



Фундамент здоровья ребенка: система информационной поддержки родителей

Образовательный проект Института здоровья семьи
доктора Мальцевой



Институт здоровья семьи
доктора Мальцевой

Здоровые дети – здоровая нация!

Цель

Реализовать образовательно-просветительский проект, направленный на **возрождение и / или формирование у родителей навыков заботы о здоровье детей**, повышение их информированности в вопросах комплексного подхода к укреплению здоровья и предупреждению заболеваний.



Институт здоровья семьи
доктора Мальцевой



Суть проекта

«Фундамент детского здоровья: система информационной поддержки родителей» – **комплексный образовательно-просветительский проект**, ориентированный на родителей, которые сегодня не готовы быть пассивными участниками **модели «ВРАЧ – ПАЦИЕНТ»**, а хотят принимать деятельное участие не только в воспитании, но и в формировании фундамента здоровья своих детей.

В рамках проекта врачами Института здоровья семьи доктора Мальцевой разработан комплекс **аудио-, видео-, текстовых материалов**, основная цель которых – возрождение и / или **формирование у родителей навыков заботы о здоровье ребенка** без паники и «предупредительного залечивания».

Актуальность проекта

Актуальность проекта обусловлена **сменой базовой парадигмы**, в которой пациент (ребенок) был объектом лечения, а его законный представитель (родитель) пассивным субъектом в модели «Врач – Пациент».

Сегодня **родители ориентированы на получение навыков заботы о здоровье детей** и знаний о профилактических мероприятиях для физического и психо-эмоционального благополучия ребенка.

К сожалению, в современном обществе сложилось убеждение, что **вопросы здоровья – прерогатива института здравоохранения**, что приводит к негативным последствиям, в том числе к нежеланию самостоятельно заниматься укреплением здоровья детей (вопросы питания, профилактики, формирования здорового образа жизни, включая физическую культуру и т.д.).

Стимулирование интереса родителей к вопросам здоровья детей, доступ к понятным и интересным информационным материалам могут кардинальным образом изменить текущую ситуацию.



Актуальность проекта

Мы предлагаем альтернативу общепринятым сценариям: забота о **здоровье детей – законное право родителя**, а **лечение болезни – ответственность врача**.

Именно **семья – это территория формирования фундамента здоровья ребенка**. А состояние здоровья детей – один из главных показателей здорового общества.

Опыт **советской медицины** показывает огромное положительное влияние **профилактической педиатрии** на здоровье целых поколений. Профилактическая медицина является глобальным трендом современного общества, одной из главных ценностей которого становится здоровье.

А здоровые дети – здоровая нация, здоровая Россия!



Задачи

- 01.** Сформировать у родителей **убеждение, что именно они ежедневно формируют фундамент здоровья детей.**
- 02.** Предоставить родителям доступ к **информационно-просветительским материалам**, которые помогут выстроить систему профилактических мероприятий и самостоятельно заниматься оздоровлением ребенка в домашних условиях.
- 03.** **Изменить** сложившийся в современном обществе **стереотип**, что здоровье детей – прерогатива **только** системы здравоохранения.
- 04.** **Вернуть интерес общества к профилактическим мероприятиям** как необходимому звену в модели «Врач – Пациент».
- 05.** **Стимулировать родителей** принимать активное участие не только в воспитании, но и в сохранении и укреплении здоровья ребенка.

Почему родители должны разбираться в вопросах здоровья детей?

По нормативам Минздрава, прием врача педиатра составляет 15 минут, дети до года проходят осмотры ежемесячно, с 1 до 2 лет – 4 раза, с 2 до 3 лет – два раза, далее 1 раз в год.

Таким образом, если ребенок до 1 года имеет время касания с врачом 3 часа в год, то ребенок 3 лет и старше – 15 минут + дополнительное время в период острых состояний.

Может ли за это время врач педиатр разработать программы по восстановлению детского организма?

В текущей ситуации это маловероятно.

