

## **Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр**

В ускоренном ритме жизни мы часто забываем о своем здоровье, откладываем визит к врачу, пока не грянет гром. Результат такого отношения к себе очевиден и не утешителен - нарушение жизненных планов и перспектив, трата драгоценного времени на бесконечные походы к врачу, прогрессирование запущенного заболевания.

Для того чтобы не оказаться в подобной ситуации, следует помнить о том, что болезнь легче предупредить, чем вылечить.

Пройдите бесплатно диспансеризацию и профилактический медицинский осмотр (далее – профилактические мероприятия), чтобы убедиться, что все показатели вашего здоровья в норме и не пропустить первые и скрытые признаки серьезных заболеваний!

### **Для каких групп взрослого населения проводятся профилактические мероприятия?**

Профилактические мероприятия проводятся для работающих и неработающих граждан в возрасте 18 лет и старше.

### **С какой целью проводятся профилактические мероприятия?**

Профилактические мероприятия направлены на раннее выявление (скрининг) хронических неинфекционных заболеваний: сердечно-сосудистых, бронхолегочных, онкологических, сахарного диабета, заболеваний ЖКТ, эндокринной системы, болезней системы кровообращения и т.п.);

### **Профилактический медицинский осмотр проводится в целях:**

- раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития;
- выявления немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ;
- определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов.

Диспансеризация представляет собой комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения).

## **Как часто можно проходить профилактические мероприятия?**

### **Профилактический медицинский осмотр проводится ежегодно:**

- как самостоятельное мероприятие;
- в рамках диспансеризации;
- в рамках диспансерного наблюдения (при проведении первого в текущем году диспансерного приема).

### **Диспансеризация проводится:**

- 1 раз в 3 года для граждан в возрасте 18 – 39 лет.
- ежегодно для граждан в возрасте 40+ и отдельных категорий граждан:
  - а) инвалидов Великой Отечественной войны и инвалидов боевых действий, а также участников Великой Отечественной войны, ставших инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья или других причин (кроме лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);
  - б) лиц, награжденных знаком "Жителю блокадного Ленинграда" и признанных инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин (кроме лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);
  - в) бывших несовершеннолетних узников концлагерей, гетто, других мест принудительного содержания, созданных фашистами и их союзниками в период второй мировой войны, признанных инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин (за исключением лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);
  - г) работающих граждан, не достигших возраста, дающего право на назначение пенсии по старости, в том числе досрочно, в течение пяти лет до наступления такого возраста и работающих граждан, являющихся получателями пенсии по старости или пенсии за выслугу лет.

## **Где можно пройти профилактические мероприятия?**

Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр проводятся в медицинской организации, где гражданин получает первичную медико-санитарную помощь.

**Какие документы необходимо взять с собой?**

Паспорт, полис обязательного медицинского страхования (ОМС).

**Какие мероприятия входят в программу профилактического медицинского осмотра?**

**1) для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год:**

- анкетирование;
- расчет на основании антропометрии (измерение роста, массы тела, окружности талии) индекса массы тела;
- измерение артериального давления на периферических артериях;
- исследование уровня общего холестерина в крови (допускается использование экспресс-метода);
- определение уровня глюкозы в крови натощак (допускается использование экспресс-метода);
- определение относительного сердечно-сосудистого риска (у граждан в возрасте от 18 до 39 лет включительно);
- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом женщин в возрасте от 18 до 39 лет;

**2) дополнительно для граждан в возрасте от 40 до 64 лет включительно 1 раз в год:**

- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска;

**3) для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в 2 года:**

- флюорография легких или рентгенография легких;

**4) дополнительно для граждан в возрасте от 25 лет и старше 1 раз в 10 лет:**

- скрининговое исследование на антитела к гепатиту С;

**5) при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год:**

- электрокардиография в покое;

**6) при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год:**

- измерение внутриглазного давления;

**7) проведение скринингового исследования на антитела к гепатиту С граждан в возрасте 25 лет и старше 1 раз в 10 лет** путем определения суммарных антител классов М и G (anti-HCV IgG и anti-HCV IgM) к вирусу гепатита С (Hepatitis C virus) в крови;

**8) прием (осмотр) по результатам профилактического медицинского осмотра**, в том числе, осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, включающий осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпацию щитовидной железы, лимфатических узлов, фельдшером фельдшерского здравпункта или фельдшерско-акушерского пункта, врачом-терапевтом или врачом по медицинской профилактике отделения (кабинета) медицинской профилактики или центра здоровья.

