**УВАЖАЕМЫЕ СОТРУДНИКИ**

**Филиала ПАО «ТМК» СТЗ**

**приглашаем Вас в поликлинику ЛОЦ**

**ПРОЙТИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ**

**(комплекс медицинских исследований и консультаций в целях оценки состояния здоровья, раннего выявления хронических неинфекционных заболеваний и факторов риска их развития)**

**В 2026 году диспансеризации подлежат работники, родившиеся в: 2008, 2005, 2002, 1999, 1996, 1993, 1990, с 1987г. - ежегодно.**

**ЦЕЛЬ ПРОВЕДЕНИЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ**

1. **Своевременная диагностика хронических неинфекционных заболеваний, которые являются основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации:**

* **повышенный уровень артериального давления,**
* **гиперхолестеринемия,**
* **повышенный уровень глюкозы в крови,**
* **курение табака,**
* **риск пагубного потребления алкоголя,**
* **нерациональное питание,**
* **низкая физическая активность,**
* **избыточная масса тела или ожирение,**
* **потребления наркотических средств и психотропных веществ.**

1. **Дальнейшее диспансерное наблюдение (для лиц, с выявленными хроническими неинфекционными заболеваниями).**

|  |
| --- |
| **Профилактическому обследованию подлежат работники, родившиеся в:**  **2007, 2006, 2004, 2003, 2001, 2000, 1998, 1997, 1995, 1994,**  **1992, 1991, 1989, 1988 г.** |
| * **опрос (анкетирование);** * **антропометрия (измерение роста, массы тела, окружности талии, индекса массы тела);** * **измерение артериального давления,** * **определение холестерина и глюкозы в крови;** * **определение сердечно - сосудистого риска;** * **флюорография 2006, 2004, 2000, 1998, 1994, 1992, 1988 г.р.;** * **информирование граждан о возможности медицинского освидетельствования для выявления ВИЧ-инфекции** |

**ВНИМАНИЕ!**

**ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ ВАМ НЕОБХОДИМО!**

**обратиться в поликлинику ЛОЦ АО «СТЗ» с понедельника по субботу к 8.00 час.**

**(по расписанию терапевтического участка).**

**При себе иметь:**

* **пропуск, паспорт, полис ОМС;**
* **натощак;**
* **в одноразовой посуде анализ кала (1986, 1984, 1982, 1980, 1978, 1976, 1974, 1972, 1970, 1968, 1966, 1964, 1962 года рождения).**

**По результатам диспансеризации терапевт может назначить: консультаций врачей-специалистов или лабораторные исследования для уточнения предварительного диагноза.**

**ПРОЙДИ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ! СОХРАНИ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ!**

**Первый этап диспансеризации включает в себя:**

1. **анкетирование в целях выявления жалоб, личного анамнеза, курения, потребления алкоголя, риска потребления наркотических и психотропных веществ, характера питания, физической активности,**
2. **антропометрию (измерение роста, массы тела, окружности талии), расчет индекса массы тела;**
3. **измерение артериального давления;**
4. **определение уровня общего холестерина в крови (для граждан в возрасте до 85 лет);**
5. **определение уровня глюкозы в крови натощак;**
6. **определение относительного сердечно-сосудистого риска у граждан в возрасте от 21 года до 39 лет, и абсолютного сердечно-сосудистого риска у граждан в возрасте от 42 до 63 лет, не имеющих заболеваний, связанных с атеросклерозом, сахарного диабета II типа и хронических болезней почек;**
7. **проведение индивидуального профилактического консультирования в кабинете медицинской профилактики для граждан в возрасте до 72 лет с высоким относительным, высоким и очень высоким абсолютным сердечно-сосудистым риском и (или) ожирением, и (или) гиперхолестеринемией с уровнем общего холестерина 8 ммоль/л и более, и (или) курящих более 20 сигарет в день;**
8. **ЭКГ в покое (для мужчин в возрасте 36 лет и старше, для женщин в возрасте 45 лет и старше);**
9. **осмотр фельдшером (акушеркой), взятие мазка с шейки матки на цитологическое исследование (для женщин в возрасте от 30 до 60 лет 1 раз в 3 года)**
10. **флюорографию легких (c 18 лет 1 раз в 2 года);**
11. **маммографию обеих молочных желез в двух проекциях (для женщин в возрасте 39 - 48 лет 1 раз в 3 года и в возрасте 50 - 70 лет 1 раз в 2 года);**
12. **исследование кала на скрытую кровь (от 49 до 73 лет 1 раз в 2 года);**
13. **определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови (мужчинам в возрасте 45 и 51);**
14. **измерение внутриглазного давления (для граждан в возрасте от 60 лет и старше);**
15. **прием (осмотр) врачом-терапевтом по завершении исследований первого этапа диспансеризации, включающий установление диагноза, определение группы здоровья, группы диспансерного наблюдения, проведение краткого профилактического консультирования, включая рекомендации по здоровому питанию, уровню физической активности, отказу от курения табака и пагубного потребления алкоголя, определение медицинских показаний для обследований и консультаций в рамках второго этапа диспансеризации;**

