

ОО "Арсенал медицинское страхование" информирует о том, что такое диспансеризация, где и зачем её проходить.

Диспансеризация — это система мер, направленных на сохранение здоровья населения, предупреждение развития заболеваний, снижение частоты обострений хронических заболеваний, развития осложнений, инвалидности, смертности и повышение качества жизни. Основной её целью является оценка общего состояния здоровья человека и выявление возможных проблем на самом раннем этапе.

Диспансеризация проходит на всей территории Российской Федерации бессрочно с 2013 года. Она является бесплатной, так как реализуется в рамках системы ОМС (обязательного медицинского страхования).

Регулярное прохождение диспансеризации необходимо вне зависимости от самочувствия. Консультации врачей и результаты исследований помогут не только узнать о своем здоровье, но и получить необходимые рекомендации об основах здорового образа жизни или по выявленным факторам риска.

Где и как можно пройти диспансеризацию?

Граждане могут пройти диспансеризацию или профилактические осмотры в медицинской организации по месту жительства (прикрепления), в которой получают первичную медико-санитарную помощь.

Записаться на осмотр можно непосредственно в регистратуре выбранной поликлиники, через Единый портал госуслуг либо на Региональном портале медицинских услуг <https://crimea.k-vrach.ru>.

Для прохождения диспансеризации потребуется документ, удостоверяющий личность гражданина (паспорт), а также полис ОМС (допустимы как бумажный вариант, так и электронный).

Как часто нужно проходить диспансеризацию?

Диспансеризация взрослого населения проводится с 18 до 39 лет включительно каждые три года и ежегодно в возрасте 40 лет и старше. Соответственно, в 2023 году пройти диспансеризацию могут граждане, которые родились в 1984, 1987, 1990, 1993, 1996, 1999, 2002 или 2005 годах. В те возрастные периоды, которые не попадают под диспансеризацию, можно проходить профилактический осмотр ежегодно.

! Если Ваш возраст без остатка делится на 3 - значит, в этом году Вы подлежите диспансеризации.

В случае если Вы переболели новой коронавирусной инфекцией (COVID-19) более 2х месяцев назад, Вы можете пройти углублённую диспансеризацию независимо от возраста, начиная с 18 лет. В неё входит комплекс обследований и анализов, помогающих выявить осложнения у пациентов после перенесённого заболевания.

Какие исследования включены в программу диспансеризации?

Для граждан в возрасте **до 39 лет** диспансеризация состоит из:

- ✓ анкетирования (сбор анамнеза, жалоб и определение факторов риска);
- ✓ расчета индекса массы тела (измерение роста, веса и окружности талии);
- ✓ измерения артериального давления;
- ✓ анализа крови на *общий холестерин и глюкозу*;
- ✓ определения относительного *сердечно-сосудистого риска*;
- ✓ флюорографии;
- ✓ электрокардиографии;
- ✓ измерения *внутриглазного давления* (проводится в первый раз, а также после 40 лет - каждый год);
- ✓ осмотр кожи и слизистой рта, пальпация щитовидной железы и лимфоузлов для выявления возможных новообразований;
- ✓ Для женщин первый этап включает также визит к врачу акушеру-гинекологу с взятием необходимых анализов.

После 40 лет данный перечень дополняется:

- ✓ определением *абсолютного сердечно - сосудистого риска*;
- ✓ *общим анализом крови*;
- ✓ несколькими видами *скринингового обследования*, которое направлено на раннее выявление различных онкологических патологий.

Для граждан, переболевших covid-19, перечень стандартных обследований дополнен:

- ✓ измерением сатурации крови;
- ✓ тестом с шестиминутной ходьбой;
- ✓ спирометрией;
- ✓ общим и биохимическим анализами крови, а также исследованием, который помогает выявить склонность к тромбообразованию;
- ✓ рентгенографией органов грудной клетки (если в течение последнего года данное обследование гражданину еще не проводилось).

Этапы диспансеризации

Диспансеризация состоит из нескольких этапов.

Первый включает в себя непосредственно проведение уже подробно описанного выше профилактического медосмотра и визит к врачу-терапевту. На основании данных, полученных в результате всех проведенных анализов и обследований, и будут сделаны выводы о состоянии здоровья человека. Если серьезных поводов для беспокойства нет, то всю полученную по итогам диспансеризации информацию зафиксируют в специальном документе, а также дадут гражданину рекомендации, которые помогут избежать проблем со здоровьем в будущем.

Если же по итогам диспансеризации у врача будет повод заподозрить серьезные проблемы со здоровьем, то человека направят на **второй** этап, в рамках которого будет проведен ряд дополнительных обследований. Например, при наличии показаний ему может быть

проведена колоноскопия, дуплексное сканирование брахицефальных артерий, компьютерная томография легких и прочие виды обследований, а также рекомендовано посещение узких специалистов (хирурга, офтальмолога, уролога и так далее). В зависимости от того, какими будут результаты второго этапа диспансеризации, пациенту может быть назначено соответствующее лечение.

Почему важно своевременно проходить диспансеризацию и профилактические мероприятия?

Такой разумный комплекс мер значительно снижает вероятность развития сердечно-сосудистых заболеваний, диабета и позволяет диагностировать рак на ранней стадии и излечить его. Диспансеризация особенно важна людям после 40 лет. В это время начинают увеличиваться сердечно-сосудистые риски и появляются методы для их снижения — например, статиноterapia. Кроме того, с возрастом повышается риск онкологии, которую легче вылечить на ранних стадиях.

Для работающих граждан

Согласно статье 185.1 Трудового кодекса РФ работодатель обязан предоставить оплачиваемый выходной для прохождения диспансеризации: работникам старше 40 лет — один день раз в год, работникам предпенсионного (в течение 5 лет до наступления пенсионного возраста) или пенсионного возраста — два дня в течение года, другим работникам — один день раз в три года.

Регулярное информирование

Страховые медицинские организации Крыма регулярно информируют население о необходимости прохождения профилактических мероприятий. Застрахованным гражданам направляются персональные приглашения на профилактические осмотры и диспансеризацию.

Если вам поступило подобное приглашение, обращайтесь в поликлинику по месту прикрепления с паспортом и полисом ОМС.

Для эффективного информирования рекомендуем своевременно обращаться в страховую организацию и сообщать об изменениях адреса проживания, номера телефона, электронной почты. Замена полиса ОМС при этом не требуется.

Куда необходимо обращаться при возникновении трудностей в ходе диспансеризации?

Телефоны круглосуточного контакт – центра ООО «Арсенал МС» 8 (800) 700-07-76 (бесплатно по России), +7 (978) 0-333-333 (для Республики Крым), +7 (978) 0-777-777 (для города Севастополь). В поликлиниках связаться со страховыми представителями можно по телефонам прямой связи, размещенным в фойе.

Уточнить дополнительную информацию о порядке прохождения профилактических мероприятий можно также по телефону «горячей» линии Минздрава Республики Крым 8 (800) 733-33-34.

Справка:

Общество с ограниченной ответственностью «Арсенал медицинское страхование» (ООО «Арсенал МС») имеет лицензию Банка России на осуществление страхования № ОС 4324-01 от 2 августа 2016 года и включено в реестры страховых медицинских организаций Республики Крым и города Севастополя.

Более 1 млн. жителей Крыма и Севастополя уже являются застрахованными ООО «Арсенал МС». Защита прав и законных интересов граждан на получение бесплатной, качественной, доступной медицинской помощи по программам ОМС является приоритетным направлением деятельности ООО «Арсенал МС».