



«СОГАЗ-Мед»: проверить легкие – с легкостью!

Бронхиальная астма под контролем с самого детства

Проверка репродуктивного здоровья по ОМС

Профилактика ХНИЗ: как пройти бесплатно

«СОГАЗ-Мед»: проверить легкие – с легкостью!

Всем знакома ситуация, когда вы пришли в поликлинику, скажем, на диспансеризацию, и врач первым делом выписывает вам направление на флюорографию. Поверьте, делает это он совсем не для «галочки»!

Это – рентгенологическое обследование органов грудной клетки, призванное выявить в легких патологические изменения на ранних этапах – причем не только туберкулез, но и другие заболевания, в том числе – онкологические.

Многие опасные заболевания способны протекать скрытно довольно длительное время, а появление кашля, повышенной температуры, общей слабости становится уже грозным симптомом запущенности заболевания.

Специалисты компании «СОГАЗ-Мед» напоминают, что с помощью флюорографии можно своевременно выявить болезнь, вернуть здоровье и вместе с ним – привычный ритм жизни. Она проводится совершенно бесплатно по полису ОМС.

В связи с высокой заболеваемостью туберкулезом в России исследование включено в список профилактического медицинского осмотра. Взрослому населению достаточно пройти флюорографию один раз в течение двух лет (в случае отсутствия хронических заболеваний).

Для некоторых категорий граждан существуют особые правила, согласно которым эту процедуру они проходят 2 раза в год:

- сотрудники родильных домов;
- сотрудники противотуберкулезных диспансеров;
- больные ВИЧ-инфекцией;
- пациенты, переболевшие туберкулезом – в течение 3-х лет после снятия с учета;
- лица, состоящие на учете в психиатрическом или наркологическом диспансере;
- лица после освобождения из мест заключения – в течение 2-х лет после освобождения.

Один раз в год рекомендуется проходить флюорографическое обследование подросткам в возрасте от 16 до 18 лет, а также работникам школ и детских садов, больным сахарным диабетом и сотрудникам предприятий общественного питания.

Для того, чтобы пройти флюорографию бесплатно, следует просто обратиться в регистратуру поликлиники по месту регистрации и предъявить по своему выбору полис ОМС или выписку о полисе, документ, удостоверяющий личность.

Если вы находитесь в другом городе, то пройти флюорографию можно также совершенно бесплатно в противотуберкулезном диспансере по полису ОМС.

Процедура не имеет абсолютных противопоказаний для проведения, так как является безопасной. Исключением является детский возраст до 15 лет, поскольку детям облучение нежелательно, а качество снимков получается неудовлетворительным из-за анатомически меньших размеров грудной клетки.

Когда нельзя проводить флюорографию:

- дети до 15 лет включительно;
- тяжелое состояние больного, когда невозможно придать ему вертикальное положение;
- беременность сроком до 22 недель;
- период лактации (нежелательно, но при проведении врачи рекомендуют сцеживать молоко после процедуры).

Важно!

Перед посещением кабинета рекомендуется отказаться от курения хотя бы на несколько часов, снять с себя металлические предметы и украшения.

После процедуры можно проходить и другие исследования, единственным исключением являются рентгеновские методы диагностики – МРТ, КТ или рентгеноскопия.

Если вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, медицинской помощи или качестве ее оказания, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте sogaz-med.ru или в мобильном приложении «СОГАЗ ОМС» (для Android), используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».

Бронхиальная астма под контролем с самого детства

Бронхиальная астма (БА) – это заболевание, которое характеризуется хроническим воспалением дыхательных путей и диагностируется по симптомам свистящего дыхания, одышки, стеснения в груди или кашля. О симптомах заболевания, методах диагностики и лечения в рамках ОМС рассказывают эксперты страховой компании «СОГАЗ-Мед».

