



ГБУЗ ЛО «ТИХВИНСКАЯ
МЕЖРАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА
ИМ. А.Ф.КАЛМЫКОВА»

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ
И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ОСМОТРЫ

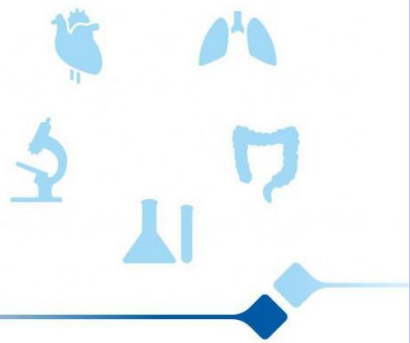
О ПРОВЕДЕНИИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ ОСМОТРОВ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ ТИХВИНСКОГО РАЙОНА



НАЙДИ ВРЕМЯ ДЛЯ
СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ

ПРОЙДИ

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ



ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ (ПМО) - это базовые обследования, проводящиеся в целях раннего выявления состояний, заболеваний и факторов риска в целях определения группы здоровья.

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ – это комплекс мероприятий, включающий в себя **ПМО** и дополнительные методы исследования, проводимые в целях оценки состояния здоровья взрослого населения, раннего выявления заболеваний и установление диагноза. Проводится в два этапа.

По правилам проведения диспансеризации, в возрасте с 18 до 39 лет (возраст должен быть кратен трем) медосмотр нужно проходить раз в три года, а с 40 лет – ежегодно.



ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР ВКЛЮЧАЕТ:



1. **Анкетирование** (направлено на выявление хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития).



2. **Антропометрия и расчет индекса массы тела** (измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет индекса массы тела).



3. **Измерение артериального давления на периферических артериях.**

4. **Исследование уровня общего холестерина в крови.**

5. **Определение уровня глюкозы в крови.**

6. **Определение относительного сердечно-сосудистого риска** (у граждан в возрасте от 18 до 39 лет включительно 1 раз в год).

7. **Определение абсолютного сердечно-сосудистого риска** (у граждан в возрасте от 40 до 64 лет включительно 1 раз в год).

8. **Флюорографию легких или рентгенографию легких** (для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в 2 года).

9. **Электрокардиографию в покое** (в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год).

10. **Измерение внутриглазного давления** (в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год).

11. **Осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом** (для женщин в возрасте от 18 до 39 лет 1 раз в год).

12. **Прием по результатам профилактического медицинского осмотра.**

По полису ОМС тихвинцы могут пройти обследование в городской поликлинике по месту прикрепления (то есть там, где пациент постоянно обслуживается), жители сельской местности часть программы могут пройти на ФАПах. Для прохождения диспансеризации или профосмотра обязательно нужно заполнить письменное согласие на профилактический осмотр и медицинское вмешательство (ст. 20 ФЗ №323).



ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ. ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ:



участковый принцип организации (в поликлинике по месту прикрепления);

дифференцированный набор обследований в зависимости от возраста, пола (программа обследований формируется с учетом вероятности раннего выявления наиболее часто встречающихся для данного пола и возраста хронических неинфекционных заболеваний).

КАКИЕ ДОКУМЕНТЫ НЕОБХОДИМЫ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ?



Каждому гражданину, направляющемуся на диспансеризацию, необходимо иметь паспорт и страховой медицинский полис ОМС. Если Вы в текущем или предшествующем году проходили медицинские исследования, возьмите документы, подтверждающие это, и покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.



ПЕРЕЧЕНЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ I ЭТАПА ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ



* - КРАТНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЙ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ ПОЛОМ И ВОЗРАСТОМ ГРАЖДАН

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ. ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ

● **Раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, которые обуславливают более 70% всей смертности жителей РФ. К ним относятся:**

- болезни системы кровообращения, в первую очередь ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные заболевания;
- злокачественные новообразования;
- сахарный диабет;
- хронические болезни легких.

● **Выявление и коррекция основных факторов риска указанных заболеваний, а именно:**

- повышенный уровень артериального давления;
- повышенный уровень холестерина и глюкозы в крови;
- курение табака;
- пагубное потребление алкоголя;
- нерациональное питание;
- низкая физическая активность;
- избыточная масса тела или ожирение.



