

## **Краткая информация для граждан о диспансеризации и порядке ее прохождения**

### **Основные цели диспансеризации:**

Раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (далее - ХНИЗ).

К ХНИЗ относятся:

1. болезни системы кровообращения и в первую очередь ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные заболевания;
2. злокачественные новообразования;
3. сахарный диабет;
4. хронические болезни легких.

Указанные болезни обуславливают более 75 % всей смертности населения нашей страны.

Кроме того, диспансеризация направлена на выявление и коррекцию основных факторов риска развития указанных заболеваний, к которым относятся:

1. повышенный уровень артериального давления;
2. повышенный уровень холестерина в крови;
3. повышенный уровень глюкозы в крови;
4. курение табака;
5. риск пагубного потребления алкоголя;
6. нерациональное питание;
7. низкая физическая активность;
8. избыточная масса тела или ожирение.

Важной особенностью диспансеризации является не только раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития, но и проведение всем гражданам, имеющим указанные факторы риска краткого профилактического консультирования, а также для лиц с высоким и очень высоким суммарным сердечно-сосудистым риском индивидуального углубленного и группового (школа пациента) профилактического консультирования.

Такие активные профилактические вмешательства позволяют достаточно быстро и в значительной степени снизить вероятность развития у каждого

конкретного человека опасных хронических неинфекционных заболеваний, а у лиц, уже страдающих такими заболеваниями значительно уменьшить тяжесть течения заболевания и частоту развития осложнений.

### **Где и когда можно пройти диспансеризацию**

Граждане проходят диспансеризацию в медицинской организации по месту жительства, работы, учебы или выбору гражданина, в которой они получают первичную медико-санитарную помощь (в поликлинике, в центре (отделении) общей врачебной практики (семейной медицины), во врачебной амбулатории, медсанчасти и др.).

Записаться на прохождение диспансеризации можно в личном кабинете на портале Госуслуги (ЕПГУ) по ссылке <https://www.gosuslugi.ru/10088/1/form> или по телефонному номеру Единого контакт-центра в сфере здравоохранения 122 (звонок бесплатный).

### **Сколько времени занимает прохождение диспансеризации**

Прохождение обследования первого этапа диспансеризации возможно за 1 визит. Объем обследования зависит от Вашего возраста. Второй визит проводится обычно через 1-6 дней (зависит от длительности времени необходимого для получения результатов исследований) к участковому врачу для заключительного осмотра и подведения итогов диспансеризации.

Если по результатам первого этапа диспансеризации у Вас выявлено подозрение на наличие хронического неинфекционного заболевания или высокий и очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск, участковый врач сообщает Вам об этом и направляет на второй этап диспансеризации, длительность прохождения которого зависит от объема необходимого Вам дополнительного обследования.

Для сокращения времени визита в поликлинику, можно заранее дома заполнить анкету, и прийти с уже распечатанными бланками.

Формы анкет по ссылкам:

[Анкета для граждан в возрасте до 65 лет на выявление хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача](#)

[Анкета для граждан в возрасте 65 лет и старше на выявление хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска, старческой астении](#)

## **Как пройти диспансеризацию работающему человеку**

Согласно ст. 24 Федерального закона Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" работодатели обязаны обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения.

Все работающие имеют право на дополнительный оплачиваемый выходной день для диспансеризации в соответствии со ст. 185.1. ТК РФ. Такая возможность предоставляется один раз в три года. Работающие пенсионеры и работники предпенсионного возраста имеют право не на один, а на два выходных для диспансеризации, и не раз в три года, а раз в год. «Предпенсионерами» считаются те, кому остается не больше пяти лет до пенсионного возраста. Право на выходные для диспансеризации имеют абсолютно все категории работников.

Помимо этого, диспансеризацию можно пройти в вечернее время и в субботу (по графику медицинской организации).

### **Какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации:**

Для прохождения первого этапа диспансеризации желательно прийти в медицинскую организацию (поликлинику) утром, натощак.

Исследование кала на скрытую кровь должно проводиться иммунохимическим методом, что не требует ограничений в приеме пищи (уточните применяемый метод исследования у своего участкового врача медсестры или в кабинете медицинской профилактики).

Женщинам необходимо помнить, что забор мазков с шейки матки не проводится во время менструации, при проведении того или иного лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза, что для снижения вероятности получения ложных результатов анализа мазка необходимо исключить половые контакты в течение 2-х суток перед диспансеризацией, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.

Мужчинам, которым назначено исследование простатспецифического антигена в крови (онкомаркер рака предстательной железы) необходимо помнить, что лучше воздержаться от проведения этого анализа в течение 7-10

дней после любых воздействий на предстательную железу механического характера (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, половой акт, лечение ректальными свечами и др.) так как они могут исказить результат исследования.

Если Вы в предыдущие 12 месяцев перед прохождением диспансеризации проходили медицинские исследования, возьмите документы, подтверждающие этот факт, и покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.

Объем подготовки для прохождения второго этапа диспансеризации Вам объяснит участковый врач (фельдшер).

Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний сердечно-сосудистой системы, злокачественных новообразований (колоректального рака, рака шейки матки и грудной железы), сахарного диабета и хронических бронхолегочных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и смертности населения нашей страны или выявить их на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно.