*Особенности повозрастной диспансеризации в 2021 году*

**Диспансеризация** — комплекс мероприятий, включающий в себя [профилактический медицинский осмотр](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%BE%D1%82%D1%80) и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния [здоровья](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5) (включая определение группы здоровья и группы диспансерного наблюдения) и осуществляемых в отношении определённых групп населения в соответствии с законодательством [Российской Федерации](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F)[[1]](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B8%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F#cite_note-1).

Диспансеризация направлена на выявление [хронических](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B7%D0%BD%D1%8C) неинфекционных заболеваний (и факторов риска их развития), являющихся основной причиной преждевременной [смертности](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) в РФ: болезней [системы кровообращения](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B4%D0%B5%D1%87%D0%BD%D0%BE-%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%83%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%8F_%D1%81%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%B0), [онкологических заболеваний](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BD%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F), болезней [органов дыхания](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D1%8B_%D0%B4%D1%8B%D1%85%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F), [сахарного диабета](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D1%85%D0%B0%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B1%D0%B5%D1%82). В рамках проведения диспансеризации в соответствующих возрастных категориях проводится скрининг на выявление [рака шейки матки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B0%D0%BA_%D1%88%D0%B5%D0%B9%D0%BA%D0%B8_%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%BA%D0%B8), [рака молочной железы](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B0%D0%BA_%D0%BC%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B9_%D0%B6%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B7%D1%8B), [колоректального рака](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%80%D0%B0%D0%BA%22%20%5Co%20%22%D0%9A%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%80%D0%B0%D0%BA).

С 2013 года диспансеризация всего населения Российской Федерации вошла в систему [обязательного медицинского страхования](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5_%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5).

В 2017 году профилактические осмотры и диспансеризацию прошли 48,5 млн человек, детей и взрослых. Это в 1,5 раза больше, чем в 2013 году.

К 2021 г. планируется охватить этой программой более 80 млн человек, а в 2024 г. — свыше 100 млн человек[[2]](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B8%D1%81%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F#cite_note-2).

**ВЫЯВИТЬ РАК НА РАННЕЙ СТАДИИ**

Особенно важно раннее обнаружение онкологических болезней, ведь на начальных стадиях сегодня успешно лечится большинство видов рака, а при поздней диагностике, увы, шансы ощутимо меньше. Как рассказала министр здравоохранения Вероника Скворцова, благодаря активному онкопоиску в рамках диспансеризации, например, в 2016 году около 55% злокачественных новообразований удалось выявить на 1 — 2 стадиях, что значительно выше, чем до начала всеобщих профилактических осмотров.
С 2018-го года онкопоиск был усилен. А с мая 2019 года вступили в силу еще несколько изменений, расширяющих круг онкоскринингов (скрининги - это обследования людей, не имеющих симптомов заболеваний). Итого сейчас проводятся такие виды обследований, помогающих обнаружить самые распространенные виды онкозаболеваний:

* ПАП-тест, то есть исследование мазка с поверхности шейки матки, для женщин от 18 до 64 лет раз в три года (для ранней диагностики рака шейки матки);
* маммография, для женщин 40 - 75 лет раз в два года;
* определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови, для мужчин в 45, 50, 55, 60 лет и в 64 года (помогает в борьбе против рака предстательной железы);
* анализ содержимого кишечника на скрытую кровь чувствительным иммунохимическим методом, для мужчин и женщин 40 — 64 лет раз в два года, 65 - 75 лет - раз в год;
* эзофагогастродуоденоскопия - в 45 лет.

Также по медпоказаниям в рамках 2-го этапа диспансеризации проводятся рентгенография легких или компьютерная томография легких (при подозрении на рак легкого), ректороманоскопия и колоноскопия (при подозрении на рак кишечника).

**ОБЪЕМЫ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ РАЗДЕЛИЛИ ПО ВОЗРАСТАМ**

В возрасте от 18 до 39 лет диспансеризация полагается раз в три года. При этом раз в год есть право (и рекомендуется им не пренебрегать) пройти бесплатный профилактический медицинский осмотр. Это как бы сокращенная диспансеризация, лайт-вариант. В профилактический медосмотр входят:

- анкетирование. Врач выясняет жалобы, нет ли отягощенной наследственности и симптомов, характерных для самых распространенных и наиболее опасных зааболеваний - сердечно-сосудистых, бронхо-легочных, системы пищеварения. Также заполняются пункты о вредных привычках, характере питания, физической активности.

