

# ПОМОЩЬ ПРИДЁТ

**Как должна работать скорая медицинская помощь? Могут ли человеку отказать в такой помощи? За какое время бригада скорой должна приехать к больному? В течение каких сроков врачи в поликлиниках должны оказывать медицинскую помощь пациентам?**

**Н**а эти и другие вопросы наших читателей отвечают специалисты Территориального фонда обязательного медицинского страхования Вологодской области.

**— Кому, как и когда должна оказываться скорая медицинская помощь?**

— Скорая, в том числе скорая специализированная, медицинская помощь оказывается гражданам бесплатно в экстренной форме при внезапных острых заболеваниях, состояниях, представляющих угрозу жизни пациента, или в неотложной форме при заболеваниях, состояниях, без явных признаков угрозы жизни пациента. Важно отметить, что оказывается она как вне медицинской организации по месту вызова бригады скорой, в том числе скорой специализированной, медицинской помощи, а также в транспортном средстве при медицинской эвакуации, в амбулаторных и стационарных условиях.

Поводами для вызова скорой медицинской помощи в экстренной форме являются внезапные острые заболевания, состояния, обострения хронических заболеваний, представляющие угрозу жизни пациента, в том числе:

- нарушения сознания;
- нарушения дыхания;
- нарушения системы кровообращения;
- психические расстройства, сопровождающиеся действиями пациента, представляющими непосредственную опасность для него или других лиц;
- болевой синдром;
- травмы любой этиологии, отравления, ранения

(сопровождающиеся кровотечением, представляющим угрозу жизни, или повреждением внутренних органов);

- термические и химические ожоги;
- кровотечения любой этиологии;
- роды, угроза прерывания беременности.

В случае необходимости при оказании скорой помощи осуществляется медицинская эвакуация, то есть транспортировка граждан в медучреждения с целью спасения их жизни и сохранения здоровья, в том числе лиц, находящихся на лечении в медицинских организациях, в которых отсутствует возможность оказания необходимой медицинской помощи при угрожающих жизни состояниях, женщин в период беременности, родов, послеродовой период и новорожденных, лиц, пострадавших в результате чрезвычайных ситуаций и стихийных бедствий.

Медицинская эвакуация может осуществляться как в пределах одного региона, так и при необходимости из одного региона в другой.

**— Могут ли кому-то отказать в скорой медицинской помощи? Если да, то по каким причинам?**

— Согласно законодательству, отказ в оказании медицинской помощи в соответствии с программой государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи и взимание платы за ее оказание медицинской организацией, участвующей в реализации этой программы, и медицинскими работниками такой меди-



Фото: k1news.ru

цинской организации не допускаются.

Медицинская помощь в экстренной форме оказывается медицинской организацией и медицинским работником гражданину безотлагательно и бесплатно. Отказ в ее оказании не допускается.

При этом гражданство человека, место его жительства, наличие страхового полиса и другие факторы не имеют значения. В случае, если к пациенту, нуждающемуся в оказании экстренной медицинской помощи, не выехала скорая помощь, пациент погиб либо состояние его здоровья ухудшилось, невыезд скорой на вызов может быть расценен как уголовное преступление: отказ в оказании медицинской помощи (статья 124 Уголовного кодекса РФ) или оставление в опасности (статья 125 Уголовного кодекса РФ).

**— За какое время бригада скорой медицинской помощи должна приехать к пациенту?**

— В Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи определены сроки ожидания бригады скорой медицинской помощи. Время доезда до пациента бригады

скорой помощи зависит от удаленности населенных пунктов, где базируются станции (отделения, посты, пункты) скорой медицинской помощи, до того места, куда вызывают бригаду. Для населенных пунктов, расположенных в радиусе до 15 километров от мест базирования, время доезда бригады скорой помощи до пациента не должно превышать 20 минут с момента её вызова.

Что касается населенных пунктов, отдаленных от мест базирования станций скорой медицинской помощи на 15 км и более, то при расчёте времени учитывается их транспортная доступность (к примеру, скорой приходится ехать по грунтовой дороге или пересекать железнодорожные развязки), а также климатические и географические особенности (периоды весенне-осенней распутицы во время ледохода и ледостава, наличие большого количества водных преград и т.д.).

В среднем время доезда бригады скорой помощи до населенного пункта, отдаленного от станции базирования скорой помощи на 15–40 километров, не должно превышать 40 минут. Если населенный пункт находится

на расстоянии от 40 до 60 километров, то время доезда не должно превышать 60 минут, если от 60 до 80 километров – то 90 минут, если от 80 до 100 километров – то 120 минут.

**— А каковы сроки оказания помощи в амбулаторных условиях, то есть когда человек приходит в поликлинику или записывается на прием к врачу?**

— Сроки ожидания первичной медико-санитарной помощи в неотложной форме не должны превышать двух часов с момента обращения пациента в медицинскую организацию. Сроки ожидания приёма участковыми врачами-терапевтами, участковыми врачами-педиатрами, врачами общей практики (семейными врачами) не должны превышать 24 часов с момента обращения пациента в медорганизацию.

