

# **Значај превентивних прегледа у установама примарне здравствене заштите**

**Литература за спремање теста**



**Интерна едукација Дома здравља Прокупље**

*Аутор: ВМС Марика Станковић*

Реч аутора:

**Поштовани полазници курса,**

У току излагања трудили смо се да представимо значај превентивних прегледа у превенцији болести, благовременом откривању здравствених проблема и ризика ,као и ране дијагностике болести чиме се обезбеђује правовремено и успешно лечење.

Тест се састоји од 50 питања која се заснивају на презентованом материјалу.

**ЖЕЛИМО ВАМ ПУНО УСПЕХА У РЕШАВАЊУ ТЕСТА!**

**ВМС Марика Станковић**

**Дом здравља Прикупље**

## УВОД

---

Живот савременог човека прати и значајан пораст болести срца и крвних судова, болести метаболизма (шећерна болест, гојазност..) и малигних обољења. Један од значајних фактора који доприносе настанку ових болести представља и неадекватно спровођење превентивних мера.

Поред здравог начина живота превентивни прегледи представљају најважнију меру превенције разних болести и унапређењу квалитета живота. Детаљан преглед је неопходно урадити и код сваког наговештаја болести као што су на пример: јутарњи умор, главобоље, честа промена расположења, несаница, болови у зглобовима, грудни бол, кашаљ, поремећај мокрења, присуство крви у столицама...

Превенција болести представља скуп свих активности које се спроводе како би се спречила појава болести или рано открила хронична и малигна обољења како би се благовремено применила одговарајућа терапија.

### **Превенција обухвата:**

- редован систематски преглед
- едукацију
- вакцинацију



## ПРЕВЕНЦИЈА ОБОЉЕВАЊА

Примарна здравствена заштита спроводи се у здравственим установама уз тесну сарадњу са многим друштвеним секторима (финансијски, социјални, комунални, пољопривредни и др. сектори) што представља међусекторску сарадњу, као и хуманитарним и другим организацијама.



Превенција може бити:

1. **примарна**: подразумева низ мера у циљу очувања и унапређења здравља, као и спречавања болести
2. **секундарна** : рано откривање ,рана дијагностика и лечење
3. **терцијална** : рана рехабилитација и спречавање инвалидитета

Када се болест уочи на време понекад је довољна само промена штетних навика да би се спречио или одложио развој болести. веће су шансе за примену терапије па су и шансе за оздрављење реалне.

Суштинске мере превенције болести подразумевају здрав начин живота, правилну исхрану и избегавање фактора ризика који угрожавају здравље:

- физичка неактивност
- стресови
- повишен крвни притисак
- висок ниво шећера у крви
- висок ниво масноћа и холестерола у крви
- погрешне навике у исхрани

- пушење
- прекомерни унос алкохола

Откривањем постојећих фактора ризика и правовременом променом нездравих навика и стила живота може се спречити појава болести.

Неке од фактора ризика можемо и сами да уочимо, али је за потврду већине потребна стручна анализа до које се најлакше долази **СИСТЕМАТСКИМ ПРЕГЛЕДОМ**

## "ЗАШТО СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕД"

Периодични систематски прегледи осим што пацијентима обезбеђују дијагностификовање фактора ризика за настанак обољења и савета везаних за здрав начин живота, од великог су значаја управо за рано откривање различитих поремећаја као што су :

- повишен крвни притисак
- шећерна болест
- повишена масноћа у крви
- гихт
- упалне болести бубрега и јетре....

Раним откривањем ових поремећаја и њиховом благовременом корекцијом могу се избећи или одгодити тешка обољења:

- инфаркт срца
- мождани удар
- гангрена ногу
- лечење дијализом

а такође и смањити смртност код ових болесника.

Значај систематских прегледа огледа се и у томе што многа од напред наведених обољења не дају никакве симптоме који би пацијента натерали да се јави лекарски преглед

Систематски прегледи су посебно значајни код раног откривања малигних болести као што су :рак коже,дојке,штитне жлезде, јетре, бубрега, пробавног тракта,простате,грлића материце...Како ови тумори у почетном стадијуму углавном не дају никакве симптоме ,њихово рано откривање може довести до потпуног излечења.

