



ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Республики Бурятия имени В.Р. Бояновой»

(Приказ № 404-н от 27.04.2021)

Памятка по прохождению диспансеризации и профилактического медицинского осмотра



Диспансеризация:

1 раз в 3 года – гражданам в возрасте от 18 до 39 лет
Ежегодно – для граждан старше 40 лет

Профилактический медицинский осмотр:

Ежегодно – для граждан от 18 до 39 лет

Мужчины 18-39 лет

Исследования	Периодичность и подготовка
Опрос (анкетирование)	Ежегодно
Измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет индекса массы тела	Ежегодно
Измерение артериального давления	Ежегодно

Определение уровня общего холестерина	Ежегодно
Определение уровня глюкозы натощак	Ежегодно
Определение сердечно-сосудистого риска	Ежегодно
Флюорография	1 раз в 2 года*
ЭКГ в покое	при первом прохождении осмотра, далее – в возрасте 35 лет и старше
Осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний	Ежегодно
Измерение внутриглазного давления	Однократно, при первом прохождении осмотра, далее – с 40 лет ежегодно

*Ежегодно проходят флюорографию граждане, входящие в группу риска.

Мужчины 40-64 лет

Исследования	Периодичность и подготовка
Опрос (анкетирование)	Ежегодно

Измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет индекса массы тела	Ежегодно
Измерение артериального давления	Ежегодно
Определение уровня общего холестерина	Ежегодно
Определение уровня глюкозы натощак	Ежегодно
Общий анализ крови натощак	Ежегодно
Определение сердечно-сосудистого риска	Ежегодно
Флюорография	1 раз в 2 года*
ЭКГ в покое	Ежегодно
Измерение внутриглазного давления	Ежегодно

Эзофагогастродуоденоскопия (ЭФГДС)	<p>в возрасте 45 лет – однократно</p> <ul style="list-style-type: none"> • исследование проводится строго натощак • последний прием пищи накануне вечером до 19.00 часов
------------------------------------	---

Анализ кала на скрытую кровь	<p>1 раз в 2 года</p> <ul style="list-style-type: none"> • кал собирается после самопроизвольной дефекации в специальный медицинский контейнер с крышкой • избегайте чрезмерного разжижения образца каловых масс водой из чаши туалета
Определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови	<p>В возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кровь сдается утром натощак • Исключить из рациона жирную пищу в течение 24 часов до исследования • Перед проведением исследования необходимо в течение 7-10 дней воздержаться от любых воздействий на предстательную железу механического характера (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, половой акт, лечение ректальными свечами и др.), так как они могут исказить результат исследования.

Осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний	Ежегодно
--	-----------------

*Ежегодно проходят флюорографию граждане, входящие в группу риска.

Мужчины 65 лет и старше

Исследования	Периодичность и подготовка
Опрос (анкетирование)	Ежегодно
Измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет индекса массы тела	Ежегодно
Измерение артериального давления	Ежегодно
Определение уровня общего холестерина	Ежегодно
Определение уровня глюкозы натощак	Ежегодно
Общий анализ крови натощак	Ежегодно
Определение сердечно-сосудистого риска	Ежегодно
Флюорография	1 раз в 2 года*
ЭКГ в покое	Ежегодно
Измерение внутриглазного давления	Ежегодно



Анализ кала на скрытую кровь	От 65 до 75 лет ежегодно <ul style="list-style-type: none">• кал собирается после самопроизвольной дефекации в специальный медицинский контейнер с крышкой• избегайте чрезмерного разжижения образца каловых масс водой из чаши туалета
------------------------------	---

Осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний

Ежегодно

*Ежегодно проходят флюорографию граждане, входящие в группу риска.

Убедись, что ты здоров – пройди диспансеризацию.

ПРОВОДИТСЯ БЕСПЛАТНО

в поликлинике по месту прикрепления

ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА

ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ ИМЕНИ В.Р. БОЯНОВОЙ



НОРМАЛЬНОЕ СЕРДЕЧНОЕ СОКРАЩЕНИЕ

О переборах или замирании сердца сообщите врачу, они не всегда видны на ЭКГ



139/89

верхняя граница нормального артериального давления



6,1 моль/л

Верхняя граница нормального уровня глюкозы в венозной крови натощак



5 моль/л

Верхняя граница нормального уровня холестерина в крови



ЕЖЕГОДНО

Для всех жителей России старше 18 лет

БЕСПЛАТНО

15-24

мм рт. ст.

Нормальное внутриглазное давление



18,5-25

кг/м2

Нормальный индекс массы тела



< 80 см

Норма женской талии



< 94 см

Норма мужской талии



УЛ. ЖЕРДЕВА, 100
УЛ. СОВЕТСКАЯ, 32Б
377-300

ЭТИ И ДРУГИЕ ПОКАЗАТЕЛИ МОЖНО ПРОВЕРИТЬ НА ПРОФИЛАКТИЧЕСКОМ МЕДИЦИНСКОМ ОСМОТРЕ В ЦЕНТРАХ ЗДОРОВЬЯ ИЛИ ПОЛИКЛИНИКЕ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА



ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ БУДУТ НАЗНАЧЕНЫ ОСМОТРЫ ПРОФИЛЬНЫМИ ВРАЧАМИ И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ АНАЛИЗЫ.
(ПРИ СЕБЕ ИМЕТЬ ПОЛИС ОМС, ПАСПОРТ)