**Какие мероприятия проводятся в рамках 1 этапа диспансеризации для всех возрастных групп, подлежащих диспансеризации?**

а) профилактический медицинский осмотр;

б) скрининг, направленный на раннее выявление онкологических заболеваний;

в) краткое индивидуальное профилактическое консультирование в отделении (кабинете) медицинской профилактики (центре здоровья) врачом-терапевтом;

г) прием (осмотр) врачом-терапевтом по результатам первого этапа диспансеризации, в том числе осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, включающий осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов, с целью установления диагноза, определения группы здоровья, группы диспансерного наблюдения, определения медицинских показаний для осмотров (консультаций) и обследований в рамках второго этапа диспансеризации;

**Какие дополнительные мероприятия проводятся в рамках 1 этапа диспансеризации для определенных возрастных групп?**

Для граждан в возрасте от 40 до 64 лет включительно, а также для граждан в возрасте 65 лет и старше проводится общий анализ крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ);

### **Для кого проводится 2 этап диспансеризации?**

Граждане, нуждающиеся по результатам 1 этапа диспансеризации в дополнительном обследовании, направляются врачом-терапевтом на 2 этап, который проводится по медицинским показаниям с целью дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания (состояния).

При выявлении у гражданина в процессе профилактического медицинского осмотра и (или) диспансеризации медицинских показаний к проведению осмотров (консультаций) врачами-специалистами, исследований и мероприятий, включая осмотр (консультацию) врачом-онкологом при выявлении подозрений на онкологические заболевания визуальных и иных локализаций, не входящих в объем профилактического медицинского осмотра и (или) диспансеризации, они назначаются и выполняются в соответствии с положениями порядков оказания медицинской помощи по профилю выявленного или предполагаемого заболевания (состояния), с учетом стандартов медицинской помощи, а также на основе клинических рекомендаций.

### **Какие мероприятия включает 2 этап диспансеризации?**

1) **осмотр (консультацию) врачом-неврологом** (при наличии впервые выявленных указаний или подозрений на ранее перенесенное острое нарушение мозгового кровообращения для граждан, не находящихся по этому поводу под диспансерным наблюдением, а также в случаях выявления по результатам анкетирования нарушений двигательной функции, когнитивных нарушений и подозрений на депрессию у граждан в возрасте 65 лет и старше, не находящихся по этому поводу под диспансерным наблюдением);

2) **дуплексное сканирование брахицефальных артерий (для мужчин в возрасте от 45 до 72 лет включительно и женщин в возрасте от 54 до 72 лет включительно** при наличии комбинации трех факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний: повышенный уровень артериального давления, гиперхолестеринемия, избыточная масса тела или ожирение, а также по направлению врача-невролога при впервые выявленном указании или подозрении на ранее перенесенное острое нарушение мозгового кровообращения для граждан в возрасте от 65 до 90 лет, не находящихся по этому поводу под диспансерным наблюдением);

3) **осмотр (консультацию) врачом-хирургом или врачом-урологом (для мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет** при повышении уровня простат-специфического антигена в крови более 4 нг/мл);

4) **осмотр (консультацию) врачом-хирургом или врачом-колопроктологом, включая проведение ректороманоскопии (для граждан в возрасте от 40 до 75 лет включительно** с выявленными патологическими изменениями по результатам скрининга на выявление злокачественных новообразований толстого кишечника и прямой кишки, при отягощенной наследственности по семейному аденоматозу и (или) злокачественным новообразованиям толстого кишечника и прямой кишки, при выявлении других медицинских показаний по результатам анкетирования, а также по назначению врача-терапевта, врача-уролога, врача-акушера-гинеколога в случаях выявления симптомов злокачественных новообразований толстого кишечника и прямой кишки);

