**Населению**

**Диспансеризация в вопросах и ответах**

**Что такое профилактический осмотр и диспансеризация?**

Профилактический осмотр и диспансеризация – это бесплатное медицинское обследование, цель которого раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации (сердечно-сосудистых, онкологических, хронических заболеваний органов дыхания, сахарного диабета). Не менее важно, что в процессе этих мероприятий выявляются факторы риска их развития. Среди них: повышенный уровень артериального давления, повышенный уровень холестерина и глюкозы в крови натощак, курение табака, риск пагубного потребления алкоголя, нерациональное питание, низкую физическую активность, избыточную массу тела или ожирение.

Диспансеризация -  это визит к врачу «пока ничего не болит».

В случае выявления признаков заболевания — это шанс вовремя начать лечение, что всегда эффективнее и позволяет добиться не только длительной ремиссии, но и полного выздоровления. При наличии поведенческих, устранимых факторов риска заболеваний своевременная их коррекция способна предотвратить заболевание.

По сути, это шаг к медицине будущего – медицине профилактической!

**Обязательно ли проходить профилактический осмотр и диспансеризацию?**

 С 2013 года диспансеризация обеспечена обязательным медицинским страхованием, для граждан она проводится бесплатно.

Она не обязательна, но лучше не пренебрегать возможностью пройти комплексное обследование без финансовых затрат. Помните: предупредить заболевание гораздо легче, чем лечить!

Кто может пройти диспансеризацию?

Все категории взрослого населения:

1. работающие граждане;
2. неработающие граждане;
3. обучающиеся в образовательных организациях по очной форме.

**Что нужно для прохождения профилактического осмотра и диспансеризации?**

1. Иметь полис ОМС
2. Быть прикреплённым к поликлинике- в неё необходимо обратиться для прохождения профилактического осмотра и диспансеризации
3. Подходить по возрасту. Сегодня профилактический осмотр доступен для каждого гражданина РФ ежегодно. Диспансеризация проводится в определенные возрастные периоды:
1) 1 раз в три года в возрасте от 18 до 39 лет включительно (так, в 2019 году бесплатная диспансеризация доступна тем, кто родился в 2001, 1998, 1995, 1992, 1989, 1986, 1983, 1980 годах.)

2) ежегодно в возрасте 40 лет и старше. Отдельные категории граждан могут пройти диспансеризацию ежегодно: это ветераны Великой Отечественной войны и инвалиды боевых действий, бывшие несовершеннолетние узники концлагерей и др.

**Каков порядок прохождения профилактического осмотра и диспансеризации?**

Порядок прохождения диспансеризации определен приказом Минздрава России от 13.03.2019 № 124н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения».

**Как можно пройти диспансеризацию работающему человеку?**

26.09.2018 Госдума приняла законопроект, согласно которому каждый работодатель обязан предоставлять работникам оплачиваемый день на прохождение диспансеризации.

С 2019 года вступила в силу новая статья 185.1 ТК «Гарантии работникам при прохождении диспансеризации». Согласно ей работник сможет оформить дополнительный выходной для прохождения диспансеризации. По письменному заявлению сотрудника работодатель обязан будет предоставить день для диспансеризации с сохранением среднего заработка, но не чаще, чем один раз в три года. Работники пенсионного и предпенсионного возраста имеют право ежегодно брать два дополнительных выходных для похода к врачам.

Для желающих пройти диспансеризацию и не потерять в зарплате план действий такой:

1. Уточните, в каком году вам положена диспансеризация.

2. Напишите заявление с просьбой предоставить освобождение от работы в связи с ее прохождением. Если работодатель не в курсе, ссылайтесь на статью 185.1 ТК.

3. Согласуйте день с работодателем. Получите подтверждение: отметку на заявлении или приказ. Сохраните это подтверждение — не на словах, а в документе. А то бывает, что работодатели отпускают с работы, а потом увольняют за прогул.

4. Пройдите диспансеризацию и возьмите справку, что вы были в поликлинике. Ее даст терапевт. Хотя по закону такой обязанности нет, но лучше подтвердить отсутствие документом. Потому что случается всякое.

5. Учтите, что на диспансеризацию может не хватить одного дня. Но второй может быть уже за ваш счет. Или планируйте дополнительные обследования на выходных или до работы: поликлиники работают не только в будни с 8 утра. Может быть, есть смысл брать выходной для второго этапа: он серьезнее и дольше, правда, может и не понадобиться.

