

Уважаемые жители Мончегорска!

Городская поликлиника ГОАУЗ МЦРБ приглашает вас пройти **профилактический медицинский осмотр и диспансеризацию** групп взрослого населения (в возрасте от 18 лет и старше) с целью выявления факторов риска хронических неинфекционных заболеваний.

Больше всего россиян умирает от сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Поэтому в первую очередь в диспансеризацию включены обследования, которые позволяют как можно раньше обнаружить эти опасные болезни.

Но особенно важно, что у людей проверяются **факторы риска**: то есть признаки, которые еще не говорят о начале болезни, но предсказывают, что она рано или поздно начнется. Это и повышенный уровень сахара в крови, и зашкаливающий «плохой» холестерин, и повышенное давление, и другие отклонения. Если вовремя исправить эти нарушения, взять их под контроль, то тяжелых заболеваний удастся избежать или как минимум сильно отсрочить.

Диспансеризация проводится в поликлинике, к которой пациент прикреплен для обслуживания по полису обязательного медицинского страхования (ОМС). Поэтому при себе нужно иметь полис и паспорт - для подтверждения года рождения.

Диспансеризация проводится:

- 1) 1 раз в 3 года в возрасте от 18 до 39 лет включительно;
- 2) ежегодно в возрасте 40 лет и старше.

Профилактический медицинский осмотр проводится ежегодно:

- 1) в качестве самостоятельного мероприятия;
- 2) в рамках диспансеризации;
- 3) в рамках диспансерного наблюдения.

СПАСТИ СЕРДЦЕ...

Для спасения от инфарктов, инсультов и других сердечно-сосудистых недугов в диспансеризацию входят:

1) Анализ крови на уровень общего холестерина.

Важно: если он выше нормы, то есть более 5 ммоль/л, вам должны назначить дополнительное исследование: определение липидного спектра крови. Этот анализ, который активно рекламируют коммерческие клиники и лаборатории, показывает уровень "плохого" холестерина (липопротеиды низкой плотности, ЛПНП), "хорошего" холестерина (липопротеиды высокой плотности, ЛПВП) и триглицеридов. Такие цифры многое скажут о состоянии ваших сосудов, предрасположенности к атеросклерозу и другим нарушениям.

2) Анализ крови на уровень глюкозы.

Как и в случае с холестерином, при повышенных показателях глюкозы - выше 6,1 ммоль/л - пациенту полагается углубленное исследование: определение концентрации гликированного гемоглобина в крови либо специальный тест на толерантность к глюкозе. Это анализ, который говорит как о предрасположенности к диабету, так и позволяет предсказать повреждение стенок кровеносных сосудов.

3) Электрокардиография.

Проводится при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год.

... И УБЕРЕЧЬСЯ ОТ РАКА

В рамках профилактического медицинского осмотра или первого этапа диспансеризации проводятся мероприятия скрининга и методы исследования, направленные на раннее выявление онкологических заболеваний:

1) Маммография молочных желез - для женщин от 40 до 75 лет включительно 1 раз в 2 года, 1 раз в 3 года и в возрасте 50- 70 лет 1 раз в 2 года.

2) Мазок с поверхности шейки матки - для женщин от 18 до 64 лет включительно- взятие мазка с шейки матки,цитологическое исследование 1 раз в 3 года.

Осмотр фельдшером(акушеркой)или врачом акушером-гинекологом 1 раз в год.

3) Исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим методом - для мужчин и женщин в возрасте от 40 до 64 лет 1 раз в 2 года; в возрасте от 65 до 75 лет 1 раз в год. Положительные результаты этого анализа могут сигнализировать о колоректальном раке (это распространенное онкологическое заболевание кишечника).

4) Анализ крови на уровень простатспецифического антигена (ПСА). Для мужчин в возрасте 45,50,55,60,64 лет.

5) Эзофагогастродуоденоскопия.

в возрасте 45 лет. Скрининг на выявление злокачественных новообразований пищевода желудка и двенадцатиперстной кишки.