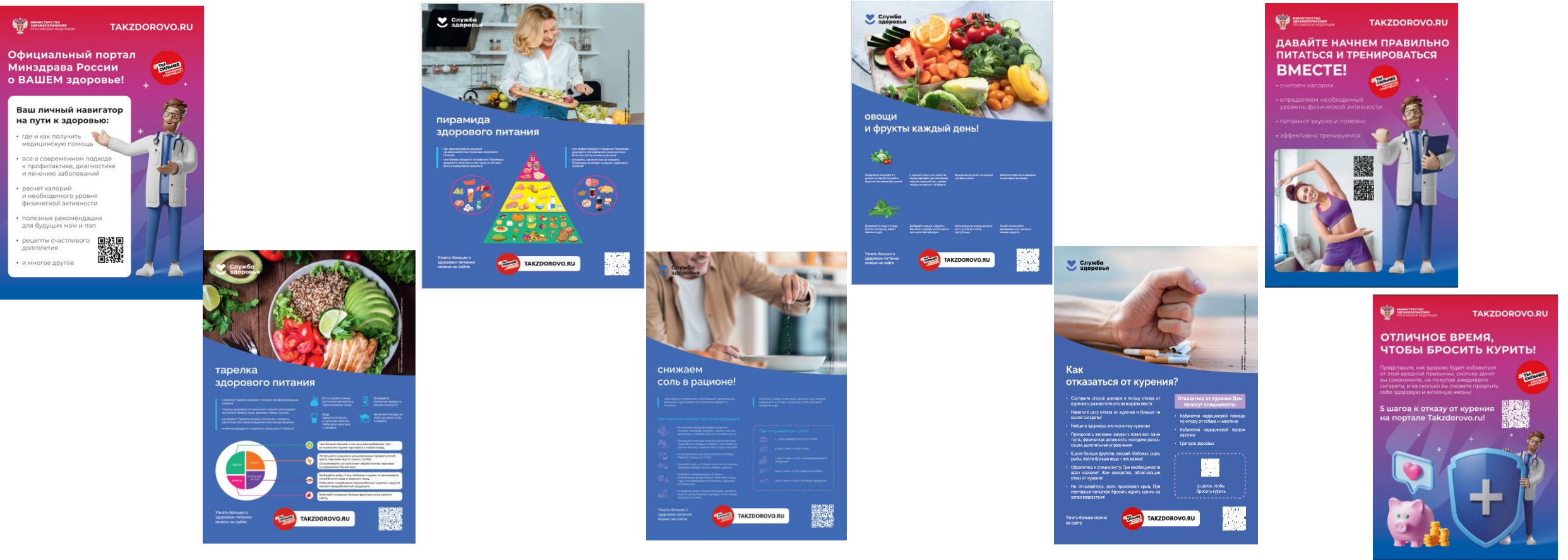




Обязательно разместить во всех Центрах здоровья

По 25 штук формат А1

Диспансерное наблюдение

Диспансерное наблюдение – это обследование лиц, страдающих хроническими заболеваниями проводимое врачом с определенной периодичностью

Для чего необходимо диспансерное наблюдение?

Для периодического наблюдения и предупреждения обострений, осложнений хронических заболеваний

Что включает диспансерный прием?

- Осмотр, оценку состояния и эффективности лечения
- Назначение и оценку необходимых лабораторных и инструментальных исследований
- Назначение лечебных, профилактических, реабилитационных мероприятий (по медицинским показаниям)

Кто проводит диспансерное наблюдение?

- Врачи-терапевты, врачи общей практики
- Врачи-специалисты (по отдельным заболеваниям)
- Фельдшер (акушер) фельдшерско-акушерского пункта, фельдшерского здравпункта

Где и как проводится диспансерное наблюдение?

- В медицинской организации по месту прикрепления гражданина
- Бесплатно по полису ОМС

Узнать больше можно на сайте **TAKZDOROVU.RU**

Контролируйте давление - продлевайте жизнь!

Если у Вас повышенное артериальное давление

- ежедневно измеряйте давление и записывайте показатели в дневник
- ограничьте потребление пищевой соли менее 5 граммов в сутки
- употребляйте не менее 500 граммов овощей и фруктов богатых калием и магнием
- снижите массу тела, если она избыточная
- увеличьте свою физическую активность
- ограничьте потребление алкоголя и откажитесь от курения
- сон не менее 7-8 часов

Регулярно принимайте лекарственные препараты для снижения артериального давления, рекомендованные врачом

140/90 — артериальная гипертония
135/85 — пороговое значение для обращения к врачу

Узнать больше можно на сайте **TAKZDOROVU.RU**

что делать, если у вас сахарный диабет 2 типа?

Высокий сахар не болит! Но медленно разрушает!

