

# Диспансеризация взрослого населения (краткая информация для граждан о диспансеризации и порядке ее прохождения)

**Диспансеризация взрослого населения** представляет собой комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения) и осуществляемых в отношении определенных групп населения в соответствии с законодательством Российской Федерации.

## Основные цели диспансеризации

- 1) **раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний**, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (далее – хронические неинфекционные заболевания), **и/или факторов риска их развития**;
- 2) **определение группы состояния здоровья**, необходимых профилактических, лечебных, реабилитационных и оздоровительных мероприятий для граждан с выявленными хроническими неинфекционными заболеваниями и/или факторами риска их развития, а также для здоровых граждан;
- 3) **проведение профилактического консультирования** граждан с выявленными хроническими неинфекционными заболеваниями и/или факторами риска их развития;
- 4) **определение группы диспансерного наблюдения** граждан с выявленными хроническими неинфекционными заболеваниями и иными заболеваниями/состояниями, а также граждан с высоким и очень высоким сердечно-сосудистым риском.

## Хронические неинфекционные заболевания

- болезни системы кровообращения (ишемическая болезнь сердца, цереброваскулярные заболевания)
- злокачественные новообразования
- сахарный диабет
- хронические болезни легких

Всего 4 группы заболеваний обуславливают порядка 75 % всех случаев смертности и инвалидности населения нашей страны!

## Факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний

Факторы риска	Комментарии
Повышенный уровень артериального давления	Показатель артериального давления равен или выше 140/90 мм. рт. ст.
Гипергликемия	Уровень сахара в крови равен или выше 6,1 ммоль/л
Дислипидемия	Уровень общего холестерина в крови равен или выше 5 ммоль/л

Курение табака	Ежедневное выкуривание одной и более сигареты
Нерациональное питание	Избыточное потребление пищи, жиров, углеводов, потребление поваренной соли более 5 граммов в сутки, недостаточное потребление фруктов и овощей (менее 400 граммов в сутки)
Избыточная масса тела	Индекс массы тела в пределах 25-29,9 кг/м <sup>2</sup>
Низкая физическая активность	Ходьба в умеренном или быстром темпе менее 30 минут в день
Риск пагубного потребления алкоголя	Выявляется по результатам анкетирования
Риск потребления наркотических средств и психотропных веществ	Когда применение осуществляется без назначения врача
Относительный сердечно-сосудистый риск, устанавливается в возрасте от 21 до 39 лет	Оценивается вероятность развития связанного с атеросклерозом сердечно-сосудистого заболевания в течение определенного периода жизни. Оценивается с помощью специальных калькуляторов сердечно-сосудистого риска (шкала SCOR)
Высокий абсолютный суммарный сердечно-сосудистый риск, устанавливается в возрасте от 42 до 63 лет при отсутствии у гражданина выявленных заболеваний, связанных с атеросклерозом	
Очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск, устанавливается в возрасте 65 лет и у граждан, имеющих сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет второго типа и хронические заболевания почек	
Отягощенная наследственность по злокачественным новообразованиям	У близких родственников были злокачественные новообразования: в молодом и среднем возрасте или в нескольких поколениях
Отягощенная наследственность по сердечно-сосудистым заболеваниям	у близких родственников были сердечно-сосудистые заболевания: у матери или родных сестер в возрасте до 65 лет; у отца или родных братьев в возрасте до 55 лет (инфаркт

	миокарда и/или мозговой инсульт)
Отягощенная наследственность по хроническим болезням нижних дыхательных путей	у близких родственников были хронические болезни нижних дыхательных путей: в молодом или среднем возрасте этих заболеваний (астма и другие хронические болезни нижних дыхательных путей)
Отягощенная наследственность по сахарному диабету	у близких родственников был сахарный диабет: в молодом или среднем возрасте

Особенностью диспансеризации является не только раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний и/или факторов риска их развития, но и проведение:

- **индивидуального профилактического консультирования** в отделении/кабинете медицинской профилактики или в центре здоровья, фельдшерском здравпункте/фельдшерско-акушерском пункте – для граждан в возрасте 72 лет с высоким относительным и высоким и очень высоким абсолютным сердечно-сосудистым риском, и/или ожирением, и/или гиперхолестеринемией с уровнем общего холестерина 8 ммоль/л и более, и/или курящих более 20 сигарет в день
- **краткого профилактического консультирования** врачом терапевтом, включающего рекомендации по здоровому питанию, по уровню физической активности, отказу от курения табака и пагубного потребления алкоголя
- **индивидуального углубленного профилактического консультирования** или **группового консультирования** в школе здоровья при отделении/кабинете медицинской профилактики или в центре здоровья, фельдшерском здравпункте/фельдшерско-акушерском пункте

