

ВСЕОБЩАЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ В 2015 Г.

1. Основная цель диспансеризации взрослого населения - раннее выявление факторов риска и наиболее вероятных хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения, к которым относятся: болезни системы кровообращения, злокачественные новообразования, сахарный диабет, хронические болезни лёгких.

Указанные болезни обуславливают более 75% всей смертности населения нашей страны. Диспансеризация также направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска развития указанных заболеваний, к которым относятся: повышенный уровень артериального давления, повышенные уровни холестерина и глюкозы в крови, пагубное потребление алкоголя и курение табака, нерациональное питание, низкая физическая активность и ожирение.

Важной особенностью диспансеризации является не только раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития, но и проведение всем гражданам, имеющим указанные факторы риска и очень высокий сердечно-сосудистый риск - индивидуального углублённого профилактического консультирования. Такие активные профилактические вмешательства позволяют достаточно быстро и в значительной степени снизить вероятность развития у каждого конкретного человека опасных хронических заболеваний, а у лиц, страдающих такими заболеваниями, значительно уменьшить тяжесть течения заболевания. При подозрении на заболевание человека будут направлять на 2 этап диспансеризации для углублённого обследования. Каждый взрослый человек от 21 года, который имеет медицинский полис, независимо от статуса 1 раз в 3 года может пройти диспансеризацию. **Это значит, что**

в 2015 году подлежат диспансеризации люди, которые родились в 1994, 1991, 1988, 1985, 1982, 1979, 1976, 1973, 1970, 1967, 1964, 1961, 1958, 1955, 1952, 1949, 1946, 1943, 1940, 1937, 1934, 1931, 1928, 1925, 1922, 1919, 1916 году.

2. Где и когда можно пройти диспансеризацию? Граждане проходят диспансеризации в медицинской организации по месту жительства, работы, учёбы или по выбору гражданина, в которой они получают первичную медицинскую помощь. Тем, кто решил проверить своё здоровье, необходимо обратиться в поликлинику на свой терапевтический участок. Там вы проходите краткое профилактическое консультирование и вас направят на обследования. Медицинское обследование будет назначаться строго по индивидуальной программе, то есть, объём обследования будет зависеть от пола, возраста, выявленных факторов риска и группы здоровья. Большинство обследований, которые были проведены в течение последнего года, будут засчитываться, и человеку не надо проходить их дважды.

3. Сколько времени занимает прохождение диспансеризации? Прохождение обследования 1 этапа диспансеризации требует 2 визита: **1-й визит** занимает ориентировочно 3 -6 часов, **2-й** - проводится 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 заболевания или высокий суммарный сердечно-сосудистый риск, то участковый врач направит на 2-й этап диспансеризации.

4. Как пройти диспансеризацию работающему человеку? Согласно статьи №24 Федерального закона РФ от **21.11.2011 г. №323-ФЗ** «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» работодатели обязаны обеспечить условия для прохождения работниками медосмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения.

5. Какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации?

Подготовка для 1-го этапа диспансеризации:

- в поликлинику желательно прийти утром на голодный желудок до выполнения каких-либо физических нагрузок в т.ч. и физзарядки;

- взять с собой утреннюю порцию мочи в объёме 100-150 мл;

- лицам в возрасте 45 лет и старше для исследования кала на скрытую кровь в течение 3 суток перед диспансеризацией не есть мясную пищу, яблоки, зелёный лук, сладкий болгарский перец, огурцы, цветную капусту, отказаться от любых слабительных средств и клизм;

- мужчинам в возрасте 50 лет воздержаться от прохождения диспансеризации в течение 7-10 дней после любых воздействий на предстательную железу механического характера;

Если Вы в текущем или предшествующем году проходили медицинские исследования, то возьмите документы, подтверждающие это.

Объём подготовки прохождения 2-го этапа диспансеризации Вам объяснит участковый врач.

Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения или выявить их на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно. Но без инициативы о собственном здоровье самого человека медицина бессильна.

Если мы хотим быть здоровыми, надо начинать с себя!