

## Пройти диспансеризацию можно в медицинской организации по месту жительства:

- поликлинике;
- амбулатории;
- фельдшерско-акушерском пункте.

При себе иметь паспорт и полис обязательного медицинского страхования (ОМС).

## Подробную информацию можно получить:

- на сайте медицинской организации;
- у страхового представителя; у администрации поликлиники;
- на сайте Госуслуг Московской области

[uslugi.mosreg.ru/zdrav/dispensary](https://uslugi.mosreg.ru/zdrav/dispensary)

## Записаться можно:

- на портале госуслуг
- по телефону 122
- в поликлинике по месту прикрепления
- через чат-бот Денис

## Углубленная диспансеризация для людей, перенесших COVID-19

Перенесенная новая коронавирусная инфекция оказывает влияние на все системы органов человека, однако наиболее часто фиксируются изменения со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Объем и характер обследования зависят от пола и возраста.

## Первый этап обследований включает:

- общий (клинический) анализ крови;
- биохимический анализ крови;
- насыщение крови кислородом (сатурация) в покое;
- тест 6-минутной ходьбы;
- спирометрия;
- рентгенография органов грудной клетки (если не проводилась ранее в течение года);
- определение концентрации D-димера в крови.

## Второй этап

(назначается при необходимости, для уточнения диагноза):

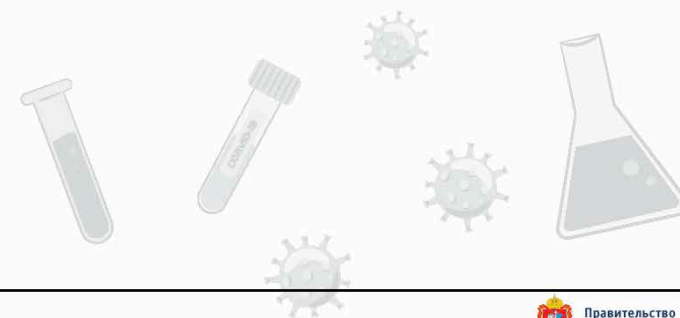
- эхокардиография;
- компьютерная томография органов грудной клетки;
- дуплексное сканирование вен нижних конечностей.

## Главная цель диспансеризации:

- выявить хронические неинфекционные заболевания (болезни сердца, онкологические заболевания, сахарный диабет, хроническая обструктивная болезнь легких);
- факторы риска их развития;
- подобрать индивидуальные рекомендации по их коррекции.

## Профилактические обследования проводятся:

- бесплатно;
- ежегодно.





МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ



# ДИСПАНСЕРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ В ПОДМОСКОВЬЕ

## Диспансеризация в Подмосковье



регулярное  
обследование



направление  
на санаторно-  
курортное  
лечение



направление  
на реабилитацию



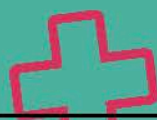
консультация  
специалистов



коррекция  
лечения



оказание  
высокотехнологичной  
медицинской  
помощи





МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ



# ДИСПАНСЕРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ В ПОДМОСКОВЬЕ

Динамическое наблюдение у врача





МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ



# здоровый ОБРАЗ ЖИЗНИ

## Цифры здоровья



давление ниже  
140/90 мм рт. ст.



окружность талии  
не более 94 см  
у мужчин, не более  
80 см у женщин



общий  
холестерин ниже  
5 ммоль/л



0 сигарет



глюкоза ниже  
6 ммоль/л



не менее 30 минут  
в день физической  
активности или  
10 000 шагов



500 граммов  
фруктов  
и овощей в день



19-25  
оптимальный  
индекс массы тела





# ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ В ПОДМОСКОВЬЕ

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ  
БЕСПЛАТНЫМ И ДОБРОВОЛЬНЫМ

**Диспансеризация**

от 18 до 39 лет – один раз в три года  
от 40 лет и старше – ежегодно

## Ранняя диагностика



заболеваний системы  
кровообращения



онкологических  
заболеваний



заболеваний органов  
дыхания



заболеваний органов  
пищеварения



сахарного диабета  
2-го типа

## Профилактический медицинский осмотр (ПМО) проводится ежегодно

Перечень исследований,  
которые входят в обследование,  
определяется в зависимости  
от пола и возраста

## Записаться можно:

- ▶ на портале госуслуг
- ▶ по телефону 122
- ▶ в поликлинике по месту прикрепления

