

На минувшей неделе сотрудники «Евпаторийской здравницы» вместе с представителями общественного проекта «От слов — к делу» отправились в городскую поликлинику для прохождения профосмотра и диспансеризации.

В одном из прошлых выпусков «Евпаторийки» мы рассказывали вам о встрече общественников с евпаторийскими медиками. Именно на этом заседании был поднят вопрос о том, что люди отказываются от прохождения обязательного профосмотра, а также от диспансеризации, заведомо лишая себя возможности вовремя диагностировать опасные заболевания. Поэтому в этот раз было принято решение нашу акцию «Вместе с нами» посвятить здоровью. Ведь именно этот жизненный ресурс восполняется сложнее всего, нельзя забывать, что своевременная консультация специалиста — главный залог успеха.

Для начала давайте разберемся, что подразумевают понятия «диспансеризация» и «профосмотр», и чем они отличаются. А также поясним для наших читателей, как можно, обратившись в кабинет медицинской профилактики №71 на 3-м этаже, практически без очереди получить данные услуги в Евпаторийской городской поликлинике.

Что такое диспансеризация?

Диспансеризация представляет собой комплекс мероприятий, включающих в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, целью которых является оценка состояния здоровья гражданина, раннее выявление хронических инфекционных заболеваний и факторов риска их развития, определения группы здоровья и необходимых профилактических, лечебных, реабилитационных и оздоровительных процедур. Проходит

Ваше здоровье в ваших руках!

диспансеризация в два этапа: первый — выявление возможных инфекционных заболеваний, второй — углубленной обследование (если требуется) и уточнение диагноза.

Важно помнить, что регулярно проходить диспансеризацию необходимо вне зависимости от самочувствия. Даже если человек считает себя здоровым, во время диспансеризации у него нередко обнаруживаются хронические инфекционные заболевания, лечение которых наиболее эффективно именно на ранней стадии.

Диспансеризация позволит сохранить и укрепить здоровье, а при необходимости своевременно провести дообследование и назначить лечение. Консультации врачей и результаты тестов помогут не только узнать истинное состояние своего здоровья, но и получить необходимые рекомендации об основах здорового образа жизни или по коррекции выявленных факторов риска.

Диспансеризация взрослого населения проводится один раз в три года. Годом прохождения диспансеризации считается календарный год, в котором гражданин достигает соответствующего возраста. В текущем году это: 21; 24; 27; 30; 33; 36; 39; 42; 45; 48; 51; 54; 57; 60; 63; 66; 69; 72; 75; 78; 81; 84; 87; 90; 93; 96; 99.

Диспансеризация — это практическая реализация права каждого гражданина на охрану жизни и здоровья посредством комплексного и масштабного осмотра с привлечением широкого круга специалистов. Помните, диспансеризация — это отличная возможность получить полную и комплексную картину состояния своего здоровья. Следить за ним или нет, проходить диспансеризацию или отказаться от нее — выбор каждого человека.

На профосмотр — становись!

Профилактический медицинский осмотр, в отличие от диспансеризации, включает меньший объем обследования, проводится за один этап, одним участковым врачом-терапевтом в любом возрастном периоде взрослого человека по его желанию, но не чаще чем один раз в 2 года.

Медосмотр — это лучшая возможность предупредить болезнь и поддержать жизненные ресурсы вашего организма

Основные цели профилактического медицинского осмотра:

1. Раннее выявление хронических инфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности

населения Российской Федерации, к которым относятся:

- болезни системы кровообращения, и в первую очередь ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные заболевания;
 - злокачественные новообразования;
 - сахарный диабет;
 - хронические болезни легких.
2. Выявление и коррекция 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.

3. Выявление потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача.

Кстати, работники, занятые на работах с вредными и (или) опасными производственными факторами, и работники, занятые на отдельных видах работ, которые в соответствии с законодательством Российской Федерации проходят обязательные периодические медицинские осмотры, профилактическому медицинскому осмотру не подлежат.

В Евпаторийской городской поликлинике

Всем желающим пройти диспансеризацию или профосмотр необходимо обратиться в Евпаторийскую городскую поликлинику, в кабинет медицинской профилактики № 71, который находится на 3-м этаже.

Профосмотр проводится не реже, чем один раз в два года, в год проведения диспансеризации профилактический медицинский осмотр не проводится.

Там вам предложат заполнить анкету о себе и о своем здоровье, затем дадут направления на обследования, которые следует пройти в указанное время. После этого надо будет записаться на прием к участковому терапевту, который сделает заключение о состоянии вашего здоровья, даст необходимые рекомендации, а в случае выявления заболеваний — направит на углубленное обследование (2-й этап диспансеризации).

