане на „Азбука на плодовете и зеленчуците“, сглобяване на пъзели, изработване на плодове и зеленчуци от хартия, гатанки и дискусии по темата и др.

Наред с тези инициативи и събития са проведени *образователни кампании* с беседи, лекции, дискусии в подкрепа на борбата със затлъстяването и ниската физическа активност, насочени към здравословното хранене на децата и учениците. Излъчвани са *образователни филми* по темата: „На борба със затлъстяването“, „Пет ключа към по-безопасна храна“ и др. Популяризиран са препоръките за здравословно хранене.

*Общо за периода, по фактор «Нездравословно хранене»*, са организирани и проведени 12 кампании, отбелязани с 4 масови прояви и 32 тематични дни за световни и европейски здравни празници. Излъчени са: 28 ТВ предавания, 24 радиопредавания, 810 аудио- и видеоклипа, видеопокази; публикувани са 61 материала в местни и централни вестници, 56 – в интернет; изнесени са 692 лекции и беседи (с 15486 участници); 27 семинара (с 534 участници), 47 тренинга (с 275 участници), 48 дискусии (с 524 участници), 23 индивидуални обучения и консултации. Няма проведени курсове. Разработени и отпечатани са 2 здравнообразователни материала, с тираж 4100 бр. Разпространени са 6264 бр. материали (методични помагала, дигитални, плакати, стикери, календари и др.) (Таблица 1).

## Повишаване на физическата активност

Реализирани са образователни мероприятия и инициативи за повишаване на знанията и мотивацията на населението от различни възрастови групи за редовна физическа активност, укрепваща здравето.

Отбелязани са 10 май – Световен ден на движението, Европейска седмица на физическата активност и спорта и 27 септември – Европейски ден на спорта в училище. Повишаване на информираността и насърчаване и редовно участие в спорт са основни цели на инициативите. Организиран са *спортни празници*, обединяващи различни възрасти, с позициониран мобилен кабинет за измерване на тегло, индекс на телесна маса и кръвно налягане на участниците; „Бързи, смели, сърчни“ – инициативи с образователни центрове; инициатива „Движение за здраве“, съвместно с БНР с рубриката „Вашата песничка за раздвижване“ и клипове на популярни водещи и журналисти за ползите от движението; *спортни и туристически клубове*: спортни състезания от различен характер, игри на открито със състезателен и развлекателен характер – народна топка, скачане с чували, теглене на въже; туристически походи, „завръщане“ на *сутрешната гимнастика* и др.; обучителни мероприятия „Ниска физическа активност и как да опазим нашето здраве в условия на пандемия“, „Физическа активност по време на карантина“ и др. Реализиране на Регионална *общинска програма* „Четири годишни времена – за здравето на нашите деца“, предназначена за деца от ДГ, чрез обучения и игри ежедневно и на открито да се повиши познавателната и двигателната култура на децата за осигуряване на по-добро физическо и психо-емоционално развитие; *Регионални проекти* „Планина, въздух, сняг = движение, здраве, настроение“, „Спортувам и танцувам“, „Спортисти и фенове – един за всички, всички за един“, „Здрав дух в здраво тяло“, с игри със състезателен характер и поход за ученици и родители, презентации, спортни срещи, разпространени брошури и т.н.

*Общо за периода, по фактор «Ниска физическа активност»*, са организирани и проведени 13 кампании, отбелязани са с 15 масови прояви и 25 мероприятия, свързани със световни и европейски дни, и празници. Излъчени са: 13 ТВ предавания, 11 радиопредавания, 301 аудио и видеоклипа, видеопокази; публикувани са 23 материала в пресата, 39 в интернет; изнесени са 264 лекции и беседи (с 7161 участници); проведени са 46 тренинга (с 260 участници), 39 дискусии (с 385 участници); 1 консултация. Разработени и отпечатани са 2 здравнообразователни материала, с тираж

4200 бр. Разпространени са 3184 бр. материали (методични помагала, дипломи, плакати, стикери, календари и др.) (Таблица 1).

Продължава дейността на конкурса *«Посланици на здравето»*, който се реализира в рамките на програмата. Конкурсът се организира в рамките на Националната програма за превенция на хроничните незаразни болести 2014-2020 г., по инициатива на Министерството на здравеопазването, в партньорство с Националния център по обществено здраве и анализи, Министерство на образованието и науката, Министерство на културата, Министерство на младежта и спорта, Министерство на околната среда и водите, Офиса на СЗО в България и БМЧК.

Националният ученически конкурс *«Посланици на здравето»* се отнася за трите възрастови групи: 1-4 клас, 5-7 клас и 8-12 клас и включва две тематични области: ограничаване на тютюнопушенето и злоупотребата с алкохол и здравословно хранене и физическа активност.

Общият брой проекти, финализирани успешно, са 30 като в категорията от 1-ви до 4-ти клас - *5 проекта*; от 5-ти до 7-ми клас – *10 проекта* и от 8-ми до 12-ти клас – *15 проекта*. В проектите са включени интерактивни дейности за ограничаване на рисковите за здравето фактори, които включват - спортни прояви-състезания и турнири по футбол, баскетбол и др.; туристически и екопоходи; ролеви игри; дебати и дискусии; сътрудничество и работа в екип между поколенията, с цел запазване на българските традиции; разработени са сайтове и електронни книги за здравословен начин на живот и хранене, почистване на замърсени райони в различни населени места в страната и др.

Във връзка с обявеното извънредно положение и въведените противоепидемични мерки за ограничаване на COVID-19 на територията на България тази година не се проведе официално награждаване. Номинираните участници получиха грамотите и предметните награди от директорите на училищата.

