

Сведения по профилактическому осмотру и дополнительной диспансеризации определенных групп взрослого населения июнь 2023года.

В Пачелмской УБ им В.А. Баулина, в 2023 году подлежит диспансеризации всего – 5680 человек, из них:

- Дополнительной диспансеризации – 4160 человек;**
- Профилактическому осмотру – 710 человек;**
- Углубленной диспансеризации -810 человека**

**За июнь 1 этап диспансеризации прошли -2739 человек – 65,8%,
профилактический осмотр – 366 человека – 51,5 %,
углубленную диспансеризацию – 290 человек -35,8%.**

Из них по группам здоровья:

- 1 группа - 495**
- 2 группа - 155**
- 3А группа - 2232**
- 3Б группа - 223**

По результатам проведения 1 этапа диспансеризации на 2 этап переведено – 917 пациента–33,5%

Завершили 2 этап диспансеризации - 899 – 98,0%, от переведенных на 2 этап диспансеризации.

Пациентам с ограниченными возможностями передвижения проводится осмотр на дому с использованием мобильных медицинских комплексов, всего осмотрено 1282 человек –41,3%

Выявлено заболеваний - 118:

- Туберкулез органов дыхания - 2;**
- Злокачественные новообразования - 5;**
- Доброкачественные новообразования – 8;**
- Болезни эндокринной системы – 32, из них:**
 - Сахарный диабет 2 типа - 24;**
- Болезни системы кровообращения – 52, из них:**
 - Артериальная гипертензия - 39;**
 - Ишемическая болезнь сердца – 12;**
 - Цереброваскулярные болезни - 1;**
- Болезни мочеполовой системы – 5;**
- Болезни органов дыхания -5;**
- Болезни органов пищеварения -6;**
- Болезни глаза и придаточного аппарата – 1;**
- Болезни костно-мышечной системы - 2.**

Взято на диспансерный учет - 100 человека

Дополнительная диспансеризация и профилактический осмотр направлены на выявление и коррекцию факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

Факторы риска, выявленные при проведении диспансеризации:

Гиперхолестеринемия	- 995;
Гипергликемия	- 258;
Избыточная масса тела	-1136;
Ожирение	- 746;
Курение табака	- 239;
Риск пагубного потребления алкоголя	– 8;
Низкая физическая активность	- 475;
Нерациональное питание	- 1247;
Отягощенная наследственность по хроническим неинфекционным заболеваниям	-72:

Высокий уровень холестерина является одним из ведущих факторов риска развития сердечно – сосудистых заболеваний. Различают два основных их вида: липопротеиды низкой плотности (ЛПНП) и липопротеиды высокой плотности (ЛПВП). Липопротеиды низкой плотности называют «плохим» холестерином, он способствует образованию холестериновых бляшек и прогрессированию атеросклероза. Липопротеиды высокой плотности, наоборот, способствуют «вытягиванию» холестерина из бляшек, играют защитную роль, предотвращают развитие этого заболевания.

ФАКТОРЫ РИСКА ГИПЕРХОЛЕСТЕРИНЕМИИ:

- малоподвижный образ жизни;
- неправильное питание - редкие и обильные приёмы пищи, избыточное потребление животных жиров, а также дефицит пищевых волокон, недостаточное употребление витаминов, избыток в рационе поваренной соли, дефицит макро- и микроэлементов;
- хроническое нервно-эмоциональное перенапряжение;
- злоупотребление алкоголем, особенно - пивом,
- избыточная масса тела;
- курение значительно повышает риск развития инфаркта миокарда и атеросклероза артерий нижних конечностей;
- наследственный фактор: наличие гиперхолестеринемии и атеросклероза у ближайших родственников.

Нормализовать уровень холестерина можно не медикаментозным лечением, соблюдая основные принципы здорового образа жизни:

- Рациональное питание:
1. Уменьшить калорийности рациона на 10-15 % путем снижения жиров и легкоусвояемых углеводов;
 2. Употреблять пищу небольшими порциями и часто (4-5 раз в день);

3. Делать разгрузочные дни, хотя бы один раз в неделю (овощная, фруктовая, молочная диеты.).

Правильно подобранная диета при атеросклерозе обеспечивает организм веществами, которые улучшают жировой обмен и укрепляют стенки сосудов. Полезно употреблять пищу, богатую витаминами А, С, Е, они укрепляют стенки сосудов, к ним относятся: цитрусовые, шиповник, черная смородина, зелень, гречневая крупа, бобовые, яблоки. Такие продукты как орехи, пшеничные отруби, морская капуста, овощи, грибы содержат вещества, нормализующие жировой обмен и обмен холестерина в организме.

- Нормализация массы тела;
- Дозированные физические нагрузки в условиях достаточного притока кислорода. Режим нагрузок может быть индивидуальным, с учетом сопутствующих заболеваний;
- Отказ от вредных привычек (алкоголя, курения).

Если уровень холестерина остается выше указанной нормы при соблюдении основных принципов ЗОЖ. необходимо обратиться к лечащему врачу для определения дальнейшей тактики лечения с целью снижения уровня холестерина до нормальных его значений.

Помните, повышенный уровень холестерина является угрозой для вашего здоровья.