* антропометрия, то есть измерение роста, массы тела, окружности талии. На основании этих данных врач определяет индекс массы тела;
* измерение артериального давления
* определение уровня общего холестерина в крови;
* определение уровня глюкозы в крови натощак;
* флюорография легких (1 раз в 2 года);
* электрокардиография: при первом прохождении профилактического медицинского осмотра, далее в возрасте 35 лет и старше 1 раз в год;
* измерение внутриглазного давления при первом профосмотре, далее в возрасте 40 лет и старше 1 раз в год;
* осмотр гинекологом - для женщин в возрасте от 18 до 39 лет 1 раз в год.

**Важно:** после профосмотра и с учетом его итогов врач-терапевт либо врач кабинета медпрофилактики обязательно должен провести «онкоосмотр». Чтобы убедиться, что у человека нет признаков, похожих на симптомы онкозаболеваний. Для этого осматривается кожа, слизистая губ и ротовой полости, проводится пальпация щитовидной железы и лимфатических узлов.

Если вам 40+, то диспансеризация полагается уже не раз в три года, а по новым правилам - ежегодно.

**ЧТО ВХОДИТ В ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ**

Она состоит из двух этапов.

**1-й этап:**

* профилактический медицинский осмотр (см. выше);
* общий анализ крови, включающий определение уровня гемоглобина, лейкоцитов и СОЭ;
* набор специальных обследований на рак (см. выше).

**2-й этап:**

* осмотр врача-невролога по медпоказаниям. В частности, если есть подозрения на ранее перенесенное острое нарушение мозгового кровообращения;
* дуплексное сканирование брахицефальных артерий. Это дорогостоящее исследование главных артерий, через которые снабжается кровью наш мозг. Такое обследование назначается мужчинам 45 - 72 лет и женщинам 54 - 72 лет, если у них есть одновременно три фактора риска: повышенное давление (140/90 мм рт ст и выше), холестерин (выше 5 ммоль/л) и избыточная масса тела (ее определяет врач при осмотре, измерив рост, вес и окружность талии). А также это обследование назначается лицам 65 - 90 лет по направлению врача-невролога при подозрении на ранее перенесенный инсульт;
* осмотр врача-хирурга или врача-уролога. Для мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет при повышении уровня простат-специфического антигена в крови более 4 нг/мл;
* осмотр врача-колопроктолога, включая проведение ректороманоскопии - по медпоказаниям и направлениям других врачей-специалистов;
* колоноскопия. По назначению врача-хирурга или врача-колопроктолога при подозрении на онкозаболевания толстого кишечника;
* эзофагогастродуоденоскопия. По назначению врача-терапевта при подозрении на рак пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки;
* рентгенография легких, а также компьютерная томография легких. По назначению врача-терапевта при подозрении на рак легкого;
* спирометрия. По назначению врача-терапевта для курящих граждан и при подозрении на хроническое бронхолегочное заболевание;
* осмотр гинеколога. Для женщин с неблагоприятными изменениями, обнаруженными при обследованиях на рак шейки матки, а также на рак молочныж желез;
* осмотр врача-оториноларинголога. По медпоказаниям для граждан 65 лет и старше;
* осмотр врача-офтальмолога. Для граждан 40 лет и старше, имеющих повышенное внутриглазное давление, а также 65 лет и старше со сниженной остротой зрения, не поддающейся очковой коррекции.

**КАКИЕ ГОДА РОЖДЕНИЯ ПОДПАДАЮТ ПОД ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ В 2021 ГОДУ?**

Если в этом году вам исполняется столько лет, что возраст делится на 3, то у вас железно есть право на диспансеризацию. Причем, не важно, в каком месяце день рождения: даже если 45 лет исполнится в декабре 2021-го, на бесплатные обследования смело можно отправляться хоть сразу после Нового года. Самый ранний возраст для прохождения диспансеризации - 21 год, самый поздний не ограничен.

**В 2021 году** наступит очередь отправляться на диспансеризацию для тех, кто родился в такие годы: 1982, 1985, 1988, 1991, 1994, 1997, 2000, 2003, а также все граждане старше 40 лет.

**КАК ЗАПИСАТЬСЯ НА ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ**

Каждому гражданину должна приходить весточка (звонок, смска) из поликлиники по месту жительства или из страховой медицинской компании, выдавшей полис ОМС: в наступившем году - ваш черед пожаловать на диспансеризацию. Но на практике так бывает не всегда.

Чтобы не тратить время зря, зайдите заранее на сайт вашей поликлиники по месту жительства, найдите раздел о диспансеризации и уточните возможное время явки и номера кабинетов. Также можно легко получить такую информацию, позвонив по телефону страховой компании, выдавшей вам полис ОМС. Как правило, у страховщиков работают многоканальные «горячие» линии для пациентов, так что долго дозваниваться не придется.

Будьте здоровы! Ждем вас на диспансеризации и профилактических осомтрах!