

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

Что такое диспансеризация?

Диспансеризация – комплекс мероприятий, включающих в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья. Диспансеризация направлена на выявление хронических неинфекционных заболеваний (и факторов риска их развития) являющихся основной причиной преждевременной смертности населения.

Как проходит диспансеризация?

В Беларуси действует инструкция о порядке проведения диспансеризации (постановление Минздрава от 12.08.2016 № 96). Согласно этому документу, пациента первоначально осматривают врачи-специалисты учреждения здравоохранения, за которым он закреплен. После этого больного могут направить для прохождения обследования и лечения в другие учреждения здравоохранения, которые имеют лечебно-диагностические возможности, соизмеримые с диагнозом пациента.

Что такое диспансерное наблюдение?

Диспансерное наблюдение – это периодический медицинский осмотр, наблюдение за состоянием здоровья пациента в динамике в зависимости от его группы диспансерного наблюдения.

Пациентов старше 18 лет относят к одной из трех групп:

Д (I) – здоровые пациенты, без жалоб на здоровье, у которых не выявлены острые, хронические заболевания (состояния) или нарушения функций отдельных органов и систем организма, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья (без тенденции к прогрессированию), которые не влияют на трудоспособность;

Д (II) – практически здоровые пациенты, у которых выявлены факторы риска хронических заболеваний и (или) есть хронические заболевания в стадии ремиссии без нарушений функций органов и систем организма, острые заболевания;

Д (III) – пациенты с хроническими заболеваниями с нарушениями функций органов и систем организма и (или) периодическими обострениями.

Можно ли обратиться в диспансер самостоятельно?

Белорусские диспансеры открыты для обращений пациентов, которые хотят получить консультацию специалистов без направления от других учреждений здравоохранения. Как правило, они платные. В ряде случаев такие консультации проводятся анонимно (психотерапевтическая, психологическая, сексологическая помощь).

КОГДА

Диспансерное наблюдение пациентов старше 18 лет осуществляется:

- 1 раз в 2 года (пациентов, состоящих в группе диспансерного наблюдения Д (I));
- не реже 1 раза в 2 года (пациентов в возрасте от 18 до 65 лет, состоящих в группе диспансерного наблюдения Д (II));
- по мере необходимости (пациентов старше 65 лет, состоящих в группе диспансерного наблюдения Д (II));
- ежегодно (пациентов, состоящих в группе диспансерного наблюдения Д (III)).






ЗАЧЕМ

Своевременное выявление болезней на ранней стадии и факторов риска развития болезни, лечение, поможет избежать серьезных проблем со здоровьем в будущем. А если вовремя выявить и скорректировать факторы, то заболевания можно избежать.

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ

	Прийти в поликлинику по месту жительства
	Получить информацию в регистратуре
	Получить консультацию в кабинете доврачебного приёма
	Пройти в необходимые исследования
	Получить консультацию врача по результатам профилактического осмотра

ЧТО ВХОДИТ

	Опрос, анкетирование	Антропометрия вес, рост	
	Измерение артериального давления	Измерение внутриглазного давления	
	Определение сердечно-сосудистого риска	Электрокардиография	
	Определение уровня глюкозы в крови	Определение общего уровня холестерина в крови	
	Анализ мочи	Анализ кала на скрытую кровь	
	Флюорография лёгких	Осмотр врачом акушером-гинекологом	
	<p>После прохождения диспансеризации врач определит Вашу группу здоровья, проведёт индивидуальное профилактическое консультирование по снижению выявленных факторов риска развития заболеваний, ведению здорового образа жизни. Если риск развития болезней высокий, направит Вас на проведение дополнительных обследований.</p>		

ФАКТОРЫ РИСКА

НЕМОДИФИЦИРОВАННЫЕ (неуправляемые)		МОДИФИЦИРОВАННЫЕ (управляемые)	
	Пол	Курение	
	Возраст	Алкоголь	
	Наследственность	Стресс	
	Окружающая среда	Низкая физическая активность	
		Нерациональное питание	
		Ожирение	
		Повышенное артериальное давление	
		Повышенный холестерин крови	
		Повышенный уровень глюкозы крови	