ЧТО ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ ДО 40 ЛЕТ

- анкетирование — помогает собрать анамнез, узнать наследственные предрасположенности к заболеваниям, факторы риска у пациентов, а также возможные жалобы;
- расчет индекса массы тела — рост, вес, окружность талии;
- измерение артериального давления;
- анализ крови (определения уровня глюкозы и холестерина в крови);
- определение сердечно-сосудистых рисков;
- флюорографию;
- электрокардиографию;
- измерение внутриглазного давления;
- внешний осмотр кожи, слизистой рта, щитовидной железы, лимфоузлов;
- цитологические исследования для женщин.

После общего медосмотра при необходимости пациенту могут назначить углубленные обследования у узких специалистов.





ПЕРВЫЙ ЭТАП — ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ОБСЛЕДОВАНИЯ. Большая часть этих обследований и анализов не зависит от возраста, в котором человек проходит диспансеризацию или профосмотр.

ИССЛЕДОВАНИЯ	С 18 ДО 39 ЛЕТ	С 40 ДО 64 ЛЕТ	С 65 ЛЕТ
Анкетирование, вопросы по образу жизни и рискам	Раз в год	Раз в год	Раз в год
Измерение роста, веса, окружности талии, давления	Раз в год	Раз в год	Раз в год
Сердечно-сосудистый риск по специальной шкале	Раз в год	Раз в год	Раз в год
Флюорография	Раз в два года	Раз в два года	Раз в два года
ЭКГ	При первом прохождении профосмотра, потом раз в год с 35 лет	Раз в год	Раз в год
Внутриглазное давление	При первом профосмотре	Раз в год	Раз в год
Гинеколог	Раз в год	Раз в год	Раз в год
Терапевт	Раз в год	Раз в год	Раз в год
Общий анализ крови	—	Раз в год	Раз в год
Анализ крови на сахар и холестерин	Раз в год	Раз в год	Раз в год
Скрининг на гепатит С	С 25 лет — каждые 10 лет	Каждые 10 лет	Каждые 10 лет



ОНКОСКРИНИНГИ. На первом этапе диспансеризации также проводят скрининг, чтобы вовремя обнаружить онкологическое заболевание. Для каждого возраста — отдельный список обследований.

Какие обследования назначают для обнаружения рака на первом этапе

ЧТО ПРОВЕРЯЮТ	В КАКОМ ВОЗРАСТЕ	КАКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ
Рак шейки матки	С 18 до 64 лет раз в три года	Мазок на цитологию
Рак груди	С 40 до 75 лет раз в два года	Маммография
Рак предстательной железы	В 45, 50, 55, 60, 64 года	Анализ крови на уровень ПСА
Рак кишечника	С 40 до 64 лет раз в два года, с 65 до 75 лет — раз в год	Кал на скрытую кровь
Рак кожи, губ, слизистой, щитовидной железы и лимфоузлов	В любом возрасте при каждом осмотре	Визуальный осмотр и пальпация
Рак пищевода и желудка	В 45 лет	Гастроскопия



ВАЖНО!
Диспансеризацию
проводят по полису ОМС,
то есть бесплатно.
Однако обследования
и анализы назначают
не по желанию пациента,
а только те, что есть
в правилах
диспансеризации
и показаны в конкретной
ситуации. Минздрав
утверждает списки
для каждого возраста.



- 1 Осмотр терапевта
все граждане 1 раз в год
- 2 Анкетирование
все граждане 1 раз в год
- 3 Холестерин и глюкоза в крови
все граждане 1 раз в год
- 4 Измерение артериального давления
все граждане 1 раз в год
- 5 Электrokардиограмма
при 1-ом прохождении, 40 лет и старше
1 раз в год
- 6 Расчет индекса массы тела
все граждане 1 раз в год
- 7 Оценка сердечно-сосудистого риска
все граждане 1 раз в год
- 8 Измерение внутриглазного давления
при 1-ом прохождении, 40 лет и старше
1 раз в год
- 9 Осмотр акушеркой/гинекологом
все женщины 1 раз в год
- 10 Флюорография легких
все граждане 1 раз в 2 года
- 11 Общий анализ крови
40 лет и старше 1 раз в год
- 12 Скрининг (исследования)
на выявление онкологических
заболеваний (зависит от пола
и возраста):
рак шейки матки, молочных желез,
легких, кишечника, предстательной
железы, желудка и кожи

