

5 шагов диспансеризации:

1 шаг

Взять с собой паспорт, медицинский полис

2 шаг

Обратиться в регистратуру поликлиники по месту жительства



3 шаг

На I этапе диспансеризации проводятся:

Анкетирование, измерение роста и веса;
ЭКГ;
Флюорография легких;
УЗИ брюшной полости;
Анализ крови, мочи, кала;
Измерение внутриглазного давления.



4 шаг

Осмотр терапевта. При необходимости пациент направляется на II этап, где обследование ведут врачи узких специальностей.



5 шаг

Получение паспорта здоровья, куда вносятся заключения и рекомендации по результатам исследований, соблюдение которых позволит избежать возникновения или прогрессирования хронических заболеваний.

Все обследования для населения БЕСПЛАТНЫ!

Итог диспансеризации - Ваше здоровье и долголетие.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ЛИ ПРОХОДИТЬ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ?

Проходить диспансеризацию или нет – дело добровольное, но отказываться от нее не стоит. Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам уменьшить вероятность развития опасных заболеваний или выявить их на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно.



Здоровье - самая большая ценность. Будьте внимательны к себе и своим близким, приходите на диспансеризацию!

ПРИГЛАШЕНИЕ
на диспансеризацию



ЧТО ТАКОЕ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ?

Для сохранения здоровья и профилактики заболеваний граждан с 2013 года в Удмуртской Республике началась всеобщая диспансеризация населения. Каждый взрослый человек, начиная с 21 года, имеет право пройти диспансеризацию с регулярностью один раз в три года. В те возрастные периоды, которые не попадают под год диспансеризации, можно пройти профилактический медицинский осмотр 1 раз в 2 года.

ДЛЯ ЧЕГО ЭТО НУЖНО?

Узнав возможности своего организма можно намного продлить свою жизнь, скорректировав факторы риска выявленных заболеваний, и даже уменьшить их влияние и отодвинуть развитие заболевания на многие годы, не снижая качества Вашей жизни.

ЧТО С СОБОЙ ВЗЯТЬ?

- паспорт
- медицинский полис

КУДА ОБРАТИТЬСЯ?

К участковому врачу или фельдшеру, участковой медсестре или к сотруднику регистратуры медицинской организации по месту жительства.

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ СОСТОИТ ИЗ 2 ЭТАПОВ

НА I ЭТАПЕ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ПРОВОДЯТСЯ:

- анкетирование, измерение роста, веса, окружности талии, расчет индекса массы тела, по которому судят, есть ли у человека ожирение и в какой степени;
- определяется общий уровень холестерина (риск развития сердечно-сосудистых заболеваний), уровень глюкозы (риск развития диабета);
- ЭКГ;
- флюорография легких;
- гинекологический осмотр для женщин и маммография (для пациенток старше 39 лет);
- клинический анализ крови (гемоглобин, лейкоциты и т.д.);
- биохимический анализ крови;
- общий анализ мочи;
- исследование кала на скрытую кровь (для 45-летних и старше);
- определение уровня простатспецифического антигена в крови (для мужчин старше 50 - с целью ранней диагностики рака простаты);
- УЗИ органов брюшной полости (для 39-летних и старше раз в 6 лет);
- измерение внутриглазного давления (риск развития глаукомы у 39-летних и старше);
- консультация врача-невролога (с 51-летнего возраста раз в 6 лет).

В заключение первого этапа диспансеризации врач-терапевт определит Вашу группу здоровья и проведет индивидуальное профилактическое консультирование по снижению выявленных факторов риска и ведению здорового образа жизни.

Если риск развития болезни высокий, врач предложит дополнительные методы исследования и отправит на второй этап диспансеризации.

II ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ВКЛЮЧАЕТ:

- консультации врачей узких специальностей;
- расширенный биохимический анализ крови;
- ультразвуковое исследование кровеносных сосудов на наличие атеросклеротических бляшек;
- фиброгастроскопия;
- колоноскопия и другие исследования в зависимости от выявленных симптомов заболевания.

КАК ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ РАБОТАЮЩЕМУ ЧЕЛОВЕКУ?

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

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

И ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР У ВЗРОСЛЫХ



Когда?

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР (ПМО) ПРОХОДИТ **ЕЖЕГОДНО**

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ



18-39 лет –
1 раз в 3 года



**старше 40 лет и другие
категории граждан*** – ежегодно

*в том числе, работающие пенсионеры и работающие граждане за 5 лет и менее до наступления пенсионного возраста



Зачем?



своевременно выявить на ранних стадиях отклонения в здоровье и риск болезни



получить индивидуальные рекомендации по сохранению здоровья



**А ты проверил
свое здоровье?**



Что входит в ПМО?

- 1. анкетирование** (>18 лет – 1 раз в год)
- 2. расчет на основании антропометрии** - индекса массы тела, окружность талии (>18 лет – 1 раз в год)
- 3. измерение артериального давления** (>18 лет – 1 раз в год)
- 4. определение уровня холестерина и глюкозы в крови** (>18 лет – 1 раз в год)
- 5. определение относительного сердечно-сосудистого риска** (18 - 39 лет – 1 раз в год)
- 6. определение абсолютного сердечно-сосудистого риска в возрасте** (40 - 64 лет – 1 раз в год)
- 7. флюорографию легких или рентгенографию легких** (>18 лет – 1 раз в 2 года)
- 8. ЭКГ в покое** (при первом прохождении ПМО, далее >35 лет – 1 раз в год)
- 9. осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом** (женщин, 18 - 39 лет – 1 раз в год)
- 10. измерение внутриглазного давления** (при первом прохождении ПМО, далее > 40 лет – 1 раз в год)
- 11. прием (осмотр) по результатам профилактического медицинского осмотра**, в том числе осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний



Что входит в I этап диспансеризации?

18 - 39 лет
1 раз в 3 года

40 - 64 лет
1 раз в год

> 65 лет
1 раз в год



профилактический медицинский осмотр



скрининг на выявление онкологических заболеваний



взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки (1 раз в 3 года)



осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, **пальпация** щитовидной железы, лимфатических узлов



осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом (1 раз в год)



взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки (1 раз в 3 года)



маммография обеих молочных желез в двух проекциях с двойным прочтением рентгенограмм (1 раз в 2 года)



эзофагогастродуоденоскопия в возрасте 45 лет



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



исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом (1 раз в 2 года)



осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, **пальпация** щитовидной железы, лимфатических узлов



осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом (1 раз в год)



маммография обеих молочных желез в двух проекциях с двойным прочтением рентгенограмм до 75 (1 раз в 2 года)



исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом до 75 лет (1 раз в год)



осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, **пальпация** щитовидной железы, лимфатических узлов



общий анализ крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ)



краткое профилактическое консультирование



прием (осмотр) врачом-терапевтом

Для дополнительного обследования и уточнения диагноза проводится II этап диспансеризации. А полный список обследований и консультаций зависит от возраста и выявленных заболеваний



Что необходимо?

Обратиться в медицинскую организацию по месту жительства, при себе иметь паспорт и полис ОМС

ПАСПОРТ

Работающим гражданам предоставляется оплачиваемое освобождение от работы в количестве **1 рабочего дня** для прохождения диспансеризации