

건강검진 프로그램 안내

심뇌혈관질환 예방관리를 위한 9대 수칙

- 1 담배는 반드시 끊습니다.
- 2 술은 하루에 한두 잔 이하로 줄입니다.
- 3 음식은 싱겁게 골고루 먹고, 채소와 생선을 충분히 섭취합니다.
- 4 가능한 한 매일 30분 이상 적절한 운동을 합니다.
- 5 적정 체중과 허리둘레를 유지합니다.
- 6 스트레스를 줄이고 즐거운 마음으로 생활합니다.
- 7 정기적으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤을 측정합니다.
- 8 고혈압, 당뇨병, 고지혈증을 꾸준히 치료합니다.
- 9 뇌졸중, 심근경색증의 응급 증상을 숙지하고 발생 시 즉시 병원에 갑니다.

출처 : 보건복지부

‘행복을 지키는 작은 실천,
국민건강보험이 함께 합니다’



국민건강보험공단 외국어 홈페이지

<http://www.nhis.or.kr/english/>
<http://www.nhis.or.kr/japanese/>
<http://www.nhis.or.kr/chinese/>
<http://www.nhis.or.kr/vietnamese/>

국민건강보험공단 영어 콜센터

033-811-2000

수화언어 문진표 및 건강검진 안내

건강IN 홈페이지



건강검진 프로그램안내

국민건강보험공단은 건강보험가입자와 의료급여수급자를 대상으로 건강검진사업을 실시하고 있습니다.

건강검진은 질병을 예방하거나 발생한 질병을 최대한 빨리 발견함으로써 질병이 더 진전되는 것을 막고, 적절한 조치를 하여 건강한 삶을 유지하게 하는 것입니다.



일반건강검진

일반건강검진은 고혈압, 당뇨병 등 심뇌혈관질환을 예방하고 조기에 발견하는 것을 목표로 실시합니다. 검진대상은 20세이상인 자로 2년 마다 1회 실시하되, 세대주인 지역가입자와 직장가입자는 연령에 제한이 없고 비사무직 직장가입자에 대하여는 1년에 1회 실시합니다.



구강검진

구강검진은 치아우식증과 치주질환 등 구강질환의 조기발견을 위해 일반건강검진 대상자에게 실시합니다.



암검진

암검진은 암 발생률이 높고, 비교적 간단한 방법으로 조기에 발견하여 치료할 수 있는 6대 암을 대상으로 실시하고 있으며, 암검진 종목과 대상은 위암과 유방암은 만40세 이상, 대장암은 만50세 이상, 자궁경부암은 만20세 이상인 여성, 간암은 간암발생고위험군 중 만40세 이상인 자, 폐암은 만54세 이상~74세 중 30갑년 이상의 흡연력을 가진 자가 대상입니다. 검진주기는 위암과 유방암, 자궁경부암과 폐암은 2년마다 1회, 대장암은 1년에 1회, 간암은 1년에 2회 실시합니다.



영유아 건강검진

영유아 건강검진은 모든 영유아가 건강하게 성장할 수 있도록 필수적인 검사, 성장발달평가, 건강교육을 포함한 육아상담을 실시합니다. 검진대상자는 6세미만의 영유아로 출생일로부터 4개월, 9개월, 18개월, 30개월, 42개월, 54개월, 66개월 시기에 구강검진을 포함하여 총 10번의 검진을 받을 수 있습니다.



건강검진 비용

- ▶ 일반건강검진, 영유아 건강검진의 검진비용은 공단에서 전액부담합니다. 따라서 검진시 수검자가 별도로 부담하는 비용은 없습니다.
- ▶ 암검진은 검진비용 중 90%를 공단에서 부담하고, 나머지 10%를 수검자가 부담합니다. 다만, 자궁경부암·대장암 검진은 공단에서 전액부담합니다.
- ▶ 국가암검진 대상자(보험료기준으로 검진표에 표기함)의 검진비용은 수검자부담금 10%를 국가에서 부담하므로 수검자 부담은 없습니다.



건강검진 절차

건강검진대상자 확인

공단에서 검진대상자에게 발송(거주지 또는 사업장)한 검진확인서로 검진종목 및 검진항목 확인

건강검진기관 예약 및 방문

거주지에 상관없이 지정된 검진기관 어디서나 검진을 받을 수 있으며, 검진기관에 건강검진표와 신분증 지참하여 검진 실시

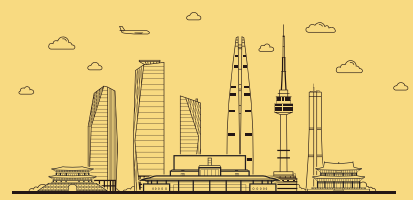
검진결과 통보

검진 받은 검진기관에서 수검자의 연락처로 검진결과 우편 발송, 일반 건강검진 결과 질환의심자에 대해서는 확진검사를 실시합니다.



건강검진시 주의사항

- ▶ 검진 전날 저녁 9시 이후에는 금식합니다
 - 최소 8시간이상 공복상태 유지
 - 공복 상태가 아니면 검사결과가 정확하지 않을 수 있습니다.
- ▶ 생리 중(생리 전후 2~3일경)에는 검진 피하시기 바랍니다.
- ▶ 건강검진은 정해진 횟수만 받을 수 있으며, 횟수를 초과하여 받는 경우 검진비용을 환수합니다.



The guidance of health screening program

The National Health Insurance Service (NHIS) provides medical care assistance to its recipients and health insurance to its subscribers through health checkups. The purpose of a health checkup is disease prevention or early detection to prevent its further advancement, and appropriate measures can be taken to maintain good health.



The general health screening

The general health screening aims for the prevention and early detection of cardiovascular and cerebrovascular disease, such as hypertension and diabetes. The screening targets individuals above 20 years old and it shall be conducted once every 2 years. However, there are no age limits for those who are local members with a householder and working members and it shall be conducted once every year for those who are working members with nonoffice work experience.



An oral checkup

An oral checkup is conducted for the early detection of oral diseases, such as dental caries, periodontal diseases, and so on, for the subjects of the general health checkup.



The cancer screening

The cancer screening focuses on the six major cancers that have high occurrence rates that can be detected early through simple methods and are treatable. The cancer screening types and subjects include stomach and breast cancer for individuals over 40, colon cancer for individuals over 50, cervical cancer for females over 20, liver cancer for individuals over 40 with high risk, and lung cancer for individuals from 54 to 74 who smoked a pack a day for over 30 years. The screening intervals are once every two years for stomach, breast, cervical and lung cancer; once a year for colon cancer and twice a year for liver cancer.



The infant health screenings

The infant health screenings include the required examinations for normal healthy growth, including growth and development assessments and infant care consultations reflecting health education. The qualifying candidates may obtain up to 10 screenings, for children under 6 years old at 4, 9, 18, 30, 42, 54, and 66 months of age, including a dental exam.



The cost of health screening

- ▶ The costs of general health screenings and the infants' health screening shall be borne fully by the corporation. Therefore, no extra cost shall be borne by the examinee during the examination.
- ▶ Regarding the cancer screening, 90% of the screening cost shall be borne by the corporation and the remaining 10% shall be borne by the examinee. However, regarding the cervical cancer and colon cancer screening, it shall be borne fully by the corporation.
- ▶ Regarding the screening cost of the national cancer screening subject (write on the screening table to the standard of insurance premium), it shall be borne by the country for 10% of the cost of burden for the examinee, so no cost shall be borne by the examinee.



The procedure of health screening

Check health screening subject

Check the screening event and screening item by the screening confirmation dispatched (residence or working place) to the screening subject from the corporation.

Appointment and visiting the health screening agency

You can schedule a health screening test in ANY AUTHORIZED hospital regardless of the area you are residing in. Please bring your ID and Medical Checkup Card on your appointment.

Notification of the screening result

The screening result shall be mailed to the contact information of the examinee by the screening agency in the place where the screening took place, and a confirmation checkup shall be conducted on those suspected with disease based on the general health checkup results.



Precautions during the health screening

- ▶ You have to fast after 9:00 p.m. on the day before the health screening
 - Should undergo fasting for at least 8 hours.
 - The screening result may not be accurate if subject is not in a fasting state.
- ▶ Please avoid screening during menstruation (about 2-3 days before and after menstruation).
- ▶ The health screening can be received only with fixed numbers and in case of receiving in excess of the numbers, the screening cost shall be returned.



健康体检项目指南

国民健康保险团以健康保险投保人以及医疗津贴补助者为对象，实施健康体检项目。

健康体检通过预防疾病或最大限度的快速发现发生的疾病，抑制疾病的进一步发展，采取适当措施，保持健康生活。



普通健康体检

普通健康体检以预防和早期发现高血压、糖尿病等心脑血管疾病为目标开展实施。体检对象为20岁以上人士，每2年实施1次，身为户主的地区投保人和职场投保人不受年龄限制，非白领职场人士每年实施1次。



口腔体检

口腔体检 是为了早期发现龋齿和牙周炎等口腔疾病，以普通健康体检者为实施对象。



癌症体检

癌症体检以发病率高，可以通过相对简单的方法早期发现治疗的6大癌症为对象实施，并且癌症体检的项目和对象划分为胃癌和乳腺癌（满40岁以上者）、大肠癌（满50岁以上者）、子宫颈癌（满20岁以上的女性）、肝癌（肝癌发生高危人群中满40岁以上者）、肺癌（吸烟指数超过30包年的满54~74岁者。体检周期为胃癌、乳腺癌、子宫颈癌和肺癌是每2年1次，大肠癌是1年1次，肝癌是1年2次。



婴幼儿健康体检

婴幼儿健康体检是为了所有婴幼儿的健康成长，实施包括必需检查、成长发育评估、健康教育在内的育儿咨询。体检对象为不满6岁的婴幼儿，从出生日起，在4个月、9个月、18个月、30个月、42个月、54个月、66个月时，包括口腔体检在内，共可以接受10次体检。



健康体检费用

- ▶ 普通健康体检、婴幼儿健康体检的费用由国民健康保险团全额负担，受检者不用缴纳任何费用。
- ▶ 癌症筛查费用的90%由国民健康保险团负担，其余的10%由受检者负担。但，宫颈癌·大肠癌的检查费用由国民健康保险团全额负担。
- ▶ 属于国家癌症筛查对象(作为保险费的依据，被写入检查表的，受检者应负担10%的费用也由国家来负担，因此受检者不需要缴纳任何费用。



健康体检顺序

确认健康体检对象

从由国民健康保险团向健康体检对象发送(居住地或工作单位)的健康体检确认书(证明)中，确认健康体检种类及健康体检项目。

健康体检机构的预约及访问

不管居住地点在哪儿，到定点健康体检机构都可以接受检查。为了接受健康体检，必须要携带健康体检表和身份证。

通知健康体检结果

健康体检机构按照受检者的联系方式发送健康体检结果通知单，并对普通健康体检结果中的疾病可疑者实施确诊检查。



健康体检须知

- ▶ 健康体检前一天晚上9点以后要禁食。
 - 至少需要8个小时以上空腹。
 - 如果不是空腹，会影响检查指标，结果可能有误。
- ▶ 女性健康体检，要避开月经期(生理前后2~3天)。
- ▶ 如果超过所定的检查次数，受检者得赔偿健康体检费用。



健康診断プログラムの案内

国民健康保険公団は健康保険加入者と医療給与受給者を対象に健康診断事業を実施しています。健康診断は、病気を予防したり、病気の発生をなるべく早期に発見して進行を防ぎ、適切な処置を行うことで健康な暮らしを維持するためのものです。



