**О Диспансеризации подробно:**

**1. Для чего нужна диспансеризация?**

Диспансеризация – это медицинский осмотр, направленный на выявление хронических неинфекционных заболеваний, а также риска их развития.

Диспансеризация предусматривает осмотр у врачей-специалистов и ряд анализов и обследований. Проводится в поликлинике месту вашего прикрепления (Поликлиника №1 ГБУЗ СК «Железноводская городская больница» г.Железноводск ул. Чапаева, 9***;*** тел. ***Регистратуры***  ***+7***(87932)4-38-60***;*** Поликлиника№2 пос.Иноземцево, ул. 8 Марта, 5***;*** тел. ***Регистратуры +7***(87932)5-92-46

На время диспансеризации работающие граждане имеют право на освобождение от работы на 1 рабочий день 1 раз в 3 года с сохранением рабочего места и среднего заработка. Диспансеризацию также можно пройти в вечернее время и по субботам.

Работники предпенсионного возраста (в течение 5 лет до наступления пенсионного возраста) и пенсионеры, получающие пенсию по старости или за выслугу лет, имеют право на освобождение от работы на 2 рабочих дня 1 раз в год с сохранением места работы и среднего заработка. Для этого нужно согласовать с руководством дни прохождения диспансеризации и написать заявление для освобождения от работы.

Вы вправе отказаться от проведения диспансеризации в целом либо от отдельных видов медицинских вмешательств, входящих в объем диспансеризации.

**2. Кто может пройти бесплатную диспансеризацию в ГБУЗ СК «Железноводская городская больница»?**

Чтобы пройти диспансеризацию, необходимо:

1. Иметь [полис обязательного медицинского страхования](https://www.mos.ru/otvet-zdorovie/kak-oformit-polis-oms/) (ОМС).

2. Быть [прикрепленным к поликлинике](https://www.mos.ru/otvet-zdorovie/kak-prikrepitsya-k-poliklinike-v-moskve/) (№1 или №2)

3. Подходить по возрасту. Диспансеризация проводится 1 раз в 3 года, если Ваш возраст от18 до 39 лет, в год, когда Ваш возраст делится на 3 (18, 21, 24, 27 и т.д.). Если вам 40 и более лет, диспансеризацию можете проходить ежегодно.

Некоторые льготные категории граждан проходят диспансеризацию ежегодно независимо от возраста.

Если вашего возраста нет в списке для диспансеризации и вы не относитесь к льготным категориям, вы можете пройти [профилактическое обследование](https://www.mos.ru/otvet-zdorovie/kak-proyti-dispanserizaciyu/#9) в поликлинике по месту прикрепления.

**3. Как проходит диспансеризация?**

**Шаг 1. Заполните необходимые документы.**

Обратитесь в поликлинику по месту прикрепления, где вам будет предложено заполнить следующие документы:

- информированное добровольное согласие на медицинское вмешательство;

- анкету (опрос) для выявления жалоб, характерных для неинфекционных заболеваний, личного анамнеза и условий жизни (курение, употребление алкоголя, характер питания и физической активности и др.), у людей старше 65 лет — риска падений, депрессии, сердечной недостаточности и т.д.

**Шаг 2.** **Подготовьтесь к обследованиям.**

В назначенный для обследования день придите в поликлинику утром на голодный желудок, до выполнения физических нагрузок, в том числе утренней гимнастики. Если вам 40 лет и более, вам будет необходимо сдать кал на скрытую кровь, поэтому заранее уточните в поликлинике, каким методом делается этот анализ.

**Шаг 3. Пройдите первый этап диспансеризации.**

Комплексное обследование может состоять из двух этапов. В ходе первого этапа вы получите маршрутный лист с указанием всех обследований, которые должны пройти в зависимости от пола и возраста. Результаты обследований будут готовы через 1-6 дней.

**Шаг 4. Придите на прием к врачу-терапевту.**

Врач даст разъяснения по результатам обследований, определит вашу группу здоровья, при наличии высокого риска заболеваний или самих заболеваний – группу диспансерного наблюдения и выдаст на руки ваш паспорт здоровья.

**Шаг 5. Пройдите второй этап диспансеризации.**

Если после обследований окажется, что вы нуждаетесь в дообследовании, врач-терапевт направит на второй, более углубленный, этап диспансеризации.

**Шаг 6.** **Проконсультируйтесь с врачом**.

После прохождения всех этапов обследований вам предстоит еще одна консультация врача-терапевта, который даст необходимые рекомендации (например, по отказу от курения, оздоровлению питания, увеличению физической активности).

При наличии заболеваний назначается необходимое лечение, включая специализированную и высокотехнологическую медицинскую помощь, а также санаторно-курортное лечение.

**Объем и характер комплексного обследования зависят от пола и возраста человека.**

**Каких врачей нужно пройти, если мне от 18 до 39 лет?**

**Первый этап диспансеризации:**

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

- измерение артериального давления;

- определение уровня общего холестерина в крови экспресс-методом;

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

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

- индивидуальное профилактическое консультирование для пациентов с высоким и очень высоким абсолютным сердечно-сосудистым риском, ожирением, гиперхлорестериномией и/или курящих более 20 сигарет в день;

- флюорография легких (не проводится, если в течение предыдущих 12 месяцев проводилась);

- электрокардиография;

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

- для женщин от 18 лет – осмотр акушеркой, включая забор мазка с шейки матки на цитологическое исследование.

