

Сведения по профилактическому осмотру и дополнительной диспансеризации определенных групп взрослого населения за 8 месяцев 2022года.

В Пачелмской УБ им В.А. Баулина, в 2022 году подлежит:

- Дополнительной диспансеризации подлежит – 4034человека;
- Профилактическому осмотру – 798 человек;
- Углубленной диспансеризации - 667 человек.

За 8 месяцев 1 этап диспансеризации прошли 3356 человек –83,2%, профилактический осмотр – 484 человека – 60,6 %, углубленную диспансеризацию – 544 человек -81,5%.

Из них по группам здоровья:

1 группа - 706
2 группа - 225
3А группа - 2673
3Б группа - 236

По результатам проведения 1 этапа диспансеризации на 2 этап переведено – 531 пациентов–15,8%

Завершили 2 этап диспансеризации - 525 – 98,8%, от переведенных на 2 этап диспансеризации.

Пациентам с ограниченными возможностями передвижения проводится осмотр на дому с использованием мобильных медицинских комплексов, всего осмотрено 1108человек –33,0%

Выявлено заболеваний - 179:

Новообразования – 9, из них:

Злокачественные - 7;

Доброкачественные - 2;

Болезни эндокринной системы – 24, из них:

Сахарный диабет 2 типа - 5;

Болезни системы кровообращения –118 , из них:

Артериальная гипертензия - 72;

Ишемическая болезнь сердца – 45;

Болезни глаза – 5;

Болезни органов дыхания – 1;

Болезни мочеполовой системы – 13;

Болезни органов пищеварения– 6;

Болезни кожи - 1;

Болезни нервной системы -1.

Взято на диспансерный учет - 151 человек

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

Факторы риска, выявленные при проведении диспансеризации:

Гиперхолестеринемия	- 1109;
Гипергликемия	- 317;
Избыточная масса тела	-1539;
Ожирение	- 1214;
Курение табака	- 470;
Риск пагубного потребления алкоголя	- 26;
Низкая физическая активность	- 737;
Нерациональное питание	- 2141;
Отягощенная наследственность по хроническим неинфекционным заболеваниям	- 79;
Высокий и очень высокий АССР	- 15.

Низкая физическая активность, как фактор риска, занимает ведущее место в развитии хронических неинфекционных заболеваний.

Из этого можно сделать простой вывод: если хочешь иметь хорошее здоровье, жить долго и в полной мере ощутить радости жизни, необходимо двигаться. **Поэтому действует закон, кто больше двигается, тот дольше живет.**

Для поддержания здоровья необходима физическая активность – это ходьба в умеренном темпе не менее 30 минут в день, желательно ежедневно или большинство дней в неделю, езда на велосипеде, плавание, танцы. При отсутствии противопоказаний рекомендуются занятия физической культурой и спортом.

Какая же польза от физических упражнений?

- 1. Тренировка сердечно-сосудистой системы.** Регулярные, правильно дозированные нагрузки делают сердце выносливее, а стенки сосудов - эластичнее;
- 2. Снижает риск развития сахарного диабета 2 типа;**
- 3. Контроль веса.** Физическая нагрузка позволяет избавиться от лишнего веса;
- 4. Способ борьбы со стрессом.** Физическая нагрузка позволяет избавиться человека от лишней тревожности и депрессий;
- 5. Меньше травм в старшем возрасте.** Снижается вероятность травм благодаря сохранению ловкости и чувства равновесия, а также сохраняет ясность ума, потому что деятельность мозга стимулируется двигательной активностью.
- 6. Замена вредным привычкам.** Физическая нагрузка снижает тягу к сигаретам, отвлекает при синдроме отмены и позволяет получить дозу гормонов удовольствия, которые раньше поставлял никотин.