5) **колоноскопию** (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования толстого кишечника по назначению врача-хирурга или врача-колопроктолога);

6) **эзофагогастродуоденоскопия** (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки по назначению врача-терапевта);

7) **рентгенографию легких, компьютерную томографию легких** (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования легкого по назначению врача-терапевта);

8) **спирометрию** (для граждан с подозрением на хроническое бронхолегочное заболевание, курящих граждан, выявленных по результатам анкетирования, - по назначению врача-терапевта);

9) **осмотр (консультацию) врачом-акушером-гинекологом (для женщин в возрасте 18 лет и старше** с выявленными патологическими изменениями по результатам скрининга на выявление злокачественных новообразований шейки матки, в возрасте от 40 до 75 лет с выявленными патологическими изменениями по результатам мероприятий скрининга, направленного на раннее выявление злокачественных новообразований молочных желез);

10) **осмотр (консультацию) врачом-оториноларингологом (для граждан в возрасте 65 лет и старше** при наличии медицинских показаний по результатам анкетирования или приема (осмотра) врача-терапевта);

11) **осмотр (консультацию) врачом-офтальмологом (для граждан в возрасте 40 лет и старше, имеющих повышенное внутриглазное давление, и для граждан в возрасте 65 лет и старше, имеющих снижение остроты зрения, не поддающееся очковой коррекции, выявленное по результатам анкетирования);**

12) **осмотр (консультацию) врачом-дерматовенерологом, включая проведение дерматоскопии (для граждан с подозрением на злокачественные новообразования кожи и (или) слизистых оболочек по назначению врача-терапевта по результатам осмотра на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, включающего осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпацию щитовидной железы, лимфатических узлов);**

13) **проведение исследования уровня гликированного гемоглобина в крови (для граждан с подозрением на сахарный диабет по назначению врача-терапевта по результатам осмотров и исследований первого этапа диспансеризации);**

14) **проведение индивидуального или группового (школы для пациентов) углубленного профилактического консультирования в отделении (кабинете) медицинской профилактики, центре здоровья для граждан:**

а) с выявленной ишемической болезнью сердца, цереброваскулярными заболеваниями, хронической ишемией нижних конечностей атеросклеротического генеза или болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением;

б) с выявленным по результатам анкетирования риском пагубного потребления алкоголя и (или) потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача;

в) для всех граждан в возрасте 65 лет и старше в целях коррекции выявленных факторов риска и (или) профилактики старческой астении;

г) при выявлении высокого относительного, высокого и очень высокого абсолютного сердечно-сосудистого риска, и (или) ожирения, и (или) гиперхолестеринемии с уровнем общего холестерина 8 ммоль/л и более, а также установленным по результатам анкетирования курению более 20 сигарет в день, риске пагубного потребления алкоголя и (или) риске немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ;

15) **прием (осмотр) врачом-терапевтом по результатам второго этапа диспансеризации, включающий установление (уточнение) диагноза, определение**

(уточнение) группы здоровья, определение группы диспансерного наблюдения с учетом заключений врачей-специалистов), направление граждан при наличии медицинских показаний на дополнительное обследование, не входящее в объем диспансеризации, в том числе направление на осмотр (консультацию) врачом-онкологом при подозрении на онкологические заболевания в соответствии с Порядком оказания медицинской помощи взрослому населению при онкологических заболеваниях, утвержденным приказом Минздрава России от 19.02.2021 N 116Н, а также для получения специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи, на санаторно-курортное лечение.