Причины бронхиальной астмы у детей

По данным ВОЗ, более 350 млн пациентов во всем мире страдают бронхиальной астмой. В РФ распространенность этого заболевания составляет около 7%. Астма очень часто возникает у детей в дошкольном возрасте, но ее симптомы могут появиться впервые в любом возрасте. К счастью, в подавляющем большинстве случаев даже самые тяжелые проявления этой болезни можно успешно контролировать с помощью грамотного лечения: лекарственной терапии и определенных мер предосторожности.

Факторы, наиболее предрасполагающие к появлению заболевания:

- внутренние факторы: генетическая предрасположенность к атопии; генетическая предрасположенность к бронхиальной гиперреактивности;
- пол (в детском возрасте БА чаще развивается у мальчиков; в подростковом и взрослом – у женщин);
- ожирение;
- факторы окружающей среды: аллергены – клещи домашней пыли, аллергены домашних животных, аллергены тараканов, грибковые аллергены, пыльца растений, грибковые аллергены; инфекционные агенты (преимущественно вирусные);
- профессиональные факторы;
- аэрополлютанты: озон, диоксиды серы и азота, продукты сгорания дизельного топлива, табачный дым (активное и пассивное курение);
- диета: повышенное потребление продуктов высокой степени обработки, увеличенное поступление омега-6 полиненасыщенной жирной кислоты и сниженное – антиоксидантов (фрукты, овощи) и омега-3 полиненасыщенной жирной кислоты (в составе жирных сортов рыбы).

Как распознать бронхиальную астму у ребенка?

Большое количество детей страдает бронхиальной астмой. Чем младше малыш, тем сложнее заподозрить манифестацию

хронического заболевания. Даже если у ребенка есть какие-то проблемы с дыханием, он не всегда может это описать, потому родители просто не подозревают о ранних признаках болезни и, соответственно, не сообщают о них педиатру. Проявления рецидивирующего бронхита, повторных эпизодов пневмоний, затяжной кашель более 4-6 недель уже попадают под прицел педиатра.

Симптомы астмы у детей

- ночные и утренние приступы кашля;
- у детей младше 2-х лет может быть рвота, связанная с кашлем;
- в грудничковом возрасте – трудности с кормлением (стонущие звуки, вялое сосание);
- кашель после контакта с определенными аллергенами;
- шумное, свистящее дыхание как в покое, так и при физической нагрузке;
- одышка с преимущественным затруднением выдоха;
- чувство давления в груди;
- увеличение числа дыхательных движений с втяжением уступчивых мест грудной клетки.

Иногда симптомы астмы у ребенка проявляются внезапно, когда он энергично двигается, играет, спит, смеется или плачет (что является для ребенка эквивалентом физической нагрузки). Возможно, вы заметили, что малыш кашляет или тяжело дышит при посещении мест, где есть домашние животные, цветущие растения, скопление книг, пыли, курительщики.

Такой недуг как бронхиальная астма нельзя не лечить и ждать, что ребенок просто перерастет болезнь. Дети, страдающие бронхиальной астмой, должны находиться под наблюдением врача аллерголога-иммунолога и педиатра, иначе заболевание может из легкой формы перейти в тяжелую со всеми осложнениями.

Методы диагностики

Для постановки диагноза «бронхиальная астма» у маленьких детей используют аллергологические тесты: кожные пробы, официально разрешенные с 4-5 летнего возраста; исследование крови на определение специфических иммуноглобулинов E – бытовая, пыльцевая, эпидермальная сенсibilизация.

Для оценки функции дыхания детям до 5 лет применяют методы диагностики, требующие минимального взаимодействия – импульсная осциллометрия, tidal-тест.

Детям старше 5-6 лет проводят спирометрию – исследование функции внешнего дыхания с провокационными пробами, например, тест с бронхолитиком.

У детей старшего возраста нередко используют портативные пикфлоуметры, проводят исследование мокроты/назальной слизи на выявление эозинофилов, по показаниям назначают более широкое обследование.

Как лечат бронхиальную астму по ОМС?

Современная медицина с четкими алгоритмами лечения способна сделать болезнь управляемой, устранить появление симптомов, минимизировать частоту приступов, а самое главное – «увести» болезнь в ремиссию.

Основная роль в борьбе с болезнями органов дыхания принадлежит педиатрам, которые осуществляют профилактику, раннюю диагностику, своевременное направление к профильному специалисту и лечение. Особое внимание стоит уделить диспансерному наблюдению, ведь именно оно предупреждает возникновение и дальнейшее развитие заболевания.

В амбулаторно-поликлинических условиях кратность консультаций аллерголога-иммунолога, в зависимости от тяжести течения астмы у пациента и уровня контроля над болезнью, может составить 1 раз в 1-6 месяцев, педиатром – 1 раз в 3-6 месяцев.

Комплексный подход к лечению при подтвержденном диагнозе включает ряд компонентов:

- медикаментозную терапию;
- воздействие на факторы риска;
- обучение (информация об астме, техника ингаляции и режим, письменный план действий, постоянный мониторинг, регулярное клиническое обследование);
- исключение триггерных факторов;
- специфическую иммунотерапию;
- немедикаментозные методы.

Каждый элемент играет важную роль в достижении успеха. После 18-ти лет пациент с бронхиальной астмой передается под наблюдение врача-терапевта.

Важно знать:

При всех аллергических заболеваниях (бронхиальная астма, аллергический ринит, поллиноз, атопический дерматит) первой и обязательной мерой профилактики является устранение контакта с аллергенами. Очистка воздуха, контроль влажности и использование гипоаллергенных постельных принадлежностей могут быть рекомендованы всем больным, страдающим аллергией, но при аллергии к клещу домашней пыли первоочередное значение приобретает устранение контакта с аллергеном в постели, а при аллергии к животным одной из самых значимых мер является устранение животного из дома и использование бытового фильтрового очистителя воздуха.

Проверка репродуктивного здоровья по ОМС

Семья – не только ячейка общества, но и главная ценность в жизни каждого. По распоряжению Президента России Владимира Путина, 2024 год объявлен Годом семьи, а в Программу государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2024 г. и на плановый период 2025 и 2026 гг. (ПГГ) внесены новшества, благодаря которым все больше людей сможет стать родителями. О новых возможностях для тех, кто задумывается о пополнении семьи, рассказывают эксперты страховой компании «СОГАЗ-Мед».

Для женщин и мужчин репродуктивного возраста одновременно с прохождением профилактического медицинского осмотра и диспансеризации, начиная с этого года, организуется проведение оценки их репродуктивного здоровья. Все необходимые осмотры и обследования граждане получают в рамках системы ОМС, т.е. бесплатно.

Ни для кого не секрет, что здоровье будущего малыша в большей степени зависит от состояния здоровья его матери, в то время как сама возможность зачатия напрямую связана с тем, насколько здоровы оба родителя. Именно поэтому диспансеризация репродуктивного здоровья взрослого населения в первую очередь направлена на выявление признаков заболеваний и состояний, которые могут негативно повлиять на беременность и ее последующее течение, а также родов и послеродового периода.

1-й этап диспансеризации по оценке репродуктивного здоровья включает в себя физикальные обследования, которые требуют минимального оснащения оборудованием, поэтому могут использоваться в любых условиях, что позволяет повысить охват населения такими мероприятиями. Первичное обследование позволяет врачу поставить предварительный диагноз, чтобы затем подтвердить или опровергнуть его с помощью дальнейшей диагностики – инструментальной, лабораторной.

На 1-м этапе у женщин акушер-гинеколог проведет пальпацию молочных желез, осмотр шейки матки в зеркалах, возьмет материал для микроскопического и цитологического исследований для выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР (в возрасте 18-29 лет).

У мужчин входит осмотр врачом-урологом, а при его отсутствии – хирургом, прошедшим подготовку по вопросам репродуктивного здоровья.