Для того, чтобы взять диабет под контроль необходимо:

- Соблюдать диету
- Поддерживать физическую активность
- Отказ от курения
- Контроль массы тела и уровня холестерина
- Соблюдать уровень глюкозы в крови
- Принимать лекарства, назначенные врачом
- Контроль артериального давления
- Контроль показателей функции почек (креатинин, мочевая кислота, белок в моче)
- Регулярный и своевременный контроль зрения
- Обучение и школы для пациентов с сахарным диабетом 2 типа
- Диспансерное наблюдение у врача с сахарным диабетом 2 типа
- Индивидуальный паренхиматозный и их частоту назначает лечащий врач

Узнать больше можно на сайте **TAKZDOROVU.RU**

светофор пациента с хронической сердечной недостаточностью

Соблюдайте следующие рекомендации каждый день

В какой зоне Вы сегодня находитесь?

Зеленая зона: все в порядке, вы чувствуете себя хорошо, вы соблюдаете рекомендации врача.

Желтая зона: вы чувствуете себя хуже, вы не соблюдаете рекомендации врача.

Красная зона: вы чувствуете себя очень плохо, вы не соблюдаете рекомендации врача.

Узнать больше можно на сайте **TAKZDOROVU.RU**

Вовремя поставленный диагноз БА — лучший прогноз заболевания

Если Вы болеете

Если Вы не болеете

Если Вы болеете

Если Вы не болеете

Если Вы болеете

Если Вы не болеете

Если Вы болеете

Если Вы не болеете

Если Вы болеете

Если Вы не болеете

Если Вы болеете

Если Вы не болеете

Узнать больше можно на сайте **TAKZDOROVU.RU**

Официальный портал Минздрава России о ВАШЕМ здоровье!

Ваш личный навигатор на пути к здоровью:

- где и как получить медицинскую помощь
- все о современном подходе к профилактике, диагностике и лечению заболеваний
- расчет калорий и необходимого уровня физической активности
- полезные рекомендации для будущих мам и пап
- рецепты счастливой долголетия
- и многое другое

Узнать больше можно на сайте **TAKZDOROVU.RU**

Обязательно разместить во всех терапевтических отделениях амбулаторного звена

Обязательно разместить во всех терапевтических отделениях амбулаторного звена

Обязательно разместить во всех терапевтических отделениях амбулаторного звена

Обязательно разместить во всех терапевтических отделениях амбулаторного звена ПМСП на информационном стенде

формат А1

формат А1

формат А1

формат А4

Служба здоровья



Женщинам о важном!

Рак молочной железы — наиболее частое злокачественное заболевание у женщин в России

Ежегодно в России выявляется более 80 тысяч новых случаев рака молочной железы

Профилактика рака молочной железы:

- Следите за состоянием молочных желез. Проводите самообследование на 5-12 день от начала менструального цикла
- Маммография в рамках диспансеризации — это основной и наиболее точный метод раннего выявления рака молочной железы (с 40 лет — 1 раз в 2 года)
- Проводите диспансеризацию по оценке репродуктивного здоровья
- При наличии подозрительных изменений обратитесь к своему врачу

Узнать больше можно на сайте

TAKZDOROVO.RU



Служба здоровья



Что нужно знать о раке толстого кишечника?

Факторы риска:

- «Нездоровый» образ жизни (ожирение, злоупотребление алкоголем, курение)
- Возраст 40+
- Хронические воспалительные заболевания толстого кишечника
- Полипоз толстого кишечника (у Вас или Ваших родственников)
- Отягощенная наследственность

ВАЖНО!

Рак толстого кишечника можно диагностировать в рамках диспансеризации:

- исследование кала на скрытую кровь (при положительном результате — направление на колоноскопию)

Приходите на диспансеризацию — сделайте шаг к будущему без онкологии!

Узнать больше можно на сайте

TAKZDOROVO.RU



Служба здоровья



Как избежать рака легкого?

Откажитесь от курения! Для рака легкого курение — это ключевой фактор риска!

Регулярно проходите профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию

Ваше здоровье в Ваших руках!

Узнать больше можно на сайте

TAKZDOROVO.RU



Служба здоровья



Женщинам о важном!

Рак шейки матки является одной из ведущих причин онкологических заболеваний среди женщин

Диагностика рака шейки матки проводится в рамках диспансеризации:

- Осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год
- Цитологическое исследование мазка с шейки матки 1 раз в 3 года

Приходите на диспансеризацию — сделайте шаг к будущему без онкологии!

Факторы риска:

- Наличие вируса папилломы человека
- Раннее начало половой жизни
- Частая смена половых партнеров
- Отказ от контрацептивов «барьерного» типа
- Инфекции, передающиеся половым путем

Узнать больше можно на сайте

TAKZDOROVO.RU



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

TAKZDOROVO.RU

Официальный портал Минздрава России о ВАШЕМ здоровье!