В рамките на НППХНБ са реализирани дейности по редица регионални програми и проекти за млади хора за здравословен начин на живот: *«Пътеводител за здравословен живот»*, *«Ние живеем здравословно! А ти?»*, *«Природата – здраве и смисъл»*, *«Училище, утвърждаващо здраве»*, Общинска програма за превенция, профилактика и лечение на гръбначните изкривявания, затлъстяването и физическата активност при деца от 7-14 години, Общинска програма за профилактика на *«мързеливото око»* при деца от 3-6 години, *«Профилактика на затлъстяването при децата от 3 до 7 години»* и други.

**Извършената дейност по четирите фактора на риска за млади хора до 19 години е следната:** Организиран и проведен са 61 кампании, отбелязани с 49 масови мероприятия и 106 събития са световни, международни и тематични дни, празници. Излъчени са: 65 ТВ предавания, 61 радиопредавания, 1742 аудио- и видеоклипа, видеопокази, 14 други медийни изяви; публикувани са 137 материала в местни и централни ежедневници, 180 – в интернет. Няма организирани пресконференции; изнесени са 1448 лекции и беседи (с 33453 участници); 158 дискусии (с 1848 участници); няма обучителни курсове, 67 семинара (с 1564 участници); 182 тренинга (с 1107 участници); 183 индивидуални обучения и консултации. Разработени и отпечатани са 6 здравнообразователни материала, с тираж 17300 бр. Разпространени са 20598 бр. материали (методични помагала, дигитални, плакати, стикери, календари и др.) (Таблица 1).

### **Повишаване на нивото на информираност, обучение и включване на населението над 20 г. в дейности по програмата**

През 2020 година дейностите за повишаване на нивото на информираност на населението над 20 г. традиционно са насочени към: промоция на здравето; намаляване нивото на поведенческите, биологичните и социалните фактори на риска (тютюнопушене, нездравословно хранене, ниска физическа активност, злоупотреба с алкохол, повишено артериално налягане, затлъстяване, повишена кръвна захар и др.), също и към образование на населението за превенцията на ХНБ (ССЗ, злокачествени новообразувания, диабет тип 2, ХОББ).

*Дейностите са съобразени с препоръките на здравните власти, свързани с разпространението на COVID-19 и сложността на епидемичната обстановка.*

### **Ограничаване на тютюнопушенето**

Реализирани са редица дейности: публикуване на *материали* и *послания* в интернет-пространството; проведени са *тренинги* със служителите на РЗИ и техните деца; разяснителни *кампании* сред ромски общности; активна остава дейността на центровете за работа с деца и родители и центровете за психично здраве. Проведено е *обучение* на медицинските специалисти от ДЗ и училища по темата: „Защо животните не пушат?“, „Последици от употребата на тютюневи изделия“, „Пушене на наргиле“, „Пасивно тютюнопушене“, „Здравни аспекти на новите тютюневи изделия“, „ХОББ-

отвъд тютюнопушенето“ и др., една част, проведени онлайн. Разпространение чрез медиите на брошурата „От нас зависи: Да защитим правата си!“, с юридически съвети за приемане на стъпки от гражданите, несъгласни с пушенето на закрити обществени места.

Организирана е изнесена форма на *консултативните кабинети* за отказване от тютюнопушенето (ККОТ) в училища и администрации с раздаване на здравнообразователни материали за ползата от спиране на цигарите и вредата от тютюнопушенето.

РЗИ подкрепиха инициативата на сдружение „България без дим“ и коалиция „За живот без тютюнев дим“ за **Национална акция**: „Да спечелим заедно: един ден без цигари“ с различни дейности и мероприятия, следващи традиционно четири основни стъпки: спиране на цигарите, поне за един ден; използване на спестените пари за реализиране на благотворителна инициатива по техен избор; включване на семейства, близки, приятели, колеги, фирми, организации; споделяне на видео или снимки от акцията във Фейсбук. Инициативата е проведена с подкрепата на Международния съюз за борба с туберкулозата и белодробните заболявания.

На фейсбук страницата на сдружение „България без дим“ е осъществен уебинар „ХОББ-отвъд тютюнопушенето!“ за медицински специалисти с участието на лектори – изтъкнати специалисти по белодробни болести, в партньорство със сдружение „Въздух за здраве“ и Национална асоциация за профилактика на белодробните болести.

*Общо за периода, по фактор «Тютюнопушене», са организирани и проведени 19 кампании, отбелязани с 12 масови прояви и 30 други инициативи - тематични, световни и международни дни. Излъчени са: 21 ТВ предавания, 24 радиопредавания, 20 видеопокази; публикувани са 29 материала в пресата, в интернет – 81; изнесени са 80 лекции и беседи (с 1205 участници); проведени са 21 семинара (с 298 участници), 42 дискусии (със 721 участници), 1 тренинг (с 25 участници); извършени са 167 индивидуални обучения и консултации. Не са разработени нови здравнообразователни материали. Разпространени са 2808 бр. материали (методични помагала, дигитални, плакати, стикери и др.) (Таблица 2).*

Въпреки усложнената епидемиологична обстановка продължава работата в *Консултативните кабинети за отказване от тютюнопушенето (ККОТ)*. През 2020 година посещаемостта на Кабинета е намаляла. В ККОТ са проведени индивидуални и групови консултации, с цел мотивиране за отказ от тютюнопушене, на общо 1493 лица. От всички консултирани пушачи само 13 са отказали тютюнопушенето (0,9%), докато отказали под влияние на бивши пушачи са 32 (2,1%). Проблем остава обратната връзка с останалите лица, ползвали услугите, за установяване на ефективността от проведените консултации.

