Волковысский районный
исполнительный комитет
Государственное учреждение
"Волковысский зональный центр гигиены и
эпидемиологии"
Учреждение здравоохранения
"Волковысская центральная районная больница"

ПРОФИЛЬ ЗДОРОВЬЯ
городского посёлка Россь



2026 год

Введение

Согласно данным ВОЗ, доля неинфекционных болезней в Республике Беларусь по показателю совокупного ущерба в основных группах болезней составляет 5,4 процента ВВП. Проведенное в 2016 – 2017 годах в Беларуси общенациональное исследование распространенности основных факторов риска неинфекционных болезней показало, что более 40 процентов населения имеют три и более из пяти основных факторов риска здоровью (ежедневное табакокурение, низкий уровень потребления овощей и фруктов, гиподинамия, избыточный вес и повышенное артериальное давление). В связи с этим возрастает значимость профилактики как системы мер, направленных на устранение причин и условий, вызывающих болезни, создание здоровьесберегающей среды жизнедеятельности и формирование у населения мотивации к здоровому образу жизни (ЗОЖ).

Проект «Здоровые города и посёлки» стартовал в Республике Беларусь в 2012 году, в рамках проекта создаётся национальная сеть «Здоровые города и посёлки». Решением Волковысского районного Совета депутатов №249 от 23.12.2022 года в национальную сеть «Здоровые города и посёлки» включён городской посёлок Россь Волковысского района.

Основные принципы реализации проекта и деятельности в рамках национальной сети: организационная подготовка и поддержка местных инициатив, содействующих формированию у населения мотивации к здоровому образу жизни (далее – инициативы ЗОЖ), на основе использования передового опыта; поиск и стимулирование инвестиций в модернизацию существующих и внедрение новых элементов здоровой городской среды; планирование профилактических мероприятий на основе данных о медико-демографической ситуации, социально-гигиенического и экологического состояния территории.Основные инициативы ЗОЖ:

- общегородские акции для стимулирования повышения двигательной активности населения, включая людей пожилого возраста и инвалидов;
- расширение доступности и увеличение посещаемости физкультурно-спортивных сооружений;
- создание инициативных групп по обучению формам двигательной активности;
- развитие велосипедного движения;
- стимулирование выпуска (реализации) предприятиями пищевой промышленности, торговли продукции с пониженным содержанием сахара, соли, жира, обогащенной витаминами и нутриентами;

- формирование у населения культуры здорового питания;

- последовательное внедрение современных организационно-структурных элементов, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья детей и подростков в учреждениях образования;

- внедрение новых форм коммуникации с населением для повышения культуры и формирования мотивации к здоровому образу жизни;

- проведение работы по оздоровлению рабочих мест;

- улучшение инфраструктурного планирования населенных пунктов, в первую очередь в части регулирования движения транзитного транспорта, роста протяженности улиц с твердым покрытием, развития безбарьерной среды, дополнительного озеленения и создания и (или) обновления внутригородских и пригородных зон отдыха и другое;

- разработка, поддержка (поощрение) и реализация инициатив на административной территории по наиболее актуальным темам с учетом медико-демографической, социально-гигиенической и экологической ситуации с вовлечением широких слоев населения;

-подготовка волонтеров и создание волонтерских клубов по ЗОЖ и другим вопросам;

- постановка вопросов, связанных с повышением ответственности субъектов социально-экономической деятельности за улучшение здоровья населения территории;

- партнерство с общественными организациями.

Работа в рамках национальной сети строится на межведомственном взаимодействии, с охватом практически всех социальных и возрастных групп населения. Таким образом, сущность проект – это создание города(посёлка), живущего по принципу здорового образа жизни, в котором население ответственно относится к собственному здоровью и здоровью окружающих, а также имеются условия для сохранения и укрепления здоровья.

Состояние здоровья жителей городского посёлка Россь

Медико-демографический статус.

Среднегодовая численность населения по всем возрастем за 2025 год (согласно статистическим данным) 4259 человек, из них мужчин 1930, женщин 2329. Лиц моложе трудоспособного в 2025 году – 17% (в 2024 –17%), трудоспособного возраста в 2025 году –49,9 % (в 2024 – 51,2%) и старше трудоспособного (пенсионного возраста) в 2025 году – 33% (в 2024 – 31,7%). Среднегодовая численность детского населения в 2025 году - 1108.

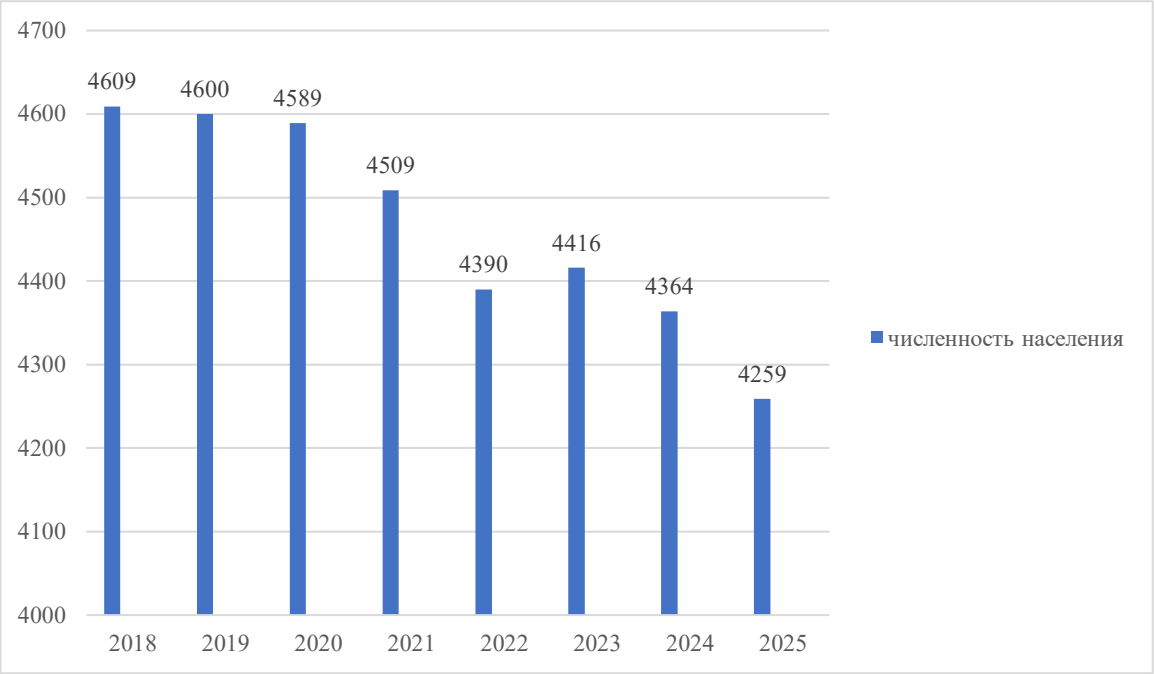


Рисунок 1. Динамика численности населения г.п. Россь

Тип возрастной структуры населения – регрессивный, число лиц моложе трудоспособного возраста в 2025 г. – 725 человек (17 % от всего населения), меньше числа лиц в возрасте старше трудоспособного возраста 1408 человека (33 %), таким образом в посёлке существует угроза дальнейшего сокращения численности населения, третья часть жителей г. п. Россь - пенсионеры.

