25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

НАПОМИНАЕТ:

ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НЕОБХОДИМА!

Начальник управления ЗПЗ, ИСОМС,
экспертного контроля качества медицинской помощи,
врач-эксперт качества медицинской помощи по специальности онкология, урология
филиала ООО «Капитал МС» в Омской области
В.Н.Мироненко

Омск, 2019

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

4 февраля отмечается Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями.

Инициатива нашла широкую поддержку и с тех пор начала набирать популярность по всему миру. Основная цель этой инициативы - распространение информации о данном недуге, методах его профилактики и лечения через различные просветительские мероприятия .

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

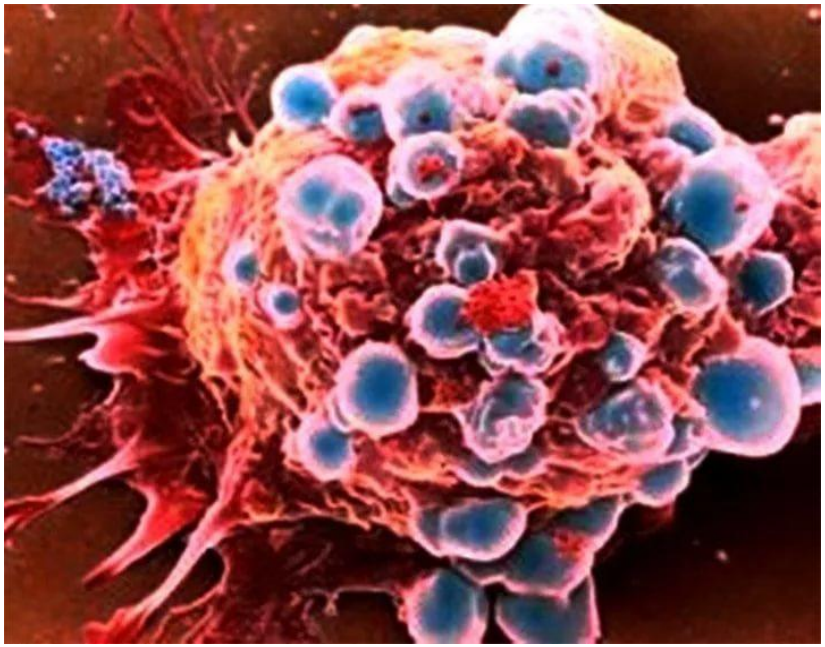
"Мы знаем уже так много о причинах рака, что не только возможно, но и совершенно необходимо поставить противораковую борьбу на рельсы профилактики".

Академик Н.Н. Петров, 1947 г.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Вариантов ЗНО более сотни. Поражаются практически все системы органов. В России наиболее распространенными являются ЗНО следующих органов: молочной железы, тела матки, ободочной кишки, предстательной железы, лимфатической и кроветворной ткани, шейки матки, почки, прямой кишки, щитовидной железы, желудка и трахеи, бронхов, легкого.



25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

В настоящее время преобладает полиэтиологическая теория происхождения новообразований, т.е. одновременная роль нескольких факторов, вызывающих опухолевые трансформации.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Причины и факторы риска возникновения онкологических заболеваний:

- Генетические (наследственные) факторы.
- Поведенческие факторы:
- Курение;
- Нерациональное питание (жареное, жирное, копченое, колбасы, недостаток витаминов А, Е, Д и др.);
- Стрессы; негативное душевное состояние;
- Малоподвижный образ жизни;
- Чрезмерное потребление алкоголя;
- Чрезмерное пребывание на солнце;
- Инфекции, в т.ч., передающиеся половым путем;
- Несвоевременное и нерегулярное обращение к врачам, в том числе с целью проведения скрининговых процедур.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Внешние (средовые) факторы:

- **Физические (ионизирующие, УФ-излучение, электромагнитные излучения и пр.);**
- **Химические (токсические вещества, повреждающие клеточную структуру и генетический аппарат);**
- **Биологические факторы (воздействие бактерий, вирусов, грибов, паразитов)**

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Очевидно, что виды рака, вызванные поведенческими факторами и факторами окружающей среды, являются потенциально устранимыми!

