

# Комплексное обследование в центрах здоровья Удмуртской Республики

Сагдеева Гульнара Мукатдесовна

к.м.н., главный врач БУЗ УР «Республиканский центр медицинской профилактики МЗ УР», главный внештатный специалист по медицинской профилактике МЗ УР

# Центры здоровья в Удмуртской Республике

- БУЗ УР «1 РКБ МЗ УР»
- БУЗ УР «РДКБ МЗ УР»
- БУЗ УР «РЦМП МЗ УР»
- БУЗ УР «ГБ № 3 МЗ УР»
- БУЗ УР «ГКБ № 10 МЗ УР»
- МБУЗ «ГБ № 1» г.Глазова
- МБУЗ «СДГБ» г. Сарапула

# Основные задачи центров здоровья

- выявление факторов риска неинфекционных заболеваний;
- оценка функциональных и адаптивных резервов организма, прогноз состояния здоровья, расчет индивидуального риска и разработка рекомендаций сохранения здоровья;
- консультирование по сохранению и укреплению здоровья, включая рекомендации по коррекции питания, психо-эмоциональному состоянию, двигательной активности, занятиям физкультурой и спортом, а также сокращению потребления алкоголя и табака;
- Обучение медицинских работников и населения эффективным методам профилактики
- Мониторинг по реализации мероприятий по формированию ЗОЖ

# Каждый житель республики может обратиться в центр здоровья



самостоятельно или по инициативе учреждения



направлен ЛПУ по месту прикрепления



направлен врачом после дополнительной диспансеризации (1-2 группа состояния здоровья)



направленные работодателем по назначению врача, ответственного за проведение периодических медицинских осмотров

# При обращении в центр здоровья необходимо иметь при себе

1. Паспорт гражданина РФ
2. Страховой медицинский полис
3. Страховое свидетельство Государственного пенсионного страхования

Все Центры здоровья работают по двухсменному графику с 8-00 до 18-00 ежедневно, кроме субботы и воскресенья. Пропускная способность в среднем 20 человек в день.

# Дополнительные требования

- **Обследование проводится на голодный желудок – не ранее, чем через 3 часа после приема пищи**
- **Для лиц, пользующихся контактными линзами иметь при себе контейнер**
- **Во время проведения обследования нельзя пользоваться мобильными телефонами**

# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

В регистратуре заполняются

- «Карта Центра здоровья»
- «Карта здорового образа жизни»
- Информированное согласие на проведение диагностического обследования на факторы риска



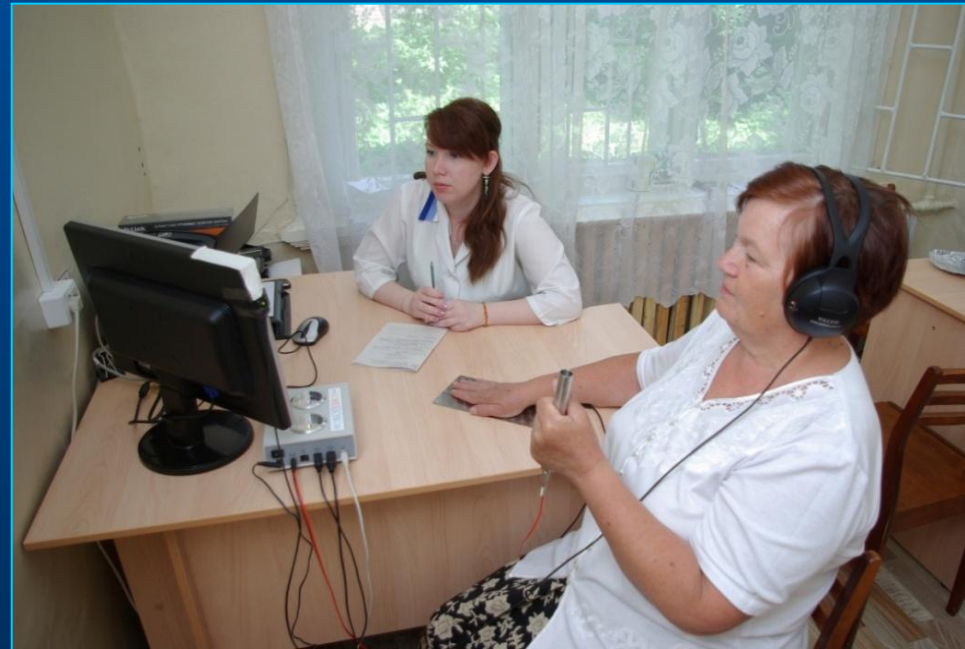
# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья





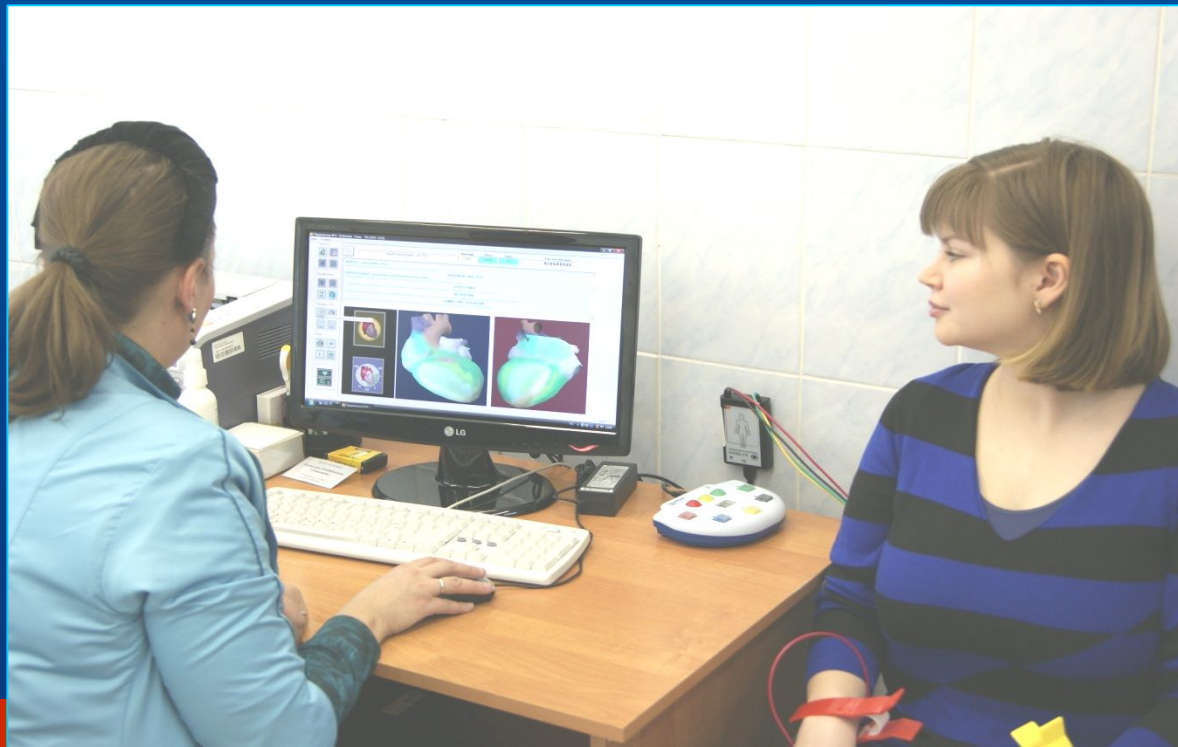
# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

На аппаратно-программном комплексе «Валеоскан» или «Экспресс-«Здоровье» проводится скрининг оценка уровня психофизиологического и соматического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма



# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

Компьютеризированная система скрининга сердца «Кардиовизор 6-С» применяется с целью оперативной экспресс-оценки состояния сердца, позволяет выявить ранние пограничные изменения миокарда.



