

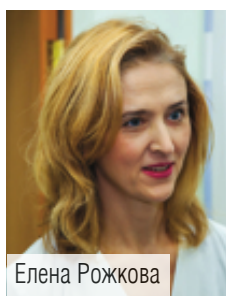
Здравоохранение

Не так страшна диспансеризация...

Федеральная программа обеспечивает бесплатное обследование всех желающих, разделив приём по годам рождения

Ранняя диагностика позволяет обнаружить заболевания на первых стадиях и вылечить их. Однако магнитогорцы не спешат в медицинские учреждения.

В поликлинике на Советской, 219 должны были пройти диспансеризацию около 16 тысяч горожан. А на деле пришли только восемь тысяч.



Елена Рожкова

– Может быть, люди боятся очередей, – предположила заместитель главного врача поликлиники горбольницы № 1 Елена Рожкова. – Так у нас их нет. И в регистратуре не нужно стоять. Сразу проходите в кабинет диспансеризации.

Журналисты в минувший четверг так и сделали. Поднялись на второй этаж. Около кабинета оказалась лишь бывшая сотрудница ММК, которая рассказала, что ничем не болеет, жалоб не имеет. Решила проверить на всякий случай. У женщины обнаружили повышенное давление. «Разволновалась, – призналась она. – Очень уж много видеокамер вокруг».

Любовь Ивановна подошла немного позже. По объявлению, которое видела около подъезда. Говорит, идти не хотела. Была уверена, что будут гигантские очереди. А потом спросила соседку и узнала, что принимают быстро, людей мало, врачи вежливые и доброжелательные. Валентина Семёновна достала приглашение на диспансеризацию из почтового ящика. Летом жила в

саду, было некогда. А сейчас осво-бодилась и решила сходить.

– По будням приходят на диспансеризацию по 15–20 человек в день, – рассказала главный врач поликлиники. – Мы ещё работаем и каждую субботу – с 9.00 до 13.00. Но у людей, видимо, находятся важные дела и в выходные. По субботам приходит ещё меньше – до десяти человек.

Многие горожане просто не думают о своём здоровье, особенно молодёжь. Кому-то некогда. Между тем, у прошедших диспансеризацию выявлены около 180 случаев снижения зрения, у 115 человек оказалась артериальная гипертензия, у двадцати – анемия. Десять посетителей получили диагнозы нарушения обмена веществ и шестеро – сахарного диабета. Также выявлено два случая онкологических заболеваний.

– Это люди, которые не ощущали никаких проявлений болезни, – отметила заместитель главного врача поликлиники Елена Рожкова. – Они просто пришли на плановый медицинский осмотр. И при этом выявились заболевания. Ни для кого не секрет, что болезни, обнаруженные на первой, второй стадии, вполне успешно лечатся. А выявить их можно только на подобных профилактических осмотрах.

Пройти диспансеризацию можно в любой поликлинике – вне зависимости от прописки. Возьмите паспорт и полис

Сначала проводят анкетирование, измеряют давление. Затем назначают обследование. Никаких талонов получать не надо. Анализы сдают тоже без очереди.

В коридорах поликлиники, впрочем, оказались некоторые недовольные граждане. Они не были участниками диспансеризации, ждали приёма в связи со своими заболеваниями. И ворчали: «Вам сейчас расскажут, что никаких проблем нет, а мы тут сидим...»

– Некоторые проблемы ещё остались, – пояснила Елена Владимировна. – Приходят люди, которым нужно, чтобы их приняли здесь и сейчас, пациенты с нулевыми талонами, экстренными ситуациями. Это сказывается. Но в общем и целом довольно чётко отрегулирована талонная система. Живых очередей нет. Приём ведётся по указанному времени. Открыта запись и в Интернете. Активно работаем, чтобы расширить колл-центр. Ведь люди пенсионного возраста в основном не имеют возможности пользоваться какими-либо сайтами.

Можно записаться к эндокринологу, окулисту, урологу, хирургу, терапевту. Сложнее с кардиологом, который работает только на Чкалова, 44. И невролог в поликлинике приходящий.

Что же касается диспансеризации, то здесь и вовсе нет никаких сложностей. Нужно только посмотреть, подходите ли вы по возрасту. В оставшиеся полтора месяца бесплатную диспансеризацию могут пройти граждане, которые родились в следующие годы: 1921, 1924, 1927, 1930, 1933, 1936, 1939, 1942, 1945, 1948, 1951, 1954, 1957, 1960, 1963, 1966, 1969, 1972, 1975, 1978, 1981, 1984, 1987, 1990, 1993, 1996, 1999.

Было запланировано, что осмотр и обследование пройдут около 71 тысячи магнитогорцев. Реальные цифры значительно меньше.

Татьяна Бородина



Евгений Рухманов

АПТЕКА 74 PLUS

ищи БЛИЖЕ плати МЕНЬШЕ живи ЛУЧШЕ*

Граммидин с анестетиком НЕО
18 таблеток

ЕДИННЫЙ ТЕЛЕФОН
БРОНИРОВАНИЕ и СПРАВКА
51-10-40
Сайт
Поиск препаратов в аптеках
Apteka74plus.ru
г. Магнитогорск
пр-кт Карла Маркса, 198 А
пр-кт Карла Маркса, 75

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ.
НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ

Питание с пользой

И пусть весь мир подождёт

Недостаточно есть «здоровые» продукты. Нужно есть их правильным способом.

Многолетнее исследование японских учёных показало, что скорость поглощения пищи влияет на риск развития диабета, ожирения и сердечно-сосудистых заболеваний. Чем выше скорость приёма пищи – тем выше риски.

Исследование, в котором участвовали более 1000 человек среднего возраста, показало, что у тех, кто ел быстро, в пять с половиной раз повышалась вероятность развития метаболического синдрома – совокупности опасных для здоровья состояний, включающих абдоминальное ожирение, высокий уровень сахара в крови, высокое кровяное давление, высокий уровень «плохого» холестерина.

До сих пор скорость поглощения пищи в общественном сознании не связана с опасностью для здоровья. Хотя польза «медленной еды» была неоднократно доказана. Люди, которые едят быстро, не дают своему мозгу достаточно времени для того, чтобы «осознать», что желудок уже наполнен, и съедают больше, чем нужно.

Для снижения скорости поглощения пищи и повышения «психологического насыщения» есть несколько простых рекомендаций: на приём пищи должно уходить не менее 30 минут; необходимо сосредотачиваться на вкусе еды; резать пищу на небольшие куски и дольше пережёвывать; откладывать ложку и вилку во время пережевывания; делать в промежутках глубокие вдохи; ни в коем случае не есть «незаметно», например, во время работы, чтения или просмотра телепрограмм.