Необходимы профилактические мероприятия!

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Для снижения риска развития рака:

1. Не курите. Если курите - бросайте!
2. Не переедайте! Следите за своим весом!
3. Не злоупотребляйте алкогольными напитками!
4. Избегайте длительного солнечного воздействия, особенно на детей и подростков.
5. Пользуйтесь солнцезащитными кремами!
6. Ешьте как можно больше овощей, фруктов и ягод. Ограничьте жареное, копченое, консерванты!
7. Занимайтесь физкультурой, помните, что движение - это жизнь! Вспомните понятие производственной гимнастики!

«Клинический онкологический диспансер»

Бюджетное учреждение здравоохранения Омской области

АНТИРАКОВАЯ ТАРЕЛКА

Главные защитники от онкологии

1 Овощи семейства крестоцветных
Брокколи, цветная и прочие виды капусты. Желательно не кипятить, а запекать или готовить в пароварке. Можно сырые.

2 Зеленый чай
Заваривать 10 минут, выпивать в течение часа. 3-4 кружки в день.

3 Куркума
Добавлять в блюда, сочетая с черным перцем, иначе не усваивается. Достаточно щепотки в день. Схожими свойствами обладает имбирь.

4 Грибы
Есть доказательства по шампиньонам и вешенкам, а также различным видам японский грибов.

5 Оливковое масло
Лучше холодного отжима, 1 столовая ложка в день.

6 Сливы, персики, абрикосы
Все косточковые. Согласно самым последним исследованиям, защищают не хуже ягод.

7 Помидоры
Вареные, лучше с оливковым маслом.

8 Черный шоколад
Шоколад с содержанием какао более 70%. Только не молочный!

9 Ягоды
Вишня, малина, черника, ежевика, голубика, клюква. Можно замороженные, можно свежие, количество не ограничено.

10 Чеснок, все виды лука
Достаточно 1 головки или половинки небольшой луковицы. Лучше в сочетании с оливковым маслом, можно слегка поджарить.

КАПИТАЛ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ФОНД ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ
ФГПУ ГНИЦ Профилактической медицины
Минздрава России, Москва

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Одна из задач национального проекта здравоохранения добиться того, чтобы каждый россиянин ежегодно проходил профилактические мероприятия:

-начиная с возраста 21 год 1 раз в 3 года необходимо проходить диспансеризацию;

-1 раз в 2 года в определенные возрастные периоды проводить дополнительные скрининг-исследования:

осмотр терапевта, анализ кала на скрытую кровь, маммография, которые направлены на раннее выявление онкологических заболеваний;

- в те годы, когда не проводится диспансеризация и скрининг-исследования, каждый может обратиться к терапевту своей поликлиники для проведения профилактического осмотра.

Подробности можно уточнить у страхового представителя Вашей страховой медицинской организации по телефону, указанному на полисе ОМС или в своей поликлинике. Не игнорируйте сообщение страховой компании о необходимости прохождения профмероприятия.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Если в текущем году вам исполнится или исполнилось:

21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60, 63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99 лет,

то приглашаем вас пройти диспансеризацию в поликлинике, к которой вы прикреплены на медицинское обслуживание.

Если Вы не знаете, к какой поликлинике прикреплены – позвоните страховому представителю по телефону, указанному на полисе ОМС.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

В смотровые кабинеты поликлиник направляют пациентов впервые обратившихся в текущем году за медицинской помощью по месту прикрепления. Зачастую граждане пренебрегают данным профилактическим мероприятием и отказываются от осмотров или проходят только частичный осмотр.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Основной задачей смотровых кабинетов является проведение профилактических осмотров мужчин возрастной группы от 30 лет, а женщин с 18 лет с целью раннего выявления злокачественных опухолей и предопухолевых заболеваний видимой локализации.

