

В современном обществе сейчас модно быть здоровым. Теперь признаком успешности стали занятия спортом и бодрый вид. Да и сама сегодняшняя жизнь с её бешеным ритмом диктует свои условия: хочешь добиться успеха — будь здоровым. Здоровье — залог жизнерадостности и работоспособности, счастья и процветания, главное богатство человека. О том, как его сохранить и приумножить, рассказывают специалисты Территориального фонда обязательного медицинского страхования Саратовской области и центров здоровья при учреждениях здравоохранения.

На карте — жизнь

В Территориальном фонде ОМС прежде всего напомнили, что каждый житель области имеет возможность раз в три года пройти диспансеризацию в той медицинской организации, к которой прикреплен. Но следить за собой нужно постоянно, и в этом помогают центры здоровья, где можно проходить комплексное обследование ежегодно.

Давно известно, что болезнь легче предупредить, чем лечить. Раньше для того, чтобы проверить своё здоровье, нужно было записываться на приём к лечащему врачу по месту жительства, выстаивать длинные очереди. Теперь узнать о состоянии своего организма намного проще благодаря центрам здоровья, открывшимся в 2009 г.

Сейчас на территории Саратовской области работает 9 взрослых и 3 детских центров здоровья, в которых все услуги оказываются бесплатно по программе ОМС независимо от возраста и места проживания.

Любой житель области, имея на руках паспорт и медицинский полис, может обратиться в такой центр здоровья и бесплатно пройти обследование.

Установленные в центрах специальные комплекты самого передового оборудования с компьютерным программным обеспечением учитывают и оценивают при помощи экспресс-методов целый ряд факторов: рост, вес, уровень холестерина и глюкозы, содержание никотина в крови, состояние сердца, дыхательной системы и сосудов конечностей, степень ожирения, уровень артериального давления. Всё обследование занимает около 20 минут. По результатам выдаётся «Паспорт здоровья» и формируется «Карта здорового образа жизни» человека с персональной конкретной оздоровительной программой с учётом индивидуальных особенностей и текущих характеристиками состояния здоровья.

Если в процессе обследования выявляется подозрение на какое-либо заболевание, врачи центра рекомендуют обратиться к соответствующему врачу-специалисту для определения дальнейшей тактики наблюдения и лечения. Кроме того, в центрах здоровья проводятся занятия школ здоровья, где людей информируют об основных факторах риска, учат отказу от курения, повышению физической активности, профилактике диабета, гипертонии, ожирения.

Мобильные медики

Ольга БРАНОВА, главный врач ГУЗ «Областной врачебно-физкультурный диспансер»:

— Центр здоровья при нашем диспансере имеет два подразделения: для взрослых и для детей. Особенность нашего учреждения в том, что у нас нет прикрепленного населения, мы обслуживаем всех входящих и к нам обращающихся. На базе нашего центра раз в год проходят обследование спортсмены, в том числе члены сборных команд области по различным видам спорта.

Уникальность нашего центра в том, что он мобильный, передвижной — имеет свой автобус. Поэтому работа ведётся в основном на выездях.

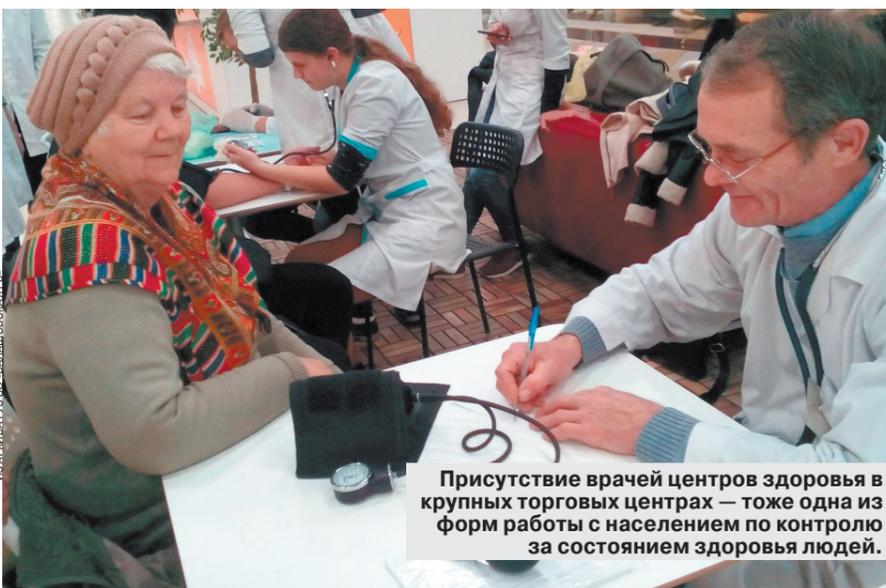
В 2018 году специалисты мобильного центра здоровья побывали в вузах — СГУ, СГАУ, СГЮА, СГТУ им. Ю. А. Гагарина, в техникуме железнодорожного транспорта, в колледжах СГТУ им. Ю. А. Гагарина, радиоэлектроники им. П. Н. Яблочкова при СГУ им. Н. Г. Чернышевского, в средних обще-