Тази година предимство в дейността на ККОТ е нейната изнесена форма. Практиката за позициониране на кабинетите извън РЗИ, която се провежда традиционно по време на кампании, дава резултати.

На преминалите през кабинетите пациенти е оказана консултативна помощ за отказване от тютюнопушене. Извършени са функционални изследвания на дишането (спирометрия); раздадени са здравнообразователни материали за ползата от спиране на цигарите и вредата от тютюнопушене, справяне с абстинентните симптоми и стреса, здравословно хранене, полза от движението и др. Дейността на кабинетите за отказване от тютюнопушене е популяризирана сред населението чрез: разпространение на дигитални, излъчване на реклама на кабинета и др.

За повишаване на капацитета на специалистите от ККОТ, в НЦОЗА е проведен двудневен обучителен семинар „Новите рискове от тютюнопушенето, с оглед пандемията от SARS-CoV-2 и изискванията към консултациите за отказване, които те поставят“. На обучението присъстваха консултантите от кабинетите за отказване от тютюнопушенето от 28-те области на страната, както и националните координатори на програмата и представители на МЗ. На семинара от експерти на НЦОЗА са представени презентации за здравните аспекти на употребата на „нови тютюневи изделия“, изискващи загряване и електронни цигари. Обсъдени са проблемите на тютюневата зависимост и отказването от тютюнопушенето. Разгледани са основните етапи при планирането и осъществяването на консултативни умения и спецификата им при консултации за отказване от тютюнопушене.

Гост-обучител беше председателят на Националната асоциация за профилактика на белодробните болести и изтъкнат специалист по белодробни болести д-р София Ангелова, която разгледа и дискутира с присъстващите проблема за тютюнопушенето в условията на COVID-19 и мотивацията за отказ от тютюнопушене.

## **Ограничаване на злоупотребата с алкохол**

Проведени са *образователно-информационни кампании* за повишаване на информираността на населението, относно здравния риск от употребата и злоупотребата на алкохол, алкохолната зависимост и нейните здравни, социални и икономически последици. Реализирани са редица *мероприятия* по повод «Месец на трезвеността», с демонстрация на алкоочила в обществени обекти и социални заведения; раздаване на послания за вредата от алкохола, беседи, лекции с дискусии сред медицински специалисти, учители, родители, студенти; семинар със здравни медиатори; видеопокази и други.

*Общо за периода, по фактор «Алкохол»*, са организирани и проведени 8 кампании, отбелязани със 3 масови прояви и 8 инициативи тематични дни, празници и кампании. Излъчени са: 5 ТВ предавания, 5 радиопредавания, 14 видеоклипа и видеопокази; публикувани са 4 материала в пресата, в интернет – 22 ; изнесени са 97 лекции и беседи (с 1907 участници); 11 семинара (със 126 участници), 31 дискусии (със 600 участници); извършени са 18 индивидуални обучения и консултации. Обучителни курсове и тренинги не са извършвани. Не са разработвани здравно-образователни материали. Разпространени са 1973 бр. материали (методични помагала, дигитални, стикери, календари и др.) (Таблица 2).

## **Здравословно хранене и борба със затлъстяването**

Проведени са *кампании* за информиране на населението по въпросите на здравословното хранене, за подкрепа на кърменето, за борба със затлъстяването – отбелязване на Европейски ден за борба със затлъстяването, Седмица за борба със затлъстяването, Световен ден на прехраната и Световна седмица на кърменето с тема: „Кърменето – най-добрият старт на всяко дете“; съобразено с епидемичната обстановка са извършени *обучителни дейности, на места онлайн*, сред училищни настоятелства, директори, медицински специалисти, кухненски персонал от детски градини, училища, социални заведения, с цел формиране, утвърждаване и промоция на здравословен модел на хранене и нагласи сред населението.

С бременни жени и настоящи млади майки са проведени *информационни кампании* за популяризиране на кърменето: „Бебешко кафе“, „Азбука на кърменето“, „Гърдата е най-доброто“, в училища за бъдещи майки и училище за родители, в Къща на семейството и общността, Център за работа с деца и родители, Алианс на българските акушерки; проведени са редица *обучителни дейности сред ромската*

