



Первый полугодовой тренинг общественных экспертов и пациентов ВСП 2025
«ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ НКО И СООБЩЕСТВ ПАЦИЕНТОВ:
ТЕНДЕНЦИИ, ИНСТРУМЕНТЫ, ПРАКТИКИ»

«Формирование культуры ответственного пациента НКО»

Эксперт: А.Г. Коровин

Модератор: С.Ю. Сергеева

17 мая 2025 года

Первый полугодовой тренинг общественных экспертов и пациентов ВСП 2025
«ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ НКО И СООБЩЕСТВ ПАЦИЕНТОВ:
ТЕНДЕНЦИИ, ИНСТРУМЕНТЫ, ПРАКТИКИ»



Эксперт:

**АЛЕКСАНДР ГЕННАДЬЕВИЧ
КОРОВИН**

Организационный консультант,
тренер, специалист по вопросам
структурирования и повышения
эффективности деятельности



Модератор:

**СВЕТЛАНА ЮРЬЕВНА
СЕРГЕЕВА**

Руководитель проектов Центра
«Социальная Механика»

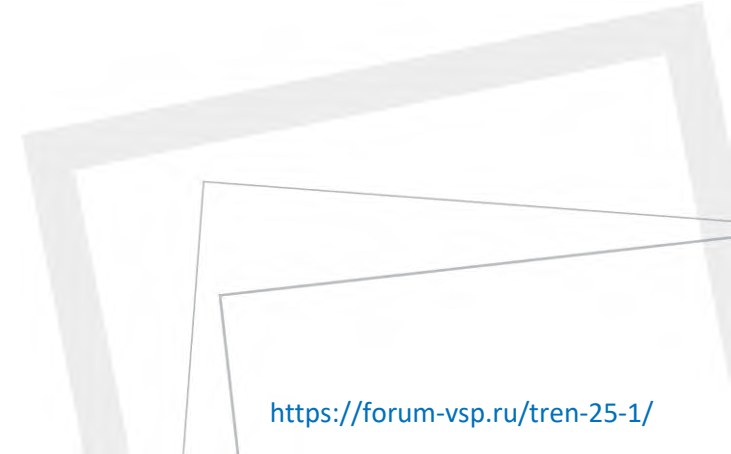
17 мая 2025 года



Культура ответственного пациента



- это модель поведения, при которой человек осознанно и активно участвует в сохранении своего здоровья, профилактике заболеваний, лечении и взаимодействии с медицинской системой





Пациент-ориентированная система





ХАРАКТЕРИСТИКИ ОТВЕТСТВЕННОГО ПАЦИЕНТА



Медицинский аспект

- ✓ знание о своем заболевании
- ✓ ответственное самолечение
- ✓ соблюдение медицинских рекомендаций и назначений
- ✓ контроль заболевания
- ✓ своевременное обращение к врачу

Юридический аспект

- ✓ знание прав пациентов
- ✓ Знание алгоритмов действий



Социально-поведенческий аспект

- ✓ режим питания
- ✓ физическая активность
- ✓ рекомендованный образ жизни (РОЖ)
- ✓ волонтерство

Личностно-психологический аспект

- ✓ осознанное отношение к своему заболеванию и здоровью
- ✓ психологическая устойчивость
- ✓ конструктивная позиция и позитивный настрой
- ✓ продуктивное общение со своим окружением



ЛИЧНОСТНЫЙ БЛОК



Структура личностного блока		Значимость высокая / низкая	Уровень экспертности	Длительность формирования
Эмоционально-психологический аспект	Мотивация (потребности и ценности)	ВЫСОКАЯ	НЕ СПЕЦИАЛИСТ	БЫСТРО
	Убеждение и установки	ВЫСОКАЯ	СПЕЦИАЛИСТ	ДОЛГО
	Отношение к заболеванию и стадия его принятия	ВЫСОКАЯ	СПЕЦИАЛИСТ НЕ СПЕЦИАЛИСТ	ДОЛГО
	Осознанность	ВЫСОКАЯ	СПЕЦИАЛИСТ НЕ СПЕЦИАЛИСТ	БЫСТРО / ДОЛГО
	Личностные качества	НИЗКАЯ	СПЕЦИАЛИСТ	ДОЛГО
	Эмоционально-устойчивое позитивное состояние	ВЫСОКАЯ	СПЕЦИАЛИСТ НЕ СПЕЦИАЛИСТ	БЫСТРО
	Ресурсность	ВЫСОКАЯ	НЕ СПЕЦИАЛИСТ	БЫСТРО
Волевой аспект	Способность перевести намерение, решение, замысел в практическое действие	ВЫСОКАЯ	НЕ СПЕЦИАЛИСТ	ДОЛГО

