



Уния профилактики стоит фунта лечения

Сидоркина Марина Николаевна

заведующий
отделом организации медицинской профилактики
ГАУЗ СО «ОЦОЗМП»

г. Екатеринбург

25.09.2025



Указ Президента Российской Федерации:

- от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития России на период до 2030 года»***
- с 1 января 2025 года стартовала реализация национального проекта «Продолжительная активная жизнь» («ПАЖ»)***

Определена цель национального проекта:

- увеличение ожидаемой продолжительности жизни при рождении к 2030 году до 78 лет (при рождении сельского населения – 76,9 лет), к 2036 году – 81 год, в том числе опережающий рост показателей ожидаемой продолжительности здоровой (АКТИВНОЙ) жизни – 68 лет**
- увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни**

Направлен проект:

- на сохранение населения, в первую очередь - трудового потенциала, укрепление общественного здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи**

*Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 25.12.2023)
«Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
(с изм. и доп. вступил в силу с 01.04.2024)*

Статья 27. Обязанности граждан в сфере охраны здоровья:

1. Граждане **обязаны** заботиться о сохранении своего здоровья.
2. Граждане в случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации, **обязаны проходить медицинские осмотры**, а граждане, страдающие заболеваниями, представляющими опасность для окружающих, в случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации, **обязаны проходить медицинское обследование и лечение, а также заниматься профилактикой этих заболеваний.**





Объемы профилактических мероприятий (пмо+догвн):

*2024 - планы проф мероприятий взрослого населения **2 млн.122 тыс. 755 человек***

По итогам 2024 года – обследовано с проф целью – 1 649 517 человек или 77,7% от плана

*2025 – плановые объемы проф мероприятий взрослого населения **2 млн. 123 тыс. 095 человек***

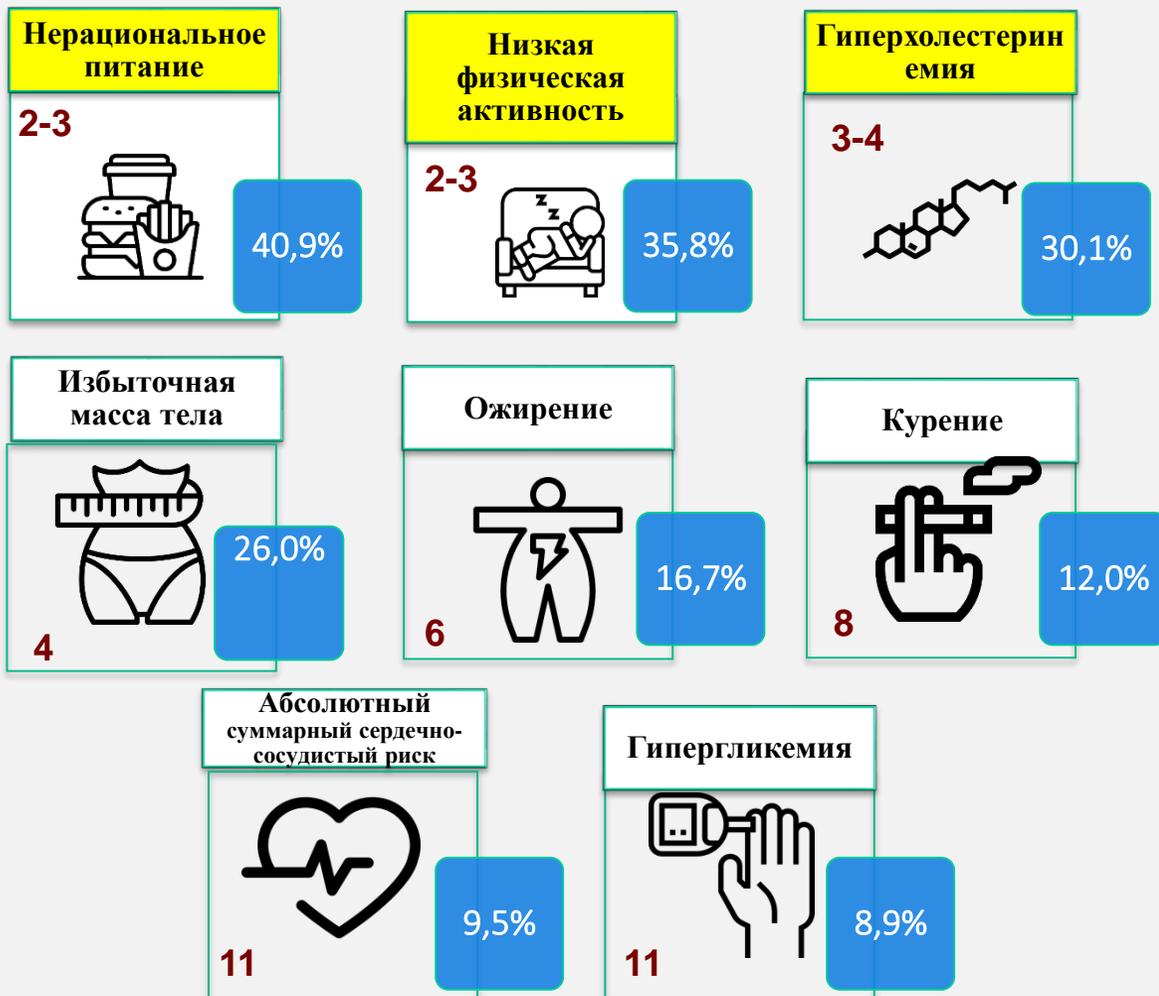
По итогам января-август 2025 года – обследовано взрослого населения – 1 235 189 человек или 58,2 % от плановых объемов