一般健康診断

一般健康診断は、高血圧、糖尿病などの心脳血管疾患の予防、または早期発見を目標としております。診断対象は20歳以上の者で、2年に1度の実施を基本とします。世帯主の地域加入者と職場加入者の場合は年齢に制限がなく、非事務職の職場加入者の場合は1年に1度の実施となります。



口腔検診

口腔検診は、虫歯や歯周疾患など口腔疾患の早期発見のため、一般健康診断対象者に実施されます。



がん検診

がん検診は、発症率が高く比較的簡単に早期発見・治療が可能な6大がんを対象に実施しています。がん検診の種類と対象は、胃がんと乳がんが満40歳以上、大腸がんが満50歳以上、子宮頸がんが満20歳以上の女性、肝臓がんが肝臓がん発症高危険群のうち満40歳以上の方、肺がんは満54歳以上から74歳までのうち、30パックイヤー以上の喫煙歴を持つ方です。検診サイクルは、胃がんと乳がん、子宮頸がんと肺がんが2年に1回、大腸がんが1年に1回、肝臓がんは1年に2回実施します。



乳幼児健康診断

乳幼児健康診断は、全ての乳幼児が健やかに成長できるように欠かせない検査、成長発達評価、健康教育を含む育児相談を実施致します。6歳未満の乳幼児検診対象者で、誕生日より4カ月、9カ月、18カ月、30カ月、42カ月、54カ月、66カ月の時期に受けた口腔検診を含む総10回の受診が可能です。



健康診断費用

- ▶ 一般健康診断、乳幼児健康診断の診断費用は、公団から全額負担致します。従って、診断時に受診者が別途負担する費用はございません。
- ▶ がん検診は、診断費用中90%を公団が、残りの10%を受診者が負担致します。ただし、子宮頸がん・大腸がん検診は、公団が全額負担致します。
- ▶ 国家がん検診対象者(保険料基準で検診表に表記する)の診断費用は、受診者負担金のうち10%を国が負担するため、受診者負担費用はございません。



健康診断手続き

健康診断対象者の確認

公団から診断対象者に送付(居住地または事業場)した診断確認書で診断種目及び診断項目を確認。

健康診断施設予約及び訪問

居住地に関係なく、指定された検診施設であればどこでも受診可能です。あり、検診施設に健康診断表と身分証を持参して、診断を実施致します。

診断結果通知

診断を受けた検診施設にて受検者の連絡先に診断結果を郵送し、一般健康診断の結果、疾患の疑いがある方に対しては確認検査を実施いたします。



健康診断時注意事項

- ▶ 診断前の夜9時以後は禁食します。
 - 最低8時間以上の空腹状態を維持
 - 空腹でない場合、検査結果に不正確なことがあります。
- ▶ 生理中(生理前後2~3日頃)は、診断を避けてください。
- ▶ 健康診断は、決まった数だけ受診でき、その数を超過して受ける場合は診断費用を請求させていただきます。



HƯỚNG DẪN CHƯƠNG TRÌNH KIỂM TRA SỨC KHỎE

Cơ quan bảo hiểm quốc dân hiện đang thực hiện công tác kiểm tra sức khỏe dành cho người tham gia bảo hiểm sức khỏe và người được trợ cấp y tế. Kiểm tra sức khỏe là việc phòng ngừa bệnh tật hoặc phát hiện bệnh tật nhanh nhất có thể để ngăn ngừa bệnh tiến triển thêm và có biện pháp phù hợp để duy trì đời sống khỏe mạnh.



Kiểm tra sức khỏe tổng quát

Kiểm tra sức khỏe tổng quát nhằm phòng cao huyết áp, bệnh đái tháo đường cũng như bệnh về tim mạch não và được thực hiện với mục tiêu phát hiện sớm. Đối tượng kiểm tra là người trên 20 tuổi và thực hiện 2 năm 1 lần. Không có giới hạn về độ tuổi giữa người tham gia theo hộ gia đình cũng như theo cơ quan làm việc. Đối với những người tham gia theo cơ quan nhưng không làm việc tại văn phòng thì thực hiện việc khám là 1 năm 1 lần.



Tiến hành khám sức khỏe răng miệng

Tiến hành khám sức khỏe răng miệng cho các đối tượng khám sức khỏe thông thường để sớm phát hiện bệnh răng miệng như sâu răng, bệnh viêm nha chu, và...



Sàng lọc ung thư

Sàng lọc ung thư tập trung vào sáu loại ung thư chính có tỉ lệ mắc cao mà có thể phát hiện sớm thông qua các phương pháp đơn giản và có thể chữa trị được. Các loại sàng lọc ung thư và đối tượng được sàng lọc bao gồm ung thư dạ dày và ung thư vú cho những người trên 40 tuổi, ung thư ruột kết cho những người trên 50 tuổi, ung thư cổ tử cung cho nữ giới trên 20 tuổi, ung thư gan cho những người trên 40 tuổi và có nguy cơ cao, và ung thư phổi cho những người từ 54 đến 74 tuổi và hút một bao thuốc lá mỗi ngày trong hơn 30 năm. Thời gian sàng lọc là hai năm một lần đối với ung thư dạ dày, ung thư vú, ung thư cổ tử cung và ung thư phổi, mỗi năm một lần đối với ung thư ruột kết và mỗi năm hai lần đối với ung thư gan.



Kiểm tra sức khỏe trẻ em

Kiểm tra sức khỏe trẻ em thực hiện các kiểm tra cần thiết, đánh giá sự phát triển của trẻ và tư vấn giáo dục trẻ bao gồm cả việc giáo dục sức khỏe, nhằm giúp trẻ phát triển một cách khỏe mạnh. Đối tượng kiểm tra là trẻ nhỏ dưới 6 tuổi, kiểm tra qua các thời kỳ 4 tháng, 9 tháng, 18 tháng, 30 tháng, 42 tháng, 54 tháng, 66 tháng tuổi tính từ ngày sinh bao gồm cả kiểm tra răng miệng, với tổng số 10 lần kiểm tra.



CHI PHÍ KIỂM TRA SỨC KHỎE

- ▶ Chi phí sàng lọc sức khỏe thông thường, và sàng lọc sức khỏe cho trẻ sẽ do cơ quan này chi trả. Theo đó, người đến khám không phải chịu bất kỳ phụ phí nào trong thời gian khám.
- ▶ Đối với sàng lọc ung thư, cơ quan này sẽ chi trả 90% chi phí sàng lọc và người đến khám chi trả 10% chi phí còn lại. Tuy nhiên, cơ quan này sẽ chi trả toàn bộ chi phí cho việc sàng lọc ung thư cổ tử cung và ung thư ruột kết.
- ▶ Đối với đối tượng kiểm tra ung thư của quốc gia (biểu thị trên phiếu khám theo tiêu chuẩn phí bảo hiểm) thì nhà nước sẽ trả chi phí kiểm tra 10% mà người được khám phải trả, nên người được kiểm tra không phải chịu bất kỳ chi phí nào.



THỦ TỤC KIỂM TRA SỨC KHỎE

Xác nhận đối tượng kiểm tra kiểm tra sức khỏe

Xác nhận nội dung kiểm tra cũng như các mục kiểm tra theo hình thức Cơ quan bảo hiểm sẽ gửi giấy xác nhận kiểm tra tới địa chỉ cư trú cũng như nơi làm việc cho đối tượng được kiểm tra.

Đăng ký trước và sau đó tới cơ quan kiểm tra sức khỏe

Có thể tiến hành kiểm tra ở bất kỳ cơ quan kiểm tra nào được chỉ định và không quan trọng nơi cư trú, trình phiếu kiểm tra sức khỏe và CMND tại cơ quan kiểm tra sau đó tiến hành kiểm tra.

Thông báo kết quả khám

Kết quả sàng lọc sẽ được cơ sở khám sàng lọc gửi tới thông tin liên hệ của người khám bệnh tại nơi thực hiện khám sàng lọc, đồng thời, những người nghi ngờ mắc bệnh dựa theo kết quả khám sức khỏe tổng quát sẽ được tiến hành khám xác nhận bệnh.



NỘI DUNG CẦN CHÚ Ý KHI KIỂM TRA SỨC KHỎE

- ▶ Không được ăn từ sau 9h tối ngày trước khi khám
 - Duy trì trạng thái đói tối thiểu trên 8 tiếng
 - Nếu không ở trạng thái đói thì kết quả kiểm tra có thể không chính xác
- ▶ Trong thời kỳ kinh nguyệt (2 đến 3 ngày trước và sau kỳ kinh) nên tránh tiến hành kiểm tra
- ▶ Kiểm tra sức khỏe chỉ có thể tiến hành theo số lần được quy định, nếu vượt quá số lần đó thì sẽ phải trả chi phí khám thêm.



Gabay sa programang pangkalusugan

Ang Pambansang Serbisyo sa Pangkalusugang Seguro ay nagbibigay ng tulong sa pangangalagang medikal sa mga tumatanggap at pangkalusugang seguro sa mga subscriber nito sa pamamagitan ng mga pagsusuri sa kalusugan. Ang layunin ng pagsusuri sa kalusugan ay maiwasan ang sakit o maagang pagtuklas para maiwasan ang ibayo nitong pagsulong, at maisagawa ang mga naaangkop na hakbangin upang mapanatili ang magandang kalusugan.



Ang Pangkalahatang Screeningay

Ang Pangkalahatang Screeningay naghahangad na magkondukta ng screening na pangiwas sa mga karamdamang cardiovascular tulad na hypertension at diabetes. Ang mga pasyente ay dapat higit 20 taong gulang at dapat makondukta isang beses sa 2. Samantala, walang limitasyon ang edad para sa mga lokal na miyembro na tagapanghawak at empleyado, dapat i kondukta isang beses sa isang taon para sa mga nabanggit.



checkup sa bibig

Ininasagawa ang checkup sa bibig para sa maagang pagtukoy sa mga sakit na may kaugnayan sa bibig, gaya ng mga pagkabulok ng ngipin, periodontal na sakit, at iba pa, para sa mga subject ng mga checkup para sa pangkalahatang pangkalusugan.



pagsasala para sa kanser

Nakatutok ang pagsasala para sa kanser sa anim na pangunahing kanser na may mga mataas na porsiyento ng pagkakaroon na maaaring matuklasan nang maaga sa pamamagitan ng mga simpleng pamamaraan at nagagamot. Kabilang sa mga klase at mga puntirya ng pagsasala para sa kanser ang kanser sa sikmura at suso para sa mga indibidwal na mas matanda sa 40, kanser sa malaking bituka para sa mga indibidwal na mas matanda sa 50, kanser sa matris para sa mga babaeng mas matanda sa 20, kanser sa atay para sa mga indibidwal na mas matanda sa 40 at may mataas na panganib, at kanser sa baga para sa mga indibidwal mula 54 hanggang 74 na nanigarilyo ng isang kaha kada araw sa loob ng 30 taon. Ang mga agwat sa pagsasala ay isang beses kada dalawang taon para sa kanser sa sikmura, suso, matris, at baga; isang beses sa isang taon para sa kanser sa malaking bituka; at dalawang beses sa isang taon para sa kanser sa atay.



Screening sa mga Sanggol

Magsasagawa ng kaukulang eksaminasyon para sa mga sanggol tungkol sa paglaki at edukasyong pangkalusugan para sa malusog na mga bata para sa edad 6 na taon pababa. Nabubuo ang 10 eksaminasyon ng kasama ang eksaminasyong pambibig sa dalas na 4 na buwan, 9 buwan, at 4,9,18,30,42,54,66na buwan.



