



Atmintinė apie ligų prevencijos programas

2023 m.



Lietuvoje vykdomos **5 ligų prevencijos programos**, kurių įgyvendinimo išlaidas ligonių kasos kompensuoja Privalomojo sveikatos draudimo fondo lėšomis. Pagal šias programas privalomuoju sveikatos draudimu apdrausti gyventojai gali nustatyti dažnumu nemokamai pasitikrinti dėl **gimdos kaklelio, krūties, prostatos ir storosios žarnos vėžio**, taip pat dėl **širdies ir kraujagyslių ligų**.

Preveninėmis programomis siekiama nustatyti ligos užuomazgas ir prireikus skubiai imtis profilaktikos ar gydymo. Juk ligos pradžioje žmogus dažniausiai nejaučia jokių simptomų.

Šios prevencinės programos yra skirtos tam tikro amžiaus žmonėms. Kiekvienu atveju amžiaus kriterijai pasirinkti remiantis moksliniais tyrimais, rodančiais, kokio amžiaus sulaukusiems gyventojams gresia didžiausia rizika susirgti vienomis ar kitomis ligomis.

Pagal prevencines programas tikrinamų žmonių amžių, atsižvelgdamos į mokslininkų atliktus tyrimus, nustato Europos Komisija ir Pasaulinė sveikatos organizacija.

Kadangi minėtomis ligomis dažniausiai sergama sulaukus tam tikro amžiaus, pagal jį žmonės priskiriami rizikos grupėms, jiems taikomos atitinkamos programos. Šioms rizikos grupėms priskirti gyventojai pagal tam tikras prevencijos programas turi tikrintis reguliariai. Jei pasitikrinus viskas gerai, po nustatyto laiko patikrą reikia kartoti.

Norint pasitikrinti pagal minėtas programas, pirmiausia reikia kreiptis į savo šeimos gydytoją toje gydymo įstaigoje, kuri yra sudariusi sutartį su teritorine ligonių kasa (TLK).

Šeimos gydytojas skirs būtinus tyrimus ir, jei reikės, išduos siuntimą pas gydytoją specialistą. Gydytojas, išrašydamas siuntimą, privalo

nurodyti bent 3 gydymo įstaigas, kuriose teikiamos pacientui reikiamos paslaugos. Jei pasirinkta gydymo įstaiga turi sutartį su TLK, nei už tyrimus, nei už gydytojo darbą ar sunaudotas medžiagas mokėti nereikia.

Svarbu žinoti

Pacientai, kuriems kraujotakos sistemos sutrikimas arba onkologinė liga diagnozuoti ankstyvosios stadijos (aptiktos tik užuomazgos):

- **lengviau gydomi;**
- **palengvinama, sulėtinama ligos eiga;**
- **gali būti visiškai išgydyti.**

Šiame leidinyje rasite informaciją apie tai, kaip dažnai galite pasitikrinti pagal ligų prevencijos programas. Siūlome šioje atmintinėje (užrašams skirtoje vietoje) užsirašyti, kada tikrinotės, kokie buvo tyrimų rezultatai, kada vėl reikės pasitikrinti.

Atsakingi už savo brangiausią turtą – sveikatą – esame mes patys. Tik po to ši atsakomybė tenka šeimos gydytojams, kitiems specialistams. Kuo daugiau būsime informuoti apie ligų prevenciją, tuo geriau galėsime pasirūpinti savo ir artimųjų sveikata.



Širdies ir kraujagyslių ligų prevencinė programa

Kam skirta?

Vyrams ir moterims nuo 40 m. iki 60 m. (imtinai).

Į ką reikia kreiptis?

Į savo šeimos gydytoją.

Kaip dažnai reikia tikrintis?

Nustačius:

- labai didelę riziką – po 1 metų,
- didelę riziką – po 2 metų,
- mažą ar vidutinę riziką – po 4 metų.

Koks tyrimas atliekamas?

Šeimos gydytojas atlieka įvairius tyrimus, pavyzdžiui, lipidogramą, elektrokardiogramą, nustato gliukozės ir kreatinino koncentraciją ir kt. Pagal tyrimų rezultatus įvertinama paciento rizika sirgti širdies ir kraujagyslių ligomis. Rizika gali būti: maža, vidutinė, didelė arba labai didelė.

Nustačius labai didelę riziką sirgti širdies ir kraujagyslių ligomis, šeimos gydytojas išduoda siuntimą pas gydytoją kardiologą tolesniam išsamiam ištyrimui.

Kas praneša tyrimo rezultatus?

