



♦ актуально ♦

Внимание жителей Челябинской области

Владельцам полисов ОМС страховой медицинской организации «АСКОМЕД» необходимо осуществить замену страховой компании.

Текст: Дина Кравченко

Страховая компания «АСКОМЕД» приняла решение о прекращении своей деятельности в сфере ОМС Челябинской области с 1 июля 2015 года. В связи с этим договор о финансовом обеспечении обязательного медицинского страхования, заключенный с данной компанией, прекращает свое действие.

Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Челябинской области информирует всех жителей, имеющих полисы компании

«АСКОМЕД», о том, что бесплатная медицинская помощь по ОМС им будет предоставляться без ограничений. В случае прекращения деятельности страховой медицинской организации функции страховщика ложатся на ТФОМС Челябинской области, который будет оплачивать медицинскую помощь, оказанную застрахованным в данной компании лицам, и осуществлять защиту их прав на получение бесплатной медицинской помощи.

В соответствии с федеральным законодательством в подобных ситуациях граждане обязаны в течение двух месяцев (до 1 сентября 2015 года) осуществить замену страховой компании. Пожалуйста, подойдите к выбору осознанно: поинтересуйтесь, как она ведет работу по обеспечению законных ин-

тересов граждан при получении бесплатной медицинской помощи и разрешении проблемных ситуаций, какую юридическую, консультативную и информационную помощь оказывает своим застрахованным и т. д. Граждане, которые в течение двух месяцев не сменят страховую компанию по своему выбору, будут пропорционально распределены между всеми страховыми медицинскими организациями, действующими на территории Челябинской области.

Таким образом, жителям Челябинской области необходимо проверить, в какой страховой компании они застрахованы по ОМС. Название страховой компании указано в полисе. Также проверить свой полис можно на сайте ТФОМС Челябинской области www.foms74.ru, в разделе «Поиск вашего полиса».



♦ Если вы застрахованы в ОАО СК «АСКОМЕД», вам следует:

1 Выбрать одну из пяти страховых компаний, работающих в сфере ОМС Челябинской области: ООО СМК «Астра-Металл», Челябинский филиал ООО «СМК РЕСО-Мед», ООО «СК «Ингосстрах-М», ОАО «СК «СОГАЗ-Мед», ООО «АльфаСтрахование-ОМС». Подробную информацию о компаниях можно найти на их официальных сайтах и на сайте ТФОМС Челябинской области www.foms74.ru.

2 Выбрать удобный пункт выдачи полисов этой компании. Полный список адресов пунктов выдачи полисов также размещен на сайте www.foms74.ru, в разделе «Справочная информация».

3 Обратиться в пункт выдачи с заявлением о выборе/замене страховой медицинской организации (форму заявления вы получите в страховой компании), к которому прилагаются следующие документы (см. таблицу):

→ Категория граждан

→ Представляемые документы

Дети после государственной регистрации рождения и до 14 лет, являющиеся гражданами РФ

1. свидетельство о рождении;
2. документ, удостоверяющий личность законного представителя ребенка;
3. страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (СНИЛС) при наличии.

Граждане РФ в возрасте 14 лет и старше

1. документ, удостоверяющий личность (паспорт гражданина РФ, временное удостоверение личности гражданина РФ, выдаваемое на период оформления паспорта);
2. страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (СНИЛС) при наличии.

Лица, имеющие право на медицинскую помощь в соответствии с Федеральным законом «О беженцах»

1. удостоверение беженца, или свидетельство о рассмотрении ходатайства о признании беженцем по существу, или копия жалобы на решение о лишении статуса беженца в Федеральную миграционную службу с отметкой о ее приеме к рассмотрению, или свидетельство о предоставлении временного убежища на территории РФ.

Иностранцы граждане, постоянно проживающие в РФ

1. паспорт иностранного гражданина или иной документ, установленный федеральным законом или признаваемый в соответствии с международным договором РФ в качестве документа, удостоверяющего личность иностранного гражданина;
2. вид на жительство;
3. страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (СНИЛС) при наличии.

