**«СОГАЗ-Мед» рассказывает о факторах риска и стратегии профилактики неинфекционных заболеваний**

Ритм жизни становится все более динамичным. Но зачастую в череде активностей, которыми живет современный человек, не остается места для заботы о собственном здоровье. Первичные симптомы игнорируются, болезни перетекают в запущенную стадию, становятся хроническими. Чтобы не дошло до беды, важно вовремя осознать, что здоровье является ключом к активной многогранной жизни.

Компания «СОГАЗ-Мед» напоминает – для поддержания самочувствия на должном уровне следует регулярно уделять внимание профилактике неинфекционных заболеваний и периодически проходить медицинский осмотр.

Особенность неинфекционных заболеваний заключается в том, что они не передаются от человека к человеку, имеют длительную продолжительность и, как правило, медленно прогрессируют.

Выделяют четыре основных типа неинфекционных заболеваний:

- сердечно-сосудистые болезни (инфаркт и инсульт);

- онкологические заболевания;

- хронические респираторные болезни (хроническая обструктивная болезнь легких и астма);

- диабет.

Многие из этих болезней имеют общие факторы риска, перед которыми уязвимы все – дети, взрослые и пожилые люди. Это курение, избыточная масса тела, высокий уровень холестерина и сахара в крови, повышенное артериальное давление, употребление алкоголя, низкая физическая активность, психо-социальные расстройства, экологическое неблагополучие.

«СОГАЗ-Мед» на постоянной основе информирует застрахованных граждан о необходимости регулярного прохождения профилактических медицинских мероприятий, которые позволяют предупредить развитие многих неинфекционных заболеваний на ранней стадии их развития.

В настоящее время компания активно приглашает застрахованных граждан для прохождения диспансеризации, углубленной диспансеризации после перенесенного COVID-19, профилактических осмотров и напоминает о диспансерном учете.

Как и прежде бесплатную диспансеризацию могут пройти застрахованные в системе ОМС с 18 до 39 лет каждые три года и с 40 лет – ежегодно. Профилактический медицинский осмотр можно пройти раз в год с 18 лет.

Для прохождения диспансеризации необходимы паспорт, полис или выписка о полисе ОМС, их нужно взять с собой на прием. Обследования проводят в поликлинике по месту прикрепления или в иной медицинской организации по инициативе работодателя и (или) образовательного учреждения. Также пройти профилактические мероприятия можно по месту нахождения мобильной медицинской бригады.

Ветераны боевых действий имеют право на внеочередное прохождение профилактических мероприятий.

Наиболее часто были зарегистрированы следующие впервые выявленные группы заболеваний:

- болезни системы кровообращения (ишемическая болезнь сердца, артериальная гипертензия, цереброваскулярные болезни);

- болезни эндокринной системы (сахарный диабет, болезни щитовидной железы, ожирение);

- болезни органов пищеварения (хронический гастрит, хронический дуоденит).

Если вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, связанные с медицинской помощью, качеством её оказания, в т.ч. профмероприятий, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте sogaz-med.ru или в мобильном приложении «СОГАЗ ОМС» (для Android), используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».

**Справка о компании:**

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» — лидер системы ОМС. Каждый 3-й житель РФ является нашим застрахованным. Подразделения компании успешно работают в 56 российских регионах и в городе Байконуре. Высококвалифицированные специалисты «СОГАЗ-Мед» контролируют качество медицинского обслуживания и защищают права застрахованных в системе ОМС.