**Диспансеризация нужна каждому**

 *«Ничего не болит - к врачу можно не обращаться», - таково мнение многих из нас. Но болезни могут протекать бессимптомно и, в конечном итоге, привести к тяжелым последствиям. К примеру, часто врачи выявляют у пациентов высокое давление, когда те о нем даже понятия не имеют, и если вовремя не начать лечение, то возникает риск развития инсульта или инфаркта миокарда. Поэтому очень важно регулярно проходить диспансеризацию (комплекс медицинских осмотров и обследований).*

**Почему диспансеризация необходима?**

Многие из нас относятся к диспансеризации скептически, а зря. Если внимательно следить за своим здоровьем и регулярно проходить медицинские осмотры, хронические заболевания, наиболее часто приводящие к инвалидности или смерти (к примеру, сердечно-сосудистые, онкологические, сахарный диабет), а также факторы риска их развития могут быть выявлены на ранней стадии. Раннее выявление и своевременная терапия позволят держать болезнь «под контролем» длительное время.

**С какого возраста и как часто нужно проходить медицинские осмотры?**

Диспансеризация взрослых граждан (от 18 лет и старше) проводится в соответствии с приказом Минздрава РФ от 3 февраля 2015 №36ан «Об утверждении порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения» 1 раз в 3 года в определенном возрасте (в 21 год, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет и т.д.). Инвалиды и участники Великой Отечественной войны, инвалиды боевых действий, бывшие узники концлагерей, лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда» и признанные инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья и других причин, проходят диспансеризацию ежегодно вне зависимости от возраста.

**Где и как проводится диспансеризация?**

С паспортом и полисом ОМС вы можете обратиться для прохождения медосмотра в поликлинику, к которой прикреплены. В регистратуре вас направят к терапевту либо в кабинет медицинской профилактики, где заполнят карту прохождения медосмотров, выдадут направления на необходимые обследования.

Диспансеризация проходит в 2 этапа. Первый этап называется «скрининг» и проводится с целью выявления хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, а также определения медицинских показаний для назначения дополнительных обследований и осмотров врачами-специалистами.

На первом этапе вы заполните анкету из 40 вопросов о самочувствии и имеющихся вредных привычках. Вам измерят рост, вес, окружность талии – для расчета индекса массы тела, измерят артериальное давление. На этом этапе вам нужно сдать кровь на клинический анализ, на холестерин и уровень глюкозы, сделать анализы мочи, кала на скрытую кровь (для граждан старше 48 лет). Также на первом этапе пациентам выполняется электрокардиография в покое; флюорография легких, УЗИ, взятие мазка на цитологическое исследование (для женщин); маммография молочных желез (для женщин в возрасте 39 до 75 лет); измерение внутриглазного давления (для граждан в возрасте 39 лет и старше).

Затем нужно вновь прийти на прием к терапевту, где по итогам всех обследований врач определит вашу группу здоровья, даст рекомендации по питанию, уровню физической активности, отказу от вредных привычек. При подозрении на заболевание вас направят на второй этап диспансеризации для углубленного обследования и уточнения диагноза.

На этом этапе выполняются дополнительные диагностические исследования, а также осмотры неврологом, хирургом, урологом, колопроктологом, гинекологом, оториноларингологом, офтальмологом и терапевтом. Все обследования назначаются индивидуально, с учетом пола, возраста, факторов риска и группы здоровья. Данные о состоянии здоровья записываются в Паспорт здоровья, который будет храниться у вас до следующей диспансеризации.

По результатам двух этапов при наличии медицинских показаний пациента берут под диспансерное наблюдение с целью контроля выявленных заболеваний, при необходимости направляют на дополнительные обследования, не включенные в диспансеризацию, а также на получение медицинской помощи по профилю заболевания.

С приказом Министерства здравоохранения РФ от 3 февраля 2015 г. №36ан «Об утверждении порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения» можно ознакомиться здесь:

<http://foms74.ru/Uploaded/files/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%B7_%D0%9C%D0%B8%D0%BD%D0%B7%D0%B4%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8_%D0%BE%D1%82_3_%D1%84%D0%B5%D0%B2%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8F_2015_%D0%B3__%E2%84%9636%D0%B0%D0%BD.pdf>