Ваш личный навигатор на пути к здоровью:

- где и как получить медицинскую помощь
- все о современном подходе к профилактике, диагностике и лечению заболеваний
- расчет калорий и необходимого уровня физической активности
- полезные рекомендации для будущих мам и пап
- рецепты счастливого долголетия
- и многое другое




Обязательно разместить во всех структурах медицинской профилактики

формат А1

Обязательно разместить во всех структурах медицинской профилактики

формат А1

Обязательно разместить во всех структурах медицинской профилактики

формат А1

Обязательно разместить во всех структурах медицинской профилактики

формат А1

Обязательно разместить во всех структурах медицинской профилактики

формат А1

Пневмококковая вакцинация – лучший способ защиты от внебольничной пневмонии!

Пневмококк вызывает такие заболевания как

- внебольничная пневмония
- менингит
- острый средний отит
- синусит

Пневмококковая инфекция передается воздушно – капельным путем!

Перед вакцинацией проконсультируйтесь с врачом!

Кому вакцинация важна?

- лицам с хроническими сердечно-сосудистыми заболеваниями, злокачественными новообразованиями, болезнями органов дыхания, эндокринными нарушениями, хронической болезнью почек
- лицам с врожденными или приобретенными иммунодефицитами
- лицам, длительно пребывающим в организованных коллективах
- всем лицам 65 лет и старше

Календарь прививок на сайте

TAKZDOROVU.RU



Защитись от гриппа – сделай прививку!

Вакцинация против гриппа

- снижает риск госпитализации и осложнений
- защищает не только отдельного человека, но и окружающих, особенно в организованных коллективах
- **БЕСПЛАТНО!**

Перед вакцинацией проконсультируйтесь с врачом!

Для иммунизации достаточно однократной вакцинации в год. Вакцинируйтесь до начала периода заболеваемости, чтобы сформировался прочный иммунитет.

Вакцинация способствует развитию иммунитета против активного вируса гриппа и укреплению общего иммунитета.



Календарь прививок на сайте

TAKZDOROVU.RU



Прививайся, если хочешь быть здоров!

Профилактика – комплексный подход!

-  Здоровый образ жизни
-  Гигиена
-  Вакцинация
-  Минимизировать контакты с больными

Не отказывайтесь от вакцинации! Совместно с врачом найдите возможность ее проведения. При необходимости пройдите соответствующую подготовку.

Соблюдайте график вакцинации, отраженный в национальном календаре профилактических прививок.

Своевременно проведенная вакцинация предупреждает развитие болезни и ее осложнений, а значит, сохранит Ваше здоровье!

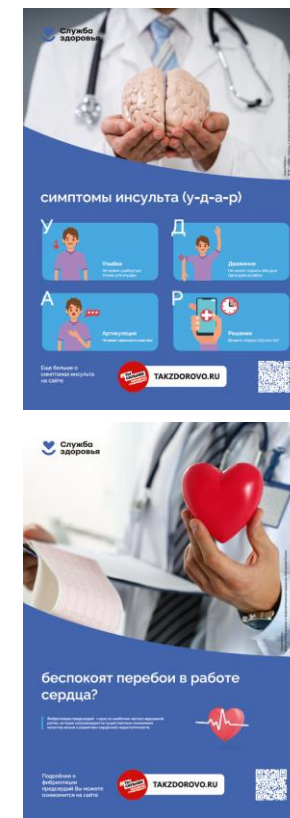
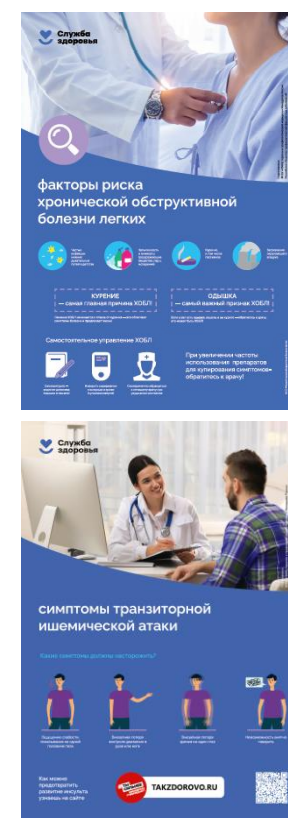
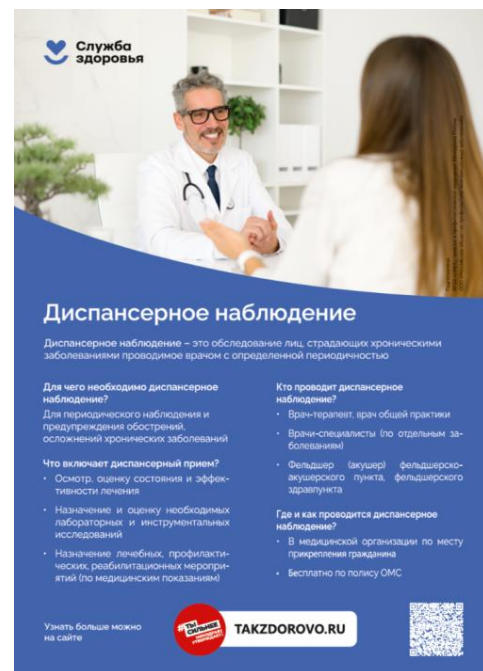
Календарь прививок на сайте

