

1 октября по инициативе ООН во всем мире отмечается Международный день пожилых людей. В этот день принято обращать всеобщее внимание на проблемы, с которыми сталкиваются люди старшего возраста. Выбор даты в разгар осени не случаен, ведь есть мнение, что «возраст счастья» – тоже золотое время.

По данным Федеральной службы государственной статистики, в 2017 г. средняя ожидаемая при рождении продолжительность жизни в России составляла 72,7 года (67,5 лет для мужчин и 77,6 лет для женщин). Однако продолжительность жизни человека зависит не только от качества медицины, но и в значительной степени от образа жизни и внешних факторов. Постепенно меняются представления о здоровом образе жизни, больше людей стараются правильно питаться, занимаются спортом и отказываются от вредных привычек.

Согласно исследованиям ВОЗ, сейчас происходит омоложение людей с точки зрения их психической активности: в 2003 г. человек в 50 лет показывал тот же когнитивный уровень, что и в 58 лет в 2013 г. У многих современных мужчин и женщин после 55 лет начинается жизненный этап, потенциал и возможности которого намного превышают все, что было доступно прежде.

Тем не менее, доля пенсионеров в России растет: если в начале 2011 г. в России было 41,8 млн пенсионеров, то к 2018 г. их стало 46 млн. Лидерами по доле пенсионеров являются Республика Карелия (38%), Архангельская (36,8%) и Тульская области (36,2%). В этих регионах растет процент пожилых граждан из-за низкой рождаемости и оттока молодежи.

Такая тенденция требует развития как геронтологии, так и гериатрической службы, в частности гериатрической фармакологии. Геронтология и гериатрия – область медицинской и биологической науки, включающая изучение процессов старения, причин возникновения, механизмов развития и особенностей течения болезней в старших возрастных группах. В Российской Федерации гериатрическая служба начала планомерно создаваться лишь с конца 80-х – начала 90-х гг.

В структуре заболеваемости пожилых людей основное место занимают ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь, сахарный диабет, болезни органов дыхания, заболевания опорно-двигательного аппарата. Чаще у пациентов обнаруживается сочетание трех, четырех, а иногда и более заболеваний, что создает дополнительные трудности в лечении и ухудшает прогноз в отношении выздоровления.

«АльфаСтрахование – ОМС» напоминает, что многие распространенные заболевания могут протекать у пожилых людей без четких клинических симптомов, приводя к развитию серьезных осложнений.

«Чтобы выяснить, нет ли заболеваний, которые протекают бессимптомно или перешли в хроническую стадию, нужно обратиться к врачу. Тратить личные средства при этом необязательно, ведь раз в три года можно абсолютно бесплатно пройти диспансеризацию», – говорит директор по ключевым проектам ООО

«АльфаСтрахование – ОМС» Евгения Шувалова.

Для того чтобы понять, подходит ли ваш возраст для прохождения комплексного медицинского обследования в этом году, нужно разделить его на три. Если вам исполняется 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60 лет и т.д., можно идти в поликлинику с полисом ОМС и паспортом для прохождения бесплатного осмотра.

С 2018 г. в рамках диспансеризации для граждан 49-73 лет чаще проводится исследование кала на скрытую кровь – раз в два года, а не раз в три года как было раньше. В 45 лет и в 51 год мужчины могут сдать кровь на уровень ПСА, который косвенно говорит о новообразованиях. Маммографию делают женщинам 39-49 лет один раз в три года, а 50-70 лет – один раз в два года.

Связаться со страховым представителем по любым вопросам получения бесплатной медицинской помощи можно по телефону круглосуточной бесплатной горячей линии «АльфаСтрахование – ОМС» 8-800-555-10-01, через сайт [alfastrahoms.ru](http://alfastrahoms.ru), а также при личном визите в любой офис компании на территории 13 субъектов РФ.

Источник: Википедия страхования, 28.09.2018