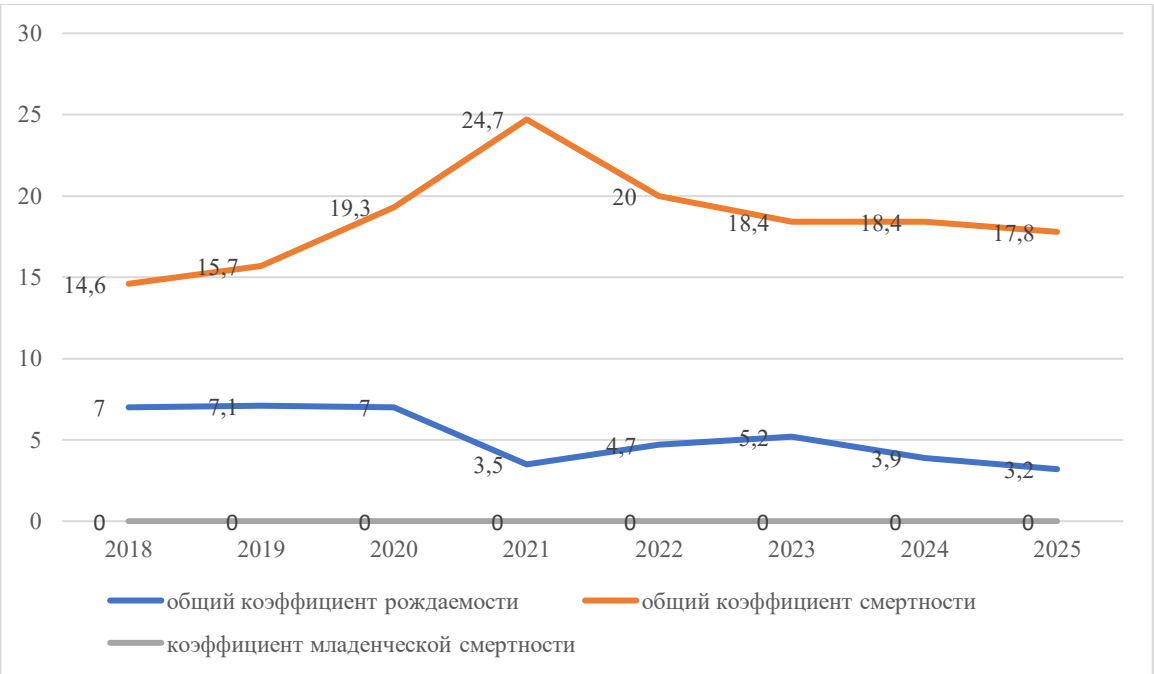


Рисунок 2. Динамика медико-демографических показателей

В 2025 году родилось 21 человек – 3,2 на 1000 населения (2024 году родилось 25 детей, что составило 3,9 на 1000 населения), количество умерших людей в посёлке 117 человек – 17,8 на 1000 населения. Естественный прирост в 2025 году имеет отрицательный баланс и составил - 45 (10,6 на 1000 населения). Положительным моментом является отсутствие в 2018-2025 году случаев младенческой смертности.

Миграционный процесс – убыль 74 человек.

Первое место в структуре общей смертности населения г.п.Россь за 2025 год занимают болезни системы кровообращения (58%), второе – болезни нервной системы (23%), третье – новообразования (8,5%).

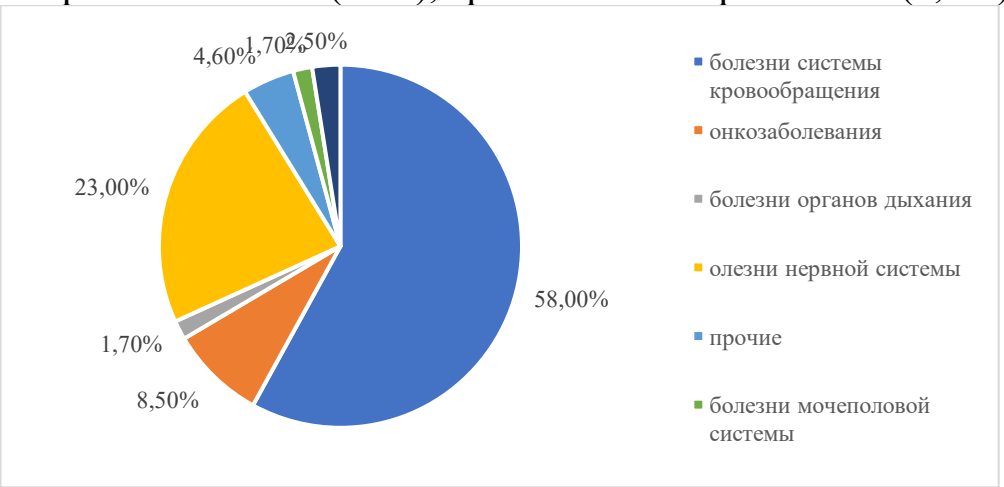


Рисунок 3. Структура общей смертности всего населения г.п. Россь (по классам заболеваний) в 2025 году

В структуре причин смертности в трудоспособном возрасте лидируют болезни системы кровообращения – 58,8%, на втором – онкозаболевания и внешние причины – 11,8%, далее по 1 случаю (5,8 %) болезней органов дыхания, пищеварения и психических расстройств.

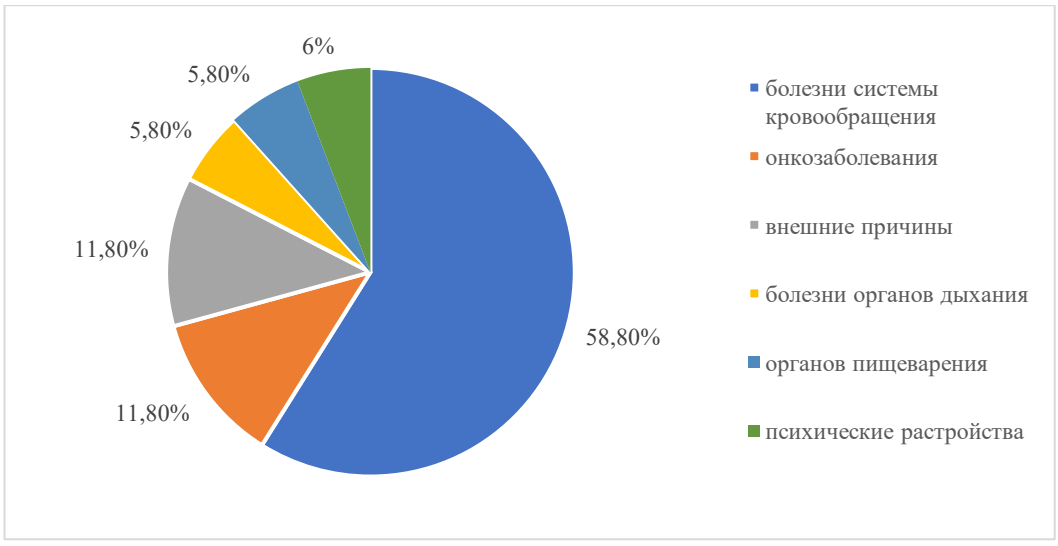


Рисунок 4. Структура смертности в трудоспособном возрасте населения г. п. Россь (по классам заболеваний) в 2025 году

Соматическая заболеваемость взрослого и детского населения.