Лица без гражданства, постоянно проживающие в РФ

1. документ, признаваемый в соответствии с международным договором РФ в качестве документа, удостоверяющего личность лица без гражданства;
2. вид на жительство;
3. страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (СНИЛС) при наличии.

Иностранцы граждане, временно проживающие в РФ

1. паспорт иностранного гражданина или иной документ, установленный федеральным законом или признаваемый в соответствии с международным договором РФ в качестве документа, удостоверяющего личность иностранного гражданина, с отметкой о разрешении на временное проживание в РФ;
2. страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (СНИЛС) (при наличии).

Лица без гражданства, временно проживающие в РФ

1. документ, признаваемый в соответствии с международным договором РФ в качестве документа, удостоверяющего личность лица без гражданства, с отметкой о разрешении на временное проживание в РФ или документ установленной формы, выдаваемый в РФ лицу без гражданства, не имеющему документа, удостоверяющего личность;
2. страховое свидетельство обязательного пенсионного страхования (СНИЛС) (при наличии).

Представитель застрахованного лица

1. документ, удостоверяющий личность;
2. доверенность на регистрацию в качестве застрахованного лица в выбранной страховой медицинской организации, оформленной в соответствии со статьей 185 части первой Гражданского кодекса Российской Федерации.

Если у вас полис единого образца (голубого цвета), его необходимо также взять с собой, в нем будет поставлена отметка о страховании в другой компании.

По всем вопросам, связанным с заменой страховой медицинской организации, можно обращаться на бесплатную «горячую» линию ТФОМС Челябинской области по номеру: 8-800-300-1-003. «Горячая» линия компании «АСКОМЕД»: 8(351)734-00-00.

✦ ФОМС на страже ваших прав ✦

Выбираем медицинскую организацию

В системе обязательного медицинского страхования граждане имеют право выбрать медицинскую организацию для получения бесплатной медицинской помощи. Это право закреплено законодательством и реализуется на всей территории Российской Федерации.

Текст: Ольга Титова

Согласно статье 16 Федерального закона «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации» от 29.11.2010 года № 326-ФЗ, застрахованные по ОМС граждане имеют право на выбор медицинской организации из участвующих в реализации территориальной программы обязательного медицинского страхования. Также о праве гражданина выбрать медицинскую организацию говорится в статье 21 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 года №323-ФЗ. При этом реализовать данное право можно один раз в год или чаще в случае изменения места жительства (прописки) или места временного пребывания (временной регистрации).

Порядок выбора гражданами медицинских организаций утвержден Приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.04.2012 года № 406н «Об утверждении порядка выбора гражданином медицинской организации при оказании ему медицинской помощи в рамках программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи».

Этот документ регулирует отношения, связанные с выбором гражданином медорганизации в пределах территории субъекта Российской Федерации, в котором он проживает.

Выбрать или заменить медицинскую организацию имеют право совершеннолетние граждане (либо приобретшие дееспособность в полном объеме до достижения совершеннолетия). За детей выбор медицинского учреждения осуществляют его родители или другие законные представители.

Так, вы можете лично или через своего представителя обратиться в выбранную медицинскую организацию с письменным заявлением установленной формы на имя руководителя. В заявлении вы укажете информацию о себе (фамилия, имя, отчество (при наличии); пол; дата рождения; место рождения; граж-



данство); адрес для оказания медицинской помощи на дому при вызове медицинского работника; место регистрации (по месту жительства или месту пребывания); номер полиса обязательного медицинского стра-

хования; наименование страховой медицинской организации, где вы застрахованы по ОМС; наименование и фактический адрес медицинской организации, к которой вы прикреплены на момент подачи заявления и т. д.

При выборе медицинской организации по причине изменения места жительства гражданину необходимо предоставить в медицинское учреждение документ, подтверждающий данный факт.