В рамках социального проекта «Маршрут здоровья» Центр здоровья ГУЗ СО «Балашовская районная больница» провёл скрининг более 2363 человек. «Поезда здоровья» посещают наиболее отдалённые населённые пункты Саратовской области.

В ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ — ЗА ЗДОРОВЬЕМ!

Болезнь лучше предупредить, чем лечить



Присутствие врачей центров здоровья в крупных торговых центрах — тоже одна из форм работы с населением по контролю за состоянием здоровья людей.

бразовательных школах № 2, 7, 77, в лицее № 2, а также в БТИ г. Саратова, отделениях Сбербанка, Пенсионном фонде Кировского, Октябрьского, Фрунзенского районов г. Саратова, отделениях МФЦ г. Саратова. Везде проводились комплексные медицинские обследования.

Во время летней оздоровительной кампании мы выезжали в детские оздоровительные лагеря «Берёзка», «Звёздочка», «Дубки», «Ровесник», «Молодёжный», «Лесная полянка», ДОЛ им. Ю. А. Гагарина, им. Володи Дубинина, Детский оздоровительный центр г. Петровска, находящиеся в шести районах области — Саратовском, Марксовском, Энгельском, Петровском, Татищевском, Базарнокарабулакском.

Наши специалисты принимали участие в акции «Поезд здоровья» с выездом в РБ Балтайского и Воскресенского районов, в акциях по пропаганде здорового образа жизни на железнодорожном вокзале Саратова, в медицинском обеспечении таких массовых мероприятий, как «Вахта Героев Отечества», «Всероссийский день трезвости», «День Матери».

В общей сложности специалисты мобильного центра здоровья ГУЗ «Областной врачебно-физкультурный диспансер» провели комплексное скрининговое медицинское обследование 17550 человек. При этом у 44% обследованных выявлен риск заболевания сердечно-сосудистой системы, у 37,7% — высокий уровень стресса.

С заботой о пациентах

Юлия БУРМИСТРОВА, заведующий центром здоровья ГУЗ «Саратовская городская клиническая больница № 12»:

— Мы работаем в Заводском районе — одном из самых больших в Саратове. Поэтому большую часть пациентов центра здоровья к нам направляют врачи лечебно-профилактических учреждений района. Из 10704 человек, обратившихся в 2018 году, по направлению пришли 10313. У 8242 человек (77%) выявлены различные виды патоло-

используют ростомер, весы, динамометр, тонометр.

Затем посетитель проходит в кабинет инструментального обследования, где находятся аппаратно-программный комплекс для проведения скрининга и комплекс для офтальмологического осмотра. Оборудование получено по программе федерального обеспечения. Здесь же выполняется экспресс-оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы по анализу ЭКГ-сигналов от конечностей «Кардиовизор».

После обследования пациента направляют в кабинет врача-терапевта, где заполняется «Карта здорового образа жизни», даются рекомендации по занятиям в школах здоровья и в кабинете оздоровительной физической культуры.

Маршрутами здоровья

Андрей ГАДЯЦКИЙ, главный врач ГУЗ СО «Балашовская районная больница»:

— За 2018 год в нашем центре здоровья было осмотрено 10860 пациентов. Выявлены факторы риска развития заболевания у 3607 человек. При этом пациенты получили профилактическое консультирование с подбором индивидуального плана оздоровления и учётом особенностей состояния своего здоровья на текущий момент.