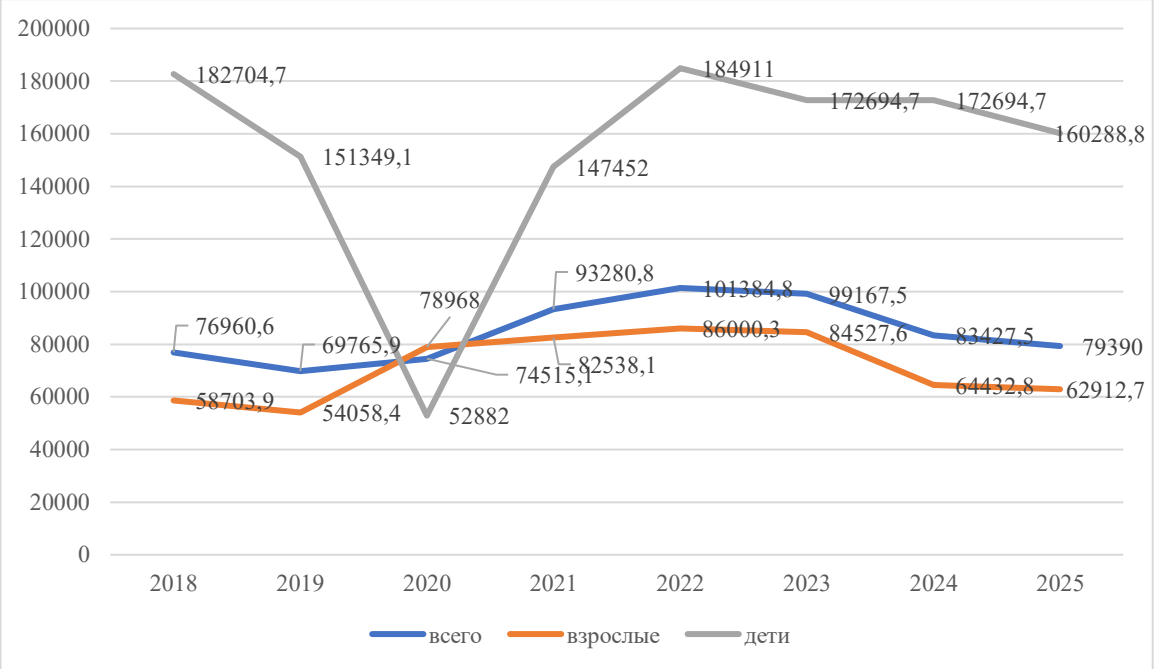


Рисунок 5. Динамика показателей общей заболеваемости всего, детского и взрослого населения г.п. Россь (на 100000 населения)

В структуре общей заболеваемости взрослого населения в 2025 году высокий удельный вес занимали болезни системы кровообращения – 41,7 %, болезни органов дыхания – 25,1 %, третье место болезни органов пищеварения – 16 %.

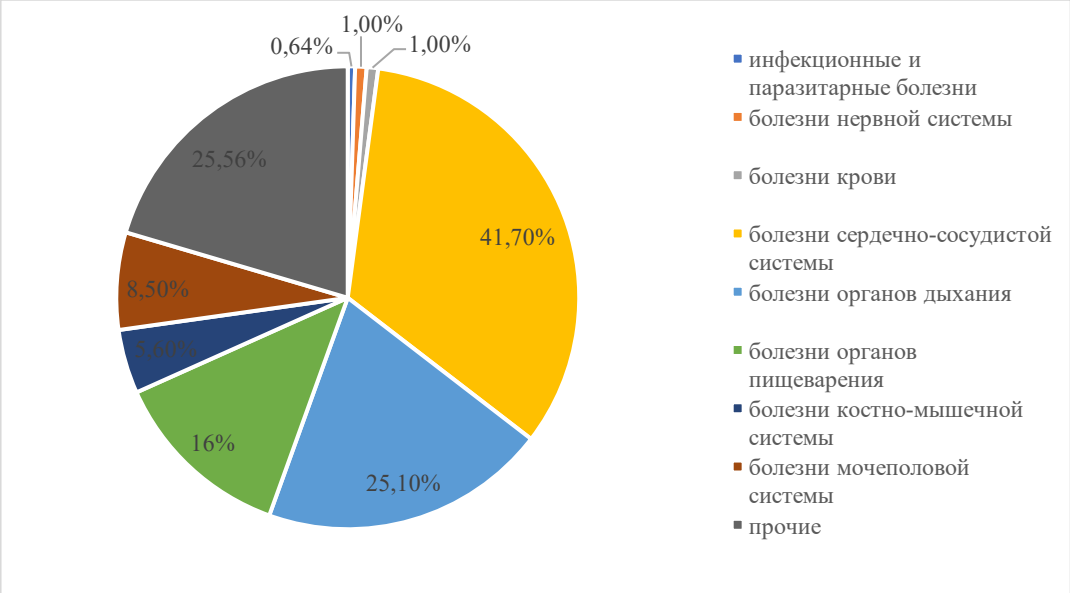


Рисунок 6. Структура общей заболеваемости взрослого населения г.п. Россь

В структуре общей заболеваемости детского населения в 2025 году превалируют болезни органов дыхания – 80,5%, затем травмы, отравления, последствия воздействия внешних причин – 4% и болезни глаз– 3 %.

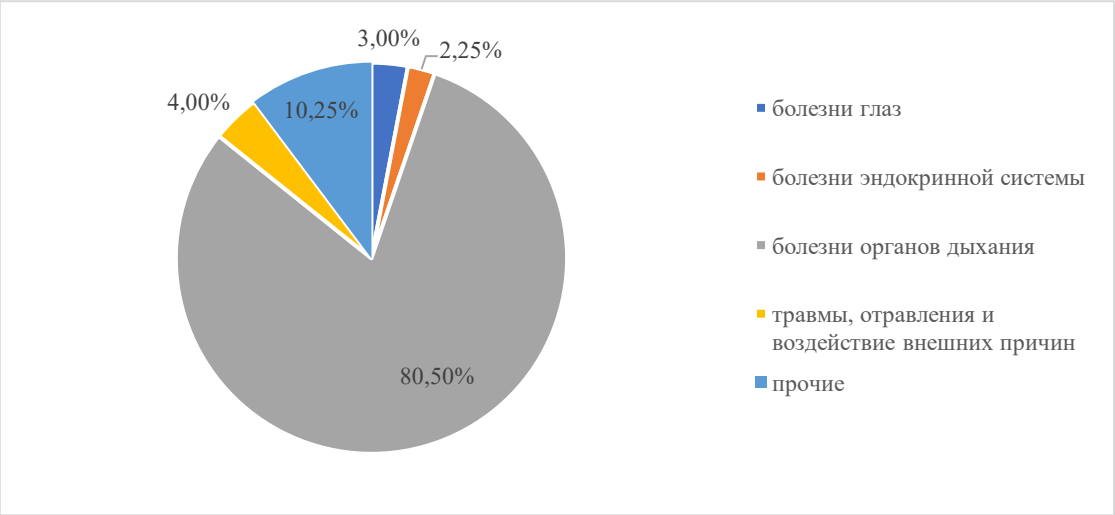


Рисунок 7. Структура общей заболеваемости детского населения г.п. Россь

Первичная заболеваемость.

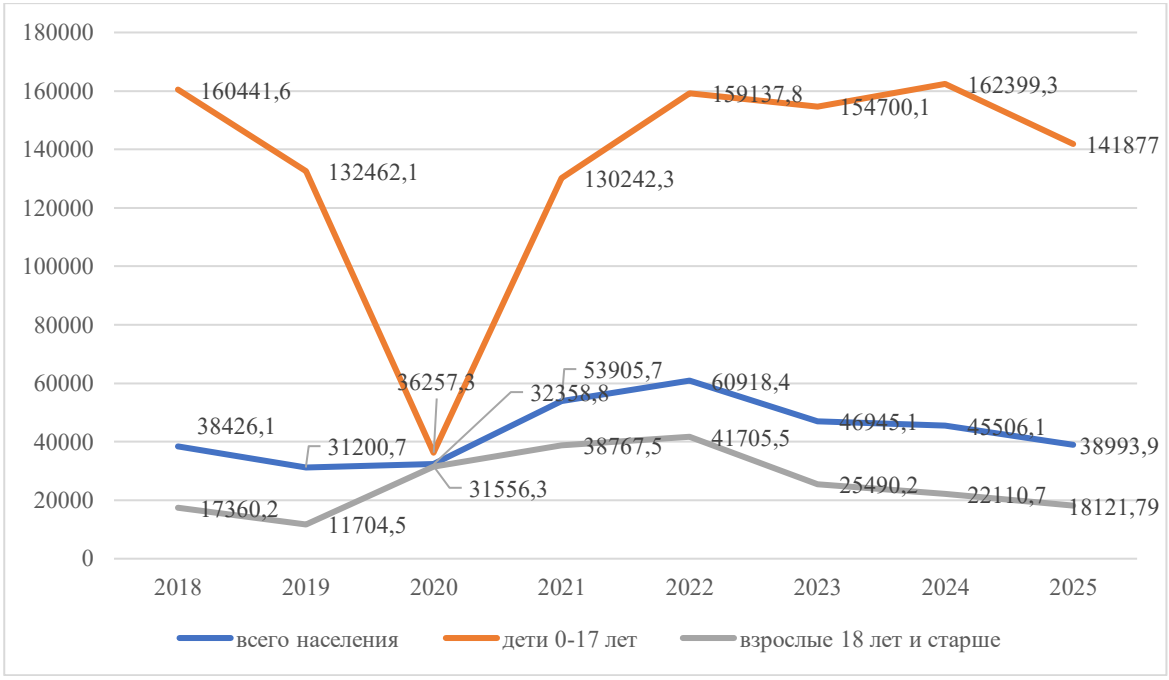


Рисунок 8. Динамика показателей первичной заболеваемости всего, детского и взрослого населения г.п. Россь (на 100000 населения)

В структуре первичной заболеваемости взрослого населения за 2025 год лидируют болезни органов дыхания – 75 %, болезни системы кровообращения – 9,8%, костно-мышечной и мочеполовой – 4, %.

