

Объявление

Уважаемые пациенты!

ГБУЗ Республики Мордовия «Поликлиника №2» информирует о том, что в кабинете №322 по адресу; г.Саранск, проспект 60 лет октября, д.6 работает Центр здоровья.

Обследование всех желающих с последующей консультацией терапевта проводится бесплатно при наличии паспорта и страхового полиса по предварительной записи.

В Центре здоровья проводится:

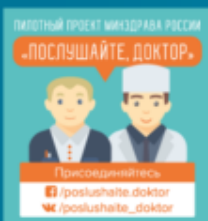
- обследование на аппаратно-программном комплексе,
- оценка состояния сердца на аппарате «Кардиовизор»,
- ангиологический скрининг сосудов с расчетом лодыжечно-плечевого индекса,
- биоимпедансметрия – определение состава тела и минеральной массы,
- спирография,
- определение сахара крови и холестерина крови,
- определение остроты зрения и ВГД в офтальмологическом кабинете.

Запись на обследование проводится в кабинете №322 или по телефону 89271818726

Также сообщаем, что в кабинете №322 проводится запись в Школы здоровья.

Профилактика и лечение гриппа

Инфографические материалы Министерства здравоохранения Российской Федерации по вопросам профилактики, клиники и лечения гриппа



ОПАСНО! ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ
ТЕЛА**



**ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ**



**ЛОМОТА
В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ**



**БОЛЬ/ЖЖЕНИЕ
В ГОРЛЕ**



**СУХОЙ
КАШЕЛЬ
И ЗАТРУДНЕННОЕ,
УЧАЩЕННОЕ
ДЫХАНИЕ**



СЛАБОСТЬ



**ЖЕЛУДОЧНО-
КИШЕЧНЫЕ
РАССТРОЙСТВА
(ТОШНОТА,
РВОТА, ПОНОС)**



**БОЛЬ
ПРИ ДВИЖЕНИИ
ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ
ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ
НА СВЕТ**

ПРОФИЛАКТИКА



**ВЕСТИ
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ**



**РЕГУЛЯРНО
МЫТЬ РУКИ
С МЫЛОМ ИЛИ
ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ
СРЕДСТВОМ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ
ОДНОРАЗОВЫЕ
САЛФЕТКИ ПРИ
ЧИХАНИИ
И КАШЛЕ**



**СВОЕВРЕМЕННО
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ***



**ИЗБЕГАТЬ
БОЛЬШОГО
СКОПЛЕНИЯ
ЛЮДЕЙ**



**ИЗБЕГАТЬ
КОНТАКТОВ
С БОЛЬНЫМИ**

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



**ОСТАВАТЬСЯ ДОМА
И СОБЛЮДАТЬ
ПОСТЕЛЬНЫЙ
РЕЖИМ**



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ
САМОЛЕЧЕНИЕМ,
А ВЫЗВАТЬ
ВРАЧА**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ
СРЕДСТВА
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ
ЗАЩИТЫ**



**ОБИЛЬНОЕ
ПОТРЕБЛЕНИЕ
ТЕПЛОЙ
ЖИДКОСТИ**



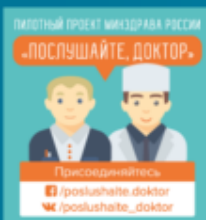
**ПРОВОДИТЬ
ВЛАЖНУЮ
УБОРКУ**



**ПРОВЕТРИВАТЬ
ПОМЕЩЕНИЕ**

*Вакцинация от гриппа проводится начиная с 6-месячного возраста в соответствии с Национальным календарем профилактических прививок (Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 125н (ред. от 16.06.2016) «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям»).

**Инфографические материалы Министерства здравоохранения
Российской Федерации по вопросам вакцинации в рамках
национального календаря профилактических прививок**



ВАЖНО! ПРИВИВКИ



Национальный календарь профилактических прививок* Российской Федерации по числу инфекций соответствует лучшим мировым практикам.

Сегодня он включает вакцинацию против 12 инфекционных заболеваний: корь • краснуха • полиомиелит • эпидемический паротит • туберкулез • столбняк • дифтерия • гепатит В • коклюш • гемофильная инфекция • пневмококковая инфекция • грипп.

БЕСПЛАТНО ДЛЯ ГРАЖДАН РОССИИ



ВОЗРАСТ
24
ЧАСА

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

3-7
ДЕНЬ

ТУБЕРКУЛЕЗ

1
МЕСЯЦ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

2
МЕСЯЦ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ



3
МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

4.5
МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ
ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ

6
МЕСЯЦ

ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
ПОЛИОМИЕЛИТ
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

ГРИПП

Дети с 6 месяцев, учащиеся 1-11 классов; обучающиеся в профессиональных образовательных организациях и образовательных организациях высшего образования; взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных организаций, транспорта, коммунальной сферы); беременные женщины; взрослые старше 60 лет; лица, подлежащие призыву на военную службу; лица с хроническими заболеваниями, в том числе с заболеваниями легких, сердечно-сосудистыми заболеваниями, метаболическими нарушениями и ожирением.



