

# КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ПРОХОЖДЕНИЮ ИССЛЕДОВАНИЙ В РАМКАХ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА

- ✓ Для прохождения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации желательно прийти в поликлинику утром натощак.
- ✓ При себе иметь паспорт и полис обязательного медицинского страхования.

Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр – комплекс диагностических мероприятий, проводимых с целью выявления хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития.

К прохождению некоторых исследований нужна подготовка.

## ► ИССЛЕДОВАНИЕ КАЛА НА СКРЫТУЮ КРОВЬ

высококочувствительным иммунохимическим методом (мужчины и женщины в возрасте с 40 до 64 лет 1 раз в 2 года, с 65 до 75 лет – ежегодно).

- Ограничения питания перед прохождением анализа не требуется.
- Исследование не следует проводить в течение 14 дней после медицинских процедур или исследований желудочно-кишечного тракта, в процессе которых использовался медицинский инструмент.
- Стул должен быть естественным, без применения слабительных и клизм.

## ► ЗАБОР МАЗКОВ С ШЕЙКИ МАТКИ

(женщины в возрасте с 18 лет ежегодно).

- Не проводится во время менструации, при проведении того или иного лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза.
- В течение 2 суток перед диспансеризацией следует исключить половые контакты, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.

## ► МАММОГРАФИЯ (женщины в возрасте от 40 до 74 лет один раз в два года).

- Специальной подготовки не требуется.
- Проводится на 5-12 день менструального цикла.
- При наступлении менопаузы и прекращении менструации можно обследоваться в любое время.
- Противопоказания – беременность, лактация.

## ► ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОСТАТ-СПЕЦИФИЧЕСКОГО АНТИГЕНА (ПСА) В КРОВИ (мужчины в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет).

- Лучше воздержаться от проведения этого анализа в течение 7-10 дней после любых воздействий механического характера на предстательную железу (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, половой акт, лечение ректальными свечами и др.).

*Если вы в последние 12 месяцев обследовались у врача, возьмите подтверждающие документы – эти результаты могут быть учтены.*

Центр медицинской профилактики Кировской области, 2020 год. Г. Киров, ул. Герцена, д. 49, тел. (8332) 38-90-17, сайт [prof.medkirov.ru](http://prof.medkirov.ru), группа в контакте [vk.com/cmpkirov](https://vk.com/cmpkirov)

# КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ПРОХОЖДЕНИЮ ИССЛЕДОВАНИЙ В РАМКАХ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА

- ✓ Для прохождения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации желательно прийти в поликлинику утром натощак.
- ✓ При себе иметь паспорт и полис обязательного медицинского страхования.

Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр – комплекс диагностических мероприятий, проводимых с целью выявления хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития.

К прохождению некоторых исследований нужна подготовка.

## ► ИССЛЕДОВАНИЕ КАЛА НА СКРЫТУЮ КРОВЬ

высококочувствительным иммунохимическим методом (мужчины и женщины в возрасте с 40 до 64 лет 1 раз в 2 года, с 65 до 75 лет – ежегодно).

- Ограничения питания перед прохождением анализа не требуется.
- Исследование не следует проводить в течение 14 дней после медицинских процедур или исследований желудочно-кишечного тракта, в процессе которых использовался медицинский инструмент.
- Стул должен быть естественным, без применения слабительных и клизм.

## ► ЗАБОР МАЗКОВ С ШЕЙКИ МАТКИ

(женщины в возрасте с 18 лет ежегодно).

- Не проводится во время менструации, при проведении того или иного лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза.
- В течение 2 суток перед диспансеризацией следует исключить половые контакты, отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания.

## ► МАММОГРАФИЯ (женщины в возрасте от 40 до 74 лет один раз в два года).

- Специальной подготовки не требуется.
- Проводится на 5-12 день менструального цикла.
- При наступлении менопаузы и прекращении менструации можно обследоваться в любое время.
- Противопоказания – беременность, лактация.

## ► ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОСТАТ-СПЕЦИФИЧЕСКОГО АНТИГЕНА (ПСА) В КРОВИ (мужчины в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет).