Данные мероприятия позволяют достаточно быстро и в значительной степени эффективно снизить вероятность развития хронических неинфекционных заболеваний у конкретного человека, а у лиц уже страдающих такими заболеваниями значительно уменьшить тяжесть течения заболевания и частоту развития осложнений. Это достигается благодаря повышению уровня знаний населения о способах профилактики неинфекционных заболеваний и формированию здорового образа жизни доступными и наиболее оптимальными средствами.

**Диспансеризация проводится 1 раз в 3 года в определенные возрастные периоды:**

**21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51, 54, 57, 60,**

**63, 66, 69, 72, 75, 78, 81, 84, 87, 90, 93, 96, 99 лет**

**Диспансеризации подлежат граждане, которым в текущем календарном году исполняется указанный возраст. Прохождение диспансеризации возможно на протяжении всего диспансерного года, независимо от даты рождения**

**Диспансеризация проводится ЕЖЕГОДНО, вне зависимости от возраста**

- инвалидам Великой Отечественной войны и инвалидам боевых действий, а также участникам ВОВ, ставшим инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья или других причин
- лицам, награжденным знаком «Жителю блокадного Ленинград» и признанным инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин

- бывшим несовершеннолетним узникам концлагерей, гетто, других мест принудительного содержания, созданных фашистами и их союзниками в период второй мировой войны, признанным вследствие общего заболевания, трудового увечья или других причин

### **Где и когда можно пройти диспансеризацию**

Граждане проходят диспансеризацию в медицинской организации, в которой он получает первичную медико-санитарную помощь. В соответствии со статьей 21 Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» для получения первичной медико-санитарной помощи гражданин выбирает медицинскую организацию, в том числе по территориально-участковому принципу, не чаще чем один раз в год (за исключением случаев изменения места жительства или места пребывания гражданина) путем подачи заявления лично или через своего представителя на имя руководителя медицинской организации.

Информацию о сроках и порядке прохождения диспансеризации гражданин может получить:

- у администратора или регистратора поликлиники
- у участкового врача-терапевта
- в отделении или кабинете медицинской профилактики
- в центре здоровья
- на сайте медицинской организации
- на информационных стендах медицинской организации
- по телефону «Горячей линии по диспансеризации Департамента здравоохранения Тюменской области»: **35-00-45**

### **Сколько времени занимает прохождение диспансеризации**

Прохождение обследования первого этапа диспансеризации потребует не менее двух визитов в медицинскую организацию. Первый визит занимает ориентировочно от 1 до 3 часов (объем обследования различается в зависимости от возраста гражданина). Второй визит проводится обычно через 1-3 дней для заключительного осмотра и подведения итогов диспансеризации (зависит от длительности времени необходимого для получения результатов исследований).

Если по результатам первого этапа диспансеризации у гражданина выявлено подозрение на наличие хронического неинфекционного заболевания или высокий/очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск или фактор риска развития хронического неинфекционного заболевания, то, при наличии указанного заболевания, врач-терапевт сообщает гражданину об этом и направляет на второй этап диспансеризации. Длительность прохождения второго этапа зависит от объема необходимого гражданину дополнительного обследования.

### **Как пройти диспансеризацию работающему человеку?**

Согласно статье 24 Федерального закона Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» работодатели **обязаны** обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно **отпускать** работников для их прохождения.

### **Какая подготовка нужна для прохождения диспансеризации?**

- Для прохождения первого этапа диспансеризации желательно прийти в поликлинику утром, на голодный желудок, до выполнения каких-либо физических нагрузок, в том числе и утренней физической зарядки.