Gastos sa Check Up

- ▶ Ang mga gastos sa mga screening ng pangkalahatang kalusugan, at screening sa kalusugan ng sanggol ay ganap na sasagutin ng korporasyon. Samakatuwid, walang karagdagang gastos na babayaran ang nagpapaeksamen sa oras ng eksaminasyon.
- ▶ Hinggil sa screening sa kanser, ang 90% ng gastos sa screening ay sasagutin ng korporasyon at ang natitirang 10% ay babayaran ng nagpapaeksamen. Gayunpaman, hinggil sa kanser sa cervix at kanser sa colon, sasagutin ito nang buo ng korporasyon.
- ▶ Samantala sa gastos ng screening ng national cancer screening subject (magsulat sa hanay ng screening para sa pamantayan ng insurance primyum) ang 10% ay sagot ng gobyernosa kabuuang halaga at ang pasyente ay hindi kailangan gumastos ng anomang halaga.



Alituntunin ng check up ng pangkalusugan

Suriin ang Paksa ng Check up

Suriin ang paksa ng check up ayon sa aytem kapag ang resulta ay nadispata (tirahan o lugar na pinagtatrabahuan) hanggang sa korporasyon.

Pagpapareserba at pagbisita sa ahensya ng pagsuri sa kalusugan

Ang lugar ng tirahan ay walang kaso, magdala lamang ng ID at hanay ng check up para sa check up.

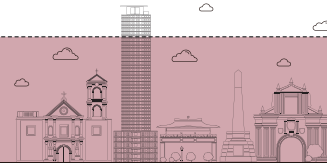
Abiso ng resulta ng pagsasala

Ang resulta ng pagsasala ay ipapadala sa impormasyon sa pakikipag ugnayan ng nagiksamen ng ahensyang nagsasala sa lugar kung saan isinagawa ang pagsasala, at magsasagawa ng pangkumpirmang pagpapatingin ang mga taong pinaghihinalaang may sakit ayon sa mga resulta ng pangkalahatang pangkalusugang pagpapatingin.



Pag iingat habang check up

- ▶ Kailangan mong mag fast pagkalipas ng 9:00 p.m. sa araw bago ang screening para sa kalusugan
 - Huwag kumain 8 oras bago i check up.
 - Ang resulta ng screening ay hind waste kapag may laman ang tiyan 8 oras bago ang nakatakandang check up.
- ▶ wasan ang magpaskreening habang buwanang dalaw. Magtalaga ng 2-3 araw bago at pagkatapos ng dalaw bago magpatingin.
- ▶ ng screening ang matatanggap lamang gamit ang wastong kaukulang numero, kapag nakatanggap ng sobrang numero, ang kaukulang gastos sa screening ay isasauli.



การแนะนำโปรแกรมการตรวจสุขภาพประชาชน

ระบบประกันสุขภาพแห่งชาติ มอบความเชื่อใจเหลือด้านการรักษาพยาบาลให้แก่ผู้รับของตนและการประกันสุขภาพให้แก่สมาชิกของตนผ่านการตรวจสุขภาพจุดประสงค์ของการตรวจสุขภาพคือการป้องกันโรคร้ายหรือการตรวจโรคให้พบล่วงหน้าเพื่อป้องกันความรุนแรงของโรคและการตรวจวัดที่เหมาะสมนั้นสามารถนำไปใช้เพื่อการรักษาสุขภาพให้ดีขึ้น



การตรวจสุขภาพทั่วไป

การตรวจสุขภาพทั่วไปมีเป้าหมายที่ป้องกันโรคเส้นเลือดเช่นโรคความดันเลือดสูง โรคเบาหวานสำหรับผู้ที่ มีอายุ 20 ปี ขึ้นไปทุก 2 ปี ครั้งหนึ่งสำหรับสมาชิก กทองถิ่นและสมาชิก กออฟี ซี ยร์ไม่มีขอบเขตอายุ แต่สำหรับสมาชิก กที่ นอนออฟี ซี ยร์ทำได้ 1 ครั้งต่อปี



การตรวจช่องปาก

การตรวจสุขภาพทั่วไปมีเป้าหมายที่ป้องกันโรคเส้นเลือดเช่นโรคความดันเลือดสูง โรคเบาหวานสำหรับผู้ที่ มีอายุ 20 ปี ขึ้นไปทุก 2 ปี ครั้งหนึ่งสำหรับสมาชิก กทองถิ่นและสมาชิก กออฟี ซี ยร์ไม่มีขอบเขตอายุ แต่สำหรับสมาชิก กที่ นอนออฟี ซี ยร์ทำได้ 1 ครั้งต่อปี



การตรวจคัดกรองมะเร็ง

การตรวจคัดกรองมะเร็งมุ่งเน้นไปที่มะเร็งที่สำคัญ 6 ชนิดที่มีอัตราการเกิดสูง ซึ่งสามารถตรวจพบได้ตั้งแต่เนิ่น ๆ ด้วยวิธีการง่าย ๆ และสามารถรักษาได้ประเภทของการตรวจคัดกรองมะเร็งและผู้รับการตรวจที่ประกอบไปด้วยมะเร็งกระเพาะอาหารและมะเร็งเต้านมสำหรับผู้ที่มีอายุมากกว่า 40 ปี มะเร็งลำไส้ใหญ่สำหรับผู้ที่มีอายุมากกว่า 50 ปี มะเร็งปากมดลูก กสสำหรับผู้หญิงที่มีอายุมากกว่า 20 ปี มะเร็งตับสำหรับผู้ที่ มีอายุ มากกว่า 40 ปี ที่มีความเสี่ยงสูง และมะเร็งปอดสำหรับผู้ที่มีอายุ ตั้งแต่ 54 ถึง 74 ปี ที่ ซึ่งเป็นผู้ สู บนุ หรือ หนึ่งซองต่อวันเป็นเวลานานกว่า 30 ปี ช่วงระยะเวลาการตรวจคัดกรองคือ ทุก ๆ สองปี สำหรับมะเร็งกระเพาะอาหารมะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูก กและมะเร็งปอดปี ละครั้งสำหรับมะเร็งลำไส้ใหญ่และปี ละสองครั้งสำหรับมะเร็งตับ



การตรวจสุขภาพเด็ก

การตรวจสุขภาพเด็กคือการตรวจสุขภาพเพื่อให้เด็กเติบโตขึ้นได้อย่างแข็งแรงโดยการตรวจการพัฒนาเจริญเติบโตสำหรับผู้ที่ ตรวจคือเด็กที่อายุ 4 เดือน, 9 เดือน, 2 ปี, 3 ปี, 4 ปี, 5 ปี ทั้งหมด 9 ครั้งรวมการตรวจฟัน



ราคาการตรวจสุขภาพ

- ▶ ค่าใช้จ่ายในการคัดกรองสุขภาพทั่วไปและการคัดกรองสุขภาพของทารกจะต้องเป็นไปตามความรับผิดชอบของบริษัท ดังนั้นจึงไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมในระหว่างการตรวจร่างกาย
- ▶ ตามการคัดกรองมะเร็ง 90% ของการคัดกรองจะรับผิดชอบโดยบริษัท และที่เหลืออีก 10% จะรับผิดชอบโดยผู้รับตรวจอย่างไรก็ตามสำหรับมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งลำไส้ใหญ่จะรับผิดชอบโดยบริษัททั้งหมด
- ▶ จากค่าตรวจสุขภาพสำหรับผู้ ที่ได้รับการตรวจมะเร็ง(จดยาการตรวจเป็นผู้ ที่ ค่าใช้จ่ายประกันค่า) 10% ซึ่งเป็นค่าที่ ขึ้นอยู่กับผู้ ที่ ตรวจรัฐบาลจ่ายให้ผู้ ที่ ตรวจจึงไม่ต้องจ่ายเลย



ขั้นตอนการตรวจสุขภาพ

เช็คนัดที่รับการตรวจสุขภาพ

เช็ครายการตรวจจากรายการตรวจที่องค์กรส่งให้ผู้ ที่รับการตรวจ (สถานที่ อยู่ หรือสถานที่ ทางาน)

การเข้าเยี่ยมและการจององค์การตรวจสุขภาพ

สามารถรับการตรวจได้องค์การตรวจทุกที่ กกำหนดไว้โดยไม่เกี่ยวข้องกับสถานที่ อาศัยอยู่ โดยเก็บบัตรประชาชนและรายการตรวจสุขภาพที่สถาบันการตรวจ

แจ้งผลการตรวจ

ผลการตรวจจะส่งไปยังผู้ ที่ได้รับการตรวจตามข้อมูล สที่ ให้ได้โดยหน่วยงานการตรวจคัดกรองจากสที่ ที่มี การตรวจคัดกรองเกิดขึ้น และการรับรองการตรวจสุขภาพจะได้รับการดำเนินการกับผู้ ที่ มีความสงสัยว่าเป็นโรคโดยอ้างอิงจากผลการตรวจสุขภาพทั่วไป



ข้อระมัดระวังในการตรวจสุขภาพ

- ▶ งดอาหารหลัง 3 ทุ่ม ก่อนวัน ที่ ได้รับการตรวจ
 - ให้ท้องว่างอย่างน้อย 8 ชั่วโมง
 - ถ้าไม่เป็นท้องว่างผลการตรวจอาจจะมีผิดปกติได้
- ▶ หลีกเลี่ยงตรวจตอนมีประจำเดือน (2-3 วันก่อนและหลังประจำเดือน)
- ▶ การตรวจสุขภาพสามารถทำได้เฉพาะจำนวนที่ กหนดไว้กรณีนี้ ที่ เกินจำนวนต้องจ่ายค่าตรวจสุขภาพ



Tibbiy ko'rik dasturi haqida ma'lumot

Milliy salomatlik sug'urtasi xizmati tibbiy ko'riklar orqali tibbiy xizmatlar uchun yordam oluvchi shaxslariga tibbiy yordam va salomatlik sug'urtasi a'zolariga salomatlik sug'urtasi xizmatlarini ko'rsatadi. Tibbiy ko'riktan maqsad kasalliklarni oldini olish yoki kasallikning avj olishiga yo'l qo'ymaslik uchun uni erta aniqlash va inson salomatligi yaxshi bo'lishini ta'minlash uchun tegishli choralarni ko'rishdan iborat.



Oddiy tibbiy ko'rik

Oddiy tibbiy ko'rik yuqori qon bosimi, qandli diabet kabi yurak miya qon tomiri kasalliklari oldini olib, boshlang'ich bosqichida aniqlashni o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan. Ushbu ko'riktan 20 yoshdan oshganlar 2 yilda 1 marta o'tishlari mumkin. Hududiy a'zo va ishchi a'zolarga yosh cheklov yo'q. Offis ishchisi bo'lmagan shaxslar uchun 1 yilda 1 marta tibbiy ko'rik o'tkaziladi.



Og'iz bo'shlig'ini tekshirish

Og'iz bo'shlig'ini tekshirish, og'iz bo'shlig'i kasalliklari, periodontal kasalliklar va shu kabi, umumiy sog'liqni saqlash kasalliklarni oldindan aniqlash uchun o'tkaziladi.



Saraton ko'riklari

Saraton ko'riklari oddiy usullar yordamida erta aniqlash mumkin bo'lgan va davolash mumkin bo'lgan, eng ko'p uchraydigan oltilta asosiy saraton turlarini e'tiborini qaratadi. Saraton tekshiruv turlari va kimlar bu tekshiruvdan o'tishi: 40 yoshdan oshganlar uchun oshqozon saratoni va ko'krak bezi saratoni tekshiruv, 50 yoshdan oshganlar uchun yo'g'on ichak saratoni tekshiruv, 20 yoshdan katta ayollar uchun bachadon bo'yni saratoni tekshiruv va 40 yoshdan oshgan jigar saratoni xavfi yuqori bo'lgan insonlar uchun jigar saratoni tekshiruv hamda 30 yildan oshiq vaqt davomida kuniga bir qutidan chekkan 54 yoshdan 74 yoshgacha bo'lgan shaxslar uchun o'pka saratoni tekshiruv. Oshqozon, ko'krak bezi va bachadon bo'yni saratoni tekshiruv har ikki yilda bir marta, yo'g'on ichak saratoni tekshiruv har yilda bir marta, jigar saratoni tekshiruv har yilda ikki marta amalga oshiriladi.



