

Проявите ответственность за свое здоровье!



С 5 по 11 декабря 2022г Министерство здравоохранения РФ проводит Неделю ответственного отношения к здоровью, от которого зависят качество и продолжительность жизни человека.

Принципы ответственного отношения к здоровью:

-Соблюдение здорового образа жизни- отказ от вредных привычек, здоровое питание, физическая активность.

-Мониторинг собственного здоровья –прохождение профосмотров и диспансеризации, своевременное обращение к врачу.

-Ответственное использование лекарств, правильное хранение и употребление лекарственных препаратов.

С целью раннего выявления факторов риска хронических неинфекционных заболеваний (повышенный уровень артериального давления, холестерина и глюкозы крови, курение табака, пагубное потребление алкоголя нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточная масса тела, ожирение) и их коррекции, а также выявление заболеваний на ранней стадии проводятся профилактические осмотры, диспансеризация, углубленная диспансеризация для лиц перенесших новую коронавирусную инфекцию.

Углубленная диспансеризация проходит в два этапа:

1. Определение насыщения крови кислородом, спирометрия, биохимический анализ крови, общий анализ крови.
2. Если есть показания, то пациенту назначается ЭХО-КС, КТ легких, доплеровское обследование сосудов нижних конечностей.

Если по результатам обследований у пациента выявляются

хронические заболевания или риски их возникновения, то ему будет назначено необходимое лечение и реабилитация. По выявленным факторам риска проводится углубленное консультирование.

Региональный центр общественного здоровья и медицинской профилактики Республики Мордовия

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:

Возраст	Методы исследования
45 лет	ЭГДС (осмотр пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки)
40 - 64 лет - 1 раз в 2 года 65-75 - 1 раз в год	Анализ крови на скрытую кровь
45, 50, 55, 60 и 64 года	Уровень ПСА (простат-специфического антигена) в крови
40 - 75 лет 1 раз в 2 года	Маммография
18 - 64 лет - 1 раз в 3 года	Цитологическое исследование мазка с шейки матки

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
 Дополнительно исследования в зависимости от возраста:
 Внутривенное давление (при первом посещении 40 лет и старше)
 Электrokардиография (при первом посещении 35 лет и старше)
 Осмотр акушеркой/гинекологом (женщины)
 Относительный сердечно-сосудистый риск (18-39 лет)
 Абсолютный сердечно-сосудистый риск (40-45 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) врач:
 Невролога
 Хирурга/уролога
 Хирурга/коловпроктолога,
 Акушера-гинеколога,
 Оториноларинголога,
 Офтальмолога
 Обследования:
 ЭГДС
 сиврометрия,
 рентгени/компьютерная томография легких,
 дульсионное сканирование брахицефальных артерий
 Углубленное индивидуальное/групповое профилактическое консультирование

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.

ГБУЗ РМ «Поликлиника №2»

РЦМП