Следовательно, **большая часть задач по укреплению и восстановлению здоровья ребенка ложится на плечи родителей.**



Ресурсная база проекта

На базе Института здоровья семьи доктора Мальцевой разработан образовательный курс «Мама – лучший доктор», который проводился с 2019 года 14 раз. За это время курс прошли 3413 человек. 285 человек прошли курс дважды.

По результатам обучения:

- большинство мам **справились с проблемами, с которыми пришли на обучение** (частые ОРВИ с осложнениями (отиты, бронхиты, аденоиды) до 6–8 раз в год, снижение концентрации, памяти и внимания, повышенная утомляемость, задержка роста, лишний вес, снижение зрения и т.д.);
- значительное количество семей **поменяли формат питания**, что улучшило самочувствие всех членов семьи;
- после обучения на курсе мамы **чувствуют уверенность в своих силах и спокойствие** от того, что способны самостоятельно решать вопросы, связанные с детским здоровьем;
- большая часть слушателей после обучения **стали вести здоровый образ жизни.**



Содержание проекта

Образовательный ресурс «Фундамент здоровья ребенка: система информационной поддержки родителей» **охватывает основные темы, которые интересуют родителей при обращении к врачу-педиатру.**

Первый модуль

Направлен на **формирование навыков** ежедневного наблюдения за самочувствием ребенка и своевременной коррекции замеченных изменений.

Второй модуль

Профилактические программы, которые можно реализовать в домашних условиях. Родители получают знания о питании, распространенных отклонениях в работе пищеварительной, нервной систем ребенка, профилактических противопаразитарных мероприятиях, о своевременной грамотной коррекции основных дефицитов витаминов и минералов, нехватка которых может спровоцировать развитие серьезных заболеваний (магний, йод, селен, железо, витамин D и др.)

Содержание проекта

Третий модуль

В третьем модуле родители овладевают навыками **составления здорового детского рациона** и учатся справляться с пищевой избирательностью ребенка и видеть ее причины.

Четвертый модуль

Посвящен мерам профилактики для сохранения и укрепления **гормонального здоровья** детей. Родители получают знания о том, на что нужно обратить внимание, чтобы не допустить развития ожирения, нарушений в работе щитовидной железы, здорового запуска функции репродуктивной системы в пубертатный период у мальчиков и девочек.

Пятый модуль

Посвящен **здоровью мамы**, так как именно от ее ресурса и самочувствия во многом зависит физическое и эмоциональное состояние ребенка.

Реализация проекта

- Институт здоровья семьи доктора Мальцевой подготовил материалы для запуска **бесплатного образовательно-просветительского проекта «Фундамент детского здоровья: система информационной поддержки родителей»**.
- Первый запуск бесплатного проекта запланирован на осень 2024 года.
- Для масштабной реализации проекта необходимы информационная поддержка общественных организаций и заинтересованных лиц, готовых присоединиться к популяризации проекта, партнерство с медицинскими учреждениями для распространения идеи возрождения профилактической медицины с непосредственным участием родителей.
- Мы рассчитываем на поддержку фонда «Женщины за здоровое общество», так как имеем общие задачи, ценности и миссию.
- Объединив усилия, мы сможем внести большой вклад в развитие нашей страны и общества: каждая здоровая семья – это шаг к процветанию нашей великой Родины.
- Мы готовы предоставить доступ к своим ресурсам, образовательным и просветительским проектам, проводить совместные оффлайн и онлайн мероприятия с Министерством здравоохранения и детскими лечебно-профилактическими учреждениями.

Масштабирование проекта

- Формирование экосистемы «Здоровые дети»: клуб, образовательные и просветительские проекты, онлайн и оффлайн мероприятия совместно с Министерством здравоохранения, общественными организациями и детскими медицинскими учреждениями.
- Регулярные запуски и популяризация социального бесплатного образовательно-просветительского проекта **«Фундамент детского здоровья: система информационной поддержки детей»**.
- В разработке собственная IT-платформа (приложение+сайт) под клубную модель.

