

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ СО ЗДОРОВЬЕМ

Статистика свидетельствует, что основной причиной смертности в России являются хронические неинфекционные заболевания, прежде всего сердечно-сосудистые. На них в России по-прежнему приходится большая часть случаев преждевременного ухода из жизни, и именно они определены как главная угроза здоровью. Но хотя естественное старение запланировано самим фактом нашего рождения, неизбежность возникновения проблем, связанных с перечисленными заболеваниями, отнюдь не предопределена

Известно, что профилактика является лучшим средством предотвращения проблем со здоровьем.

Диспансеризация, включающая профилактический медосмотр и дополнительные обследования, направлена на раннее выявление заболеваний, когда вероятность возникновения осложнений в будущем значительно уменьшается. Каждый может пройти диспансеризацию один раз в три года.

Но часть исследований необходимо проходить чаще: раз в два года. Для прохождения диспансеризации ялтинцам необходимо обратиться в кабинет медицинской профилактики городской поликлиники N 1 на ул. П. Тольятти, 13 (кабинет N 109 на 5-м этаже главного корпуса) или к участковому терапевту, а жителям поселков и небольших населенных пунктов — в местные амбулатории. Необходимо отметить, что обследования в рам-

ках диспансеризации бесплатные.

Перечень самих обследований зависит от возраста и пола обратившегося. В рамках диспансеризации проводятся анкетирование, антропометрия, измерение артериального давления, определение уровня общего холестерина и глюкозы в крови, определение сердечно-сосудистого риска, флюорография легких и индивидуальное профилактическое консультирование. Для некоторых категорий пациентов предусмотрены такие исследования, как электрокардиография, измерение внутриглазного давления; для женщин — цитологическое исследование мазка с шейки матки, маммография и исследования кала на скрытую кровь (для выявления опухолей шейки матки, молочных желез и кишечника соответственно). Два последних исследования в зависимости от возраста проводятся раз в два года: маммогра-

фия — в период с 51 года до 69 лет, исследование на скрытую кровь — в период с 49 до 73 лет. Имеются и исключения: для отдельных категорий граждан перечень обследований сокращен.

Для прохождения диспансеризации необходимо предъявить паспорт, полис обязательного медицинского страхования и СНИЛС. Если по итогам диспансеризации будет выявлено заболевание или подозрение на него, врач возьмет такого пациента под диспансерное наблюдение.

В таком случае не реже двух раз в год нужно будет посещать врача для проведения очередного осмотра и коррекции лечения.

По данным ООО «СМК «Крыммедстрах», в 2017 году в Крыму 142 тысячи застрахованных компанией граждан были индивидуально проинформированы о необходимости пройти диспансеризацию. Сотрудники «Крыммедстраха», приглашая пройти диспансеризацию, разъясняли застрахованным некоторые аспекты, связанные с ее прохождением, отвечали на вопросы.

Индивидуальный подход сыграл свою роль, в результате количество

прошедших диспансеризацию стало больше, чем годом ранее, в два раза.

В 2018 году подлежат диспансеризации граждане, рожденные в 1997, 1994, 1991, 1988, 1985, 1982, 1979, 1976, 1973, 1970, 1967, 1964, 1961, 1958, 1955, 1952, 1949, 1946, 1943, 1940, 1937, 1934, 1931, 1928, 1925 годах.

Подробную информацию можно получить у страховых представителей:

— по телефону горячей линии 8-800-100-77-03 (звонок бесплатный);

— в офисе страховой компании по адресу: г. Ялта, набережная им. Ленина, 3 (за зданием главпочтамта);

— по телефонам (3654) 23-43-95, +7-978-913-00-44;

— в поликлинике N 1 ГБУЗ РК «Ялтинская городская больница N 1» по адресу: г. Ялта, ул. Тольятти, 13 (вторник, пятница, с 8.00 до 12.00, без перерыва).

Участившийся ритм нашей жизни, необходимость ему соответствовать, подталкивают нас к тому, чтобы начать всерьез заниматься своим здоровьем.

М. Ю. Черноиванов,
начальник Ялтинского отделения
ООО «СМК «Крыммедстрах»