Памятка для населения

**Диспансеризация - это система мер, направленных на сохранение здоровья населения, предупреждение развития заболеваний, снижение частоты обострений хронических заболеваний, развития осложнений, инвалидности, смертности и повышение качества жизни.**

Основные цели диспансеризации:

Раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, 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; курение табака; пагубное потребление алкоголя; нерациональное питание; низкая физическая активность; избыточная масса тела или ожирение.

**Кто проходит диспансеризацию:**

Диспансеризацию в 2019 году могут пройти граждане, которые родились в 2001, 1998, 1995, 1992, 1989, 1986, 1986, 1980, 1977, 1974, 1971, 1968, 1965, 1962, 1959, 1956, 1953, 1950, 1947, 1944, 1941, 1938,1935 годах и т.д. то есть, те, кому в 2019 году исполняется 18, 21, 24, 27, 30 лет и т.д. до 99 лет. Все исследования проводятся бесплатно по полису ОМС. Не подлежат осмотрам лица, не застрахованные по обязательному медицинскому страхованию (военнослужащие, полиция и др.).

**Где и когда можно пройти диспансеризацию:**

Граждане могут пройти диспансеризацию в поликлиниках №1 (ул.Красноармейская, 8а) и №2 (пр. Циолковского 55) ГБУЗ НО «Городская больница № 2 г. Дзержинска» как **без предварительной записи на прием, так и выбрать удобное время и записаться через портал пациента**. Обращаться необходимо к своему врачу-терапевту участковому, заведующему отделением или в специально выделенный кабинет диспансеризации (отделение медицинской профилактики, центр здоровья), информацию о наличии которого Вы можете получить в регистратуре и на стендах в холле 1-го этажа поликлиник.

 Сколько времени занимает прохождение диспансеризации:

 Диспансеризация проходит в 2 этапа. Первый визит занимает ориентировочно от 1 до 3 часов. Объем обследования значительно меняется в зависимости от Вашего возраста:

1. Для всех возрастов будет проводиться: анкетирование, для определения факторов риска - антропометрия (рост, вес, окружность талии, индекс массы тела), измерение артериального давления, общий холестерин крови, сахар крови, флюорография грудной клетки, для женщин – осмотр в смотровом кабинете, определение сердечно-сосудистого риска, осмотр терапевта.
2. Для определенных возрастных групп: ЭКГ, измерение внутриглазного давления, общий анализ крови, исследование кала на скрытую кровь, маммография, простат-специфический антиген, индивидуальное профилактическое консультирование.

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

Какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации

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

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

Администрация ГБУЗ НО «Городская больница № 2 г. Дзержинска»