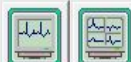
Пациенты



Обследования



Портреты + ЭКГ



Отчет



	Норма миокарда - до 15%	Миокард 15%	Ритм 12%	Пульс 83	Код детализации <b>0-1-0-0-0-0-0-0</b>
--	-------------------------	----------------	-------------	-------------	---

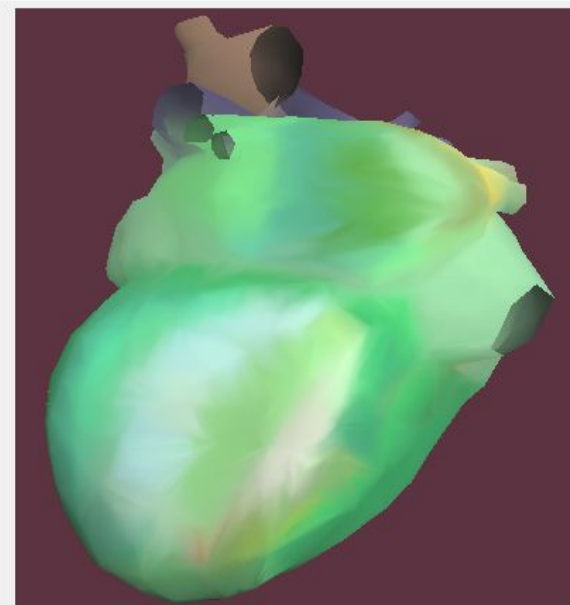
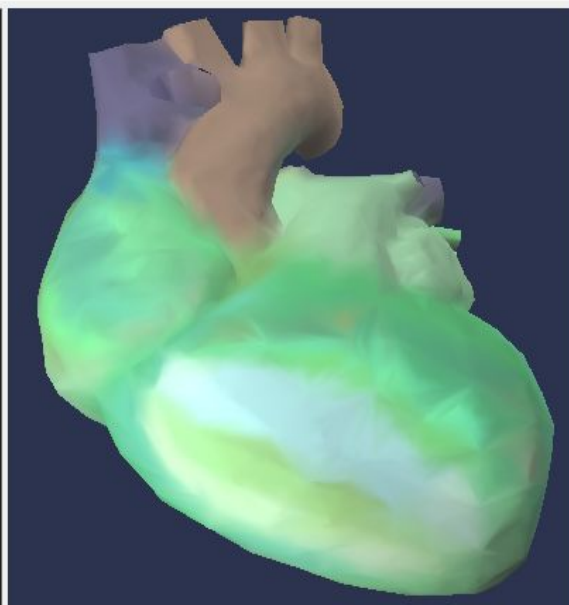
**ОБЩЕЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**  
 15%: Если эти отклонения наблюдаются впервые и в данный момент стабильно повторяются на последовательных портретах сердца - необходим контроль динамики. При выявлении негативной тенденции нарастания отклонений целесообразно полное обследование. Умеренные неспецифические **ИЗМЕНЕНИЯ** миокарда желудочков. Целесообразно динамическое наблюдение. Имеются изменения в процессе деполяризации предсердий.

**Умеренная ТАХИКАРДИЯ.**  
 Значимых отклонений вариабельности ритма от нормы **НЕТ.**

**НОРМАЛЬНОЕ** положение электрической оси сердца.  
 Выраженный поворот сердца вокруг поперечной оси **ВЕРХУШКОЙ КЗАДИ**

