

Проверить здоровье вовремя:

почему не стоит пренебрегать диспансеризацией

Часть из нас скептически относятся к таким понятиям, как диспансеризация и профилактический осмотр, оправдывая это отсутствием жалоб на свое здоровье. Давайте разбираться вместе, зачем нужны диспансеризация и профилактический осмотр, если у вас ничего не болит.

Заведующая отделением профилактики городской клинической больницы № 14 Наталья Владимировна Барановская рассказала о важности регулярных медицинских обследований и болезнях, которые выявляют во время диспансеризации.

- Наталья Владимировна, насколько необходимо проходить диспансеризацию всем нам?

- Диспансеризация необходима всем! В любом возрасте. Начиная с 18



лет каждый человек должен ее пройти, поскольку одной из ее целей является выявление онкологических заболеваний на ранних стадиях, выявление хронических неинфекционных заболеваний и тех болезней, которые могут привести к смерти в трудоспособном

возрасте. Дело в том, что на ранних стадиях многие болезни протекают бессимптомно. Среди них, например, сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет и другие опасные недуги. При этом зачастую полное выздоровление человека зависит от того, насколько своевременно ему поставлен диагноз и начато лечение. Именно поэтому так важно регулярно проходить профилактические медосмотры и диспансеризацию.

- Что включает в себя диспансеризация?

- Есть несколько видов профилактических мероприятий: профилактический медицинский осмотр, диспансеризация взрослого населения и углубленная диспансеризация. Каждая из перечисленных процедур имеет определённый набор исследований, которые проводят в зависимости от того, какой у пациента пол и возраст. В разные возрастные периоды набор исследований будет разным. В обязательном порядке для всех граждан - флюорография органов грудной клетки, направленная на выявление онкологии легких и туберкулеза, анализ крови для исследования уровня глюкозы и холестерина для определения предпосылок к сахарному

диабету и нарушений липидного обмена. Обязательны и осмотр врачом-терапевтом, анкетирование, измерение внутриглазного давления для выявления глаукомы, а также электрокардиография. Остальные скрининги будут, как я уже сказала, зависеть от возраста человека. Женщинам назначается маммография в определенные возрастные периоды. Также для женского населения проводится анализ поверхности шейки матки для раннего выявления рака шейки матки и предраковых изменений. Проводится исследование кала на скрытую кровь для выявления патологий желудочно-кишечного тракта. У мужчин проводят скрининги на выявление онкологии предстательной железы.

- Долго ли длится процедура осмотров?

- Согласно законодательству, проведение всех исследований предусмотрено в один день. По возможности стараемся провести исследования как можно быстрее.

- Вы часто сталкиваетесь с нежеланием людей проходить диспансеризацию «как надо»?

- К сожалению, такое бывает, но не часто. Некоторые пациенты не хотят сдавать анализ кала на скрытую кровь, потому что не понимают значимости данного исследования. Некоторые предубеждения есть у женщин перед проведением маммографии. Они считают, что это болезненная процедура. Дело в том, что диспансерное исследование населения проводится в России с 2013 года и за эти годы люди смогли оценить положительный эффект от реализации программы. Поэтому с каждым годом становится все меньше граждан, которые отказываются от прохождения каких-либо исследований.

- Как проходит обследование после коронавируса?

- Как я уже сказала, один из видов диспансеризации – это углубленная. В рамках углубленной диспансеризации проводятся исследования тех органов и систем, нарушения работы которых могут появиться после перенесенной коронавирусной инфекции. Углублённую диспансеризацию, в соответствии с нормативной документацией, могут пройти даже те люди, у которых официально не подтвержден факт заболевания COVID-19, но они считают, что им переболели и просто не обращались к врачам. В рамках углубленной диспансеризации проводится исследование функции внешнего дыхания, помогающее выявить поражения легких. Проводится сатурация, которая показывает уровень насыщения кислородом крови. Кроме того, в рамках углубленных исследований предусмотрен развернутый биохимический анализ крови. Тем, кто переболел коронавирусом в средней тяжести, возможно проведение рентгенографии органов грудной клетки или

компьютерной томографии, если они в течение года не проводились. И по результатам всех вышеперечисленных исследований проводится осмотр врачом-терапевтом, который назначает соответствующее лечение.

- Нужно ли как-то готовиться к диспансеризации?

- Да, нужно. Если вы хотите, чтобы результаты были достоверными, а не ложноположительными или ложноотрицательными.

На первый этап нужно приходить утром, на голодный желудок. Перед этим не стоит делать зарядку, бегать за автобусом. В общем, исключите физические нагрузки. С собой надо взять все результаты последних исследований. Для врача, собирающего анамнез, они будут более «говорящими», нежели ваши описания того, что где-то болит и колет. Если вы знаете, что содержимое вашего кишечника будут исследовать на скрытую кровь, уточните, каким методом. При иммунохимическом никаких ограничений не требуется. При других – три дня до анализа надо соблюдать диету: не есть мяса и других продуктов, в которых много железа, например, яблок. Исключить лекарства с железом, в том числе аскорбинку или аспирин. Не принимать противовоспалительные, слабительные средства, не делать клизм. Также необходимо захватить с собой паспорт и полис.

- Как отпроситься на осмотр с работы?

- Просто сказать, что вы идете на диспансеризацию. Закон тут на стороне вашего здоровья. Вам даже отгул не придется брать, пропущенный день зачтут, как рабочий. Работодатели обязаны обеспечивать своим работникам условия для прохождения медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения. Кроме того, с мая прошлого года Минздрав ввел «Зелёные субботы», по которым пройти диспансеризацию желающие могут каждую субботу, без предварительной записи. Также, в соответствии с приказом Министерства здравоохранения, работа по диспансерному обследованию проводится до 20.00 в будни, поэтому работающие люди в будни могут прийти и в вечернее время.

- Что делать, если пропустил «свой» год?

- У людей возраста 40+ диспансеризация проводится ежегодно. В данном случае пропустить «свой» год невозможно. В возрасте от 18 до 39 лет диспансеризация проводится раз в три года. В тот период, когда ее нет, проводится профилактический медицинский осмотр. Его проводят раз в два года. Количество исследований здесь меньше. Например, нет ЭКГ. Но есть все базовые осмотры, которые помогут выявить критические проблемы.

- Какие проблемы у свердловчан чаще всего вы выявляете при диспансеризации?

- Это заболевания сердечно-сосудистой системы. Например, гипертоническая болезнь.

- Что происходит, если в ходе диспансеризации у пациента обнаруживают отклонения в здоровье?

- По результатам первого этапа диспансеризации пациент может быть направлен на прохождение второго этапа. И если обнаруживаются отклонения, человека берут на диспансерное наблюдение, в рамках которого участковый врач-терапевт назначает лечение. Если случай не требует диспансерного наблюдения, то проводятся дополнительные обследования в рамках ОМС, то есть бесплатно.

- Могут ли врачи самостоятельно сокращать или изменять программу диспансеризации?

- Есть определённая программа прохождения диспансеризации, она зарекомендовала себя и эффективна, поэтому у врачей нет смысла как-то сокращать количество исследований. А дополнять медик может в зависимости от того, на что жалуется пациент. Но это уже не диспансеризация, а индивидуальный подход по стандартам оказания медицинской помощи.

- Какие документы оформят в итоге?

- Если пациент попросит, то ему оформляют документ с результатами обследований. Но официально регламентированных документов, как в одно время существовавших «Паспортов здоровья», сейчас нет.