12
МЕСЯЦ

КОРЬ, КРАСНУХА,
ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ
ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В

15
МЕСЯЦ

ПНЕВМОКОККОВАЯ
ИНФЕКЦИЯ

18
МЕСЯЦ

ПОЛИОМИЕЛИТ
ДИФТЕРИЯ, КОКЛЮШ,
СТОЛБНЯК
ГЕМОФИЛЬНАЯ
ИНФЕКЦИЯ

20
МЕСЯЦ

ПОЛИОМИЕЛИТ



6
ЛЕТ

КОРЬ, КРАСНУХА,
ЭПИДЕМИЧЕСКИЙ ПАРОТИТ

6-7
ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
ТУБЕРКУЛЕЗ

14
ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
ПОЛИОМИЕЛИТ

от 18
ЛЕТ

ДИФТЕРИЯ, СТОЛБНЯК
каждые 10 лет
от момента последней
ревакцинации

1-55
ЛЕТ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ В
не привитые
ранее

1-25
ЛЕТ

КРАСНУХА
Дети от 1 года до 18 лет, женщины
от 18 до 25 лет (включительно), не
болевшие, не привитые, привитые
однократно, не имеющие сведений
о прививках против краснухи

1-55
ЛЕТ

КОРЬ
Дети от 1 года до 18 лет (включительно) и взрослые до 35 лет (включительно), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори; взрослые от 36 до 55 лет (включительно), относящиеся к группам риска (работники медицинских и образовательных организаций, организаций торговли, транспорта, коммунальной и социальной сферы; лица, работающие вахтовым методом, и сотрудники государственных контрольных органов в пунктах пропуска через государственную границу Российской Федерации), не болевшие, не привитые, привитые однократно, не имеющие сведений о прививках против кори

● первая
вакцинация ● следующая
вакцинация
и ревакцинация ● вакцинация
для групп риска**

* Приказ Минздрава России от 21.03.2014 № 125н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям».
** Информацию о принадлежности к группе риска вы можете получить у своего лечащего врача, педиатра или терапевта.

1 декабря отмечается Всемирный день борьбы с синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД)

Ежегодно 1 декабря отмечается Всемирный день борьбы с синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД).

Впервые этот день отмечался в 1988 году по предложению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Это связано с тем, что синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД) приобрел масштабы пандемии.

Целью Всемирного дня борьбы против СПИДа является повышение глобальной осведомленности о ВИЧ/СПИДе и демонстрация международной солидарности перед лицом пандемии.

ВИЧ (вирус иммунодефицита человека) – вирус, вызывающий СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита). Этот вирус передается от одного человека другому через кровь или в результате полового контакта. ВИЧ поражает иммунную систему человека, которая отвечает за борьбу с инфекцией. В итоге иммунная система ослабевает до такой степени, что не может противостоять болезням и инфекциям, атакующим организм. Вследствие ухудшения состояния человека ему ставят диагноз СПИД.

В этот день мировая общественность выражает солидарность с людьми, затронутыми эпидемией, и поддержку усилий по борьбе со

СПИДом во всем мире.

17 ноября - Международный день отказа от курения

Ежегодно в третий четверг ноября в большинстве стран мира отмечается Международный день отказа от курения. Он был установлен Американским онкологическим обществом в 1977 году.

По данным Всемирной организации здравоохранения:

- в мире 90% смертей от рака легких, 75% – от хронического бронхита и 25% – от ишемической болезни сердца обусловлены курением;
- каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик (к 2020 году этот уровень может повыситься до одного человека за три секунды);
- в России курит минимум каждая десятая женщина, а среди старшеклассников и студентов – 53% юношей и 28% девушек;
- заядлыми курильщиками сегодня можно назвать 50-60% российских мужчин (среди некоторых категорий граждан эта цифра достигает 95%).
- курение и вызываемые им заболевания ежегодно становятся причиной смерти не менее чем миллиона граждан России.

Цель Международного дня отказа от курения – способствовать снижению распространенности табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения и врачей всех специальностей, профилактика табакокурения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.

Табак – одна из величайших угроз здоровью, с которой столкнулось человечество. Каждый день в мире умирают от заболеваний, связанных с курением – 750 человек. В России курит более 50 % мужчин и каждая десятая женщина.

Табачный дым содержит практически всю таблицу элементов Менделеева, в том числе и радиоактивный полоний. При горении температура сигареты достигает 300 градусов. Именно при такой температуре образуются канцерогенные вещества, т.е. соединения вызывающие развитие раковых заболеваний. Вот почему в 98% случаев раком легких страдают курильщики. Вдумайтесь в эту цифру!