Ожидаемые результаты

- Формирование у родителей устойчивых навыков заботы о здоровье ребенка.
- Популяризация идеи профилактических мероприятий для укрепления, восстановления и сохранения здоровья детей.
- Изменение традиционного для современного общества представления о том, что здоровье детей – ответственность и обязанность системы здравоохранения.
- В перспективе – возрождение профилактической педиатрии как промежуточного звена между семьей и лечебно-профилактическими учреждениями.

Авторы материалов проекта



**Мальцева Марина
Владимировна**

- Основатель Института здоровья семьи доктора Мальцевой
- Врач-невролог, фитотерапевт, нутрициолог с 20 летним опытом в сфере сохранения и восстановления здоровья
- Автор образовательных программ (более 10 000 учеников из 69+ стран мира), книг и блога о здоровье со 160 тыс. подписчиков и Youtube-канала с полуторамиллионными просмотрами
- Мама троих детей: дочерям – 20, 16 лет, сыну 7 лет



**Депутатова Мария
Владимировна**

- Ведущий эксперт, преподаватель и соавтор программ Института здоровья семьи доктора Мальцевой
- Врач-педиатр с 11-летним опытом
- Мама троих детей – 4, 9 и 15 лет

Команда проекта

врачи-педиатры



Мария
Семченко



Олеся
Еланова

Подтверждение результативности

Уважаемая Марина Владимировна и ее безумно крутая команда настоящий профессионалов-людей! От всей души я благодарю вас за этот титанический и круглосуточный труд под названием "обучение и просветление"! Ваша сила веры в себя, свою команду и в нас ооочень заразительна. Для меня данный курс стал больше, чем просто обучение основам поддержания физиологического здоровья ребенка. Для меня это стало обучением поддержания ментального здоровья, психологического здоровья, здоровья души! Я нашла для себя формулу осознанного материнства-это ответственность за ВСЕ, что попадает или не попадает в рот ребенка.



Дарья Шагурина



Марина, доброе утро!

🙏 Хотелось бы ещё раз поблагодарить вас, за курс „Мама-лучший доктор,,

👉
Ту информацию, которую вы даёте на курсе- просто не возможно обычной маме найти где-то, т.к. сейчас настолько низкий уровень действительно грамотных специалистов, к которым можно обратиться (даже при наличии денег). Я сейчас беременна вторым ребёнком, дочкой, первый сын 8 лет. Да не всё идеально по здоровью на последнем вебинаре, когда вы рассказывали о гормональном здоровье мальчиков и девочек, это было настолько ценно!

👉 Сейчас я чувствую себя реально крутой, продвинутой мамой в плане информации по здоровью

своих детей(конечно ни раз ещё нужно пересмотреть и полностью разложить по полочкам всю полученную на курсе информацию, но это такие мелочи), самое главное появилась уверенность и начало пути положено. Видя, какое лечение назначают педиатры, аллергологи, лор врачи и др.специалисты не только детские, я уже да давно поняла, что здоровье моё, моей семьи никому, кроме нас самих не нужно. Спасибо, вам, Марина за, то что несёте эту ценную информацию в массы! 🙏🙏🙏

🙏 Ваша работа-это реально миссия –сохранение ЗДОРОВЬЯ настоящего и будущего поколения! То, что вы делаете, воздастся вам в сто крат!

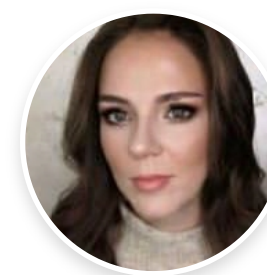
Подтверждение результативности

Большое спасибо вам за эти
чудодейственные знания !
Я не новичок в теме, но на этом курсе появилась
структура , более глубокое изучение
причинно-следственных связей !
А еще очень радостно , что все больше родителей
берут ответственность на себя за здоровье своих
деток, а это значит мы можем и должны растить
здоровое поколение !
Благодарю всю вашу команду за этот бесценный
вклад в будущее !
Процветания вам

Дарья Антонова

Марина Владимировна, низкий Вам поклон
за ваш труд, за ваши бесценные знания, которыми вы
щедро делитесь на своем курсе!