**Какие мероприятия проводятся в рамках скрининга, направленного на раннее выявление онкологических заболеваний?**

1. В рамках профилактического медицинского осмотра или первого этапа диспансеризации проводятся:

**а) скрининг на выявление злокачественных новообразований шейки матки (у женщин):**

- в возрасте 18 лет и старше - осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом 1 раз в год;

- в возрасте от 18 до 64 лет включительно - взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки 1 раз в 3 года;

**б) скрининг на выявление злокачественных новообразований молочных желез (у женщин):**

- в возрасте от 40 до 75 лет включительно - маммография обеих молочных желез в двух проекциях с двойным прочтением рентгенограмм 1 раз в 2 года;

**в) скрининг на выявление злокачественных новообразований предстательной железы (у мужчин):**

- в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет - определение простат-специфического антигена в крови;

**г) скрининг на выявление злокачественных новообразований толстого кишечника и прямой кишки:**

- в возрасте от 40 до 64 лет включительно - исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом 1 раз в 2 года;

- в возрасте от 65 до 75 лет включительно - исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом 1 раз в год;

д) осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, включающий осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпацию щитовидной железы, лимфатических узлов;

е) скрининг на выявление злокачественных новообразований пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки:

- в возрасте 45 лет - эзофагогастродуоденоскопия (при необходимости может проводиться с применением анестезиологического пособия, в том числе в медицинских организациях, оказывающих специализированную медицинскую помощь, в условиях дневного стационара).

2. На втором этапе диспансеризации с целью дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания (состояния) при наличии медицинских показаний в соответствии с клиническими рекомендациями по назначению врача-терапевта, врача-хирурга или врача-колопроктолога проводятся:

а) исследования на выявление злокачественных новообразований легкого: рентгенография легких или компьютерная томография легких;

б) исследования на выявление злокачественных новообразований пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки:

- эзофагогастродуоденоскопия (при необходимости может проводиться с применением анестезиологического пособия, в том числе в медицинских организациях, оказывающих специализированную медицинскую помощь, в условиях дневного стационара);

в) исследования на выявление злокачественных новообразований толстого кишечника и прямой кишки:

- ректороманоскопия;

- колоноскопия (при необходимости может проводиться с применением анестезиологического пособия, в том числе в медицинских организациях, оказывающих специализированную медицинскую помощь, в условиях дневного стационара).

**Как пройти диспансеризацию, если вы работаете?**

Работники при прохождении диспансеризации в порядке, предусмотренном законодательством в сфере охраны здоровья, имеют право на освобождение от работы на один рабочий день один раз в три года с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка.

Работающие пенсионеры, а также работники предпенсионного возраста (в течение пяти лет до наступления пенсии), имеют право на освобождение от работы на два рабочих дня один раз в год с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка.

Работник освобождается от работы для прохождения диспансеризации на основании его письменного заявления, при этом день (дни) освобождения от работы согласовывается (согласовываются) с работодателем (ТК РФ Статья 185.1.).

Органы управления здравоохранением субъекта РФ обязаны организовать прохождение гражданами профилактических мероприятий, в том числе в вечерние часы и в субботу, а также предоставить возможность дистанционной записи на приемы (осмотры, консультации и т.п.) в рамках профилактических мероприятий.

### **Углубленная диспансеризация**

Информацию о прохождении углубленной диспансеризации лиц, перенесших новую коронавирусную инфекцию, Вы можете получить, ознакомившись с Приказом Министерства здравоохранения РФ от 01.07.2021 № 698н «Об утверждении Порядка направления граждан на прохождение углубленной диспансеризации, включая категории граждан, проходящих углубленную диспансеризацию в первоочередном порядке».

### **Диспансеризация репродуктивного здоровья**

С 2024 года для женщин и мужчин репродуктивного возраста предусмотрено одновременно с прохождением профилактического осмотра или диспансеризации, проведение поэтапно диспансеризации, направленной на оценку их репродуктивного здоровья. Соответствующий перечень исследований и других медицинских вмешательств закреплен в Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2024-2026 годы.

Диспансеризация взрослого населения репродуктивного возраста по оценке репродуктивного здоровья проводится в целях выявления у граждан признаков заболеваний

или состояний, которые могут негативно повлиять на беременность и последующее течение беременности, родов и послеродового периода, а также факторов риска их развития.

### **Кто подлежит диспансеризации репродуктивного здоровья?**

Женщины и мужчины в возрасте 18 – 49 лет.

