Профилактический осмотр в КРВЗ - успешная практика в раннем выявлении онкологических заболеваний

Посещение кабинета раннего выявления заболеваний (КРВЗ) взрослой поликлиники ОКБ № 2 – простой, быстрый и действенный способ профилактики онкологических заболеваний. Регулярные профилактические скрининговые осмотры имеют большое значение для своевременной диагностики многих заболеваний.

«Каждому человеку старше 18 лет рекомендовано раз в год посетить кабинет раннего выявления заболеваний в рамках профилактического осмотра. Когда пациент приходит в КРВЗ, специалист проводит комплексное обследование: осмотр кожных покровов, видимых слизистых оболочек, осмотр полости рта, пальпацию периферических лимфатических узлов, осмотр и пальпацию щитовидной железы, молочных желез (для женщин) и грудных желез (для мужчин), живота, наружных половых органов, обследование прямой кишки, предстательной железы у мужчин, гинекологическое обследование для женщин с целью раннего выявления злокачественных новообразований и предопухолевых заболеваний, в том числе визуально обозримых локализаций. Также немаловажным процессом является измерение артериального давления и проведение анкетного скрининга, где есть вопросы для определения отягощенной наследственности по онкологическим заболеваниям», – пояснила заведующая отделением медицинской профилактики взрослой поликлиники ОКБ №2 Альбина Усманова.

Осмотр в кабинете раннего выявления заболеваний осуществляет медицинский работник, прошедший специальную подготовку по основным диагностическим навыкам и методам выявления предопухолевых заболеваний и злокачественных новообразований, имеющий

соответствующий документ. На данный момент во взрослой поликлинике ОКБ №2 в мужском (кабинет 310) и женском (кабинет 422) КРВЗ ведут прием по два специалиста, обследоваться можно в течение всего рабочего дня, а также в субботу с 08:00 до 14:00. Обратиться можно самостоятельно, через контакт-центр, доврачебный кабинет, по направлению терапевта или узкого специалиста.

«Женщины более ответственно относятся к своему здоровью, поэтому 70% потока пациентов – это женщины, чаще в возрасте 40-65 лет и только 30% – мужчины, преимущественно в возрасте старше 45 лет. А ведь осмотр в КРВЗ ежегодно должен пройти каждый гражданин. За период 2022 года специалистами КРВЗ было выявлено 12 – онкологических заболеваний и 110 – предопухолевых. КРВЗ создан для того, чтобы выявлять онкологические и предопухолевые заболевания в самом начале их развития и начать своевременное лечение», – говорит Альбина Усманова.

Для здоровой и долгой жизни, каждый человек должен придерживаться несколько простых, но важных правил. Заведующая отделением медицинской профилактики рассказала о некоторых из них:

1. Каждый человек должен раз в год проходить профилактическое обследование (диспансеризацию, профилактический медицинский осмотр, онкоскрининги по возрасту в т.ч. осмотр в КРВЗ).

2. Необходимо регулярно проверять свое артериальное давление, следить за показателями общего анализа крови, глюкозы и холестерина, проходить флюорографическое обследование, знать свой ВИЧ-статус и др.

3. Следуя крылатому выражению: «Ты то, что ешь», обращать внимание на свой рацион, который должен быть сбалансированным и разнообразным по макронутриентам (белкам, жирам, углеводам) и микронутриентам (витаминам и микроэлементам). Так как уже доказано, что многие заболевания связаны с нарушением питания. Пить чистую воды в течение дня, так как водный баланс оказывает огромное влияние на наш организм.

5. Вести активный образ жизни. Регулярные занятия физической активностью, даже минимальной, помогают укрепить мышечный корсет, сердечно-сосудистую систему, поднять настроение и даже

избавляют от стресса.