**Таблица 2. Здравнообразователна дейност по факторите на риска за ХНБ  
сред население над 20 г. през 2020 г.**

| №   | ДЕЙНОСТИ                                 | ТЮТЮНОПУШЕНЕ |                     | АЛКОХОЛ |                     | НИСКА ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ |                     | НЕЗДРАВΟΣЛОВНО ХРАНЕНЕ |                     |
|-----|--|--------------|---------------------|---------|---------------------|---------------------------|---------------------|------------------------|---------------------|
|     |  | Брой         |                     | Брой    |                     | Брой                      |                     | Брой                   |                     |
| 1.  | Кампании                                 | 19           |                     | 8       |                     | 11                        |                     | 9                      |                     |
| 2.  | Световни/темат.дни                       | 30           |                     | 8       |                     | 24                        |                     | 30                     |                     |
|     | Медийни изяви:                           | 4            |                     | 0       |                     | 3                         |                     | 0                      |                     |
| 3.  | ТВ предавания                            | 21           |                     | 5       |                     | 13                        |                     | 30                     |                     |
| 4.  | Радиопредавания                          | 24           |                     | 5       |                     | 11                        |                     | 25                     |                     |
| 5.  | Видеоклипове                             | 0            |                     | 3       |                     | 2                         |                     | 2                      |                     |
| 6.  | Аудиоклипове                             | 0            |                     | 0       |                     | 2                         |                     | 0                      |                     |
| 7.  | Публикации в пресата                     | 29           |                     | 4       |                     | 22                        |                     | 49                     |                     |
| 8.  | Интернет публикации                      | 81           |                     | 22      |                     | 42                        |                     | 57                     |                     |
| 9.  | Пресконференции                          | 1            |                     | 0       |                     | 1                         |                     | 1                      |                     |
| 10. | ЗОМ - брой заглавия/тираж                | 0            | 0                   | 0       | 0                   | 1                         | 200                 | 0                      | 0                   |
| 11. | ЗОМ - брой разпространени материали      | 2808         |                     | 1973    |                     | 1838                      |                     | 3017                   |                     |
|     | Обучителни дейности, реализирани от РЗИ: | Брой         | брой обхванати лица | Брой    | брой обхванати лица | Брой                      | брой обхванати лица | Брой                   | брой обхванати лица |
| 12. | Курсове                                  | 0            | 0                   | 0       | 0                   | 0                         | 0                   | 0                      | 0                   |
| 13. | Семинари                                 | 21           | 298                 | 11      | 126                 | 6                         | 212                 | 16                     | 395                 |
| 14. | Лекции/беседи                            | 80           | 1205                | 97      | 1907                | 76                        | 3112                | 91                     | 1832                |
| 15. | Дискусии                                 | 42           | 721                 | 31      | 600                 | 31                        | 529                 | 38                     | 734                 |
| 16. | Тренинги                                 | 1            | 25                  | 0       | 0                   | 0                         | 0                   | 0                      | 0                   |
| 17. | Видеопокази                              | 20           | 310                 | 11      | 211                 | 11                        | 238                 | 27                     | 451                 |
| 18. | Индивидуални обучения/консултации        | 167          | 167                 | 18      | 18                  | 33                        | 33                  | 375                    | 375                 |
|     | Други дейности:                          | 3            | 8                   | 2       | 7                   | 1                         | 24                  | 1                      | 3                   |
| 19  | Масови прояви                            | 12           | 1290                | 3       | 450                 | 8                         | 1141                | 6                      | 1715                |
| 20  | Проучвания                               | 73           | 1122                | 72      | 869                 | 73                        | 939                 | 77                     | 1387                |



*общност по темата; разпространени са здравнообразователни материали в АГ-кабинетите и АГ-отделенията: „Естественото хранене – добър старт в живота“, „Гимнастика за жени с нормална бременност“, Имунизационна книжка, „Здравословно хранене на кърмачетата“, „Витамини и минерали по време на бременност“ и др.*

Изготвени са *оценки с препоръки* за хранене по представени месечни менюта от социални институции на възрастни хора от домове за стари хора. Проведени са редица *срещи и кръгли маси* с представители на местната власт, директори на детски заведения и училища, представители на фирми, доставчици на продукти и такива, осигуряващи организираното хранене на децата, свързани със здравословното хранене на подрастващите и проблеми при изпълнение на изискванията на действащите наредби за здравословно хранене на деца и ученици.

Популяризирани са препоръките за здравословно хранене; проведени са *информационни срещи* „Добро здраве в зряла възраст“ сред възрастни хора; организирани са *обучителни семинари със студенти* със специалност „Инспектор обществено здраве“; извършени са измервания с анализатор на съотношението на телесни мазнини и ИТМ и са дадени индивидуални консултации.

*Общо за периода, по фактор «Нездравословно хранене», са организирани и проведени 9 кампании, отбелязани със 6 масови прояви и 30 мероприятия за тематични, световни и европейски дни, празници. Излъчени са: 30 ТВ предавания, 25 радиопредавания, 29 видеоклипа и видеопокази; публикувани са 49 материала в местни и централни ежедневници, в интернет – 57; организирана е 1 пресконференция с журналисти; 91 лекции и беседи (с 1832 участници); проведени са 16 семинара (с 395 участници), 38 дискусии (със 734 участници); извършени са 375 индивидуални обучения и консултации. Не са разработени здравнообразователни материали по темата. Разпространени са 3017 бр. материали (методични помагала, дипляни, плакати, стикери, календари и др.) (Таблица 2).*

## Повишаване на физическата активност

Проведени са *образователни кампании и тематични дни* за повишаване на знанията на обществото за здравните и социалните рискове от ниската физическа активност и популяризиране на активния начин на живот сред студенти, медицински и немедицински специалисти; *кръгла маса* с представители на различни институции за обмяна на опит по проблема с ниската физическа активност и запознаване с иновациите в областта на промоцията на физическата активност; участие на населението в кампанията „Бъди активен! Be Active!“ за отбелязване на Европейска седмица на спорта, от 23 до 30 септември 2020 г., организирана от Министерството на младежта и спорта. Под мотото „Бъди активен всеки ден, всеки навсякъде спортува“ са проведени спортни инициативи и събития за насърчаване на активното спортуване, подобряване на физическата активност на населението и популяризиране на здравословното хранене.

В рамките на Европейската седмица в зала „Асикс Арена“ е проведен, за втора поредна година, *Спортен панаир*, на който спортните федерации и клубове представиха различни видове спортове на демонстрационни площи. Спортното събитие е насочено към подрастващи, ученици, родители и активни млади хора, като целта е, посетителите да имат възможност да установят пряк контакт със спортисти и треньори и да получат информация на място за определен спорт, към който проявяват интерес. Предвид важността на темата, свързана с начина на живот на подрастващите и младите хора, и тази година НЦОЗА взе участие в мероприятиято чрез представянето на *информационен щанд* на образователни материали, свързани с опазване на общественото здраве, здравословното хранене, превенция и борба със зависимостите (алкохол, тютюнопушене) сред младите хора.