✦ В выбранную вами медицинскую организацию при подаче заявления нужно представить оригиналы или заверенные копии следующих документов:

→ Категория граждан	→ Представляемые документы
Для детей после государственной регистрации рождения и до 14 лет, являющихся гражданами РФ	1. свидетельство о рождении; 2. документ, удостоверяющий личность законного представителя ребенка; 3. полис обязательного медицинского страхования ребенка.
Для граждан РФ в возрасте 14 лет и старше	1. паспорт гражданина Российской Федерации или временное удостоверение личности гражданина РФ, выдаваемое на период оформления паспорта; 2. полис обязательного медицинского страхования.
Для лиц, имеющих право на медицинскую помощь в соответствии с Федеральным законом «О беженцах»	1. удостоверение беженца или свидетельство о рассмотрении ходатайства о признании беженцем по существу, или копия жалобы на решение о лишении статуса беженца, поданной в Федеральную миграционную службу с отметкой о ее приеме к рассмотрению, или свидетельство о предоставлении временного убежища на территории Российской Федерации; 2. полис обязательного медицинского страхования.
Для иностранных граждан, постоянно проживающих в Российской Федерации	1. паспорт иностранного гражданина либо иной документ, установленный федеральным законом или признаваемый в соответствии с международным договором Российской Федерации в качестве документа, удостоверяющего личность иностранного гражданина; 2. вид на жительство; 3. полис обязательного медицинского страхования.
Для лиц без гражданства, постоянно проживающих в Российской Федерации	1. документ, признаваемый в соответствии с международным договором Российской Федерации в качестве документа, удостоверяющего личность лица без гражданства; 2. вид на жительство; 3. полис обязательного медицинского страхования.
Для иностранных граждан, временно проживающих в Российской Федерации	1. паспорт иностранного гражданина либо иной документ, установленный федеральным законом или признаваемый в соответствии с международным договором Российской Федерации в качестве документа, удостоверяющего личность иностранного гражданина, с отметкой о разрешении на временное проживание в Российской Федерации; 2. полис обязательного медицинского страхования.
Для лиц без гражданства, временно проживающих в Российской Федерации	1. документ, признаваемый в соответствии с международным договором Российской Федерации в качестве документа, удостоверяющего личность лица без гражданства, с отметкой о разрешении на временное проживание в РФ либо документ установленной формы, выдаваемый в РФ лицу без гражданства, не имеющему документа, удостоверяющего его личность; 2. полис обязательного медицинского страхования.
Для представителя гражданина, в том числе законного	1. документ, удостоверяющий личность, и документ, подтверждающий полномочия представителя.

+ Достоинно. Доступно +

Здоровый образ жизни как профилактика болезней пищеварительной системы

Не секрет, что нездоровое питание, вредные привычки и физическая инертность негативно влияют на здоровье человека. Следствием неправильного образа жизни становится развитие хронических заболеваний, в первую очередь, расстройство работы пищеварительной системы.



**Александр
Василенко,**

член Российской Ассоциации Гастроэнтерологов и областного терапевтического общества, заведующий гастроэнтерологическим отделением Челябинской областной клинической больницы, врач высшей категории

Текст: Дина Кравченко

О причинах появления, современных методах диагностики и лечения заболеваний органов желудочно-кишечного тракта рассказывает заведующий гастроэнтерологическим отделением Челябинской областной клинической больницы Александр Григорьевич Василенко.

В гастроэнтерологии, как и в других областях медицины, ключевой задачей является профилактика заболеваний желудочно-кишечного тракта за счет формирования у людей ответственного отношения к своему здоровью.

При возникновении каких-то нетипичных для здорового человека симптомов необходимо незамедлительно обращаться к врачу. Серьезными симптомами заболеваний желудочно-кишечного тракта являются: резкое похудение, частое нарушение стула, появление крови в кале, повторяющиеся болевые ощущения в животе, возможно, отрыжка, тошнота или изжога, повышение температуры тела. При заболеваниях печени, как правило, развивается астенический синдром — повышенная усталость, снижение работоспособности, снижение аппетита, опять же похудение, синдром желтухи — пожелтение кожных покровов.

В ряде случаев опасные заболевания, к примеру, печени, протекают бессимптомно, а выявляются уже в запущенной форме. Чтобы обнаружить болезнь на ранней стадии и предупредить развитие осложнений, необходимо регулярно проходить профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию. Ультразвуковые исследования, анализы крови выявят скрытые биохимические симптомы заболевания печени, желчного пузыря, поджелудочной железы.

