***Диспансеризация – это важно и нужно!***

Диспансеризации в 2019 году подлежат граждане с годом рождения:

**1920, 1923, 1926, 1929, 1932, 1935, 1938, 1941, 1944, 1947, 1950, 1953, 1956, 1959, 1962, 1965, 1968, 1971, 1974, 1977, 1980, 1983, 1986, 1989, 1992, 1995, 1998.**

**Зачем нужна диспансеризация?**

Многие хронические заболевания на ранних стадиях протекают бессимптомно, поэтому чем раньше выявить начальные проявления болезни или риск их развития, тем успешнее будет лечение. Именно для этих целей и существует диспансеризация, которая помимо раннего выявления болезней и их факторов риска, включает проведение необходимых лечебных и профилактических мер и, при необходимости, длительное диспансерное наблюдение.

**Кто подлежит диспансеризации?**

Диспансеризацию достаточно проходить 1 раз в три года, начиная с 21 года.

Если в текущем году ваш возраст делится на «3», т.е. вам 21, 24, 27, 30, 33 года и т.д., тогда вам необходимо пройти диспансеризацию. Если ваш возраст на «3» не делится, то Вы можете пройти профилактический осмотр по сокращенной программе.

**Основные задачи диспансеризации**

болезни системы кровообращения и в первую очередь ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные заболевания;

злокачественные новообразования;

сахарный диабет;

хронические болезни легких.

Указанные болезни обуславливают более 75 % всей смертности населения нашей страны.

Кроме того, диспансеризация направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска развития указанных заболеваний, к которым относятся:

повышенный уровень артериального давления;

повышенный уровень холестерина в крови;

повышенный уровень глюкозы в крови;

курение табака;

пагубное потребление алкоголя;

нерациональное питание;

низкая физическая активность;

избыточная масса тела или ожирение.

Забота о здоровье - это не только задача медицинских работников. От того, какой образ жизни мы ведем, какие имеем поведенческие привычки (курение, алкоголь, сидячий образ жизни, неправильное питание и др.) зависит не только риск развития заболеваний, но и наше профессиональное и жизненное долголетие.

Именно проблемам профилактики и улучшения качества жизни, связанного со здоровьем, и адресованы мероприятия, организуемые в рамках диспансеризации и диспансерного наблюдения.

Желаем Вам здоровья!



По всем вопросам обращаться в ГБУЗ СО «Махнёвская районная больница» п.г.т. Махнёво, ул.70 лет Октября 35.