

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ и РЕКОМЕНДАЦИИ**  
**к проведению информационно-коммуникационной кампании, посвященной**  
**Всемирному дню борьбы с артритом (12 октября)**

---

**! Обратите внимание, все ссылки в документе кликабельны.**

Все информационные и методические материалы для скачивания находятся по [ссылке](#).

В рамках проведения информационно-коммуникационной кампании, посвященной **Всемирному дню борьбы с артритом**, рекомендуется:

**I. Разместить на официальном сайте учреждения баннер**, ведущий на [тематическую web-страницу](#), посвященную дате (если вы не являетесь участником системы централизованной рассылки баннеров от ОГБУЗ «ЦОЗиМП») – [скачать баннер](#)



**II. Провести просветительские мероприятия для населения, приуроченные к дате:**

• Видеолекторий с использованием видеоматериалов:

1. [Профилактика заболеваний суставов и позвоночника](#)
2. [Питание и здоровые суставы](#)
3. [Боль в коленях – 13 причин. Как найти причину и правильно действовать, если болит колено?](#)
4. [Гимнастика при болях в коленях: оживляем коленные суставы](#)
5. [Почему болит стопа – определяем причину самостоятельно и снимаем боль проверенными методами](#)
6. [Косточка на ноге: упражнения от боли и деформации сустава](#)
7. [Эти продукты спасут ваши суставы: как избавиться от болей и восстановить хрящи](#)
8. [Диагноз – ревматоидный артрит. Основные аспекты здоровья. Взаимодействие пациента и врача](#)
9. [Анкилозирующий спондилит – вопросы безопасности](#)
10. [Артрит без лекарств: безопасность и эффективность немедикаментозных методов лечения](#)
11. [Псориатический артрит: современные возможности диагностики и терапии](#)
12. [Вебинар: Школа для пациентов](#)
13. [Гимнастика при боли в суставах - видеоуроки - ФГБНУ НИИР им. В.А. Насоновой](#)

**III. Запустить прокат видеороликов на плазменных панелях учреждения по теме даты:**

1. [День борьбы с артритом: что вы знаете о ревматических заболеваниях?](#)
2. [Боль в коленях – 13 причин. Как найти причину и правильно действовать, если болит колено?](#)
3. [Гимнастика при болях в коленях: оживляем коленные суставы](#)
4. [Почему болит стопа – определяем причину самостоятельно и снимаем боль проверенными методами](#)
5. [Косточка на ноге: упражнения от боли и деформации сустава](#)
6. [Эти продукты спасут ваши суставы: как избавиться от болей и восстановить хрящи](#)

**IV. Разместить информационные материалы в местах наибольшей видимости и проходимости людей (плакаты, буклеты, листовки) по теме даты:**

1. [Памятка ревматологическому пациенту](#)
2. [Остеоартрит. Методичка для пациентов](#)
3. [Врач – пациенту. Информация о ревматических заболеваниях. Псориатический артрит](#)
4. [Врач – пациенту. Информация о ревматических заболеваниях. Болезнь Бехтерева](#)
5. [Врач – пациенту. Информация о ревматических заболеваниях. Системная красная волчанка](#)
6. [Склеродермия](#)

**V. Разместить публикации в соцсетях по теме даты, используя материалы:**

1. [12 октября – Всемирный день артрита](#)
2. [Общероссийская общественная организация инвалидов «Российская ревматологическая ассоциация «Надежда»](#)
3. [Всемирный день борьбы с артритом](#)
4. [День борьбы с артритом: профилактика болезней суставов](#)
5. [Профилактика болезней суставов и околосуставного аппарата](#)
6. [Динамика распространения заболеваний ОДА в России и мире](#)
7. [Заболевания опорно-двигательного аппарата](#)

**VI. Разработать собственные статьи и публикации для размещения на сайте учреждения, в соцсетях, электронных или печатных СМИ с использованием следующих материалов:**

1. [Диета при артрите](#)
2. [Лечебная физкультура при остеоартрозе](#)
3. [Здоровое питание – здоровые кости](#)
4. [Туннельный синдром: заболевание офисного сотрудника](#)
5. [Подагра. Диета при подагре](#)

6. [Юридическая помощь больным с ревматоидным артритом](#)
7. [Что делать, чтобы суставы не заболели](#)
8. [Артрит-артроз – как лечить без операции и лекарств?!](#)
9. [Региональные особенности распространенности суставных синдромов различной этиологии](#)
10. [Болезни костно-мышечной системы: эпидемиология, факторы риска, профилактика](#)
11. [Травматизм, ортопедическая заболеваемость, организация травматолого-ортопедической помощи в РФ](#)

**Информацию подготовила:**

- врач-методист отдела организации медицинской профилактики ОГБУЗ «ЦОЗиМП» Елена Алексеевна Линок