Go'daklar tibbiy ko'riklari

Go'daklar tibbiy ko'riklari bolaning mo'tadil o'sishini nazorat qilib borish uchun zarur bo'lgan tekshiruvlarni, shu jumladan bolaning o'sish va rivojlanishini baholash tekshiruvlarini, shuningdek, go'dakni parvarishlashga oid maslahatlarni o'z ichiga oladi. 6 yoshgacha bo'lgan bolalar jami 10 ta korikdan o'tishlari mumkin bo'lib, bu ko'riklar bolalarning 4, 9, 18, 30, 42, 54 va 66 oylik bo'lgan paytida amalga oshiriladi. Ko'riklar ro'yxatidan stomatologiya ko'rigi ham o'rin olgan.



Tibbiy ko'rik to'lovi

- ▶ Umumiy tibbiy ko'riktan o'tish xarajatlari va chaqaloqlarning sog'lig'ini tekshirishi korporatsiya tomonidan to'liq qoplanadi. Shuning uchun tekshiruv vaqtida topshiruvchi tomonidan qo'shimcha xarajatlar to'lanmaydi.
- ▶ Saraton tekshiruv bilan bog'liq ravishda sarf xarajatlarning 90 foizi korporatsiya tomonidan to'lanadi, qolgan 10 foizi esa topshiruvchi tomonidan qoplanadi. Biroq, bachadon bo'yni saratoni va yo'g'on ichak saratoni bilan bog'liq tekshiruvni to'liq amalga oshirish korporatsiya tomonidan amalga oshiriladi.
- ▶ Davlat rak tekshiriluvchisi (oz miqdordagi sug'urta pulini to'lagan shaxs, ko'rik varaqasida ko'rsatiladi) uchun u to'lashi kerak bo'lgan 10%ni davlat to'lab berishi bois, tekshiriluvchi harajati sodir bo'lmaydi.



Tibbiy ko'rik tartibi

Tekshiriluvchini aniqlash

Tashkilot tomonidan tekshiriluvchi (yashash joyi yoki ish joyiga) xat yuborilib, tekshiruv punktlari va tana organlarini tasdiqlaydi

Tibbiy ko'rik agentligiga qabul tayinlash va tashrif buyurish

Yashash joyingizdan qat'iy nazar ISTALGAN VAKOLATLI shifoxonada tibbiy ko'rik uchun qabul tayinlashingiz mumkin. Tibbiy ko'rikka o'z ID va tibbiy ko'rik kartangizni o'zingiz bilan birga olib boring.

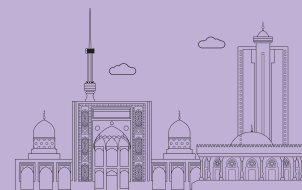
Ko'rik natijasi haqida xabar berish

Tekshiruv natijasi topshiruvchi bergan kontakt ma'lumotlariga skrining agentligi tomonidan skrining o'tkazilgan joydan pochta orqali yuboriladi va tasdiqlash tekshiruv tibbiy ko'rikning umumiy natijalariga qarab kasallik borligiga shubha qilinayotganlar ustidan o'tkaziladi.



Tibbiy ko'riktan o'tishda quyidagilarga amal qiling

- ▶ Ko'riktan bir kun oldin kechki soat 9 dan keyin ovqatlanmang
- Kamida 8 soat bo'sh oshqozon holatini saqlang
- Bo'sh oshqozon holati bo'lmasa noaniq natija olish mumkin.
- ▶ Xayz payti (hayz kelishidan oldin va keyingi 2-3 kun)da ko'riktan o'tmang.
- ▶ Ko'riktan faqat belgilanga marta o'tish mumkin. Belgilangan sondan oshsa xarajat undirib olinadi.



ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ШИНЖИЛГЭЭНИЙ ХӨТӨЛБӨРИЙН ТАНИЛЦУУЛГА

Иргэдийн эрүүл мэндийн даатгалын ерөнхий газар нь эрүүл мэндийн даатгалд даатгуулагч болон эрүүл мэндийн тусламж авах эрх бүхий этгээдийг хамрзулан эрүүл мэндийн шинжилгээний үйл ажиллагааг явуулж байна. Эрүүл мэндийн шинжилгээ нь хууч өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх юмуу бий болсон хууч эмгэгийг аль болох хурдан олж илрүүлснээр өвчин хүндрэхээс хамгаалж, зохистой арга хэмжээг авч эрүүл амьдралыг бий болшно.



Энгийн эруул мэндийн шинжилгээ нь

Энгийн эруул мэндийн шинжилгээ нь өндөр даралт, сахарын шижин гэх мэт зурх тархи судасны өвчнөөс урьдчилан сэргийлж, анхан шатанд нь илрүүлэх зорилготой юм. Эрүүл мэндийн шинжилгээнд хамрагдагч нь 20 ба түүнээс дээш насны хун байх бөгөөд 2 жилд 1 удаа хамрагдахаас гадна өрхийн тэргүүн хувиараа даатгал төлөгч эсвэл албан газраараа даатгалд хамрагдагч нь насны хязгааргүй ба, оффисийн бус ажил эрхлэгч нь 1 жилд 1 удаа явагдана.



амны хөндийн үзлэг

Эрүүл мэндийн ерөнхий үзлэгийн хүрээнд шүдний цооролт/парадонтоз зэрэг амны хөндийн өвчлөлийг эрт үед нь илрүүлэх зорилгоор амны хөндийн үзлэг хийдэг.



Хавдрын шинжилгээг

Хавдрын шинжилгээг нь хавдар үүсэх хамгийн өндөр магадлалтай, харьцангуй хялбар аргаар анхан шатанд нь илрүүлэн эмчлэх боломжтой зургаан гол хавдрыг харьцуулан хийгдэж байгаа бөгөөд, хавдарын шинжилгээний төрөл болон шинжилгээнд халдварлагч нь ходоодны хавдар болон хөхний хавдар 40 ба түүнээс дээш настай, бүдүүн гэдэсний хавдар нь 50 ба түүнээс дээш настай, умайн хүзүүний хавдар нь 20 ба түүнээс дээш настай, элэгний хавдар нь элэгний хавдар үүсэх эрсдэл өндөртэй хүмүүс дундаас 40 ба түүнээс дээш настай хүмүүс, 30 гаруй жил өдөрт нэг хайрцаг тамхи татдаг 54-74 насны уушигны хорт хавдартай хүмүүс байна. Шинжилгээ хийлгэх давтамж нь ходоодны хавдар болон хөхний хавдар, умайн хүзүүний хавдар нь хоёр жилд нэг удаа, бүдүүн гэдэсний хавдар нь жилд нэг удаа, элэгний хавдар нь нэг жилд хоёр удаа байна.



Нялх ба бага насны хүүхдийн эрүүл мэндийн шинжилгээ нь

Нялх ба бага насны хүүхдийн эрүүл мэндийн шинжилгээ нь бүхий л нялх болон бага насны хуучдууд эруул өсч бойжиход шаардлагатай заавал хийлгэх шинжилгээ, өсөлт хөгжлийг дүгнэх, эруул мэндийн сургалт боловсролыг хамарсан нялх хүүхдийн зөвөлгөөг явуулж байна. Эрүүл мэндийн шинжилгээнд хамрагдагч нь бнаснаа доош насны нялх ба бага насны хуучд байх ба төрснөөсөө хойш 4сар,9сар,2 нас, 3нас, 4нас 5нас гэсэн уеудэд эрүүл мэндийн шинжилгээг хамруулж нийт 9 удаагийн шинжилгээг авна.



Эрүүл мэндийн шинжилгээний зардал

- ▶ Эрүүл мэндийн ерөнхий үзлэц нялхсын эрүүл мэндийн үзлэгийн төлбөрийг корпораци бүрэн хариуцна. Иймд үзлэгт хамрагдагсдаас үзлэгийн үеэр нэмэлт төлбөр авахгүй.
- ▶ Хорт хавдар илрүлэх үзлэгийн ^вд корпораци үзлэгийн зардлын 90%-ийг төлөх ба үлдсэн 10%-ийг ^хайн үзлэгт халфагдаж буй хүн төлнө. Гэхдээ умайн хүзүүний хорт хавдар болон бүдүүн гэдэсний хорт хавдар илрүүлэх үзлэгийн төлбөрийг корпораци 100% хариуцна.
- ▶ Улсын эруул мэндийн шинжилгээнд хамрагдагч(даатгалын унийн дунгийн тувшингөөр шинжилгээний хуснэгтэнд тэмдэглэгээ хийх) -ийн шинжилгээний зардал нь шинжилгээ өгөгчийн 10%-ийг улсаад хариуцах учраас хувь хүн төлбөргүй болно.



Эрүүл мэндийн шинжилгээний дараалал

Эруул мэндийн шинжилгээнд хамрагдагчийн шалгах
Даатгалын газраас эруул мэндийн шинжилгээнд хамрагдагчид илгээсэн(гэр болон ажлын хаягаар) шинжилгээний тодорхойлолтоос шинжилгээний төрөл болон агуулгыг шалган тодорхойлох

Эруул мэндийн шинжилгээний байгууллагад захиалга өгөх болон биеэр очих

амьдарч буй газраас хамааралгүйгээр тогтоож өгсөн эруул мэндийн шинжилгээний газар л бол хаана ч байсан ялгаагүй шинжилгээнд хамрагдах боломжтой ба, шинжилгээний газарт очоод шинжилгээний хуудас болон биеийн байцаалтаа хамт шалгуулахад болно

Шинжилгээний хариу мэдэгдэх

Үзлэгийн хариу үзлэг хийсэн шинжилгээний байгууллагаас үзлэг хийлгэсэн хүннй холбогдох хаягийн дагуу шуудангаар илгээнэ. Баталгаажуулах шинжилгээг эрүүл мэндийн үзлэгийн үр дүнд тулгуурлан сэжигтэй хүнд хийдэг.



Эрүүл мэндийн шинжилгээний үед анхаарах зүйлс

- ▶ эрүүл мэндийн шинжилгээний өмнөх өдрийн орой 9цагаас хойш хоол хорино.
 - доод тал нь 8цагаас илуутэйгээр хоосон байх ёстой
 - хоосон оаигаагүй оол шинжилгээний хариу оуруу гарах магадлалтай.
- ▶ сарын тэмдэг ирсэн байх үеэр(сарын тэмдгийн өмнө хойно 2~3өдрийн орчим) шинжилгээг хийлгэхээс зайлсхийх хэрэгтэй.
- ▶ эруул мэндийн шинжилгээ нь тогтоосон удаагаас илуутэйгээр хийлгэсэн бол илүү хийлгэсэн шинжилгээний төлбөрийг буцаан авна.



