

Диспансеризация: предупрежден – значит вооружен

Профилактика и ранняя диагностика заболеваний являются важной частью здорового образа жизни. Многие серьезные недуги могут протекать на начальных стадиях бессимптомно, поэтому крайне важно вовремя обследовать свой организм. Выявление заболеваний на ранних стадиях позволяет с большей эффективностью проводить их лечение. Чтобы быть уверенным в своем здоровье, нужно каждые три года проходить бесплатную диспансеризацию.

Диспансеризация – это комплекс медицинских мероприятий, направленных на диагностику и обследование основных показателей состояния здоровья человека. Комплексный врачебный осмотр в поликлинике, а также проведение анализов дают возможность выявить ряд заболеваний, которые являются причиной 70 процентов смертей граждан. Сюда относятся онкологические заболевания, болезни сердечно-сосудистой системы, сахарный диабет, болезни дыхательных органов.

Диспансеризация позволяет достигнуть сразу нескольких целей:

- выявить на ранних стадиях хронические заболевания, являющиеся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации и факторов риска их развития;
- определить группу состояния здоровья и необходимые лечебно-профилактические мероприятия для граждан с выявленными заболеваниями и факторами риска их развития;
- провести профилактическое консультирование гражданам с выявленными заболеваниями;
- определить группу диспансерного наблюдения граждан с выявленными заболеваниями.

Важной особенностью диспансеризации является усиление ее профилактической направленности — проведение профилактического консультирования всем гражданам, дифференцированно в зависимости от результатов обследования.

Диспансеризация проходит в два этапа. На первом пациент посещает терапевта и проходит необходимые обследования: сдает кровь на сахар или холестерин, проверяет глазное дно, проходит флюорографию, УЗИ и другие исследования. Если по результатам обследования выявляются хронические заболевания или подозрение на патологию, врач направляет пациента на второй этап диспансеризации, к специалистам, которые проведут углубленный осмотр и дадут рекомендации.

В 2018 году вступили в силу новые правила прохождения диспансеризации. Они позволят ускорить время прохождения обследования, а также сконцентрировать дополнительное внимание врачей к раннему выявлению онкологических и сердечно-сосудистых заболеваний.

В рамках новых требований специалисты усилят внимание на раннее выявление онкологических заболеваний. Так, на первом этапе у мужчин в возрасте 45 лет и 51 года будут проверять наличие простатспецифического антигена в крови (ПСА крови), а с 49 лет южноуральцы смогут проходить диспансеризацию раз в два года для исключения рака молочной железы и кишечника (самых распространенных видов онкологии). В перечне обязательных исследований сохранились маммография и анализ кала на скрытую кровь, а также проверка внутриглазного давления (диагностика глаукомы), ЭКГ и другие.

Среди нововведений – замена биохимического анализа крови на измерение уровня глюкозы и холестерина. Эти обследования помогут определить сахарный диабет и риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

«В этом году по состоянию на сентябрь диспансеризацию прошли 336 тысяч человек. Это чуть более половины от запланированного охвата. Мы очень надеемся, что многие, кому необходимо обследование, выделяют немного времени для своего здоровья. Стоит помнить о том, что определение заболевания на ранних стадиях увеличивает шанс пациента на выздоровление. Кроме того, во время диспансеризации каждый может не только проверить состояние своего здоровья, но и своевременно получить консультацию по лечению имеющегося заболевания или по предотвращению его развития» – рассказала главный врач Челябинского областного центра медицинской профилактики Ольга Агеева.

В 2017 году обследование прошли порядка 400 тысяч человек. Диспансеризация позволила выявить 1229 случаев новообразований, среди которых 531 – злокачественные. Лидирующее место среди впервые выявленных заболеваний занимают болезни системы кровообращения – 18031 случай. Сахарный диабет диагностировали у 1618 человек.

В 2018 году пройти бесплатную диспансеризацию могут граждане России, которые родились в 1919, 1922, 1925, 1928, 1931, 1934, 1937, 1940, 1943, 1946, 1949, 1952, 1955, 1958, 1961, 1964, 1967, 1970, 1973, 1976, 1979, 1982, 1985, 1988, 1991, 1994, 1997 годах. Для этого необходимо с паспортом и полисом обратиться в поликлинику по месту жительства. Обследование проводится за счет средств обязательного медицинского страхования (бесплатно для пациента), предварительная запись не требуется.

Более подробную информацию о прохождении диспансеризации можно узнать на официальном сайте [Челябинского областного центра медицинской профилактики](#), официальном сайте [ТФОМС Челябинской области](#), сайтах [страховых медицинских организаций](#) или по телефону единого контакт-центра в сфере ОМС Челябинской области 8-800-300-10-03 (звонок бесплатный).

Как подготовиться к прохождению диспансеризации?



В первый визит желательно прийти в медицинскую организацию утром, на голодный желудок, до выполнения каких-либо физических нагрузок, в том числе и утренней зарядки.

Взять с собой утреннюю порцию мочи в объеме 100-150 мл.

При необходимости проведения исследования кала на скрытую кровь, уточните в поликлинике, каким методом делается анализ. Если иммунохимическим, то никаких ограничений в рационе питания не требуется. Если исследование проводится иным методом, то для того, чтобы результат анализа был правильным, в течение 3 дней до обследования откажитесь от пищи с высоким содержанием железа (мясо, яблоки, белая фасоль), слабительных средств и клизм, препаратов железа, аспирина и аскорбиновой кислоты (при отсутствии противопоказаний).

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.

Ваше здоровье в ваших руках!

7 ШАГОВ ОТ РАКА

какие обследования
нужно проходить

5 обследований
можно пройти на
ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

**самообследование и
МАММОГРАФИЯ**
исключает риск
развития рака молочных
желез



ОСМОТР СТОМАТОЛОГА
позволяет обнаружить
рак ротовой полости



**АНАЛИЗ КРОВИ
НА УРОВЕНЬ ПСА**
выявляет рак предстательной
железы

**ОСМОТР
ГИНЕКОЛОГА**
выявляет рак
репродуктивных
органов



ФЛЮОРОГРАФИЯ
позволяет обнаружить
рак легких

**АНАЛИЗ КАЛА НА
СКРЫТУЮ КРОВЬ, ФГДС**
выявляет рак ЖКТ



**НАБЛЮДЕНИЕ ЗА
РОДИНКАМИ**
исключает риск развития
рака кожи



Челябинский областной центр
медицинской профилактики