ИНСТРУМЕНТАЛЬНЫЕ ЗНАНИЯ ПАЦИЕНТА для решения проблем и задач в сфере здравоохранения



**ЧЕК ЛИСТ:
ВИЗИТ К ВРАЧУ**



Цель: Убедиться, что у вас есть всё необходимое для эффективного посещения врача

1. Документы: - Паспорт - Полис ОМС или ДМС - Направление от другого врача (если требуется) - Медицинская карта или выписка из нее	2. Анализы и исследования: - Подготовьте результаты предыдущих анализов и обследований - Уточните, нужны ли новые исследования перед приемом - Выясните, есть ли аллергия
3. Жалобы: - Запишите, что вас беспокоит. - Укажите дату начала симптомов и их интенсивность	4. Вопросы врачу: - Подумайте, что хотите узнать - Сформулируйте вопросы четко и лаконично
5. Лекарства: - Принесите список принимаемых препаратов с дозировкой - Уточните, нет ли противопоказаний к новым назначениям	6. Финальная проверка: - Проверьте место и время приема - Уточните, нужно ли соблюдать особые условия перед визитом (например, натощак)

ПОСЛЕ ПРИЁМА

- Проведите все лечебно-диагностические процедуры
- Купите необходимые лекарства
- Соблюдайте все рекомендации
- Ведите здоровый образ жизни
- Откажитесь от вредных привычек
- Запишитесь на повторный прием
- Прохождение медицинских осмотров и диспансеризацию




Ежедневник ответственного поведения

мысль дня

21.01.2025

Тебе не нужно изменить всю свою жизнь за один день. Все, что тебе нужно – сфокусироваться на одном маленьком действии, которое ты можешь сделать сегодня и которое приблизит тебя к мечте. Медленно и шаг за шагом – ты окажешься там, где ты хочешь быть

