

СОГАЗ-Мед: Бесплатная диагностика онкологических заболеваний – это реально!

Рак, наряду с диабетом, сердечно-сосудистыми и хроническими легочными заболеваниями, относится к хроническим неинфекционным. Одна из главных проблем онкологии заключается в том, что многие случаи заболевания раком диагностируются слишком поздно. Ежегодно в РФ фиксируется около 480 тысяч новых случаев рака, а умирает — более 280 тысяч заболевших. Из них достаточное большое количество людей трудоспособного возраста (15,5%). Даже в странах с оптимальными системами и службами здравоохранения многие случаи рака выявляются на поздних стадиях, когда труднее добиться успеха в лечении. Ведущие врачи мира на данный момент говорят о том, что скрининг рака должен быть массовым и недорогим.

С 2018 года в РФ онкоскрининг входит в **бесплатную** диспансеризацию для выявления различных видов онкозаболеваний на ранней стадии. Исследование, начиная с 2018 года, возможно проводить и чаще - 1 раз в 2 года. Маммография теперь проводится для женщин в возрасте от 51 года до 69 лет, а исследования кала на скрытую кровь для граждан в возрасте от 49 до 73 лет. Также, установлены предельные сроки ожидания оказания специализированной медицинской помощи для пациентов с онкологическими заболеваниями. Они не должны превышать 14 календарных дней с момента получения результатов гистологического исследования или с момента установления диагноза.

Инфекции и провоцирующие факторы

Существуют инфекции и вирусы, которые провоцируют появление раковых заболеваний и способствуют развитию воспалительных процессов, носящих хронический характер. Некоторые из этих инфекций достаточно распространены, а их носители не догадываются о возможной грозящей опасности. Риски онкологических заболеваний увеличиваются, если у вас когда-либо были обнаружены следующие вирусные заболевания: вирус папилломы человека (№16 и №18); вирусы гепатитов В и С; ВИЧ; вирус герпеса 8 типа (HHV-8); вирус Эпштейна-Барр. Кроме того, имеются сведения о том, что и бактерия *Helicobacter pylori* может вызывать онкологические поражения верхних отделов желудочно-кишечного тракта. Одним из факторов риска возникновения рака являются и хронические воспаления.

В последнее время в мире отмечается тенденция к значительному росту числа заболеваний меланомой кожи, особенно у женщин молодого возраста. Статистика заболеваемости меланомой кожи в России неутешительна. Прорастая через все слои кожи, опухолевые клетки с током крови и лимфы разносятся по всему организму, образуя отдаленные метастазы (вторичные очаги опухоли) в легких, печени, головном мозге. Летальность при меланоме кожи достигает 50%. В связи с этим особенно важно не допускать влияния на кожу факторов, провоцирующих развитие этого заболевания. И главным фактором является воздействие ультрафиолетовых лучей на кожу. По мнению специалистов, стоит побеспокоиться и идти на прием к врачу, если родинка

без всяких причин начинает: менять форму, размер, структуру; чесаться; воспаляться; менять цвет или оттенок; кровоточить.

Профилактика развития рака

Разработан список рекомендаций по питанию и физической нагрузке для профилактики онкологических заболеваний.

1. Сохраняйте баланс между количеством потребленных калорий и физической активностью.
2. Поддерживайте в течение всей жизни нормальный вес; избегайте избыточного набора массы тела.
3. Если у Вас избыточная масса тела, постарайтесь достичь своего нормального веса и поддерживать его.
4. Ведите активный образ жизни. Взрослым людям необходимо, по крайней мере, 5 или более дней в неделю по 30 минут в день выполнять физические упражнения средней или высокой интенсивности помимо повседневной активности. Детям и подросткам следует выполнять подобные упражнения с той же периодичностью не менее 60 минут в день.
5. Употребляйте 5 или более видов различных овощей и фруктов ежедневно.
6. Отдавайте предпочтение продуктам из цельного зерна.
7. Ограничьте употребление готового и красного мяса.
8. Откажитесь от употребления алкоголя.

Таким образом, правильное питание и физическая нагрузка снижают не только риск развития онкологических заболеваний, но и многих других хронических состояний, таких как сердечно-сосудистые заболевания, гипертензия и диабет.

Бесплатная диагностика – это реально

Регулярное прохождение профилактических медицинских мероприятий позволяет предупредить развитие многих заболеваний на ранней стадии их развития. В настоящее время страховая компания «СОГАЗ-Мед» активно приглашает застрахованных граждан для прохождения диспансеризации и напоминает о диспансерном учете. За первое полугодие 2018 года страховые представители пригласили на диспансеризацию более 100 тысяч взрослых амурчан, более 30 тысячам амурчанам направили повторное приглашение. Полис ОМС позволяет всему взрослому населению каждые три года проходить проверку здоровья, начиная с 21 года, а в отдельных возрастных группах – каждые два года. Для этого необходимо лично прийти с паспортом и полисом ОМС в поликлинику, к которой Вы прикреплены. Важно знать, что профилактические медицинские мероприятия для застрахованных бесплатны.

Директор Амурского филиала страховой компании «СОГАЗ-Мед» Елена Дьячкова отмечает: «Более 58 тысяч взрослых амурчан прошли диспансеризацию за 5 месяцев 2018 года. У 25 человек впервые обнаружили онкологические заболевания, у 721 человека - сердечно-сосудистые болезни. Необходимо помнить, что забота о собственном здоровье нужна в первую очередь нам, пациентам, а вовсе не врачам».

Если Вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у Вас возникли вопросы, связанные с получением медицинской помощи в системе ОМС или качеством оказания медицинских услуг, обращайтесь в СОГАЗ-Мед

по круглосуточному телефону контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный). Подробная информация на сайте www.sogaz-med.ru.

Справка: С начала этого года СОГАЗ-Мед на оплату профилактических мероприятий направил 215,5 миллионов рублей, в том числе за диспансеризацию отдельных групп взрослого населения – 51,2 миллионов рублей.

Управляющий Завитинским офисом Амурского филиала АО «СОГАЗ-Мед» Елена Филоненко