Благовременим откривањем болести :

- могућности за примену терапије су веће
- шансе за оздрављење су извесније
- избегавају се непотребни трошкови лечења
- избегава се болничко лечење и хирушке интервенције
- нема непотребног изостајања са радног места
- задржава се ранији животни комфор

## КАДА СЕ ЈАВИТИ НА СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕД?

Систематски преглед зависи од:

- животне доби
- пола
- занимања
- од података о обољењима у породици (особе које у породици имају канцер дојке, јајника, простате или дебелог црева .



## ПРЕВЕНТИВНИ ПРЕГЛЕДИ У УСТАНОВАМА ПРИМАРНЕ ЗДРАВСТВЕНЕ ЗАШТИТЕ

У односу на године старости превентивни прегледи могу бити:

### *а) Превентивни прегледи одраслих*

1. Систематски преглед одраслих
2. Скрининг на рано откривање карцинома дебелог црева
3. Скрининг на рано откривање шећерне болести
4. Скрининг на рано откривање кардиоваскуларних болести
5. Скрининг на рано откривања карцинома грлића материце
6. Скрининг на рано откривање рака дојке

### *б) Превентивни прегледи деце:*

1. Систематски преглед новорођенчади и одојчади до прве године живота
2. Систематски преглед мале деце од једне до шест година
3. Систематски прегледи школске деце и омладине

### 1.СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕД ОДРАСЛИХ



Здравственим календаром утврђена је динамика превентивних прегледа за све старосне групе становништва.Превентивни прегледи се обављају о трошку здравственог осигурања.

Обавља се код особа оба пола старости од 19 и више година и то:

- за особе старости од 19-34 године обавља се једанпут у 5 година
- за особе преко 35 година обавља се једанпут у 2 године

Систематски преглед одраслих ради се по Процедури о обављању систематских прегледа здравствене установе примарне здравствене заштите тако што се врши позивање пацијената : слањем позива на кућну адресу, телефонским путем или прилоком посете изабраном лекару.У заказани термин пацијент се јавља на преглед са овереном здравственом књижицом .

Преглед подразумева:

- Узимање анамнестичких података
- физикални преглед по системима, мерење телесне масе, висине, обима струка и израчунавање индекса телесне масе
- код жена палпаторни преглед дојки, код мушкараца палпаторни преглед простате, дигиторектални преглед
- упућивање специјалисти и упућивање на лабораторијске и друге претраге ради раног откривања болести од већег социомедицинског значаја
- оцена здравственог стања и процена фактора ризика по здравље
- индивидуални здравствено-васпитни рад
- унос података у медицинску документацију

## 2.СКРИНИНГ НА РАНО ОТКРИВАЊЕ КАРЦИНОМА ДЕБЕЛОГ ЦРЕВА



Обавља се код особа оба пола, старости од 50-75 година једанпут у 2 године.

Скрининг подразумева:

Преглед столице на присуство скривене (голим оком невидљиве) крви у столици. И не захтева посебну припрему пацијента. У случају позитивног резултата теста пацијенти се упућују на даљу дијагностику (колоноскопију).



### 3.СКРИНИНГ НА РАНО ОТКРИВАЊЕ ШЕЋЕРНЕ БОЛЕСТИ

Дијабетес мелитус тип 1 и 2 је хронична прогресивна болест. Тип 2 дијабетеса има карактеристике савремене епидемије, а његове компликације су значајан узрок морбидитета и морталитета у свету. Велики број оболелих представља велико оптерећење како за појединце тако и за здравствени систем земље. Предпоставка да око 40 % особа старости од 40-74 година има „предијабетес“- стање поремећене хомеостазе глукозе, сасвим су оправдани напори у циљу превенције или одлагања појаве типа 2 дијабетеса.

Превенцијом су обухваћене особе оба пола, старије од 35 година, које немају регистровану шећерну болест.

Скрининг се обавља путем Упитника за процену ризика од дијабетес мелитуса којим се утврђује ниво ризика за обољевање и зависно од нађеног нивоа преузимају се даље мере праћења, дијагностике и евентуалног лечења.

Препорука је да се скринингом обухвате :

- гојазне особе
- све физички неактивне особе
- хипертоничари
- особе са повишеним нивоом липида у крви (посебно триглицеридима)
- особе са граничним вредностима глукозе у крви (јутарња гликемија између 5,6 и 6,9 ммол/л)
- жене које су у трудноћи имале повишене вредности шећера у крви
- жене које су рађале крупну децу



## 4. СКРИНИНГ ЗА РАНО ОТКРИВАЊЕ КАРДИОВАСКУЛАРНИХ БОЛЕСТИ



Кардиоваскуларне болести (КВБ) (исхемијска болест срца , исхемијска болест цереброваскуларног система, периферна артеријска оклузивна болест) представљају главни узрок смрти у већини развијених земаља .Више од трећине умрлих услед КВБ припадају особама средњег доба.Захваљујући организованим превентивним мерама смањује се стопа морталитета од КВБ.

