

## А ты знаешь свою группу здоровья?

*Пройти диспансеризацию, узнать свою группу здоровья и получить рекомендации или лечение можно абсолютно бесплатно*

В настоящее время бесплатную диспансеризацию могут пройти все желающие, застрахованные в системе обязательного медицинского страхования, каждые три года, начиная с возраста 21 год и далее в 24, 27, 30 и т.д. А проходить ее необходимо, чтобы не пропустить первые и скрытые признаки серьезных заболеваний и своевременно получить эффективную медицинскую помощь.

### **Всё включено**

- В контакт-центр нашей страховой компании часто поступают вопросы о том, что именно можно пройти в рамках диспансеризации. Многие не хотят тратить время на ее прохождение, думая, что она состоит из двух-трех анализов, - рассказывает директор Амурского филиала АО «СК «СОГАЗ-Мед» Елена Дьячкова. - Тем самым, граждане упускают возможность получить углубленную информацию о состоянии собственного здоровья, а при необходимости – лечение, направление на специализированную высокотехнологическую помощь и санаторно-курортное лечение. Так как, на самом деле, список процедур для мужчин и женщин, которые организуются в рамках диспансерного обследования, широк.

А еще он претерпел изменения с января 2018 года. В настоящее время **первый этап** диспансеризации включает в себя:

- опрос;
- антропометрию (измерение роста, веса, окружности тела);
- измерение артериального давления;
- определение уровня общего холестерина в крови;
- определение относительного сердечно-сосудистого риска в возрасте 21 года и старше и абсолютного сердечно-сосудистого риска в возрасте 42 лет и старше;
- ЭКГ (мужчинам с 36 лет, женщинам с 45 лет);
- флюорографию легких;
- исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим методом раз в 2 года с 49 лет до 73 лет;
- измерение внутриглазного давления раз в три года с 60 лет;
- прием врача-терапевта.

Отдельно для женщин: маммографию в двух проекциях с 39 лет и до 70 лет; осмотр фельдшером (акушеркой), взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки с 30 до 60 лет.

Для мужчин: определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови двукратно в 45 лет и 51 год.

**Второй этап диспансеризации**, на который пациента направят при наличии показаний на то, включает:

- осмотр (консультации) врачей узких специальностей по показаниям и по возрасту;
- дуплексное сканирование брахицефальных артерий (для мужчин один раз в 3 года с 45 до 72 лет, для женщин с 54 до 72 лет при наличии комбинации трех факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний);

- колоноскопию с 49 лет 1 раз в 2 года (по назначению врача-хирурга или колопроктолога);
- спирометрию (для граждан с подозрением на хроническое бронхо-легочное заболевание по результатам анкетирования);
- проведение индивидуального или группового углубленного профилактического консультирования в годы проведения диспансеризации;
- прием (осмотр) врачом-терапевтом по завершению исследований второго этапа.

### **На раз-два-три рассчитайся!**

Основная цель диспансеризации – профилактическая. Этапы диспансеризации включают в себя основные медицинские обследования и консультации узких специалистов. По результатам диспансеризации врач определяет пациенту группу здоровья и тактику его медицинского наблюдения. И вот каким образом.

Если в результате диспансеризации вам не установят хронические неинфекционные заболевания и не выявят факторы риска их развития, то вы счастливчик из **I группы здоровья**. Просто продолжайте регулярно проходить диспансеризацию, следить за состоянием здоровья и вести активный образ жизни.

**II группа** будет определена вам, если факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний все-таки имеются. Сюда же попадут те, кто страдает ожирением, гиперхолестеринемией с уровнем общего холестерина 8 ммоль/л и более, кто курит более 20 сигарет в день, лица с выявленным риском пагубного потребления алкоголя или наркотических средств, психотропных веществ без назначения врача.

Эта группа подлежит диспансерному наблюдению врачом кабинета медицинской профилактики или центра здоровья, а также фельдшером здравпункта или фельдшерско-акушерского пункта. Пациентов с уровнем общего холестерина 8 ммоль/л и более будет наблюдать врач-терапевт.

**III группа здоровья** делит пациентов на тех, у кого уже есть хронические неинфекционные заболевания и тех, у кого имеются иные заболевания или есть подозрения на наличие заболеваний, нуждающиеся в дополнительном обследовании. И тем, и тем устанавливается диспансерное наблюдение. Пациентами с III группой здоровья займутся врачи-терапевты и врачи узких специальностей с проведением лечебных, реабилитационных и профилактических мероприятий.

### **Диспансерное наблюдение**

Это обследование и динамическое наблюдение за состоянием здоровья тех пациентов, кто страдает хроническими заболеваниями и функциональными расстройствами, для предупреждения осложнений и обострений заболеваний и патологических состояний. И вот вы на диспансерном наблюдении.

Что это и чего ждать?

Диспансерный прием включает в себя обследование, назначение и оценку лабораторных и инструментальных исследований; установление или уточнение диагноза, назначение профилактических, лечебных и реабилитационных мероприятий, направление пациента, к примеру, в медицинскую организацию, оказывающую специализированную (высокотехнологичную) медицинскую помощь, на санаторно-курортное лечение и другое.

Врач отделения медицинской профилактики или центра здоровья также осуществляет коррекцию факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний (курение табака, избыточная масса тела или ожирение, низкая физическая активность, нерациональное питание, пагубное потребление алкоголя).

А напомнят вам о необходимости посетить врача с целью осуществления диспансерного наблюдения страховые представители вашей страховой медицинской компании! Поэтому не удивляйтесь, если вам на телефон поступит сообщение с приглашением посетить поликлинику.

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» активно осуществляет такое индивидуальное информирование с использованием мессенджеров. Получив сообщение-напоминание о диспансерном учете, можно позвонить по указанному в нем номеру телефона для уточнения информации, или же пойти в поликлинику, где вы обслуживаетесь по полису ОМС. Можно и не реагировать на такие уведомления, никто вас не накажет, но тем самым вы подвергаете свой организм развитию имеющихся заболеваний или неконтролируемому течению хронических патологий.

В случае возникновения вопросов, связанных с получением медицинской помощи по полису ОМС, в том числе по всем вопросам прохождения диспансеризации, обращайтесь в контакт-центр страховой компании «СОГАЗ-Мед» по телефону 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный). И будьте здоровы!