**19 октября – Международный день борьбы с остеопорозом**

19 октября 2024 будет проведен Международный день борьбы с остеопорозом совместно с министерством Здравоохранения Архангельской области, «Университетом здоровья» СГМУ, Архангельским городским эндокринологическим центром ГБУЗ «Первая ГКБ им. Е.Е. Волосевич» при поддержке агрохолдинга «Белозорие»

Тема Международного Дня борьбы с остеопорозом в 2024 году – «СКАЖИ «НЕТ» ХРУПКИМ КОСТЯМ»

**Место проведения – Северный государственный медицинский университет** (Архангельск, Троицкий проспект 51), 1 этаж, **аудитория 2102 им. Н.П. Бычихина,** время проведения **12:00 – 16:00**

**Программа проведения Международного дня борьбы с остеопорозом в 2024 г. в Архангельске:**

1. ***Регистрация участников и подписание Всемирной Хартии пациентов 12:00-16:00***

*- подписание Всемирной Хартии* *Международного Фонда Остеопороза «Действуйте, чтобы освободить мир от переломов хрупких костей!» - петиция в поддержку прав пациентов с остеопорозом*

1. ***Школа остеопороза 12:20-13:20***

*- тематическая лекция* ***«Сделайте шаг навстречу здоровью ваших костей»*** *(ответственная зав. АГЭЦ, доцент кафедры госпитальной терапии и эндокринологии, к.м.н. З.Э. Бахтина) 12:20-13:00*

*- сообщение* ***«Важность правильного питания и молочных продуктов»*** *(ответственный зам. ген. директора агрохолдинга «Белозорие», Член Управляющего Совета НОЦ «Российская Арктика» к.э.н. А.Н. Гречанный)13:00-13:15*

*- демонстрация видеоматериалов 13:15-13:30*

 *- ролик «Бабушка» https://cloud.mail.ru/public/NuR3/XPxW1F9JK*

 *- фильм «Хурма» https://cloud.mail.ru/public/et5n/HLqq7WFi6*

1. ***Регулярные физические упражнения 13:30-14:20***

*- мастер-класс по скандинавской ходьбе (ответственная доцент кафедры физической культуры и медицинской реабилитации СГМУ к.б.н. М.Н. Репицкая)*

1. ***Здоровое питание для костей 12:00-15:30***

*- дегустация молочных напитков, (проводят медицинские сестры, ответственный зам. ген. директора агрохолдинга «Белозорие», Член Управляющего Совета НОЦ «Российская Арктика» к.э.н. А.Н. Гречанный)*

1. ***Определите свои факторы риска 14:20-15:40***

*- определение риска развития переломов у населения с использованием методики FRAX (проводят клин. ординаторы, ответственная врач- эндокринолог, ассистент кафедры госпитальной терапии и эндокринологии Е.И. Сельченкова)*

*- Расчет калькулятора кальция*

*- Запись на скрининговое исследование (бесплатно) минеральной плотности костной ткани (рентгеновская периферическая остеоденситометрия) лицам с факторами риска остеопороза и старше 50 лет (регистраторы)*

1. ***Лечитесь. 14:20-15:40***

*- Разъяснение рекомендаций и выдача наглядных пособий профилактике и лечению остеопороза (проводят врачи и клинические ординаторы, ответственная зав. АГЭЦ, доцент кафедры госпитальной терапии и эндокринологии, к.м.н. З.Э. Бахтина)*

1. ***Викторина для участников (пациентов)*** «***Что мы знаем об остеопорозе?» с выдачей призов 15:40-16:00***