К сожалению, в силу многих причин пациенты сегодня предпочитают заниматься не только самолечением, но и самодиагностикой. Обращаясь в широко разрекламированные медицинские центры, они сдают бесчисленное количество дорогостоящих анализов. Не имея возможности правильно толковать результаты обследований, затягивают правильную постановку диагноза и своевременное лечение заболевания. Вот почему мы говорим

о том, что направлять на какие-либо обследования может только врач на основании результатов осмотра пациента и для подтверждения предполагаемого диагноза.

Отделение гастроэнтерологии Челябинской областной клинической больницы — ведущее в области — располагает всеми современными медицинскими технологиями для лечения заболеваний органов пищеварения и желудочно-кишечного тракта. Отделение обслуживает жителей всех городов и районов Челябинской области, обеспечивая их необходимой диагностической и лечебной медицинской помощью. Для того чтобы попасть в наше отделение, пациенту, который столкнулся с какими-либо признаками заболеваний желудочно-кишечного тракта, в первую очередь, необходимо обратиться за первичной медико-санитарной помощью к своему лечащему врачу — терапевту по месту жительства, описать беспокоящие симптомы, состояние своего здоровья. Если терапевт решит, что требуется консультация узкого специалиста, он направит в гастроэнтерологию. В консультативной поликлинике Челябинской областной больницы прием ведут два специалиста, которые после осмотра пациента направят его на амбулаторное или стационарное лечение.

Характерным отличием нашего медицинского учреждения является то, что благодаря грамотной организации медицинской помощи и хорошему техническому оснащению, каждый пациент имеет возможность в течение одного дня пройти назначенные врачом обследования. Это удобно для людей, приезжающих из отдаленных районов области. В диагностическом центре доступны разнообразные виды исследований: клинические и биохимические анализы крови, все ультразвуковые методики, эндоскопия, рентген-диагностика,



хирургические методы диагностики, например: пункционная биопсия печени, лапароскопия и т. д. Профессиональная работа анестезиологической службы позволяет проводить болезненные для человека процедуры комфортно, в условиях общей анестезии.

В гастроэнтерологическое отделение госпитализируются пациенты практически с любыми заболеваниями желудочно-кишечного тракта, но приоритетные направления — лечение тяжелых заболеваний кишечника, печени и поджелудочной железы. Около 10% пациентов — это больные с неустановленными диагнозами, со сложными случаями заболевания, требующие наблюдения специалистов кафедры медицинского университета и нашей больницы.

Наиболее тяжелой группой гастроэнтерологических больных являются пациенты с патологиями кишечника: воспалительными заболеваниями, язвенным колитом, болезнью

Крона, — которые сопровождаются высоким риском летальности или выходом на инвалидность. К сожалению, данные заболевания поражают людей в молодом трудоспособном возрасте, и частота их распространения за последние десять лет увеличилась в разы. Причины их возникновения принято считать идиопатическими (точно не выявленными), хотя чаще всего их относят к дефектам иммунной системы. Они полностью не вылечиваются и не проходят бесследно, поэтому пациентам требуется пожизненная поддерживающая терапия. Успех лечения во многом зависит от дисциплины пациента и выполнения рекомендаций врача. Кроме традиционных подходов к лечению, в арсенале гастроэнтерологов появились биологические антицитокиновые препараты, обладающие мощным противовоспалительным иммуносупрессивным действием. Это лечение дорогостоящее и относится к разряду «высокотехно-

логической медицинской помощи», но при наличии показаний пациентам оно проводится бесплатно за счет средств обязательного медицинского страхования.

Не менее сложные пациенты с угрозой развития или уже развившимся циррозом — конечной стадией любого заболевания печени. В нашем отделении таким больным подтверждается диагноз, подбирается лечение и, самое главное, в случае соответствия установленным критериям, они становятся потенциальными кандидатами на трансплантацию печени — в большинстве случаев единственный вариант лечения цирроза. В последние годы все чаще причиной заболевания печени кроме злоупотребления алкоголем становится так называемая неалкогольная жировая болезнь печени, вызванная сахарным диабетом второго типа и ожирением.

