

— Как бесплатно проверить здоровье

Правила диспансеризации изменились, но она все так же бесплатная и добровольная. Вот главное, что нужно знать всем владельцам полиса ОМС:

- С 18 лет каждый год можно проходить профилактический осмотр. Это сокращенный список обследований, он бесплатный.
- Диспансеризацию теперь проводят чаще: до 39 лет — раз в три года, с 40 лет — раз в год.
- В диспансеризацию включили онкоскрининги. Их проведут даже в 18 лет и даже на первом этапе — если нет жалоб и показаний.
- Диспансеризацию проходят в поликлинике, центрах здоровья, фельдшерских и мобильных пунктах. Подробности уточняйте в регистратуре и на сайтах.
- Кабинеты для профосмотров работают вечером и по выходным, можно не отпрашиваться с работы.
- В рабочее время можно взять оплачиваемый выходной.
- Для записи нужен только паспорт и полис. Платит государство.

— Что такое бесплатная диспансеризация?

Диспансеризация взрослых — это бесплатные осмотры, анализы и обследования в поликлинике. Ее можно проходить с 18 лет, даже если ничего не болит и вообще нет жалоб. Врач все равно примет, посмотрит, отправит на анализы и даст направление к узким специалистам. Так можно бесплатно сделать маммографию, колоноскопию, ЭКГ, сдать анализ крови, проверить щитовидную железу и выяснить, нет ли онкологических заболеваний на ранней стадии.

Если по результатам осмотров выяснится, что вы здоровы, — отлично. Но если вдруг есть признаки заболевания, которое пока себя не проявляет, есть шанс вовремя его обнаружить и начать лечение.

Платить ни за что не нужно. Но обследования и анализы назначают не по желанию пациента, а только те, что есть в правилах диспансеризации. Их утверждает Минздрав. Там свои списки для каждого возраста и показаний.

Пока на сайтах поликлиник и даже департаментов здравоохранения старые правила и приказы. Почти везде указан не тот возраст и не те списки обследований. Ориентируйтесь на новые перечни — они уже в силе.

— Кто может пройти бесплатную диспансеризацию?

Осмотры и обследования за счет бюджета положены всем взрослым с 18 лет. Это не зависит от наличия работы, должности, пола, статуса и политических взглядов. Главное — иметь полис ОМС и прикрепиться к поликлинике. Ее можно менять раз в год по желанию.

— Диспансеризацию можно проходить раз в три года. После 40 лет — каждый год

Теперь бесплатную диспансеризацию можно проходить с 18 лет. Но не каждый год, а раз в три года в определенном возрасте: 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет. Раньше можно было только с 21 года.

С 6 мая мужчинам и женщинам, которым уже исполнилось 40 лет, такие осмотры можно проходить ежегодно: в 41, 42, 43 года и так далее. Это новое условие, раньше интервал для всех составлял три года, но теперь чем старше, тем чаще можно обследоваться за счет государства. Если вы прошли обследования в 39 лет, в 40 можно снова идти в поликлинику. Ждать 42 лет, как раньше, не придется.

Возраст определяют не по дате рождения, а по году. В том году, когда должно исполниться 30, 33 или 40 лет, уже можно идти на бесплатные осмотры, даже если день рождения еще через три месяца.

Еще есть обследования, для которых своя периодичность. Например, ЭКГ делают каждый год, но только с 35 лет, кал на скрытую кровь с 39 до 64 лет проверяют раз в два года, анализ ПСА в рамках первого этапа диспансеризации мужчины с 45 лет сдают каждые пять лет, а маммографию женщинам с 39 лет делают каждые два года. За этим следят врачи — у них есть таблицы и инструкции, кому что положено.

— Первый этап диспансеризации проходят все

Диспансеризацию проводят в два этапа. В целом тут ничего не изменилось, но утвердили новый список обследований.

Сначала нужно попасть к терапевту. Он задаст вопросы о здоровье, привычках и образе жизни, даст направление на анализы. Список обследований зависит от возраста.

Общие обследования во время диспансеризации и профосмотра

	С 18 до 39 лет	С 40 до 64 лет	С 65 лет
Анкетирование, вопросы по образу жизни и рискам	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Измерение роста, веса, окружности талии, давления	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Сердечно-сосудистый риск по специальной шкале	1 раз в год	1 раз в год	
Флюорография	1 раз в 2 года	1 раз в 2 года	1 раз в 2 года
ЭКГ	при первом прохождении	1 раз в год	1 раз в год

	профосмотра, потом с 35 лет 1 раз в год		
Внутриглазное давление	при первом профосмотре	1 раз в год	1 раз в год
Гинеколог	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Терапевт	1 раз в 3 года	1 раз в год	1 раз в год
Общий анализ крови		1 раз в год	1 раз в год
Анализ крови на сахар и холестерин	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год

Профилактический осмотр можно пройти и без диспансеризации — с 18 лет хоть каждый год. Это отдельный вид проверки здоровья, он существует сам по себе. Там меньше обследований, нет второго этапа и онкоскрининга, но следить за здоровьем он все равно поможет.

