

Диспансеризация-2025: кому положена и какие обследования включает

Диспансеризация - это комплекс профилактических мероприятий, который включает в себя как плановый медицинский осмотр, так и ряд дополнительных методов обследования. Все они преследуют главную цель - оценить общее состояние здоровья человека, а также на самом раннем этапе выявить возможные проблемы (например, хронические заболевания, которые еще не успели явно проявить себя характерными симптомами) и предпринять меры для их профилактики.

В России данная программа стартовала десять лет назад, в 2013 году, а ее реализация осуществляется в рамках системы обязательного медицинского страхования. Последнее значит, что диспансеризацию россияне могут пройти бесплатно по полису ОМС.

Существует несколько нормативно-правовых актов, которые регулируют этот процесс. Прежде всего - Приказ Министерства здравоохранения РФ от 27 апреля 2021 г. №404н "Об утверждении Порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения". В соответствии с ним диспансеризации подлежат как работающие или проходящие обучение, так и неработающие жители страны в возрасте от 18 лет и старше.

“Диспансеризация - довольно старый, обыденный термин. Сейчас это модно называть превентивной медициной, и прекрасно, что ОМС позволяет этим заниматься бесплатно. Такой разумный комплекс мер значительно снижает вероятность развития сердечно-сосудистых заболеваний, диабета и позволяет диагностировать рак на ранней стадии. Диспансеризация особенно важна людям после 40 лет. В это время начинают увеличиваться сердечно-сосудистые риски и появляются методы для их снижения - например, статинотерапия. Кроме того, с возрастом повышается риск онкологии”, - говорит Арон Османович, врач-терапевт, эксперт медицинского факультета университета “Синергия”.

Зачем проходить

Главная задача диспансеризации - раннее выявление хронических заболеваний, таких как сахарный диабет, злокачественные новообразования и

многие другие. Причем такие недуги желательно обнаружить на той стадии, когда человек еще не подозревает о наличии проблем со здоровьем.

Важно проходить диспансеризацию и для того, чтобы доктор мог понять, какие факторы риска существуют в жизни гражданина (например, неправильное питание, вредные привычки) и рассказать о последствиях, к которым они могут привести в будущем, а также дать рекомендации по коррекции образа жизни и мерам профилактики.

Когда проводится

Периодичность, с которой гражданин может проходить диспансеризацию, варьируется в зависимости от возраста. Так, с 18 до 39 лет включительно диспансеризация полагается россиянам каждые три года. А после того, как человек отметил свой сороковой день рождения, ее можно проходить каждый год. Ежегодная диспансеризация полагается и отдельным категориям граждан, причем в данном случае возраст пациента значения не имеет.

Какие года попадают

В наступившем 2025 году пройти диспансеризацию могут граждане, которые появились на свет в 1983, 1986, 1989, 1992, 1995, 1998, 2001, 2004 и 2007 годах, а также все россияне, возраст которых составляет от 40 лет и старше.

Существует еще один, достаточно простой и универсальный способ подсчитать, кто из граждан в текущем году имеет право на бесплатные анализы и обследования. Если возраст человека без остатка делится на три - значит, он может планировать визит в выбранное медучреждение.

К слову, для юных россиян предусмотрена своя программа диспансеризации и отдельный график профилактических осмотров. Например, в возрасте одного месяца ребенка рекомендуется осмотреть не только педиатру, но также неврологу, хирургу и другим специалистам, а также ему полагается пройти несколько обследований (УЗИ, нейросонография и др.).

Где проходит

Пройти диспансеризацию по полису ОМС граждане могут в поликлинике или другом медучреждении, к которому они прикреплены по месту жительства. Заранее стоит уточнить в регистратуре время работы кабинетов и расписание специалистов, а также, при необходимости, как подготовиться к тому или иному обследованию.

С 2024 года россияне получили возможность пройти диспансеризацию непосредственно на предприятии (а в случае со студентами - в образовательной организации). Для этого руководство той или иной организации должно заключить соответствующий договор с выбранным медучреждением и обеспечить условия, которые подойдут для проведения медосмотра работников или учащихся.

Как записаться и пройти диспансеризацию

Каждый гражданин может выбрать удобное ему место и время для прохождения диспансеризации. В зависимости от того, какой вариант он предпочтет (по месту жительства или на работе, в образовательном учреждении), будет зависеть алгоритм его действий.

Куда обращаться

Записаться на осмотр можно как непосредственно в регистратуре выбранного медучреждения, так и через портал госуслуг (либо соответствующее приложение). Гражданам также могут приходить уведомления о том, что в этом году они имеют право пройти диспансеризацию (например, в личном кабинете на портале государственных услуг).