*Общо за периода, по фактор «Физическа активност»*, са организирани и проведени 11 кампании, отбелязани с 8 масови прояви и 24 инициативи са тематични дни и празници. Излъчени са: 13 ТВ предавания, 11 радиопредавания, 15 аудио- и видеоклипа, видеопокази; публикувани са 22 материала в местни и централни ежедневници, 42 в интернет; организирана е 1 пресконференция, изнесени са 76 лекции и беседи (с 3112 участници); 6 семинара (с 212 участници), 31 дискусии (с 529 участници); извършени са 33 индивидуални обучения и консултации. Разработен и отпечатан 1 здравнообразователен материал, с тираж 200 броя. Разпространени са 1838 бр. материали (методични помагала, дипляни, плакати, стикери, календари и др.) (Таблица 2).

В резултат на епидемичната обстановка в страната, свързана с COVID-19, се отчита намаляване на здравнообразователната дейност на *високорисково ниво*, която е насочена към лицата, носители на фактори на риска за ХНБ - нездравословно хранене, ниска физическа активност, тютюнопушене, злоупотреба с алкохол, както и към тези, прекарвали мозъчен инсулт, страдащи от диабет, сърдечносъдови, белодробни, онкологични и други заболявания.

Продължава, макар и ограничено, работата на разкритите в някои общини *кабинети за измерване на артериално налягане, телло и ръст*. Безплатно измерване се извършва и в някои аптеки, читалища и пенсионерски клубове. Добра практика са и действащите клубове, като «Клуб на непушачите», «Клуб на хора със здравословни проблеми», «Клуб на работодателите, подкрепящи работна среда без тютюнев дим», на прекаралите инфаркт на миокарда, мозъчно-съдова болест и други хронични болести.

Извършва се здравнообразователна дейност и извън рамките на програмата, насочена към някои специфични групи от населението: бременни жени, хора в неравностойно положение, инвалиди и други.

**Извършената дейност по четирите фактора на риска през годината е значителна.** Организиран и проведен са общо 108 кампании, посветени на контрола на хроничните незаразни болести и факторите на риска за тях, свързани с начина на живот на населението, отбелязани са със 78 масови прояви и със 198 събития тематични, световни и международни дни, празници. Излъчени са: 134 ТВ предавания, 126 радиопредавания, 1820 видео- и аудиоклипове и видеопокази; публикувани са 241 материала в местни и централни ежедневници, в интернет – 382; организирани са 3 пресконференции с журналисти; изнесени са 1792 лекции и беседи (с 41509 участници); проведени са 121 семинара с 2595 участници), 300 дискусии (с 4432 участници), 183 тренинги с 1132 участници); извършени са 776 индивидуални обучения и консултации. Разработени и отпечатани са 7 здравнообразователни материала, с тираж 17500 бр. Разпространени са общо 30 234 бр. материали (методични помагала, дигитални, плакати, стикери, календари и др.

*Предвид епидемичната обстановка в страната, свързана с COVID-19, се установява следното (в сравнение с 2019 г.):*

- По-малък брой кампании, по-малко масови прояви. Кампаниите са проведени предимно със събития, свързани с тематични дни за световни здравни дни, които не са масови.
- Обучения: Увеличени са лекциите/беседите и съответно броят участници, за сметка на всички останали форми на обучение: намалели са семинарите, дискусиите и индивидуалните обучения и консултации. Многократно са увеличени тренингите, но с по-малко участници. През 2020 г. не са провеждани регионални обучителни курсове.
- Разработени и разпространени са по-малко на брой ЗОМ, през годината са закупувани предимно интерактивни пособия.
- Запазва се активността на партньорството със СМИ: ТВ и радиопредавания, преса. Увеличени са публикациите в интернет, а също видео- и аудиопоказите и видеоклиповете.

### **Изграждане на капацитет и умения за консултиране и подкрепа у медицински и немедицински специалисти**

Дейностите, свързани с изграждането на капацитет и умения за консултиране и подкрепа на *медицинските специалисти в болничната и извънболничната помощ*, се развиват постоянно в рамките на програмата, но липсата на средства и извънредната обстановка се отразиха на броя на мероприятията. Въпреки всичко, през годината са проведени 2 курса и 38 индивидуални обучения и консултации за разпространението на хроничните болести, факторите на риска за тях, развиването на умения за прилагане на добра профилактична и терапевтична практика и др. с 58 участници (Таблица 3).

Повишаването на капацитета на *специалистите от РЗИ* е насочено в областта на поведенческите фактори на риска и методите за оценката на резултатите от дейностите по програмата. През годината са проведени 7 обучителни курса и семинари със 196 участници и 43 индивидуални обучения и консултации (Таблица 3).

**Таблица 3. Обучителна дейност на медицински и немедицински специалисти,  
и партньори по НППХНБ през 2020 г.**

| №  | Дейности              | Медицински специалисти от болничната и извънболнична помощ |                     | Медицински специалисти от детските заведения и училищата |                     | Специалисти от РЗИ |                     | Немедицински специалисти и партньори |                     | Общо |                     |
|----|-----------------------|--|---------------------|--|---------------------|--------------------|---------------------|--------------------------------------|---------------------|------|---------------------|
|    |                       | Брой   | Брой обхванати лица | Брой   | Брой обхванати лица | Брой               | Брой обхванати лица | Брой                                 | Брой обхванати лица | Брой | Брой обхванати лица |
| 1. | Курсове               | 2  | 16                  | 4  | 90                  | 1                  | 50                  | 6                                    | 40                  | 13   | 196                 |
| 2. | Семинари              | 0  | 0                   | 27   | 788                 | 6                  | 146                 | 8                                    | 71                  | 41   | 1005                |
| 3. | Индивидуално обучение | 38   | 38                  | 552  | 552                 | 43                 | 43                  | 212                                  | 212                 | 845  | 845                 |

Проведен е двудневен семинар за консултантите от ККОТ при РЗИ на тема „Новите рискове от тютюнопушенето, с оглед пандемията от SARS-CoV-2 и изискванията към консултациите за отказване, които те поставят“. На семинара са представени следните презентации: „Здравни аспекти, свързани с употребата на тютюневи изделия, изискващи загряване и електронни цигари“; „Тютюневата зависимост и методите за нейното преодоляване“; „Консултативни умения и спецификата им при консултации за отказване от тютюнопушене“; „Поддържане на гореща линия за отказване от тютюнопушене“; „Тютюнопушенето и COVID-19 – размисли и страсти“. Проведена е дискусия по проблемите на тютюнопушенето и COVID-19, мотивиране за отказ от тютюнопушене и ранна диагностика.

