

НЕ УПУСТИ ВОЗМОЖНОСТЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

ПРИГЛАШАЕМ ВАС НА БЕСПЛАТНУЮ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ –

НАЙДИ ВРЕМЯ ДЛЯ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ!!!!

Сроки, порядок, результаты проводимой диспансеризации населения:

Диспансеризации подлежат:

- пациенты старше 20 лет, которым в этом году исполняется количество лет, кратное 3 (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);
- Инвалиды ВОВ;
- лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда» и ставшие инвалидами по заболеванию.

Объем диспансеризации и число медицинских мероприятий устанавливается для каждого возраста и пола гражданина.

Для прохождения диспансеризации необходимо явиться во взрослое поликлиническое отделение МЦРБ кабинет доврачебного приема и координации диспансеризации – №119 (сбор информации)

Основные цели диспансеризации

Раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (далее — хронические неинфекционные заболевания), к которым относятся:

- инфаркты
- инсульты
- сахарный диабет;
- онкология
- туберкулез

Кроме того, диспансеризация направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска, повышающих вероятность развития хронических неинфекционных заболеваний (Приложение №2 к Порядку проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения, утвержденному приказом МЗ РФ от 26.10.2017г. №869н»):

- повышенный уровень артериального давления - систолическое артериальное давление равно или выше 140 мм рт.ст., диастолическое артериальное давление равно или выше 90 мм рт.ст. либо проведение гипотензивной терапии. К числу граждан, имеющих данный фактор риска, относятся граждане, имеющие гипертоническую болезнь или симптоматические артериальные гипертензии;
- Гиперхолестеринемия - уровень общего холестерина 5 ммоль/л и более;
- Гипергликемия - уровень глюкозы плазмы натощак 6,1 ммоль/л и более, либо наличие сахарного диабета, в том числе в случае, если в результате эффективной терапии достигнута нормогликемия.;
- Курение табака - ежедневное выкуривание по крайней мере одной сигареты и более;
- Нерациональное питание - избыточное потребление пищи, жиров, углеводов, потребление поваренной соли более 5 граммов в сутки (досаливание приготовленной пищи, частое употребление солений, консервов, колбасных изделий), недостаточное потребление фруктов и овощей (менее 400 граммов или менее 4 - 6 порций в сутки);
- Избыточная масса тела - индекс массы тела 25-29,9 кг/кв. м, и более;
- Ожирение - индекс массы тела 30 кг/кв. м и более
- Низкая физическая активность - ходьба в умеренном или быстром темпе менее 30 минут в день
- Риск пагубного потребления алкоголя и риск потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача
- Отягощенная наследственность по сердечно-сосудистым заболеваниям определяется при наличии инфаркта миокарда и (или) мозгового инсульта у близких родственников (матери или родных сестер в возрасте до 65 лет или у отца, родных братьев в возрасте до 55 лет).
- Отягощенная наследственность по злокачественным новообразованиям - наличие у близких родственников в молодом или среднем возрасте или в нескольких поколениях злокачественные новообразования
- Отягощенная наследственность по хроническим болезням нижних дыхательных путей - наличие у близких родственников в молодом или среднем возрасте
- Отягощенная наследственность по сахарному диабету - наличие у близких родственников в молодом или среднем возрасте

Где и когда можно пройти диспансеризацию
 Граждане проходят диспансеризацию в медицинской организации по выбору гражданина, в поликлинике, во врачебной амбулатории, ФП, ФАПе. Ваш участковый врач (фельдшер) или участковая медицинская сестра или сотрудник регистратуры подробно расскажут Вам где, когда и как можно пройти диспансеризацию, согласуют с Вами ориентировочную дату (период) прохождения диспансеризации.

Сколько времени занимает прохождение диспансеризации

Прохождение обследования первого этапа диспансеризации как правило требует два визита. Первый визит занимает ориентировочно от 3 до 6 часов (объем обследования значительно меняется в зависимости от Вашего возраста). Второй визит проводится обычно через 1-6 дней (зависит от длительности времени необходимого для получения результатов исследований) к участковому врачу для заключительного осмотра и подведения итогов диспансеризации. Если по результатам первого этапа диспансеризации у Вас выявлено подозрение на наличие хронического неинфекционного заболевания или высокий и очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск участковый врач сообщает Вам об этом и направляет на второй этап диспансеризации, длительность прохождения которого зависит от объема необходимого Вам дополнительного обследования.

Как пройти диспансеризацию работающему человеку

Согласно статьи 24 Федерального закона Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» работодатели обязаны обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения.

Какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации:

— Для прохождения первого этапа диспансеризации желательно прийти в медицинскую организацию (поликлинику) утром, на голодный желудок, до выполнения каких-либо физических нагрузок, в том числе и утренней физической зарядки.

— Взять с собой утреннюю порцию мочи в объеме 100-150 мл. Для сбора мочи и кала предпочтительно использовать промышленно произведенные специальные контейнеры (небольшие емкости) для биопроб, которые можно приобрести в аптеке.

— Лицам в возрасте 45 лет и старше для исследования кала на скрытую кровь необходимо во избежание ложноположительных результатов в течение 3 суток перед диспансеризацией не есть мясную пищу, а также других продуктов, в состав которых входит значительное количество железа (яблоки, зеленый лук, сладкий болгарский перец, белая фасоль, шпинат), а также овощи, содержащие много таких ферментов, как каталаза и пероксидаза (огурцы, хрен, цветная капуста), исключить прием железосодержащих лекарственных препаратов, в том числе гематогена, отменить прием аскорбиновой кислоты, ацетилсалициловой кислоты (аспирина) и другие нестероидных противовоспалительных средств (таких как вольтарен, диклофенак и т.д.), отказаться от использования любых слабительных средств и клизм.

— На емкости с мочой и калом необходимо разместить наклейку со своей фамилией и инициалами.

— Женщинам необходимо помнить, что забор мазков с шейки матки не проводится во время менструации, при проведении того или иного лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза, что для снижения вероятности получения ложных результатов анализа мазка необходимо исключить половые контакты в течение 2-х суток перед диспансеризацией, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.

— Мужчинам в возрасте старше 50 лет необходимо помнить, что лучше воздержаться от прохождения диспансеризации в течение 7-10 дней после любых воздействий на предстательную железу механического характера (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, половой акт, лечение ректальными свечами и др.) так как они могут исказить результат исследования простатспецифического антигена в крови (онкомаркер рака предстательной железы).

— Если Вы в текущем или предшествующем году проходили медицинские исследования возьмите документы, подтверждающие это и покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.

— Объем подготовки для прохождения второго этапа диспансеризации Вам объяснит участковый врач (фельдшер).

Какой документ получает гражданин по результатам прохождения диспансеризации

Каждому гражданину, прошедшему диспансеризацию выдается Паспорт здоровья, в который вносятся основные выводы (заключения, рекомендации) по результатам проведенного обследования.

Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам в значительной степени

уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, являющихся основной

причиной инвалидности и смертности населения нашей страны или

выявить их на

ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно.