### **Как записаться на диспансеризацию репродуктивного здоровья?**

- в личном кабинете на портале Госуслуги (ЕПГУ);
- по телефонному номеру Единого контакт-центра в сфере здравоохранения 122 (звонок бесплатный);
- при обращении к лечащему врачу поликлиники по месту прикрепления.

### **Где проводится диспансеризация репродуктивного здоровья?**

Диспансеризация проводится в поликлинике по месту прикрепления, необходимые документы – паспорт и полис обязательного медицинского страхования (ОМС).

### **Диспансеризация проводится в два этапа:**

#### **Первый этап диспансеризации по оценке репродуктивного здоровья включает:**

Для женщин:

1. осмотр врачом акушером-гинекологом;
2. пальпация молочных желез;
3. осмотр шейки матки с забором материала на исследование;
4. микроскопическое исследование влагалищных мазков;
5. цитологическое исследование мазка с поверхности шейки матки и цервикального канала;
6. для пациенток 18-29 лет – лабораторные исследования мазков в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР.

Для мужчин:

1. осмотр врачом–урологом (при его отсутствии врачом-хирургом, прошедшим подготовку по вопросам репродуктивного здоровья у мужчин).  
**Второй этап проводится по результатам первого этапа в целях дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания (состояния). При наличии показаний в рамках второго этапа проводятся:**

Для женщин:

1. в возрасте 30-49 лет – лабораторные исследования мазков в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР;
2. УЗИ органов малого таза в начале или середине менструального цикла;
3. УЗИ молочных желез;
4. повторный осмотр акушером-гинекологом.

Для мужчин:

1. спермограмма;
2. микроскопическое исследование микрофлоры или проведение лабораторных исследований в целях выявления возбудителей инфекционных заболеваний органов малого таза методом ПЦР;
3. УЗИ предстательной железы и органов мошонки;
4. повторный осмотр врачом-урологом (при его отсутствии врачом-хирургом, прошедшим подготовку по вопросам репродуктивного здоровья у мужчин).

**По результатам прохождения диспансеризации формируются три группы здоровья:**

**I группа здоровья:**

- женщины, у которых не установлены хронические гинекологические заболевания, отсутствуют факторы риска их развития;
- мужчины, у которых не установлены заболевания репродуктивной системы и отсутствуют факторы риска их развития.

**II группа здоровья:**

- женщины, у которых не установлены гинекологические заболевания, но имеются факторы риска их развития (вредные привычки, хронические соматические заболевания, влияющие на репродуктивную систему). Женщины данной группы направляются к профильным врачам-специалистам или к врачу по медицинской профилактике в соответствии с выявленными заболеваниями;
- мужчины, у которых не установлены заболевания репродуктивной системы, но имеются факторы риска их развития. Мужчины данной группы направляются на консультацию врача-уролога в медицинскую организацию по месту жительства для более детального обследования и устранения факторов риска.

### **III группа здоровья:**

- женщины, имеющие гинекологические заболевания, требующие установления диспансерного наблюдения или оказания специализированной, высокотехнологичной медицинской помощи. Женщинам, отнесенным к III группе здоровья, в зависимости от выявленных заболеваний составляется индивидуальная программа лечения в рамках диспансерного наблюдения врачом-акушером-гинекологом;
- мужчины, имеющие заболевания репродуктивной системы или доказанное снижение фертильности. Мужчины III группы здоровья направляются к врачу-урологу регионального Центра охраны здоровья семьи и репродукции.

**План-график проведения диспансеризации** устанавливается Министерством здравоохранения РФ по согласованию с территориальным фондом обязательного медицинского страхования.

При необходимости для проведения медицинских исследований в рамках прохождения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации могут привлекаться медицинские работники медицинских организаций, оказывающих специализированную медицинскую помощь.

Органы власти субъектов РФ в сфере охраны здоровья размещают на своих официальных сайтах в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» информацию о медицинских организациях, на базе которых граждане могут пройти профилактические медицинские осмотры, включая диспансеризацию, в том числе углубленную и диспансеризацию для оценки репродуктивного здоровья женщин и мужчин, а также порядок их работы.