

Скринінг здоров'я: що важливо пам'ятати лікарю?



Скринінг може викликати запитання не тільки в пацієнтів — бо ж вони хвилюються за власне здоров'я, а й у лікарів — бо ж вони хочуть ефективно допомогти та закласти основу для довготривалої профілактики.

Для обох — це щось нове. І питання — це нормально.

Сьогодні говоримо про те, що важливо пам'ятати лікарю. Адже знання принципів людяного, доказового консультування лікарями підвищує ефективність самого скринінгу та допомагає зменшити ризик зайвих обстежень і втручань.

Скринінг — це не тільки аналізи

Зустріч із людиною під час візиту на Скринінг — це можливість **не тільки провести важливі обстеження, а й оцінити ключові фактори ризику та разом обговорити шляхи їх контролю.**



5 ключових факторів ризику серцево-судинних захворювань і цукрового діабету



Куріння



Вживання
алкоголю



Хронічний
стрес



Недостатня фізична
активність



Нераціональне
харчування



Оцінка – лише перший крок. Найважливіше – це підтримка, пояснення, управління ризиками та консультування людини щодо змін.

Як підтримати людину ефективно



Використовуйте перевірені, доказові ресурси та програми підтримки



Доносьте інформацію чітко, простою мовою та послідовно



Розуміння та пояснення – частина процесу змін

Результат: людина вам довіряє та розуміє вас – у неї менше хронічних захворювань та ускладнень, а це – зменшення навантаження на систему охорони здоров'я.

Скринінг здоров'я ≠ «обстежити все»



Проводьте лише рекомендовані обстеження, користь яких доведена



Уникайте додаткових тестів без необхідності, щоб не створювати ризик гіпердіагностики



Пояснюйте пацієнтам, що будь-який результат тесту потребує обговорення з фахівцем, а не самостійних висновків

Послідовність і довіра



Лікар, який проводить скринінг →

проведіть обстеження уважно та відповідально. За його результатами поясніть людині, що вони означають.

Якщо показники в межах норми – порадьте, як підтримувати здоров'я. Якщо виявлено відхилення – **не залякуйте, а поясніть подальші кроки:** за потреби рекомендуйте консультацію відповідного фахівця або лікування, зокрема в межах програми «Доступні ліки», пояснивши, як це допоможе поліпшити стан.



Обов'язково наголосіть на провідній ролі сімейного лікаря в подальшому супроводі.

Послідовність і довіра



Сімейний лікар →

забезпечте подальший супровід пацієнта незалежно від результатів обстеження: допоможіть розібратися з рекомендаціями, відповідайте на запитання, за потреби коригуйте план дій.



Заохочуйте до повторної консультації, щоби підтримати людину на шляху до кращого здоров'я.

**Скринінг ефективний тільки
тоді, коли він є частиною
комплексної підтримки здоров'я.**



обстеження



консультування



довіра



**тривалі, позитивні результати
для здоров'я людини**

Для практичного застосування в пригоді вам також стануть:

- курс з консультування щодо поведінкових факторів ризику в умовах гуманітарної кризи
<https://bit.ly/4aTZVsG>
- PEN-протоколи ВООЗ як інструмент комплексної ПМД в умовах обмежених ресурсів
<https://bit.ly/4p1I1b0>

У цій каруселі ділимося рекомендаціями від сімейного лікаря та медичного експерта проєкту «Всетурбота» Олександра Павлішевського, які допоможуть зробити скринінг справді ефективним і корисним для пацієнтів.

Нагадаємо, з 1 січня 2026 року в Україні впроваджують програму «Скринінг здоров'я 40+» — задля раннього виявлення серцево-судинних захворювань, цукрового діабету та проблем психічного здоров'я — те, з чим українці та українки від 40 років нині стикаються найбільше.