В рамките на програмата е проведен и работен семинар за обсъждане прилагането на актуализираното законодателството за здравословно хранене в организирани детски и ученически колективи, с присъствието на специалисти от МЗ, НЦОЗА и представители от Регионалните здравни инспекции.

По време на работния семинар са представени новите елементи в актуализираната *Наредба за физиологични норми за хранене на населението в България, 2018 г.*, принципите за актуализиране на *Наредба №6 за здравословно*

*хранене на деца от 3-7 години, 2019 г.*, както и актуализираният „*Сборник рецепти и Ръководство за здравословно хранене на деца от 3- до 7-годишна възраст*“, публикуван през 2020 г. Всеки представител на РЗИ в кратка презентация сподели опит и възникнали проблеми при прилагане на актуализираното законодателство за здравословно хранене на организирани детски колективи. Обсъдени са възможностите за подобряване на контрола от страна РЗИ чрез включване на представители от РЗИ при провеждане на процедурите по обществени поръчки за избор на фирми, осигуряващи хранене на децата в организирани колективи. Отново е поставен въпроса за необходимостта от разработване на съвременен софтуер с база данни за състав на храните, който да се използва от РЗИ при извършване на здравен контрол на изискванията за здравословно хранене.

За повишаване на знанията на *немедицинските специалисти и партньори по програмата* са проведени 14 обучителни курса и семинара със 111 участници и 212 индивидуални обучения и консултации (Таблица 3).

### **Включване на обществени структури и общности, и структури от здравната система в дейности по програмата**

От значение за развитието на програмата е доброто сътрудничество и подкрепа на *местната законодателна и изпълнителна власт* (Общински съвет и Община), които в повечето области активно участват в дейностите по програмата, касаещи общността като цяло и отделни проблеми, и *множеството партньори на програмата*: дружества, читалища, клубове, младежки домове, полиция, търговци, производители и др.

Доброто сътрудничество между *административните структури* и изградената мрежа от професионалисти, експерти и представители на различни групи дават възможност за изпълняване на стратегическите цели на програмата чрез запазване на консенсуса между органите на местната власт, държавните и общинските структури, неправителствените организации, бизнес средите и медиите. По този начин, от една страна, се предоставя възможност за ползване на качествени услуги от съответните специалисти в общността, а от друга, се осигурява подкрепяща среда и мотивация за представителите на уязвимите групи да използват собствените си сили за недопускане възникването на ХНБ.

Добра практика е проведената *Национална среща - семинар с академични среди и браншови организации* за отчитане напредъка по реформулиране на храните с цел намаляване количеството на добавената захар, сол и наситени мазнини. На срещата присъстваха специалисти от МЗ, НЦОЗА, УХТ и бизнес оператори на храни.

Производители на млечни продукти, хляб, хлебни и сладкарски изделия, брашна, месни продукти споделиха положителния си опит в производството на здравословни храни с подобрен състав, бяха обсъдени възможности и проблеми, както и очертани бъдещи аспекти за дейности и сътрудничество.

От специалисти от МЗ и НЦОЗА са представени европейските и национални възможности и перспективи за повишаване асортимента на здравословни продукти, както и разработеното с участие на представители на Научно-експертния съвет по хранене предложение на МЗ за гранични стойности на сол, мазнини, наситени мастни киселини и захари в приоритетни за страната групи храни. Предложението е обсъдено отново и заложените критерии са определени като достижими от представителите на хранително-вкусовата индустрия. След приключване на срещата предложението е прието от ръководството на МЗ и качено на сайта на МЗ като насоки за доброволно прилагане от хранително-вкусовата индустрия.

Стабилни партньори на екипите на програмата са местните *средства за масова информация*. Заедно с екипите от РЗИ те работят активно за организиране на кампаниите, световните и тематичните дни и други инициативи. Съвместно с тях са реализирани и отразени различни изяви и мероприятия. Продължава да се развива партньорството с *неправителствените организации*, както и с представители на сдружения, производители на храни, туристически дружества, ученически клубове.

Тази година сложната епидемиологична обстановка в страната измести фокуса на дейност на *структурите на здравната система (МБАЛ, МЦ, ДКЦ, ПИМП, СИМП и др.)*. Дейностите за повишаване на знанията и изграждане на поведение за здравословен начин на живот на населението и насочени към профилактиката и лечението на сърдечносъдовите и онкологичните заболявания, хроничната обструктивна белодробна болест, диабета, популяризирането на здравословното хранене бяха ограничени.

### **Законодателство**

Във връзка с публикуваното изменение и допълнение на НАРЕДБА на МЗ № 6 от 10.08.2011 г. за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детски заведения (изм. и доп., ДВ бр. 87 от 05.11.2019 г.) е публикуван „Сборник рецепти и

Ръководство за здравословно хранене на деца от 3- до 7-годишна възраст“ (второ преработено и допълнено издание), който е утвърден от МЗ за внедряване на съвременните здравословни принципи в организираното хранене на децата в тази възраст.