Сигареты убивают больше, чем СПИД, алкоголь, автокатастрофы, самоубийства, наркотики и пожары вместе взятые.

Попадая в дыхательные пути, никотин разрушает ткань легкого, приводя к необратимым изменениям, проявляющимся нарастающей одышкой и приводящим к смерти.



Появившаяся охриплость голоса, кашель с мокротой и прожилками крови, боли и першение в горле на фоне «курения со стажем» являются поводом к немедленному обращению к врачу. Помимо прямого действия на легочную ткань никотин сужает сосуды, тем самым ухудшая доставку крови, а с ней и кислорода к тканям, повышает вязкость крови. Именно это является одним из факторов развития сердечно-сосудистой патологии – ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии, нарушений сердечного ритма. По этой же причине женщины и так в первую очередь подверженные варикозному расширению вен нижних конечностей могут значительно усугубить эту проблему курением. Мужчинам же более знакомы боли в икроножных мышцах при ходьбе как проявления облитерирующего атеросклероза нижних конечностей, что при

продолжении курения может привести к ампутации ног.

Сейчас все больше девушек и женщин приобщаются к табакокурению. А ведь это легкомысленное поведение легко превращается в преступное, если курящая женщина ожидает ребенка. Известно, что основные органы и системы будущего человека формируются в первые 12 недель беременности. Никотин из крови матери попадает в кровь плода и резко ухудшает его питание, сужая кровеносные сосуды. Поскольку организм плода еще не может самостоятельно обезвреживать токсические вещества, которыеставляет ему курящая мать – у таких детей нередко развиваются такие тяжелые заболевания как умственная и физическая отсталость, недоразвитие сердца, мозга, печени, легких, кроветворной системы, а также различные уродства и выкидыши

Задумайтесь, стоит ли подвергать себя такой опасности?

Росздравнадзор: эффективность и качество медицинских изделий находится под жестким государственным контролем

Федеральная служба по надзору в сфере здравоохранения в рамках своих полномочий занимается регистрацией медицинских изделий и контролем за их обращением на территории Российской Федерации

Комплексная система государственного контроля, созданная Росздравнадзором, основана на самых эффективных и современных подходах, выработанных на основании взаимодействия с

Международным форумом регуляторов медицинских изделий (IMDRF).

В настоящее время в нашей стране качественно изменена процедура государственной регистрации медицинских изделий; разработан и гармонизирован новый номенклатурный классификатор медицинских изделий на основе глобальной международной номенклатуры медицинских изделий (GMDN); внедрена система мониторинга безопасности медицинских изделий; ужесточено наказание (вплоть до уголовного) за производство и реализацию контрафактных, фальсифицированных и незарегистрированных медизделий, а также за предоставление продавцами ложной информации о свойствах и предназначении изделия; в подведомственных экспертных учреждениях Росздравнадзора созданы современные лаборатории.

Все это влияет на обеспечение безопасности граждан нашей страны: на рынок допускаются только качественные, безопасные и эффективные медицинские изделия, прошедшие самую строгую и многоступенчатую систему экспертного контроля (в том числе, и клинические испытания).

В 2015 году в рамках государственного контроля Росздравнадзором предотвращено обращение около 5 миллионов единиц незарегистрированных, недоброкачественных, фальсифицированных и контрафактных медицинских изделий (в 2016 – 1 961164 единицы).

По результатам проведенных в 2015 году испытаний и экспертиз выявлено, что 85 % проверенных образцов медицинских изделий не соответствуют установленным требованиям качества и безопасности (в 2014 году – 80%). При этом 18% из них могли принести весомый вред жизни и здоровью граждан при их применении.

Задача Росздравнадзора – свести данный показатель к минимуму. Для достижения данной цели система государственного контроля постоянно совершенствуется. Так, в настоящее время в рамках реализации договора о Евразийском экономическом союзе,

практически, завершено формирование нормативной базы для регулирования «общего» рынка медицинских изделий. Единое регулирование рынка медизделий, обращающихся в странах Союза, предполагает применение самых передовых практик, что, безусловно, наилучшим образом отразится на качестве и эффективности медицинских изделий, обращающихся на территории Российской Федерации.

Государство прилагает все усилия для обеспечения пациентов качественной и безопасной медицинской продукцией. Тем не менее, доля ответственности лежит и на самих гражданах. В связи с этим Росздравнадзор рекомендует перед применением любого медицинского изделия удостовериться в том, что оно зарегистрировано на территории Российской Федерации: данная информация находится в открытом доступе на официальном сайте Службы. Кроме того, приобретать медицинское изделие необходимо по рекомендации врача и исключительно в стационарных местах торговли – аптечных учреждениях или специализированных магазинах.

