**«ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ: ПОЧЕМУ ВАЖНО ЕЖЕГОДНО ПРОХОДИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕ»**

***Автор: Перфильева Анна Владимировна,***

***студентка краевого государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Ачинский медицинский техникум»***

***Руководитель: Масловская Елена Сергеевна, преподаватель***

**Диспансеризация** - это комплекс профилактических мероприятий, который включает в себя как плановый медицинский осмотр, так и ряд дополнительных методов обследования.

**Диспансеризация для населения** - бесплатная процедура, оплата диспансеризации осуществляется за счет средств обязательного медицинского страхования.

**Зачем проходить диспансеризацию?**

Диспансеризация взрослого населения проводится путем углубленного обследования граждан в целях:

* Профилактики и раннего выявления хронических неинфекционных заболеваний;
* Определения группы состояния здоровья, необходимых профилактических, лечебных, реабилитационных и оздоровительных мероприятий для граждан, имеющих заболевания (состояния) или факторы риска их развития, а также для здоровых граждан;
* Проведения профилактического консультирования;
* Определения группы диспансерного наблюдения граждан, с выявленными заболеваниями (состояниями), а также здоровых граждан, имеющих высокий и очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск.

Прохождение диспансеризации позволит Вам выявить заболевание на ранней стадии развития, когда лечение наиболее эффективно и в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и смертности населения.

**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.

**Как записаться и пройти диспансеризацию?**

Записаться на осмотр можно как непосредственно в регистратуре выбранного медучреждения, так и через портал Госуслуг (либо соответствующее приложение).

**Когда проводится диспансеризация и профилактический медицинский осмотр?**

Пациенты в возрасте от 18 лет и старше ежегодно проходят диспансеризацию или профилактический медицинский осмотр.

1. Диспансеризацию Вы можете пройти:

* 1 раз в три года в возрасте от 18 до 39 лет включительно (в 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет);
* ежегодно в возрасте 40 лет и старше.

Некоторые категории граждан проходят диспансеризацию ежегодно независимо от возраста:

* инвалиды Великой Отечественной войны и инвалиды боевых действий, а также участники Великой Отечественной войны, ставшие инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья или других причин (кроме лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);
* лица, награжденных знаком «Жителю блокадного Ленинграда» и признанные инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин (кроме лиц, инвалидность которых наступила вследствие их противоправных действий);

1. Профилактический медицинский осмотр Вы можете пройти в возрасте 19, 20, 22, 23, 25, 26, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37 и 38 лет.

**Сколько времени займет диспансеризация?**

Прохождение обследований первого этапа диспансеризации потребует двух визитов в лечебное учреждение. Первый визит ориентировочно занимает от 1 до 6 часов (в зависимости от объема обследований в соответствии с возрастом). Второй визит к участковому врачу для заключительного осмотра и подведения итогов диспансеризации (в зависимости от времени, необходимого для получения результатов исследований) может состояться через 1 - 6 дней.

Если по результатам первого этапа выявлено подозрение на наличие хронического неинфекционного заболевания или высокий или очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск, участковый врач направит Вас на второй этап диспансеризации, длительность которого зависит от объема необходимого дополнительного исследования.

**Как проходить диспансеризацию работающему населению?**

Для того чтобы пройти диспансеризацию нужно согласовать с работодателем дату диспансеризации и написать заявление на предоставление одного дня с сохранением среднего заработка. Право на оплачиваемый отгул для проведения обследования закреплено в статье 185.1 «Трудового кодекса РФ». Работники 18-39 лет могут воспользоваться им 1 раз в 3 года, работники старше 40 лет – ежегодно. Работающим пенсионерам и лицам предпенсионного возраста полагается 2 дня на прохождение диспансеризации.

**Порядок прохождения диспансеризации**

Диспансеризация проходит в два этапа.