### **3. РЕАЛИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИ, НАСОЧЕНИ КЪМ РАННО ОТКРИВАНЕ НА ВОДЕЩИТЕ ХНБ**

Поради епидемичната обстановка в страната, свързана с COVID-19, не е проведен предвиденият скрининг за ранно откриване на онкологични заболявания, организиране и провеждане на скрининг за рак на гърдата, рак на маточната шийка и рак на дебелото и правото черво в областите Бургас и Ямбол.

### **4. МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА**

В рамките на Националната програма за превенция на ХНБ стартира Национално изследване на факторите на риска за здравето сред населението в Р България, с оглед да се събере надеждна информация за разпространението на основните рискови фактори (тютюнопушене, употреба и злоупотреба с алкохол, ниска физическа активност, нездравословно хранене), които са причина за развитието на хронични незаразни болести и да се извърши оценка на промените, настъпили в поведението на населението, в резултат от проведените интервенционни дейности по програмата през периода 2014-2020 г.

Предвидени за изследване са 5000 лица. Подборът на извадката за населението на възраст над 20 г. е извършен от Националния статистически институт. При формирането ѝ е използвано териториалното разпределение на населението в страната по статистически участъци в населените места /административни области (28 на брой) и местоживее на лицата (град, село). Тя е двустепенна, гнездова, представителна на национално ниво. Набирането на участниците в проучването е съобразено с разпределението на населението от целевите възрастови групи по местоживее от официалните данни на НСИ, като броят на лицата, наблюдавани в изследването, е пропорционален на дела на съответната група в генералната съвкупност. При провеждането на изследването е използвана квотна извадка по признаците възраст и населено място.



За набиране на първичната информация е използвано стандартизирано индивидуално интервю по анкетни карти, разработени на основата на въпросници на СЗО. Анкетните карти са прилагани при проучването през 2014 г., както и при други проучвания на храненето и хранителния статус, което позволява сравнимост на резултатите.

Анкетните карти включват следните раздели: лични данни, самооценка на здравното състояние, информация за здравето и поведението за здраве - тютюнопушене, употреба на алкохол, физическа активност, модел на хранене, а също за знания за здравословен начин на живот; измервания на тегло, ръст, артериално налягане. Почти всички въпроси са от затворен тип, като по-голямата част от тях изискват само един отговор с няколко изключения, даващи възможност за два и повече отговора. Средната дължина на скалата е с около 4-5 варианта на отговор.

За всяка от 28-те области са включени ученици и деца от детски ясли, детски градини и училища от всички възрастовия групи. Те са определени на случаен принцип на базата на съответните списъци от информационния масив на МОН – Регистър на училищата, детските градини и обслужващите звена за учебната 2019/2020 г. Децата и учениците, включени в гнездата, са селектирани рандомизирано.

Проведено е обучение на екипите от РЗИ за провеждане на изследването. Предоставени са въпросници, бланки за информирано съгласие, извадки по области и други материали в помощ на анкетъорите.

През годината са извършени редица други проучвания и анализи на здравно-демографското състояние на населението по области. В рамките на кампании и инициативи по места са извършени анализи на факторите на риска за възникване на хронични незаразни болести (тютюнопушене, злоупотреба с алкохол, нездравословно хранене и ниска физическа активност), а също и анализи от проведени измервания на кръвно налягане; функционални измервания на дишането (спирометрии), включително и на количеството на въглероден окис в издишан въздух; тегло; ръст; кръвна захар; костна плътност, изследвания за рак на гърдата и други. Общо през годината са проведени 26 проучвания с 3770 обхванати лица.

През отчетната година, въз основа на подадените от медицинските специалисти от здравните кабинети обобщени данни от профилактичните прегледи (извършени от ОПЛ), са изготвени и анализи за здравословното състояние на децата и учениците през учебната 2020/2021 г. Същите са предоставени на МЗ и областните администрации за информиране и предприемане на съответни мерки.

## 5. ФИНАНСОВИ РЕСУРСИ ПО ПРОГРАМАТА

Програмата се финансира от Републиканския бюджет. Разходването на средствата се планира всяка година. През 2020 г., за дейности по програмата, са предоставени **190 000 лв.**

За дейности по раздел 1. *«Управление и координиране на дейностите по Програмата»* и раздел 2. *«Реализиране на дейности, насочени към намаляване на факторите на риска, водещи до ХНБ»* (провеждане на национални работни срещи и семинари; дейности за повишаване на капацитета на медицинските и немедицинските специалисти и партньори по програмата; провеждане на образователно-информационни кампании по проблемите на 4-те рискови за здравето фактори – тютюнопушене, злоупотреба с алкохол, нездравословно хранене и ниска физическа активност; изготвяне, отпечатване и разпространение на здравнообразователни материали и др.) са изразходвани **64 800 лв.**

За дейности по раздел 3. *«Реализиране на дейности, насочени към ранно откриване на водещите ХНБ»* (популяционен скрининг на рак на шийката на матката; рак на млечната жлеза и рак на дебелото черво) са предоставени **124 200 лв.**

С оглед на епидемиологичната обстановка в страната, предизвикана от разпространение на Covid-19 и високата заболяемост и невъзможност лечебните заведения да се ангажират с провеждане на скрининга от РЗИ Ямбол, предвиденият бюджет за дейността е прехвърлен на РЗИ Бургас (РД-01-569/06.10.220). Скрининговите прегледи там ще бъдат проведени през 2021 г.