СКРИНИНГИ НА ВЫЯВЛЕНИЯ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

	<p>Исследование кала на скрытую кровь Проводится для раннего выявления полипов и опухоли толстого кишечника. Диагноз обычно подтверждается при колоноскопии – осмотре внутреннего просвета толстой кишки при помощи гибкого оптического прибора – колоноскопа, вводимого в организм через задний проход. Скрининг рака толстой кишки не только способен выявить опухоль в начальной стадии, но и предотвратить рак.</p>	
	<p>Флюорография грудной клетки Это профилактический и диагностический метод рентгенологического обследования органов грудной полости и легких для выявления рака, туберкулеза и профессиональных болезней легких.</p>	
	<p>Исследование крови на уровень простатспецифического антигена (ПСА) Определение уровня онкомаркера рака предстательной железы в крови, позволяет оценить вероятность обнаружения новообразования и решить вопрос о целесообразности биопсии предстательной железы.</p>	
	<p>Цитологическое исследование мазка с шейки матки Это наиболее быстрый и информативный способ диагностики, который позволяет оценить состояние слизистой оболочки, наличие или отсутствие признаков патологических процессов (реактивных, предопухолевых, опухолей).</p>	
	<p>Маммография молочных желёз Это рентгенологическое обследование молочных желез с целью выявления патологических процессов на разной стадии, опухолевые новообразования доброкачественной либо злокачественной природы.</p>	

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОДГОТОВКИ ПАЦИЕНТА К СДАЧЕ АНАЛИЗОВ

Точность результата любого лабораторного анализа в немалой степени зависит от соблюдения пациентом правил подготовки

Анализ мочи

1. Сбор мочи пациент проводит самостоятельно.
2. Необходимо проводить правильный забор мочи, как можно тщательнее соблюдая правила гигиены: предварительный туалет наружных половых органов теплой водой с мылом, затем промывается теплой водой и высушивается чистой салфеткой
3. Нельзя собирать мочу во время менструации. После проведения цистоскопии анализ мочи можно назначать не ранее, чем через 5-7 дней.
4. Для общего анализа используют первую утреннюю порцию мочи (предыдущее мочеиспускание должно быть не позже 2-х часов ночи).
 - Первые несколько миллилитров мочи слить в унитаз. Всю порцию утренней мочи собрать в сухой чистый контейнер при свободном мочеиспускании.
 - Отлить 40-50 миллилитров от общего объема мочи в специальный контейнер и плотно закрыть крышкой. Нельзя брать мочу из судна, горшка.
 - Собранную мочу сразу доставить в лабораторию.
 - Допускается хранение мочи в холодильнике (при t от $+2$ до $+4^{\circ}$ C), но не более 1,5 часов.

Внимание!

Сбор мочи проводится только в стерильный контейнер! Не допускается собирать мочу в емкости, не предназначенные для лабораторных исследований.

Анализ кала на скрытую кровь

1. Кал должен быть получен без применения клизм и слабительных.
2. В специальный контейнер собрать 1-2 чайных ложки кала.
3. Доставить в лабораторию в течение 3-х часов после сбора.
4. За три дня до исследования из рациона необходимо исключить мясо, печень, кровяную колбасу и все продукты, содержащие железо (яблоки, болгарский перец, шпинат, белую фасоль, зеленый лук, огурцы).

Внимание!

Для получения достоверных результатов нельзя сдавать кал при кровотечениях (геморрой, запор, заболевания полости рта, менструация). В день сбора кала не чистите зубы щеткой, чтобы не травмировать слизистую оболочку полости рта, можно прополоскать рот раствором соды.

Анализ крови

1. Кровь сдается в утренние часы натощак т.к. показатели крови могут существенно меняться в течение дня (или в дневные и вечерние часы, спустя 4-5 часов после последнего приема пищи). За 1-2 дня до исследования исключить из рациона продукты с высоким содержанием жиров.
2. Накануне исследования (в течение 24 часов) исключить алкоголь, интенсивные физические нагрузки, прием лекарственных препаратов (по согласованию с врачом).
3. За 1-2 часа до сдачи крови воздержаться от курения, не употреблять сок, чай, кофе, можно пить негазированную воду. Исключить физическое напряжение (бег, быстрый подъем по лестнице), эмоциональное возбуждение. За 15 минут до сдачи крови рекомендуется отдохнуть, успокоиться.
4. Не следует сдавать кровь для лабораторного исследования сразу после физиотерапевтических процедур, инструментального обследования, рентгенологического и ультразвукового исследований, массажа и других медицинских процедур.
5. Кровь для исследований нужно сдавать до начала приема лекарственных препаратов или не ранее, чем через 10 - 14 дней после их отмены. Для оценки контроля эффективности лечения любыми препаратами нужно проводить исследование спустя 7 – 14 дней после последнего приема препарата. Если Вы принимаете лекарства, обязательно предупредите об этом лечащего врача.

Общие правила применимы ко всем анализам, но для некоторых исследований требуется специальная подготовка и дополнительные ограничения.

