

Профилактический медицинский осмотр, проводится ежегодно, как самостоятельное медицинское мероприятие, в рамках диспансеризации или диспансерного осмотра, который включает в себя:

- анкетирование граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
- 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;
- измерение артериального давления на периферических артериях для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
- исследование уровня общего холестерина в крови (допускается использование экспресс-метода) для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
- определение уровня глюкозы в крови натощак (допускается использование экспресс-метода) для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в год;
- определение относительного сердечно-сосудистого риска у граждан в возрасте от 18 до 39 лет включительно 1 раз в год;
- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска у граждан в возрасте от 40 до 64 лет включительно 1 раз в год (сердечно-сосудистый риск определяется по шкале сердечно-сосудистого риска SCORE, при этом у граждан, имеющих сердечно-сосудистые заболевания атеросклеротического генеза, сахарный диабет второго типа и хроническое заболевание почек, уровень абсолютного сердечно-сосудистого риска по шкале риска SCORE не определяется и расценивается как очень высокий вне зависимости от показателей шкалы);
- флюорографию легких или рентгенографию легких для граждан в возрасте 18 лет и старше 1 раз в 2 года (не проводится, если гражданину в течение предшествующего календарного года проводилась флюорография, рентгенография (рентгеноскопия) или компьютерная томография органов грудной клетки);
- электрокардиографию (ЭКГ) в покое при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год;
- измерение внутриглазного давления при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год;
- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом женщин в возрасте от 18 до 39 лет 1 раз в год;
- 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.

Какие исследования нужно пройти, если мне от 18 до 39 лет? Проводится 1 раз в три года (в 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет). Первый этап диспансеризации для этой возрастной категории включает:

- опрос (анкетирование);
- измерение роста, массы тела, окружности талии, определение индекса массы тела;
- измерение артериального давления;
- определение уровня общего холестерина в крови;
- определение уровня глюкозы в крови;
- определение относительного сердечно-сосудистого риска (для пациентов в возрасте 18-39 лет);
- флюорография (1 раз в 2 года);
- электрокардиография (ЭКГ) в покое (проводится при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год);
- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом женщин в возрасте от 18 до 39 лет 1 раз в год;
- 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 женщин:

- осмотр фельдшером (акушеркой) (с 18 и старше);
- взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки 1 раз в 3 года.

3. Краткое профилактическое консультирование.

Какие исследования нужно пройти, если мне от 40 до 64 лет?

Первый этап диспансеризации для этой возрастной категории включает:

- опрос (анкетирование);
- 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;
- определение уровня глюкозы в крови натощак;
- 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 (ЭКГ) в покое (проводится при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год);
- для женщин: осмотр акушерки;
- забор мазка с шейки матки на цитологическое исследование (один раз в три года);
- для женщин от 40 лет — маммография (раз в два года);
- для мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет: определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови;
- для пациентов обоих полов в возрасте 45 лет — эзофагогастродуоденоскопия;
- для пациентов обоих полов в возрасте от 40 до 64 лет - исследование кала на скрытую кровь (раз в два года);
- измерение внутриглазного давления (проводится при первом прохождении профилактического осмотра, далее в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год);
- 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, пальпацию 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.

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.

Какие исследования нужно пройти, если я старше 65 лет?

Первый этап диспансеризации для этой возрастной категории включает:

- опрос (анкетирование);
- измерение роста, массы тела, окружности талии, индекса массы тела;
- измерение артериального давления;
- исследование уровня общего холестерина в крови;
- определение уровня глюкозы в крови натощак;
- флюорография легких (не проводится, если в предыдущем календарном году, или в год проведения диспансеризации проводилась флюорография, рентгенография (рентгеноскопия) или компьютерная томография органов грудной клетки);
- измерение внутриглазного давления;
- проведение общего анализа крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ);
- индивидуальное профилактическое консультирование — для пациентов до 72 лет 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;
- для женщин: осмотр акушерки;
- для женщин от 65 до 75 лет — маммография (раз в два года);
- для пациентов обоих полов в возрасте от 65 до 75 лет - исследование кала на скрытую кровь (раз в год);

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.

Какие исследования нужно пройти тем, кто переболел коронавирусом?

Для перенесших новую коронавирусную инфекцию предусмотрена углубленная диспансеризация. Она проводится не ранее чем через 60 календарных дней после выздоровления.

Углубленная диспансеризация для перенесших COVID-19 проводится в два этапа:

I этап: измерение насыщения крови кислородом (сатурация) в покое, тест с 6-минутной ходьбой, спирометрия, общий клинический анализ крови (развернутый), биохимический анализ крови, определение концентрации Д-димера (в случае тяжелого и среднетяжелого течения болезни), рентген органов грудной клетки (если не делали ранее в течение года), прием (осмотр) врачом-терапевтом.

При необходимости в целях дополнительного обследования и уточнения диагноза проводят II этап углубленной диспансеризации, который может включать в себя: эхокардиографию, компьютерную томографию легких, дуплексное сканирование вен нижних конечностей.

Если вы перенесли COVID-19, но сведений об этом нет в государственных информационных системах, вы все равно можете пройти углубленную диспансеризацию в медицинской организации по месту прикрепления. Для этого нужно письменное заявление в произвольной форме на имя руководителя медицинской организации.