សេចក្តីណែនាំអំពីកម្មវិធីពិនិត្យសុខភាព

សេវាធានារ៉ាប់រងសុខភាពជាតិផ្តល់នូវជំនួយថែទាំសុខភាពដល់អ្នកទទួលបាន និងការធានារ៉ាប់រងសុខភាពដល់ អ្នកជាវ តាមរយៈការពិនិត្យសុខភាព។ គោលបំណងនៃការពិនិត្យសុខភាព គឺដើម្បីបង្ការជំងឺ ឬកម្រិតធ្ងន់ធ្ងរ នៅដំណាក់កាលដំបូង ដើម្បីបង្ការកុំឲ្យជំងឺកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ ហើយធានាការសម្របអាចធ្វើឡើង ដើម្បីថែទាំ សុខភាពឲ្យបានល្អ។



ការពិនិត្យសុខភាពទូទៅ

ការពិនិត្យសុខភាពទូទៅមានគោលបំណងដើម្បីបង្ការ និងពិនិត្យរកជំងឺបេះដូង និងជំងឺខួរក្បាលដូច ជា ជំងឺសម្ពាធឈាមខ្ពស់ និងជំងឺទឹកនោមផ្លែម្ងាស់។ ការពិនិត្យផ្ដោតគោលដៅទៅលើអ្នកទាំងឡាយដែលមាន អាយុលើសពី ២៥ ឆ្នាំ ហើយត្រូវធ្វើឡើងម្តងរៀងរាល់ ២ ឆ្នាំ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ គ្មានការកំណត់អាយុសម្រាប់ អ្នកទាំងឡាយដែលជាសមាជិកគ្រួសារ និងជាសមាជិកធ្វើការងារទេ ហើយការពិនិត្យនេះត្រូវធ្វើឡើងម្តងរៀង រាល់មួយឆ្នាំ សម្រាប់អ្នកទាំងឡាយដែលធ្វើការងារតែមិននៅក្នុងការិយាល័យ។



ការពិនិត្យសុខភាពមាត់ធ្មេញ

ការពិនិត្យសុខភាពមាត់ធ្មេញ ត្រូវបានធ្វើឡើងសម្រាប់ការវិវឌ្ឍន៍កម្រិតមាត់ធ្មេញជាមុនដូចជាជំងឺដង្កូវ ស៊ីធ្មេញ ជំងឺអញ្ចាញធ្មេញ ជាដើម សម្រាប់ប្រធានបទពិនិត្យសុខភាពទូទៅ។



ការពិនិត្យរកជំងឺមហារីក

ការពិនិត្យរកជំងឺមហារីក ផ្ដោតលើជំងឺមហារីកដំបូងប្រាំមួយដែលមានអត្រាកើតខ្ពស់ដែលអាចពិនិត្យ ឃើញនៅដំណាក់កាលដំបូង តាមរយៈវិធីសាស្ត្រសាមញ្ញ ហើយអាចព្យាបាលបាន។ ប្រភេទនៃការពិនិត្យរក ជំងឺមហារីកនិងអ្នកជំងឺ រួមមានជំងឺមហារីកក្រពះនិងជំងឺមហារីកសួនដំបូងចំពោះបុគ្គលអាយុលើស40ឆ្នាំ ជំងឺ មហារីកពោះវៀនដំបូងចំពោះបុគ្គលអាយុលើស50ឆ្នាំ ជំងឺមហារីកសួនចំពោះស្ត្រីអាយុលើស20ឆ្នាំ ជំងឺមហារីក ថ្លើមចំពោះបុគ្គលអាយុលើស40ឆ្នាំដែលមានហានិភ័យខ្ពស់ និងជំងឺមហារីកសួនចំពោះបុគ្គលអាយុចន្លោះ54 ដល់74ឆ្នាំដែលជក់បារីមួយថ្ងៃមួយកញ្ចប់ ក្នុងរយៈពេល30ឆ្នាំ។ ចន្លោះពេលពិនិត្យ គឺរៀងរាល់ពីរឆ្នាំម្តងចំពោះជំងឺមហារីកក្រពះ សួនដំបូង សួន និងសួត, មួយឆ្នាំម្តង ចំពោះជំងឺមហារីកពោះវៀនដំបូងនិងពីរដងក្នុងមួយ ឆ្នាំចំពោះជំងឺមហារីកថ្លើម។



ការពិនិត្យសុខភាពទារក

ការពិនិត្យសុខភាពទារក រួមមានការពិនិត្យការរីកដុះដាលវឌ្ឍន៍របស់ទារក ដែលរាប់បញ្ចូលទាំងការវាយតម្លៃការលូតលាស់ និងការប្រឹក្សាអំពីការថែទាំទារក ដែលឆ្លុះបញ្ចាំងពីការអប់រំសុខភាព។ ទារកដែល មានលក្ខណៈសម្បត្តិអាចធ្វើការត្រួតពិនិត្យរហូតដល់ ១០ សម្រាប់កុមារអាយុក្រោម ៦ ឆ្នាំ នៅរយៈពេល ៤ ៩ ១៨ ៣០ ៤២ ៥៤ និង ៦៦ខែ ដែលរាប់បញ្ចូលទាំងការពិនិត្យមាត់ធ្មេញផងដែរ។



ថ្លៃចំណាយនៃការពិនិត្យសុខភាព

- ▶ ការចំណាយពិនិត្យសុខភាពទូទៅ និងការពិនិត្យសុខភាពរបស់ទារក នឹងទទួលខុសត្រូវពេញលេញដោយសេវាដឹកជញ្ជូន។ ដូច្នេះគ្មានការចំណាយបន្ថែមទៀតត្រូវទទួលខុសត្រូវដោយអ្នកត្រួតពិនិត្យក្នុងកំឡុងពេល ពិនិត្យសុខភាពឡើយ។
- ▶ ពាក់ព័ន្ធនឹងការពិនិត្យជំងឺមហារីកនេះ ចំណាយពិនិត្យសុខភាព 90% នឹងទទួលខុសត្រូវដោយក្រុមហ៊ុនសេវាដឹកជញ្ជូន ហើយនៅសេសសល់ 10% នឹងទទួលខុសត្រូវដោយអ្នកពិនិត្យ។ ប៉ុន្តែទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ក៏ការពាក់ព័ន្ធនឹងការពិនិត្យជំងឺមហារីកមាត់សួន និងជំងឺមហារីកពោះវៀនធំ នឹងទទួលខុសត្រូវពេញលេញដោយសេវាដឹកជញ្ជូន។
- ▶ ទាក់ទងនឹងថ្លៃចំណាយពិនិត្យមហារីក ដែលជាអ្នកចូលរួមពិនិត្យកម្រិតនៃកម្មវិធីជាតិ (សរសេរលើតារាង ពិនិត្យរហូតដល់កម្រិតនៃថ្លៃទិញធានារ៉ាប់រង ប្រទេសជាអ្នកទទួលបន្ទុកបង់ ១០% នៃថ្លៃចំណាយសម្រាប់អ្នក ត្រួតពិនិត្យ ដូច្នេះ អ្នកទទួលបានការពិនិត្យមិនជាប់បន្ទុកបង់ចំណាយអ្វីឡើយ។



នីតិវិធីពិនិត្យសុខភាព

ពិនិត្យឈ្មោះអ្នកចូលរួមក្នុងការពិនិត្យសុខភាព

នៃករណីពេល និងឈ្មោះអ្នកចូលរួម តាមរយៈលិខិតបញ្ជាក់ពីការពិនិត្យ ដែលសេវាដឹកជញ្ជូនបញ្ជូន (ទៅ លំនៅដ្ឋាន ឬកន្លែងធ្វើការ) ទៅឲ្យអ្នកចូលរួម។

ធ្វើការណាត់ជួប និងធ្វើដំណើរទៅទីភ្នាក់ងារពិនិត្យសុខភាព។

លោកអ្នកអាចកំណត់ពេលធ្វើតេស្តពិនិត្យសុខភាព នៅមន្ទីរពេទ្យណាបានដែលមានការអនុញ្ញាត ទោះបីលោកអ្នករស់នៅក្នុងតំបន់ណាក៏ដោយ។ សូមយកអត្តសញ្ញាណ និងកាតពិនិត្យសុខភាពរបស់លោកអ្នកមកជាមួយ នៅពេលណាត់ជួប។

ការជូនដំណឹងពីលទ្ធផលនៃការពិនិត្យ

លទ្ធផលពិនិត្យត្រូវធ្វើតាមប្រៃសណីយ៍ទៅតាមព័ត៌មានទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកត្រូវពិនិត្យ ដោយភ្នាក់ងារពិនិត្យ នៅនឹងកន្លែងដែលការពិនិត្យកើតមានឡើង ហើយការពិនិត្យបញ្ជាក់ត្រូវធ្វើឡើងលើអ្នកណាដែលត្រូវបានសង្ស័យ ដោយផ្អែកលើលទ្ធផលពិនិត្យសុខភាពទូទៅ។



ការត្រៀមខ្លួនមុនពេលធ្វើការពិនិត្យសុខភាព

- ▶ លោកអ្នកមិនត្រូវតមអាហារបន្ទាប់ពីម៉ោង ៩ យប់ មួយថ្ងៃមុនធ្វើការត្រួតពិនិត្យ។
 - គួរតមអាហារយ៉ាងហោចណាស់ ៨ ម៉ោង
 - លទ្ធផលនៃការពិនិត្យអាចមិនត្រឹមត្រូវទេ ប្រសិនបើអ្នកទទួលបានការពិនិត្យ ពុំបានតមអាហារនោះ។
- ▶ សូមរៀនសូត្រអំពីការត្រួតពិនិត្យសុខភាព ក្នុងអំឡុងពេលមកដេញ (ប្រហែល២-៣ ថ្ងៃ មុន ឬក្រោយពេលមកដេញ)។
- ▶ ការពិនិត្យសុខភាពអាចធ្វើត្រឹមចំនួនកំណត់ប៉ុណ្ណោះ ហើយក្នុងករណីទទួលបានលើសចំនួនកំណត់អ្នក ទទួលបានការពិនិត្យត្រូវបង់សងថ្លៃចំណាយវិញ។



स्वास्थ्य परीक्षण कार्यक्रमको निर्देशिका

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सेवाले स्वास्थ्य जाँच मार्फत यसको प्रापकहरूलाई चिकित्सा हेरचाह सहयोग र यसको ग्राहकहरूलाई स्वास्थ्य बिमा उपलब्ध गराउँछ । स्वास्थ्य जाँचको उद्देश्य रोग रोकथाम वा त्यसलाई अझ फैलन दिन रोक्नको लागि समयमा नै पत्ता लगाउनु हो र सुस्वास्थ्यलाई कायम राख्नको लागि उपयुक्त उपायहरू अपनाउन सकिन्छ।



सामान्य स्वास्थ्य परीक्षण

सामान्य स्वास्थ्य परीक्षणको उद्देश्य कार्डिओभास्कुलर र सेरेब्रोभास्कुलर जस्तै, हाइपरटेन्सन जस्ता रोगहरूको समयमा नै रोकथाम र पहिचान गर्नको लागि हो। स्क्रिनिंगका लागि लक्षित गरेका 20 वर्ष भन्दा माथिकाहरूको परीक्षण प्रत्येक 2 वर्षमा एक पटक हुन्छ। तरपनि, यसमा कुनै उमेरको हद छैन। स्थानीय सदस्यसँगै गृहिणी काम गर्ने व्यक्तिहरूको जो कार्यालय कामको अनुभव नभएका हरूको वर्षमा एकपटक गरिन्छ।



मुखको परीक्षण

मुखको परीक्षण सामान्य स्वास्थ्य परीक्षण गराएका व्यक्तिहरूमा दन्त क्षय, दाँत तथा गिजाका रोग र त्यस्तै अन्य रोगहरू प्रारम्भिक अवस्थामै पत्ता लगाउनका लागि गरिन्छ।