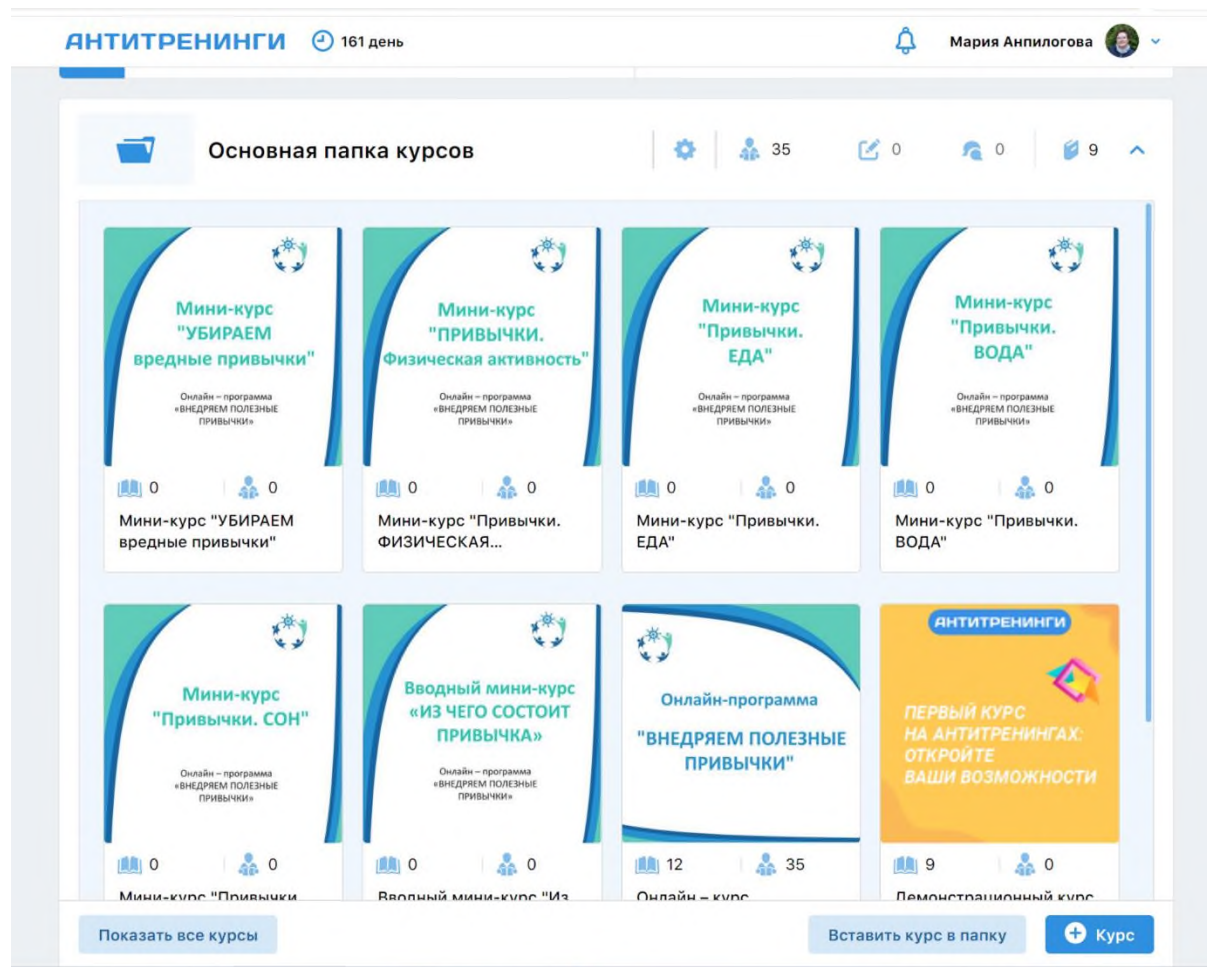
#ВСОтветственныйпациент

Мысль дня

Чек лист: визит к врачу

ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ БЛОК

Онлайн курс «Формируем полезные привычки»



Изучил (-а) курс «Привычки. ВОДА»
и готов(-а) к наведению порядка для
внедрения привычек в жизнь

Присвоен статус
«Боцман»



ОТВЕТСТВЕННЫЙ ПАЦИЕНТ



ЗНАНИЕ, НАСТРОЙ
ДЕЯТЕЛЬСТВО, РЕЗУЛЬТАТ



Изучил (-а) курс «Привычки. ЕДА»
и готов(-а) к внедрению привычек
здорового питания

Присвоен статус
«Судовой повар»



ОТВЕТСТВЕННЫЙ ПАЦИЕНТ



ЗНАНИЕ, НАСТРОЙ
ДЕЯТЕЛЬСТВО, РЕЗУЛЬТАТ

ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ БЛОК

ОТВЕТСТВЕННЫЙ ПАЦИЕНТ

ЗНАНИЕ, НАСТРОЙ
ДЕЙСТВИЕ, РЕЗУЛЬТАТ

**БЛОКНОТ
ПОМОЩНИК ПАЦИЕНТА**

Фамилия _____

Имя _____

Телефон _____

ФОНД ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

Блокнот ответственного пациента

ОТВЕТСТВЕННЫЙ ПАЦИЕНТ

ЗНАНИЕ, НАСТРОЙ
ДЕЙСТВИЕ, РЕЗУЛЬТАТ

**ЧЕК-ЛИСТ
«Рекомендованный образ жизни»**

месяц _____

действия	текущий месяц
Я сплю не менее 7-8 часов	
Я делаю зарядку каждый день	
Я придерживаюсь своей диеты	
Я хожу пешком более 5000 шагов	
Я откладываю телефон за 1 час до сна	
Я ложусь спать не позднее 23 ч.	
Я выполняю назначения врачей	
Я регулярно принимаю назначенные лекарства	
ИТОГО	