Жителей Балашовского района уже не удивляет, что в крупных торговых центрах и на предприятиях часто появляются бригады медработников, которые всем желающим измеряют уровень артериального давления, сахара крови, холестерина и проводят профилактическое консультирование. За 2018 год сотрудниками центра здоровья проведена 121 акция, в том числе 33 акции в трудовых коллективах.

За 12 месяцев 2018 года в рамках социального проекта «Маршрут здоровья» центр здоровья ГУЗ СО «Балашовская районная больница» провёл скрининг более 2363 человек. В составе «поездов здоровья» врачи и медицинские сестры центра здоровья посетили отдалённые населённые пункты Самойловского, Романовского, Ртищевского, Аркадакского, Екатериновского, Балашовского районов Саратовской области.

На каждой «остановке» проводилось анкетирование сельских жителей по вопросам здорового образа жизни, выявлялись факторы риска развития неинфекционных заболеваний и давались рекомендации по сохранению жизни и активному долголетию.

Сотрудники центра здоровья принимали самое активное участие в проведении марафона здоровья — масштабного мероприятия, которое прошло в центральной части Балашова в последний день августа 2018 года в рамках выездного заседания межведомственного координационного совета Саратовской области по формированию здорового образа жизни. При этом всем желающим проводилось экспресс-тестирование (измерение роста, веса, артериального давления, уровня сахара в крови, угарного газа в крови).

Здоровье — самое дорогое, что есть у человека. Но надо уметь его беречь и укреплять. Свою задачу специалисты центров здоровья видят в том, чтобы научить людей быть здоровыми.

Станислав ОРЛЕНКО.

Для обращения в центр здоровья понадобятся паспорт и полис ОМС.

гии, у 1220 обратившихся (12%) определены факторы риска. Нашим пациентам очень нравится, что можно в одном кабинете, не теряя времени, на прекрасной аппаратуре пройти всестороннее комплексное обследование.

В первом кабинете посетители знакомят с целью проводимых исследований, регистрируют, тестируют, проводят сбор общих данных о каждом человеке. Для этого

Центры здоровья в Саратовской области (для взрослых):

- ГУЗ «Саратовский областной центр медицинской профилактики»
Центр 1: г. Балаково, ул. 30 лет Победы, 76, телефон 8 (845 3) 23-20-28; Центр 2: г. Энгельс, ул. Маяковская, 1, телефон 8 (845-3) 51-44-41.
- ГУЗ СО «Балашовская районная больница»: г. Балашов, ул. Юбилейная, 12, корпус № 3, тел. 8 (845 45) 2-30-51;
- ГУЗ СО «Вольская районная больница»: г. Вольск, ул. Комсомольская, 190, тел. 8 (845 93) 5-32-39;
- ГУЗ «Саратовская городская поликлиника № 17»: г. Саратов, ул. Ак. Антонова, 5, тел. 8 (845-2) 39-28-68;
- ГУЗ «Саратовская городская поликлиника № 3»: г. Саратов, ул. Б. Горная, 43, тел. 8 (845-2) 49-47-97;
- ГУЗ «Областной врачебно-физкультурный диспансер»: г. Саратов, ул. Мичурина, 80, тел. 8 (845-2) 27-55-72;
- ГУЗ «Саратовская городская клиническая больница № 2 им. Разумовского» (поликлиника № 7): г. Саратов, ул. М. Горького, 34, тел. 8 (845-2) 27-73-63;
- ГУЗ «Саратовская городская клиническая больница № 12»: г. Саратов, ул. Крымская, 15, тел. 8 (845-2) 39-21-97.

Детские центры здоровья в Саратовской области:

- ГУЗ СО «Детская городская поликлиника г. Балаково»: г. Балаково, ул. Трнавская, 29а, тел. 8 (845-3) 36-00-23;
- ГУЗ «Энгельсская детская городская поликлиника № 1»: г. Энгельс, ул. Персидского, 11, тел. 8 (845 3) 51-43-15;
- ГУЗ «Саратовская детская городская поликлиника № 4»: г. Саратов, ул. Наумовская, 39, тел. 8 (845 2) 65-52-73.