क्यान्सर परीक्षण

क्यान्सर परीक्षणले उच्च घटना दरहरू हुने छ वटा मुख्य क्यान्सरहरूलाई ध्यान दिन्छ जसलाई सामान्य विधिहरू मार्फत प्रारम्भिक रूपमा पत्ता लगाउन सकिन्छ र उपचार गर्न सकिने हुन्छन्। क्यान्सर परीक्षणका प्रकार र विषयहरूमा 40 वर्ष माथिका व्यक्तिहरूलाई पेट र स्तनको क्यान्सर, 50 वर्ष माथिका व्यक्तिहरूलाई कोलोन क्यान्सर, 20 वर्ष माथिका महिलाहरूलाई पाठेघरको मुखको क्यान्सर, उच्च जोखिम भएका 40 वर्ष माथिका व्यक्तिहरूलाई कलेजोको क्यान्सर र 30 वर्ष भन्दा बढी समयसम्म दिनमा एक प्याक धुम्रपान गर्ने 54 देखि 74 सम्मका व्यक्तिहरूलाई फोक्सोको क्यान्सर समावेश हुन्छन्। पेट, स्तन, पाठेघर र फोक्सोको क्यान्सरका लागि हरेक दुई वर्षमा एकपटक; कोलोन क्यान्सरका लागि वर्षमा एकपटक र कलेजोको क्यान्सरका लागि वर्षमा दुईपटक परीक्षण अन्तरालहरू हुन्छन्।



शिशु स्वास्थ्य परीक

शिशु स्वास्थ्य परीक्षणमा सामान्यतय स्वास्थ्य रूपमा हुने वृद्धि, विकासको मूल्यांकन, र शिशु स्याहार परामर्शलाई स्वास्थ्य शिक्षाको रूपमा समावेश गरिन्छ। स्क्रिनिंगका लागि योग्य भएका 6 वर्ष भन्दा कम उमेरका 4, 9, 18, 30, 42, 54, र 66 महिना बच्चाहरूले दन्त परीक्षण सहित 10 पटक सम्म स्क्रिनिंग गर्न पाउँछन्।



स्वास्थ्य परीक्षणको खर्च

- ▶ सामान्य स्वास्थ्य परीक्षण र शिशुको स्वास्थ्य परीक्षणको लागि लाग्ने सम्पूर्ण खर्च यस सिंस्थाले बेहोर्नेछ। तसर्थ, यी परीक्षणहरू गराउँदा परीक्षण गराउने व्यक्तिले कुनै शुल्क तिर्नुपर्दैन।
- ▶ क्यान्सर परीक्षणको हकमा, परीक्षण खर्चमध्ये 90% खर्च यस सिंस्थाले बेहोर्नेछ भने बाँकी 10% खर्च परीक्षण गराउने व्यक्तिले बेहोर्नुपर्नेछ। यद्यपि, सर्भिकल क्यान्सर तथा कोलोन क्यान्सरको परीक्षणको हकमा, परीक्षणमा लाग्ने सम्पूर्ण खर्च यस सिंस्थाले बेहोर्नेछ।
- ▶ राष्ट्रिय क्यान्सर स्क्रिनिंग खर्चको सन्दर्भमा (बीमा शुल्कको मापदण्ड स्क्रिनिंग तालिकामा लेखिएको छ), परीक्षण लिने व्यक्तिको 10% परीक्षणको खर्चको भर देशले व्यहोर्नेछ, तसर्थ, परीक्षण लिने व्यक्तिले खर्च व्यहोर्नु पर्दैन।



स्वास्थ्य परीक्षणको प्रक्रिया

स्वास्थ्य स्क्रिनिंगको विषय हेर्नुहोस्

सिंस्थाले निश्चय गरेका (बस्ने ठाउँ वा काम गर्ने ठाउँ) स्क्रिनिंग कार्यक्रम र स्क्रिनिंगका विषयवस्तु निरीक्षण गर्नुहोस्।

स्वास्थ्य स्क्रिनिंगका लागि भेटको समय मिलाउन र स्वास्थ्य स्क्रिनिंग सिंस्थामा जान

तपाईं बसेको ठाउँको कुनै पनि अधिकार प्राप्त अस्पतालमा स्वास्थ्य स्क्रिनिंग टेस्टका लागि समय मिलाउन सकिने छ। कृपया स्वास्थ्य भेटका लागि जाँदा तपाईंको आफ्नो परिचय पत्र र मेडिकल जाँचको कार्ड साथमा लैजानुहोस्।

स्वास्थ्य परीक्षण परिणामको विवरण

परीक्षण नतिजा परीक्षण लिइएको स्थानमा परीक्षण निकायद्वारा परिक्षार्थीको सम्पर्क जानकारीमा मेल गरिएको हुनेछ र पुष्टिकरण जाँच सामान्य स्वास्थ्य जाँच नतिजाहरूमा आधारित रोग भएको शिकास्पद व्यक्तिहरूमा सञ्चालन गरिएको हुनेछ।



स्वास्थ्य स्क्रिनिंगको समयमा पूर्व सावधानी (ध्यान दिनुपर्ने कुरा)

- ▶ स्वास्थ्य परीक्षण (स्क्रिनिंग) गर्नुभन्दा अघिल्लो दिनको बेलुकाको 9 बजेबाट भोकै बस्नुपर्छ।
 - 8 घण्टा भोकै हुनुपर्छ।
 - यदि खाली वा भोकै पेटमा स्क्रिनिंग (परीक्षण) गरिएन भने सही नतिजा (परिणाम) नआउन सक्छ।
- ▶ कृपया महिनावारी भएको बेलामा स्क्रिनिंग (परीक्षण) नगराउनुहोस् (महिनावारी भएको 2-3 दिन अघि र पछि)।
- ▶ स्वास्थ्य परीक्षण निश्चित सिंख्या (पटक) मा मात्र प्राप्त गरिन्छ। यदि तोकिएको सिंख्या (पटक) भन्दा बढी पटक परीक्षण भयो भने स्क्रिनिंगको खर्च व्यहोर्नु पर्ने हुन्छ।



Panduan program pemeriksaan kesehatan

Layanan Asuransi Kesehatan Nasional memberikan bantuan perawatan medis kepada penerimanya dan memberikan asuransi kesehatan kepada pelanggannya melalui pemeriksaan kesehatan. Tujuan dari pemeriksaan kesehatan adalah pencegahan penyakit atau deteksi dini untuk mencegah perkembangan penyakit, sehingga langkah-langkah yang tepat dapat diambil untuk menjaga kesehatan yang baik.



Pemeriksaan kesehatan umum

Pemeriksaan kesehatan umum yang bertujuan untuk mencegah dan mendeteksi dini penyakit kardiovaskular dan serebrovaskular, seperti hipertensi dan diabetes. Pemeriksaan ini menargetkan individu di atas 20 tahun dan akan dilaksanakan 2 tahun sekali. Namun, tidak ada batasan usia bagi mereka yang merupakan anggota lokal dengan kepala keluarga serta anggota yang bekerja dan akan dilaksanakan sekali setahun bagi mereka yang merupakan anggota yang bekerja dengan pengalaman kerja non kantoran.



Pemeriksaan mulut

Pemeriksaan mulut dilakukan untuk mendeteksi dini penyakit mulut, seperti karies gigi, penyakit periodontal, dan lain-lain, untuk subjek pemeriksaan kesehatan umum.



Pemeriksaan kanker

Pemeriksaan kanker berfokus pada enam kanker utama yang paling banyak terjadi yang dapat dideteksi dini melalui metode sederhana dan dapat diobati. Jenis dan subjek deteksi kanker meliputi kanker lambung dan kanker payudara pada individu yang berusia lebih dari 40 tahun, kanker kolon/usus besar pada individu berusia lebih dari 50 tahun, kanker serviks pada wanita berusia lebih dari 20 tahun, kanker hati pada individu berusia di atas 40 tahun dengan risiko tinggi, dan kanker paru-paru pada individu berusia dari 54 hingga 74 tahun yang merokok satu bungkus sehari selamat lebih dari 30 tahun. Interval pemeriksaan adalah sekali setiap dua tahun untuk kanker lambung, kanker payudara, kanker serviks, dan kanker paru-paru; sekali setahun untuk kanker kolon/usus besar; dan dua kali setahun untuk kanker hati.



Pemeriksaan kesehatan bayi

Pemeriksaan kesehatan bayi meliputi pemeriksaan wajib untuk pertumbuhan normal dan sehat, termasuk penilaian pertumbuhan dan perkembangan serta konsultasi perawatan bayi yang mencerminkan edukasi kesehatan. Kandidat yang memenuhi syarat dapat mengikuti hingga 10 pemeriksaan, untuk anak-anak di bawah usia 6 tahun pada usia 4, 9, 18, 30, 42, 54, dan 66 bulan, termasuk pemeriksaan gigi.



Biaya pemeriksaan kesehatan

- ▶ Biaya pemeriksaan kesehatan umum dan pemeriksaan kesehatan bayi ditanggung sepenuhnya oleh perusahaan. Maka, orang yang diperiksa tidak akan menanggung biaya tambahan apa pun selama pemeriksaan.
- ▶ Mengenai skrining kanker, 90% biaya skrining ditanggung oleh perusahaan dan 10% sisanya ditanggung oleh orang yang diperiksa. Namun, skrining kanker serviks dan skrining kanker usus besar ditanggung sepenuhnya oleh perusahaan.
- ▶ Perihal biaya pemeriksaan subjek pemeriksaan kanker nasional (tuliskan pada meja pemeriksaan sesuai standar premi asuransi), akan ditanggung oleh negara untuk 10% biaya yang menjadi beban orang yang diperiksa, sehingga tidak ada biaya yang akan ditanggung oleh orang yang diperiksa.



Prosedur pemeriksaan kesehatan

Subjek pemeriksaan kesehatan

Lihat acara pemeriksaan dan butir pemeriksaan dari konfirmasi pemeriksaan yang dikirim (tempat tinggal atau tempat kerja) ke subjek pemeriksaan dari perusahaan.

Janji temu dan mengunjungi badan pemeriksaan kesehatan

Anda bisa menjadwalkan tes pemeriksaan kesehatan di rumah sakit RESMI terlepas dari di mana Anda tinggal. Harap bawa Identitas dan Kartu Pemeriksaan Medis pada janji temu Anda.

Pemberitahuan hasil pemeriksaan

Hasil pemeriksaan akan dikirimkan oleh badan pemeriksa ke informasi kontak orang yang diperiksa di tempat pemeriksaan berlangsung, dan pemeriksaan konfirmasi akan dilakukan pada subjek yang diduga menderita penyakit berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan umum.



Tindakan pencegahan selama pemeriksaan kesehatan

- ▶ Anda harus puasa setelah jam 21.00. pada hari sebelum pemeriksaan kesehatan
 - Anda harus menjalani puasa setidaknya 8 jam.
 - Hasil pemeriksaan mungkin tidak akurat jika subjek tidak dalam keadaan puasa.
- ▶ Harap hindari pemeriksaan selama menstruasi (kira-kira 2-3 hari sebelum dan sesudah menstruasi).
- ▶ Biaya pemeriksaan kesehatan hanya bisa diterima dengan jumlah yang tetap dan dalam hal penerimaan jumlah yang lebih, biaya pemeriksaan akan dikembalikan.



සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ වැඩසටහන් අත්වැල

ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණ සේවාව සිය සේවා ලබන්නන්ට වෛද්‍ය ආධාර සහ දායකයන්ට සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ මගින් සෞඛ්‍ය රක්ෂණය සපයයි. සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයේ අරමුණ රෝගය ඇතිවීම වැළැක්වීම හෝ ශරීර සෞඛ්‍යය යහපත්ව පවත්වා ගැනීමට නිසි පියවර ගත හැකිවන පරිදි එය තව දුරටත් පැතිරීම වළක්වා ගැනීමයි.



සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයන්

සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයන් ඉලක්ක කෙරෙහියේ හෘත්වහිනි සහ මස්තිෂ්ක සුසුම්නා රෝගය, එනම් අධි රුධිර පීඩනය සහ දියවැඩියාව වැනි රෝග වළක්වා ගැනීම සහ කළින් හඳුනා ගැනීම වේ. මෙම පරීක්ෂණයෙන් ඉලක්ක කෙරෙහියේ වයස අවුරුදු 20 ට වැඩි අයවෙළුන් වන අතර එය සෑම වසර 2කට වරක් පැවැත්වෙනු ඇත. කෙසේ වෙතත්, ශාඛයක් සහිත දේශීය සාමාජිකයන් සහ වැඩ කරන සාමාජිකයන් සඳහා වයස් සීමාවක් නොමැති අතර කායඊලයීය නොවන වැඩ පළපුරුද්ද ඇති අය සඳහා එය වෂර්යකට වරක් පැවැත්වේ.



මුඛ පරීක්ෂාවක්

දත්ත කුහර, විදුරුමස් ආශ්‍රිත රෝග ආදී මුඛ රෝග කළින් දැන ගැනීම සඳහා මුඛ පරීක්ෂාවක් සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය පරීක්ෂාවකට ලක් වන අය සඳහා සිදු කෙරේ.



පිළිකා නිවාරණය

පිළිකා නිවාරණය අවධානය යොමු කරනු ලබන්නේ, නිතර ඇති වීමේ ප්‍රවණතාව වැඩි, සරල ක්‍රමවේදයන් තුළින් කළින් සොයා ගත හැකි, ප්‍රතිකාරවලින් සුව කළ හැකි ප්‍රධාන පිළිකා වහර් හය මතය. පිළිකා හඳුනා ගැනීමේ ආකාර සහ පුද්ගලයන්ට අවුරුදු 40ට වැඩි පුද්ගලයන්ගේ උදර පිළිකා හා පියයුරු පිළිකා, 50ට වැඩි පුද්ගලයන් සඳහා ආන්ත්‍රික පිළිකා, අවුරුදු 20ට වැඩි කාන්තාවන් සඳහා ගැබ්ගෙල පිළිකා, අවුරුදු 40ට වැඩි ඉහළ අවදානමක් ඇති පුද්ගලයන් සඳහා අක්මාවේ පිළිකා හා අවුරුදු 54 සිට 74 දක්වා අතර පුද්ගලයන් අතුරින් වසර 30කට වැඩි කාලයක් තිස්සේ දිනකට සිගරට් පැකට්ටුව බැගින් දුම්පානය කළ පුද්ගලයන් සඳහා පෙනහළු පිළිකා ද අයත් වේ. පරීක්ෂා කරනු ලබන කාල පරතරය, උදර, පියයුරු, ගැබ්ගෙල හා පෙනහළු පිළිකා සඳහා අවුරුදු දෙකකට වරක් ද; ආන්ත්‍රික පිළිකා සඳහා අවුරුද්දකට වරක් ද; අක්මාවේ පිළිකා සඳහා වෂර්යකට දෙවරක් ද වේ.



ළදරුවාගේ සෞඛ්‍ය පරීක්ෂා කිරීම්

ළදරුවාගේ සෞඛ්‍ය පරීක්ෂා කිරීම් යන්නට සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය සම්පන්න වධර්නයක් සඳහා අවශ්‍ය පරීක්ෂණ සිදු කෙරෙන අතර, ඊට වධර්න හා සංවධර්න ඇගයීම් සහ සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය පිළිබඳ කෙරෙන ළදරුවාගේ රැකවරණ උපදේශනයන් අඩංගුවේ. සුදුසුකම් ලබන අයදුම්කරුවන්ට පරීක්ෂාකිරීම් 10කට පමණ මුහුණ දීමට සිදුවන අතර, වයස අවුරුදු 6 ට අඩු ළමුන් සඳහා, මාස 4, 9, 18, 30, 42. 54 සහ 66දී පරීක්ෂා කිරීම් සිදුකෙරේ.



සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ වල වියදම

- ▶ සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය නිවාරණ සහ ළදරුවන්ගේ සෞඛ්‍ය නිවාරණ සඳහා වියදම් සංස්ථාව විසින් පුනර් වශයෙන් ගෙවනු ඇත. එබැවින් පරීක්ෂාව අතරතුරු, අයදුම්කරුට කිසිදු අමතර වියදමක් දැරීමට සිදු නොවේ.
- ▶ පිළිකා නිවාරණය සම්බන්ධයෙන්, එම නිවාරණ වියදම් වලින් 90% ක් දරනු ලබන්නේ සංස්ථාව විසින්ය. ඉතිරි 10% පරීක්ෂාලාභියා විසින් දරනු ඇත. එහෙත්, ගැබ් ගෙල පිළිකා සහ මහාන්ත්‍රික පිළිකා සඳහා නිවාරණ සම්පුනර්යෙන්ම සංස්ථාව විසින් දරනු ඇත.
- ▶ ජාතික පිළිකා පරීක්ෂණ රෝගියාගේ පරීක්ෂා කිරීම සම්බන්ධයෙන් සැලකූ විට (රක්ෂණ වාරිකයේ ප්‍රමිතියට පරීක්ෂා කිරීමේ වගුවෙහි ලියන්න), පරීක්ෂණලාභියා විසින් දැරිය යුතු 10% රට විසින් දරනු ලබන බැවින් කිසිදු වියදමක් පරීක්ෂණලාභියා විසින් දැරිය යුතු නැත.



සෞඛ්‍ය පරීක්ෂාවන්හි ක්‍රියාපටිපාටිය

සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයට මුහුණ දෙන තැනැත්තා පරීක්ෂා කරන්න සමාගම වෙතින් පරීක්ෂණලාභියා වෙත එවනු ලබන පරීක්ෂා කිරීමේ තහවුරු කිරීම අනුව සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ කායර්ය සහ අයිතමය පරීක්ෂා කරන්න.

සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ ආයතනය වෙත ගොස් හමුවීමේ අවස්ථාවෙන් කර ගත යුතුය ඔබ කුමන ප්‍රදේශයක ජීවත් වුවත් ඕනෑම බලයලත් රෝහලකින් ඔබට සෞඛ්‍ය පරීක්ෂාවක් සැලසුම් කර ගත හැකිය. ඔබගේ හමුවීම් දිනයේදී ඔබගේ හැඳුනුම් පත සහ වෛද්‍ය පරීක්ෂණ කාඩ්පත රැගෙන එන්න.

පරීක්ෂණ ප්‍රතිඵල දැනුම් දීම

පරීක්ෂණය සිදු කරන ලද ස්ථානයේ පරීක්ෂා කරන ආයතනය මගින් පරීක්ෂණලාභියාගේ ඇමතුම් තොරතුරු වෙත පරීක්ෂණ ප්‍රතිඵල තැපැල් කරනු ලැබේ. සාමාන්‍ය සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ ප්‍රතිඵල මත පදනම්ව රෝගයක් ඇති බවට සැක සහිත පුද්ගලයන් සඳහා තහවුරු කිරීමේ පරීක්ෂණයක් සිදු කරනු ලැබෙනු ඇත.



සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ අතරතුර අනුගමනය කළයුතු ආරක්ෂණ ක්‍රමෝපායන්

- ▶ සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයට පෙරදිනයේ රාත්‍රී 9:00 න් පසුව ඔබ නිරාහාරව සිටිය යුතුය.
 - අඩු වශයෙන් පැය 8ක්වත් නිරාහාරව සිටිය යුතුය.
 - රෝගියා නිරාහාර තත්වයක නොසිටී නම් පරීක්ෂණ ප්‍රතිඵලය නිවැරදි නොවීමට ඉඩ තිබේ.
- ▶ ඔසප් වීමේ කාලය තුළ පරීක්ෂාවන්ට භාජනය වීමෙන් වළකින්න.
- ▶ සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණය ලබා ගත හැක්කේ ස්ථාවර සංඛ්‍යාවකට පමණක් වන අතර වැඩිපුර පිරිසක් පරීක්ෂණයට පැමිණියහොත්, පරීක්ෂණ වියදම් ආපසු ගෙවනු ලැබේ.



Руководство к программе медицинского осмотра

Национальная корпорация медицинского страхования осуществляет проекты медицинского обследования для участников медицинского страхования и лиц, обладающих правом на бесплатное получение медицинских услуг. Медицинское обследование, путем профилактики и максимально скорого выявления заболеваний, позволяет предотвратить их прогрессирование и поддерживать здоровый образ жизни путем подходящих мер.



Общее медицинское обследование

Общее медицинское обследование осуществляется с целью профилактики и раннего выявления гипертонии, сахарного диабета и других кардио-церебрально-васкулярных расстройств. Кандидатами общего медицинского обследования являются лица старше 20 лет, для которых оно проводится 1 раз в 2 года. К участникам страхования по территориально-участковому и производственному принципу возрастные ограничения не применяются, а для не офисных работников обследование проводится в количестве 1 раза в год.



Обследование полости рта

Обследование полости рта осуществляется с целью раннего обнаружения кариеса, заболеваний пародонта и других расстройств для кандидатов общего медицинского обследования.



Скрининг

Скрининг на рак направлен на шесть основных видов рака, которые встречаются наиболее часто и могут быть обнаружены на ранних стадиях с помощью простых методов и поддаваться лечению. Типы скрининга и типы рака включают рак желудка и молочной железы у лиц старше 40 лет, рак толстой кишки у лиц старше 50 лет, рак шейки матки у женщин старше 20 лет, рак печени у лиц старше 40 лет с высоким риском и рак легких у лиц от 54 до 74 лет, которые курили пачку сигарет в день более 30 лет. Интервалы проведения скрининга — один раз в два года для рака желудка, молочной железы, шейки матки и легких; один раз в год для рака толстой кишки и два раза в год для рака печени.



Медицинское обследование детей грудного

Медицинское обследование детей грудного и раннего возраста проводится в форме консультации по уходу за ребёнком, которая включает в себя обследования, обязательные для обеспечения здорового роста, оценку роста и развития и инструктаж о здоровом образе жизни. Кандидатами на проведение обследования являются дети грудного и раннего возраста младше 6 лет. Обследование можно получить на 4-м, 9-м, 18-м, 30-м, 42-м, 54-м и 66-м месяце жизни с момента появления на свет в общем в количестве 10 раз, включая обследование полости рта.



Стоимость медицинского обследования

- ▶ Национальная корпорация полностью оплачивает стоимость общего медицинского обследования и медицинского обследования детей грудного и раннего возраста. Таким образом, во время обследования с обследуемого не взимается никакая-либо сумма.
- ▶ В случае онкологического обследования Национальная корпорация оплачивает 90% стоимости. Остальные 10% оплачиваются обследуемым. Только стоимость онкологического обследования шейки матки и обследования на выявление рака кишечника полностью оплачиваются корпорацией.
- ▶ Лица, являющиеся кандидатами государственного онкологического обследования (включенных в бланк обследования по критерию страховых взносов), полностью освобождаются от оплаты, а 10% стоимости обследования предоставляются государством.



Процедура медицинского обследования

Проверка кандидатов проведения медицинского обследования

Проверка видов обследований и их пунктов по проверочному листу, высланному Национальной корпорацией кандидату проведения медицинского обследования (по домашнему или рабочему адресу).

Запись на прием и посещение диагностического учреждения

Прохождение медицинского обследования возможно в любом официальном диагностическом учреждении независимо от места прописки при предъявлении листа обследования и удостоверения личности.

Объявление результатов обследования

Результат скрининга должен быть отправлен по почте, указанной в контактной информации субъекта, агентством по скринингу в том месте, где проходил скрининг, и должна быть проведена проверка лиц с подозрением на заболевание на основании общих результатов проверки здоровья.