Сроки проведения консультаций врачей-специалистов (за исключением подозрения на онкологическое заболевание) не должны превышать 14 рабочих дней со дня обращения пациента в медорганизацию. При этом направление к врачу-специалисту должно быть

Подготовил Максим ФЕДОРОВ

зафиксировано в амбулаторной карте, а на руки выдано направление.

Проведение консультаций врачей-специалистов в случае подозрения на онкологическое заболевание не должно превышать трёх рабочих дней.

Сроки проведения диагностических инструментальных (рентгенографические исследования, включая маммографию, функциональную диагностику, ультразвуковые исследования) и лабораторных исследований, компьютерной томографии, магнитно-резонансной томографии и ангиографии при оказании первичной медико-санитарной помощи не должны превышать 14 рабочих дней со дня назначения исследований (за исключением исследований при подозрении на онкологическое заболевание).

Во всех случаях направление на исследования должно быть зафиксировано в амбулаторной карте с выдачей на руки самого направления.

Диагностические инструментальные и лабораторные исследования в случае подозрения на онкозаболевание должны быть проведены в течение семи рабочих дней со дня назначения исследований.

В течение трёх рабочих дней с момента постановки диагноза онкологического заболевания должно быть установлено диспансерное наблюдение врача-онколога за пациентом.

При острых заболеваниях и обострениях хронических заболеваний первичная медико-санитарная помощь гражданам осуществляется в день обращения.

Во многих медучреждениях сейчас организованы кабинеты неотложной помощи, где вам окажут необходимую медицинскую помощь: осмотрят, назначат лечение, при необходимости выдадут листок нетрудоспособности.

## У ОБРАЗА ЖИЗНИ

### Упражнения, которые помогут выглядеть моложе своих лет

**Н**е у всех есть возможность регулярно посещать спортзал. Однако подтянуто и молодо можно выглядеть, даже если заниматься дома. Вот 7 упражнений, которые позволят вам держать свое тело в тонусе, для их выполнения не нужен инвентарь, а делать их можно даже дома или на работе, как только появилась свободная минутка.

## У НОВОСТИ МЕДИЦИНЫ

### Не берите кассовые чеки голыми руками: опасно

**В**ы задумывались, сколько раз в день вам дают чек? Мы по привычке берем эту бумажку, сминаем и отправляем либо в карман,

**1. Подъемы на носки.** Улучшает кровообращение в ногах, защищает от варикоза, и укрепляет мышцы. Выполнять можно, пока ждете закипания чайника или болтаете с коллегой. Главное – поднимайтесь на носки медленно, не заваливаясь и не раскачиваясь, чувствуя напряжение в мышцах.

**2. Приседания у стены.** Обопритесь спиной о

стену и постепенно приседайте, словно на невидимый стул. Колени должны согнуться под углом в 90 градусов. Так вы укрепляете мышцы бедер и ягодиц. Достаточно просидеть так 20–30 секунд.

**3. Ходьба по лестнице.** Если у вас в офисе или в доме несколько этажей, старайтесь реже ездить на лифте.

из Университета Гранады в Испании. Оказывается, в составе такой бумаги есть особое химическое вещество – бисфенол А. Накапливаясь в организме, он грозит расстройствами эндокринной системы, развитием онкологии, диабета 2-го типа и бесплодия.

Расстояние в 2–3 этажа – уже отличное упражнение, чтобы разогнать кровь. Если хотите усилить эффект – шагайте через ступеньку.

**4. Маршировка.** Стоя на месте поочередно поднимайте колени до уровня бедер. Это упражнение активизирует мышцы бедер, ягодиц, учащает пульс. Выполнять можно, пока разогреваете обед – хватит и 3 минут.

**5. Растяжка в позе «банан».** Встаньте боком к стене на расстоянии 0,5 м, скрестите лодыжки, поднимите руки и мягко наклони-

тесь всем корпусом к стене. Так вы снимите скованность и растяните мышцы туловища. Особенно полезно, если вы до этого сидели за компьютером несколько часов.

**6. Классические приседания.** Поставьте ноги на ширине бедер и приседайте, отводя таз назад, оставляя спину прямой. Можно тренироваться у рабочего или кухонного стола, да хоть в спальне перед телевизором – где вам больше нравится. Это одно из самых эффективных упражнений для ног и ягодиц, оно запускает крупные мышцы.

**7. Подъем тяжести.** Возьмите в обе руки свою сумку или рюкзак. Вытяните руки вперед на уровень груди и подержите так 10–15 секунд, с прямой спиной и напряженным прессом. Упражнение укрепляет мышцы спины и плечевого пояса, а еще помогает в борьбе с сутулостью.

Необязательно выполнять все упражнения подряд – достаточно 3–4, но каждый день.

Спустя всего месяц вы заметите, как подтягивается ваше тело и возвращается молодость. ♡

установленные Еврокомиссией нормы в диапазоне от 30 до 100 раз.

Бисфенол А легко проникает через кожу, поэтому особенно уязвимы те люди, кто вынужден по работе часто контактировать с чековой лентой – продавцы магазинов.

Вещество имеет свойство накапливаться в организме, поэтому лучше работать в перчатках, мыть руки с мылом. Используйте масла или жирные кремы – они создают невидимую пленочку на коже, через которую не может проникнуть бисфенол А. ♡