

Диспансеризация: что важно знать



По данным статистики хронические неинфекционные заболевания (сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, хронические болезни лёгких и другие) занимают лидирующие позиции в структуре смертности в РФ. Несмотря на многофакторность своей природы ХНИЗ во многом обусловлены нашим образом жизни и могут формироваться годами, под воздействием различных факторов, таких как нерациональное питание, низкая двигательная активность, курение и другие. Их

воздействие со временем приводит к формированию таких факторов риска развития ХНИЗ, как повышение уровня глюкозы и холестерина в крови, избыточная масса тела, повышенное артериальное давление, которые приводят к формированию заболевания в будущем. Достаточно длительное время данные состояния могут никак не беспокоить человека.

С данной точки зрения диспансеризация отличный способ узнать о состоянии своего здоровья.

Диспансеризация представляет собой комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья и выявления патологических состояний на ранних стадиях.

Особенно важно, что при диспансеризации выявляются факторы риска: то есть признаки, которые ещё не говорят о наличии болезни, но предсказывают, что она может начаться. Если вовремя исправить эти нарушения, взять их под контроль, то развития тяжёлых заболеваний удастся избежать или как минимум сильно отсрочить.

Порядок прохождения диспансеризации и исследования, которые в неё входят, прописаны в [Приказе Минздрава РФ от 27.04.2021 № 404н](#).

Диспансеризацию могут пройти все взрослые начиная с 18 лет, каждые три года. После 40 лет — каждый год. За один день вполне можно пройти первый этап диспансеризации.

Что это означает на практике? Если вам в 2023 году исполняется 40 и более лет, вы имеете законное право на бесплатную проверку состояния здоровья. Если вам меньше 40 лет, то есть простая формула для расчета. Если ваш возраст делится на 3, то вы попадаете на диспансеризацию 2023 года.

Граждане могут воспользоваться правом по достижении 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет. Согласно этой схеме в 2023 году в категорию лиц для бесплатной диспансеризации по возрасту входят граждане годов рождения: 1984, 1987, 1990, 1993, 1996, 1999, 2002, 2005. Самым младшим участникам здравоохранительной программы в 2023 году исполняется 18 лет. Это граждане 2005 года рождения.

Жители крупных городов проходят диспансеризацию в поликлиниках или «Центрах здоровья» при больницах и крупных медицинских центрах. Жители небольших сёл могут обследоваться в мобильных пунктах — график выездов мобильных медицинских бригад можно найти на сайтах городских больниц.

Мобильные медицинские пункты работают во многих, но не во всех областях. Лучше позвонить в свою страховую компанию и узнать, как организована выездная диспансеризация в вашем регионе.

В рамках диспансеризации предусмотрено 2 этапа.

1 этап диспансеризации: скрининг

Проводится с целью выявления у граждан признаков хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, риска пагубного употребления алкоголя, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача, определения группы здоровья, а также определения медицинских показаний к выполнению дополнительных обследований и осмотров врачами-специалистами для уточнения диагноза.

Более подробно с содержанием первого этапа диспансеризации можно ознакомиться в приложении №1 к приказу Минздрава №404н.

Для всех обязательными процедурами являются:

- Анкетирование.
- Измерение роста, веса, окружности талии для расчета индекса массы тела.
- Измерение артериального давления.
- Флюорография.
- Анализ крови на глюкозу.
- Анализ крови на холестерин.
- Определение сердечно-сосудистого риска.

Количество процедур и исследований зависит от года рождения и пола человека. Например, электрокардиографию в покое проводят всем при первом прохождении профилактического медицинского осмотра и далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год.

По результатам прохождения первого этапа диспансерной программы пациент обязательно получает консультацию, которая содержит советы по принятию мер для предотвращения развития хронических заболеваний. Если терапевт на первом этапе выявит какие-то отклонения, то отправит вас на дообследование к другим специалистам.

2 этап диспансеризации: прицельное дообследование

Целью является уточнение состояния пациента или диагноза, если на первом этапе было выявлено заболевание. Учитывая данные, полученные на первом этапе диспансеризации и возраст вас направят к необходимому профильному специалисту. Любое обследование второго этапа диспансеризации терапевт назначает, только если есть показания — и это не субъективная оценка врача, полный список показаний можно найти в пункте 18 [приказа Минздрава](#).

Общий перечень специалистов второго этапа:

- Невролог.
- Хирург.
- Уролог.
- Колопроктолог.
- Акушер-гинеколог.
- Оториноларинголог.
- Офтальмолог.
- Дерматовенеролог.

Например, консультацию хирурга/уролога показана мужчинам при повышении уровня простат-специфического антигена в крови более 4 нг/мл в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет. Так же пациент может быть направлен на индивидуальное или групповое (школы для пациентов) углубленное профилактическое консультирование в кабинет медицинской профилактики, центр здоровья при наличии показаний.

Каждый специалист при необходимости направляет на дополнительные исследования. Например, на такие процедуры как компьютерная томография легких, колоноскопия, спирометрия и ряд других.

После прохождения этапа присваивают группы здоровья по диспансеризации для получения медицинской помощи. В том числе по результатам выдают направления на санаторно-курортное лечение по профилю заболевания. В дополнение к профилактическим медицинским осмотрам и диспансеризации граждане, переболевшие новой коронавирусной инфекцией (COVID-19), могут пройти углубленную диспансеризацию. Углубленная диспансеризация также может быть проведена по инициативе гражданина, в отношении которого отсутствуют сведения о перенесенном заболевании новой коронавирусной инфекцией (COVID-19).

Кто подходит для этапа углубленной диспансеризации:

- Лица, перенесшие COVID-19, и с наличием минимум двух хронических заболеваний неинфекционного характера.
- Лица, переболевшие коронавирусной инфекцией.
- Лица, не проходившие обследований в медицинских организациях более 2 лет.

Важно! Для пациентов диспансеризация остается бесплатной независимо от количества обследований и консультаций специалистов. Доплачивать за услуги не нужно, это требование незаконно.

Помните, при выявлении на ранней стадии многие опасные заболевания излечимы. Поэтому так важно регулярно посещать профилактические осмотры.