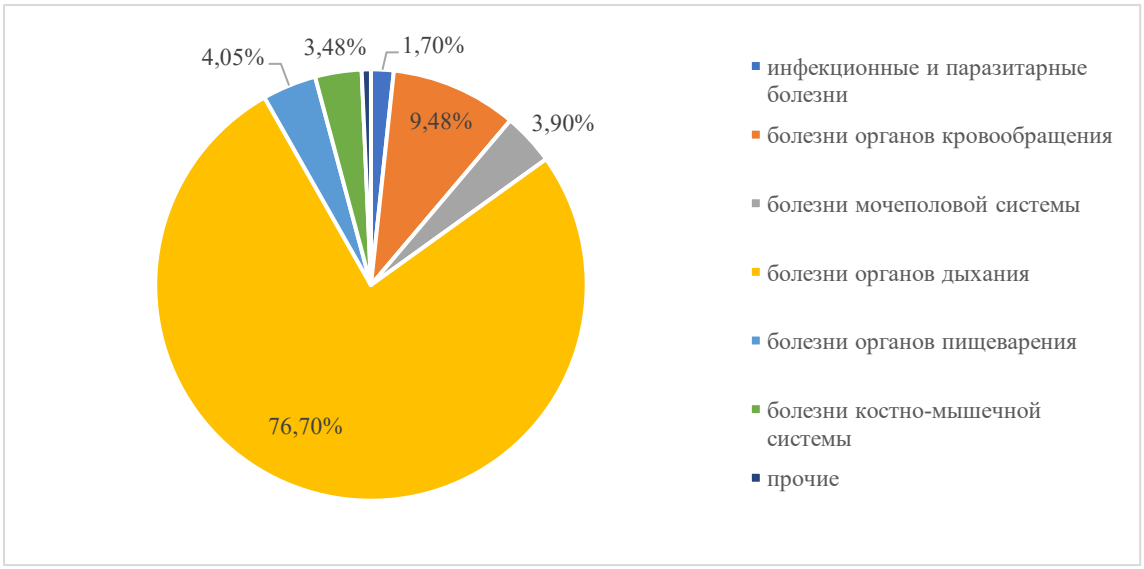


Рисунок 9. Структура первичной заболеваемости взрослого населения г.п. Россь

В структуре первичной заболеваемости детского населения за 2025 год лидируют болезни органов дыхания – 89,9 %, травмы и отравления– 4,45 %, инфекционные и паразитарные болезни – 2,1%.

Инвалидность населения.

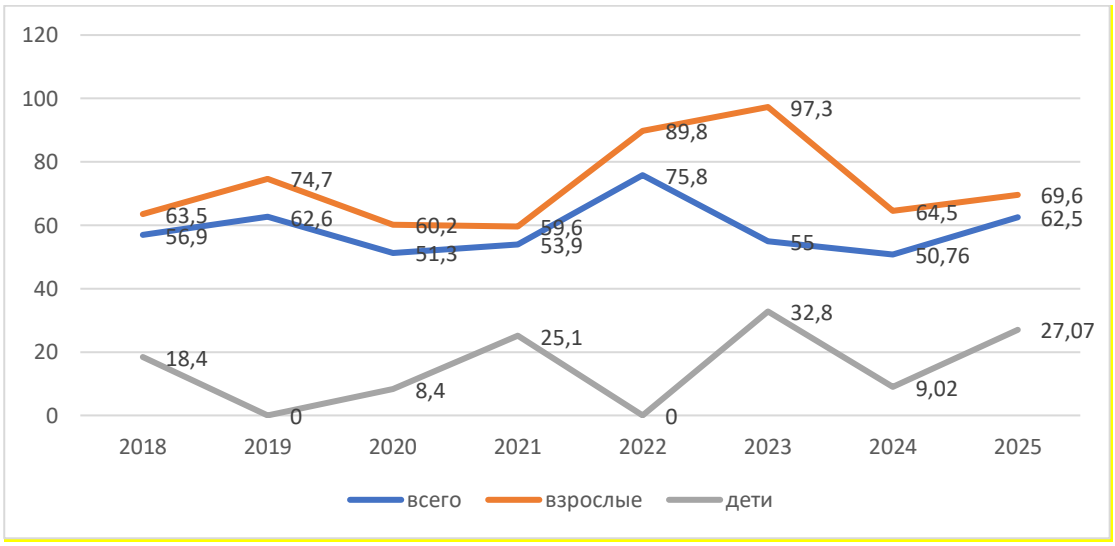


Рисунок 10. Динамика показателя первичного выхода на инвалидность всего населения, взрослого и детского населения г.п. Россь

В 2025 году в посёлке на инвалидность вышел 41 человек что составило 62,5 на 10000 (2024 – 37 человек или 50,76 на 10000 населения0. Первичный выход на инвалидность среди детского населения - 3 случая (27,07 на 10000 детей) по заболеваниям: периферической нервной системы, системы кровообращения и врождённого порока. Первичный выход в трудоспособном возрасте составил 16 случаев или 46,5 на 10000 человек (в 2024 - 19 случаев или 55,5 на 10.000 трудоспособного населения). В структуре причин инвалидности среди трудоспособного населения на первом месте – болезни системы кровообращения 4 человека (25%), на втором злокачественные новообразования и болезни костно-мышечной систем – по 3 случая (18,75 %), затем – по 2 случая болезней нервной системы и последствий травм (по 12,5%) и по 1 случаю психических заболеваний и инфекционных заболеваний (по 6,25 %).

Инфекционная и паразитарная заболеваемость.

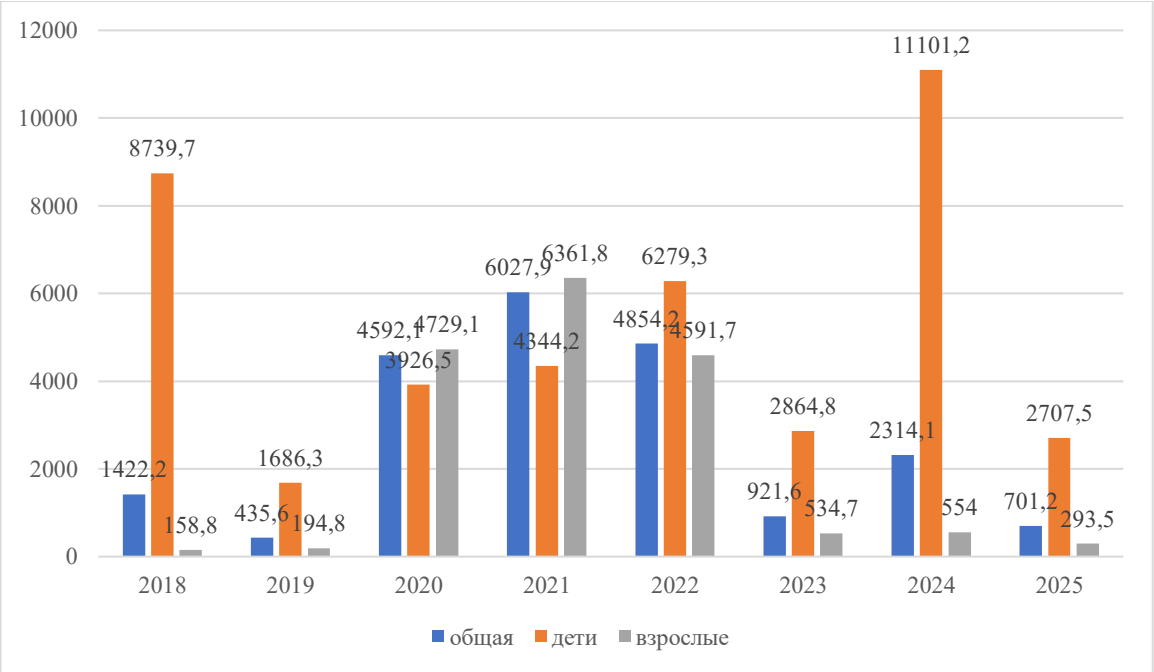


Рисунок 11. Динамика инфекционной и паразитарной заболеваемости всего, детского и взрослого населения г.п. Россь на (100000 населения)