- Лицам в возрасте от 49 до 73 лет для исследования кала на скрытую кровь необходимо исключить прием железосодержащих лекарственных препаратов, в том числе гематогена, отменить прием аскорбиновой кислоты, ацетилсалициловой кислоты (аспирина) и другие нестероидных противовоспалительных средств (таких как вольтарен, диклофенак и т.д.), отказаться от использования любых слабительных средств и клизм. Ограничений в приеме пищи не требуется. Избегайте чрезмерного разжижения образца каловых масс водой из чаши туалета. Это может быть причиной неправильного результата. На емкости с калом необходимо разместить наклейку со своей фамилией и инициалами (или подписать маркером).
- Женщинам необходимо помнить, что забор мазков с шейки матки не проводится во время менструации, при проведении того или иного лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза, что для снижения вероятности получения ложных результатов анализа мазка необходимо исключить половые контакты в течение 2-х суток перед диспансеризацией, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.
- Мужчинам в возрасте 45 лет и 51 года необходимо помнить, что лучше воздержаться от прохождения диспансеризации в течение 7-10 дней после любых воздействий на предстательную железу механического характера (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, половой акт, лечение ректальными свечами и др.), так как они могут исказить результат исследования простатспецифического антигена в крови (онкомаркер рака предстательной железы).
- Если гражданин в текущем или предшествующем году проходил медицинские исследования, необходимо взять документы, подтверждающие это, и показать их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.

Граждане, на основании результатов первого этапа диспансеризации, по показаниям направляются врачом-терапевтом на второй этап диспансеризации, в рамках которого предусмотрено дополнительное обследование, консультирование узких специалистов, индивидуальное углубленное профилактическое консультирование и групповое профилактическое консультирование (школа здоровья).

**Регулярное прохождение диспансеризации позволяет выявить заболевания на ранней стадии развития, когда их лечение наиболее эффективно, и предотвратить развитие наиболее опасных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и смертности населения нашей страны!**

*Источник: Департамент здравоохранения Тюменской области*

Горячая линия по вопросам проведения в Тюменской области всеобщей диспансеризации взрослого населения: 8 (3452) 350-045.

# Медицинские организации, участвующие в проведении диспансеризации

Перечень медицинских организаций, участвующих в проведении диспансеризации определенных групп взрослого населения в 2018 году			
Наименование медицинской организации	Адрес местонахождения подразделения медицинской организации осуществляющего диспансеризацию	Контактный телефон медицинской организации по вопросам организации прохождения диспансеризации взрослого населения	Часы приема отделения (кабинета) профилактики
ГБУЗ ТО "Областная клиническая больница №2"	625039, Тюменская область, г.Тюмень, ул.Мельникайте, д.75, к.3	(3452) 20-75-52	пн- пт 08.00-20.00, сб-08.00-16.00
ГБУЗ ТО "Госпиталь для ветеранов войн"	625000, г. Тюмень, ул. Володарского, 47/1	8 (3452) 46-44-42	пн- пт 08.00-16.15
ГБУЗ ТО "Областная больница № 3" (г. Тобольск)	626150 Тюменская область, г. Тобольск, 4 микрорайон, строение 53	8(3456) 25-76-81	пн- пт 08.00-20.00, сб-09.00-16.18
	626150 Тюменская область, г. Тобольск, улица Красноармейская, строение 4	8(3456) 25-29-44	пн- пт 08.00-16.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 4" (г. Ишим)	627705 Тюменская область, г. Ишим, ул. Республики 78	(34551) 5-88-43	пн- пт 08.00-16.00
	627705 Тюменская область, г. Ишим, ул. Рокоссовского 24	(34551) 7-10-10	пн- пт 08.00-15.30
	627750, Тюменская область, Ишимский район, с. Стрехнино, Мелиоративная, 7	(34551) 6-55-55	пн- пт 08.00-15.42
	627540 Тюменская область, Абатский район, с. Абатское, ул. Ленина, 54	(34556) 5-14-16	пн- пт 08.00-16.00
	627570, Тюменская область, Викуловский район, с. Викулово, ул. К. Маркса, 120	(34557) 2-52-70	пн- пт 08.00-16.00
	627500, Тюменская область, Сорокинский район, с. Б. Сорокино, ул. Ленина, 83 строение 1	(34550) 2-21-32	пн- пт 08.00-15.30
	627220, Тюменская область, Армизонский район, с. Армизон, ул. Дзержинского, 33	(34547) 2-45-44	пн- пт 08.00-15.42
	627440, Тюменская область, Бердюжский район, с. Бердюжье, ул. Земляных, 16	(34557) 2-10-10	пн- пт 08.00-15.30
	627720, Тюменская область, Ишимский район, с. Карасуль, ул.	(34551) 3-51-48	пн- пт 08.00-15.30

