

## «СОГАЗ-Мед»: как часто вы проверяете здоровье?

На этот особенно актуальный после пандемии коронавирусной инфекции вопрос россиянам предложили ответить специалисты страховой компании «СОГАЗ-Мед» на страницах Общества в социальных сетях.

Большинство людей ответили (около 66% опрошенных), что обращаются в поликлинику в последний момент, только когда что-то начинает беспокоить и болеть, а 6% граждан не обращаются к врачам, а в случае заболевания выбирают лечение народными методами, очевидно надеясь на то, что в этот раз им снова повезет и болезнь пройдет быстро и без последствий для организма. Еще 6% респондентов относят себя к той категории людей, которые вовсе не болеют и не имеют необходимости обследоваться. И только 22% точно знают, что регулярное прохождение диспансеризации и профилактических мероприятий – залог раннего выявления и предупреждения серьезных заболеваний, а также осложнений, которые возникают в результате перенесенных болезней. Например, таких, как вирусная инфекция COVID-19, с которой столкнулись многие граждане нашей страны с 2020 по 2022 год.

Необходимо понимать, что вирус ослабляет здоровье и практически никогда не проходит бесследно. В этом случае человеку требуется своевременная диагностика и лечение негативных последствий, которые нанес коварный ковид организму. В группе риска находятся люди, имеющие хронические заболевания или переболевшие коронавирусом в тяжелой форме.

В связи с этим, с 1 июля 2021 года в России начали проводить углубленную диспансеризацию, которая показана всем гражданам, перенесшим COVID-19 и застрахованным по ОМС. Даже если болезнь прошла бессимптомно или легко, рекомендуется пройти мониторинг состояния здоровья.

К тому же пройти углубленную диспансеризацию очень просто и это бесплатно. Потребуются только паспорт и полис ОМС, которые нужно взять с собой на прием. Процедура, состоящая из ряда обследований и мониторингов, проводится в поликлинике по месту прикрепления. Записаться на нее можно через портал «Госуслуги», региональном портале пациента ([k-vrachu.tambov.gov.ru](http://k-vrachu.tambov.gov.ru)) или при посещении медицинских организаций.

Если гражданин сомневается в том, положена ли ему углубленная диспансеризация, он может обратиться в свою страховую компанию, в которой застрахован по ОМС. Кроме того, страховые представители регулярно информируют своих застрахованных о возможности пройти бесплатное обследование после перенесенного заболевания.

Как же проходит углубленная диспансеризация? На первоначальном этапе проводится анкетирование пациента, измеряется насыщение крови кислородом (уровень сатурации в покое), спирометрия (проверка состояния и функционирования дыхательной системы) либо спирография (исследуется функция внешнего дыхания). Кроме того, на первом этапе назначается общий или развернутый анализ крови, биохимия крови. Затем пациент обсуждает результаты с врачом-терапевтом или врачом общей практики. Если имеются показания, то врач дополнительно проводит рентгенографию органов грудной клетки, тест с шестиминутной ходьбой, а также назначает анализ крови на определение концентрации Д-димера.

Если в результате прохождения первого этапа диспансеризации выявляются отклонения, то пациент будет направлен на дополнительное обследование – второй этап углубленной диспансеризации. Тогда пациенту как правило назначают компьютерную томографию легких, дуплексное сканирование вен нижних конечностей, а также эхокардиографию.

После проведения полного обследования пациента врач принимает решение о диспансерном наблюдении и лечении, а также постковидной реабилитации.

Если гражданин не болел COVID-19 и чувствует себя хорошо, ему также следует проверить себя на диспансеризации, которая уже много лет проводится в медицинских организациях нашей страны, в частности в поликлинике, где пациент прикреплен. Диспансеризация – залог хорошего настроения и уверенности в собственном здоровье. Ее можно пройти 1 раз в 3 года в период с 18 до 39 лет и с 40 лет – ежегодно.

О своем же опыте прохождения углубленной диспансеризации со специалистами страховой компании «СОГАЗ-Мед» поделилась одна из опрошенных, Ирина:

«Не откладывайте свое здоровье на потом, не ждите, когда заболит, своевременно обращайтесь к специалистам, которым люди уже доверились и прошли диспансеризацию, тем более если вы перенесли коронавирус, также, как и я. Меня зовут Ирина, я из города Йошкар-Олы. Всегда считала себя здоровым человеком, без хронических заболеваний, только суставы немного болели в силу возраста, холестерин повышен. Ковид перенесла дважды, первый раз тяжело. Было поражение

легких, болело сердце и голова, временами становилось тяжело дышать. Вылечили. Но оставалось множество сомнений и переживаний – все ли в порядке с легкими, восстановились ли они, что с сердцем, когда можно снова идти в бассейн. Через некоторое время получила письмо от своей страховой компании «СОГАЗ-Мед» по электронной почте. Меня пригласили пройти углубленную диспансеризацию, специально для тех, кто переболел. Благодарна за это письмо, за полное обследование, которое мне провели бесплатно по полису ОМС. Меня подлечили, дали рекомендации по восстановительным мероприятиям и нагрузкам, научили делать дыхательную гимнастику, я обрела спокойствие под контролем опытных врачей моей поликлиники. Теперь планирую проходить диспансеризацию постоянно, которая всем положена в рамках ОМС. Это просто и не займет много времени, зато можно жить полной жизнью, а не находиться в переживаниях о состоянии своего здоровья».

Подробную информацию о диспансеризации, а также углубленной диспансеризации можно узнать на сайте [sogaz-med.ru](http://sogaz-med.ru) в разделе «Профилактика и диспансеризация», а также связаться со страховыми представителями по бесплатному круглосуточному телефону компании 8-800-100-07-02 или через онлайн-чат.

**Страховая компания «СОГАЗ-Мед»** осуществляет деятельность с 1998 г. Региональная сеть «СОГАЗ-Мед» занимает 1-е место среди страховых медицинских организаций по количеству регионов присутствия, насчитывая более 1 500 подразделений на территории 56 субъектов РФ и в г. Байконуре. Количество застрахованных – 44 млн человек. «СОГАЗ-Мед» осуществляет деятельность по ОМС: контролирует качество обслуживания застрахованных при получении медпомощи в системе ОМС, обеспечивает защиту прав застрахованных граждан, восстанавливает нарушенные права граждан в досудебном и судебном порядке.