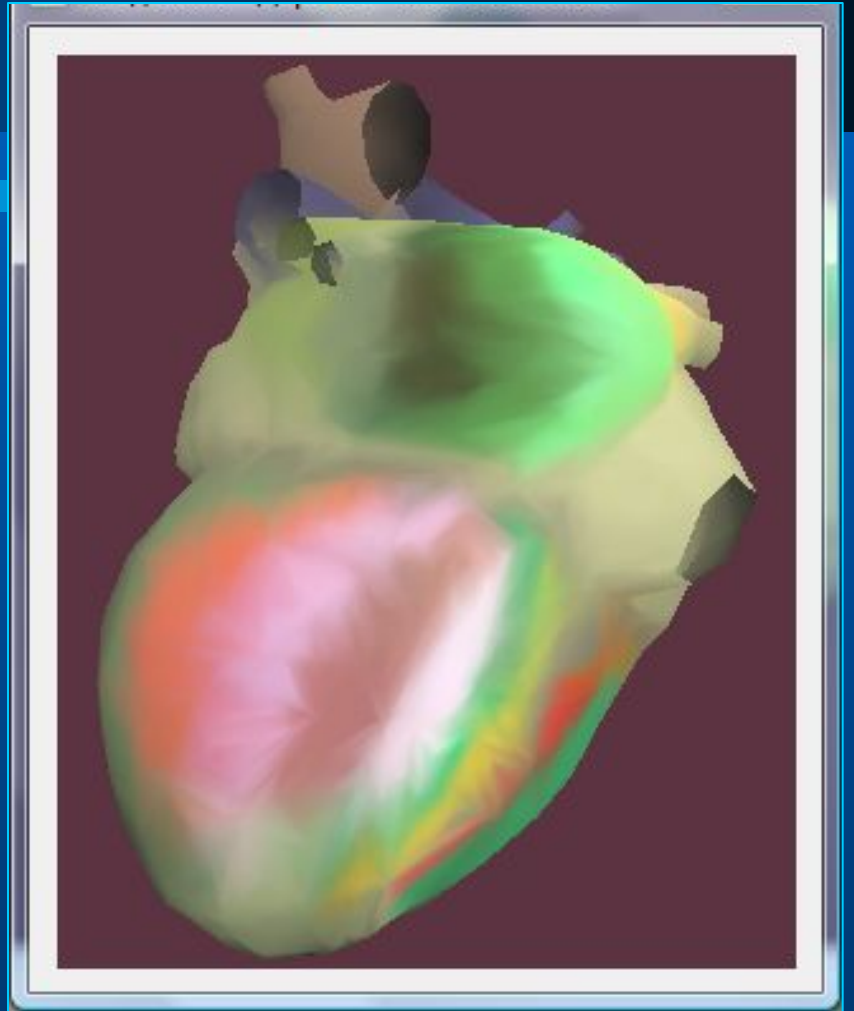
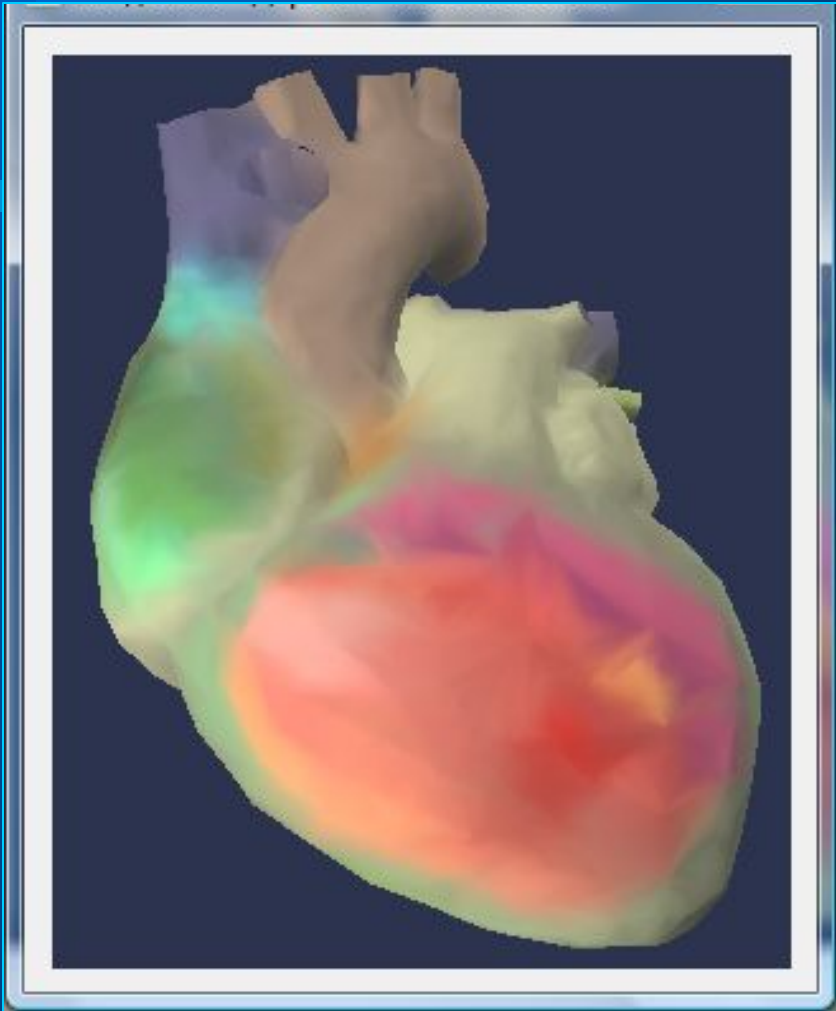
**РИТМ**