Углубленная диспансеризация – 16 390 чел (план – 24 420 чел.)

Репродуктивная диспансеризация – 290 086 чел. (план – 580 832 чел.)

Посетили центры здоровья для взрослых – 105 557 чел. (план – 143 656 чел.)

Основные управляемые Факторы Риска, ВЫЯВЛЕННЫЕ ПО ИТОГАМ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ



2,2 фактора на человека

44,6% болезни системы кровообращения



2,2% ЗНО, на ранних стадиях – 55,2 %



5,8% болезни органов пищеварения



4,3% сахарный диабет



4,9% болезни органов дыхания



✓ прохождения опроса-анкеты на выявление ХНИЗ и ФР (анкетирования) отдельно по возрастам

Анкета для граждан в возрасте до 65 лет на выявление хронических неинфекционных заболеваний в фазе их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача

Дата анкетирования (день, месяц, год):		
Ф.И.О. пациента:	Пол:	
Дата рождения (день, месяц, год):	Полных лет:	
Медицинская организация:		
Должность и Ф.И.О. специалиста проводящего анкетирование и подготовку заключения по его результатам:		
1. Говорил ли Вам врач когда-либо, что у Вас имеется		
1.1. Гипертоническая болезнь (повышенное артериальное давление)?	Да	Нет
Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения давления?	Да	Нет
1.2. Ишемическая болезнь сердца (стенокардия)?	Да	Нет
1.3. Цереброваскулярное заболевание (заболевание сосудов головного мозга)?	Да	Нет
1.4. Хроническое заболевание бронхов или легких (хронический бронхит, эмфизема, бронхиальная астма)?	Да	Нет
1.5. Туберкулез (легких или иных локализаций)?	Да	Нет
1.6. Сахарный диабет или повышенный уровень сахара в крови?	Да	Нет
Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня сахара?	Да	Нет
1.7. Заболевания желудка (гастрит, язвенная болезнь)?	Да	Нет
1.8. Хроническое заболевание почек?	Да	Нет
1.9. Злокачественное новообразование?	Да	Нет
Если «Да», то какое?		
1.10. Повышенный уровень холестерина?	Да	Нет
Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня холестерина?	Да	Нет
2. Был ли у Вас инфаркт миокарда?	Да	Нет
3. Был ли у Вас инсульт?	Да	Нет
4. Был ли инфаркт миокарда или инсульт у Ваших близких родственников в молодом или среднем возрасте (до 65 лет у матери или родных сестер или до 55 лет у отца или родных братьев)?	Да	Нет
5. Были ли у Ваших близких родственников в молодом или среднем возрасте злокачественные новообразования (легкого, желудка, кишечника, толстой или прямой кишки, предстательной железы, молочной железы, матки, опухоли других локализаций) или полипоз желудка, семейный аденоматоз / диффузный полипоз толстой кишки? (нужное подчеркнуть)	Да	Нет
6. Возникает ли у Вас, когда поднимаетесь по лестнице, идете в гору или спешите, или при выходе из теплого помещения на холодный воздух, боль или ощущение давления, жжения, тяжести или явного дискомфорта за грудной и (или) в левой половине грудной клетки, и (или) в левом плече, и (или) в левой руке?	Да	Нет
7. Если на вопрос 6 ответ «Да», то указанные боли/ощущения/дискомфорт исчезают сразу или в течение не более чем 20 мин после прекращения ходьбы/адаптации к холоду/ в тепле/в покое и (или) они исчезают через 1–5 мин после приема нитроглицерина	Да	Нет
8. Возникла ли у Вас когда-либо внезапная кратковременная слабость или неловкость при движении в одной руке (ноге) либо руке и ноге одновременно так, что Вы не могли взять или удержать предмет, встать со стула, пройти по комнате?	Да	Нет
9. Возникло ли у Вас когда-либо внезапное без явных причин кратковременное онемение в одной руке, ноге или половине лица, губы или языка?	Да	Нет