Осмотр невролога, хирурга, гинеколога, ЛОР, офтальмолога, дерматовенеролога, терапевта,
УЗИ сосудов шеи, колоноскопия, спирометрия, ФГДС, рентгенография (компьютерная томография)
легких, анализ крови на гликированный гемоглобин, профилактическое консультирование.



ПОРЯДОК ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

ШАГ 1. ЗАПИШИТЕСЬ НА ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ

Запишитесь на прохождение диспансеризации через портал Госуслуги или обратитесь в отделение медицинской профилактики городской поликлиники (по рабочим дням с 8.00 до 18.00, кабинет 410, 4-й этаж). В зависимости от состояния вашего здоровья диспансеризация может состоять из одного или двух этапов.

ШАГ 2. ПОДГОТОВЬТЕСЬ К ОБСЛЕДОВАНИЯМ

В назначенный для обследования день придите в поликлинику утром на голодный желудок до выполнения физических нагрузок. Если вам 40 лет и более, необходимо сдать кал на скрытую кровь, поэтому заранее подготовьтесь к этому.

ШАГ 3. ПРОЙДИТЕ ПЕРВЫЙ ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

Пройдите обследования по своей возрастной программе, в завершении получите консультацию терапевта. По результатам исследований он определит у вас признаки хронических неинфекционных заболеваний и факторы риска их развития, при наличии показаний назначит дополнительных обследований и осмотр врачами-специалистами для уточнения диагноза заболевания на втором этапе диспансеризации. Врач даст разъяснения по результатам обследований, определит вашу группу здоровья, при наличии высокого риска заболеваний или самих заболеваний - группу диспансерного наблюдения.

ШАГ 4. ПРОЙДИТЕ ВТОРОЙ ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

На него направляются пациенты, состояние которых внушает опасения, поэтому нужно провести дополнительные осмотры и обследования для уточнения диагноза. Профилактическое консультирование после второго этапа диспансеризации носит углубленный характер. По результатам принимается решение: либо назначить лечение, либо направить пациента на исследования, которые выходят за рамки диспансеризации.

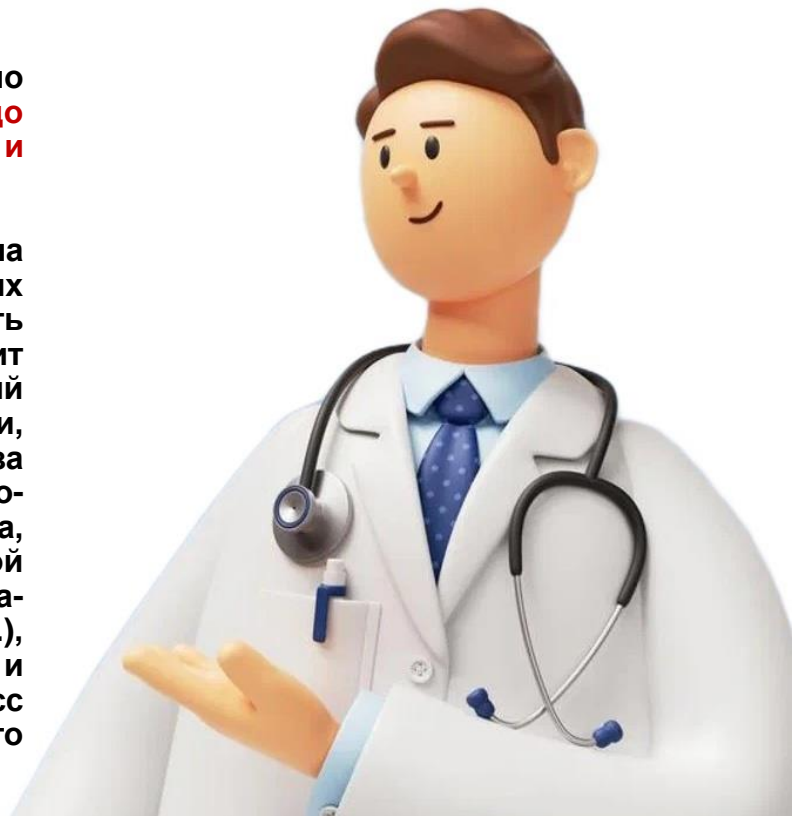
ШАГ 5. ПОЛУЧИТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