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.

**Второй этап диспансеризации (при необходимости):**

- осмотр (консультация) врачом-хирургом или врачом-колопроктологом;

- колоноскопия – в случае подозрения на онкологическое заболевание толстой кишки по назначению врача-хирурга или врача-колопроктолога;

- спирометрия – при подозрении на хроническое бронхо-легочное заболевание по результатам анкетирования, курящих – по направлению терапевта;

- эзофагогастродуоденоскопия – при подозрении на злокачественные новообразования пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки – по назначению терапевта;

- осмотр (консультация) врача-акушера-гинеколога – для женщин старше 18 лет.

- рентгенография (рентгеноскопия) органов грудной клетки при подозрении на злокачественные новообразования легкого — по назначению терапевта

- индивидуальное или групповое углубленное консультирование (школа пациента).

**Каких врачей нужно пройти, если мне от 40 лет и старше?**

**Первый этап диспансеризации:**

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

- измерение артериального давления;

- проведение общего анализа крови (гемоглабин, лейкоциты, СОЭ);

- определение уровня общего холестерина в крови экспресс-методом;

- определение уровня глюкозы в крови натощак;

- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска;

- флюорография легких (не проводится, если в течение предыдущих 12 месяцев проводилась);

- электрокардиография;

- измерение внутриглазного давления;

- для женщин от 18 лет – осмотр акушером-гинекологом, включая забор мазка с шейки матки на цитологическое исследование;

- для женщин от 40 лет – маммография;

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

- для пациентов от 40 лет обоих полов – исследование кала на скрытую кровь.

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.

**Второй этап диспансеризации (при необходимости):**

- осмотр (консультация) врачом-хирургом или врачом-колопроктологом;

- дуплексное сканирование брахицевальных артерий – для мужчин от 45 лет при наличии факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний;

- для мужчин от 45 лет – осмотр (консультация) врачом-хирургом или врачом-урологом при повышении уровня простат-специфического антигена в крови более 1 гн/мл;

- колоноскопия – в случае подозрения на онкологическое заболевание толстой кишки по назначению врача-хирурга или врача-колопроктолога;

- спирометрия – при подозрении на хроническое бронхо-легочное заболевание по результатам анкетирования, курящих – по направлению терапевта;

- осмотр (консультация) врача-акушера-гинеколога – для женщин старше 40 лет.

- эзофагогастродуоденоскопия – при подозрении на злокачественные новообразования пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки – по назначению терапевта;

- осмотр (консультация) врачом-офтальмологом (для пациентов старше 40 лет, имеющих повышенное внутриглазное давление);

- индивидуальное или групповое углубленное консультирование (школа пациента).

**Моего возраста нет в списке для диспансеризации. Какой осмотр я могу пройти?**

Если вашего возраста нет в списке для диспансеризации и вы не относитесь к льготным категориям, вы все равно можете обратиться в свою поликлинику и пройти профилактический медосмотр. Он также проводится для раннего выявления заболеваний и факторов риска их развития, но в отличие от диспансеризации включает меньший объем обследований.

Преимущество профилактического медосмотра в том, что его можно проходить в любом возрасте по желанию пациента. Медосмотр проводится бесплатно, ежегодно. Исследования профилактического медосмотра входят в 1 этап диспансеризации.

**Как проводится профилактический медосмотр?**

**Медосмотр проводится за два визита.**

**Шаг 1.** Запишитесь на прием к своему участковому врачу или придите в кабинет медицинской профилактики. В ходе первого визита вам предстоит сдать ряд анализов, поэтому запись лучше планировать на утро.

**В профилактический медосмотр входят:**

- заполнение анкеты (опроса) для выявления жалоб, характерных для не инфекционных заболеваний, личного анамнеза и условия жизни (курение, употребление алкоголя, характер питания и физической активности и др),у людей старше 65 лет – риска падений, депрессии, сердечной недостаточности и т.д.;

- измерение роста, массы тела, окружности талии, определение иденкса массы тела;

- проведение общего анализа крови (гемоглабин, лейкоциты, СОЭ) – для граждан старше 40 лет;

- измерение артериального давления;

- определение уровня общего холестерина и уровня глюкозы в крови экспресс-методом;

- определение относительного сердечно-сосудистого риска у граждан в возрасте от 18 до 39 лет;

- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска у граждан в возрасте от 40 до 64 лет;

- флюорография легких – 1 раз в 2 года;

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

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

- для женщин в возрасте до 39 лет – осмотр акушеркой или врачом акушером-гинекологом;

- для женщин в возрасте от 40 до 75 лет – маммография;

Для мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет – определение простат-специфического антигена в крови;

- для пациентов обоих полов старше 40 лет – исследование кала на скрытую кровь;

- для пациентов старше 45 лет обоих полов – эзофагогастродуденоскопия.

**Шаг 2.** Узнайте результаты. После исследований вам предстоит прием (осмотр) врача-терапевта, в том числе осмотр на выявление возможных онкологических заболеваний, с предоставлением рекомендаций.

Если у вас выявят признаки или высокий риск заболеваний, врач-терапевт направит вас на дополнительное обследование.