

Крепкое здоровье — залог долгой и счастливой жизни. А чтобы поддерживать свой организм, необходимо регулярно проходить диспансеризацию и следовать советам врачей. Ведь вовремя принятые профилактические меры позволят не только укрепить тело, но и вылечить выявленные заболевания с наибольшим успехом. Об итогах диспансеризации 2023 года в Свердловской области рассказала заместитель главного врача ГАУЗ СО «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» Лилия Васильевна Семенова.

- Много ли жителей Свердловской области прошли диспансеризацию в 2023 году?

- Отрадно отмечать, что в 2023 году количество свердловчан, которые прошли профилактические мероприятия, значительно больше, чем в 2022 году. Всего состояние своего здоровья проверили около 2 млн. 310 тыс. жителей региона. Из них профилактические медицинские осмотры прошли более 220 тысяч, а диспансеризацию — более 960 тысяч человек. Углубленную диспансеризацию после перенесенного COVID-19 прошли более 268 тысяч жителей Среднего Урала. И это только взрослое население. Не будем забывать, что ежегодно профилактические обследования проходят и юные свердловчане. В прошедшем году таковых было более 860 тысяч.

- Расскажите о выявленных заболеваниях. Какие проблемы со здоровьем у свердловчан обнаруживаются чаще всего?

- По структуре впервые выявленных заболеваний в рамках диспансеризации в 2023 году на первом месте (68 тысяч) - болезни системы кровообращения. Из них 47% связаны с повышенным артериальным давлением. На втором месте находятся болезни органов пищеварения (6 тысяч). Далее следует сахарный диабет (4 тысячи). Также было выявлено 3 тысячи случаев злокачественных новообразований. Хочется подчеркнуть, что диспансеризация помогает выявить болезнь на ранних стадиях, из-за того, что некоторые заболевания протекают бессимптомно. То есть человек считал себя здоровым, прошел диспансеризацию, после чего у него выявили заболевание. Он своевременно сможет приступить к необходимому лечению и успешно победить болезнь.

Например, 73% злокачественных новообразований были выявлены в ходе диспансеризации на ранних стадиях.

По данным статистики, вероятность излечения онкологии, выявленной на ранней стадии, составляет почти 100 %.

- Есть ли какие-либо региональные особенности в состоянии здоровья населения? Если да, то в чем они заключаются?

- Мы живем на Урале. Не стоит забывать, что уральский регион эндемичный по дефициту йода. Нехватка этого микроэлемента приводит к патологии щитовидной железы. Если человек чувствует слабость, хроническую усталость, ухудшение памяти, нарушение концентрации внимания и умственной работоспособности, депрессию, раздражительность, то это может быть симптомами, указывающими на заболевание щитовидной железы. Диспансеризация также выявляет заболевания щитовидной железы на ранних стадиях. Хотелось бы еще раз отметить, что любые заболевания, обнаруженные в ранней стадии, гораздо легче лечить без последующих осложнений. Главная цель диспансеризации: как можно раньше обнаружить заболевание, выявить и скорректировать факторы риска его развития.

- В какой возрастной группе выявляется больше болезней? Кто подвержен большему риску?

- В большинстве случаев заболевания выявляются в старшей возрастной группе. Именно поэтому с 40 лет диспансеризацию нужно проходить ежегодно. Для того, чтобы выявить заболевание или факторы риска, которые уже к этому возрасту у человека накапливаются.

- Какие меры были приняты в Свердловской области для улучшения качества диспансеризации и повышения ее доступности для населения?

- Считаю, что тот рывок, который сделало здравоохранение в последние несколько лет

по улучшению процесса диспансеризации, позволило получить хорошие результаты. Так, Свердловская область одна из первых в 2023 году начала обучение руководителей медицинских учреждений. Главврачи больниц прошли подготовку по организации и проведению профилактических мероприятий. Кроме этого, специалисты первичного звена в ежемесячном режиме также проходят обучение для повышения эффективности проведения диспансеризации. Изучаются и внедряются новые методики, совершенствуется маршрутизация пациентов. Если говорить о доступности, то Министерство здравоохранения разработало разные формы проведения диспансеризации. Ее пройти можно не только в медицинском учреждении. Например, есть проект «Добро на предприятие», когда медики выезжают в трудовые коллективы, что обеспечивает сотрудникам предприятий возможность пройти диспансеризацию, не покидая рабочее место. Или проект «Добро в село» - врачи приезжают в малонаселенные пункты, где до ближайшей больницы порой ехать не один час, и проводят для жителей профилактические обследования прямо на месте, в ходе работы мобильных ФАПов. Также организованы «Зеленые субботы». В рамках этой акции каждую субботу с 08:00 до 16:00 в любой поликлинике Свердловской области работают кабинеты медицинской профилактики. Люди могут пройти обследования по так называемому «зеленому коридору». Это очень удобно для жителей региона.