Многие заболевания желудочно-кишечного тракта сопровождаются сильными болевыми синдромами, поэтому пациенты, попадающие на стационарное лечение, помимо полного диагностического обследования, получают симптоматическую обезболивающую помощь в специализированном центре лечения боли, а также консультацию практически любого узкого специалиста учреждения.

Областная больница — многопрофильное медицинское учреждение, и работа единой командой позволяет достаточно быстро и точно установить диагноз и оказать помощь людям даже в самых сложных и запущенных случаях, а правильная постановка диагноза обеспечивает верный выбор лечения и сохранения здоровья человека.

✦ укрепление здоровья и профилактика заболеваний ✦

Ожирение угрожает здоровью

Продолжаем уроки по формированию здорового образа жизни и профилактике заболеваний. Сегодня речь пойдет об увеличении массы тела за счет жировой ткани.

Текст: Нина Калева



Нина Калева,
кандидат медицинских наук,
член-корреспондент Петровской академии наук и искусств, декан факультета «Здоровая семья» Челябинской областной организации — Общество «Знание» России

Жировая ткань состоит из жировых клеток (адипоцитов) и составляет 15–20% от общей массы тела у мужчин и 20–25% у женщин. Нежировая составляющая массы тела, представленная мышцами, костями, внутренними и другими органами, значительно больше, чем жировая. Почему же внимание всех людей, врачей, ученых приковано в настоящее время к ожирению?

В годы тяжелых испытаний, сопровождающихся недостаточным питанием, полнота и тучность воспринимались как признак социального благополучия, достатка. В настоящее время все понимают, что ожирение снижает качество жизни, работоспособность и само по себе уже является болезненным состоянием. Ожирение способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний (гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, стенокардия, нарушение ритма сердца, сердечная недостаточность, мозговой инсульт, тромбозы вен и артерий), сахарного диабета, болезней суставов, позвоночника, заболеваний других органов и систем. Ожирение снижает иммунитет, располагает к инфекционным осложнениям. При ожирении часто возникают приступы перекрытия верхних дыхательных путей (апноэ) во сне. Перечень вредных последствий ожирения можно продолжить. Становится понятным, что лучше не полнеть, если хочешь быть здоровым.



✦ Классификация предожирения и ожирения

→ Классификация	→ ИМТ (кг/м ²)	→ Риск сопутствующих заболеваний
Недостаточная масса тела (МТ)	≤ 18,5	Низкий для ССЗ, но риск для других клинических проблем увеличивается
Нормальная МТ	18,5-24,9	Обычный
Предожирение	25,0-29,9	Повышенный
Ожирение I степени	30,0-34,9	Высокий
Ожирение II степени	35,0-39,9	Очень высокий
Ожирение III степени	≥40,0	Чрезвычайно высокий

В большинстве цивилизованных стран уже удалось снизить распространенность курения, злоупотребления алкоголем, улучшить социально-экономические условия и тем самым уменьшить заболеваемость и смертность от перечисленных выше заболеваний. Однако увеличение массы тела за счет ожирения в этих благополучных странах остановить не удалось. Оно приняло характер мировой эпидемии. Что делать? Необходимо повышать свою санитарную грамотность в вопросах профилактики ожирения и действовать!

Жировая ткань жизненно необходима человеку. Она выполняет такие жизненно важные функции, как энергообеспечение организма путем накопления запасов триглицеридов (биологическое топливо) и их отдачу во время увеличения потребности организма в энергии при физической работе и нагрузках. Жировая ткань участвует в процессах терморегуляции, а также защите органов и тканей от травм. В последнее время установлено, что

✦ справка ✦

Ожирение способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний (гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, стенокардия, нарушение ритма сердца, сердечная недостаточность, мозговой инсульт, тромбозы вен и артерий), сахарного диабета, болезней суставов, позвоночника, заболеваний других органов и систем. Ожирение снижает иммунитет, располагает к инфекционным осложнениям и другим последствиям.