Анкета для граждан в возрасте 65 лет и старше на выявление хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска и признаков астении

Дата анкетирования (день, месяц, год):		
Ф.И.О. пациента:	Пол:	
Дата рождения (день, месяц, год):	Полных лет:	
Медицинская организация:		
Должность и Ф.И.О. специалиста проводящего анкетирование и подготовку заключения по его результатам:		
1. Говорил ли Вам врач когда-либо, что у Вас имеется:		
1.1. Гипертоническая болезнь, повышенное артериальное давление (артериальная гипертония)?	Да	Нет
Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения давления?	Да	Нет
1.2. Сахарный диабет или повышенный уровень глюкозы (сахара) в крови?	Да	Нет
Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня сахара?	Да	Нет
1.3. Злокачественное новообразование?	Да	Нет
Если «Да», то какое?		
1.4. Повышенный уровень холестерина?	Да	Нет
Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня холестерина?	Да	Нет
1.5. Перенесенный инфаркт миокарда?	Да	Нет
1.6. Перенесенный инсульт?	Да	Нет
1.7. Хронический бронхит или бронхиальная астма?	Да	Нет
2. Возникает ли у Вас, когда поднимаетесь по лестнице, идете в гору или спешите, или при выходе из теплого помещения на холодный воздух, боль или ощущение давления, жжения, тяжести или явного дискомфорта за грудной и (или) в левой половине грудной клетки, и (или) в левом плече, и (или) в левой руке?	Да	Нет
3. Если на вопрос 2 ответ «Да», то указанные боли/ощущения/дискомфорт исчезают в течение не более чем 20 мин. после прекращения ходьбы/адаптации к холоду/в тепле/в покое и (или) они исчезают через 1–5 мин. после приема нитроглицерина?	Да	Нет
4. Возникла ли у Вас резкая слабость в одной руке и/или ноге так, что Вы не могли взять или удержать предмет, встать со стула, пройти по комнате?	Да	Нет
5. Возникло ли у Вас внезапное без понятных причин кратковременное онемение в одной руке, ноге или половине лица, губы или языка?	Да	Нет
6. Возникла у Вас когда-либо внезапно кратковременная потеря зрения на один глаз?	Да	Нет
7. Бывают ли у Вас отеки на ногах к концу дня?	Да	Нет
8. Бывают ли у Вас ежегодно периоды ежедневного кашля с отделением мокроты на протяжении примерно 3-х месяцев в году?	Да	Нет
9. Бывают ли у Вас свистящие или жужжащие хрипы в грудной клетке при дыхании, не проходящие при откашливании?	Да	Нет
10. Бывало ли у Вас когда-либо кровохарканье?	Да	Нет
11. Беспокоят ли Вас боли в области верхней части живота (в области желудка), отрыжка, тошнота, рвота, ухудшение или отсутствие аппетита?	Да	Нет
12. Бывают ли у Вас кровяные выделения с калом?	Да	Нет
13. Курите ли Вы? (курение одной и более сигарет в день)	Да	Нет
14. Были ли у Вас переломы при падении с высоты своего роста, при ходьбе по ровной поверхности или перелом без видимой причины, в т.ч. перелом позвоночника?	Да	Нет
15. Считаете ли Вы, что Ваш рост заметно снизился за последние годы?	Да	Нет
16. Присутствует ли в Вашем ежедневном рационе 400–500 г сырых овощей и фруктов?	Да	Нет
17. Употребляете ли Вы белковую пищу (мясо, рыбу, бобовые, молочные продукты) 3 раза или более в неделю?	Да	Нет
18. Тратите ли Вы ежедневно на ходьбу, утреннюю гимнастику и другие физические упражнения 30 минут и более?	Да	Нет
19. Были ли у Вас случаи падений за последний год?	Да	Нет
20. Испытываете ли Вы существенные ограничения в повседневной жизни из-за снижения зрения?	Да	Нет

✓ прохождение опроса-анкеты
отдельно для УДВН

Анкета для граждан в возрасте 65 лет и старше на выявление хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска, старческой астении