## 6. ПРОБЛЕМИ ПРИ РЕАЛИЗАЦИЯ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА И ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА ТЯХНОТО ПРЕОДОЛЯВАНЕ

### *ОСНОВНИ ПРОБЛЕМИ ПРИ РЕАЛИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА*

- През 2020 година световната пандемия от *Covid-19* се отрази върху всички сектори. Дейността на РЗИ се реорганизира, с приоритет на *противоепидемичните дейности*, като по места структурите на отдели/дирекции ПБПЗ изключително работеха в помощ на дирекции „Надзор на заразните болести“ и изпълнението на планираните дейности по промоция на здраве и профилактика на болестите бяха ограничени.
- *Остава ограничен кадровият потенциал на всички нива (МЗ, РЗИ, НЦОЗА)* - не са включени достатъчно експерти, които да съдействат за управлението, координацията и реализирането на програмата; недостатъчен кадрови потенциал за ефективно и устойчиво реализиране на програмата; много ограничен човешки ресурс в РЗИ за промоция на здраве и профилактика на болестите.
- Традиционен през годините проблем е *ограниченото финансиране на дейностите по Програмата* – финансира се част от заложените по програмата дейности; липсва възможност за закупуване на дълготрайни материални активи за въвеждане на нови методи и подходи, насочени към промоцията на здраве и превенцията на ХНБ, а също и за използването на съвременни методи на обучение, с цел достигане на по-голяма аудитория от населението - създаване и режисура на филми, музикални творби за младите хора, срещи с известни личности, туризъм, самостоятелно организиране на празници и други масови изяви за населението, обучение на терен със специалисти по програмата.
- *Липса на интерес за заемане на позиции, свързани с промоцията на здраве и превенцията на болестите, в РЗИ и НЦОЗА, и текучество на кадри, поради ниското заплащане.*

***Проблемите, свързани с дейността на Консултативните кабинети за отказване от тютюнопушенето (ККОТ), остават и през 2020 г.***

- *Липсват обособени самостоятелни помещения за извършване на специфичната дейност на ККОТ в по-голямата част от РЗИ (обособени помещения на ККОТ има само в 7 РЗИ).*
- *Все още е недостатъчна информираността на населението за ККОТ, неговите функции, цели и метод на работа.*
- *Недостиг на здравнообразователните материали за консултираните лица. (издателската дейност на местно ниво е ограничена поради финансови причини).*
- *Недостатъчен кадрови потенциал (в повечето РЗИ консултантите са психолози, но поради липса на кадри тази дейност се извършва от еколози, биолози, социолози и инспектори. Само в 3 РЗИ разполагат с лекари-консултанти).*
- *Недостатъчна квалификация на специалистите, работещи в ККОТ.*
- *Липсва обратна връзка с лицата за установяване на ефективността от проведените консултации.*

***ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ ПО ПРОГРАМАТА***

- *Провеждане на регулярни срещи на Националния програмен съвет и на Областните програмни съвети, с оглед по-ефективно управление на програмата. Широко обсъждане при планирането на дейностите.*
- *Създаване на интернет платформа на програмата за повишаване нивото на информираност на населението и обмен на информация за дейностите, реализирани в различните региони на страната, като се използват официалните сайтове на МЗ, НЦОЗА и РЗИ.*
- *Изграждане на ефективни механизми за мониторинг и оценка на Програмата.*
- *Адекватно, своевременно и в пълен обем финансиране на дейностите по програмата. Регламентиране на финансирането на дълготрайни активи, свързани с дейностите по програмата.*
- *Използване на съвременни методи на обучение, с цел достигане на по-голяма аудитория от населението - създаване на филми и музикални творби за младите хора; организиране на срещи с известни личности, празници и други масови изяви за населението, обучение на терен със специалисти по програмата.*

- *Повишаване на капацитета* на медицинските и немедицинските специалисти, ангажирани с реализирането на дейностите по програмата.
- Идентификация и въвеждане в МЗ/РЗИ/НЗОК/ОПЛ на индикатори за оценка на риска, в т.ч. адекватни индикатори и критерии за оценка и мониторинг на кърменето, храненето и хранителния статус на различни групи от населението.
- *Политика за адекватно заплащане на труда* на работещите в РЗИ, НЦОЗА и другите национални центрове към МЗ.

### ***Предложения за подобряване на дейността на ККОТ***

- Обособяване на самостоятелни помещения за ККОТ в РЗИ.
- Рекламирање на дейността на ККОТ в местни и централни медии и сайтове. Изготвяне за целта на рекламни печатни материали и тяхното разпространение сред населението.
- Изготвяне от специалисти на НЦОЗА на здравнообразователни материали, в помощ на консултантите от ККОТ и предназначени за отказващи се пушачи, напр. Помагало за пушачите, с атрактивна визуализация в електронен вид и като печатно издание за всяка РЗИ.
- Повишаване на квалификацията на служителите, работещи в ККОТ, чрез ежегодни обучения в НЦОЗА за придобиване на нови знания и информация, и практически умения в посочената област. Обученията да включват специалисти в областта на отказване на тютюнопушенето и практикуващи психолози, за споделяне на собствен опит и демонстрация на умение и поведение на консултанта.
- Разработването на местно ниво на начини за обратна връзка (по телефон, в писмена кореспонденция, чрез анкета и др.) с лицата за установяване на ефективността от проведените консултации.
- Възстановяване на национално ниво на успешно провежданата и резултатна кампания с конкурсен характер за отказване от тютюнопушене „Спри и спечели“;
- Осигуряване на калибриране на апаратите “Smokerlyzer” (за измерване на въглероден монооксид в издишания въздух и въглексихемоглобин в кръвта);
- Закупуване на портативни спирометри (за измерване на белодробен обем), с цел скрининг при пушачи и демонстриране на негативното влияние върху дихателната система – за използване в кабинета или в акции/ кампании сред гражданите.