Моменты, требующие особого внимания при проведении медицинского обследования

- ▶ За день до обследования необходимо воздерживаться от приема пищи после 9 часов вечера
 - Необходимо поддерживать желудок в пустом состоянии как минимум более 8 часов
 - Получение точных результатов возможно только при условии проведения обследования натощак.
- ▶ Рекомендуется воздерживаться от проведения обследования во время менструации (около 2-3 дней до и после).
- ▶ Получение медицинского обследования возможно только в ограниченном количестве, при превышении которого за дополнительное число раз взимается плата.



ကျန်းမာရေး ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု အစီအစဉ်၏ လမ်းညွှန်ချက်

နိုင်ငံတော် ကျန်းမာရေးအာမခံဝန်ဆောင်မှုသည် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ၎င်း၏ လက်ခံရရှိသူများထံသို့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာစောင့်ရှောက်ထောက်ပံ့မှုများ နှင့် ၎င်း၏ စာရင်းသွင်းသူများထံသို့ ကျန်းမာရေး အာမခံများတို့ကို ထောက်ပံ့ပေးလျက်ရှိပါသည်။ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရောဂါအား ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် နှင့် ရောဂါပိုမိုဆိုးရွားလာစေရန်ကဲ့သို့ အစောပိုင်း ကြိုတင်ထောက်ပံ့လျက်ရှိမှုများကို ထိညှိမှုများ ပြုလုပ်ပေးနိုင်စေရန် တို့ဖြစ်ပြီး ထိုထောက်ပံ့မှုများသည် ရောဂါအား တိုင်းတာဆောင်ရွက်မှုများ ပြုလုပ်သွားရန် အစရှိသည်တို့ဖြစ်သည်။



အထွေထွေ ကျန်းမာရေး စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုသည်

အထွေထွေ ကျန်းမာရေး စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုသည် သွေးတိုး နှင့် ဆီးချိုတို့ကိုသိသော နှလုံးသွေးကြော နှင့် ဦးနှောက်သွေးကြောဆိုင်ရာ ရောဂါများအား ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် နှင့် အစောပိုင်း ထောက်ပံ့လျက်ရှိမှုများ ဖြစ်ပေါ်စေရန် ရည်ရွယ်သည်။ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုသည် အဓိကအားဖြင့် အသက် 20 အထက် ပုဂ္ဂိုလ်များအား ရည်ရွယ်ပစ်မှတ်ထားပြီး၊ ၎င်းအား 2 နှစ်ကြာတိုင်း တစ်ကြိမ် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ သို့သော် နေအိမ်ပိုင်ဆိုင်မှုရရှိသူ အသက် 18 နှစ်နှင့် ၆၅ နှစ်အကြားရှိ လူများအတွက်မူ အသက်ရွယ် ကန့်သတ်ချက်များမရှိပေ။ ထို့ပြင် ရိုးခန်းလှုပ်ငန်း အတွေ့ အကြုံမရသော လူသားအဖွဲ့ဝင်များအတွက် နှစ်စဉ်တစ်နှစ်တစ်ကြိမ် ဆောင်ရွက်ပေးသွားပေမည်။



ခံတွင်း စစ်ဆေးမှု

ခံတွင်း စစ်ဆေးမှု ကို သွားပိုးစားခြင်းများ၊ သွားပတ်ဝန်းကျင် ရောဂါများ စသည်ဖြင့် ခံတွင်းရောဂါများ စောစော သိရှိနိုင်ရန် အထွေထွေကျန်းမာရေးစစ်ဆေးသူများအတွက် လုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။



ကင်ဆာ ရောဂါစစ်ဆေးမှု

ကင်ဆာ ရောဂါစစ်ဆေးမှု သည် ရိုးရှင်းသော နည်းလမ်းများဖြင့် စောလျင်စွာ တွေ့ရှိနိုင်ပြီး ကုသနိုင်သည့် ဖြစ်ပွားနှုန်းမြင့်သော အဓိက ကင်ဆာ ခြောက်မျိုးကို အဓိကထားပါသည်။ ကင်ဆာ ရောဂါစစ်ဆေးမှု အမျိုးအစားများနှင့် အကြောင်းအရာများတွင် အသက် 40 ကျော် လူများအတွက် အစာအိမ်နှင့် ရင်သား ကင်ဆာ၊ အသက် 50 ကျော် လူများအတွက် အူမကင်ဆာ၊ အသက် 20 ကျော် အမျိုးသမီးများအတွက် သာအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ၊ အန္တရာယ်များသည့် အသက် 40 ကျော် လူများအတွက် အသည်းကင်ဆာနှင့် လွန်ခဲ့သော နှစ် 30 ကျော်အထိ ဆေးလိပ် တစ်ခွက်တစ်ခွက်သောက်သည့် အသက် 54 နှစ်မှ 74 နှစ်အရွယ် လူများအတွက် အဆုတ်ကင်ဆာတို့ ပါဝင်ပါသည်။ ရောဂါစစ်ဆေးမှု ကြားလပ်ချိန်များသည် အစာအိမ်၊ ရင်သား၊ သားအိမ်နှင့် အဆုတ်ကင်ဆာအတွက် နှစ်စဉ်လျှင် တစ်ကြိမ်၊ အူမကင်ဆာအတွက် တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ်နှင့် အသည်းကင်ဆာအတွက် တစ်နှစ်လျှင် နှစ်ကြိမ် ဖြစ်သည်။



မွေးကင်းစ ကျန်းမာရေး ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုများတွင်

မွေးကင်းစ ကျန်းမာရေး ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုများတွင် ကြီးထွားမှု နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ အက်ဖရစ်စစ်ဆေးမှုများ နှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ယဉာဏ်ပေးမှုအပေါ် ရောင်ပြန်ဟပ်မှုရရှိသည့် မွေးကင်းစ စောင့်ရှောက်မှုဆိုင်ရာ အကြံပေးတိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှုများအပါအဝင် ပုံမှန်အတိုင်း ကျန်းမာစွာ ကြီးထွားမှုအတွက် လိုအပ်သော စစ်ဆေးမှုများ ပါဝင်ပါသည်။ အရည်အချင်းပြည့်မီဖိသော လျာထားခြင်းခံရသူ အသက် 6 နှစ်အောက် ကလေးများအတွက် အသက် 4၊ 9၊ 18၊ 30၊ 42၊ 54 နှင့် 66 လသားအရွယ်များတို့တွင် သွားဘက်ဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှုများအပါအဝင် ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု 10 ခု အထိအား ရရှိကောင်းရမည်ပေမည်။



ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု၏ ကုန်ကျစရိတ်

- ▶ အထွေထွေကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုများ နှင့် ကလေးကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှုများအားလုံးကို ကော်ပိုရေးရှင်းကပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် စစ်ဆေးချိန်တွင် စစ်ဆေးခံသူသည် မည်သည့်ကုန်ကျစရိတ်မျှ ရင်လိမ့်မည် မဟုတ်ပါ။
- ▶ ကင်ဆာရာဇဗေဒတွင် ရာဇဗေဒနှင့်ပတ်သက်သည့် ကုန်ကျစရိတ်၏ 90% ကိုပေးမည်ဖြစ်ပြီး ကျန်ဆေး 10% ကို စစ်ဆေးခံမည့်သူက ပေးရမည်။ သို့ရာတွင် သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ နှင့် အူမ ကြီးကင်ဆာ ရာဇဗေဒအတွက် ကော်ပိုရေးရှင်းက အပြည့်အဝကုန်ကျခံမည် ဖြစ်ပါသည်။
- ▶ (အာမခံပိုမိုပေးထားသည့် စစ်ဆေးမှုပေးထားပေးခြင်းဖြင့်) ကင်ဆာရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု ခံယူသူ၏ စစ်ဆေးမှုကုန်ကျစရိတ်နှင့်ပတ်သက်ပြီး စစ်ဆေးမှု ခံယူသူကိုယ်စား ကုန်ကျမည့် ကုန်ကျစရိတ် 10% ကို နိုင်ငံတော်မှပံ့ပိုးဆောင်ပေးမည်ဖြစ် သည်။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် စစ်ဆေးမှုခံယူသူအနေနှင့် မည်သည့်ကုန်ကျစရိတ်အတွက်ကိုမူ ကျန်ရန်လိုအပ်မည်မဟုတ်ပါ။



ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု လုပ်ငန်းစဉ်

ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု ခံယူသူအား စစ်ဆေးပါ ကော်ပိုရေးရှင်းမှ သက်ဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှုခံယူသူထံ (နေအိမ် သို့မဟုတ်လုပ်ငန်းခွင်သို့) ပေးပို့ထားသော ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုအတည်ပြုချက်မှ စစ်ဆေးမှုအစီအစဉ် နှင့် စစ်ဆေးမှုပြုမည့်အိုင်တမ်များအား စစ်ဆေးပါ။

ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှု အေဂျင်စီသို့ ချိန်းဆိုမှု နှင့် သွားရောက်ပြသခြင်း သင် နေထိုင်သည့်နေရာသည် မည်သည့်ဧရိယာပင်ဖြစ်ပါစေ မည်သည့် ထောက်ခံခွင့်ပြုထားသော ဆေးရုံမဆို ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုတစ်ခုခုအား သင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ သင်ချိန်းဆိုပြသမှုပြုချိန်တွင် သင့် ID နှင့် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုကဒ် (Medical Checkup Card) တို့အား ကျေးဇူးပြုပြီး ယူဆောင်သွားပါ။

ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုရလဒ်များအား အသိအပေးအကြောင်းကြားချက် ရောဂါစစ်ဆေးမှု ပြုလုပ်ခဲ့သည့်နေရာရှိ ရောဂါစစ်ဆေးပေးသော အေဂျင်စီက စစ်ဆေးခံသူ၏ ဆက်သွယ်ရန် အချက်အလက်သို့ ရောဂါစစ်ဆေးမှု ရလဒ်အကို မေးလ်ဖြင့်ပေးပို့ပြီး အထွေထွေ ကျန်းမာရေး ဆေးစစ်မှု ရလဒ်များအပေါ် အခြေခံ၍ ရောဂါရှိသည်ဟု သိသယူရှိသူများအတွက် အတည်ပြု ဆေးစစ်မှုကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။



ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုကာလအတွင်း ကြိုတင်ကာကွယ်မှုများ

- ▶ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုအား မပြုလုပ်မှီ နေ့ရက်တွင် သင့်အနေနှင့် ည 9:00 p.m. နောက်ပိုင်းမှစ၍ အစာရောင်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။
 - အစာရောင်ထားခြင်းအား အနည်းဆုံး 8 နာရီခန့် ဆောင်ရွက်ထားသင့်သည်။
 - အကယ်၍ သက်ဆိုင်ရာစစ်ဆေးမှုခံယူသူသည် အစာရောင်ထားသည့်အခြေအနေတစ်ခုခုအတွင်းမရှိ လျှင် ရောဂါစစ်ဆေးမှုရလဒ်များသည် တိကျမှန်ကန်မှု ရရှိမည်ဖြစ်သည်။
- ▶ မေ့တော့ရာသီလာနေစဉ် (ရာသီမလာမှီ နှင့် လာပြီးနောက် 2-3 ရက်ခန့်) အတောတွင်း ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုပြုခြင်းအား ကျေးဇူးပြု၍ ရောင်စမ်းပါ။
- ▶ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ရောဂါရာဇဗေဒစစ်ဆေးမှုအား အတိအကျ အရေအတွက်များဖြင့်သာလျှင် ရရှိနိုင်ပြီး အကယ်၍ အရေအတွက် သက်မှတ်ထားသည့်ထက်ကျော်လွန်ပြီးလက်ခံရယူမည်ဖြစ်စေ ညွှန်းတွင် စစ်ဆေးမှုကုန်ကျစရိတ်အား ပြန်လည်ပေးအပ်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