**Второй этап диспансеризации включает в себя:**

1. **осмотр врачом-неврологом (при наличии впервые выявленных указаний или подозрений на ранее перенесенное острое нарушение мозгового кровообращения для граждан, не находящихся по этому поводу под диспансерным наблюдением);**
2. **дуплексное сканирование брахицефальных артерий (для мужчин в возрасте от 45 до 72 лет и женщин в возрасте от 54 до 72 лет при наличии комбинации трех факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний: повышенный уровень артериального давления, гиперхолестеринемия, избыточная масса тела или ожирение, а также по направлению врачом-неврологом при впервые выявленном указании или подозрении на ранее перенесенное острое нарушение мозгового кровообращения для граждан в возрасте 75 - 90 лет, не находящихся по этому поводу под диспансерным наблюдением);**
3. **осмотр врачом-хирургом или врачом-урологом (для мужчин в возрасте 45 лет и 51 года при повышении уровня простат-специфического антигена в крови);**
4. **осмотр врачом-хирургом или врачом-колопроктологом, включая проведение ректороманоскопии (при положительном анализе кала на скрытую кровь, для граждан в возрасте от 49 лет и старше при отягощенной наследственности по семейному аденоматозу, онкологическим заболеваниям колоректальной области, при выявлении других медицинских показаний по результатам анкетирования, а также по назначению врача-терапевта, врача-уролога, врача-акушера-гинеколога в случаях выявления симптомов онкологических заболеваний колоректальной области);**
5. **колоноскопию (для граждан в случае подозрения на онкологическое заболевание толстой кишки по назначению врача-хирурга или врача-колопроктолога);**
6. **спирометрию (для граждан с подозрением на хроническое бронхо-легочное заболевание по результатам анкетирования, курящих) по направлению врача-терапевта;**
7. **осмотр врачом-акушером-гинекологом (для женщин в возрасте от 30 до 69 лет включительно с выявленными патологическими изменениями по результатам цитологического исследования мазка с шейки матки и (или) маммографии);**
8. **осмотр врачом-оториноларингологом (для граждан в возрасте 75 лет и старше при наличии медицинских показаний по результатам анкетирования или осмотра врача-терапевта);**
9. **осмотр врачом-офтальмологом (для граждан в возрасте 60 лет и старше, имеющих повышенное внутриглазное давление, и для граждан в возрасте 75 лет и старше, имеющих снижение остроты зрения, не поддающееся очковой коррекции, выявленное по результатам анкетирования);**
10. **проведение индивидуального или группового углубленного профилактического консультирования в отделении медицинской профилактики для граждан: а) в возрасте до 72 лет с выявленной ишемической болезнью сердца, цереброваскулярными заболеваниями, хронической ишемией нижних конечностей атеросклеротического генеза или болезнями, характеризующимися повышенным кровяным давлением; б) с выявленным по результатам опроса (анкетирования) риском пагубного потребления алкоголя и (или) потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача; в) для всех граждан в возрасте 75 лет и старше в целях коррекции выявленных факторов риска и (или) профилактики старческой астении;**
11. **осмотр врачом-терапевтом по завершении исследований второго этапа диспансеризации, включающий установление (уточнение) диагноза, определение (уточнение) группы здоровья, определение группы диспансерного наблюдения, а также направление граждан при наличии медицинских показаний на дополнительное обследование, не входящее в объем диспансеризации, для получения специализированной, в том числе высокотехнологичной, медицинской помощи, на санаторно-курортное лечение.**

**Гражданам, перенесшим**

**новую коронавирусную инфекцию COVID, предусмотрено проведение**

**углубленных диспансеризации**

**в целях предупреждение развития хронических неинфекционных заболеваний.  
Планируемая дата проведения углубленной диспансеризации**

**не ранее 60 календарных дней после выздоровления.**

**Диспансеризация лиц, перенесших COVID,**

**проводится в целях проведения оценки состояния здоровья после перенесенной новой коронавирусной инфекции,**

**в стандарт обследований входит:**

**- измерение насыщения крови кислородом (сатурация) в покое;  
- тест с 6-минутной ходьбой;  
- проведение спирометрии или спирографии;  
- проведение рентгенографии органов грудной клетки (ежегодно);  
- общий (клинический) анализ крови развернутый;**

**По решению врача (по степени тяжести перенесенного заболевания) пациенту, также могут быть дополнительно проведены:**

**- биохимический анализ крови, включая определение**

**концентрации Д-димера.  
- компьютерная томография легких;  
- дуплексное сканирование вен нижних конечностей;  
- эхокардиографическое исследование.**

**По вопросу прохождения углубленной диспансеризации**

**Вы можете обратиться в кабинет профилактики**

**поликлиники ЛОЦ Филиала ПАО «ТМК» СТЗ**

**по телефону 7 66 77**

***Важно!***

***Не забудьте взять с собой паспорт гражданина РФ и полис ОМС.***