КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

1. 1 **ЭТАП**

- «Первый этап диспансеризации проводят для выявления признаков хронических неинфекционных заболеваний (наиболее часто встречающиеся онкологические заболевания, сердечно-сосудистые болезни, сахарный диабет и хронические болезни лёгких), факторов риска их развития, а также определения показаний к выполнению дополнительных обследований и осмотров врачами-специалистами для уточнения диагноза состояния пациента на втором этапе.»
- «При проведении профилактического медицинского осмотра и диспансеризации могут учитываться результаты ранее проведенных (не позднее одного года) медицинских осмотров, диспансеризации, подтвержденные медицинскими документами гражданина.»

В состав I-ого этапа профилактического обследования входит:

- 1. Профилактический медицинский осмотр
- 2. Скрининг на раннее выявление онкологических заболеваний
- 3. Профилактическое консультирование
- 4. Общий анализ крови
- 5. Прием врачом-терапевтом

1. Профилактический медицинский осмотр

- анкетирование
- измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет индекса массы тела
- измерение артериального давления
- исследование уровня общего холестерина в крови
- определение уровня глюкозы в крови
- определение риска сердечно-сосудистых заболеваний (с 18 до 64 лет)
- флюорография (1 раз в 2 года)
- электрокардиография в покое (при первом прохождении осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше)
- измерение внутриглазного давления (при первом прохождении осмотра, далее с 40 лет)

2. Скрининг на раннее выявление онкологических заболеваний

- Исследование кала на скрытую кровь
 (1 раз в 2 года в возрасте от 40 до 64 лет, 1 раз в год в возрасте от 65 до 75 лет)
- Эзофагогастродуоденоскопия в 45 лет

Для женщин

- Гинекологический осмотр
- Взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки (1 раз в 3 года с 18 до 64 лет)

Маммография (1 раз в 2 года в возрасте от 40 до 75 лет)

Для мужчин

- Определение простат-специфического антигена в крови в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет
- 3. Профилактическое консультирование
- 4. Общий анализ крови (с 40 лет)
- 5. Прием врачом-терапевтом,

2. ЭΤΑΠ:

Второй этап диспансеризации проводится для дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания при наличии показаний по результатам первого этапа. Необходимость прохождения мероприятий 2 этапа диспансеризации определяет врач-терапевт по итогам 1 этапа диспансеризации.

- Осмотр (консультацию) невролога
- Дуплексное сканирование брахицефальных артерий (для мужчин в возрасте от 45 до 72 лет и женщин в возрасте от 54 до 72 лет)
- Осмотр и консультацию хирурга или уролога (для мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет);
- Осмотр и консультация хирурга или колопроктолога, включая проведение ректороманоскопии (для пациентов в возрасте от 40 до 75 лет)
- Колоноскопия
- Эзофагогастродуоденоскопия
- Рентгенография лёгких или компьютерная томография лёгких
- Спирометрия
- Осмотр и консультация оториноларинголога (для пациентов в возрасте 65 лет и старше)
- Осмотр и консультация акушера-гинеколога (для женщин в возрасте 18 лет и старше)
- Осмотр и консультация офтальмолога (для пациентов в возрасте 40 лет и старше)
- Осмотр и консультация дерматовенеролога, включая проведение
- Исследование уровня гликированного гемоглобина в крови
- Индивидуальное или групповое в рамках школы для пациентов профилактическое консультирование для граждан в возрасте 65 лет и старше.
- прием (осмотр) врачом-терапевтом по результатам второго этапа диспансеризации

3. Углублённая диспансеризация

• Углублённая диспансеризация направлена на выявление и профилактику осложнений после перенесённой коронавирусной инфекции COVID-19.

1 этап

- 1. Пост-ковидное анкетирование
- 2. Пульсоксиметрия
- 3. Спирометрия
- 4. Общий анализ крови развёрнутый
- 5. Биохимический анализ крови:
 - исследование уровня холестерина

- уровня липопротеинов низкой плотности
- С-реактивного белка
- определение активности аланинаминотрансферазы в крови
- определение активности аспартатаминотрансферазы в крови
- определение активности лактатдегидрогеназы в крови
- исследование уровня креатинина в крови
- 4. Определение концентрации Д-димера (для граждан, перенесших новую коронавирусную инфекцию в средней и тяжелой форме)
- 5. Тест с 6-минутной ходьбой (для выявление возможных проблем в работе сердца и легких) проводится при сатурации 95% и более и наличию жалоб на одышку / отеки после перенесённого COVID-19)
- Рентгенография органов грудной клетки если не выполнялась ранее в течение года.

2 этап:

Второй этап углублённой диспансеризации проводится для дополнительного обследования и уточнения диагноза заболевания при наличии показаний по результатам первого этапа. Необходимость прохождения мероприятий 2 этапа углублённой диспансеризации определяет врач-терапевт по итогам 1 этапа углублённой диспансеризации.

- 1. Эхокардиография
- 2. Компьютерная томография легких
- 3. Дуплексное сканирование вен нижних конечностей при наличии показаний

4. Подготовка к диспансеризации

- Подготовка к сдаче крови: перед посещением поликлиники для сдачи лабораторных анализов нельзя есть в течение минимум 6 часов это важно для корректности анализов крови
- Подготовка к маммографии: женщинам от 40 лет до наступления менопаузы следует приходить на профилактическое обследование с 6 по 12 день менструального цикла
- Исследование кала на скрытую кровь: если Вам от 65 до 75 или если Вам в этом календарном году исполняется/исполнилось 40, 42, 44, 46, 48, 50, 52, 54, 56, 58,60, 62, 64 года, Вам положено прохождение анализа кала на скрытую кровь соберите пробу кала в специальный контейнер (доступен в любой аптеке) и принесите её, когда будете проходить профилактическое обследование.