Первый этап (скрининг) проводится с целью выявления у граждан признаков хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача, а также определения медицинских показаний к выполнению дополнительных обследований и осмотров врачами-специалистами для уточнения диагноза заболевания (состояния) на втором этапе диспансеризации, и включает в себя:

1. ***опрос*** (анкетирование);
2. ***антропометрию*** (измерение роста стоя, массы тела, окружности талии), ***расчет индекса массы тела***;
3. ***измерение артериального давления***;
4. ***определение уровня общего холестерина в крови*** (допускается использование экспресс-метода);
5. ***определение уровня глюкозы в крови натощак*** (допускается использование экспресс-метода);
6. ***определение относительного сердечно-сосудистого риска*** (для граждан в возрасте от 18 года до 39 лет включительно 1 раз в год) и ***абсолютного сердечно-сосудистого риска*** у граждан от 40 до 64 лет включительно 1 раз в год);
7. **электрокардиографию** в покое в возрасте старше 35 лет и старше 1 раз в год;
8. ***осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом*** в возрасте 18 лет и старше - 1 раз в год; взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки в возрасте от 18 до 64 лет включительно - 1 раз в 3 года;
9. ***флюорография легких*** (не проводится, если в предыдущем календарном году, или в год проведения диспансеризации проводилась флюорография, рентгенография (рентгеноскопия) или компьютерная томография органов грудной клетки);
10. ***эзофагогастродуоденоскопия*** (для пациентов 45 лет)
11. ***маммографию*** (для женщин в возрасте 40 до 75 лет 1 раз в 2 года);
12. ***исследование кала на скрытую кровь*** иммунохимическим методом (для граждан в возрасте от 40 до 64 лет 1 раз в 2 года и для граждан в возрасте от 65 до 75 лет 1 раз в год);
13. ***определение уровня простат-специфического антигена в крови*** (ПСА) (для мужчин в возрасте 45,50,55,60 и 64 лет);
14. ***общий анализ крови*** в возрасте от 40 лет с периодичностью 1 раз в год;
15. ***измерение внутриглазного давления*** (для граждан в возрасте от 40 лет и старше 1 раз в год);
16. ***проведение краткого индивидуального профилактического консультирования*** в отделении (кабинете) медицинской профилактики (центре здоровья) врачом-терапевтом;
17. ***прием (осмотр) врачом-терапевтом*** по результатам первого этапа диспансеризации, в том числе осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, включающий осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов, с целью установления диагноза, определения группы здоровья, группы диспансерного наблюдения, определения медицинских показаний для осмотров (консультаций) и обследований в рамках второго этапа диспансеризации.

Граждане, нуждающиеся по результатам первого этапа диспансеризации в дополнительном обследовании, индивидуальном углубленном профилактическом консультировании или групповом профилактическом консультировании, направляются врачом-терапевтом на второй этап диспансеризации.

Второй этап диспансеризации проводится с целью дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания (состояния), проведения углубленного профилактического консультирования и включает в себя:

1. ***осмотр (консультация) врача-невролога*** (при наличии впервые выявленных указаний или подозрений на ранее перенесённое острое нарушение мозгового кровообращения для граждан, не находящихся по этому поводу под диспансерным наблюдением, а также в случаях выявления по результатам анкетирования нарушений двигательной функции, когнитивных нарушений и подозрений на депрессию у граждан в возрасте 65 лет и старше);
2. ***дуплексное сканирование брахицефальных артерий*** (если у пациента (для мужчин в возрасте от 45 до 72 лет и женщин в возрасте от 54 до 72 лет) при наличии повышенного уровня артериального давления, высокий уровень холестерина и излишний вес, т.е. имеется риск возникновения инсульта). Это исследование может назначить врач-терапевт и врач-невролог при впервые выявленном указании или подозрении на ранее перенесённое острое нарушение мозгового кровообращения для граждан в возрасте 65 – 90 лет;
3. ***осмотр (консультация) врача-хирурга или врача-уролога*** (для мужчин в возрасте 45, 50,55,60 и 64 лет при повышении уровня простат – специфического антигена в крови более 4 нг/мл;
4. ***осмотр (консультация) врача-хирурга или врача-колопроктолога***, включая проведение ректороманоскопии (при положительном анализе кала на скрытую кровь, для граждан в возрасте от 40 до 75 лет при отягощенной наследственности, при выявлении других медицинских показаний по результатам анкетирования);
5. ***колоноскопия*** (для граждан в случае подозрения на онкологическое заболевание толстой кишки по назначению врача-хирурга или врача - колопроктолога);
6. ***спирометрия*** (для граждан с подозрением на хроническое бронхо-легочное заболевание по результатам анкетирования, курящих по направлению врача-терапевта);
7. ***рентгенографию легких, компьютерную томографию легких*** (для граждан в случае подозрения на злокачественные новообразования легкого по назначению врача-терапевта);
8. ***эзофагогастродуоденоскопию*** при наличии показаний;
9. ***осмотр (консультацию) врачом-акушером-гинекологом*** (для женщин в возрасте 18 лет и старше с выявленными патологическими изменениями по результатам скрининга на выявление злокачественных новообразований шейки матки, в возрасте от 40 до 75 лет с выявленными патологическими изменениями по результатам мероприятий скрининга, направленного на раннее выявление злокачественных новообразований молочных желез);
10. ***осмотр (консультация) врачом-оториноларингологом*** (для граждан в возрасте 65 лет и старше при наличии медицинских показаний;
11. ***осмотр (консультация) врача-офтальмолога*** (для граждан в возрасте 40 лет и старше, имеющих повышенное внутриглазное давление, и для граждан в возрасте 65 лет и старше, имеющих снижение остроты зрения, не поддающееся очковой коррекции;
12. ***проведение индивидуального или группового углублённого профилактического консультирования***;
13. ***приём (осмотр) врачом-терапевтом*** по завершению исследований второго этапа диспансеризации, включающий установление (уточнение) диагноза, определение (уточнение) группы здоровья, а также направление граждан при наличии медицинских показаний на дополнительное обследование, не входящее в объём диспансеризации, для получения специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи, на санаторно-курортное лечение.

**Что включает в себя профилактический осмотр?**

Профилактический медицинский осмотр включает в себя:

1. ***анкетирование*** граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год в целях:
2. ***сбора анамнеза***, выявления отягощенной наследственности, жалоб, симптомов, характерных для следующих неинфекционных заболеваний и состояний;
3. ***расчет на основании антропометрии*** (измерение роста, массы тела, окружности талии) ***индекса массы тела***, для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
4. ***измерение артериального давления*** на периферических артериях для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
5. ***исследование уровня общего холестерина в крови*** (допускается использование экспресс-метода) для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
6. ***определение уровня глюкозы в крови натощак*** (допускается использование экспресс-метода) для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
7. ***определение относительного сердечно-сосудистого риска*** у граждан в возрасте от 18 до 39 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 при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год;
10. ***осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом*** женщин в возрасте от 18 до 39 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, 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.

**Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам в значительной степени уменьшить вероятность развития наиболее опасных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и смертности населения нашей страны или выявить их на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно!**

**Список литературы**

1. Приказ МЗ РФ от 27 апреля 2021 г. N 404н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения»;
2. Федеральный закон от 03.10.2018 № 353-ФЗ. Трудовой кодекс РФ Статья 185.1. Гарантии работникам при прохождении диспансеризации;
3. Амиров, А.Н. Диспансеризация и профилактические медицинские осмотры. Учебное пособие. Часть 2 / А.Н. Амиров. - Москва: СПб. [и др.] : Питер, 2021. - 378 c;
4. Герасименко, Н. Ф. Руководство по диспансеризации взрослого населения / под ред. Н. Ф. Герасименко, В. М. Чернышева - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 664 с.