

Неделя профилактики хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ)



16 – 22 ЯНВАРЯ 2023
**НЕДЕЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ
НЕИНФЕКЦИОННЫХ
ЗАБОЛЕВАНИЙ**

Хронические неинфекционные заболевания (ХНИЗ) являются основной причиной инвалидности и преждевременной смертности среди населения Российской Федерации.

На долю смертей от ХНИЗ приходится порядка 70% всех случаев ,из которых 40 % являются преждевременными.

К основным типам ХНИЗ относятся заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, сахарный диабет, злокачественные новообразования.

-Основные факторы в развитии ХНИЗ:

-курение

-нерациональное питание

-низкая физическая активность

-Избыточное употребление алкоголя

-Повышенный уровень артериального давления

-повышенный уровень холестерина крови

-ожирение

-стресс

Основные рекомендации для профилактики ХНИЗ:

-Самым действенным методом профилактики ХНИЗ является соблюдение принципов здорового питания, повышение физической активности и отказ от вредных привычек.

-Так же необходимо знать свои показатели, характеризующие здоровье (уровень холестерина и глюкозы в крови, уровень артериального давления, индекс массы тела, окружность талии).

-Регулярно проходить медицинские профилактические осмотры и диспансеризацию.

Записаться на диспансеризацию можно самостоятельно в поликлинике по месту жительства или [через портал госуслуг](#).

В ГБУЗ РМ « Поликлиника №2» кабинет диспансеризации работает ежедневно с 8:00 до 18:00, суббота с 8:00 до 15:00, воскресенье-выходной.

ГБУЗ РМ « Поликлиника №2» приглашает Вас позаботиться о своем здоровье и своевременно пройти диспансерный осмотр.



ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

ПРОСТО
ДОСТУПНО
ВАЖНО

18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39

ежегодно:
40 лет и старше

Периодический медицинский
осмотр - в любом возрасте

* паспорт гражданина РФ, полис ОМС



Перечень мероприятий скрининга и методов исследований,
направленных на раннее выявление онкологических заболеваний:



ГДЕ И КОГДА?

Диспансеризацию можно пройти в поликлинике по месту прикрепления при наличии паспорта и полиса ОМС (не только в рабочие часы, но и в вечернее время и в субботу)

ВАЖНО!

Для прохождения диспансеризации работник освобождается от работы на один день с сохранением его среднего заработка (на основании письменного заявления, согласно статье 185.1 ТК РФ)

I ЭТАП

Основной перечень исследований:

Анкетирование
Антропометрия
Измерение АД
Измерение уровня холестерина

Измерение глюкозы в крови
Флюорография

Дополнительные исследования в зависимости от возраста:

Внутриглазное давление

(при первом посещении, 40 лет и старше)

Электрокардиография

(при первом посещении, 35 лет и старше)

Осмотр акушеркой/гинекологом (женщины)

Относительный сердечно-сосудистый риск (18-39 лет)

Абсолютный сердечно-сосудистый риск (40-65 лет)

Общий анализ крови (40 лет и старше)

Скрининг на раннее выявление онкологических заболеваний

Краткое профилактическое консультирование

Прием врача терапевта по итогам профилактического медицинского осмотра



II ЭТАП

Необходимость, в исследовании определяется врачом

Осмотр (консультация) врача:

Невролога
Хирурга/уролога
Хирурга/колопроктолога,
Акушера-гинеколога,
Оториноларинголога,
Офтальмолога

Обследования:

ЭГДС
спирометрия,
рентгено/компьютерная томография легких,
дуплексное сканирование брахиоцефальных артерий

Углубленное индивидуальное/групповое профилактическое консультирование



Каждый из нас должен ответственно относиться к своему здоровью, регулярно проходить профилактические осмотры и диспансеризацию! Именно они направлены на выявление и коррекцию факторов риска, являющихся причиной возникновения основных групп ХНИЗ.

ГБУЗ РМ «Поликлиника №2» РЦМП