Когда результаты всех обследований получены, пациент вторично приходит на прием к врачу-терапевту. Врач обсуждает полученные данные и дает рекомендации по дальнейшему поддержанию здоровья, определяет группу здоровья (их три), ставит на диспансерное наблюдение, в случае необходимости записывает на прием к профильному специалисту.



КАКАЯ ПОДГОТОВКА ТРЕБУЕТСЯ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПЕРВОГО ЭТАПА ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ:

- Для прохождения первого этапа диспансеризации желательно **прийти в городскую поликлинику утром, на голодный желудок, до выполнения каких-либо физических нагрузок, в том числе и утренней физической зарядки.**
- **Лицам в возрасте 40 лет и старше для исследование кала на скрытую кровь необходимо во избежание ложноположительных результатов в течение 3 суток перед диспансеризацией не есть мясную пищу, а также других продуктов, в состав которых входит значительное количество железа (яблоки, зеленый лук, сладкий болгарский перец, белая фасоль, шпинат), а также овощи, содержащие много таких ферментов, как каталаза и пероксидаза (огурцы, хрен, цветная капуста), исключить прием железосодержащих лекарственных препаратов, в том числе гематогена, отменить прием аскорбиновой кислоты, ацетилсалициловой кислоты (аспирина) и другие нестероидных противовоспалительных средств (таких как вольтарен, диклофенак и т.д.), отказаться от использования любых слабительных средств и клизм. Избегайте чрезмерного разжижения образца каловых масс водой из чаши туалета. Это может быть причиной неправильного результата.**





КАКАЯ ПОДГОТОВКА ТРЕБУЕТСЯ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПЕРВОГО
ЭТАПА ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ:

- **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 двух суток перед диспансеризацией, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.
- **Маммография** проводится с 6 по 12 день менструального цикла.
- **Мужчинам** в возрасте 45, 50, 55, 60, 64 лет необходимо помнить, что лучше воздержаться от прохождения диспансеризации 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 простатспецифического антигена в крови (онкомаркер рака предстательной железы).
- Если Вы в текущем году проходили медицинские исследования, возьмите документы, подтверждающие это, покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.





ВТОРОЙ ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ПРОВОДИТСЯ С ЦЕЛЬЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ И УТОЧНЕНИЯ ДИАГНОЗА ЗАБОЛЕВАНИЯ (СОСТОЯНИЯ), ПРОВЕДЕНИЯ УГЛУБЛЕННОГО ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:

- **осмотр (консультация) врача-невролога** (в случае наличия указаний в или подозрений на перенесенное острое нарушение мозгового кровообращения у граждан, не находящихся под диспансерным наблюдением по данному поводу);
- **осмотр (консультация) врача-хирурга; врача-уролога** — при выявлении патологии повышения уровня ПСА у мужчин;
- **осмотр (консультация) врача-хирурга (врача-проктолога)** (при положительном анализе кала на скрытую кровь);
- **колоноскопию** (по назначению врача-хирурга (врача-проктолога);
- **эзофагогастродуоденоскопия** (по назначению врача-терапевта);
- **осмотр (консультация) врача-гинеколога** (для женщин с выявленными патологическими изменениями при цитологическом исследовании мазка с шейки матки и/или при маммографии);
- **дуплексное сканирование брахиоцефальных артерий;**
- **спирометрию** (по назначению врача-терапевта);
- **рентгенография легких, компьютерная томография легких** (по назначению врача-терапевта);
- **осмотр (консультация) оториноларинголога** (при наличии показаний по направлению врача-терапевта);
- **осмотр (консультация) офтальмолога** (при наличии показаний по направлению врача-терапевта);
- **углубленное профилактическое консультирование индивидуальное и/или профилактическое консультирование групповое (школа пациента) в отделении (кабинете) медицинской профилактики и центрах здоровья (гражданам с выявленными факторами риска по направлению врача-терапевта).**



ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ВРАЧ ОПРЕДЕЛЯЕТ ГРУППУ ЗДОРОВЬЯ ГРАЖДАНИНА.

