**О важности диспансеризации и профилактических осмотров**



 Здоровье — это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Здоровье каждого человека является не только его индивидуальной, но и общественной ценностью, так как общественное здоровье в конечном итоге основная составляющая здоровья членов общества. Общественное здоровье и индивидуальное здоровье каждого человека взаимосвязаны и зависят одно от другого.

Что включает в себя ответственное отношение к здоровью?

* Соблюдение здорового образа жизни;
* Мониторинг собственного здоровья (профилактический медицинский осмотр);
* Ответственное использование продукции для самостоятельной заботы о здоровье, правильное хранение и употребление лекарственных препаратов.

***Что такое диспансеризация?***

 Диспансеризация относится к приоритетным медицинским мероприятиям профилактики заболеваний, проведение которых направлено на раннее выявление факторов риска развития заболеваний, к которым относятся: повышенный уровень артериального давления, холестерина и глюкозы в крови, курение табака, пагубное потребление алкоголя, нерациональное питание, низкая физическая активность, приводящих к развитию заболеваний системы кровообращения, злокачественным новообразованиям, сахарному диабету, хроническим заболеваниям легких.

 ***Для чего нужно проходить диспансеризацию?***

 Регулярное прохождение диспансеризации необходимо вне зависимости от самочувствия. Даже если человек считает себя здоровым, во время диспансеризации у него нередко обнаруживаются хронические неинфекционные заболевания, лечение которых наиболее эффективно на ранней стадии.

 Диспансеризация позволит сохранить и укрепить здоровье, а при необходимости своевременно провести дообследование и лечение. Консультации врачей и результаты тестов помогут не только узнать о своем здоровье, но и получить необходимые рекомендации об основах здорового образа жизни или по выявленным факторам риска.

 Диспансеризация – это бесплатное обследование и проводится оно на добровольных основаниях:

- 1 раз в три года – гражданам в возрасте от 18 до 39 лет;

- ежегодно – для граждан старше 40 лет.

Для прохождения диспансеризации нужно взять с собой паспорт, полис ОМС и обратиться в регистратуру поликлиники, к которой вы прикреплены.

Диспансеризация может проводиться в один или два этапа, в зависимости от результатов обследований, полученных на I этапе.

 Перечень осмотров, исследований и иных медицинских мероприятий, проводимых в рамках диспансеризации, определяется в зависимости от возраста и пола пациента.

 Первый этап диспансеризации (скрининг) проводится с целью выявления у граждан признаков хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития. Первый этап заканчивается приемом (осмотром) врача-терапевта, включающим определение группы состояния здоровья, группы диспансерного наблюдения и проведение краткого профилактического консультирования.

 По итогам первого этапа терапевт определяет группу здоровья и решает, необходимо ли более детальное обследование (направление на II этап диспансеризации).

 Второй этап диспансеризации проводится с целью дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания (состояния), проведения углубленного профилактического консультирования и включает в себя проведение по определенным на первом этапе показаниям.

 ***Какой документ подтверждает прохождение диспансеризации?***

 Каждому гражданину, прошедшему диспансеризацию, выдается Паспорт здоровья, в который вносятся основные выводы (заключения, рекомендации) по результатам проведенного обследования.

Также необходимо знать, что **профилактический медицинский осмотр** возможно пройти ежегодно!

При проведении профилактического медицинского осмотра проводится анкетирование, расчет индекса массы тела, измерение артериального давления, исследование уровня холестерина и глюкозы в крови, флюорография, ЭКГ и измерение внутриглазного давления.

Важно помнить, что профилактические мероприятия должны стать верным спутником в укреплении и сохранении вашего здоровья, продлении молодости, активной жизни и долголетия!

**Не оставляйте «на потом» комплексное обследование своего организма!**

**Проверьте своё здоровье и позаботьтесь о здоровье своих родных и близких!**

ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской

профилактики города Старого Оскола»

Заведующий центра здоровья

Врач-терапевт Шубина Н.А.