	Ленина, 60		
	627714, Тюменская область, Ишимский район, с. Лариха, ул. Сибирская, 1	(34551) 3-13-16	пн- пт 08.00-15.30
	627717, Тюменская область, Ишимский район, с. Плешково, ул. Почтовая, 4	(34551) 3-31-75	пн- пт 08.00-15.30
	627741, Тюменская область, Ишимский район, с.Первопесьяново, ул. Победы, 38	(34551) 3-61-62	пн- пт 08.00-15.30
	627710, Тюменская область, Ишимский район, с. Мизоново, ул. Советская, 1	(34551) 4-21-24	пн- пт 08.00-15.30
ГБУЗ ТО "Областная больница № 9" (с. Вагай)	626240, Тюменская обл., Вагайский р-н, с. Вагай, ул. Зеленая, 12	(34539) 2-34-50	пн- пт 08.00-16.12; сб 09.00-12.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 11" (р.п. Голышманово)	627300, Тюменская область, Голышмановский р-н, р.п.Голышманово, ул.К-Маркса, 1	(34546) 2-57-04, 2-80-94	пн- пт. 08.00-18.00, сб 08.00-12.00
	627250, Тюменская область, Юргинский район, с. Юргинское, ул. Ленина д. 5	(34543) 2-42-39	пн- пт 08.00-16.12
	627070, Тюменская область, Омутинский район, с. Омутинское, ул.Луначарского, 22	(34544) 3-36-86, 3-15-77	пн- пт 08.00-16.12
	627350, Тюменская область, Аромашевский район, с. Аромашево, ул. Октябрьская, д. 19	(34545) 2-17-31, 2-16-03	пн- пт 08.00-16.12
ГБУЗ ТО "Областная больница № 12" (г. Заводоуковск)	627141 Тюменская область г.Заводоуковск ул.Хахина д.19	(34542) 26971, доб.203	пн- пт 08.00-15.00, сб 08.00-14.00
	627180 Тюменская область Упоровский район с. Упорово ул.Володарского д.113	(34541) 3-25-62, 3-25-60	пн- пт 08.00-16.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 13" (с. Исетское)	626380 Тюменская область, Исетский район, с. Исетское, ул. Кирова,91	(34537) 2-14-34, 2-19-59	пн- пт 08.00-16.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 14 имени В.Н. Шанаурина" (с.Казанское)	627420 Тюменская область, Казанский район,с Казанское, ул Больничная 20 к3	(34553) 4-11-45	пн- пт 08.00-16.00, сб 08.00-12.00
	627610 Тюменская область, Сладковский район, с. Сладково, ул. Ленина, д. 15а	8 (34555) 23-8-31	пн- пт 08.00-12.00, 13.00- 16.12
ГБУЗ ТО "Областная больница № 15" (с. Нижняя Тавда)	626020, Россия, Тюменская область, Нижнетавдинский район, с. Нижняя Тавда, ул. Дзержинского, д. 20	8 (34533) 2-35-75, 2-38-03	пн- пт 08.00-12.00, 13.00- 16.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 19"	625017 г Тюмень, ул Авторемонтная, 2	(3452)593-444	08.00- 16.00

(г.Тюмень)	625504 Тюменская область. Тюменский район, р.п. Боровский, ул. Островского ,21	(3452)722-163	08.00- 15.42
	625530 Тюменская область, Тюменский район, р. п. Винзили, ул Гагарина,3а	(3452)727-838	08.00- 15.42
	625509 Тюменская область, Тюменский район, п. Новотарманский, ул.Сосновая, 3	(3452)770-010	08.00- 15.42
	625503, Тюменская область, Тюменский район, С Успенка, ул. Московский тракт, 10 А	(3452)726-097	08.00- 15.42
	625013, Тюменская область, Тюменский район, с.Борки, ул. Центральная, 13	(3452)773-154	08.00- 15.42
	625521, Тюменская область, Тюменский район, р. п. Богандинский, ул. Школьная, 2А	(3452)720-136	08.00- 15.42
	625519 Тюменская область, Тюменский район, с. Червишево, Юбилейный квартал, 9А	(3452)778-081	08.00- 15.42
	625517 Тюменская область, Тюменский район, с. Мальково, ул. Строителей, 3	(3452)776-042	08.00- 15.42
	625501, Тюменская область, Тюменский район, п. Московский, ул. В.В. Бурлаки, 5	(3452)764-362	08.00- 15.42
	625511, Тюменская область, Тюменский район, с. Ембаево, ул Биктимирова, 15	(3452)762-143	08.00- 15.42
	625547, Тюменская область, Тюменский район, с. Онохино, Советская, 10	(3452) 779-172	08.00- 15.42
	625535, Тюменская область, Тюменский район, с. Кулаково, ул.Советская, 3а	(3452) 777- 068	08.00- 15.42
	625535, Тюменская область, Тюменский район, с. Горьковка, ул.Совхозная, 2А	(3452)766-021	08.00- 15.42
	ГБУЗ ТО "Областная больница № 20" (с. Уват)	626170, Тюменская область, Уватский район, с. Уват, ул. Белкина, д. 1а	8(34561) 2-23-82, 2-16-96
626191, Тюменская область, Уватский район, п. Туртас, ул. Дзержинского, д.2 – филиал № 1 (п. Туртас)		8(34561) 25-6-77	08.00- 16.00
626184Тюменская область, Уватский район, с. Демьянское, ул. НПС,30 филиал № 2 (с. Демьянское)		8(34561) 27-4-22	08.00- 16.00