Если гражданин желает пройти диспансеризацию на рабочем месте, ему необходимо уточнить график визита врачей у работодателя.

Необходимые документы

Для прохождения диспансеризации потребуется документ, удостоверяющий личность гражданина (паспорт), а также полис ОМС.

Этапы диспансеризации

Диспансеризация состоит из нескольких этапов. Первый включает в себя проведение профилактического медосмотра и визит к врачу-терапевту. На основании данных, полученных в результате всех проведенных анализов и обследований, 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 ректороманоскопия или 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.

Сроки

Точные сроки прохождения всех включенных в программу диспансеризации обследований законом не установлены. Но профилактический осмотр рекомендуется проводить в течение одного рабочего дня. Однако допускается, чтобы у работника на это уходило 1-2 рабочих дня.

Каких врачей необходимо посетить

В первую очередь диспансеризация включает посещение врача-терапевта, который расскажет гражданину, каких специалистов ему необходимо посетить в рамках первого этапа и после получения результатов обследований направит на прием к необходимым врачам.

Какие исследования нужно пройти

Перечень обследований, которые гражданин может пройти в рамках диспансеризации, практически идентичен как для женщин, так и для мужчин (предусмотрены лишь отдельные вариации). Список может меняться в зависимости от возраста пациента или, к примеру, вследствие перенесенных ранее заболеваний.

Как именно осуществляется диспансеризация взрослого населения в нашей стране, какие мероприятия входят в ее программу и другие важные аспекты прописаны в тексте Приказа Минздрава от 27 апреля 2021 г. под номером 404н.

Итак, для россиян в возрасте до 39 лет диспансеризация состоит из:

- анкетирования, которое проводится для того, чтобы собрать анамнез и получить информацию о наследственности пациентов, а также зафиксировать возможные жалобы и определить, какие факторы риска наиболее актуальны для конкретного гражданина;

- расчета индекса массы тела (для этого человеку измеряют рост, вес и окружность талии);
- измерения артериального давления (осуществляется на периферических артериях);
- анализа крови на общий холестерин;
- анализа крови на глюкозу;
- определения относительного сердечно-сосудистого риска;
- флюорографии;
- электрокардиографии (выполняется в покое во время первого прохождения осмотра, а затем - ежегодно после достижения 35-летнего возраста);
- измерения внутриглазного давления (проводится в первый раз, а также после 40 лет - каждый год);
- осмотра кожи и слизистой оболочки полости рта, пальпации щитовидной железы и лимфоузлов для выявления возможных новообразований.

Все это составляет так называемый профилактический медицинский осмотр. Для женщин он включает также визит к фельдшеру или врачу акушеру-гинекологу, а вместе с ним - взятие мазка с шейки матки и его цитологическое исследование.

Для россиян после 40 лет перечень дополняется:

- определением абсолютного сердечно-сосудистого риска;
- общим анализом крови;
- несколькими видами скринингового обследования, которое направлено на раннее выявление различных онкопатологий. В эту группу входят анализ кала на скрытую кровь (проводится у пациентов раз в два года или ежегодно для своевременного обнаружения колоректального рака), эзофагогастродуоденоскопия (входит в программу диспансеризации для россиян старше 45 лет). Женщинам в возрасте 40-75 лет каждые два года полагается пройти маммографию (важно для профилактики рака молочной железы), а

мужчинам в 45, 50, 55 и 60 лет, а также в 64 года рекомендовано сдавать анализы на выявление рака предстательной железы.

Помимо этого с 2024 года в рамках диспансеризации все граждане старше 25 лет могут раз в 10 лет бесплатно сдать анализ на антитела к гепатиту С.

Россияне, переболевшие коронавирусной инфекцией, могут пройти углубленную диспансеризацию, однако для этого должно пройти не менее чем 60 дней после выздоровления. Для таких граждан перечень стандартных обследований может быть дополнен:

- измерением сатурации крови (насыщение крови кислородом);
- тестом с шестиминутной ходьбой (позволяет определить, какое расстояние человек пройдет за это время, и при этом оценить работу сердца, проводится по показаниям и при наличии жалоб, например, на одышку);
- спирометрией (для оценки работы легких и того, как на них отразился перенесенный Covid-19);
- общим и биохимическим анализами крови, а также исследованием, который помогает выявить склонность к тромбообразованию (коагулограмма);
- рентгенографией органов грудной клетки (если в течение последнего года данное обследование гражданину еще не проводилось).

