

Организация диспансеризации в поликлинике

Время от времени посещать врачей стоит даже тем, кто чувствует себя совершенно здоровым, ведь многие заболевания на ранних стадиях протекают совсем или практически бессимптомно. Но специалист все равно может их обнаружить благодаря своевременно проведенному обследованию.

В России для этого проводят диспансеризацию, которую каждый взрослый может пройти бесплатно, по ОМС. Популяризировать профилактические обследования помогает национальный проект «Здравоохранение», реализуемый по решению Президента РФ Владимира Путина. В этой статье мы собрали всю информацию, которую нужно знать тем, кто планирует профилактические осмотры в этом году.

С 18 до 39 лет диспансеризацию проводят раз в три года, а с 40 лет – каждый год. Попасть на осмотр просто: для этого нужно обратиться в поликлинику по месту жительства, работы или учебы к своему участковому терапевту.

Первый этап диспансеризации включает профосмотр и скрининг для выявления онкологических заболеваний. Сначала человека принимает терапевт. Он обследует пациента и выдает маршрутный лист, по которому предстоит посетить других специалистов и сдать анализы. Общий план выглядит следующим образом:

- анкетирование (вопросы об образе жизни человека);

- 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 сердечно-сосудистого риска;
- флюорография;
- электрокардиография в покое;
- измерение внутриглазного давления;
- осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, включающий осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпацию щитовидной железы, лимфатических узлов;
- для женщин с 18 до 64 лет – раз в год осмотр фельдшером или акушеркой и раз в три года взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки.

Стоит отметить, что флюорографию легких не проводят, если

в предыдущем году или в год диспансеризации или профосмотра ее уже делали. Также данный пункт пропускают, если человеку в этот период делали рентген или компьютерную томографию органов грудной клетки.

С 40 лет перечень начинает расширяться, в него добавляется:

- общий анализ крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ);
- эзофагогастродуоденоскопия (ЭГДС) верхнего отдела пищеварительного тракта;
- исследование кала на скрытую кровь (раз в два года до 64 лет, далее до 75 лет ежегодно);
- для женщин – маммография раз в два года (до 75 лет);
- для мужчин – определение уровня простатспецифического антигена в крови (в 45, 50, 55, 60 лет и 64 года).

Вне зависимости от возраста, если в течение последних 12 месяцев человек сдавал какие-то из анализов или уже проходил обследования из этого перечня, результаты можно включить в диспансеризацию.

Каким будет второй этап диспансеризации, решает лечащий доктор. Во-первых, он может назначить исследования и анализы, которые позволят уточнить диагноз:

- дуплексное сканирование брахицефальных артерий (для мужчин в возрасте от 45 до 72 лет и женщин в возрасте от 54 до 72 лет включительно);
- колоноскопию;
- эзофагогастродуоденоскопию;
- рентген и КТ легких;
- спирометрию (оценку функции внешнего дыхания);
- дерматоскопию;
- исследование уровня гликированного гемоглобина в крови.

Во-вторых, может потребоваться консультация узких специалистов:

- невролога;
- хирурга или уролога (для мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет);
- хирурга или колопроктолога (в возрасте от 40 до 75 лет включительно вне зависимости от пола);

- акушера-гинеколога;
- оториноларинголога (в возрасте 65 лет и старше вне зависимости от пола);
- офтальмолога (в возрасте 40 лет и старше вне зависимости от пола);
- дерматовенеролога;
- онколога.

Кроме этого, до конца 2025 года особые правила диспансеризации предусмотрены для тех, кто перенес COVID-19. Таким людям дополнительно проводят:

- измерение сатурации;
- тест с шестиминутной ходьбой для измерения максимального расстояния, которое человек может за это время пройти в удобном для него темпе;
- спирометрию;
- общий и биохимический анализы крови, а также исследование, которое помогает выявить склонность к тромбообразованию;

- рентгенографию органов грудной клетки.

С 2019 года все граждане могут взять один оплачиваемый выходной для прохождения диспансеризации. Работающие пенсионеры и предпенсионеры имеют право на два дня на случай, если им понадобится на обследования больше времени.

