

«Диабет под контролем: как «Крыммедстрах» помогает не пропустить важное»



Жить с сахарным диабетом непросто, но можно – если держать ситуацию под контролем. Сахарный диабет может незаметно «бить» по сердцу, сосудам, глазам, почкам и нервам. Главная защита от осложнений – это регулярное диспансерное наблюдение. Именно оно помогает вовремя заметить изменения, скорректировать лечение и сохранить качество жизни. Врач оценивает, насколько хорошо работает терапия, видит риски и вовремя меняет тактику. О факторах риска, приводящих к сахарному диабету, о диагностике и лечении, диспансерном наблюдении по полису обязательного медицинского страхования (ОМС) рассказали в компании ООО «СМК «Крыммедстрах».

Сахарный диабет – это группа эндокринных заболеваний, связанных с нарушением усвоения глюкозы и развивающихся из-за дефицита инсулина. Диабет способствует развитию инфаркта миокарда, инсульта, почечной недостаточности, слепоты. Больные сахарным диабетом обязательно должны состоять на учёте у врача-эндокринолога. При диабете важную роль играет правильное питание. Приёмы пищи желательны не реже 4 раз в день, а лучше 5-6 раз, в одно и то же время. Пища должна быть богата витаминами и микроэлементами.

Современные методы профилактики сахарного диабета позволят вести нормальный образ жизни – и при этом существенно снизить риск развития этого опасного заболевания. Решающим фактором, определяющим качество жизни больных сахарным диабетом, является раннее выявление заболевания и наблюдение за его течением. Лечение болезней эндокринной системы, к которым относится и сахарный диабет, осуществляется по полису

ОМС. Приёмы врачей и все назначенные врачом обследования и анализы в медицинских организациях, работающих в системе ОМС, проводятся бесплатно.

Кто подлежит диспансерному наблюдению

Диспансерное наблюдение должно быть установлено в течение 3-х рабочих дней после постановки диагноза при оказании медицинской помощи в амбулаторных условиях либо после получения выписного эпикриза из стационара. Аналогичный алгоритм существует и для детей с выявленным сахарным диабетом. Поэтому, как только установлен диагноз «сахарный диабет» – необходимо срочно обратиться к лечащему врачу-терапевту, врачу-эндокринологу для постановки на учет.

Что включает диспансерное наблюдение

Регулярность и объём обследований определяются нормативными документами Минздрава РФ (в частности, Приказом № 168н от 15.03.2022). При диспансерном наблюдении пациентов с сахарным диабетом в рамках ОМС предусмотрены следующие обследования:

- 1 раз в 3 месяца – определение уровня гликированного гемоглобина;
- раз в год – общий (клинический) анализ мочи, определение альбумина в утренней порции мочи или соотношения альбумина/креатинина в утренней порции мочи, электрокардиография, эхокардиография (проводится в дополнение к ЭКГ при наличии у пациента гипертонической болезни, ожирения, ишемической болезни сердца), профилактический прием у офтальмолога и невролога;
- не реже раза в год – общий анализ крови и биохимический общетерапевтический, расчет скорости клубочковой фильтрации;
- один раз в два года по показаниям проводят УЗИ органов брюшной полости и забрюшинного пространства, щитовидной железы и паращитовидных желез (при отсутствии других показаний);
- если пациент жалуется на головокружения, снижение трудоспособности, головные боли, ухудшение слуха или зрения, врач должен назначить ультразвуковую доплерографию сосудов головы и шеи и компьютерную томографию головного мозга;
- при болях, судорогах в конечностях, трофических нарушениях на стопах – УЗИ артерий нижних конечностей с последующей консультацией сосудистого хирурга и/или невропатолога.

Роль страховой медицинской организации

Страховые представители помогают пациентам:

- своевременно узнавать о плановых приёмах (через СМС, звонки, электронную почту);
- получать положенные обследования в полном объёме;

– решать организационные вопросы, если возникают сложности с записью или назначением исследований.

Страховые медицинские организации в системе ОМС контролируют своевременность и качество медицинской помощи. В случае возникающих сложностей при диспансерном наблюдении (отказ в проведении исследований, не можете попасть на прием к офтальмологу, неврологу или другому узкому специалисту по показаниям), а также в случае наличия проблем с оказанием медицинской помощи – обращайтесь в свою страховую медицинскую организацию. Страховой представитель в рамках своей компетенции всегда окажет помощь в решении вашего вопроса.

«При установленном диагнозе сахарный диабет важно соблюдать назначенное врачом лечение и проходить диспансерные осмотры в своей участковой поликлинике. Компанией «Крыммедстрах» в 2025 году проинформировано около 35 тыс. застрахованных с сахарным диабетом, а за 5 месяцев 2026 года – уже направлено около 32 тыс. уведомлений о необходимости посетить врача», – отмечает Елена Александровна Сидорова, генеральный директор компании.

Школа сахарного диабета: как взять заболевание под контроль

Когда у человека выявляют сахарный диабет, главная задача – не просто назначить таблетки, а научить пациента жить с этим диагнозом так, чтобы качество жизни оставалось высоким, а риск осложнений сводился к минимуму. Именно для этого и существуют школы сахарного диабета.

Школа сахарного диабета – это не обычные лекции, а система терапевтического обучения. Её цель – дать пациенту знания и практические навыки, чтобы он мог самостоятельно управлять своим состоянием. Занятия проводят врач-эндокринолог или медицинская сестра, прошедшая специальную подготовку. Программы структурированы и адаптированы под конкретную группу: диабет 1-го типа, 2-го типа (без инсулина или на инсулинотерапии), гестационный диабет, а также есть отдельные курсы для детей и их родителей, для беременных. Формат может быть разным: групповые занятия (оптимально по 7–10 человек, сформированных по типу диабета и уровню подготовки) или индивидуальные консультации.

Часто теория сочетается с практикой: например, на занятии могут разобрать реальный пример из рациона пациента или отработать технику инъекции. В некоторых школах также используют современные технологии – разбирают данные непрерывного мониторинга глюкозы. Школы сахарного диабета создают на базе поликлиник, стационаров и консультативно-диагностических центров. Обычно организуют несколько циклов: первичный (для тех, кому диагноз поставили недавно), повторные (чтобы освежить знания, поддержать мотивацию или поставить новые терапевтические цели – например, снизить вес или улучшить контроль при изменении лечения). Спросите своего эндокринолога: он направит вас в подходящую группу с учётом вашей ситуации.

«В 2026 году школы сахарного диабета уже посетили более 3 тыс. наших застрахованных. Мы рекомендуем выбрать удобное для себя время и пройти обучение в такой школе тем, кому это необходимо», – резюмировала Елена Александровна.

КОНКРЕТНО



ООО «СМК «Крыммедстрах» (лиц. ОС «4325-01» от 27.07.2026г. выдана ЦБ РФ, член Всероссийского союза страховщиков, рег.№160). Обращайтесь по адресам: г. Симферополь, ул. Екатерининская, зд.29, г. Севастополь, ул. Ленина, 17, по телефону «горячей линии»: **8-800-100-77-03**, сайт: www.oms-crimea.ru.