

Диагноз «тромбоз»: профилактика и лечение по полису ОМС

Заболевания сердечно-сосудистой системы неизменно лидируют в списке причин инвалидизации и смертности населения во всем мире. В числе патологий – тромбоз – виновник инфаркта миокарда, инсульта. Именно по его вине в России ежегодно гибнет 500 тыс. человек. Можно ли предупредить болезнь и как это сделать, рассказывают эксперты страховой медицинской компании «СОГАЗ-Мед».

Тромбоз – это нарушение кровотока по сосуду вследствие частичной или полной закупорки его просвета сгустком крови (тромбом). В зависимости от места образования тромбозы бывают венозными и артериальными. Тромб, который не фиксирован к стенке сосуда и свободно циркулирует по кровеносному руслу, называется эмболом, а острая закупорка кровеносного сосуда фрагментом оторвавшегося тромба – тромбоэмболией.

Причины и симптомы тромбоза

Причиной венозного тромбоза является замедление кровотока в венах нижних конечностей, повреждение/дисфункция сосудистой стенки и повышение способности крови к свертыванию. Риски развития заболевания повышаются по следующим причинам: лишний вес и ожирение, высокий уровень холестерина, гиподинамия, курение и злоупотребление алкоголем, переломы ног, варикозное расширение вен, гормональная терапия, беременность, генетическая предрасположенность.

Симптомы тромбоза многолики, как и само заболевание. В числе наиболее распространенных: резкая непроходящая боль, изменение цвета кожи в области образования тромба, жжение, покалывание, мурашки в руке или ноге, судороги в икроножных мышцах, головокружение, выраженный отек пораженной конечности, набухание поверхностных вен.

Тромбоз – крайне опасное заболевание, ведь при отсутствии экстренной медицинской помощи для восстановления кровотока по нужному сосуду могут произойти необратимые изменения в пораженном органе и гибель человека.

Профилактика поможет

Снизить риск развития тромбоза поможет здоровый образ жизни и меры профилактики, доступные каждому. Отказ от вредных привычек, снижение калорийности рациона, ежедневная физическая активность по силам и возрасту, например, 10 тыс. шагов. Не стоит забывать о ежедневных получасовых прогулках на свежем воздухе. Эти меры профилактики просты, но очень эффективны, т.к. почти в половину снижают риски многих заболеваний.

А для тех, кто имеет факторы риска или уже перенес эпизод тромбоза, главное выполнять рекомендации лечащего врача, регулярно принимать прописанные лекарства, обязательно посещать специалиста в назначенные дни диспансерного осмотра для контроля эффективности лечения и профилактики осложнений.

Соблюдение общих рекомендаций и здорового образа жизни – разумные, но недостаточные меры, так как многие хронические патологии протекают «тихо» – без видимых симптомов. Как быть?

Предотвратить риски развития заболевания, обнаружить его на ранних стадиях и вовремя начать лечение поможет профилактика по полису ОМС. Диспансеризацию можно проходить с 18 до 39 лет – раз в 3 года, а с 40 лет ежегодно. Профилактические медицинские осмотры – ежегодно. Терапевт проведет осмотр по результату анкетирования и обследований первого этапа диспансеризации, при необходимости направит на второй этап диспансеризации.

Бесплатные профилактические мероприятия по полису ОМС – прекрасная возможность позаботиться о своем здоровье, но порой мы забываем о ней по причине занятости. Изменить ситуацию помогают страховые медицинские организации, страховые представители информируют граждан о возможности прохождения профилактических мероприятий, напоминают о днях диспансерного наблюдения.

На связи страховая компания

В 2023 г. сердечно-сосудистый диагноз был установлен у 10 млн застрахованных в «СОГАЗ-Мед», при этом у 151,5 тыс. человек он был выявлен впервые. По итогам прошлого года, на диспансерном наблюдении состояли 54,6% пациентов. А что с остальными? Увы, наверное, они так и не нашли время на себя и серьезно рискуют здоровьем, откладывая посещение врача на потом.

«В XXI веке мы сильно перегружены информацией, ежедневно получаем уведомления от разных источников, фильтруем спам... Но есть важные звонки и сообщения, которые поступают от страховых медицинских организаций. Не игнорируйте их, ведь забота о собственном здоровье – не только право, но и ответственность каждого человека. В это понятие входит ведение здорового образа жизни, регулярное проведение профилактических мероприятий, плановые визиты к врачу в рамках диспансерного наблюдения», – говорит Нелли Александровна Лазерко, директор Хабаровского филиала страховой компании «СОГАЗ-Мед».