В статье 185.1 Трудового кодекса закреплено, что работодатель обязан предоставить эти выходные. Но и сотрудник должен предоставить справку, что действительно проходил диспансеризацию, а не просто отдыхал. Если человек не использует эти выходные (например, идет к врачам в нерабочее время), эти дни не переносят и не компенсируют.

В целом диспансеризация – добровольная процедура. Большинство россиян могут при желании проходить обследование частично или не приходить на профилактический осмотр вовсе. Однако есть несколько профессий, при которых регулярная диспансеризация обязательна:

- работники вредных и опасных производств;
- работники пищевой промышленности, предприятий общественного питания;
- работники транспортной сферы;
- сотрудники образовательных и медицинских учреждений;

- люди, работающие в районах Крайнего Севера;
- вахтовики.

В 2024 году на диспансеризацию ждут тех, кто родился в 1985, 1988, 1991, 1994, 1997, 2000, 2003, 2006 годах и до 1985 года. Все остальные могут пройти профилактический осмотр, который очень похож на первый этап диспансеризации. Разница только в том, что в рамках профосмотра не предусмотрен онкоскрининг и после него не направляют к узким специалистам.

Каждый, кто прошел диспансеризацию, получает паспорт здоровья, в который вносят заключения и рекомендации по результатам обследований. Кроме того, устанавливается группа здоровья (она никак не связана с группами инвалидности).

- К I группе относятся люди без хронических неинфекционных заболеваний и предпосылок для их развития, а также те, для кого такой риск невелик.
- Во II группе оказываются те, у кого факторы риска значительны, и люди, которым угрожают проблемы с сердечно-сосудистой системой. С ними проводят консультацию по поводу профилактики инсульта и других подобных заболеваний и состояний. А еще им могут назначить лекарства и диспансерное наблюдение.
- III группу делят на подгруппы «а» и «б». И тем и другим требуется диспансерное наблюдение или медицинская помощь. Первая подгруппа означает, что у человека есть или предполагается хроническое неинфекционное заболевание. Вторая

подгруппа предусмотрена для людей с иными недугами, например, инфекциями.



Когда?

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР (ПМО) ПРОХОДЯТ 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

1 этап Профилактический медицинский осмотр и другие обследования

Кабинет (отделение) медицинской профилактики:

- Анкетирование (> 18 лет - 1 раз в год)
- Расчет на основании антропометрии: индекса массы тела, окружности талии (> 18 лет - 1 раз в год)
- Измерение артериального давления (> 18 лет - 1 раз в год)
- Определение уровня общего холестерина и глюкозы крови (> 18 лет - 1 раз в год)
- Определение относительного сердечно-сосудистого риска (18-39 лет – 1 раз в год)
- Определение абсолютного сердечно-сосудистого риска (40-64 лет – 1 раз в год)
- Измерение внутриглазного давления (при первом прохождении ПМО, далее >40 лет – 1 раз в год)
- Краткое профилактическое консультирование



Клинико-диагностическое отделение:

- Флюорография легких (>18 лет – 1 раз в 2 года)
- ЭКГ (при первом прохождении ПМО, далее - >35 лет – 1 раз в год)
- Осмотр акушеркой (фельдшером) (женщины 1 раз в год)
- Маммография (женщины 40-75 лет – 1 раз в 2 года)
- Общий анализ крови (>40 лет – 1 раз в год)
- Исследование уровня простат-специфического антигена (ПСА) в крови (мужчины в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет)
- Исследование мазка с поверхности шейки и цервикального канала (женщины 18-64 лет – 1 раз в 3 года)
- Исследование кала на скрытую кровь (40-64 лет – 1 раз в 2 года, 65-75 лет – 1 раз в год)
- Эзофагогастродуоденоскопия (ЭГДС) в возрасте 45 лет

Прием (осмотр) врачом-терапевтом участковым (врачом общей практики), в т.ч. осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпацию щитовидной железы, лимфатических узлов

Для дополнительного обследования и уточнения диагноза проводится **2 этап** диспансеризации. Полный список обследований зависит от пола, возраста, наличия отклонений по итогам проведенных исследований, а также результатов анкетирования.



Что необходимо?