	626194 Тюменская область, Уватский район, ст. Демьянка, мкр. Железнодорожный, 13. Филиал № 3 (п. Демьянка)	8(34561) 2-61-03	08.00- 16.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 23" (г. Ялуторовск)	627014, Тюменская область, г. Ялуторовск, ул. Чкалова, д. 25	8 (345-35) 3-14-00	пн- пт 08.00- 19.00, сб 09.00- 14.00
ГБУЗ ТО "Областная больница № 24" (с.Ярково)	626050, Тюменская область, Ярковский район, с.Ярково, ул.Ленина, д.68	8(34531) 27-2-30	пн- пт 08.00- 16.15
ММАУ "Городская поликлиника №1"	625022, г.Тюмень, ул.Газовиков, д.6/ 1	8(3452)56-00-50, 56-14-01	пн- пт 08.00- 20.00, сб 08.00- 16.00
ММАУ "Городская поликлиника № 3"	625003, г.Тюмень, ул.Ленина, д.23	8(3452)56-13-03	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
ММАУ "Городская поликлиника № 4"	625048, Тюменская область, г. Тюмень, ул.М.Горького,39	(3452)56-04-78	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
	625048, Тюменская область, г. Тюмень, ул.Индустриальная,49;	(3452)56-04-04	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
	625048, Тюменская область, г. Тюмень, ул.Холодильная,136	(3452)56-04-90	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
ММАУ "Городская поликлиника № 5"	625000, г.Тюмень, ул.Московский тракт,35а	8(3452)560-005,560-237	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
	625000, г.Тюмень, ул.Червишевский тракт, 68а/1	8(3452)560-005	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
	625000, г.Тюмень, ул.Чаплина 115/9	8(3452)560-005	пн- пт 08.00- 20.00, сб 09.00- 16.00
ММАУ "Городская поликлиника № 6"	625035, г. Тюмень, ул. 50 лет ВЛКСМ, 97/1	8(3452)56-06-33	пн- пт 08.00- 20.00, сб 08.00- 16.00
ММАУ "Городская поликлиника № 8"	625031, Тюменская область, г. Тюмень, ул.Ватутина, 10 б	(3452) 56-20-08,56-02-79	пн- пт 08.00- 20.00, сб 08.00- 14.00
	625055, Тюменская область, п.Матмасы, ул.Пражская, 28	(3452) 56-02-83	пн- пт 08.00- 16.00, сб 08.00- 13.00
	625059, Тюменская область, п.Мелиораторов, ул.Мелиораторов, 17	(3452) 56-02-17	пн- пт 08.00- 16.00, сб 08.00- 13.00
	625054, Тюменская область, п.Березняковский, ул.Любимая, 1	(3452) 56-01-08	пн- пт 08.00- 16.00, сб 08.00- 13.00
ММАУ "Городская	Тюменская область, г.Тюмень,	8(3452) 59-40-00,59-40-18	пн- пт 08.00-