**ЭЛЕКТРИЧЕСКАЯ ОСЬ**



NUM





# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

Исследование функции внешнего дыхания проводится с помощью спирометра компьютеризированного



# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

Экспресс-методом определяется общий холестерин и сахар крови



# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

С помощью пульсоксиметра проводится экспресс-оценка насыщения гемоглобина артериальной крови кислородом и частоты пульса.





# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

На приборе «Рео-Спектр» проводится ангиологический скрининг состояния периферических сосудов, устанавливается риск заболевания сосудов.



# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

Осмотр в офтальмологическом кабинете:  
определение остроты зрения и внутриглазного давления



# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

Осмотр гигиениста стоматологического:

Оценка состояния полости рта и обучение гигиене полости рта



# Порядок прохождения профилактического скрининга в Центре здоровья

**Анализ карбоксигемоглобина и СО**

**Определение котинина и токсических веществ в биологических средах организма**



# Маршрутизация пациента

Регистрация пациента в ЦЗ и заведение медицинской документации: учетной формы №025-ЦЗ и №002-ЦЗ

Измерение массы тела, роста, АД, пульсоксиметрия

Скрининг сердца "Кардиовизор"

Спирометрия компьютерная Spiro USB

Ангиологический скрининг

Экспресс-анализ крови на холестерин и глюкозу

Оценка психофизического и соматического здоровья на АПК «Валеоскан»

Офтальмообследование: острота зрения, тонометрия, авторефрактометрия

Осмотр гигиениста стоматологического

**ВРАЧ Центра здоровья**  
составление индивидуальной программы по ведению здорового образа жизни



Занятия в Школах здоровья

Занятия в зале лечебной физкультуры

Наблюдение в кабинете медицинской профилактики

Наблюдение в ЛПУ по месту жительства

# Рекомендации по изменению образа жизни

- Обязательное прекращение курения.
- Ограничить потребление поваренной соли до 6 г. в сутки.
- Нормализуйте массу тела. Каждый лишний килограмм сопровождается повышением артериального давления на 2 мм рт. ст.
- Уменьшите потребление жирных и сладких продуктов (печенье, конфеты, шоколад, мороженое).
- Ежедневно выполняйте физические нагрузки, по меньшей мере по 30 мин.

# Рекомендации по изменению образа жизни

- Необходимо контролировать уровень АД.
- Обязательно нужно ограничить употребление алкоголя или отказаться от его приёма. Безопасная для сердечно-сосудистой системы доза алкоголя в перерасчёте на чистый этиловый спирт составляет менее 30г. для мужчин за сутки (50—60 мл водки, 200—250 мл сухого вина или 500-600 мл пива) и 15 г для женщин (25—30 мл водки, 100—125 мл сухого вина или 250—300 мл пива).
- Периодически проверяйте уровень холестерина крови.

# Шкала SCORE:

10-летний риск смерти от ССЗ в популяциях с высоким риском, рассчитанный на основании возраста, пола, курения, систолического АД и общего холестерина.

