

## **ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ В ГАУЗ СО «ЦГКБ № 24» В 2024 ГОДУ**

Для прохождения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации, а также углубленной диспансеризации, граждане, прикрепленные на медицинское обслуживание к ГАУЗ СО «ЦГКБ № 24», приглашаются в отделения медицинской профилактики поликлиники № 1, поликлиники № 2, поликлиники № 3, поликлиники № 4 с понедельника по пятницу с 08.00 час. до 20.00 час., суббота с 09.00-15.00 час. (в поликлинике № 2 - суббота с 09.00 час. до 16.00 час.) **Запись по телефону единого контактного центра: 8 (343)-200-20-99.**

**Обязательно с собой иметь паспорт и полис ОМС!**

**ДЛЯ ВАС В РАЗДЕЛЕ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ** отдельно прилагаются:

*1) График работы отделений медицинской профилактики и их адреса;*

*2) График работы мобильных выездных медицинских бригад ГАУЗ СО «ЦГКБ № 24, участвующих в проведении профилактических медицинских осмотров, диспансеризации и углубленной диспансеризации взрослого населения в 2024 году .*

**Профилактический медицинский осмотр** проводится в целях своевременного выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов.

Профилактический медицинский осмотр проводится с 18 лет ежегодно.

**Диспансеризация** - это комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимые в целях оценки состояния здоровья (определение групп здоровья и группы диспансерного наблюдения). Особое внимание уделяется сердечно-сосудистым и онкологическим заболеваниям, сахарному диабету и хроническим заболеваниям органов дыхания.

**Углубленная диспансеризация** проводится для лиц, переболевших новой коронавирусной инфекцией.

**Диспансеризация взрослого населения проводится в поликлинике по месту жительства с 18 лет до 39 лет 1 раз с 3 года; с 40 лет ежегодно.**

**Для уточнения информации просим обращаться по телефону: 8 (343)-200-20-99.**

Оснащение отделений медицинской профилактики поликлиник предусмотрено с целью проведения основного объема первого этапа диспансеризации «не выходя из отделения». При выявлении подозрений на хроническое заболевание пациенты направляются на дообследование (2-й этап диспансеризации).

С целью повышения доступности эндоскопического обследования (фибροколоноскопии –обследование толстой кишки) организованы потоки пациентов в сторонние медицинские организации, на договорной основе (по ОМС), в женской консультации при диспансеризации используется исследование методом жидкостной цитологии.

**Для прохождения диспансеризации необходимо:**

- 1). Иметь полис обязательного медицинского страхования (ОМС);
- 2). Документ, удостоверяющий личность,
- 3). Быть прикрепленным к поликлинике,
- 4). Подходить по возрасту.

**Годом прохождения диспансеризации считается календарный год, в котором гражданин достигает соответствующего возраста:**

- 1). 1 раз в 3 года в возрасте от 18 до 39 лет включительно;
- 2) ежегодно в возрасте 40 лет и старше.

На первом этапе проводится осмотр врачей, анкетирование, лабораторные и инструментальные обследования, объем которых определяется в зависимости от пола и возраста.

**ВНИМАНИЕ!** Согласно трудовому законодательству, с 2019 года работники могут получить освобождение от работы на 1 день для прохождения диспансеризации. Работнику этот день будет предоставлен с сохранением за ним места работы (должности) и будет оплачен в размере среднего заработка.

## **Основные цели диспансеризации**

**Раннее выявление хронических инфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (далее- хронические неинфекционные заболевания), к которым относятся:**

- болезни системы кровообращения и, в первую очередь, ишемическая болезнь сердца и цереброваскулярные заболевания; гипертоническая болезнь;
- злокачественные новообразования;
- сахарный диабет;
- 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:**

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

Важной особенностью диспансеризации является проведение всем гражданам, имеющим указанные факторы риска, краткого профилактического консультирования, а для лиц с высоким и очень высоким суммарным сердечно-сосудистым риском - индивидуального углубленного и группового профилактического консультирования. Такие активные профилактические вмешательства позволяют достаточно быстро снизить вероятность развития у каждого конкретного человека хронических неинфекционных заболеваний, течение заболеваний и частоту развития осложнений.