Источник: <http://www.roszdravnadzor.ru>

О противодействии распространению инфекций, передающихся с укусом клещей

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека информирует, что в связи с установившейся жаркой погодой активность насекомых, в том числе клещей, являющихся переносчиками различных инфекционных заболеваний, снижается.

При этом рамках профилактических и противоэпидемических мероприятий специалистами Роспотребнадзора во всех субъектах Российской Федерации сформированы и продолжают реализовываться планы по предупреждению распространения инфекционных заболеваний, передающихся с укусами насекомых, ведется контроль за проведением и эффективностью акарицидных обработок.

По состоянию на 5 августа, обработано уже 151 тысяч га зон массового отдыха, парков, скверов и летних оздоровительных учреждений из 130 тысяч га, изначально запланированных к обработке в течение всего сезона 2016 года (в 2010 году обработано 50 тыс. га).

В каждом субъекте Российской Федерации в федеральных бюджетных учреждениях здравоохранения Роспотребнадзора и их филиалах открыты пункты по приему и проведению исследований клещей на предмет их зараженности вирусом клещевого вирусного энцефалита и боррелиями (возбудителями боррелиоза).

Удельный вес клещей, являющихся переносчиками вируса клещевого вирусного энцефалита, среди исследованных клещей из окружающей среды, составляет на текущий момент 2,8% (в 2010 году – 5,6%).

Удельный вес клещей, зараженных боррелиями, среди исследованных клещей из окружающей среды составляет 6,8% (в 2010 году – 9%).

По состоянию на 5 августа 2016 года, в медицинские организации обратились 409 тысяч человек по поводу присасывания клещей. Количество обратившихся по поводу присасывания клещей уменьшилось на 12% по сравнению с уровнем прошлого года за аналогичный период и не превышает среднемноголетние значения.

Источник: <http://rospotrebnadzor.ru/>

Международный день борьбы с гепатитом

Международный день борьбы с гепатитом отмечается 28 июля по инициативе Всемирного альянса по борьбе с гепатитом.

Существует пять основных вирусов гепатита, определяемых как типы А, В, С, D и Е. В зависимости от типа заболевания люди могут заразиться либо от инфицированных жидкостей организма, либо от пищевых продуктов и воды. В Российской Федерации гепатиты В и С включены в перечень социально значимых заболеваний. Вирусы гепатита В и С передаются через зараженную кровь, а также через зараженные иглы и шприцы в учреждениях здравоохранения и среди людей, потребляющих инъекционные наркотики. Вирусы также могут передаваться в результате незащищенных половых контактов и от инфицированной матери новорожденному ребенку.

Наиболее эффективным способом профилактики гепатитов А и В является вакцинация. Прививки от вирусного гепатита В внесены в национальный профилактический календарь и проводятся бесплатно.

Вирусный гепатит С может в течение нескольких лет протекать бессимптомно, однако развитие заболевания приводит к развитию онкологии и цирроза печени. Поэтому крайне важно вовремя диагностировать болезнь и начать лечение.

В мае 2016г. Всемирная ассамблея здравоохранения приняла первую «Глобальную стратегию сектора здравоохранения по вирусному гепатиту на 2016-2021 гг.». Перспективой этой стратегии является ликвидация вирусного гепатита как проблемы общественного здравоохранения, что включено в глобальные задачи по сокращению новых инфекций вирусного гепатита на 90%

и сокращению случаев смерти из-за вирусного гепатита на 65% к 2030 году.

Контакт-центр в сфере обязательного медицинского страхования

Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Республики Мордовия информирует, что с 1 июня 2016 года начинает работать Контакт-центр в сфере обязательного медицинского страхования.

Телефон круглосуточной бесплатной линии связи:
8-800-30-20-835.

О реорганизации ГБУЗ РМ "Поликлиника № 14"

Уважаемые посетители!

Сообщаем Вам, что с 16.05.2016г. на основании Приказа Министерства здравоохранения Республики Мордовия от 09.02.2016г. №117 «О реорганизации государственных бюджетных учреждений» в рамках реализации распоряжения Правительства Республики Мордовия от 09.02.2016г. №61-Р Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Республики Мордовия «Поликлиника № 14» реорганизовано в форме присоединения к

Государственному бюджетному учреждению здравоохранения
Республики Мордовия «Поликлиника № 2».

ОПРОС ГРАЖДАН ПО ВОПРОСАМ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

По поручению Федерального фонда обязательного медицинского страхования изучается мнение населения о доступности и качестве медицинской помощи, оказываемой в системе обязательного медицинского страхования.

[Анкету можно заполнить здесь.](#)
