

## PAKETA E KONTROLLIT MJEKËSOR BAZË PËRFSHIN:

### A Vlerësim, këshillim, trajtim dhe ndjekje për faktorët e stilit të jetesës:

- I. Ushqyerja;
- II. Konsumimi i duhanit;
- III. Konsumimi i alkoolit;
- IV. Niveli i stresit dhe depresionit.

### B Matje, vlerësim, këshillim, referim dhe ndjekje e parametrave fiziologjikë:

- I. Tensioni arterial;
- II. Indeksi i masës trupore;
- III. Aktiviteti i zemrës (EKG).

### C Matje, vlerësim, këshillim, trajtim, referim dhe ndjekje e parametrave biokimikë:

- I. Formula e gjakut;
- II. Hb, HCT, MCV, MCH, MCHC;
- III. Kolesterol total, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliceride;
- IV. Glicemia;
- V. Feçe për gjak okult;
- VI. Albuminuria, prania e qelizave, cilindrave, kristaleve në urine, azotemi dhe kratinemi;
- VII. Bilirubinë totale dhe direkte, transaminaza (SGPT, SGOT).

## HALLKAT E PROCESIT

Thirrja e individëve për kontrollin bazë do të realizohet nëpërmjet:

- ♥ Shërbimit postar. Dërgim me zarf në adresë të çdo shtetasi qëndrim të përhershëm 40-65 vjeç:
  - ftesa që sistemi shëndetësor i dërgon personit; informacioni standard në lidhje me kontrollin mjekësor bazë;
  - kontenieri për materialin e ekzaminimit IFOB.;
  - numër telefoni pa pagesë 0800 74 35 (0800 SI JE) për informacione/paqartësi (qendra e thirrjeve – call center).
- ♥ Pjesëmarrja në kontrollin mjekësor bazë do të ofrohet në një nga tri datat që do t'i propozohen individit, në muajin e tij/saj të lindjes.
- ♥ Thirrje back-up nëpërmjet telefonit.

## PARIMET E KONTROLLIT MJEKËSOR BAZË

- ♥ Çdo shtetas me qëndrim të përhershëm në Republikën e Shqipërisë, që i përket grupmoshës 40-65 vjeç, ka të drejtën e kontrollit mjekësor bazë, pa diskriminim.
- ♥ Kontrolli mjekësor bazë 40-65 vjeç është pa pagesë për shtetasit përfitues të programit.
- ♥ Kontrolli mjekësor bazë 40-65 vjeç ofrohet dhe realizohet nga punonjësit e shëndetësisë në Kujdesin Shëndetësor Parësor.
- ♥ Kontrolli mjekësor bazë realizohet në infrastrukturën e 415 Qendrave Shëndetësore, të shtrira në të gjithë territorin e vendit.
- ♥ Çdo shtetas gëzon të drejtën të japë pëlqimin për kujdesin shëndetësor që do t'i ofrohet.
- ♥ Çdo shtetas gëzon të drejtën e trajtimit me dinjitet.
- ♥ Çdo shtetas, që i përket grupmoshës 40-65 vjeç, pas kryerjes së kontrollit mjekësor bazë, gëzon të drejtën e këshillimit, trajtimit dhe referimit sipas kuadrit rregullator në fuqi.



# SI JE?



FONDI I SIGURIMIT TË DETYRUESHËM TË KUJDESIT SHËNDETËSOR

0800 74 53  
Numër i gjelbër

[www.sije.al](http://www.sije.al)



# KONTROLLO SHËNDETIN PA PAGESË



SHËNDETI NUK ËSHTË NJË PRIVILEGJ, ËSHTË E DREJTA JOTE.

## Kontrolli Shëndetësor Bazë

Kontrolli Shëndetësor Bazë është një program kombëtar, pa pagesë për përfituesit e tij, që synon depistimin e popullatës për faktorët e rrezikut dhe sëmundshmërinë më prevalente, me qëllim kujdesin për shëndetin, parandalimin e sëmundjeve dhe komplikacioneve, zbulimin e hershëm të çrregullimeve, mjekimin në fazat e hershme dhe përmirësimin e kulturës shëndetësore, prej të cilit, do të përfitojnë të gjithë shtetasit e grupmoshës 40-65 vjeç me qëndrim të përhershëm në Republikën e Shqipërisë.

Ftojme të gjithë shqiptarët e kësaj grupmoshe, që një herë në vit, pa pagesë, të paraqiten në qendrën shëndetësore pranë vendbanimit të tyre dhe të kryejnë kontrollin bazë.

**Të shëndetshëm, jemi të gjithë të barabartë!**

## FILOZOFIA E KONTROLLIT MJEKËSOR BAZË



Shëndeti është një aspiratë e përbashkët njerëzore e përparësisë më të lartë dhe kjo qëndron në thelb të ekzistencës së shoqërive moderne.

