**Челябинская область присоединилась к Неделе информирования о важности диспансеризации и профосмотров**

В нашей стране диспансеризация проводится с 2013 года. Это целый комплекс мероприятий и обследований, целью которого является раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития. Речь идет о сердечно-сосудистых, онкологических заболеваниях, сахарном диабете и хронической обструктивной болезни лёгких, именно они являются причиной преждевременной смерти практически в 70% случаев.

Ольга Агеева, главный врач ЧОЦОЗ МП:

«Диспансеризация позволяет выявить самое начало или даже предрасположенность к перечисленным патологиям. Наверное, самое главное в диспансеризации это онкологические скрининги – обследования, которые позволяют выявить наиболее часто встречаемые онкологические заболевания на самых ранних стадиях.

В программу диспансеризации включены те локализации онкологического процесса, которые имеют специальные и доказанные методы скрининга. Поэтому уже с 18 лет женщинам проводится онкоскрининг на рак шейки матки со взятием мазка и его оценкой по определённой методике. Маммография проводится женщинам начиная с 40 лет до 75, потому что после 75 уже очень редко бывают онкологические заболевания данной локализации.

Скрининг колоректального рака и мужчинам, и женщинам с определённого возраста 1 раз в два года, а с 65 лет – раз в год, потому что, известно, что наиболее часто встречается рак толстой кишки, именно в этом возрастном диапазоне. То есть частота обследований варьирует не только по возрасту и полу, но и по шагу частоты того или иного онкологического скрининга.

С этого года по результатам диспансеризации пациентам без ХНИЗ и с факторами риска (курение, алкоголь, избыточная масса тела или ожирение и сочетание нерационального питания и низкой физической активности) рекомендуют посетить центр здоровья для взрослых, чтобы получить более полные индивидуальные рекомендации по образу жизни, в том числе питанию.»

Пройти диспансеризацию может любой желающий, старше 18 лет. Для этого необходимо иметь паспорт и полис обязательного медицинского страхования.

**Зачем проходить диспансеризацию?**

Многие хронические неинфекционные заболевания не проявляются болью.

Например, ранние стадии онкологических заболеваний «не болят».

Высокий уровень холестерина «не болит», он всего лишь молчаливо откладывается внутри сосудов, образует бляшку, и это может закончиться мозговой катастрофой (инсульт) или сердечной, тогда случается инфаркт.

Некоторые пациенты даже не ощущают повышенного давления, поэтому 1 раз в год просто необходимо выделить день для того, чтобы пройти чётко сформированный план обследований – это просто должно быть хорошей привычкой заботиться о своем здоровье.

Напомним, что диспансеризация проводится в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь».

**Как пройти диспансеризацию?**

Пройти диспансеризацию может любой желающий, старше 18 лет. Для этого необходимо иметь паспорт и полис обязательного медицинского страхования. Обследование проводится за счет средств ОМС.

Пациенты до 39 лет проходят обследования в рамках диспансеризации 1 раз в 3 года, в остальное время им предложат профилактический осмотр, а пациенты старше 40 лет ежегодно обследуются по алгоритму диспансеризации.

Записаться на диспансеризацию можно двумя способами. Традиционный способ – просто обратиться в поликлинику, к которой вы прикреплены. Кроме того, сейчас есть возможность записаться и на портале Госуслуг.

Напомним, что диспансеризация проводится в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь».

**Выявить сахарный диабет поможет диспансеризация**

Сахарный диабет 2 типа развивается практически бессимптомно, но в какой-то момент качество жизни может резко ухудшиться, и без специальной терапии уже не обойтись. Чтобы этого не случилось, важно вовремя проходить диспансеризацию и ежегодные профилактические медицинские осмотры.

Валерия Тюльганова, главный эндокринолог министерства здравоохранения Челябинской области:

«Диспансеризация позволяет на ранней стадии выявить сахарный диабет и предиабет, и это очень важно, поскольку позволяет нам своевременно провести мероприятия по профилактике и лечению, не допустить развития микро- и макрососудистых осложнений. обеспечить регулярное наблюдение за таким пациентом, чтобы вовремя выявить у него прогрессирование хронических осложнений, обострение сопутствующих заболеваний, а также назначить необходимое лечение.

Особенно если есть факторы риска – избыточный вес, отягощенная наследственность по диабету, наличие сердечно-сосудистых заболеваний, артериальная гипертония, дислипидемия, рождение крупного плода - проходить диспансеризацию нужно обязательно.»

В 1 этап диспансеризации входит анализ на содержание глюкозы в крови натощак, который показывает концентрацию глюкозы после 8-12 часового перерыва между приемом пищи. Нормальное значение глюкозы на голодный желудок должно быть не выше 100 мг/дл (5,6 ммоль/л).

Если результат превышает этот уровень, пациент сдает анализ на гликированный гемоглобин, который отражает средний уровень глюкозы в крови за последние 3 месяца.

В случае выявления сахарного диабета пациента возьмут на диспансерное наблюдение для профилактики, ранней диагностики, лечения осложнений, коррекции терапии. Также в поликлиниках проводятся «школы сахарного диабета», где можно получить полезную информацию и найти единомышленников в борьбе с заболеванием.

Напомним, что диспансеризация проводится в рамках национального проекта «Продолжительная и активная жизнь».

**Диспансеризация и профилактический осмотр: в чем разница?**

Диспансеризация и профилактические медицинские осмотры проводятся с целью раннего выявления заболеваний, являющихся основными причинами смертности населения, а также для оценки репродуктивного здоровья женщин и мужчин.

Основные отличия профилактического медицинского осмотра от диспансеризации — количество исследований и периодичность проведения.

Профилактический медицинский осмотр — ежегодный комплекс обследований, направленный на выявление основных факторов риска и ранних признаков заболеваний.

Диспансеризация — комплекс профилактических мероприятий, который включает в себя как профилактический медицинский осмотр, так и ряд дополнительных методов обследования, в том числе с целью выявления онкопатологий.