Биохимический анализ крови ("биохимия")

Холестерин

- Кровь необходимо сдавать после 12-14 часового голодания. За две недели до исследования необходимо отменить препараты, понижающие уровень липидов в крови, если не ставится цель определить гиполипидемический эффект терапии этими препаратами.

Глюкоза

- При сдаче крови на глюкозу (в дополнение к основным требованиям подготовки к анализам) нельзя чистить зубы и жевать резинку, а утренний чай/кофе (даже несладкий) запрещен. Утренняя чашка кофе кардинально изменит показатели глюкозы. Также на них повлияют контрацептивы, мочегонные средства и другие лекарства.

ПРИХОДИТЕ НА ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ

ЕСЛИ ТЕБЕ ОТ 18 ДО 39 ЛЕТ

ДЛЯ ЧЕГО ЭТО НУЖНО?

Диспансеризация необходима для раннего выявления заболеваний и факторов, влияющих на их возникновение. Узнав о состоянии своего здоровья и получив рекомендации врача общей практики, Вы имеете возможность не только улучшить здоровье, но и продлить качество своей жизни на многие годы.

I. ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

Вам выполнят основные исследования:

1. Проведут обследования в соответствии с Вашим возрастом.

Медицинское вмешательство (обследование)	Условия проведения
	Возраст 18 - 39 лет
Электрокардиография	1 раз в год
Общий анализ крови	1 раз в год
Общий анализ мочи	1 раз в год
Медицинский осмотр врача-акушера-гинеколога (смотровой кабинет)	1 раз в год
Пальцевое исследование прямой кишки и предстательной железы	по медицинским показаниям
Проведение теста на скрытую кровь	по медицинским показаниям
Определение глюкозы в крови	1 раз в год
Холестерин	1 раз в год при наличии факторов риска
Флюорография	1 раз в год
Офтальмотонометрия	пациентам от 35 до 39 лет, кровные родственники которых больны глаукомой, - ежегодно

2. Бланк направления на обследования уже у Вас на руках. Вам необходимо вписать ФИО, год рождения, адрес и самостоятельно его разрезать.

3. После прохождения обследований, приглашаем Вас на приём к врачу общей практики.

Предварительная запись к врачу на удобное для Вас время проводится по интернету на нашем сайте gomelcgr.by «Запись к врачу»

4. В заключение первого этапа диспансеризации врач общей практики определит для Вас группу диспансерного наблюдения в зависимости от состояния здоровья и составит рекомендации. Если будет установлен высокий риск развития болезни, выявлены хронические заболевания (или признаки заболевания) врач общей практики (или помощник врача) предложит дополнительные методы исследования и направит на второй этап диспансеризации.

II. ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

1. Посещение узких специалистов по направлению врача общей практики.
2. Более глубокое обследование.
3. Получение направления на лечение – при наличии показаний.

III. ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

1. Выполнение рекомендаций, выданных врачом, на протяжении всего назначенного периода.

<p>Общий анализ крови + глюкоза <u>натощак</u> Кабинет № _____</p> <p>Время работы с _____ до _____ Суббота время работы: с _____ до _____</p> <p>Ф.И.О. _____ Год рождения _____ Адрес _____</p> <p>Нв _____ Le _____ Е r _____ СОЭ _____ Глюкоза _____</p> <p>Врач _____</p>	<p>Флюорография ОГК Кабинет № _____</p> <p>Время работы: с _____ до _____ Перерыв: с _____ до _____ Суббота время работы: с _____ до _____</p> <p>Ф.И.О. _____ Год рождения _____ Адрес _____</p> <p>Врач _____ Диагноз: обследование по диспансеризации</p>
	<p>ЭКГ Кабинет № _____</p> <p>Время работы: с _____ до _____</p>

Общий анализ мочи
Кабинет № _____

Время работы с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____

Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____

Цвет _____
Реакция _____
Удельный вес _____
Прозрачность _____
Белок _____
Сахар _____
Эпителиальные клетки _____
Лейкоциты _____
Эритроциты _____
Врач _____

Женский смотровой кабинет
Кабинет № _____

1 смена: _____

Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____

2 смена: _____

Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____

Перерыв: с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____

Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____

Врач _____
Диагноз: обследование по диспансеризации

Условия взятия материала для клинических лабораторных исследований в плановом порядке

Для получения точных результатов анализов необходимо выполнять требуемые правила подготовки к исследованию:

- сдавать натощак (через 12 часов после приема пищи);
- в утреннее время, между 7 и 9 часами утра;
- до начала физической активности;
- не употреблять в течение 2 дней острую, жирную, жареную пищу и алкоголь
- не курить;
- исключить прием лекарственных средств, если они даются не по жизненным показаниям и могут оказать влияние на результаты.