поликлиника № 12"	ул.Народная 6,к1		20.00, сб 08.00-14.00
ММАУ "Городская поликлиника № 13"	625034,г.Тюмень, ул.Казачьи Луга 9 кор1	(3452) 56-11-80	пн- пт 08.00-20.00, сб 09.00-13.00
ММАУ "Городская поликлиника № 14"	6250007, г.Тюмень, ул.Широтная, д.23а	8(3452)32-48-64	пн- пт 08.00-20.00, сб 08.00-14.00
ММАУ "Городская поликлиника № 17"	г.Тюмень, ул.Монтажников 41/1	8 (3452) 56-09-21	пн- пт 08.00-20.00, сб 09.00-15.00
	625051, г. Тюмень, ул. Широтная 94/1	8 (3452) 56-10-17	пн- пт 08.00-20.00, сб 9.00-15.00
ФГБУЗ ЗСМЦ ФМБА России (Тюменская больница ФГБУЗ ЗСМЦ ФМБА России)	625015, Тюменская область, г.Тюмень, ул. Беяева, д. 1	(3452) 45- 90- 82, 28-38-88	пн- пт 08.00-16.00
ФГБУЗ ЗСМЦ ФМБА России (Тобольская больница ФГБУЗ ЗСМЦ ФМБА России)	626109, Тюменская обл., г. Тобольск, микрорайон Иртышский, ул. Надежды, №1, корп.1	8(3456) 33-24-76,33-20-08	пн- пт 08.00-18.00
	626102, Тюменская обл., г. Тобольск, п. Сумкино, ул. Заводская, № 8, корп. 1;.	8(3456)26-07-70	пн- пт 08.00-18.00
ФГБОУ ВО Тюменский ГМУ Минздрава России	625023, Тюменская область, г. Тюмень, ул. Одесская, д. 54	(3452) 20-05-10, 20-40-47	пн- пт 08.00-20.00, сб 08.00-14.00
	625023, Тюменская область, г. Тюмень, ул. Котовского, д. 56	(3452) 20-26-65	по графику
ФГАОУ ВО "Тюменский государственный университет"	625003, Тюменская область, г. Тюмень, ул. Ленина, 23	(3452) 45-55-75	пн,ср,пт 13.00-18.00
НУЗ "Отделенческая больница на ст. Тюмень ОАО "РЖД"	625049, Тюменская область, г.Тюмень, ул.Магнитогорская, д.8, кор.2	(3452)52-42-73, 52-39-42	пн- пт 08.00-18.00
	627755, Тюменская область, г.Ишим, ул.Деповская, д.29, стр.9	(34551)5-25-05	пн- пт 08.00-17.00
Клинико-диагностический центр АО "Здоровье"	625015, г. Тюмень, ул. Маршала Захарова, 13	(3452) 56-03-45	Пн-пт: с 8:00 до 19:00

Источник: Департамент здравоохранения Тюменской области

# Профилактический медицинский осмотр

---

## Основные цели профилактического медицинского осмотра:

- Раннее выявление патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача, а также формирования групп состояния здоровья и выработки рекомендаций для пациентов.

- Раннее выявление отдельных хронических неинфекционных заболеваний (состояний), являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (далее - хронические неинфекционные заболевания), факторов риска их развития (повышенный уровень артериального давления, дислипидемия, повышенный уровень глюкозы в крови, курение табака, пагубное потребление алкоголя, нерациональное питание, низкая физическая активность, избыточная масса тела или ожирение), а также потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача.

Указанные болезни обуславливают более 80 % всей инвалидности и смертности населения нашей страны.

Кроме того, профилактический медицинский осмотр направлен на выявление и коррекцию основных факторов риска развития указанных заболеваний, к которым относятся:

1. повышенный уровень артериального давления;
2. повышенный уровень холестерина в крови;
3. повышенный уровень глюкозы в крови;
4. курение табака;
5. пагубное потребление алкоголя;
6. нерациональное питание;
7. низкая физическая активность;
8. избыточная масса тела или ожирение;
9. повышенный уровень стресса;
10. отягощенная наследственность;
11. высокий и очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск.

Профилактический медицинский осмотр взрослого населения Тюменской области проводится 1 раз в 2 года, в год прохождения диспансеризации профилактический осмотр не проводится.

Профилактическим медицинским осмотрам не подлежат:

1. работники, занятые на работах с вредными и (или) опасными производственными факторами, и работники, занятые на отдельных видах работ, которые в соответствии с законодательством Российской Федерации проходят обязательные периодические медицинские осмотры;
2. государственные и муниципальные служащие Тюменской области, подлежащие диспансеризации в рамках реализации территориальной программы государственных гарантий (далее - ТПГГ) в соответствии с приказом Департамента здравоохранения и ТФОМС Тюменской области от 04.03.2011 №52ос/155 «О

порядке проведения диспансеризации государственных гражданских служащих органов исполнительной власти Тюменской области и муниципальных служащих»;

3. лица, подлежащие медицинским осмотрам, в соответствии с мероприятиями по организации оздоровления детей в отчетном году.

