

## **«СОГАЗ-Мед»: К школе готовы!**

Закончилось лето. Для некоторых детей это время нового, интересного периода – начала обучения в школе. Малыши волнуются, родители готовятся к школе и задаются вопросом: «Как позаботиться о здоровье первоклашки?»

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» рекомендует не пренебрегать плановыми медицинскими осмотрами детей. В Приказе Минздрава России от 10.08.2017 N 514н «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних» утверждены новые правила прохождения детьми медосмотров. Ребенку в возрасте 6-ти лет (т.е. еще перед поступлением в школу) рекомендовано пройти плановую диспансеризацию, в которую входят осмотры следующими специалистами:

- педиатр,
- невролог,
- детский хирург,
- детский стоматолог,
- травматолог-ортопед,
- офтальмолог,
- оториноларинголог,
- психиатр детский,
- акушер-гинеколог,
- детский уролог- андролог.

А также анализы:

- общий анализ крови и мочи,
- ультразвуковое исследование органов брюшной полости (комплексное) и почек,
- эхокардиография, электрокардиография.

Плановые обследования помогут определить группу здоровья ребенка, наличие противопоказаний к занятиям физкультурой, уровень зрения (чтобы при необходимости сидеть ближе к доске) и другие важные аспекты, оказывающие влияние на процесс обучения и адаптации в школе.

Данные о проведении профилактического осмотра вносятся в историю развития ребенка и учетную форму N 030-ПО/у-17 «Карта профилактического медицинского осмотра несовершеннолетнего», которая хранится в медицинской организации в течение 5 лет. При необходимости этот документ выдается на руки несовершеннолетнему (его родителю или иному законному представителю), в том числе для последующего представления в образовательные учреждения.

Кроме профилактических осмотров важно помнить о соблюдении режима дня для поддержания здоровья первоклассника: полноценное питание, сон не менее 10 часов в сутки, умеренные физические нагрузки. Хорошо восстанавливают эмоциональное благополучие ребёнка прогулки на свежем воздухе.

Нежелательно совмещать поступление в первый класс с введением дополнительных образовательных секций. Само начало школьной жизни считается стрессом для 6–7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем. Поэтому, если дополнительные занятия кажутся необходимой частью воспитания ребенка, начните их посещение за год до начала учебы или со второго класса.

Переход из дошкольного в школьное звено считается самым сложным этапом в жизни каждого ребенка. Помните, что продолжительность и степень адаптации индивидуальны и зависят от личностных особенностей первоклассника. Прислушайтесь к рекомендациям «СОГАЗ-Мед» и будьте здоровы.

**Генеральный директор АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед» Толстов Дмитрий Валерьевич отмечает:** «Страховые медицинские организации помогают людям узнать о своих правах в системе ОМС и воспользоваться ими. Мы верим, что повышение правовой грамотности застрахованных приведет к улучшению качества медицинского обслуживания и позволит всей системе обязательного медицинского страхования выйти

на более высокий уровень. Ответственное отношение к своему здоровью – личное дело каждого, а наша задача – помочь людям узнать о своих правах и получить качественную бесплатную медицинскую помощь».

«СОГАЗ-Мед» напоминает о том, что в соответствии с частью 2 статьи 16 Федерального закона от 29.11.2010 № 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации» застрахованные лица обязаны уведомить страховую медицинскую организацию об изменении фамилии, имени, отчества, данных документа, удостоверяющего личность, места жительства в течение одного месяца со дня, когда эти изменения произошли.

Полис ОМС подлежит обязательному переоформлению при: изменении фамилии, имени, отчества, пола или даты рождения. Стоит отметить важность для застрахованных лиц своевременного обновления личных данных, в т.ч. контактных (телефона и электронной почты), предоставленных страховой медицинской организации при оформлении полиса. Актуализировать личные контактные данные в страховой медицинской организации необходимо для своевременного информирования застрахованных о возможности пройти бесплатные профилактические мероприятия (профилактические медицинские осмотры, диспансеризацию).

**Справка о компании:**

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» — лидер системы ОМС. 44 млн человек, проживающих в 56 регионах РФ и г. Байконур, являются нашими застрахованными. 25 лет успешной работы позволяют на высоком уровне контролировать качество медицинского обслуживания и восстанавливать нарушенные права граждан.