— Второй этап назначают только при показаниях

Если на первом этапе обнаружатся риски, врач выдаст направления на углубленные обследования. Это нужно, чтобы уточнить диагноз.

На втором этапе можно пройти такие обследования по назначению врача:

- Консультация невролога.
- Сканирование брахиоцефальных артерий у мужчин с 45 до 72 лет и женщин с 54 до 72 лет.
- Консультация хирурга или уролога для мужчин 45, 50, 55, 60 и 64 лет.
- Консультация колопроктолога с 40 до 75 лет.
- Колоноскопия.
- Гастроскопия.
- Рентген или компьютерная томография легких.
- Спирометрия.
- Консультация лора с 65 лет.
- Консультация окулиста с 40 лет.

Каждое обследование положено только при конкретных показаниях. Они перечислены в пункте 18 приказа Минздрава. Можно проконтролировать, чтобы при обследовании пожилых родственников врач назначал все, что положено. Если у бабушки есть подозрения на новообразование легких, должны сделать КТ,

а если у дедушки повышен ПСА, его должны отправить к урологу. При подозрениях на рак кишечника делают колоноскопию. Если человек курит, ему могут назначить спирометрию. Платно такие исследования стоят очень дорого и иногда бывает слишком поздно.

После всех обследований врач установит группу здоровья. Если обнаружатся серьезные болезни, пациента поставят на учет и будут наблюдать уже в рамках другого приказа — с лечением и реабилитацией.

— В рамках диспансеризации проведут онкоскрининги

Теперь даже на первом этапе диспансеризации будут проводить скрининг, чтобы вовремя обнаружить онкологию. Для каждого возраста — отдельный список обследований. Есть обследования даже для 18 лет.

Какие обследования назначат для обнаружения рака на первом этапе

Что проверяют	В каком возрасте	Какое обследование
Рак шейки матки	с 18 лет 1 раз в год	осмотр гинекологом
	с 18 до 64 лет 1 раз в 3 года	мазок на цитологию
Рак груди	с 40 до 75 лет 1 раз в 2 года	маммография
Рак предстательной железы	в 45, 50, 55, 60, 64 года	анализ ПСА в крови
Рак кишечника	с 40 до 64 лет 1 раз в 2 года, с 65 до 75 лет 1 раз в год	кал на скрытую кровь
Рак кожи, губ, слизистой, щитовидной железы и лимфоузлов	в любом возрасте при каждом осмотре	визуальный осмотр и пальпация
Рак пищевода	в 45 лет	гастроскопия

На втором этапе проведут углубленные обследования на онкологию. Все это бесплатно.

— Где проходят диспансеризацию?

Диспансеризацию нужно проходить в своей поликлинике или фельдшерском пункте. Еще бывают выездные мобильные бригады. Если диспансеризация положена по возрасту, вас ждут в поликлинике уже сейчас.

— В какое время можно пройти обследования?

По обычному графику. Обследования проходят в обычном режиме поликлиники. Но иногда для этого выделяют отдельные дни, врачей и кабинеты. Обычно информация есть на сайтах, или можно уточнить в регистратуре, когда удобнее приходиться, чтобы сразу сдать анализы.

В рабочее время. По закону для диспансеризации можно взять оплачиваемый выходной на работе. Правда, пока для людей старше 40 лет и до предпенсионного возраста так и осталось условие, что этот выходной дают раз в три года, хотя диспансеризацию им можно проходить ежегодно. Но это скоро исправят. В 2019 году все точно могут взять такой выходной.

— Можно ли проверить здоровье, если ничего не болит?

Да, в этом суть диспансеризации. Анализы, обследования и осмотры проводят без жалоб, просто потому что вы пришли именно на диспансеризацию и все это в нее входит по условиям программы. Даже если в 30 лет вообще ничего не болит, поликлиника все равно проведет онкоскрининг по возрасту, сделает флюорографию и проверит кровь на сахар и холестерин.

Если есть жалобы, то независимо от диспансеризации врач назначит нужные обследования. Например, при жалобах на уплотнение в груди сделают маммографию, даже если в диспансеризацию это обследование пока не входит по возрасту. Если что-то болит или беспокоит, не надо ждать сорока лет или пока пройдет два года с последней проверки: идите к врачу в обычном порядке. Диспансеризация не отменяет лечения в поликлиниках и больницах — оно тоже бесплатное. А если платите сами, можно получить вычет и вернуть часть денег.

— Можно ли пройти диспансеризацию, если не работать официально и не платить взносы?

Да, диспансеризацию могут пройти даже те, кто не работает или работает без трудовой книжки и вообще ничего не отчисляет в бюджет. За таких людей взносы платит бюджет, но они все равно застрахованы. Если есть полис — есть и право на бесплатную диспансеризацию. Никто не будет проверять, сколько взносов вы заплатили и какие у вас доходы. Поликлиника получит деньги после того, как зафиксирует, что вот этот человек обследовался.

Из бюджета на проверку здоровья выделяют десятки миллиардов. Если не освоить их за счет бесплатных обследований, куда-нибудь они все равно денутся.