## Суммарный риск смерти от сердечно-сосудистых заболеваний в ближайшие 10 лет (таблица SCORE)

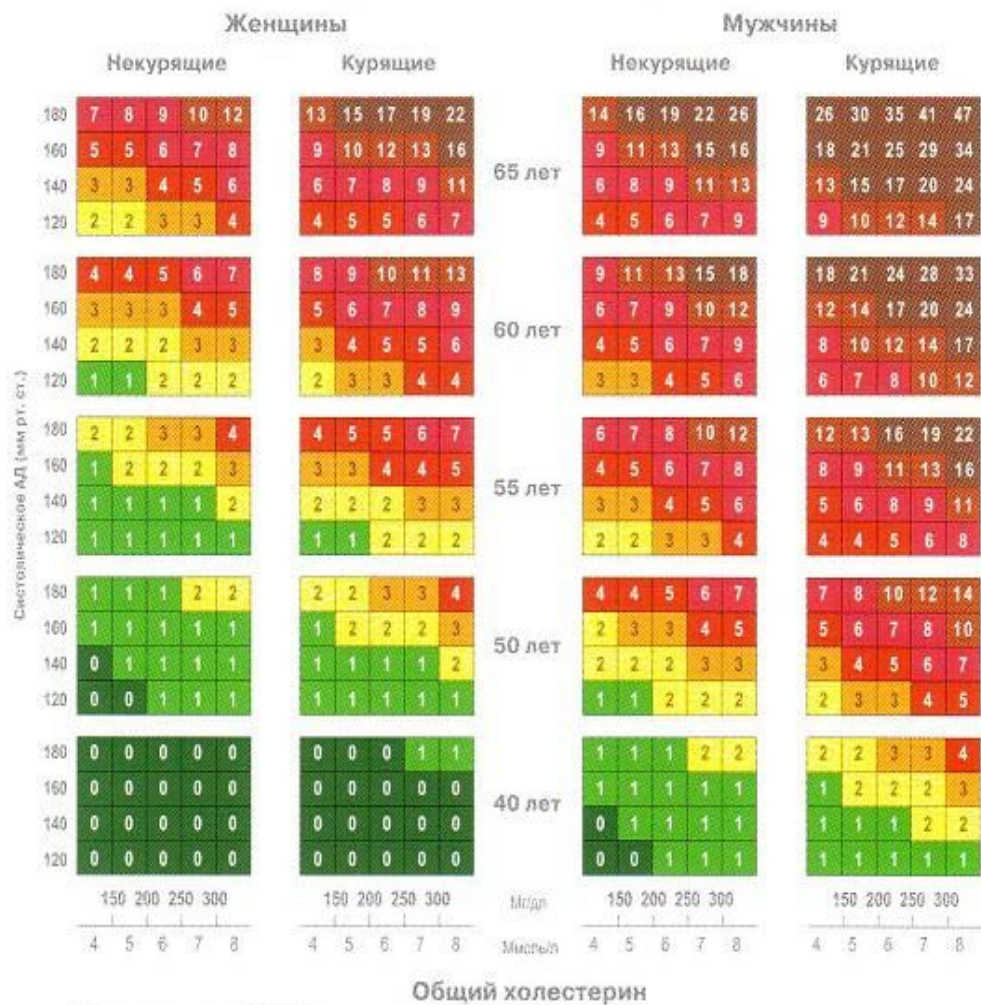


Таблица риска SCORE



Суммарный риск SCORE >5 считается высоким



ФОНД ОРБИ

ОКТАБРЬ

29

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ  
БОРЬБЫ С ИНСУЛЬТОМ



#ВместеПротивИнсульта  
[www.orbifond.ru](http://www.orbifond.ru)

