Диспансеризация. Контроль здоровья — залог успешной жизни!

Здоровье – это самое драгоценное, что есть у человека. Мы должны не только поддерживать его, но и укреплять! В действительности же далеко не каждый из нас с уверенностью может сказать, здоров он или нет. И визит к какому-то одному врачу тоже не внесет ясность в этот вопрос. Все из-за того, что здоровье человека – это совокупность целого ряда показателей от простых физических параметров, до состояния органов и систем организма.

Как же узнать «здоров я или нет?» Мы предлагаем жителям Новгородской области пройти бесплатную диспансеризацию. Участие в ней поможет разобраться в теме, не просто важной и сложной, но и во многом решающей для наших планов на будущее.

**Что такое диспансеризация?**

 Диспансеризация представляет собой комплекс мероприятий, в том числе медицинский осмотр врачами нескольких специальностей и применение необходимых методов обследования, осуществляемых в отношении определенных групп населения в соответствии с законодательством Российской Федерации (Статья 46 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

**Для чего она мне?**

Неправильный режим сна и отдыха, питания и двигательной активности способны подорвать наше здоровье и запустить в организме развитие хронических заболеваний. Согласитесь, ведь многие из нас не контролируют свое артериальное давление, физическую нагрузку и другие важные параметры, которые сказываются на здоровье.

Согласитесь, зачастую мы обращаемся к врачу, лишь когда почувствуем какой -либо дискомфорт. Но одной из главных задач медицины является именно профилактика развития заболеваний. Всегда легче предотвратить, чем лечить. К тому же, серьезные заболевания, выявленные на ранних стадиях, легче поддаются лечению, чем на поздних, когда в процесс вовлечены уже несколько систем организма.  
После прохождения диспансеризации Вы четко будете понимать состояние Вашего организма. Возможно, узнаете о проблеме, к решению которой нужно приступить. Возможно, новостью станет наличие риска развития хронических заболеваний и понимание необходимости расставания с вредными привычками. В любом случае, прохождение диспансеризации станет шагом к спокойствию, уверенности и чувству удовлетворения.

**Диспансеризация проводится в два этапа**

**На первом этапе** проводится скрининговое обследование на выявление у граждан признаков хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития.  
В зависимости от возраста проводится определенный комплекс обследований, после которого врач терапевт определяет показания для обследования на втором этапе. Если у пациента нет показаний для направления его на второй этап, врач терапевт делает заключение пациенту о его состоянии здоровья.

**Второй этап** - это этап дополнительного обследования по показаниям и уточнения диагноза заболевания, проведения углубленного профилактического консультирования.  
Если у пациента, старше 39 лет, выявлено высокое внутриглазное давление, или у пациента, старше 75 лет, имеется снижение остроты зрения, не поддающееся коррекции, то такие пациенты отправляются на консультацию к врачу офтальмологу.  
Если у женщин на первом этапе выявлены патологические изменения мазка с шейки матки или изменения на маммографии, УЗИ матки и яичников они направляются на консультацию акушеру – гинекологу.  
Если у пациента выявлено подозрение на онкологическое заболевание мочеполовой системы или желудочно-кишечного тракта, то пациент направляется к врачу-хирургу.

**Какие обследования будут сделаны?**

• Флюорография легких  
• Маммография (женщины от 39 до 75 лет)  
• ЭКГ  
• Клинический анализ крови  
• Общий анализ мочи  
• Биохимический анализ крови для лиц 39 лет и старше с периодичностью 1 раз в 6 лет  
• Исследование кала на скрытую кровь для лиц от 48 до 75 лет  
• Определение уровня холестерина и глюкозы крови  
• УЗИ органов брюшной полости и малого таза – 39 лет и старше с периодичностью 1 раз в 6 лет  
• Измерение внутриглазного давления у граждан 39 лет и старше  
По показаниям на втором этапе проведут обследования:  
дуплексное сканирование брахицефальных артерий; эзофагогастродуоденоскопия, колоноскопия или ректороманоскопия; спирометрия.

**Бесплатно ли это?**

Да!  Диспансеризация проводится за счет средств фонда обязательного медицинского страхования 1 раз в 3 года.

**Кто может пройти диспансеризацию?**

Если Ваш возраст делится на три, приходите на диспансеризацию! В 2016г. – возраст 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99 лет.

Категории граждан, имеющие право прохождения диспансеризации вне зависимости от возраста 1 раз в год:

1) инвалиды Великой Отечественной войны и инвалиды боевых действий, а также участники Великой Отечественной войны, ставшие инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья или других причин (кроме лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);  
2) лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда» и признанных инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин (кроме лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);  
3) бывшие несовершеннолетние узники концлагерей, гетто, других мест принудительного содержания, созданных фашистами и их союзниками в период второй мировой войны, признанных инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин (кроме лиц, инвалидность к которых наступила вследствие их противоправных действий).

**Как это сделать?**

1. Обратится в лечебное учреждение по месту жительства и получить медицинскую карту
2. Без предварительной записи обратиться в кабинет профилактики (участковому терапевту, врачу общей врачебной практики) для получения карты диспансеризации (с маршрутным листом), анкеты, и направлений на дополнительные исследования в соответствии с Вашим возрастом.
3. Пройти исследования и осмотры врачей специалистов в соответствии с маршрутным листом.
4. После прохождения дополнительных исследований и осмотра врачей вернуться к врачу терапевту кабинета профилактики (участковому терапевту), для оформления заключения и рекомендаций по результатам диспансеризации.

**Что надо иметь при себе?**

* паспорт;
* полис обязательного медицинского страхования;
* СНИЛС.

**В каких лечебных учреждениях я могу пройти диспансеризацию?**

Проийти диспансеризацию Вы можете в любом лечебном учреждении по месту жительства.

**Подводим итоги диспансеризации:**

I группа - нет хронических неинфекционных заболеваний, отсутствуют факторы риска развития заболеваний или имеются факторы риска заболеваний при низком или среднем абсолютном суммарном сердечно-сосудистом риске (развитие заболеваний или смерти со стороны сердечно-сосудистой системы в ближайшие 10 лет). В диспансерном наблюдении не нуждаются.

II группа - нет хронических неинфекционных заболеваний, но имеются факторы риска при высоком или очень высоком абсолютном суммарном сердечно-сосудистом риске. В диспансерном наблюдении не нуждаются у участкового врача, но должны наблюдаться в кабинете профилактики.

III "а" группа – имеются хронические неинфекционные заболевания. Должны находиться на диспансерном наблюдении у участкового врача.  
III "б" группа – нет хронических неинфекционных заболеваний, но требуют диспансерного наблюдения по другим заболеваниям.