## **Как проходит диспансеризация**

- **Первый этап – обследования**

Перед началом обследования в кабинете отделения медицинской профилактики необходимо заполнить форму анкеты для раннего выявления хронических неинфекционных заболеваний и риска хронических неинфекционных заболеваний, также будет проведено исследование роста, веса, артериального давления, внутриглазного давления (гражданам старше 60 лет), объема талии *(с анкетами для раннего выявления хронических неинфекционных заболеваний и риска хронических неинфекционных заболеваний для граждан в возрасте до 65 лет и в возрасте 65 лет и старшем можно ознакомиться на нашем сайте)*.

Объем и методы первоначальных исследований зависят от пола, возраста, индивидуальных особенностей организма по данным опросного листа.

По результатам исследований и анализов первого этапа диспансеризации врач-терапевт даёт заключение, определяет состояние и группу здоровья, даёт рекомендации, по необходимости назначает профилактическое лечение.

Исследования в рамках 1 этапа диспансеризации можно пройти за 1-2 рабочих дня.

### **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.

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.

!!! Граждане, нуждающиеся в дополнительном углубленном обследовании, получают направление на второй этап диспансеризации или направление на обследование за рамками диспансеризации.

## Углубленная диспансеризация лиц, переболевших COVID-19

Если Вы перенесли новую коронавирусную инфекцию COVID-19 (даже при отсутствии документального подтверждения) Вам необходимо через 60 дней после выздоровления обратиться в отделение медицинской профилактики для прохождения углубленной диспансеризации.

### Углубленная диспансеризация проводится в 2 этапа:

- Первый этап включает в себя:

- 1) спирометрию или спирографию;
- 2) сатурацию в покое;
- 3) общий (клинический) анализ крови;
- 4) биохимический анализ крови (холестерин, липопротеины низкой плотности, С-реактивный белок, АЛТ, АСТ, креатинин, лактатдегидрогеназа);
- 5) рентгенографию органов грудной клетки (если она не проводилась ранее в течение года);
- 6) тест с 6-минутной ходьбой (при исходной сатурации кислорода крови 94% и больше в сочетании с наличием у гражданина жалоб на одышку, отеки, которые появились впервые или повысилась их интенсивность);
- 7) определение концентрации Д-димера в крови у граждан, перенесших среднюю степень и выше новой коронавирусной инфекции;
- 8) прием (осмотр) врачом-терапевтом.

- Второй этап проводится врачом-терапевтом участковым в целях дополнительного обследования и уточнения диагноза (состояния) и включает в себя:

- 1) эхокардиографию (если сатурация в покое 94% и ниже, а также по результатам проведения теста с 6-минутной ходьбой);
- 2) компьютерную томографию легких (если сатурация в покое 94% и ниже, а также по результатам проведения теста с 6-минутной ходьбой);
- 3) дуплексное сканирование вен нижних конечностей (при наличии показаний по результатам определения концентрации Д-димера в крови).

## **И ТАК, ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ «КАК ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ»**

**Шаг 1.** Обратитесь в регистратуру или прочтите на сайте поликлиники как подготовиться к исследованиям. Запишитесь или придите на прием в кабинет или отделение медицинской профилактики вашей поликлиники.

**Шаг 2.** Пройдите первый этап диспансеризации:

**1) Профилактический медицинский осмотр:**

- опрос (анкетирование), измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет индекса массы тела;
- измерение артериального давления;
- исследование уровня общего холестерина и глюкозы в крови;
- определение относительного сердечно-сосудистого риска (с 18 до 39 лет);
- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска (с 40 до 64 лет);
- флюорография (1 раз в 2 года);
- электрокардиографию в покое (при первом прохождении осмотра, далее — в возрасте 35 лет и старше);
- измерение внутриглазного давления (при первом прохождении осмотра, далее — с 40 лет);
- 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.

**2) Скрининг на раннее выявление онкологических заболеваний:**

Для пациентов обоих полов:

- колоректальный рак: анализ кала на скрытую кровь (от 40 до 64 лет — 1 раз в 2 года; от 65 до 75 лет включительно – ежегодно)
- рак пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки: в возрасте 45 лет (однократно) – эзофагогастродуоденоскопия;
- рак кожи и видимых слизистых: от 18 до 99 лет — осмотр (фельдшером/врачом-терапевтом или врачом по медицинской профилактике) кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов.

Для женщин:

- рак шейки матки: от 18 и старше — осмотр акушером-гинекологом (ежегодно); от 18 до 64 лет взятие мазка с шейки матки (1 раз в 3 года);

– рак молочной железы: от 40 до 75 лет — маммография (1 раз в 2 года);

Для мужчин:

– рак предстательной железы: в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет — определение простат-специфического антигена в крови.