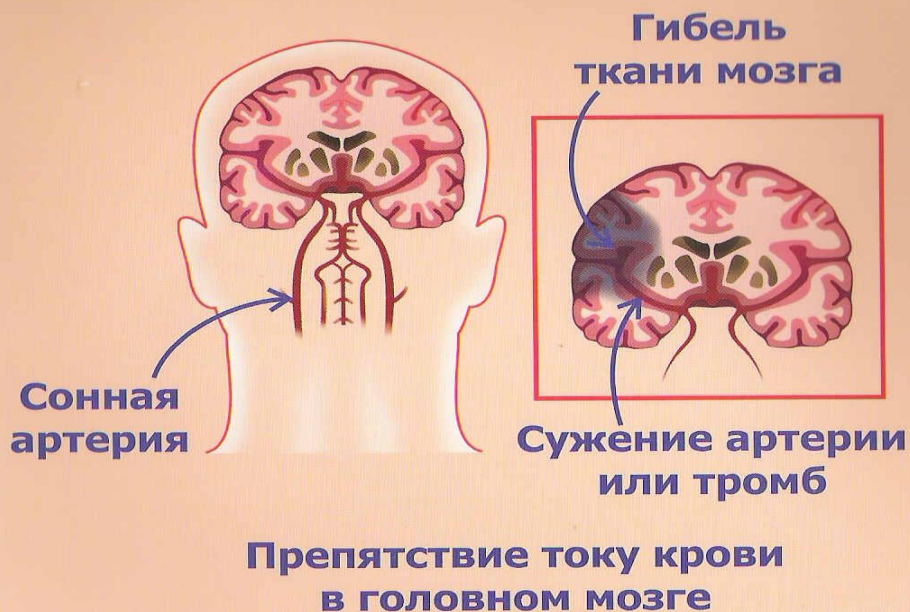
# Инсульт молодеет

- Если раньше инсульт считался фактором риска для людей старшего возраста, то сейчас 10 % всех случаев приходится на молодых. Их причина- гипертония, врождённые аномалии сосудов.
- Максимальный риск возникновения инсульта наступает после 50 лет, возрастая с каждым прожитым годом.

- Ежегодно в Удмуртии регистрируется около 6000 инсультов, то есть, в среднем около 15 инсультов в день.
- В возрасте от 45 до 60 лет инсульт у мужчин случается в 1,5 раза чаще, чем у женщин.
- У женщин риск возникновения с возрастом повышается.

- Различают два типа инсульта: ишемический и геморрагический
- При ишемическом инсульте сужение артерии или тромб препятствуют нормальному току крови в мозге
- При геморрагическом инсульте сосуд разрывается и кровь просачивается в ткань мозга
- Любой тип инсульта разрушает клетки мозга и может привести к инвалидности и смерти
- Повышенное АД увеличивает вероятность любого типа инсульта
- Снижение АД уменьшает риск инсульта

