



Формирование здорового образа жизни

Александр Парфенов

доктор медицинских наук, профессор ВНИИЦ
профилактической медицины

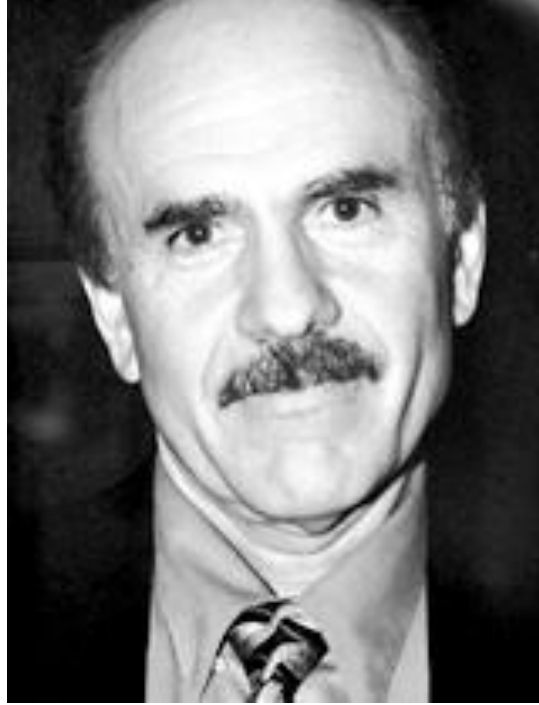
Образ жизни – ключевой фактор укрепления здоровья и долголетия

- США - National Group on Health
- Европа - European Agency for Safety and Health at Work
- Россия также не стоит на месте
 - Бизнес за здоровое общество
 - Московский спортсмен
 - Возврат «норм ГТО»

The Nobel Prize in Physiology or Medicine 1998



Robert F. Furchgott



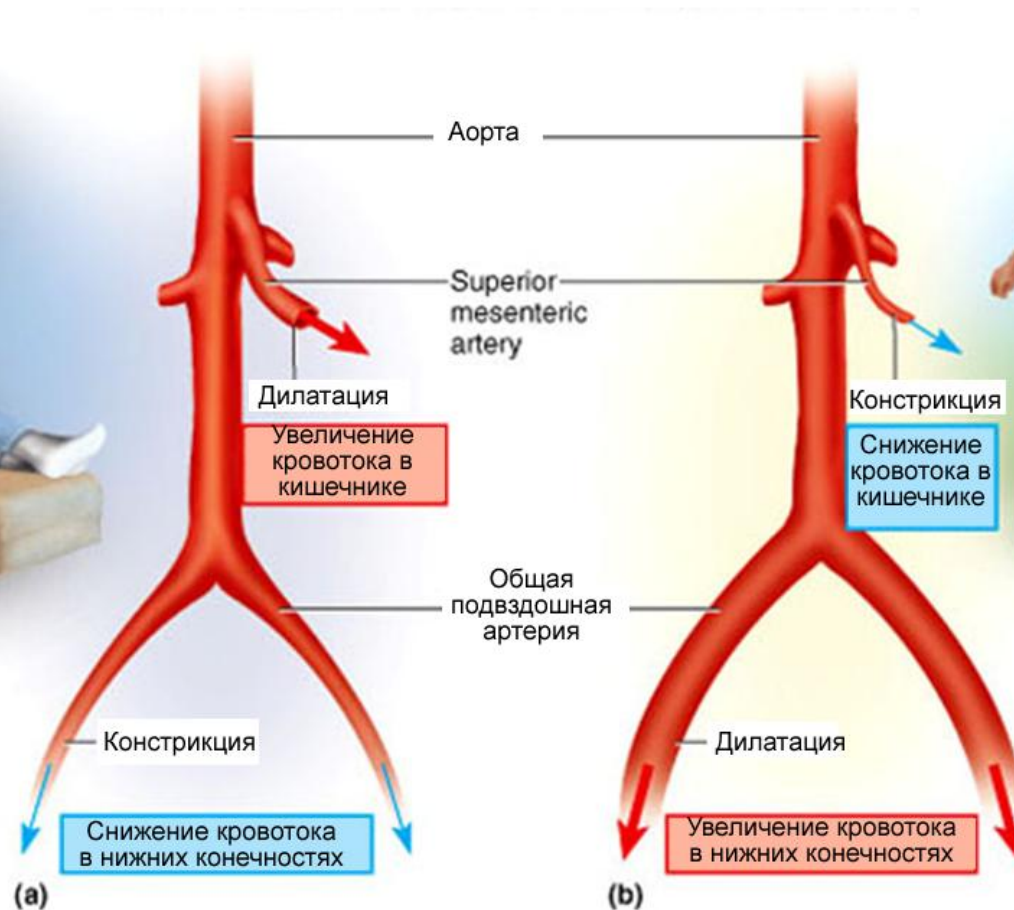
Louis J. Ignarro



Ferid Murad

The Nobel Prize in Physiology or Medicine 1998 was awarded jointly to Robert F. Furchgott, Louis J. Ignarro and Ferid Murad *"for their discoveries concerning nitric oxide as a signalling molecule in the cardiovascular system"*.

Движение – это жизнь



Регулярный самоконтроль

Регулярные профилактические осмотры необходимы, но скучны и неинтересны. С появлением смартфонов, развитием социальных сетей человеку представилось большое количество цифровых возможностей, которые значительно упростили этот процесс, и даже внесли в него социально-игровые элементы.



Доверие цифровым технологиям

- Профессиональная медицинская цифровая техника уже широко распространена
- Носимая электроника – уже сегодня стала достойной альтернативой постоянным визитам к врачу
- Телемедицинские консультации стали реальностью
- Развитие сети медицинских (измерительных) кабинетов: предприятия, офисы, дома, подъезды...



WEARABLE DEVICES: A HISTORY

The concept sounds futuristic, but it's based on technology that has evolved over nearly 50 years.

1991

VUMAN 1

Designed for viewing blueprints, this early head-up display helped architects and contractors work more efficiently.

2009

HITACHI BUSINESS MICROSCOPE

This gauges movement so that workers can identify when they're most focused.

1994

FORGET-ME-NOT

Developed at Xerox Research, this registers movement and interactions to help employees understand where and how they spend their time.

2006

NIKE+

A forerunner of the Fitbit and Jawbone activity trackers, this uses a small shoe-mounted accelerometer to record pace and distance.



2009

MINDSET EEG

The first commercial EEG monitor, this enabled knowledge workers to identify patterns of brain waves associated with creativity.

1982

POLAR HEART RATE MONITOR

This wireless device brought scientific measurement out of the lab and onto athletic fields.

1994

WRIST COMPUTER

Created to let repair technicians and other mobile workers enter and analyze data on-site, this has a simplified keyboard and a display—one on each arm.

1965

TELEMETRY SYSTEMS

Designed to allow remote observers at NASA to assess how an astronaut's respiration, blood pressure, and other physiological functions affected his ability to perform various tasks, these eventually led to applications in health care and business.