Šeimos gydytojas. Jis supažindina su tolesne profilaktika. Jei nustatoma didelė arba labai didelė rizika sirgti širdies ir kraujagyslių ligomis, pacientui sudaromas pirminės prevencijos priemonių planas. Po 6 mėnesių pacientas pakartotinai turi apsilankyti pas šeimos gydytoją, kuris įvertina, kokių rezultatų pasiekė pacientas, laikydamasis duoto plano, prireikus jį koreguoja.

Kada man laikas pasitikrinti?



Gimdos kaklelio vėžio prevencinė programa

Kam skirta?

Moterims nuo 25 m. iki 59 metų (imtinai).

Į ką reikia kreiptis?

Į savo šeimos gydytoją.

Kaip dažnai reikia tikrintis?

- 25–34 m. (imtinai) moterims – kartą per 3 metus;
- 35–59 m. (imtinai) moterims – kartą per 5 metus.

Koks tyrimas atliekamas?

Moterims nuo 25 m. iki 34 m. (imtinai) atliekamas citologinio tepinėlio tyrimas ikivėžiniams pakitimams nustatyti, o moterims nuo 35 m. iki 59 m. (imtinai) – aukštos rizikos žmogaus papilomos viruso (ŽPV) tyrimas. Jei ŽPV tyrimo rezultatas teigiamas, iš to paties mėginio atliekamas gimdos kaklelio citologinio tepinėlio skystoje terpėje tyrimas.

Kas praneša tyrimo rezultatus?

Šeimos gydytojas. Jis supažindina su tolesne profilaktika. Jeigu atlikus tyrimus nustatoma pakitimų, moteris siunčiama konsultuotis pas gydytoją akušerį ginekologą.

Kada man laikas pasitikrinti?



Krūties vėžio prevencinė programa

Kam skirta?

Moterims nuo 50 m. iki 69 m. (imtinei).

Į ką reikia kreiptis?

Į savo šeimos gydytoją.

Kaip dažnai reikia tikrintis?

Kartą per 2 metus.

Koks tyrimas atliekamas?

Mamografinis krūtų tyrimas. Mamogramą įvertina šią paslaugą teikianti gydymo įstaiga.

Kas praneša tyrimo rezultatus?

Šeimos gydytojas. Jis supažindina su tolesne profilaktika. Jeigu atlikus minėtą tyrimą nustatoma pakitimų, moteris siunčiama konsultuotis pas gydytoją specialistą.

Kada man laikas pasitikrinti?



Prostatos vėžio prevencinė programa

Kam skirta?

Vyrams nuo 50 m. iki 69 m. (imtinei)
ir vyrams nuo 45 m., jei sirgo tėvas ar brolis.

Į ką reikia kreiptis?

Į savo šeimos gydytoją.

Kaip dažnai reikia tikrintis?

Kas 2 arba 5 metus – kaip skiria gydytojas, atsižvelgdamas į paciento amžių ir tyrimo rezultatus.

Koks tyrimas atliekamas?

Kraujo tyrimas, kuris parodo prostatos specifinio antigeno (PSA) koncentraciją kraujyje.

Kas praneša tyrimo rezultatus?

Šeimos gydytojas. Jis supažindina su tolesne profilaktika. Jei PSA kiekis viršija normą, šeimos gydytojas siunčia pacientą konsultuotis pas gydytoją urologą. Gydytojas urologas prireikus atlieka priešinės liaukos biopsiją.

Kada man laikas pasitikrinti?





Storosios žarnos vėžio prevencinė programa

Kam skirta?

Vyrams ir moterims nuo 50 m. iki 74 m.
(imtina).

Į ką reikia kreiptis?

Į savo šeimos gydytoją.

Kaip dažnai reikia tikrintis?

Kartą per 2 metus.

Koks tyrimas atliekamas?

Slapto kraujavimo išmatose (iFOBT) testas.

Kas praneša tyrimo rezultatus?

Šeimos gydytojas. Jis supažindina su tolesne profilaktika. Jei testo rezultatas neigiamas – pacientas sveikas, jei rezultatas teigiamas – šeimos gydytojas išduoda siuntimą konsultuotis pas gydytoją specialistą. Prireikus gydytojas specialistas atlieka kolonoskopiją ir (ar) biopsiją. Jei iFOBT testo rezultatas teigiamas, tačiau gydytojas specialistas nustato, kad storojoje žarnoje pakitimų nėra, pacientas iš naujo tiriamas ne anksčiau nei po 10 metų.

Kada man laikas pasitikrinti?



2023 m. išleista „Būtina žinoti“ lankstinukų serija.
Juose rasite informacijos kitomis svarbiomis privalomojo
sveikatos draudimo temomis.



Daugiau informacijos:



+370 5 232 2222



info@vlk.lt



ligoniukasa.lrv.lt