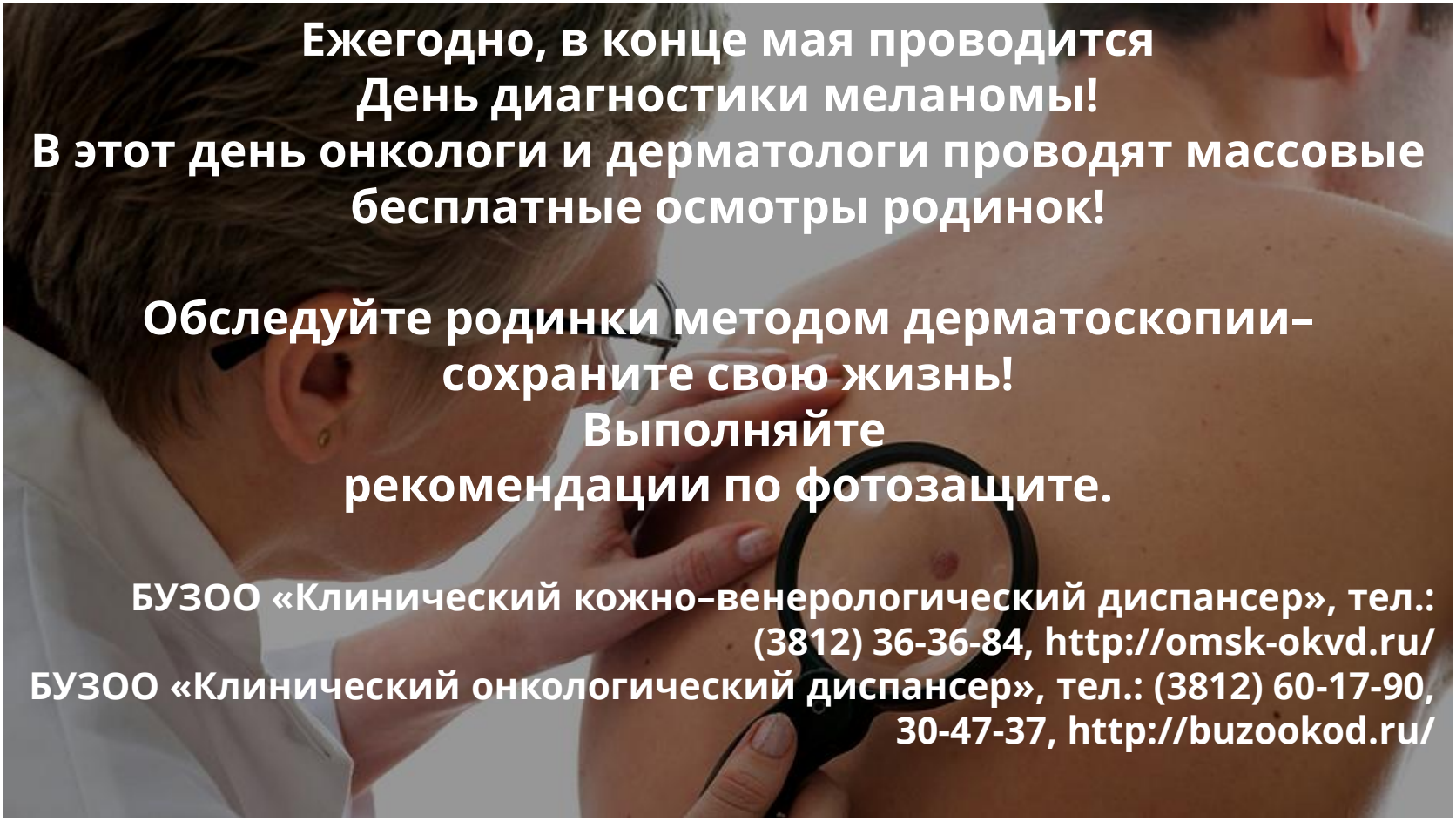
В смотровом кабинете поликлиники у вас обязаны осмотреть:

1. **кожу на наличие пигментных пятен и опухолевых образований;**
2. **ротовую полость;**
3. **лимфатические узлы;**
4. **щитовидную и молочную железы;**
5. **половые органы и прямую кишку.**
6. **Взять мазок на онкопатологию для диагностики предопухолевых заболеваний на ранних стадиях, когда видимых проявлений ещё нет.**

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Другие мероприятия, направленные на повышение эффективности профилактики ЗНО



Ежегодно, в конце мая проводится
День диагностики меланомы!
В этот день онкологи и дерматологи проводят массовые бесплатные осмотры родинок!

Обследуйте родинки методом дерматоскопии–
сохраните свою жизнь!
Выполняйте
рекомендации по фотозащите.

БУЗОО «Клинический кожно–венерологический диспансер», тел.: (3812) 36-36-84, http://omsk-okvd.ru/
БУЗОО «Клинический онкологический диспансер», тел.: (3812) 60-17-90, 30-47-37, http://buzookod.ru/

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Женщинам необходимо помнить о важности проведения самообследования

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

С 2019 г. началась реализация национального проекта здравоохранения, одним их основных направлений которого является борьба с онкологическими заболеваниями.

В рамках этого проекта предусмотрено развитие диагностики и лечения ЗНО, планируется существенно расширить возможности для получения амбулаторной помощи пациентами с ЗНО, увеличить финансирование объемов химиотерапевтического лечения, а также мероприятий, направленных на предупреждение развития онкологии.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Для своевременного выявления онкологических заболеваний необходимо:

1. **Один раз в год проходить флюорографическое обследование легких.**
2. **посещать с профцелью стоматолога не реже 1 раза в 6 мес.**
3. **женщинам нужно регулярно проводить самообследование молочных желез, 1 раз в 6 месяцев посещать гинеколога, а после 40 лет проходить маммографическое обследование молочных желез.**
4. **мужчинам после 40-45 лет необходимо проходить ежегодный осмотр уролога с определением ПСА.**
5. **мужчины и женщины, имеющие генетический риск развития рака толстой кишки, должны обследоваться проктологом не менее 2-х раз в год.**

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Незамедлительно! нужно обратиться к врачу, если у Вас или вашего близкого появились следующие тревожные симптомы:

- Изменения в функционировании кишечника или затрудненное мочеиспускание;
- Расстройства желудка (тошнота, отрыжка, рвота);
- Наличие длительно незаживающей раны на фоне лечения;
- Необычные выделения или кровотечения;
- Появление припухлости, уплотнения или деформации молочной железы;
- Малейшие быстрые изменения бородавки или родимого пятна;
- Появление изнуряющего сухого кашля, осиплость голоса;
- Боли или сдавливание в области шеи;
- Изменение слизистой полости рта, языка;
- Необъяснимая потеря веса;
- Боли в спине, животе, грудной клетке и др.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

При раннем выявлении (1-2 стадии) в 80% рак поддается полному излечению.

Большинство опухолей развивается медленно, в течение многих месяцев, и при регулярном профилактическом обследовании можно вовремя диагностировать заболевание. Кроме того, существует ряд, так называемых, предраковых заболеваний, перерождение которых в одну из форм рака тоже можно предупредить при регулярном наблюдении.

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

В случае неудовлетворенности качеством оказанной медицинской помощи, в т.ч. проведенных профмероприятий, у каждого застрахованного по ОМС есть возможность обращения не только к администрации медицинской организации, но и к страховым представителям своей страховой компании за вторым экспертным мнением врача-эксперта страховой компании.

Телефон контакт-центра размещен на обратной стороне полиса ОМС.