Nisma botërore e OBSH-së, “Shëndeti 2020”, e bën të qartë se përmirësimi thelbësor i shëndetit mund dhe do të arrihet kur në të përfshihemi të gjithë, e “gjithë shoqëria” dhe e “gjithë qeveria”, duke synuar mbrojtjen e popullatës nga kërcënimet mbi shëndetin, që njerëzit të jetojnë cilësisht më gjatë, duke ndihmuar gjithashtu, edhe mbrojtjen e shtresave të pambrojtura të shoqërisë.

Kjo përjasje na ofron mundësinë të fokusohemi, më së pari, te shëndeti dhe ruajtja e tij, dhe jo vetëm te sëmundja dhe kurimi i saj.



## Çfarë është kontrolli mjekësor bazë dhe përse ju shërben?

Çdo individ, sado i shëndetshëm, në një etapë të caktuar të jetës së tij (që nga moshë mesatare), është i rrezikuar nga sëmundjet si ato të zemrës dhe enëve të gjakut, goditjet në tru, diabeti, sëmundjet e veshkave, disa forma të demencës, depresioni, etj.

Sëmundjet kronike jo-të-transmetueshme, veçanërisht ato kardio-vaskulare dhe tumorale, janë shkaktarët më të mëdhenj të vdekshmërisë në Shqipëri.

Këto janë sëmundje që kanë në bazë të tyre një stil jo të shëndetshëm jetese, prandaj është thelbësore që të mund të parandalohen duke u kapur në kohë dhe duke ndikuar në edukimin shëndetësor të popullatës për një stil të shëndetshëm jetese.

Në një masë dërmuese, barra e sëmundshmërisë në Shqipëri përcaktohet nga tre faktorë madhorë të rrezikut: presioni i lartë i gjakut, konsumi i produkteve të duhanit dhe ushqyerja jo e shëndetshme.

Personat e grupmoshës 40-65 vjeç kanë rrezik më të lartë për një sërë gjëndjesh shëndetësore jo të favorshme, dhe pikërisht, këta individë do të kishin përfitimin maksimal nga zbulimi i hershëm i sëmundjes së tyre.

Shfaqjen e këtyre sëmundjeve mund ta favorizojnë, gjithashtu, edhe disa faktorë të tjerë që lidhen me mënyrën e jetesës, stresin, trashëgueshmërinë familjare, etj.

Kontrolli shëndetësor për moshat 40-65 vjeç, ka si qëllim të ndihmojë në diagnostikimin e hershëm dhe uljen e rrezikut së zhvillimit të këtyre sëmundjeve të zakonshme dhe të rrezikshme, por që në kohën e sotme, është e mundur të parandalohen.

Nëse jeni në moshën 40-65 vjeç, ju do të merrni njoftimin dhe disa udhëzime më postë ose telefon nga Mjeku i Familjes, lidhur me paraqitjen, për të kryer kontrollin një herë në vit, në një afat kohor të caktuar (2-3 data) brenda muajit të lindjes. Kjo do t’ju ndihmojë që të keni lehtësi procedurale, koha e pritjes të jetë sa më e shkurtër dhe e planifikuar.

Ajo që është më e rëndësishmja, në rast se ju paraqiten probleme me shëndetin, të diagnostikoheni dhe të trajtoheni sipas të gjitha rregullave, nga Mjeku i Familjes, i cili ju mbulon me shërbimin shëndetësor të ofruar në Qendrën Shëndetësore pranë zonës ku ju banoni.

Personeli mjekësor që do të ofrojë shërbimin e Paketës së Kontrollit Mjekësor për moshën 40-65 vjeç, është profesionalisht i aftë dhe i trajnuar për të gjithë elementët që përmban paketa e këtij shërbimi.

Gjatë kontrollit, rreziku për sëmundje do të vlerësohet nëpërmjet disa testeve të thjeshta dhe pyetjeve standart për stilin e jetës që bëni, mënyrën e ushqyerjes, dhe historinë mjekësore të familjes suaj. Do t’ju ofrohen këshilla të personalizuar dhe ndihmë për të ulur rrezikun e sëmundjeve dhe për të bërë një jetë sa më të shëndetëshme.

Këto do të përfshijnë këshilla për disa ndryshime të vogla por të rëndësishme për regjimin e ushqimit, ose çfare aktiviteti fizik duhet të kryeni sipas gjendjes shëndetësore dhe nivelit të rrezikut që ju konstatohet.

Nëse konstatohet rrezik i nivelit të lartë, do të trajtoheni me ndihmën e duhur mjekësore, si barna që kontrollojnë presionin arterial të gjakut (tensionin), diabetin, ose sëmundjet e veshkave, të shoqeruara me udhëzimet për rënien në peshë, ose lënien e duhanit, kontrollin e pirjes së alkoolit, etj.