

Чернянские врачи решили сделать диспансеризацию как можно более удобной для пациентов. Для этого изменили расписание работы отделения профилактики поликлиники. Теперь здесь проводят обследования и по субботам - с 8:00 до 14:00 (в будний день - с 8:00 до 20:00). Напомним, что диспансеризация проводится в два этапа. Первый проходят все, его задача - выявить факторы риска и определить тех, кому необходимы дополнительные обследования. На второй (а также на дополнительные консультации к специалистам) пациентов направляют при наличии показаний. — Все обследования первого этапа диспансеризации теперь можно пройти за один субботный день.

#### Что включается в первый этап обследования

- анкетирование (для выявления факторов риска), измерение роста, веса и окружности талии (позволяет выявить избыточную или недостаточную массу тела, наличие абдоминального ожирения);
- общий анализ крови;
- определение уровня глюкозы и холестерина в крови;
- измерение артериального давления;
- ЭКГ в покое;
- измерение внутриглазного давления (для ранней диагностики глаукомы);
- флюорография;
- анализ кала на скрытую кровь (с 40 лет, скрининг на рак желудочно-кишечного тракта);
- PSA-тест (для мужчин старше 45 лет, для ранней диагностики рака предстательной железы);
- осмотр гинеколога — для всех женщин, ПАП-тест (раз в три года, для женщин от 30 до 60 лет, проводится для ранней диагностики рака шейки матки), мазок (раз в три года), маммография (с 40 лет, раз в два года);
- консультация врача-терапевта.

#### Почему именно в субботный?

- В течение недели биологические пробы отправляются на анализ в областную клиническую лабораторию, то есть результата придётся ждать минимум сутки. По субботам же в отделениях профилактики анализ проводится экспресс-методом. Утром сдал - в обед получил результат.
- По субботам специально для тех, кто приходит на диспансеризацию, работают маммограф и флюорограф. То есть, вам не придётся дополнительно записываться на обследование.

Никаких направлений на диспансеризацию брать не нужно. От вас потребуют только паспорт и медполис (он может быть выдан любым страховщиком системы ОМС или ДМС), можно также взять СНИЛС.

Учтите, что кровь «на сахар» и «на холестерин» сдаётся строго натощак. Перед тестом PSA нельзя употреблять спиртные напитки и кофе, за двое суток до обследования обычно рекомендуют воздерживаться от полового акта. Анализ не стоит делать, если менее чем за 7 дней проводились такие обследования, как трансректальное ультразвуковое исследование, пальпация прямой кишки, массаж простаты, биопсия, колоно- цитоскопия. Анкету по диспансеризации можно [заполнить онлайн](#), получить её интерпретацию, распечатать и взять с собой на приём. Это значительно ускорит и упростит обследование. Стоит отметить, что анкеты для возрастов «[до 75 лет](#)» и «[75 лет и старше](#)» отличаются.

## Будет только диспансеризация?

Зная то, как неохотно люди идут на диспансеризацию, руководство больницы подготовило сюрприз: приём без записи будут вести и врачи узких специальностей.

Диспансеризацию необходимо проходить:

- с 18 до 39 лет — раз в три года,
  - начиная с 40 лет (а также для отдельных категорий граждан) — ежегодно.
- Новые правила утверждены [приказом Минздрава от 13.03.2019 №124-н](#). В этом году на осмотры ждут граждан, родившихся в 2001, 1998, 1995, 1992, 1989, 1986, 1983, 1980 годах, а также в 1979 году и ранее.

### Важно

По новому законодательству ([Федеральный закон от 03.10.2018 №353-ФЗ](#)) для прохождения диспансеризации работодатель обязан предоставить сотруднику один оплачиваемый день к отпуску раз в три года, а работникам предпенсионного возраста - два рабочих дня каждый год.

### Общие обследования во время диспансеризации и профосмотра

	С 18 до 39 лет	С 40 до 64 лет	С 65 лет
Анкетирование, вопросы по образу жизни и рискам	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Измерение роста, веса, окружности талии, давления	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Сердечно-сосудистый риск по специальной шкале	1 раз в год	1 раз в год	
Флюорография	1 раз в 2 года	1 раз в 2 года	1 раз в 2 года
ЭКГ	при первом прохождении профосмотра, потом с 35 лет 1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Внутриглазное давление	при первом профосмотре	1 раз в год	1 раз в год
Гинеколог	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Терапевт	1 раз в 3 года	1 раз в год	1 раз в год
Общий анализ крови		1 раз в год	1 раз в год
Анализ крови на сахар и холестерин	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год