

ПРОФИЛАКТИКА – ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА

Сердечно-сосудистые заболевания занимают лидирующие позиции среди основных причин смертности во всем мире. И врачи в один голос утверждают, что лучшая защита от таких серьезных заболеваний, как инфаркт миокарда, инсульт, артериальная гипертензия, атеросклероз, - это профилактика.

Профилактика болезней системы кровообращений направлена на снижение неблагоприятного влияния различных факторов, которые провоцируют развитие заболеваний.

В числе основных факторов риска можно назвать:

- **повышенное артериальное давление** – увеличивает нагрузку на сердце и повышает риск развития сердечнососудистых заболеваний;
- **курение** – повышает давление, увеличивает сердечный ритм и сужает артерии, что приводит к ухудшению кровоснабжения органов и тканей;
- **высокий уровень холестерина** может стать причиной образования бляшек на внутренних стенках артерий и развитию атеросклероза, что повышает риск образования тромбов;
- **повышенный уровень глюкозы в крови** наносит вред стенкам сосудов и увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний;
- **избыточная масса тела** становится причиной развития болезней системы кровообращения, так как провоцирует повышение артериального давления, уровня холестерина и сахара в крови.

Чтобы не упустить первые признаки развития болезни, необходимо регулярно проходить профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию. Чем раньше выявить начальные проявления болезни или факторы риска их развития, тем успешнее будет лечение. Именно для этих целей и проводится диспансеризация, которая, помимо выявления болезни на ранней стадии, обеспечивает проведение необходимых лечебных и профилактических мер и, при необходимости, длительное диспансерное наблюдение.

Диспансерное наблюдение – это регулярные медицинские обследования для людей, которые страдают отдельными видами хронических неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями, болезнями эндокринной системы и др.).

Целью диспансерного наблюдения является стабилизация и улучшение клинического течения заболевания, а также предупреждение обострений и осложнений сердечно-сосудистых заболеваний, улучшение качества и продолжительности жизни пациентов.

В рамках диспансерного наблюдения врач проводит осмотр пациента, оценивает состояние его здоровья, корректирует лечение, при необходимости может назначить дополнительные исследования, выдать направление в медицинскую организацию, оказывающую специализированную медицинскую помощь по профилю. Врач проводит консультации и обучение по контролю за своим состоянием в случае возникновения угрожающего жизни случая.

Чтобы пройти профилактический медосмотр, диспансеризацию, в том числе углубленную, диспансерное наблюдение необходимо обратиться в поликлинику прикрепления, при себе необходимо иметь паспорт, полис ОМС или выписку о полисе ОМС.

В этом году Минздрав Кузбасса своим приказом от 03.05.2023 № 611 «О проведении диспансеризации, углубленной диспансеризации, профилактического медицинского осмотра в организованных трудовых коллективах» предусмотрел вариант проведения профмероприятий не по месту прикрепления: работники предприятий и организаций могут пройти диспансеризацию в ближайшей территориальной поликлинике.

Контроль за состоянием своего здоровья в сочетании со здоровым образом жизни позволит вашему сердцу работать без сбоев