Если будут обнаружены какие-то отклонения от нормы, направят на дальнейшие обследования, чтобы уточнить диагноз.

Что входит во 2-й этап диспансеризации? У женщин: УЗИ молочных желез и органов малого таза (в начале и в конце цикла), выявление инфекций мочеполовой сферы ПЦР-методом в возрастной группе от 30 до 49 лет. По результатам – повторный осмотр акушером-гинекологом.

У мужчин включает в себя спермограмму для оценки способности к зачатию и обнаружения урологических заболеваний, исследования для выявления инфекционных заболеваний органов малого таза, УЗИ предстательной железы и органов мошонки. В завершение – обязательный визит к урологу, а при отсутствии такого специалиста – к хирургу с профильной подготовкой.

Важно знать: отсутствие в поликлинике по месту вашего прикрепления возможности для оценки репродуктивного здоровья ни в коей мере не должно быть препятствием для ее проведения.

То есть при невозможности прохождения всех исследований в одной медицинской организации, в ней должны произвести забор материала, а потом направить его в иную медорганизацию, в том числе федеральную. А при отсутствии в поликлинике нужных специалистов, участвующих в диспансеризации по оценке репродуктивного здоровья (акушер-гинеколог, уролог, должным образом подготовленный хирург), эта медорганизация должна привлечь нужных врачей (в том числе на основе выездных форм работы) и обязательно проинформировать граждан о дате и времени их приема.

«Крепкое здоровье родителей – необходимое условие для рождения здорового ребенка. Обнаружить риски развития патологий и заболевания на ранних стадиях, устранить препятствия на пути к счастливому материнству и отцовству помогут профилактические мероприятия по полису ОМС. Российская система обязательного медицинского страхования предоставляет гражданам широкие возможности в плане профилактики и лечения, и я прошу граждан ими не пренебрегать ради себя самих и нашего общего будущего», – говорит Д.В. Толстов, Генеральный директор страховой компании «СОГАЗ-Мед».

Профилактика ХНИЗ: как пройти бесплатно

По данным ВОЗ, хронические неинфекционные заболевания (ХНИЗ) ежегодно уносят более 40 млн жизней. На первом месте в структуре смертности сердечно-сосудистые заболевания (почти 18 млн случаев). На втором – онкологические патологии (более 9 млн случаев). Следом идут заболевания органов дыхания (свыше 4 млн случаев), затем сахарный диабет и обусловленные им проблемы с почками (около 2 млн случаев). Именно эти группы заболеваний вызывают 80% всех случаев преждевременной смерти от ХНИЗ.

Что общего у хронических заболеваний? Длительное течение, распространенность во всех возрастных группах, наличие суммарного эффекта факторов, провоцирующих развитие ХНИЗ: наследственность, образ жизни и др.

Как минимизировать риски, сохранить здоровье и повысить свои шансы на долгую жизнь, рассказывают эксперты страховой компании «СОГАЗ-Мед».

Профилактика – эффективный метод предотвращения многих заболеваний. Как изменить свой образ жизни, чтобы снизить угрозу развития ХНИЗ? Эксперты рекомендуют отказаться от курения и сократить потребление алкоголя, следить за питанием, регулярно практиковать физическую активность, контролировать вес, уровень артериального давления и холестерина в крови.

Выявить факторы риска, провоцирующие развитие ХНИЗ, помогают профилактические медицинские мероприятия по полису ОМС (диспансеризация, профилактические медосмотры). Их можно пройти не только в поликлинике по месту прикрепления, но и по месту работы, учебы. Жители отдаленных районов могут обследоваться силами мобильных диагностических комплексов. Данные о здоровье, полученные в результате диагностики, в том числе портативными аппаратами (рентгеном, УЗИ, маммографом, офтальмологическим тонометром), попадут на цифровую платформу и будут доступны врачам и пациентам.