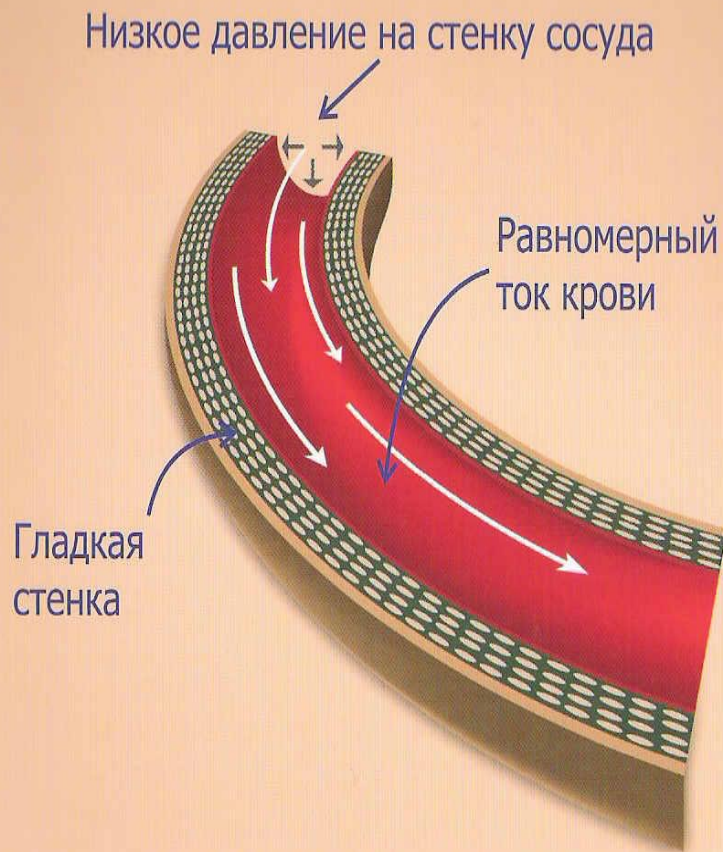
## ИШЕМИЧЕСКИЙ ИНСУЛЬТ



## ГЕМОМРАГИЧЕСКИЙ ИНСУЛЬТ



## Артерия здорового человека



## Артерия «гипертоника» или курильщика



# СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА

- ✓ СЛАБОСТЬ В ОДНОЙ РУКЕ ИЛИ НОГЕ
- ✓ НАРУШЕНИЕ РЕЧИ, ПЕРЕКОС ЛИЦА
- ✓ СИЛЬНАЯ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

**ВОЗМОЖНО - ЭТО ИНСУЛЬТ**

ПРОМЕДЛЕНИЕ ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

- 1** ПОПРОСИТЕ ПОДНЯТЬ РУКИ – ОДНА РУКА НЕ ПОДНИМАЕТСЯ ИЛИ БЫСТРО ОПУСКАЕТСЯ
- 2** ПОПРОСИТЕ УЛЫБНУТЬСЯ – УЛЫБКА НЕСИММЕТРИЧНАЯ, УГОЛ РТА ОПУЩЕН
- 3** ПОПРОСИТЕ НАЗВАТЬ СВОЕ ИМЯ – НЕ МОЖЕТ РАЗБОРЧИВО ГОВОРИТЬ
- 4** ВЫЗОВИТЕ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ» ПО ТЕЛЕФОНУ **03** или **103**



МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНА  
В ПЕРВЫЕ **4 ЧАСА** ОТ НАЧАЛА ПРИСТУПА



Узнайте больше  
[medprof18.ru](http://medprof18.ru)

# ЗАПОМНИТЕ СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА

Вы сможете спасти чью-то жизнь



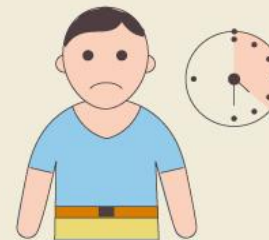
Не может улыбнуться?  
Уголок рта опущен?



Не может поднять обе руки?  
Одна ослабла?



Не может разборчиво  
произнести свое имя?



У врачей есть только 4,5 часа  
чтобы спасти жизнь больного.

**СРОЧНО ВЫЗОВИТЕ СКОРУЮ – ЗВОНИТЕ 103 С ЛЮБОГО ТЕЛЕФОНА**



**ОРБИ**  
[www.orbifond.ru](http://www.orbifond.ru)

ФОНД ПОМОЩИ  
РОДСТВЕННИКАМ  
БОЛЬНЫХ  
С ИНСУЛЬТОМ

SMS-пожертвование в фонд ОРБИ  
Отправь сообщение на номер 3443:  
orb1 (пробел) сумма



orbifond

orbifond

orbifond



Морозовская детская городская клиническая больница, отделение неврологии  
**Новый Год**



# Ежегодный Всемирный день борьбы с инсультом- 29 октября ФЛЕШМОБ



**ОРБИ** Межрегиональный общественный фонд помощи родственникам больных с инсультом

г. Москва, Леонтьевский переулок, дом 5 стр.стр.1, офис 21  
Тел.: +7 (495) 743-48-68

[www.facebook.com/orbifond](http://www.facebook.com/orbifond)  
[www.orbifond.ru](http://www.orbifond.ru), [info@orbifond.ru](mailto:info@orbifond.ru)

# Бугу за ОРБИ Забег



# Удмуртский государственный университет



# Ижевский медицинский колледж



# Лицей №14





Çàďyăêà FAST Dance îò Åăîďà Äďóæèìèà äëÿ Ôîíäà ÎĐÁÈ.mp4

# Обследование педагогов

<b>31 октября -03 ноября</b>	<b>31 октября -03 ноября</b>	<b>17-18 ноября</b>
МБОУ СОШ № 100	МБОУ СОШ № 84	МБОУ ГЮЛ № 86

**Благодарю за внимание**