Режим работы кабинета диспансеризации и профосмотра: с понедельника по пятницу с 7.30 до 14.00, в субботу с 7.30 до 12.30

Коллектив «Евпаторийской здравницы» посетил врачей во время прохождения профосмотра и диспансеризации, и каждый из сотрудников уже получил свои результаты. Теперь дело за вами, дорогие читатели!

Мария ГЛАВАЦКАЯ.

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

Вам предстоит пройти диспансеризацию? **С ЧЕГО НАЧАТЬ?**
Обратитесь в поликлинику, к которой вы прикреплены (иметь при себе паспорт, полис медицинского страхования)

Вы можете пройти диспансеризацию, если ваш возраст делится на «3»

21	24	27	
30	33	36	39
42	45	48	
51	54	57	
60	63	66	69
72	75	78	
90	93	96	99

Граждане, которым не проводится диспансеризация в текущем году, могут пройти профилактический медицинский осмотр

ГДЕ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ИНФОРМАЦИЮ О ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ?

- В отделении (кабинете) медицинской профилактики поликлиники
- В регистратуре поликлиники
- В кабинете участкового врача-терапевта
- В средствах массовой информации, у родственников и друзей



Участники экскурсии с представителями хлебозавода

Нынешний курортный сезон в Евпатории выдался особенно напряженным — число отдыхающих в августе превысило все ожидания. Как город справляется с одной из первоочередных задач ответственной летней страды — обеспечением евпаторийцев и многочисленных гостей качественной хлебобулочной продукцией? Задавшись этим далеко не праздным вопросом, представители городской общественной организации ветеранов и инвалидов войны, труда, военной службы и правоохранительных органов побывали на Евпаторийском хлебокомбинате — одном из ведущих предприятий ГУП РК «Крымхлеб».

Инициатором этого визита стала неутомимая Нина Степановна Сагайдак, член президиума Евпаторийской ветеранской организации, председатель комитета по культур-

но-массовой работе. А побудительные мотивы она сформулировала так: «Наш любимый город Евпатория стабильно обеспечивается хлебом и выпечкой в разнообразном ассортименте,

Наш хлеб пекут волшебники

причем — хорошего качества. Словом, есть из чего выбирать! И каждому человеку свойственно интересоваться информацией, касающейся «главного» продукта в рационе питания. Задача общественности — помочь удовлетворить этот интерес. А главное — мы хотим наглядно показать крымчанам и гостям полуострова примеры бережного отношения к хлебу, рассказать, сколько труда вложено в каждую его буханку, в каждую булочку! Что мы видим сегодня в повседневной жизни? Валяющийся на земле кусок хлеба — далеко не редкость. Это великий грех! Буханку за буханкой скармливают и так называемые «добряки» чайкам, лебедям на берегах моря и лиманов. Хорошо, что хлеба у нас достаточно, но все же следует уяснить каждому, что выпечка предназначена только для людей, на них она строго рассчитана, а птицам попросту вредна.

В состав группы, ставшей перед собой цель укрепить в современном потребителе правильное отношение к продукту первой

необходимости — хлебу, вошли уважаемые евпаторийцы: члены президиума городской организации ветеранов врач Светлана Мазуренко и экономист Лидия Зимнухова, председатель Евпаторийской городской общероссийской организации «Российский Союз ветеранов Афганистана» Самир Асанов, член городского общественного совета по межнациональным отношениям поэт Александр Склярчук, член Союза журналистов России Нина Щербакова. Экскурсия на предприятие стала

для них очередным этапом планомерной работы по воспитанию культуры потребления хлеба и привитию уважения к труду его производителей, по контролю за качеством разнообразной продукции. ...На проходной хлебозавода № 2 радушно встретил делегацию ветеранов начальник производственно-технической лаборатории Наталья Зимина. Она рассказала о том, что предприятие, основанное в 1936 году, в нынешний курортный сезон выпекает до 25 тонн продукции



Стеллажи с готовой продукцией

в сутки(!), обладает всеми производственными мощностями для выпуска хлебобулочных изделий гарантированного качества. Специалисты предприятия постоянно работают над расширением ассортимента.

Участники экскурсии вместе с начальником производства Валентиной Лагоша прошли по цехам, увидели все этапы рождения хлеба собственными глазами. По общему мнению, этот процесс сродни волшебству. Каждый свежее выпеченный батон как бы заключает в себе частичку эликсира жизни. В беседе с работниками хлебокомбината гости почерпнули много полезной информации о зерне, муке, тесте, технологии производства выпечки, правилах ее хранения.

После экскурсии ветераны горячо поблагодарили коллектив предприятия во главе с его руководителем Евгением Пойченко за неустанный каждодневный труд по производству самого ценного продукта, обеспечивающего жизнь и здоровье.

Эльвира РОСТЕЦКАЯ. Фото Нины Щербаковой.

ЧЕЛОВЕК И ЕГО ДЕЛО