жировые клетки вырабатывают гормон «стройности» лептин и многие другие биологически активные вещества, участвующие во всех видах обмена веществ. Не вызывает сомнения положение о том, что жировая ткань организму нужна для нормальной жизнедеятельности. В здоровом организме все должно быть в гармонии.

Значение имеет не только увеличение массы тела, но и распределение в организме жировой ткани. Различают центральный тип отложения жира в области живота. Это брюшной тип ожирения. Он более опасен для раз-

вития заболеваний. У него есть еще одно название — ожирение типа «яблоко». Чаще оно наблюдается у мужчин.

Второй тип ожирения получил название бедренно-ягодичный (тип «груша»). Он чаще встречается у женщин. При этом типе ожирения перечисленные выше заболевания развиваются реже.

Всем взрослым нужно уметь самостоятельно измерять и оценивать массу тела и тип распределения жировой ткани в случае повышенного веса тела. Для этого нужно иметь напольные весы и сантиметровую ленту.

Существует много способов определения массы тела. Самый простой и надежный способ — это индекс массы тела (ИМТ): вес тела в килограммах, деленный на рост в метрах в квадрате — кг/м².

В таблице представлена классификация избыточной массы тела (предожирения) и ожирения, предложенная Всемирной Организацией Здравоохранения (ВОЗ). Предожирение сокращает продолжительность жизни на три–пять лет, а выраженное ожирение до 15 лет.

Тип распределения жировой ткани определяется просто — по величине окружности талии сантиметровой лентой, которая накладывается на середине расстояния между нижним краем ребер и передним верхним краем подвздошной кости в положении стоя. В норме окружность талии у мужчин равна или менее 93 см, у женщин — 79 см.

Для определения профилактических действий выделяют два уровня окружности талии. Первый уровень, когда окружность талии равна или более 94 см у мужчин, и 80 см у женщин. Первый уровень является пороговым. После этого уровня не следует набирать вес.

Второй уровень, свидетельствующий об ожирении, выявляется при окружности талии равной или более 102 см у мужчин и 88 см у женщин. При этом уровне необходимо снижать вес.

Центральный и бедренно-ягодичный тип ожирения можно определить также по соотношению окружности талии к окружности бедер, по оценке толщины складок кожи в различных областях с помощью прибора типа штангенциркуля. Специальные дорогостоящие методы исследования применяют для более точного определения массы жировой и нежировой ткани в организме человека. Они, как правило, представляют область научных интересов. Для определения предожирения и ожирения и оценки эффективности профилактических мероприятий достаточно определение ИМТ и окружности талии. Эти показатели необходимо отмечать в паспорте здоровья на протяжении всей жизни.

Таким образом, все изложенное позволит вам самостоятельно контролировать массу тела, выявлять предожирение и ожирение, его степень и типы.

Темой следующего урока станет рассмотрение причин ожирения и способов его профилактики и лечения у взрослых.

Нормального всем вам веса и крепкого здоровья!

«Горячая» линия по правам пациентов: 8-800-300-1-003

Группа в «ВКонтакте»: www.vk.com/foms74

№7 (43), июль 2015
ПроФОМС
Информационное издание Территориального фонда ОМС Челябинской области

Издание зарегистрировано в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Челябинской области. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ТУ74-01084 от 12 мая 2014 г.

Учредитель и издатель: Территориальный фонд обязательного медицинского страхования Челябинской области 454080, г. Челябинск, ул. Труда, 156, тел.: (351) 211-38-51, e-mail: mail@foms74.ru, www.foms74.ru Распространяется бесплатно.

Адрес редакции: 454080, г. Челябинск, ул. Труда, 156, тел.: (351) 211-38-51, pressa@foms74.ru Главный редактор: Д. А. Кравченко
Дизайн и верстка: PARK creative agency тел.: (351) 210-11-62.

Отпечатано: ОАО «Челябинский Дом печати», 454080, г. Челябинск, Свердловский пр., 60
Тираж: 25 000 экз. Заказ №2576
Подписано в печать: 23.07.2015 г. по графику — 16-00, фактически — 16-00.
Дата выхода: 24.07.2015 г.