В 2025 году выявлено 16 случаев, что составило 293,5 на 100000 населения (в 2024 – 31 случай или 554 на 100000 населения) инфекционных и паразитарных болезней среди взрослого населения. Зарегистрированы вирусный гепатит С в 2025 г – 1 случай у взрослого (19,8 на 100000), Лайм - боррелиоза 1 случай (19,8 на 100000), опоясывающий лишай 1 случай (19,8 на 100000).

В 2025 году среди детского населения зарегистрировано 30 случаев инфекционных и паразитарных болезней (2707,5 на 100000) , из них 3 случая ветряной оспы (270,7 на 100000), амёбный абсцесс печени 1 случай (90,2 на 100000), аскаридоз - 2 (180,5 на 100000), 2 случая ОКИ установленной этиологии (180,5), микроспории– 1 случай (90,2 на 100000), чесотка 1 случай (90,2 на 100000), энтеробиоз 3 случая (270,7 на 100000).

На территории поселка ситуация по ряду инфекционных и паразитарных заболеваний в 2025 году благополучная: не регистрировались случаи заболевания особо опасными инфекциями, туберкулёзом, дизентерией, менингококковой инфекцией, сальмонеллеза, брюшным тифом, столбняком, краснухой, корью, дифтерией, коклюшем, эпидемическим паротитом, трихинеллёзом.

Состояние среды обитания.

Гигиена водных объектов, водоснабжения.

К числу важнейших факторов, характеризующих санитарно-эпидемиологическое благополучие, относится обеспечение населения доброкачественной питьевой водой.

В г.п. Россь обеспечено подключение к коммунальному централизованному водопроводу 91,6% потребителей.

С целью обеспечения населения питьевой водой гарантированного качества проводится работа с органами исполнительной власти, коммунальным унитарным предприятием «Волковысское коммунальное хозяйство», ведомствами по выполнению подпрограммы «Чистая вода» Перечня мероприятий регионального комплекса мероприятий по реализации Государственной программы «Комфортное жилье и благоприятная среда» на 2021-2025 годы. Организован производственный лабораторный контроль качества питьевой воды из водопровода в г.п. Россь. Удельный вес проб из централизованного водопровода, не отвечающих гигиеническим нормативам по микробиологическим показателям составил: в 2018 году – 3,2%(одна проба), в 2019 – 0%, в 2020 – 2,9% (1 проба), в 2021 – 3,1% (1 проба), в 2022 году – 0%, в 2023 – 0%. В период с 2018 по 2023 годы проб из централизованного водопровода, не отвечающих гигиеническим нормативам по санитарно-химическим показателям не выявлено. За 2018 – 2023 годы из нецентрализованного источника (общественный колодец), выявлена 1 проба в 2022 году, что составило 25%, не отвечающия гигиеническим нормативам по микробиологическим показателям. Проб,

не отвечающих гигиеническим нормативам по химическим показателям, не выявлено.

Гигиеническая оценка состояния сбора и обезвреживания отходов, санитарного содержания территорий и благоустройства населенного пункта.

Благоустройство и санитарная очистка населенных пунктов являются неотъемлемой частью оздоровления окружающей среды. В поселке отмечается положительная тенденция в решении этих вопросов.

В г.п. Россь обеспечена планово-регулярная и поквартирная очистка многоэтажной жилой застройки. В коммунальных и индивидуальных жилых домах усадебной застройки санитарная очистка осуществляется по заявочной системе. Охват плановой очисткой частного жилого сектора в городском поселке Россь составляет 100 %.

Спецтранспортом для санитарной очистки в соответствии с требованиями обеспечено КУП «Волковысское коммунальное хозяйство».

Гигиена атмосферного воздуха.

Организован и осуществляется ежемесячно контроль в лаборатории Волковысского зонального ЦГЭ за состоянием атмосферного воздуха в г.п. Россь. Исследования атмосферного воздуха проводятся по 5 показателям: формальдегид, углерода оксид, серы диоксид, азота диоксид, твердые частицы.

Проводимые замеры загрязнённости атмосферного воздуха на территории г.п. Россь в период с 2018 по 2023 годы не выявили превышения нормируемых показателей загрязняющих веществ.

Гигиеническая оценка физических факторов окружающей среды.

В Волковысском районе промышленных объектов, являющихся источниками повышенного уровня шума, вибрации в настоящее время нет. Установлено, что преобладающим источником шума является автомобильный транспорт. По результатам измерений шума Волковысским зональным ЦГЭ в 2023 году уровень шума соответствовал гигиеническим нормативам.

В связи с широким распространением радиотелевизионных и радиолокационных станций, различных систем связи, значительное внимание уделено надзору за размещением новых объектов. На территории района функционируют базовые станции, передающие РТО. Санитарные паспорта РТО согласованы, перед вводом в эксплуатацию представляются результаты измерений ЭМИ РЧ. Организованы регулярные инструментальные исследования электромагнитных полей

от радиотехнических объектов. Превышения уровней ЭМИ РЧ в жилой застройке от воздействия передающих радиотехнических объектов (базовых станций сотовой связи) не зарегистрированы.

Организован и проводится производственный лабораторный контроль за уровнями ЭМИ РЧ создаваемыми ПРТО; для всех операторов сотовой связи разработаны программы производственного лабораторного контроля за уровнями ЭМИ РЧ.

Питание и здоровье жителей.

Питание жителей г.п.Россь, как и в целом по Республике Беларусь, характеризуется низким потреблением овощей и фруктов, рыбы, морепродуктов. В рационе часто продукты с высоким содержанием соли и сахара. Для приготовления пищи используются в основном растительные масла.

Повседневные продукты питания жители приобретают в предприятиях торговли:

- ОАО «Альтенбург», магазин «Продукты-1», ул. Солнечная,2а;
- ОАО «Альтенбург», магазин «Продукты-3», ул. Солнечная,2а;
- ОАО «Альтенбург», магазин «Полёт», ул.Матросова,11а;
- магазин «Продукты», ул. К.Маркса,12;
- магазин «Продтовары», ул. Шевякова,8-2;
- магазин №2297 «Копилка», ул. Гвардейская,32а;
- магазин «Хлеб! Экспресс», ул. Советская, 13.



Рис.12 Открытое акционерное общество «ТЦ «Альтенбург», ул. Солнечная, 2а

Ассортимент продукции, реализуемый торговыми объектами, включает все группы пищевой продукции: мясные полуфабрикаты (замороженные и охлажденные), молочную продукцию, замороженную рыбную продукцию, овощи и фрукты (свежие и в консервированном виде), хлебобулочные, кондитерские изделия, крупяные и макаронные изделия, диетические продукты. Во всех продовольственных магазинах созданы уголки «Здорового питания», где представлен широкий выбор полезных, низкокалорийных, высококачественных продуктов на натуральной основе без искусственных добавок.

Гигиена воспитания и обучения детей.

В г.п.Россь функционируют три учреждения образования: ГУО «Средняя школа №2 г.п.Россь», ГУО «Росский ясли-сад», ГУО «Росская детская школа искусств».

