

Как предупредить сердечно-сосудистые заболевания в летний период

Евпатория — город солнца. При этом важно помнить, что его лучи могут стать фактором не только пользы, но и вреда для здоровья. Летняя жара тяжело переносится как пожилыми людьми, так и молодежью. Особенно чувствительны к высокой температуре воздуха те, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями (ССЗ). Лето для них — время испытаний и плохого самочувствия. Повышение осведомленности о причинах возникновения ССЗ позволяет вовремя их обнаружить. К основным заболеваниям сердечно-сосудистой системы, которые приводят к летальному исходу, относятся ишемическая болезнь, инфаркт и инсульт. Вопросы о том, как предупредить развитие ССЗ, каковы главные меры их профилактики и на какую медицинскую помощь в этих случаях можно рассчитывать по полису обязательного медицинского страхования, мы адресовали экспертам в этой области: главному внештатному специалисту Министерства здравоохранения Республики Крым, кардиологу, заведующему структурным подразделением «Кардиологический диспансер ГБУЗ РК «Республиканская клиническая больница им. Н. А. Семашко» Валерию Садовому и генеральному директору ООО «СМК «Крыммедстрах», полномочному представителю Всероссийского союза страховщиков по медицинскому страхованию в Республике Крым Елене Сидоровой.

— Валерий Иванович, расскажите нашим читателям, каковы основные факторы риска развития ССЗ и что с организмом человека происходит летом.

— К основным факторам риска развития ССЗ относятся несбалансированное и избыточное питание, курение, алкоголь, малоподвижный образ жизни и стресс. Жара крайне негативно воздействует на организм человека. Мы испытываем тяжелый стресс, который может вызвать обострение хронических заболеваний. В жару наблюдается расширение кровеносных сосудов, избыточная потеря жидкости, «полезных» ионов организмом, сгущение крови, расстройство метаболических процессов в миокарде.

Люди, страдающие сердечно-сосудистой патологией, испытывают увеличенную нагрузку на организм, из-за чего им требуется больше сил для выполнения ежедневной работы. Длительная жара приводит к возникновению нарушений сердечного ритма, в том числе жизнеугрожающих, развитию ишемии миокарда, крайним проявлением которой является инфаркт сердца. Сердечная мышца при этом не получает достаточный объем кислорода, питательных веществ, развивается ее некроз (отмирание части мышечных волокон). Вот почему кардиологи рекомен-

дуют своим пациентам придерживаться правил профилактики с особым вниманием в летний период.

— Елена Александровна, вам, наверное, поступают обращения застрахованных лиц, связанные и с вопросами получения медицинской помощи по ССЗ. Расскажите, какую медицинскую помощь пациент может получить при наличии полиса обязательного медицинского страхования (ОМС).

— Застрахованным гражданам помощь по полису ОМС оказывается бесплатно при наступлении страхового случая, то есть при заболевании или необходимости профилактики. Посещения кардиолога в поликлинике, госпитализации в дневной или круглосуточный стационар, все назначенные им исследования, медикаменты при лечении в дневном или круглосуточном стационаре — все это входит в лечение по полису ОМС. Если врач считает, что пациенту необходимо какое-либо обследование, он должен выдать направление на это обследование.

Чтобы отследить состояние своего здоровья и склонность организма к заболеваниям сердца, необходимо ежегодно проходить профилактические мероприятия: диспансеризацию или профилактический осмотр.

Они позволяют выявить предрасположенность организма в том числе к заболеваниям сердечно-сосудистой системы. По завершении профилактического осмотра или диспансеризации врач определит группу здоровья пациента, при необходимости установит диспансерное наблюдение и даст дальнейшие рекомендации по лечению.

— Плановые визиты к специалистам в рамках диспансерного наблюдения позволяют контролировать динамику заболеваний, проводить коррекцию лечения, выявлять и предупреждать осложнения или обострения, проводить эффективную реабилитацию, — дополняет Валерий Иванович. — В перечне приказа Министерства здравоохранения РФ № 168н от 15.03.2022 указаны 28 хронических ССЗ. И пристальному вниманию врачей подлежат те пациенты, которые страдают гипертонией, гиперхолестеринемией, ишемической болезнью сердца, другими ССЗ, а также те, которые перенесли оперативные вмешательства на сердце и сосудах, инфаркт и инсульт.

— Елена Александровна, какова роль страховых представителей в сопровождении пациентов с ССЗ?

— Страховые представители осуществляют информационное сопровождение



застрахованных лиц на всех этапах получения медицинской помощи. Если врач взял пациента на диспансерный учет по ССЗ, то эту информацию получит страховой представитель. Когда подойдет срок посетить поликлинику, страховая компания направит уведомление застрахованному гражданину, чтобы он не забывал своевременно посещать врача. Напоминание может прийти в виде звонка, сообщения на электронную почту, СМС-сообщения или письма. В 2023 году состоящим на диспансерном учете по ССЗ гражданам отправлено более 283 тысяч таких приглашений, а в 1-м квартале 2024-го — более 107 тысяч.

Страховые представители, приглашая на диспансерное наблюдение приоритетные группы пациентов, которые находятся в зоне риска по ССЗ, предлагают им помощь в записи и в случае согласия записывают к лечащему врачу.

В 2023 году более 99 тысяч (в 1-м квартале 2024 года — около 27 тысяч) наших застрахованных с ССЗ посетили своего лечащего врача. Мы рекомендуем не игнорировать приглашения, рассылаемые страховыми медицинскими компаниями, и посещать врача с установленной им периодичностью.

— Валерий Иванович, какие у вас будут рекомендации, чтобы в летнее время уберечься от ССЗ?

— Общие рекомендации просты: необходимо следить за артериальным давлением, потреблять жидкость в достаточном количестве (комнатной температуры или слегка прохладную столовую воду, желательно без газа, объемом не менее двух литров), не допускать резкого перепада температур, например, при купании в море, и, конечно, консультироваться у врачей своевременно. А при появлении симптомов, которых раньше не наблюдалось, например, выраженной одышки, усталости, отечности, усиленного сердцебиения — незамедлительно обращаться к врачу.

— По вопросам, связанным с порядком получения медицинской помощи в сфере ОМС, в том числе при нарушении ваших прав, вы всегда можете обратиться к страховым представителям любым удобным для вас способом, — дополняет Елена Александровна.

Игорь ЛИТВИНЕНКО.

По материалам газеты

«Комсомольская правда» от 26.06.24.

ООО «СМК «КРЫММЕДСТРАХ» (ЛИЦ. ОС «4325-01» ОТ 04.07.2022 Г. ВЫДАНА ЦБ РФ, ЧЛЕН ВСЕРОССИЙСКОГО СОЮЗА СТРАХОВЩИКОВ, РЕГ. № 160).

ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО АДРЕСАМ: Г. СИМФЕРОПОЛЬ, УЛ. ЕКАТЕРИНИНСКАЯ, 29, Г. СЕВАСТОПОЛЬ, УЛ. ЛЕНИНА, 17.

ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8-800-100-77-03, E-MAIL: OFFICE@KRYM-MS.RU, САЙТ: WWW.OMS-CRIMEA.RU. ЕВПАТОРИЙСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ: Г. ЕВПАТОРИЯ, УЛ. СОВЕТСКАЯ, Д. 12.