NB! У каждого застрахованного по ОМС есть право выбора/замены не только медицинской организации, но и право замены/выбора страховой медицинской организации.

Подробности по телефону

8-800-550-81-02

25 ЛЕТ ОМС

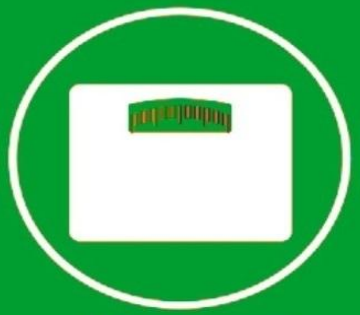
КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

Оформить полис ОМС в нашей компании можно в любом офисе в 44 регионах РФ, адреса которых можно уточнить на сайте www.kapmed.ru

По телефону контакт-цента филиала в Омской области 8-800-550-81-02 страховые представители филиала проконсультируют по любому вопросу, связанному с организацией оказания бесплатной медицинской помощи, окажут практическую помощь в своевременном бесплатном обследовании и лечении. Именно страховые представители своевременно напомнят вам, что пора пройти бесплатную диспансеризацию или иные профилактические мероприятия.

В КАКИХ СЛУЧАЯХ СЛЕДУЕТ ОБРАЩАТЬСЯ К ОНКОЛОГУ

У вас есть любые признаки кровотечения из внутренних органов - кровь в моче, в испражнениях, частые кровотечения из носа без видимых причин, из половых органов.



Наблюдается значительная потеря веса без изменения образа жизни.

Появились любые кожные новообразования, заметные изменения родинок, бородавок, полипов и т.д., особенно с кровоточивостью.

Прощупываются уплотнения в любой части тела, особенно в молочных железах. Есть увеличение и уплотнение лимфатических узлов.

Случается необъяснимое и длительное лихорадочное состояние, боли, повышение температуры.

Возникают необъяснимые головные боли, ухудшение зрения, слуха или координации.

Начались патологические выделения из молочных желез и прямой кишки, беспричинные расстройства стула.

Вы чувствуете резкое ухудшение самочувствие, снижение аппетита, иногда тошноту при нормальном состояние желудочно - кишечного тракта.

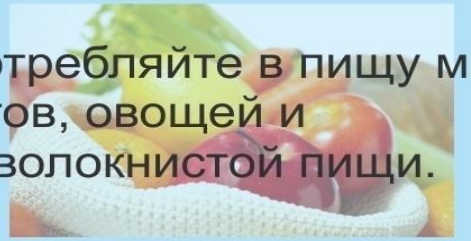
Появилось длительное ощущение дискомфорта в каком-либо органе - першение или сдавливание в горле, давление в области грудины, брюшной полости или малого таза.

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

СТРАХОВЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛИ
Единый контакт-центр по вопросам ОМС:
8-800-550-01-02
www.kapmed.ru

10 ШАГОВ В БОРЬБЕ ПРОТИВ РАКА

Здоровый образ жизни - это то,что доступно каждому. Физическая активность и спорт, правильный режим труда и отдыха, рациональное питание - вот составляющие здорового образа жизни. Придерживаясь здорового образа жизни, Вы сможете предотвратить возникновение многих онкологических заболеваний.



1. Употребляйте в пищу много фруктов, овощей и грубоволокнистой пищи.

2. Употребляйте пищу с низким содержанием жиров.

3. Следите за своим весом.

4. Ведите активный образ жизни.

5. Не злоупотребляйте спиртными напитками

6. Откажитесь от курения.

7. Следите за состоянием Вашей кожи.

8. Женщинам необходимо следить за состоянием молочных желез

9. Женщинам следует регулярно посещать гинеколога.

10. Ежегодно проходите профилактические осмотры.

