

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

(краткая информация для граждан о диспансеризации и порядке ее прохождения)

Основные цели диспансеризации

Ранее выявление хронических инфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (далее - хронические инфекционные заболевания), к которым относятся:

- * болезни системы кровообращения и в первую очередь ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные заболевания;
- * злокачественные новообразования;
- * сахарный диабет;
- * хронические болезни легких.

Указанные болезни обуславливают более 75% всей смертности населения нашей страны.

Кроме того, диспансеризация направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска развития указанных заболеваний, к которым относятся:

- * повышенный уровень артериального давления;
- * повышенный уровень холестерина в крови;
- * повышенный уровень глюкозы в крови;
- * курения табака;
- * пагубное потребление алкоголя;
- * нерациональное питание;
- * низкая физическая активность;
- * избыточная масса тела или ожирение.

Важной особенностью диспансеризации является не только раннее выявление хронических инфекционных заболеваний и факторов риска их развития, но и проведение всем гражданам имеющим казанные факторы риска краткого профилактического консультирования, а также для лиц с высоким и очень высоким суммарным сердечно - сосудистым риском индивидуального углубленного и группового (школа пациента) профилактического консультирования.

Такие активные профилактические вмешательства позволяют довольно быстро и в значительной степени снизить вероятность развития у каждого конкретного человека опасных хронических заболеваний, а у лиц уже страдающих такими заболеваниями значительно уменьшить и тяжесть течения заболевания и частоту развития осложнений.

Где и как можно пройти диспансеризацию

Граждане проходят диспансеризацию в медицинской организации по месту жительства, работы, учебы или выбору гражданина, в которой они получают первичную медико-санитарную помощь (в поликлинике, в центре (отделении) общей врачебной практики (семейной медицины), во врачебной амбулатории, медсанчасти и др.).

Врач кабинета медицинской профилактики, ваш участковый врач (фельдшер), участковая медицинская сестра или сотрудник регистратуры подробно расскажут

Вам где, когда и как можно пройти диспансеризацию, согласуют с Вами ориентировочную дату (период) прохождения диспансеризации.

Если по результатам первого этапа диспансеризации у вас выявлено подозрение на наличие хронического инфекционного заболевания или высокий и очень высокий суммарный сердечно - сосудистый риск участковый врач сообщает Вам об этом и направляет на второй этап диспансеризации, длительность прохождения которого зависит от объема необходимого Вам дополнительного обследования.

Как пройти диспансеризацию работающему человеку

Согласно статьи 24 Федерального закона Российской Федерации от 21 ноября 2011г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» работодатели обязаны обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения.

Какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации:

* Для прохождения первого этапа диспансеризации желательно прийти в медицинскую организацию (поликлинику) утром, на голодный желудок, до выполнения каких либо физических нагрузок, в том числе и утренней физической зарядки.

* Взять с собой утреннюю порцию мочи в объеме 100-150 мл. Перед сбором мочи обязательно следует сделать тщательный туалет половых органов. Для сбора мочи и кала предпочтительно использовать промышленно производственные специальные контейнеры (небольшие емкости) для биопроб которые можно приобрести в аптеке. Для анализа мочи нужно собрать среднюю порцию мочи (начать мочеиспускание, а затем через 2-36 секунды подставить контейнер для сбора анализа). Учитывая тот факт, что некоторые продукты (свекла, морковь) способны окрашивать мочу, их не следует употреблять в течение суток до забора материала. Также, гражданам, которые принимают мочегонные препараты, по возможности следует прекратить их прием, поскольку эти препараты изменяют удельный вес, кислотность и количество выделяемой мочи. Относительным ограничением является менструальный период у женщин. Желательно, чтобы проба мочи была сдана в лабораторию в течение 1,5 часов после ее сбора. Транспортировка мочи должна производиться только при плюсовой температуре, в противном случае почечной патологии, либо совершенно затруднят процесс исследования. В таком случае анализ придется повторить.

* Лицам в возрасте 40 лет и старше для исследования кала на скрытую кровь необходимо во избежание ложноположительных результатов в течение 3 суток перед диспансеризацией не есть мясную пищу, а также других продуктов, в состав которых входит значительное количество железа (яблоки, зеленый лук, сладкий болгарский перец, белая фасоль, шпинат), а также овощи, содержащие много таких ферментов как каталаза и пероксидаза (огурцы, хрен, цветная капуста), исключить прием железосодержащих лекарственных препаратов, в том числе гематогена, отменить прием аскорбиновой кислоты, ацетилсалициловой кислоты (аспирина) и другие нестероидных противовоспалительных средств (таких как вольтарен, диклофенак и т.д.), отказаться от использования любых слабительных средств и клизм. При проведении анализа кала иммунохимическим методом ограничений в приеме пищи не требуется (**уточните применяемый метод исследования у своего участкового врача, медсестры или в кабинете медицинской профилактики**). Избегайте чрезмерного разжижения образца каловых масс водой из чаши туалета. Это может быть причиной неправильного результата.

* На емкости с мочой и калом необходимо разместить наклейку со своей фамилией и инициалами.

* Женщинам необходимо помнить, что забор мазков с шейки матки не проводится во время менструаций, при проведении того или иного лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза, что для снижения вероятности получения ложных результатов анализа мазка необходимо исключить половые контакты в течение 2-х суток перед диспансеризацией, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.

* Мужчинам в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет необходимо помнить, что лучше воздержаться от прохождения диспансеризации в течение 7-10 дней после любых воздействий на предстательную железу механического характера (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда и др.) так как они могут исказить результат исследования простатспецифического антигена в крови (онкомаркер рака предстательной железы).

* Если Вы в текущем или предшествующем году проходили медицинские исследования возьмите документы, подтверждающие это и покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.

* Объем подготовки для прохождения второго этапа диспансеризации Вам объяснит участковый врач (фельдшер).

Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и смертности нашей страны или выявить их на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно. ____