1 сентября 1995 года здание Росской средней школы №2 принято в торжественной обстановке в эксплуатацию.





Рис.13 Государственное учреждение образования «Средняя школа №2 г.п. Россь»

Здание школы расположено на возвышенности, таким образом школа является составной частью жилого городка Россь. Декоративные элементы, сбивка плоскостей и объемов на фасадах являются авторской удачей. Центральная аллея пронизывает весь первый этаж школы. С двух сторон здания имеются отдельные входы – для учащихся и жителей городка. Школа по проекту рассчитана на 33 класса-комплекта с общим количеством учащихся 792 человека. Имеется 15 специальных кабинетов, учебные мастерские для трудового обучения, столовая на 302 места, актовый зал на 346 мест, 2 спортзала, плавательный бассейн (25м х 8,5м),студия хореографии, библиотека с читальным залом, радиоузел, отдельный блок для обучения шестилеток, методический кабинет, тир. Для пищеблока в 2024 г приобретено технологическое оборудование (электромясорубка), холодильное оборудование (кондиционер и холодильник). На территории школы имеется стадион, гимнастический городок, пришкольный участок (0,12 га), географическая площадка.

В 2024/2025 уч. году в школе обучается 630 учащихся. В школе работает 136 человек, в т.ч. педагогических работников – 70, обслуживающий персонал – 66 человек. Занятия проводятся в одну смену.



Рис.14 Государственное учреждение образования «Росский детский сад»

В учреждении дошкольного образования имеется:

- 14 групповых помещений;
- спортивный и музыкальный залы, бассейн;
- кабинет учителя-дефектолога и кабинет педагога-психолога;
- на территории - игровые площадки с теневыми навесами, площадка по ПДД, огород.

Образовательный процесс с воспитанниками осуществляет 31 педагог, из них 10 педагогов имеют первую квалификационную категорию, 6 педагогов - высшую квалификационную категорию.

Для пищеблока в 2024 г приобретены: холодильное оборудование (кондиционер) и вспомогательное (весы электронные).

Условия труда работающих

На территории г.п.Россь находится административный центр коммунального сельскохозяйственного унитарного предприятия «Племзавод «Россь» и Росский производственный участок ОАО «Агрокомбинат «Скидельский».

Коммунальное сельскохозяйственное унитарное предприятие «Племзавод «Россь» – одна из известнейших сельскохозяйственных организаций. На территории организации находится 27 населенных пунктов.

За предприятием закреплено 9 619 га сельскохозяйственных угодий, в том числе пашни – 7 059 га. На базе этого хозяйства формируется генетический потенциал дойного стада республики: коровы-рекордистки дают до 15 тыс. кг молока в год. На предприятии есть цех по переработке мяса, где производят тушенку. В хозяйстве посажено 166 га молодого сада по интенсивной технологии. Ведется значительная работа по строительству и реконструкции животноводческих ферм. Введено в эксплуатацию фруктохранилище на 2 тыс. тонн единовременного хранения яблок. Работает цех по переработке молока и выпуску твердых сыров мощностью 100 тонн в год.



В организации средняя численность работающих за 2025 год – 456 человек, из них женщин 174. Численность работников занятых на рабочих местах с вредными и (или) опасными условиями труда – 187 человек. В условиях воздействия повышенного шума работает – 66 человек, женщин – 4 человека, не ионизирующего излучения – 4 человека, женщин нет. Показатель числа случаев ВН на 100 работающих в 2025 году составил 86,82 и снизился по сравнению с 2024 годом на 7, 30 %, показатель числа календарных дней ВН в 2025 году на 100 работающих составил 1251, 26 и снизился на 0,87%.

В структуре причин числа случаев нетрудоспособности у сотрудников «Племзавод «Россь» по числу случаев лидируют болезни органов дыхания – 115 случаев (31%), болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани – 111 (30 %), травмы, отравления и другие последствия внешних причин – 39 случай (10,6%), по числу календарных дней ВН лидируют болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани – 1658 дней (29%), травмы, отравления и другие последствия внешних причин – 1127 дней (19,9%) и болезни органов дыхания – 997 дней (17,6 %).

Основной вид деятельности Росского производственного участка ОАО «Агрокомбинат «Скидельский»: приёмка и хранение зерна, комбикормового сырья, производство комбикормов, отгрузка потребителям.

На производственном участке количество рабочих мест на конец 2025 года – 39, списочная численность работников на конец 2025 года – 67 человек. Занятых на рабочих местах с вредными или опасными условиями – 39 человек. Численность работников в 2025 году, занятых в условиях : повышенного шума – 24 (из них 6 женщин), повышенного уровня вибрации– 7 (женщин нет), запыленности – 11 (женщин 5).

Показатели диспансеризации населения.

Процент охвата подлежещего населения г.п. Россь диспансерным наблюдением составил в 2018 году – 97,8%, в 2019 – 98,2%, в 2020 – 91,6%, в 2021– 98,3% и в 2022 – 97,1%, в 2023 – 91,51%, в 2024 году – 91,79%, в 2025 – 94,9%.

Социологические опросы

Специалистами Волковысского зонального проведён социологический опрос взрослого населения (старше 18 лет) г. п. Россь в рамках республиканского профилактического проекта «Здоровые города и посёлки» в апреле-мае 2026 года методом анонимного анкетирования по месту учебы, работы. В опросе приняло участие 75 респондентов:

женщин – 40 чел (53,4%) и мужчин – 35 человек (46,6%). Цель исследования – изучение распространенности поведенческих факторов риска населения, информированности жителей о включении населенного пункта в реализацию Проекта (в т.ч. в динамике: в сравнении с 2023 г).

Результаты социологического исследования приведены ниже.

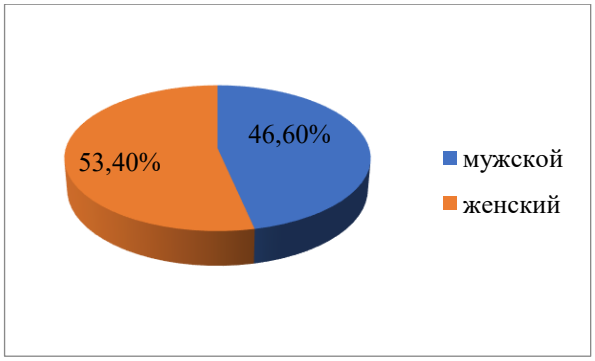


Рис. 1 – Пол респондентов (в % к числу опрошенных)

Опрошенные лица трудоспособного возраста различаются по уровню образования.

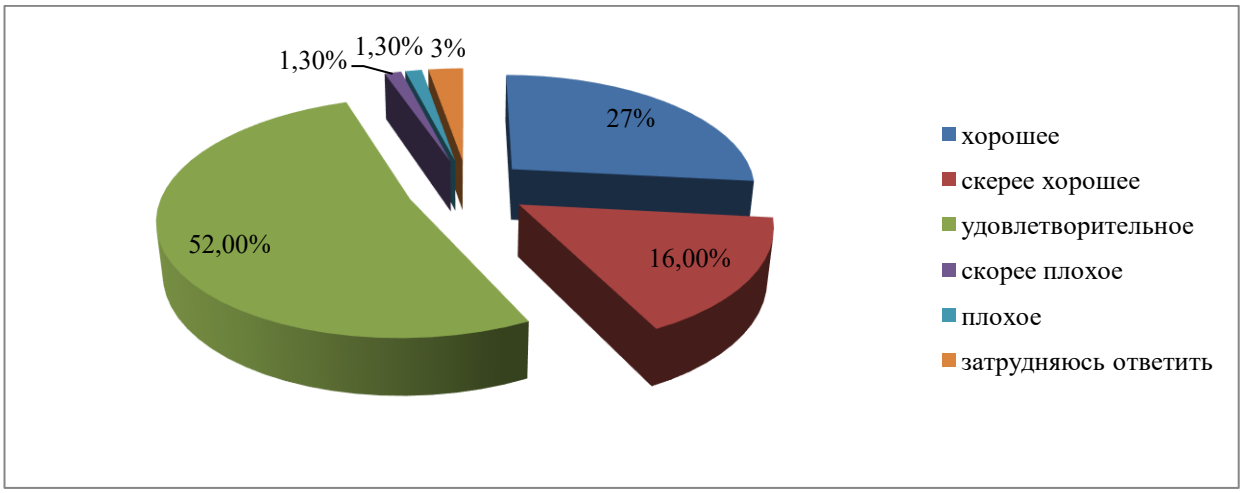


Рис. 2– Ответы респондентов на вопрос «Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?»