TAKZDOROVU.RU



Обязательно разместить около всех прививочных кабинетов

формат А3



Обязательно
разместить во всех
ВА / ОВОП
(в холле)

Обязательно
разместить во всех
ВА / ОВОП

Обязательно
разместить во всех
ВА / ОВОП

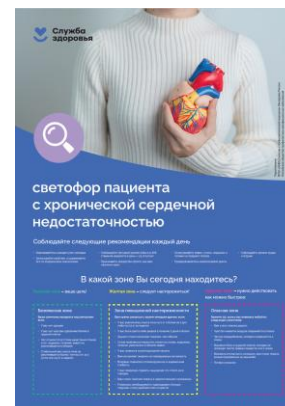
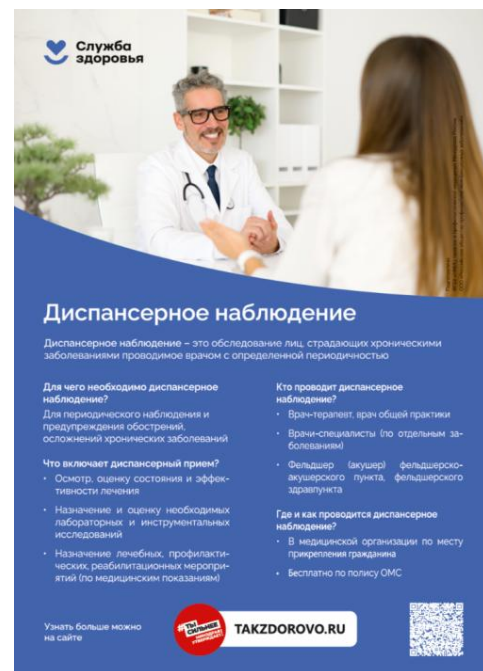
Во всех ВА / ОВОП
на информационном стенде

формат А3

формат А3

формат А3

формат А4



Обязательно
разместить во всех
ФАП
(в холле)

формат А3

Обязательно
разместить во всех
ФАП в кабинете
фельдшера

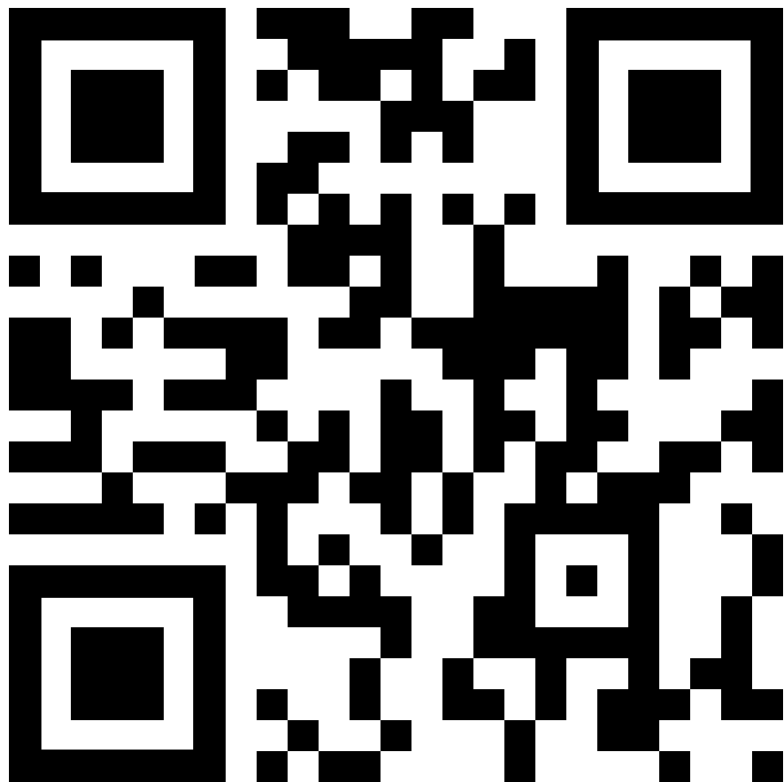
формат А3

Обязательно
разместить во всех
ФАП в процедурном
кабинете

формат А3

Во всех ФАП
на информационном стенде

формат А4



vrachivracham.ru

[скачать все плакаты здесь](#)