Запишитесь на приём к врачу общей практики для уточнения результатов анализов и подведения итогов диспансеризации

**Не упустите возможность
узнать всё о своём здоровье
и получить бесплатные консультации
врачей специалистов**

**ПРИХОДИТЕ НА
ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ**

ЕСЛИ ТЕБЕ 40 ЛЕТ И СТАРШЕ

ДЛЯ ЧЕГО ЭТО НУЖНО?

Диспансеризация необходима для раннего выявления заболеваний и факторов, влияющих на их возникновение. Узнав о состоянии своего здоровья и получив рекомендации врача общей практики, Вы имеете возможность не только улучшить здоровье, но и продлить качество своей жизни на многие годы.

I. ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

Вам выполнят основные исследования:

1. Проведут обследования в соответствии с Вашим возрастом.

Медицинское вмешательство (обследование)	Условия проведения
	Возраст 40 лет и старше
Электрокардиография	1 раз в год
Общий анализ крови	1 раз в год
Общий анализ мочи	1 раз в год
Медицинский осмотр врача-акушера-гинеколога (смотровой кабинет)	1 раз в год
Пальцевое исследование прямой кишки и предстательной железы	1 раз в год
Проведение теста на скрытую кровь	пациентам от 40 до 65 лет - 1 раз в 2 года
Определение глюкозы в крови	1 раз в год
Холестерин	1 раз в год с определением риска сердечно-сосудистых заболеваний по таблице SCORE
Флюорография	1 раз в год
Офтальмотонометрия	пациентам от 40 лет, кровные родственники которых больны глаукомой, - ежегодно; иным пациентам - 1 раз в 3 года

2. Бланк направления на обследования уже у Вас на руках. Вам необходимо вписать ФИО, год рождения, адрес и самостоятельно его разрезать.

3. После прохождения обследований, приглашаем Вас на приём к врачу общей практики.

Предварительная запись к врачу на удобное для Вас время проводится по интернету на нашем сайте gomelcgr.by «Запись к врачу».

5. В заключение первого этапа диспансеризации врач общей практики определит для Вас группу диспансерного наблюдения в зависимости от состояния здоровья и составит рекомендации. Если будет установлен высокий риск развития болезни, выявлены хронические заболевания (или признаки заболевания) врач общей практики (или помощник врача) предложит дополнительные методы исследования и направит на второй этап диспансеризации.

II. ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

4. Посещение узких специалистов по направлению врача общей практики.

5. Более глубокое обследование.

6. Получение направления на лечение – при наличии показаний.

III. ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

2. Выполнение рекомендаций, выданных врачом, на протяжении всего назначенного периода.

Общий анализ крови + глюкоза натошак
Кабинет № _____

Время работы с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Нв _____
Le _____
E r _____
СОЭ _____
Глюкоза _____
Врач _____

Анализ кала на скрытую кровь
Кабинет № _____

Время работы с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Врач _____

За 3 дня до сдачи анализа кала на скрытую кровь исключить из рациона: мясо, печень и все продукты, содержащие железо (яблоки, перец болгарский, шпинат, свеклу, белую фасоль, зелёный лук).

Общий анализ мочи
Кабинет № _____

Время работы с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Цвет _____
Реакция _____
Удельный вес _____
Прозрачность _____
Белок _____
Сахар _____
Эпителиальные клетки _____
Лейкоциты _____
Эритроциты _____
Врач _____

Мужской смотровой кабинет
Кабинет № _____

Время работы: в соответствии с графиками работы
врачей-специалистов
Осмотр по предварительной записи у
врача-хирурга, врача-онколога, врача-уролога

Анализ крови на Холестерин натошак
Кабинет № _____

Время работы с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Холестерин _____
Врач _____

Флюорография ОГК
Кабинет № _____

Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Врач _____
Диагноз: обследование по диспансеризации

ЭКГ
Кабинет № _____

Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Врач _____
Диагноз: обследование по диспансеризации

Внутриглазное давление
Кабинет № _____

Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____
Суббота время работы: с _____ до _____
Ф.И.О. _____
Год рождения _____
Адрес _____
Врач _____

Женский смотровой кабинет
Кабинет № _____

1 смена: _____
Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____
2 смена: _____
Время работы: с _____ до _____
Перерыв: с _____ до _____



**ПРИХОДИТЕ НА
ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ!**

Сделай шаг

АРТЕРИАЛЬНОЕ
ДАВЛЕНИЕ
120/80

ГЛЮКОЗА КРОВИ
3,5 ДО 5,5
ММОЛЬ/Л

БЫСТРО, ДОСТУПНО, БЕСПЛАТНО!