Гражданин проходит профилактический медицинский осмотр в медицинской организации, в которой он получает первичную медико-санитарную помощь.

Направление на профилактический медицинский осмотр осуществляется при любом обращении гражданина в медицинскую организацию: медицинским регистратором, участковым врачом-терапевтом, узкими специалистами, специалистами Центра здоровья, а также врачами частных клиник, врачами женских консультаций, после выписки из стационара, по направлению работодателя, самостоятельное обращение гражданина.

Профилактический медицинский осмотр проводится при наличии информированного добровольного согласия гражданина.

Гражданин вправе отказаться от проведения профилактического медицинского осмотра в целом, либо от отдельных видов медицинских вмешательств, входящих в профилактический медицинский осмотр.

### **Где и когда можно пройти профилактический медицинский осмотр**

Граждане проходят профилактический медицинский осмотр в медицинской организации по месту жительства, работы, учебы или выбору гражданина, в которой они получают первичную медико-санитарную помощь.

Ваш участковый врач (фельдшер) или участковая медицинская сестра или сотрудник регистратуры подробно расскажут Вам где, когда и как можно пройти профилактический медицинский осмотр, согласуют с Вами ориентировочную дату (период) его прохождения.

### **Сколько времени занимает прохождение профилактического медицинского осмотра**

Прохождение профилактического медицинского осмотра, как правило, требует два визита. Первый визит занимает ориентировочно 2-3 часа. Второй визит через 1-2 дня (зависит от длительности времени необходимого для поступления к врачу результатов Ваших исследований) к участковому врачу по времени занимает около 1 часа.

Если по результатам профилактического медицинского осмотра у Вас выявлено подозрение на наличие хронического неинфекционного заболевания или высокий и очень высокий суммарный сердечно-сосудистый риск участковый врач сообщает Вам об этом и направляет на дополнительное исследование или на углубленное профилактическое консультирование.

### **Как пройти профилактический медицинский осмотр работающему человеку**

Согласно статьи 24 Федерального закона Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" работодатели обязаны обеспечивать условия для прохождения работниками медицинских осмотров и диспансеризации, а также беспрепятственно отпускать работников для их прохождения.

### **Какая подготовка нужна для прохождения профилактического медицинского осмотра**

1. Для прохождения профилактического медицинского осмотра желательно прийти в медицинскую организацию (поликлинику) утром, на голодный желудок, до выполнения каких-либо физических нагрузок, в том числе и утренней физической зарядки.

2. Лицам в возрасте 45 лет и старше для исследования кала на скрытую кровь необходимо во избежание ложноположительных результатов в течение 3 суток перед профилактическим медицинским осмотром не есть мясную пищу, а также других продуктов, в состав которых входит значительное количество железа (яблоки, зеленый лук, сладкий болгарский перец, белая фасоль, шпинат), а также овощи, содержащие

много каталазы и пероксидазы (огурцы, хрен, цветная капуста), исключить прием железосодержащих лекарственных препаратов, в том числе гематогена, отменить прием аскорбиновой кислоты, ацетилсалициловой кислоты (аспирина) и других нестероидных противовоспалительных средств, отказаться от использования любых слабительных средств и клизм. При проведении анализа кала иммунохимическим методом ограничений в приеме пищи не требуется (**уточните применяемый метод исследования у своего участкового врача или медсестры**). Дефекация за несколько дней до сдачи анализа и в день анализа должна осуществляться только естественным путем. Избегайте попадания мочи и чрезмерного разжижения образца фекалий водой из чаши туалета. Это может быть причиной неправильного результата.

3. Для сбора кала предпочтительно использовать промышленно произведенные специальные стерильные контейнеры (емкости) для биопроб, которые можно приобрести в аптеке. На емкость с калом необходимо прикрепить/приклеить этикетку со своей фамилией и инициалами.

4. Если Вы в текущем или предшествующем году проходили медицинское обследование возьмите документы подтверждающие это и покажите их медицинским работникам перед началом прохождения диспансеризации.

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

*Источник: Департамент здравоохранения Тюменской области*