**Об особенностях прохождения диспансеризации и профилактических осмотров напомнила главный специалист общей врачебной практики регионального Минздрава Риана Сайфуллина**

С 23 по 29 января в Российской Федерации проходит неделя информированности о важности диспансеризации и профосмотров. Что включает в себя диспансеризация и профилактический медицинский осмотр? – этот вопрос мы задали главному внештатному специалисту общей врачебной практики регионального Минздрава Риане Сайфуллиной.

**Профилактический медицинский осмотр** — это комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития.

**Диспансеризация** включает в себя профилактический медицинский осмотр, а также дополнительные методы обследования, которые проводятся для оценки состояния определенных групп населения (по выявленным показаниям).

**Кто может пройти бесплатную диспансеризацию и профилактический осмотр?**

Диспансеризацию и профилактический медицинский осмотр может пройти каждый взрослый человек (в возрасте 18 лет и старше), они проводятся бесплатно при наличии паспорта или полиса обязательного медицинского страхования в поликлинике по месту прикрепления.

Диспансеризацию жители Российской Федерации три года в возрасте от 18 до 39 лет включительно могут проходить в те годы, когда их возраст кратен трем (в 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет). Люди в возрасте от 40 лет и старше могут проходить диспансеризацию ежегодно. В возрасте от 19 до 38 лет ежегодно можно проходить профилактический осмотр либо скрининговое обследование в Центре здоровья. Список Центров здоровья представлен по ссылке <http://ocmp73.ru/medprof/tsentry-zdorovya>

**Как записаться на диспансеризацию или профилактический осмотр?**

Дистанционная запись для прохождения диспансеризации и профилактического медицинского осмотра возможна на портале Госуслуги.

**Каков алгоритм прохождения диспансеризации и профосмотра?**

Стартовый шаг – анкетирование и оформление необходимых документов. Причем заполнить анкету можно не только лично (в медицинской организации), но и электронно (в личном кабинете раздела «Электронная медицинская карта» на сайте Госуслуги. Далее поинтересуйтесь, какие обследования вам нужно будет пройти и как к ним правильно подготовиться. Согласно полученному от врача маршрутному листу пройдите первый этап диспансеризации. В завершение первого этапа вы попадете на прием к врачу-терапевту или врачу общей практики, который изучит заполненную анкету и результаты проведенного медицинского осмотра, лабораторных и инструментальных исследований, проведет осмотр, в том числе на выявление визуальных или иных локализаций онкологических заболеваний. По итогам диспансеризации врач сделает заключение о состоянии вашего здоровья и даст необходимые рекомендации по здоровому образу жизни, при наличии показаний направит на второй этап диспансеризации.

**Какой объем исследований включает профилактический осмотр?**

– опрос (анкетирование);

 – измерение роста, массы тела, окружности талии, определение индекса массы тела;

 измерение артериального давления;

 определение уровня общего холестерина в крови;

 – измерение уровня глюкозы в крови;

 – определение относительного сердечно-сосудистого риска (для пациентов в возрасте 18-39 лет);

– флюорография (1 раз в 2 года);

– электрокардиография в покое (проводится при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год);

– измерение внутриглазного давления (проводится при первом прохождении профилактического осмотра, далее в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год);

– прием (осмотр) по результатам профилактического медицинского осмотра, в том числе осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний;

– краткое профилактическое консультирование.

**Какие исследования нужно пройти людям в возрасте от 40 лет на первом этапе диспансеризации?**

– измерение роста, массы тела, окружности талии, определение индекса массы тела;

– измерение артериального давления;

 – проведение общего анализа крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ);

– определение уровня общего холестерина в крови экспресс-методом;

– определение уровня глюкозы в крови натощак (допускается использование экспресс-метода);

– определение абсолютного сердечно-сосудистого риска (для пациентов от 40 до 64 лет);

– индивидуальное профилактическое консультирование — для пациентов с высоким относительным и очень высоким абсолютным сердечно-сосудистым риском, ожирением, гиперхолестеринемией с уровнем общего холестерина 8 ммоль/л и более и/или курящих более 20 сигарет в день;

– флюорография легких (не проводится, если в предыдущем календарном году, или в год проведения диспансеризации проводилась флюорография, рентгенография (рентгеноскопия) или компьютерная томография органов грудной клетки);

– электрокардиография в покое (проводится при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год);

– для женщин: осмотр акушерки, включая забор мазка с шейки матки на цитологическое исследование;

– маммография (для женщин);

– определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови (для мужчин в возрасте от 45 лет);

– эзофагогастродуоденоскопия (для людей в возрасте от 45 лет);

– исследование кала на скрытую кровь (если вам от 40 до 64 лет, анализ необходимо сдавать 1 раз в два года, если от 65 до 75 лет — ежегодно);

– измерение внутриглазного давления (проводится при первом прохождении профилактического осмотра, далее в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год).

**Что, если какие-либо из этих обследований пациент уже проходил ранее?**

Если в течение последних 12 месяцев вы сдавали какие-либо из перечисленных анализов или проходили какие-либо из перечисленных обследований, их результаты могут быть включены в диспансеризацию.

**Кто такой врач общей практики, чем он отличается от терапевта?**

Врач, прошедший специальную многопрофильную подготовку по оказанию первичной медико-санитарной помощи членам семьи независимо от их пола и возраста. Преимущества этого медицинского специалиста в том, что наблюдение за всеми членами семьи сокращает время на обследования, увеличивает вероятность постановки диагноза на первичных стадиях, позволяет разрабатывать меры профилактики заболеваний. Семья получает возможность вызова на дом постоянного специалиста, которому не нужно объяснять при каждом визите, каков анамнез и какие хронические заболевания имеются у каждого члена семьи.

При содействии Центра общественного здоровья и медицинской профилактики