

Следите за своим здоровьем!

Состояние здоровья человека, в основном, зависит от того, как сам человек к нему относится. Безответственное отношение к своему здоровью может привести к развитию многих заболеваний, утраты трудоспособности и смерти. Регулярное прохождение диспансеризации, профилактического медицинского осмотра позволит Вам в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, или выявить их на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно. Для этого необходимо ежегодно посещать поликлинику с профилактической целью (прохождение диспансеризации, профилактического медицинского осмотра) или диспансерного наблюдения (для граждан с хроническими заболеваниями). Многие **хронические неинфекционные заболевания** на ранних стадиях не беспокоят человека, но в то же время являются причиной сокращения продолжительность жизни населения:

- сердечно-сосудистые заболевания,
- злокачественные новообразования,
- болезни органов дыхания
- сахарный диабет.

Чем раньше выявить наличие риска болезни или первые ее проявления, тем успешнее будут профилактические и лечебные мероприятия. Именно для этого и проводится диспансеризация!

Диспансеризация определенных групп взрослого населения проводится путем углубленного обследования в целях:

- ▶ раннего выявления хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития (повышенный уровень артериального давления, повышенный уровень холестерина и глюкозы крови, курение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточная масса тела или ожирение), а также потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача;
- ▶ определения группы здоровья;
- ▶ проведения профилактического консультирования;
- ▶ определения группы диспансерного наблюдения.

В рамках диспансеризации проводятся:

Опрос (анкетирование) на выявление хронических неинфекционных заболеваний, или факторов риска их развития, антропометрия (измерение роста, массы тела, окружности талии), измерение артериального давления,

измерение уровня глюкозы и холестерина в крови натощак, определение относительного сердечно - сосудистого риска в возрасте от 18 до 39 лет включительно, определение абсолютного сердечно- сосудистого риска в возрасте от 40 до 64 включительно, осмотр врача-терапевта.

Некоторые виды исследования в зависимости от пола и возраста:

- флюорография или рентгенография в возрасте 18 лет и старше – 1 раз в два года.
- ЭКГ в покое в возрасте 35 лет и старше -1 раз в год.
- измерение внутриглазного давления в возрасте 40 лет и старше -1 раз в год.
- общий анализ крови от 40 лет и старше – 1 раз в год.
- анализ кала на скрытую кровь в возрасте от 40 лет до 64 лет включительно 1 раз в два года, от 65 лет до 75 лет включительно – 1 раз в год.
- осмотр акушеркой или врачом акушером-гинекологом женщин, в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год.
- взятие мазка с шейки матки на цитологическое исследование у женщин, в возрасте от 18 до 63 включительно 1 раз в 3 года.
- маммография обеих молочных желез для женщин в возрасте от 40 до 74 лет включительно – 1 раз в два года
- для мужчин - анализ крови на простат-специфический антиген (ПСА) в возрасте – 45, 50, 55, 60 лет.
- ФГДС для мужчин и женщин в возрасте 45 лет.

А также возможность медицинского освидетельствования для выявления ВИЧ-инфекции в соответствии со статьей 7. Федерального закона от 30 марта 1995 г. № 38-ФЗ.

При выявлении изменений при обследовании по итогам первого этапа диспансеризации, пациент переводится на второй этап диспансеризации с целью дополнительного углубленного обследования.

По завершению диспансеризации, участковый врач определяет группу состояния здоровья пациента. При выявлении хронических неинфекционных заболеваний или факторов риска их развития информирование пациента о необходимости проведения профилактических, лечебных, реабилитационных и оздоровительных мероприятий.

В 2023 году диспансеризации подлежат следующие года рождения:

2005, 2002, 1999, 1996, 1993, 1990, 1987, 1984, 1983, старше 40 лет все возраста.

Профилактическому осмотру подлежат следующие года рождения:

**2004, 2003, 2001, 2000, 1998, 1997, 1995, 1994,
1992, 1991, 1989, 1988, 1986, 1985,**

С 1 июля 2021 года в России стартовала углубленная диспансеризация, целью которой является выявление осложнений у граждан, перенесших новую коронавирусную инфекцию. Углубленная диспансеризация проводится дополнительно к профилактическим медицинским осмотрам и диспансеризации определённых групп взрослого населения и включает два этапа:

I этап: - измерение насыщения крови кислородом (сатурация) в покое;

- тест с 6-минутной ходьбой;
- спирометрия;
- общий клинический анализ крови (развёрнутый);
- биохимический анализ крови;
- определение концентрации Д-димера;
- проведение рентгенографии органов грудной клетки;
- приём (осмотр) врачом-терапевтом.

II этап: - эхокардиография;

- компьютерная томография лёгких;
- дуплексное сканирование вен нижних конечностей.

Профилактический медицинский осмотр и дополнительная диспансеризация может проводиться при обращении пациента в лечебное учреждение или предварительной записи, записаться можно по телефону **8 (84152) 2-25-95**. При посещении гражданами медицинской организации обязательно ношение масок и соблюдение социальной дистанции;

Жители Пачелмского района могут обращаться в Пачелмскую участковую больницу им. В А Баулина, в кабинет медицинской профилактики (№ 6).

По вопросам проведения профилактических мероприятий обращайтесь по телефону «горячей линии» Единого Контакт-центра в сфере ОМС Пензенской области:

Для прохождения диспансеризации желательно прийти в поликлинику утром натощак.

- При себе иметь паспорт и медицинский страховой полис.
- Если Вы в последние 12 месяцев обследовались у врача, возьмите подтверждающие документы – эти результаты могут быть учтены при прохождении диспансеризации.