Трекер полезных привычек

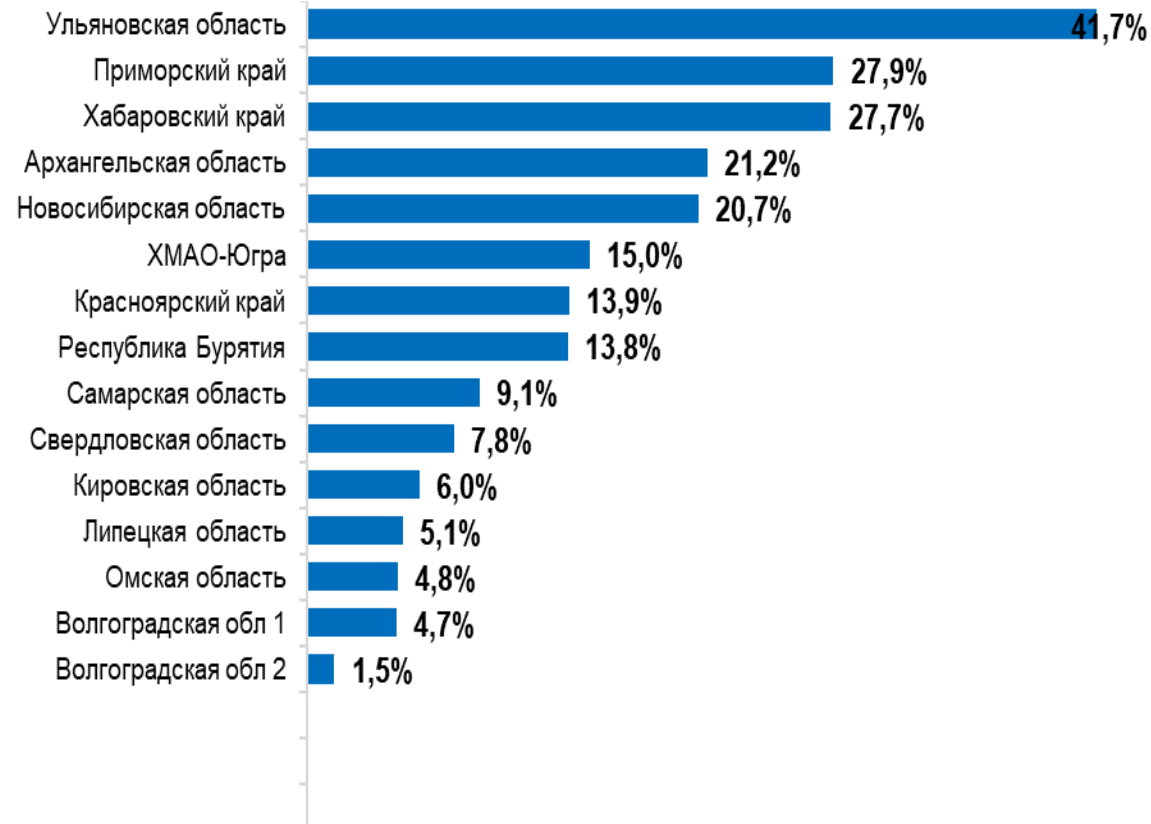
Вода

инструкция по применению трекера

ФОНД ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

Трекер полезных привычек

Анкета по измерению уровня ответственности пациента



- 1. Формируете ли вы культуру ответственного поведения пациента в своей организации?**
- 2. Какие при этом возникают сложности?**
- 3. Как вы их преодолеваете?**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Первый полугодовой тренинг общественных экспертов и пациентов ВСП 2025
«ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ НКО И СООБЩЕСТВ ПАЦИЕНТОВ:
ТЕНДЕНЦИИ, ИНСТРУМЕНТЫ, ПРАКТИКИ»
<https://forum-vsp.ru/tren-25-1/>