3. Общий анализ крови – для граждан 40 лет и старше.

**Шаг 3.** По результатам обследования будет установлена группа здоровья, проведено краткое профилактическое консультирование. При выявлении подозрений на наличие сахарного диабета; онкологии; сердечно-сосудистых заболеваний или болезней органов дыхания, для уточнения диагноза заболевания вас направят на дополнительное обследование – **второй этап диспансеризации:**

- осмотр (консультацию) врачом-неврологом;
- дуплексное сканирование брахицефальных артерий (для мужчин в возрасте от 45 до 72 лет включительно и женщин в возрасте от 54 до 72 лет);
- 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);
- осмотр (консультацию) врачом-хирургом или врачом-колопроктологом, включая проведение ректороманоскопии (для граждан в возрасте от 40 до 75 лет включительно);
- колоноскопия (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования толстого кишечника по назначению врача-хирурга или врача-колопроктолога);
- эзофагогастродуоденоскопия (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки по назначению врача-терапевта);
- рентгенографию легких, компьютерную томографию легких (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования легкого по назначению врача-терапевта);
- спирометрия;
- осмотр (консультация) врачом-оториноларингологом (для граждан в возрасте 65 лет и старше);
- осмотр (консультацию) врачом-акушером-гинекологом (для женщин в возрасте 18 лет и старше с выявленными патологическими изменениями);
- осмотр (консультация) врачом-офтальмологом (для граждан в возрасте 40 лет и старше);
- проведение индивидуального или группового (школы для пациентов) углубленного профилактического консультирования в отделении (кабинете) медицинской профилактики (центре здоровья) для граждан в возрасте 65 лет и старше;

**Шаг 4.** По итогам второго этапа диспансеризации врач назначит необходимое лечение (амбулаторное, стационарное, санаторно-курортное).

### **ВАЖНО!**

Диспансеризация считается не завершенной, если не проведены мероприятия, включенные в онкоскрининг.

Если у вас будут выявлены признаки какого-либо заболевания не являющегося предметом скрининга, врач рекомендует вам пройти обследование в плановом порядке и направит на необходимые исследования или консультации.

Если вашего возраста нет в списке на прохождение диспансеризации, и вы не относитесь к льготным категориям, вы все равно можете обратиться в свою поликлинику и пройти профилактический медицинский осмотр.

**Профилактический медицинский осмотр** – это комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов.

В отличие от диспансеризации профилактический медосмотр включает меньший объем обследований.

Исследования профилактического медосмотра входят в первый этап диспансеризации.

Профилактический медосмотр, как и диспансеризация проводится бесплатно при наличии паспорта и полиса ОМС в поликлинике по месту прикрепления, в отделении или кабинете медицинской профилактики без предварительной записи.



## **ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ «КАК ПРОЙТИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДОСМОТР»**

**Шаг 1.** Обратитесь в регистратуру или прочтите на сайте поликлиники как подготовиться к исследованиям. Запишитесь или придите на прием в кабинет или отделение медицинской профилактики вашей поликлиники.

**Шаг. 2.** По результатам обследования вам предстоит прием (осмотр) врачом-терапевтом, в том числе осмотр на выявление возможных онкологических заболеваний, по результатам которого вам будет установлена группа здоровья, проведено краткое профилактическое консультирование, даны рекомендации. При выявлении подозрений на наличие заболевания вас направят на дополнительное обследование в плановом порядке.

Необходимым предварительным условием проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации является дача **информированного добровольного согласия гражданина.**

При проведении профилактического медосмотра и диспансеризации могут учитываться результаты ранее проведенных (не позднее одного года) медицинских осмотров, диспансеризации, подтвержденные медицинскими документами гражданина.

Подробная информация о медицинских организациях, на базе которых гражданин может пройти профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию, размещена на официальных сайтах органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации в сфере охраны здоровья.

На официальном Интернет – **портале о здоровом образе жизни** (официальный ресурс Министерства здравоохранения Российской Федерации) любой гражданин может получить рекомендации по вопросам здорового образа жизни <https://www.takzdorovo.ru/>.

В рамках проекта поддерживается круглосуточная **бесплатная «горячая линия» 8 (800) 200-0-200**, предоставляющая консультации по вопросам здорового образа жизни.