Диспансеризация, профилактические медосмотры по ОМС позволяют выявить самые опасные патологии, причем даже тогда, когда еще нет симптомов. Для прохождения обследований необходимы паспорт, полис или выписка о полисе ОМС, их нужно взять с собой на прием.

Диспансеризацию можно проходить раз в три года в возрасте с 18 до 39 лет, начиная с 40 лет – ежегодно. Профилактические медицинские осмотры – ежегодно.

На первом этапе диспансеризации терапевт проводит осмотр и анкетирование пациента, определяет риски развития патологий, группу здоровья. При необходимости направляет на дополнительные обследования.

В рамках профилактических медицинских мероприятий проводят и онкоскрининги: с 18 до 39 лет по выявлению рака шейки матки, после 40 лет также на рак желудка и двенадцатиперстной кишки, колоректальный рак, онкопатологии молочной и предстательной желез.

По данным Минздрава России, в прошлом году диспансеризацию прошли более 77 млн человек. Было выявлено свыше 1 млн новых случаев заболеваний системы кровообращения, почти 50 тыс. случаев рака. Сегодня около 60% опухолей диагностируется на ранних стадиях, когда прогноз лечения максимально благоприятный. Действительно, чем быстрее будет обнаружено заболевание, тем быстрее начнется лечение, а значит – шансы на выздоровление будут выше.

«В 2023 г. 257768 наших застрахованных прошли диспансеризацию. В результате у 752 были выявлены сердечно-сосудистые заболевания, у 2970 заболевания органов дыхания. Сахарный диабет диагностировали у 38 человек, а злокачественные новообразования у 1256», – сообщила Нелли Александровна Лазерко, директор Хабаровского филиала страховой компании «СОГАЗ-Мед».

С каждым годом у нас с вами появляется все больше возможностей сохранять свое здоровье по ОМС, т.е. бесплатно. Так, начиная с 2024 г., переболевшие COVID-19 могут пройти углубленную диспансеризацию в течение года после заболевания, но не ранее чем через 60 дней после выздоровления. Впервые в рамках диспансеризации будут проводить тестирование на антитела к гепатиту С, а пациенты получат лечение в дневном стационаре.

Возможностей профилактировать заболевания по полису ОМС все больше, но насколько диспансеризация популярна на самом деле? По данным «СОГАЗ-Мед», в 2023 г. диспансеризацию прошли более 21 млн ее застрахованных, годом ранее – 15,4 млн. «Мы активно приглашаем на профилактические мероприятия, рассказываем об их важности. Берем на контроль лиц с сердечно-сосудистыми и

онкозаболеваниями, диабетиков. У нас существуют специальные проекты индивидуального сопровождения этих групп. Пользуясь случаем, хочу попросить граждан с пониманием относиться к приглашениям на диспансеризацию, поступающим от страховой компании, не отказываться от возможности проверить свое здоровье по ОМС», – говорит Д.В. Толстов, Генеральный директор компании «СОГАЗ-Мед».

Страховые медицинские компании наделены широким функционалом, при этом не ограничиваются выполнением своих обязательств и разрабатывают собственные проекты в помощь пациентам, популяризируют ЗОЖ.

«Мы создали онлайн-проект “PRO.Диабет” на сайте компании. Собрали информацию о заболевании, рассказали о возможностях и правах граждан по ОМС, дали ответы на часто задаваемые вопросы. Другая важная инициатива – SOS-браслеты с QR-кодом, отсканировав который, можно скачать памятку о правилах оказания первой помощи диабетiku в кризисной ситуации. Эти браслеты получают застрахованные на встречах в школах диабета, в медорганизациях», – резюмирует Генеральный директор «СОГАЗ-Мед».

Справка о компании:

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» — лидер системы ОМС. Каждый 3-й житель РФ является нашим застрахованным. Подразделения компании успешно работают в 56 российских регионах и в городе Байконуре. Высоквалифицированные специалисты «СОГАЗ-Мед» контролируют качество медицинского обслуживания и защищают права застрахованных в системе ОМС.