Работа медицинских организаций, особенно в плане проведения профилактических медицинских обследований, стала более мобильной. Надо также отдать должное: серьезную помощь оказывают страховые медицинские организации: рассылают смс-сообщения, звонят и приглашают людей на диспансеризацию.

- В последние месяцы 2023 года особенностью проведения диспансеризации в больницах Екатеринбурга и области стало совмещение с массовым онкоскринингом. Расскажите, насколько эффективна стала эта акция и стоит ли ждать ее продолжения?

- Данная акция стартовала 3 октября в одном из торгово-развлекательных центров Екатеринбурга. Это мероприятие оказалось очень востребованным у населения. Поэтому массовый онкоскрининг стали проводить в медицинских организациях сначала в областном центре, а затем внедрили по всей области. Суть этого проекта в том, что во время диспансеризации в утвержденных отдельным графиком медицинских учреждениях проводятся дополнительные исследования, которые не входят в перечень обязательных. За относительно небольшой период проведения акции было обследовано 9,6 тысяч свердловчан. Было выявлено 1776 патологических состояний и заболеваний, что говорит о высокой эффективности таких мероприятий.

- Кто может пройти диспансеризацию в 2024 году?

- Возможность бесплатно проверить состояние здоровья есть у всех свердловчан. В возрасте с 18 до 39 лет диспансеризацию можно проходить раз в три года, а с 40 лет - ежегодно. При этом независимо от возраста раз в год у каждого есть право (и рекомендуется им не пренебрегать) пройти бесплатный профилактический медицинский осмотр. Мне хотелось бы сказать, что не надо ждать и откладывать «на потом». Необходимо выделить время и проверить свое здоровье, поскольку иногда подобное «откладывание» приводит к тому, что люди запускают болезнь. Она начинает прогрессировать и на ее лечение в дальнейшем может уйти масса времени и сил.

- Периодически в порядок проведения диспансеризации вносятся изменения. Стоит ли ожидать каких-то изменений в 2024 году?

- На ближайшие три года правительство утвердило программу государственных гарантий бесплатной медицинской помощи с несколькими новыми положениями, которые направлены на улучшение доступности и качества медицинской помощи. Одним из важнейших новшеств является внесение изменений в систему диспансеризации. Разработчики новой программы в текущем году предложили сосредоточить внимание на раннем обнаружении таких серьезных заболеваний, как болезни сердечно-сосудистой системы, онкология, сахарный диабет и хронические заболевания легких. Также предлагается расширить возможности диспансеризации для пациентов, которые переболели коронавирусной инфекцией. Такая мера позволит более тщательно отслеживать их состояние здоровья и рано выявлять возможные последствия COVID-19. Еще одно предлагаемое нововведение заключается в том, что при прохождении диспансеризации женщины и мужчины определенного возраста получат возможность проверить свое репродуктивное здоровье.

Заранее обозначу, что до выхода официального федерального документа это только предложения и проекты. Но думаю, они все же будут претворены в жизнь и качество проведения диспансеризации и других профилактических осмотров выйдет на более высокий уровень.

- Почему важно проходить диспансеризацию? Как диспансеризация способствует улучшению системы профилактики заболеваний и укреплению здоровья населения?

- Лучше заниматься профилактикой заболевания, чем его лечением. Правильное питание, занятия спортом не всегда гарантируют абсолютное здоровье. Именно поэтому регулярные комплексные обследования своего организма – это такая же норма жизни, как ежедневная чистка зубов, ежегодное посещение врача стоматолога, своевременная вакцинация против гриппа или клещевого энцефалита. Это позволит сохранить и укрепить здоровье, а при необходимости своевременно провести дополнительное обследование и лечение. Проверьте своё здоровье и позаботьтесь о здоровье своих родных и близких!