Также Письмом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 8 апреля 2024 г. N 17-6/И/2-6434 с 2024 года в стране определены рекомендации по диспансеризации мужчин и женщин для оценки их репродуктивного здоровья. Процедура предназначена для граждан в возрасте от 20 до 49 лет и включает ряд специализированных обследований:

- **для женщин** на первом этапе - осмотр у акушера-гинеколога, пальпация молочных желез, цитологическое исследование микропрепарата с шейки матки, исследования мазков и т..д. На втором этапе также могут быть назначены необходимые УЗИ, повторный прием и анализы;
- **для мужчин** на первом этапе - осмотр урологом или хирургом, а при необходимости также спермограмма, УЗИ и другие обследования.

Какой документ подтверждает прохождение диспансеризации

После того, как все исследования и консультации, предусмотренные программой диспансеризации на том или ином этапе, остались позади, гражданину выдается соответствующая справка и присваивается та или иная группа здоровья.

Как часто проводится диспансеризация

Для граждан в возрасте до 39 лет включительно диспансеризация проводится каждые три года. После достижения 40-летнего возраста - ежегодно.

Можно ли отказаться от диспансеризации

Прохождение диспансеризации - процесс полностью добровольный. А значит, каждый человек имеет право отказаться от такого медосмотра полностью или частично (например, пройти одно или несколько обследований, исключив при этом все остальные). Тот факт, что пройти диспансеризацию гражданин решил исключительно по собственному желанию и доброй воле, должен быть подтвержден информированным добровольным согласием, которое заполняется в поликлинике.

Какие еще есть виды диспансеризации

В том случае, если гражданин в текущем году не подходит по возрасту для прохождения диспансеризации, однако очень хочет проверить состояние своего здоровья, он имеет право сделать это другим предусмотренным действующим законодательством способом.

Профилактический медицинский осмотр

Один из доступных россиянам способов следить за здоровьем - регулярное прохождение профилактических медицинских осмотров. Это понятие также включает в себя комплекс медицинских обследований, однако менее широкий, чем предусмотрено при диспансеризации.

По сути своей профилактический медосмотр фактически повторяет первый этап диспансеризации. Он также проводится в поликлинике по месту жительства, к которой приписан гражданин, и является бесплатным. Набор документов остается идентичным - паспорт и полис ОМС. И в случае с диспансеризацией, и по итогам профилактического осмотра терапевт заполняет паспорт здоровья гражданина (документ можно получить на руки).

Периодичность проведения профилактического осмотра - один раз в год, при этом в один и тот же год нельзя пройти одновременно и медосмотр, и диспансеризацию.

Комплексное обследование в Центре здоровья

На базе многих поликлиник по всей стране функционируют Центры здоровья - особые структуры, работа которых направлена на сохранение и укрепление здоровья местных жителей. Где именно в конкретном регионе можно найти подобные Центры, можно проверить на [портале Минздрава](#).

Проходить медосмотр в Центре здоровья граждане могут ежегодно, даже в том случае, если никаких видимых причин для обращения к врачу у них нет. При себе необходимо иметь все тот же стандартный набор документов - паспорт и полис ОМС.

Анализ на холестерин и глюкозу, определение индекса массы тела, спирометрия и ряд других обследований - программа медосмотра в Центрах пусть и не столь обширна, как при диспансеризации, однако также может быть весьма полезна человеку. По итогам всех процедур гражданин также получит рекомендации на основании выявленных проблем и факторов риска.

Прохождение диспансеризации во время работы

Далеко не всегда у россиян есть возможность пройти диспансеризацию в свободное от работы время (или сделать это на рабочем месте). Если для посещения врача и сдачи всех анализов гражданину требуется внеплановый выходной, то работодатель по закону обязан предоставить своему сотруднику время на прохождение диспансеризации. Данный период как минимум должен составлять один рабочий день (для работающих пенсионеров и граждан предпенсионного возраста - в два раза больше). Место и средняя зарплата при этом за человеком сохраняются. Все это прописано в [статье 185.1 ТК РФ](#).

Для этого гражданин должен написать письменное заявление руководителю.

Советы экспертов

“Благодаря диспансеризации и профилактическим медицинским осмотрам в современном обществе возможно предотвращение развития не только большого количества неинфекционных заболеваний, но и снижение инвалидизации граждан в связи с этими заболеваниями. Учреждения, оказывающие услуги по системе ОМС,

оснащены новым современным оборудованием, что позволяет выявлять болезнь на ранней стадии развития и назначать своевременное лечение. Социальная ответственность за свое здоровье и здоровье близких лежит на каждом из нас”, - говорит кандидат медицинских наук, эксперт аналитического центра университета "Синергия", главный врач сети клиник Ольга Рублева.