Мою благодарность не описать словами, слезы
счастья от того, что теперь я сама могу разобраться
с многими вещами, касательно здоровья моего
сыночка, а не слепо доверять «специалистам»...
Какое счастье, что моему ребенку еще нет двух лет,
что многие проблемы не запущены, ох если бы я
знала о вас раньше, пришла бы на курс еще будучи
беременной, так как просмотрев анализы своего
ребенка за 1,5 года его жизни, я мягко говоря,
расстроена... Но сейчас мы Мамы знаем, что со
всем этим делать и это все благодаря Вам и вашей
команде. Будьте здоровы и счастливы!



Анна Ковалева

Подтверждение результативности

Сложно описать словами, как повышается уровень осознанности, оптимизма, спокойствия, вдохновения и благодарности у тех мам и пап, кто прослушал этот курс, проанализировал, законспектировал, пропустил через себя и стал применять в жизни.



Наталья Пухова

Марина Владимировна, спасибо Вам за этот ценнейший и невероятно развернутый, информативный, доступный и главное понятный для нас мам, не имеющих мед. образование курс! Это лучшее вложение этого года! Огромная Вам благодарность за то, что дали инструменты, знания, при этом упростили и вселили уверенность в возможностях разобраться, решить проблему без вреда для организма в целом! Безусловно предстоит большая работа нам мамам, что бы проанализировать, принять решение, составить план, настроить всю семью и начать действовать, но когда понимаешь зачем, как и почему....мотивации больше!



Юлия



Подтверждение результативности

Мария
Гревцева

"Случайности- не случайны!

Работая в системе здравоохранения уже 9 лет в качестве врача-реаниматолога, могу с уверенностью сказать, что курс ""мама-лучший доктор!"" - просто открытие для всех думающих и осознанных мам! Сейчас, в условиях нашего здравоохранения, кроме мамы, никто не несет ответственности за здоровье ребенка!

С рождением дочери я стала осознавать, что современный подход к здоровью детей основан только на лечении болезни, а не на ее профилактике. Назначаемые детям препараты только маскируют проблему, совсем ее не решая, а зачастую принося больший вред, чем пользу. Я поняла, что везде нужен комплексный подход. Поэтому тема альтернативных методов лечения, натуропатии, нутрициологии для меня стала очень актуальна. Многие коллеги не понимают мою приверженность альтернативным методам, натуропатическому подходу в лечении семьи. Но я каждый раз убеждаюсь в правильности своего выбора. Я верю, что все в жизни не случайно, и мне попадается нужная информация всегда вовремя! А курс ""мама- лучший доктор!"" - этому подтверждение. Я научилась по поведению ребенка, его приоритетам в питании, его стулу замечать изменения в здоровье и мягко, целенаправленно на них воздействовать. Актуальные вопросы детского питания, интерпретация детских анализов, состав домашней аптечки, оздоровительные программы- все это прекрасно освещает замечательная женщина, мама 3-х детей, грамотный специалист с огромным опытом работы в области натуропатии и нутрициологии,

Марина Мальцева!

Информацию доносит абсолютно доступным языком, что поймет каждый!

Теперь утро в нашей семье начинается с адаптогенной смеси и все чувствуют прилив сил и энергии, несмотря на пасмурную погоду и отсутствие солнышка. Также я особо пристально слежу за рационом питания своего ребенка, понимая, что питание - это основа здоровья!

Мое огромное желание, ввиду большой психо-эмоциональной нагрузки, тяжелого ночного графика работы, освоить новую профессию натуропата и нутрициолога, чтобы пользоваться этими знаниями

не только для себя и своей семьи, но и помогать другим семьям поддерживать свое здоровье!

Ведь оно- наша главная ценность!

С благодарностью к @mamabestdoctor и @ipnn.expert"