Превентивним прегледима обухватају се особе које немају регистрована кардиоваскуларна обољења

- мушкарци старости 35-69 година
- жене старости 45-69 година или млађе од 45 година у постменопаузи
- особе са породичним оптерећењем болести срца и крвних судова
- особе са породичном хиперхолестеролемијом
- особе са новооткривеном шећерном болести

Скрининг подразумева:

- узимања анамнестичких података потребних за утврђивање ризика
- мерење телесне висине ,тежине,обима струка,одређивање БМИ
- мерење притиска
- лабораторијске анализе крви и урина

На основу добијених података у посебним табелема за процену ризика одређују се одговарајуће мере

## 5.СКРИНИНГ ЗА РАНО ОТКРИВАЊЕ РАКА ГРЛИЋА МАТЕРИЦЕ



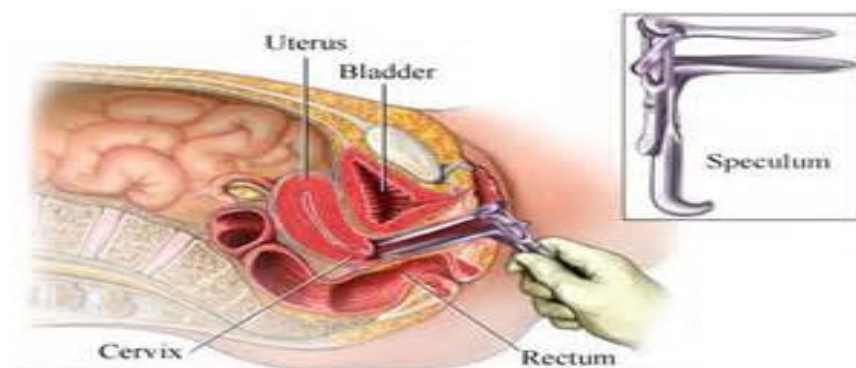
Рак грлића материце настаје у доњем делу материце који је окренут према вагини и други је водећи узрок обољевања и четврти узрок смрти међу женама.

Редовни прегледи имају за циљ да промене на грлићу пронађу рано, пре него што настане рак када се лако отклањају. Скринингом су обухваћене жене од 25 до 64 године.



Преглед подразумева:

- Узимање анамнестичких података, гинеколошки преглед (под спекулумом и бимануелни преглед),
- узимање бриса за Папаниколау,
- оцена здравственог стања,
- индивидуални здравствено-васпитни рад,
- унос података у медицинску документацију.



## 6. СКРИНИНГ ЗА РАНО ОТКРИВАЊЕ РАКА ДОЈКЕ



Рак дојке је најчешћи малигни тумор и један од водећих узрока смрти код жена у савременом свету. Превентивне активности су усмерене на рано откривање и смањење смртности од рака дојке. Откривање рака дојке у почетној фази омогућава не само велике шансе за излечење већ и примену поштедних хирушких интервенција, бржи опоравак, смањење инвалидности као и бољи квалитет живота.

Преглед подразумева:

- Узимање анамнестичких података,
- палпаторни преглед дојки,
- упућивање на ултразвучни, односно радиографски преглед дојки,
- оцена здравственог стања,
- индивидуални здравствено-васпитни рад,
- унос података у медицинску документацију.

Након обављених медицинских процедура пацијент од стране изабраног лекара добија:

- потребне савете и упозорава се на потенцијалне факторе ризика за болести од којих је угрожен
- упутства о анализама које треба додатно да уради уколико се открије болест или се на њу посумља
- савете за здрав начин живота и кориговању штетних навика
- едукативни писани материјал

# СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕДИ ДЕЦЕ, ШКОЛСКЕ ДЕЦЕ И ОМЛАДИНЕ

## 1. СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕД НОВОРОЂЕНЧАДИ И ОДОЈЧАДИ ДО ПРВЕ ГОДИНЕ ЖИВОТА



Систематским прегледом обухваћена су сва новорођена деца и то у : новорођенче у првом месецу живота и одојче од другог месеца до краја прве године  
Систематски преглед обухвата:

- Узимање анамнестичких података,
- физикални преглед по системима, мерење телесне масе и дужине и обима главе
- процена психофизичког развоја, минимални неуролошки преглед,
- по потреби укључивање тима развојног саветовалишта,
- упућивање на предвиђени скрининг за одређени узраст,
- упућивање на лабораторијске анализе,
- упућивање на стоматолошки преглед,
- оцена вакциналног статуса, уколико се термин давања вакцине поклапа са термином превентивног прегледа спроводи се вакцинација,
- индивидуални здравствено-васпитни рад,
- оцена здравственог стања и процена фактора ризика по здравље,
- унос података у медицинску документацију.

## 2.СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕД МАЛЕ ОД ЈЕДНЕ ДО ШЕСТ ГОДИНЕ



Овим систематским прегледима обухваћена су деца у: другој, трећој, четвртој, петој години живота и деца која се јављају изабраном лекару на систематски преглед пред полазак у школу.

Преглед обухвата :

- Узимање анамнестичких података, физикални преглед по системима,
- процена психофизичког развоја и процена развоја чула (вид, слух, говор),
- мерење телесне масе и висине и израчунавање индекса телесне масе, мерење обима струка,
- мерење крвног притиска,
- по потреби укључивање тима развојног саветовалишта,
- упућивање на предвиђени скрининг за одређени узраст,
- упућивање на лабораторијске анализе,
- упућивање на стоматолошки преглед,
- оцена вакциналног статуса, уколико се термин давања вакцине поклапа са термином превентивног прегледа спроводи се вакцинација,
- индивидуални здравствено-васпитни рад,
- оцена здравственог стања и процена фактора ризика по здравље,
- унос података у медицинску документацију.

### 3.СИСТЕМАТСКИ ПРЕГЛЕД ШКОЛСКЕ ДЕЦЕ И ОМЛАДИНЕ

Систематски преглед школске деце и омладине обавља се у I, III,V и VII разред у основне школе и I и III средње школе.

Систематски преглед обухвата:

- Узимање анамнестичких података,
- физикални преглед по системима, мерење телесне масе и
- висине и израчунавање индекса телесне масе, мерење обима струка,
- мерење крвног притиска,
- процена психофизичког развоја и процена развоја чула (вид, слух, говор),
- упућивање на предвиђени скрининг за одређени узраст,
- оцена вакциналног статуса, уколико се термин давања вакцине
- поклапа са термином превентивног прегледа спроводи се вакцинација,
- индивидуални здравствено-васпитни рад,
- укључивање тима саветовалишта за младе,
- оцена здравственог стања и процена фактора ризика по здравље,
- унос података у медицинску документацију

### 4. СТОМАТОЛОШКИ ПРЕВЕНТИВНИ ПРЕГЛЕДИ

Поступак којим се на основу анамнестичких података од пацијената или родитеља и прегледа, врши процена и идентификација фактора ризика за појаву појединих оралних обољења; дефинисање превентивних и профилактских мера и активности за отклањање утврђених фактора ризика; унос података у медицинску документацију.

У склопу систематских прегледа одојчади, мале деце ,школске деце и омладине предвиђени су и стоматолошки прегледи што у великој мери доприноси оралном здрављу ове изузетно важне популације.



# ЗАКЉУЧАК



Одговорност према сопственом здрављу довешће до дужег и квалитетнијег живота па је у овом савременом свету, који карактерише епидемија незаразних болести, представља императив сваког појединца

Здравственим календаром утврђена је динамика превентивних прегледа за све старосне групе становништва.

Превентивни прегледи се обављају о трошку здравственог осигурања.

Здрав начин живота и редовни систематски прегледи у свим животним добима одражавају практичну примену старе народне пословице

*" Боље спречити него лечити "*

***НАПРАВИТЕ ПРАВИ ИЗБОР – ДОЋИТЕ КОД НАС***





## ЛИТЕРАТУРА:

- Правилник о Номенклатури здравствених услуга на примарном нивоу здравствене заштите „Службени гласник РС бр24/2009
- Закон о здравственој заштити (Сл.гласник РС бр 107/2005 и 72/2009 )
- Правилник о условима и начину унутрашње организације здравствених установа (Сл.гласник РС бр 43/06)
- Пројекат „Политика примарне здравствене заштите на Балкану“
- Национални водичи добре клиничке праксе- Министарство здравља РС