С целью изучения частоты употребления опрошенными овощей, фруктов и морепродуктов, был задан вопрос «Как часто вы употребляете указанные продукты?». Ответы представлены на рисунке 3.

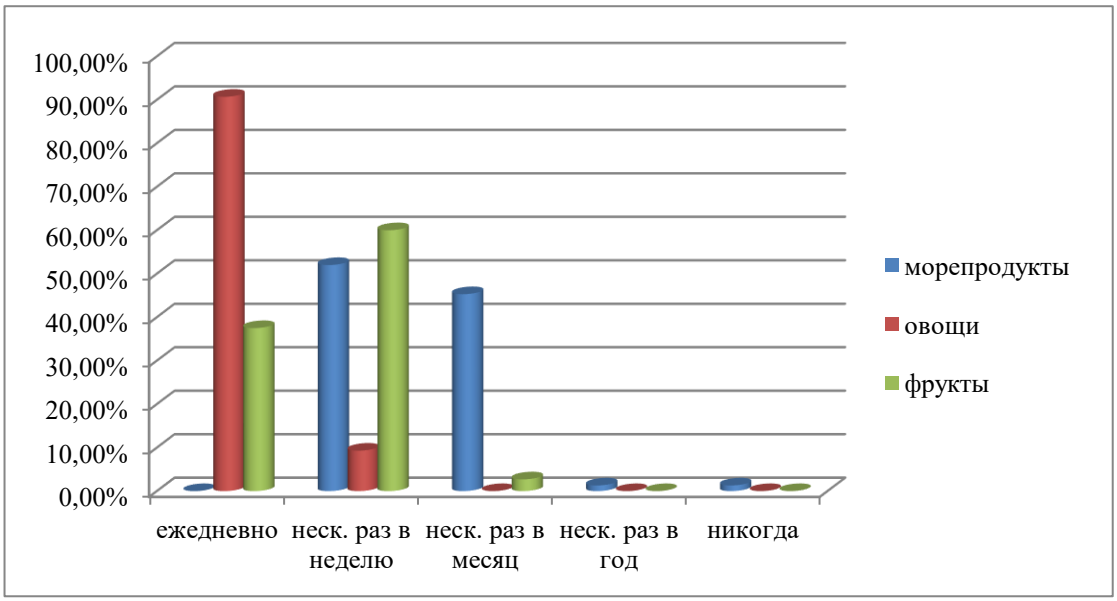


Рис. 3 –Ответы респондентов на вопрос «Как часто Вы употребляете перечисленные продукты?»

Результаты анкетирования показали, что 90,7 % респондентов потребляет овощи ежедневно, показатель увеличился на 18,5 %, фрукты ежедневно потребляет только каждый 3-й респондент.

Анкета включала вопрос о физической активности респондентов. Анализ показал, что показатель частой физической активности увеличился на 15,8% : на 7,7% часто совершающих прогулки в быстром темпе, на 4,9% показатель частой езды на велосипеде, на 3,2 % часто посещающих бассейн.

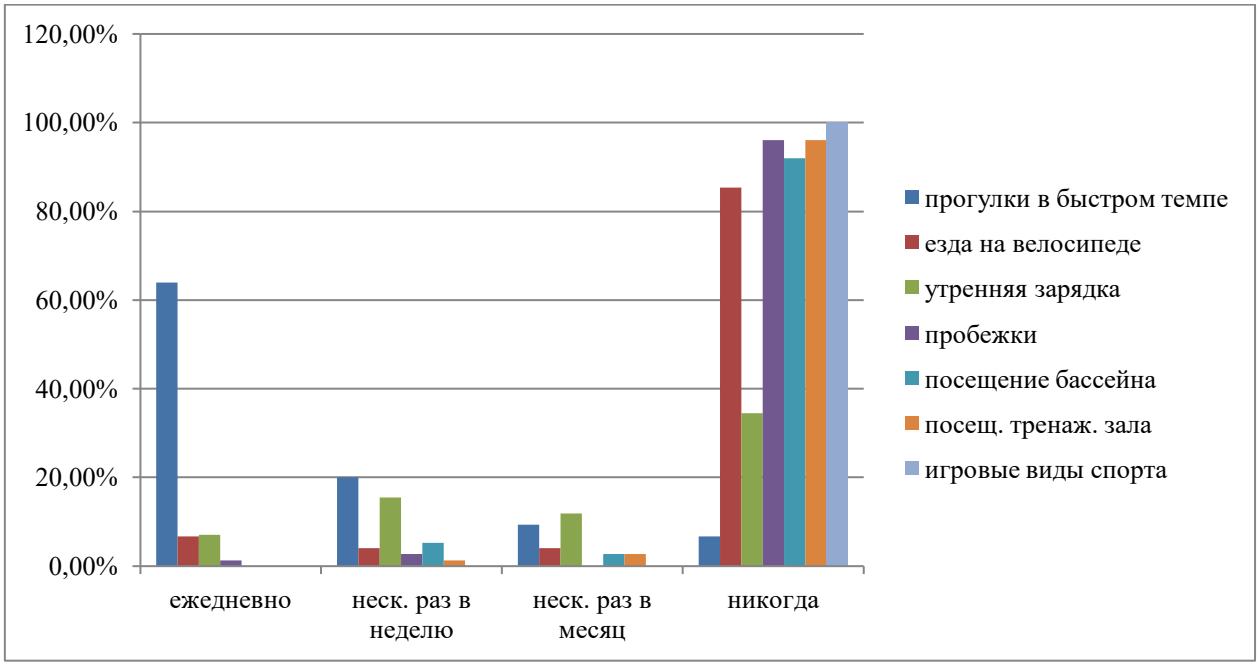


Рис. 4 – Ответы респондентов на вопрос «Сколько раз в неделю Вы обычно…?»

Анкета включала вопрос «Курите ли Вы?». Ответы респондентов представлены на рисунках 15 и 16

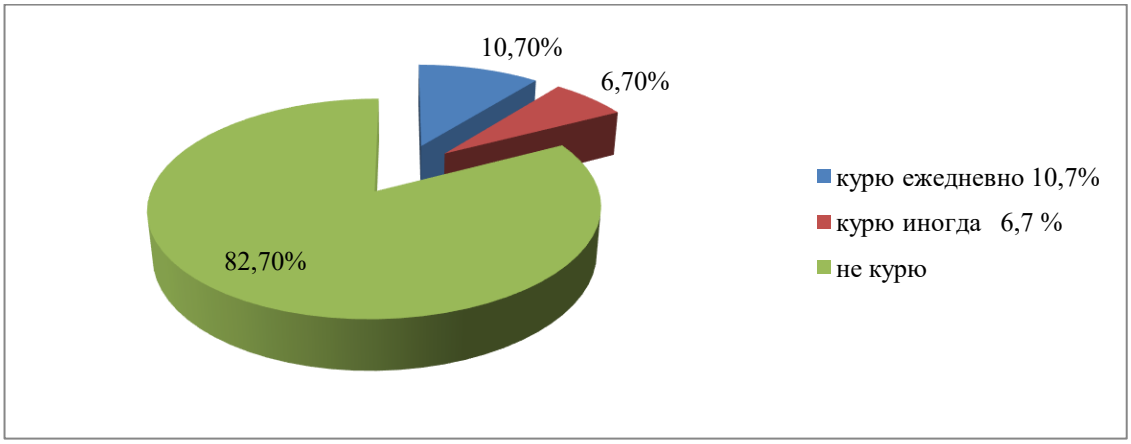


Рис. 5 – Ответы респондентов на вопрос «Курите ли Вы?»