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

Работающим гражданам предоставляется оплачиваемое освобождение от работы в количестве **1 рабочего дня** для прохождения диспансеризации (ст. 185.1 ТК РФ)



ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА И I ЭТАПА ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ В ФЕЛЬДШЕРСКО-АКУШЕРСКОМ ПУНКТЕ



Когда?

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР (ПМО) ПРОХОДЯТ **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

1 этап

Профилактический медицинский осмотр (ПМО)



Анкетирование
>18 лет – 1 раз в год

Измерение артериального давления
>18 лет – 1 раз в год

ЭКГ в покое
при первом прохождении ПМО,
далее >35 лет – 1 раз в год

Общий анализ крови
(>40 лет – 1 раз в год)

Забор биологического материала

Прием (осмотр) фельдшером (акушером) и краткое профилактическое консультирование



Определение относительного сердечно-сосудистого риска
18–39 лет – 1 раз в год

И абсолютного сердечно-сосудистого риска
40–64 лет – 1 раз в год



Определение уровня общего холестерина и глюкозы в крови
>18 лет – 1 раз в год

Измерение внутриглазного давления
При первом прохождении ПМО,
далее >40 лет – 1 раз в год

Расчет на основании антропометрии: индекса массы тела, окружности талии
>18 лет – 1 раз в год

ПОЛИКЛИНИКА

Исследование кала на скрытую кровь
(40–64 лет – 1 раз в 2 года,
65–75 лет – 1 раз в год)

Исследование уровня простат-специфического антигена (ПСА) в крови (мужчины в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет)

Исследование мазка с поверхности шейки и цервикального канала (женщины 18–64 лет – 1 раз в 3 года)

Флюорография легких
(>18 лет – 1 раз в 2 года)

Маммография
(женщины 40–75 лет – 1 раз в 2 года)

Прием (осмотр) врачом-терапевтом участковым (врачом общей практики)

Неделя профилактики инфекций, передающихся половым путем

29 АПРЕЛЯ - 5 МАЯ

Неделя профилактики
инфекций,
передающихся
половым путем



С 29 апреля по 05 мая 2024 года проходит Неделя профилактики инфекций, передающихся половым путем.

ИППП – это инфекции, которые передаются от одного человека к другому при сексуальном контакте. К ним относятся: ВИЧ, гепатит В, сифилис, гонорея, хламидиоз, трихомониаз, генитальный герпес (ВПЧ). Сифилис, гонорея, хламидиоз и трихомониаз – сегодня поддаются лечению, а гепатит В, вирус простого герпеса, ВИЧ и вирус папилломы человека (ВПЧ) – являются неизлечимыми.

Источник и пути передачи. Источником заражения ИППП является больной человек.

Основу профилактики ИППП составляет безопасное сексуальное поведение и ответственное отношение к своему здоровью. Исходя из этого:

- необходимо хранить с партнером обоюдную верность;
- пройдите обследование на ИППП вместе со своим партнером перед принятием решения о совместной жизни;
- нужно избегать случайных половых связей;
- необходимо использовать презерватив, если партнер непостоянный, и покупайте презерватив в аптеках или специализированных магазинах;
- нужно соблюдать правила личной гигиены, пользоваться только своими полотенцем, бритвой, маникюрными ножницами;
- вести здоровый образ жизни для повышения общей устойчивости организма к воздействию инфекций;
- при возникновении подозрительных симптомов следует, не затягивая, обратиться к врачу;
- своевременно выполнять прививки против вирусного гепатита В, привить девочек в возрасте 12 лет против ВПЧ.

Есть также общественная (социальная) профилактика, которая

включает :

1. Проведение медицинских осмотров.
2. Выявление и лечение хронических патологий.
3. Обследование беременных женщин.
4. Тщательная проверка компонентов для гемотрансфузии.
5. Санитарно-просветительская работа населению.

ПОМНИТЕ: МОНОГАМНЫЕ ОТНОШЕНИЯ СО ЗДОРОВЫМ ПАРТНЕРОМ В БРАКЕ – ЭТО ЛУЧШЕЕ СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ИППП И ВОЗМОЖНОСТЬ РОДИТЬ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ В БУДУЩЕМ!!!

ГБУЗ Республики Мордовия «Поликлиника №2»

Центр здоровья.