Группа здоровья 1. Сюда относят граждан без хронических неинфекционных заболеваний и если факторов риска их развития нет либо они невелики. Когда при этом есть высокие сердечно-сосудистые риски, во время диспансеризации граждане получают профилактическую консультацию.

Группа здоровья 2. У людей из второй группы тоже нет хронических болезней, но есть факторы риска их развития, при этом сердечно-сосудистый риск высокий или очень высокий. Помимо консультации им могут назначить лекарства и диспансерное наблюдение.

Группа здоровья 3а. У людей из этой группы есть хронические неинфекционные заболевания, требующие диспансерного наблюдения или оказания медицинской помощи. Сюда же относят пациентов с подозрением на наличие этих заболеваний.

Группа здоровья 3б. Сюда относят людей без хронических неинфекционных заболеваний, которым нужно диспансерное наблюдение или медицинская помощь по поводу других болезней, например инфекционных.





ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ВОЗРАСТА ПО ОЦЕНКЕ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ

**Указом Президента России 2024 год объявлен
Годом семьи в целях популяризации
государственной политики в сфере защиты семьи,
сохранения традиционных семейных ценностей.**

**В число мероприятий, направленных на улучшение
здоровья взрослых и детей, входит оценка
репродуктивного здоровья. Соответствующий перечень
исследований и других медицинских вмешательств
закреплен в Программе государственных гарантий
бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на
2024-2026 годы.**



Для женщин и мужчин репродуктивного возраста поэтапно и одновременно с прохождением профилактического осмотра или диспансеризации организуется проведение диспансеризации, направленной на оценку их репродуктивного здоровья, с целью выявления признаков и факторов риска заболеваний или состояний, способных негативно повлиять на беременность, течение беременности, родов и послеродового периода



В рамках
диспансеризации

ОБРАЩАТЬСЯ:
мужчины –
к врачу-урологу
городской
поликлиники;

женщины –
к врачу акушеру-
гинекологу
женской
консультации



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. В возрасте 18 – 29 лет – лабораторные исследования мазков в целях выявления возбудителей **ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОРГАНОВ МАЛОГО ТАЗА.**

ДЛЯ МУЖЧИН:

1. Анкетирование для оценки риска нарушения репродуктивного здоровья
2. **ОСМОТР ВРАЧОМ-УРОЛОГОМ**





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 (хирургом).

Прохождение диспансеризации помогает выявлять заболевания на ранних стадиях, когда их лечение проходит более эффективно. Кроме того, профилактические осмотры позволяют оценить общее состояние здоровья, выявить факторы риска и предотвратить возможные заболевания.



КАК ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ РАБОТАЮЩЕМУ ЧЕЛОВЕКУ?

Гарантии работникам при прохождении диспансеризации (ТК РФ Статья 185.1.)

Работники при прохождении диспансеризации 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.

Работники, **достигшие возраста сорока лет, имеют право на освобождение от работы на один рабочий день один раз в год** с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка.

Работники, не достигшие возраста, дающего право на назначение пенсии по старости, в том числе досрочно, **в течение пяти лет до наступления** такого возраста и работники, являющиеся **получателями пенсии** по старости или пенсии за выслугу лет, 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 основании его **письменного заявления**, при этом день (дни) освобождения от работы согласовывается (согласовываются) с работодателем. Работники обязаны предоставлять работодателю справки медицинских организаций, подтверждающие прохождение ими диспансеризации в день (дни) освобождения от работы, если это предусмотрено локальным нормативным актом.