- Лучше воздержаться от проведения этого анализа в течение 7-10 дней после любых воздействий механического характера на предстательную железу (ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, половой акт, лечение ректальными свечами и др.).

*Если вы в последние 12 месяцев обследовались у врача, возьмите подтверждающие документы – эти результаты могут быть учтены.*

Центр медицинской профилактики Кировской области, 2020 год. Г. Киров, ул. Герцена, д. 49, тел. (8332) 38-90-17, сайт [prof.medkirov.ru](http://prof.medkirov.ru), группа в контакте [vk.com/cmpkirov](https://vk.com/cmpkirov)

## 1 ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ

### ✓ Проведение профилактического медицинского осмотра

- анкетирование,
- антропометрия (рост, вес, окружность талии, расчет индекса массы тела),
- измерение артериального давления,
- определение уровня холестерина и глюкозы,
- определение относительного или абсолютного сердечно-сосудистого риска,
- флюорография легких (с 18 лет 1 раз в 2 года),
- ЭКГ (с 18 лет ежегодно),
- измерение внутриглазного давления (при первом прохождении, далее – с 40 лет ежегодно),
- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом – акушером-гинекологом женщин (с 18 до 39 лет ежегодно), анализ на онкоцитологию,
- прием (осмотр), в том числе осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, врачом по медицинской профилактике отделения (кабинета) медицинской профилактики или врачом-терапевтом врачебной амбулатории, или фельдшером.

### ✓ Проведение онкоскрининга

- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом – акушером-гинекологом женщин (с 40 лет ежегодно), анализ на онкоцитологию,
- маммография (женщинам с 40 до 75 лет 1 раз в 2 года),
- анализ кала на скрытую кровь (с 40 до 64 лет 1 раз в 2 года, с 65 до 75 лет ежегодно),
- определение простатспецифического антигена в крови (у мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет),
- эзофагогастродуоденоскопия (в возрасте 45 лет).

### ✓ Общий анализ крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ), с 40 лет ежегодно

### ✓ Краткое профилактическое консультирование

В кабинете профилактики, ФАПе.

### ✓ Прием (осмотр) врачом-терапевтом

Врач-терапевт определяет группу здоровья, группу диспансерного наблюдения. По необходимости направляет на 2 этап диспансеризации на дообследование для уточнения диагноза.

## 1 ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ

### ✓ Проведение профилактического медицинского осмотра

- анкетирование,
- антропометрия (рост, вес, окружность талии, расчет индекса массы тела),
- измерение артериального давления,
- определение уровня холестерина и глюкозы,
- определение относительного или абсолютного сердечно-сосудистого риска,
- флюорография легких (с 18 лет 1 раз в 2 года),
- ЭКГ (с 18 лет ежегодно),
- измерение внутриглазного давления (при первом прохождении, далее – с 40 лет ежегодно),
- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом – акушером-гинекологом женщин (с 18 до 39 лет ежегодно), анализ на онкоцитологию,
- прием (осмотр), в том числе осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний, врачом по медицинской профилактике отделения (кабинета) медицинской профилактики или врачом-терапевтом врачебной амбулатории, или фельдшером.

### ✓ Проведение онкоскрининга

- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом – акушером-гинекологом женщин (с 40 лет ежегодно), анализ на онкоцитологию,
- маммография (женщинам с 40 до 75 лет 1 раз в 2 года),
- анализ кала на скрытую кровь (с 40 до 64 лет 1 раз в 2 года, с 65 до 75 лет ежегодно),
- определение простатспецифического антигена в крови (у мужчин в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет),
- эзофагогастродуоденоскопия (в возрасте 45 лет).

### ✓ Общий анализ крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ), с 40 лет ежегодно

### ✓ Краткое профилактическое консультирование

В кабинете профилактики, ФАПе.

### ✓ Прием (осмотр) врачом-терапевтом

Врач-терапевт определяет группу здоровья, группу диспансерного наблюдения. По необходимости направляет на 2 этап диспансеризации на дообследование для уточнения диагноза.