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

СТРАХОВЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛИ
Единый контакт-центр по вопросам ОМС:
8-800-550-01-02

www.kapmed.ru

Предельные сроки ожидания бесплатной медицинской помощи

Экстренная медицинская помощь	Немедленно (при поступлении в приемное отделение стационара, по приезду бригады скорой медицинской помощи)
Время доезда бригады скорой медицинской помощи	не более 20 минут с момента вызова бригады скорой медицинской помощи
Неотложная медицинская помощь	не более 2 часов с момента обращения в МО
Прием гражданина, посещение его на дому врачом первичного звена и иными медработниками со средним медицинским образованием	не более 24 часов с момента обращения в медорганизацию, оказывающую амбулаторную помощь
Проведение консультаций врачей-специалистов	не более 14 дней с момента обращения в МО, в которой ведут прием данные специалисты
Срок проведения диагностических исследований (рентген, маммография, функцион.диагностика, УЗИ, лабораторные исследования)	не более 14 календарных дней с момента назначения
Срок ожидания МРТ, КТ, ангиографии	не более 30 календарных дней со дня назначения
Срок ожидания МРТ, КТ, ангиографии для онкологических пациентов	не более 14 календарных дней со дня назначения
Срок ожидания медицинской помощи в дневном стационаре (за исключением ВМП)	Не более 30 дней со дня выдачи направления и обращения в медорганизацию, оказывающую медпомощь в условиях дневного стационара
Срок ожидания специализированной помощи в круглосуточном стационаре (за исключением ВМП)	Не более 30 дней со дня выдачи направления на госпитализацию при условии обращения пациента за госпитализацией в рекомендуемые лечащим врачом сроки
Срок ожидания специализированной помощи в круглосуточном стационаре (за исключением ВМП) для онкологических пациентов	Не более 14 дней со дня гистологической верификации опухоли или установления диагноза

Постановление Правительства Омской области №424-п от 26 декабря 2018г.

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

ДОСТУПНОСТЬ
НАДЕЖНОСТЬ
КОМПЕТЕНТНОСТЬ

При возникновении вопросов при оказании медицинской помощи Вы можете связаться со страховыми представителями Филиала ООО "Капитал МС" (ранее РГС-Медицина) по телефону контакт-центра 8-800-550-81-02 www.kapmed.ru

СТРАХОВЫЕ ПРЕДСТАВИТЕЛИ ВСЕГДА РЯДОМ С ВАМИ!
КАПИТАЛ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

1000
представительств в России
ПРИХОДИТЕ!

электронная почта:
kds-co@kapmed.ru
ПИШИТЕ!

ЗАДАЙТЕ ВОПРОС СПЕЦИАЛИСТУ!

на сайте www.KAPMED.ru
через мобильное приложение «Капитал МС»
в соц. сетях vk.com/kapmed

НАШ РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОНТАКТ-ЦЕНТР

8-800-550-81-02

8-800-100-81-01/02

бесплатно для звонков
по России

ЗВОНИТЕ КРУГЛОСУТОЧНО!

Консультации круглосуточно. Помощь в выборе медицинской организации и врача.

Разрешение конфликтных ситуаций при отказах в бесплатной медицинской помощи.

Экспертиза качества, объемов, сроков и условий предоставления медицинской помощи.

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ФОНД ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ

КАПИТАЛ МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

25 ЛЕТ ОМС

КАПИТАЛ
МЕДИЦИНСКОЕ СТРАХОВАНИЕ

ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ НАЧИНАЕТСЯ С НАМИ!
ЗДОРОВЬЕ – ВАШ ГЛАВНЫЙ КАПИТАЛ!

Филиал ООО «Капитал МС» в Омской области
(ранее – РГС-Медицина):
г. Омск, ул. Пушкина, д. 67
8-800-100-81-02 (круглосуточно)
Контакт-центр филиала: 8-800-550-81-02
Сайт: www.kapmed.ru

КАПИТАЛ МС - ЭТО
ДОСТУПНОСТЬ
НАДЕЖНОСТЬ
КОМПЕТЕНТНОСТЬ