По сравнению с данными опроса в 2023 годом на 6% уменьшилось число курящих респондентов, их доля составила 17,4%.

С целью изучения частоты употребления алкогольных напитков респондентам был задан вопрос «Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?». Ответы представлены на рисунках 17 и 18.

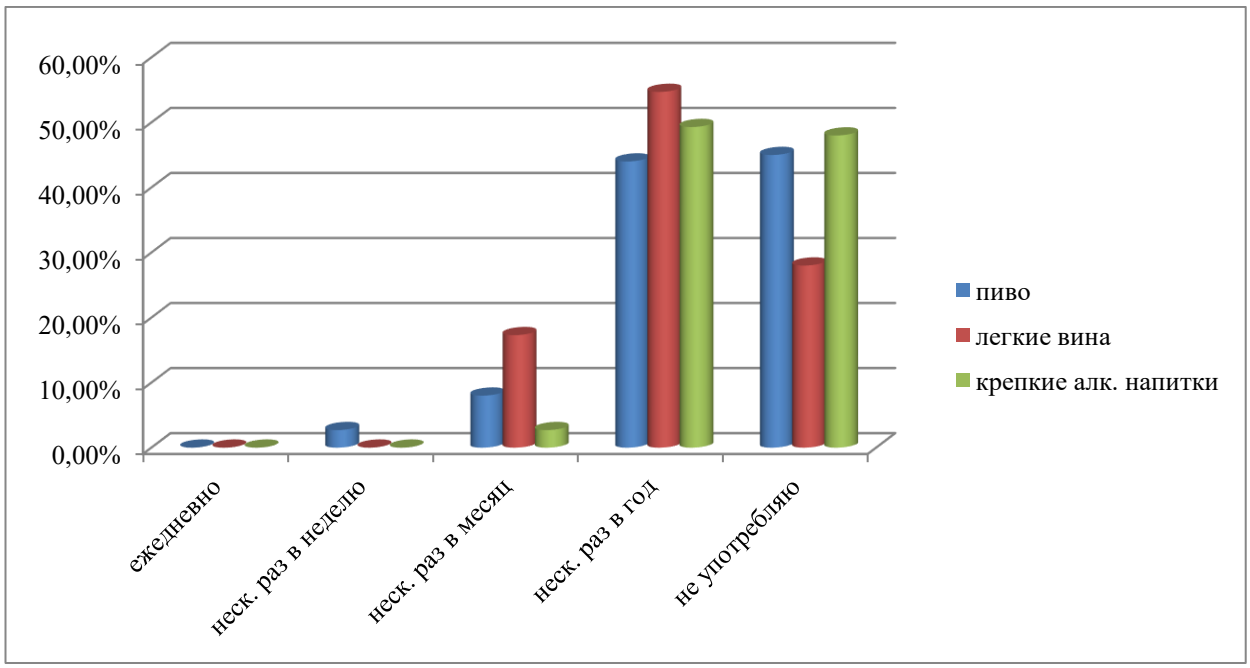


Рис. 6– Ответы респондентов на вопрос «Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?»

Наблюдается уменьшение доли лиц ежемесячно, употребляющих пиво на 5,11%, вина на 3,8% и на 5,3% крепкие алкогольные напитки.

Число респондентов, информированных об участии г.п. Россь в проекте «Россь – здоровый посёлок», составляет 74,7 % опрошенных.

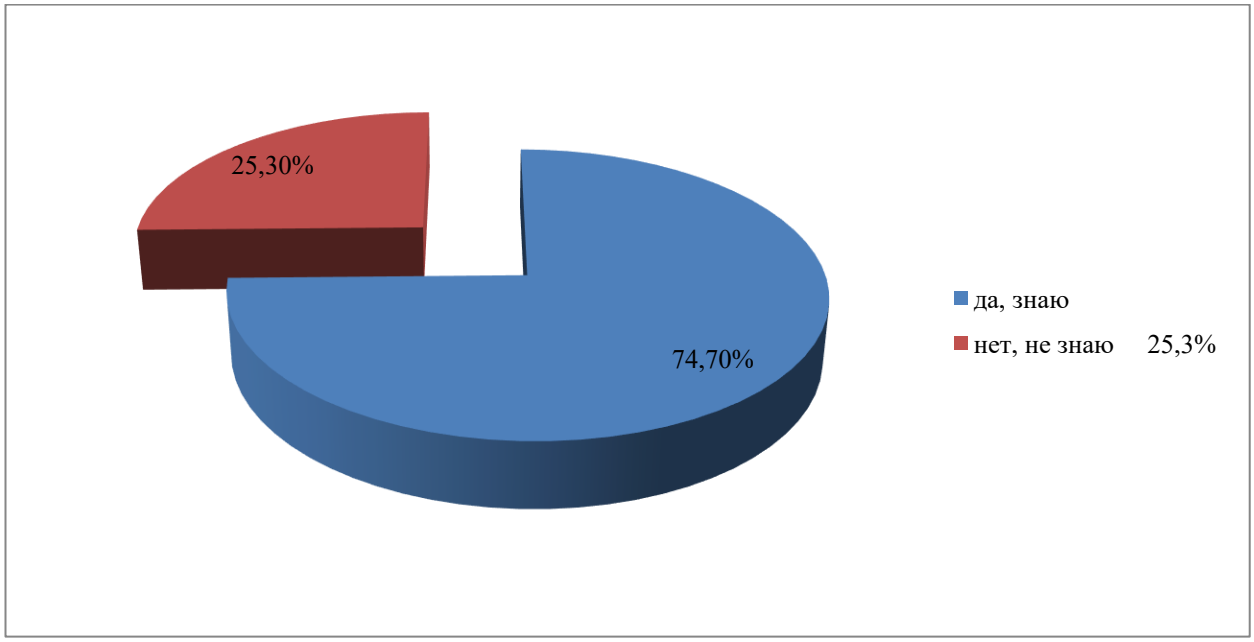


Рис. 7 – Ответы респондентов на вопрос «Знаете ли Вы, что Ваш населённый пункт участвует в реализации проекта «Здоровые города и посёлки»?»

Информационно-образовательные мероприятия, проводимые в рамках реализации проекта «Здоровые города и посёлки» в г.п. Россь

Для повышения осведомлённости общества и формированию мотивации к физической активности, здоровому питанию, снижению потребления табака, алкоголя, отказу от потребления наркотиков, предупреждению травматизма, профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний, предупреждению профессиональных заболеваний в рамках проекта организовано и проведено координационной группой государственного профилактического проекта «Здоровые города и посёлки» на территории городского посёлка Россь за 2025 год проведено 36 мероприятий, охвачено 1308 человека. Проводится активное взаимодействие с общественными объединениями и религиозными конфессиями по вопросам пропаганды идеологии, нравственных ценностей и здорового образа жизни для всех слоёв населения: работников трудовых организаций, предприятий, учащихся общего среднего образования, воспитанников ДДУ, лиц пожилого возраста.








С целью информирования населения о реализации Проекта, его целях, задачах и проводимых мероприятиях в районной газете «Наш час» с 2022 года на постоянной основе функционирует рубрика «Здоровые города и посёлки». Информация о реализации Проекта размещается на сайте Волковысского зонального ЦГЭ, Волковысской ЦРБ, Волковысского райисполкома, в Инстаграм, телеграмм-канале «Санэпидслужба Гродненской области», ВКонтакте.

Разрабатываются и распространяются информационно-образовательные материалы по вопросам формирования здорового образа жизни, профилактике зависимостей, социально-значимых заболеваний. В 2025 году издано типографским способом 13 наименований носителей малой информации, общим тиражом – 3090 экз.

Итоги анализа заболеваемости жителей города, среды обитания, опроса в целом свидетельствуют об эффективности реализации Проекта. Таким образом, необходимо постоянно вести работу, направленную на сохранение и укрепление здоровья, формирование личной ответственности каждого человека за своё здоровье через изменение образа жизни.