Дата анкетирования (день, месяц, год):		
Ф.И.О. пациента:		Пол:
Дата рождения (день, месяц, год):		Полных лет:
Медицинская организация:		
Должность и Ф.И.О., проводящего анкетирование и подготовку заключения по его результатам:		
1	Говорил ли Вам врач когда-либо, что у Вас имеется:	
	1.1. гипертоническая болезнь, повышенное артериальное давление (артериальная гипертония)?	Да
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения давления?	Да
	1.2. сахарный диабет или повышенный уровень глюкозы (сахара) в крови?	Да
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня сахара?	Да
	1.3. злокачественное новообразование?	Да
	Если «Да», то какое ?	
	1.4. повышенный уровень холестерина?	Да
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня холестерина?	Да
	1.5. перенесенный инфаркт миокарда?	Да
	1.6. перенесенный инсульт?	Да
	1.7. хронический бронхит или бронхиальная астма?	Да
2	Возникает ли у Вас, когда поднимаетесь по лестнице, идете в гору или спешите, или при выходе из теплого помещения на холодный воздух, боль или ощущение давления, жжения, тяжести или явного дискомфорта за грудиной и (или) в левой половине грудной клетки, и (или) в левом плече, и (или) в левой руке ?	Да
3	Если ответ «Да» по вопросу 2, то указанные боли/ощущения/дискомфорт исчезают сразу или через 5-10 мин после прекращения ходьбы/адаптации к холоду и (или) после приема нитроглицерина	Да
4	Возникла ли у Вас резкая слабость в одной руке и/или ноге так, что Вы не могли взять или удержать предмет, встать со стула, пройти по комнате?	Да
5	Возникло ли у Вас внезапное без понятных причин кратковременное онемение в одной руке, ноге или половине лица, губы или языка?	Да
6	Возникла у Вас когда-либо внезапно кратковременная потеря зрения на один глаз?	Да
7	Бывают ли у Вас отеки на ногах к концу дня?	Да
8	Бывают ли у Вас ежегодно периоды ежедневного кашля с отделением мокроты на протяжении примерно 3-х месяцев в году?	Да

Анкета для граждан в возрасте до 65 лет на выявление хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска их развития, потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача

Дата анкетирования (день, месяц, год):		
Ф.И.О. пациента:		Пол:
Дата рождения (день, месяц, год):		Полных лет:
Медицинская организация:		
Должность и Ф.И.О., проводящего анкетирование и подготовку заключения по его результатам:		
1	Говорил ли Вам врач когда-либо, что у Вас имеется:	
	1.1. гипертоническая болезнь (повышенное артериальное давление)?	Да
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения давления?	Да
	1.2. ишемическая болезнь сердца (стенокардия)?	Да
	1.3. цереброваскулярное заболевание (заболевание сосудов головного мозга)?	Да
	1.4. хроническое заболевание бронхов или легких (хронический бронхит, эмфизема, бронхиальная астма)?	Да
	1.5. туберкулез (легких или иных локализаций)?	Да
	1.6. сахарный диабет или повышенный уровень сахара в крови?	Да
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня сахара?	Да
	1.7. заболевания желудка (гастрит, язвенная болезнь)?	Да
	1.8. хроническое заболевание почек?	Да
	1.9. злокачественное новообразование?	Да
	Если «Да», то какое?	
	1.10. повышенный уровень холестерина?	Да
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня холестерина?	Да
2	Был ли у Вас инфаркт миокарда?	Да
3	Был ли у Вас инсульт?	Да
4	Был ли инфаркт миокарда или инсульт у Ваших близких родственников в молодом или среднем возрасте (до 65 лет у матери или родных сестер или до 55 лет у отца или родных братьев)?	Да
5	Был ли у Ваших близких родственников в молодом или среднем возрасте злокачественные новообразования (легкого, желудка, кишечника, толстой или прямой кишки, предстательной железы,	Да

Первый этап диспансеризации включает:

- Анкетирование;
- измерение роста, массы тела, **окружности талии (жен – 80см, муж – 94см),**
- определение индекса массы тела = **вес (кг) / рост (м) в квадрате,**
например: 70,5 кг / 1,66*1,66 = 70,5/2,76 = 25,6

16-18,4- дефицит массы,

18,5-24,9 – норма,

↑ 25-29,9 – избыточная масса,

30-35 – ожирение 1,

35-40- ожирение 2,

40 и более – ожирение 3 ;

Расчет нормы веса:

рост в квадрате *показатель ИМТ

*1,66*1,66*24,9 = 68,6 (кг)*

- измерение артериального давления



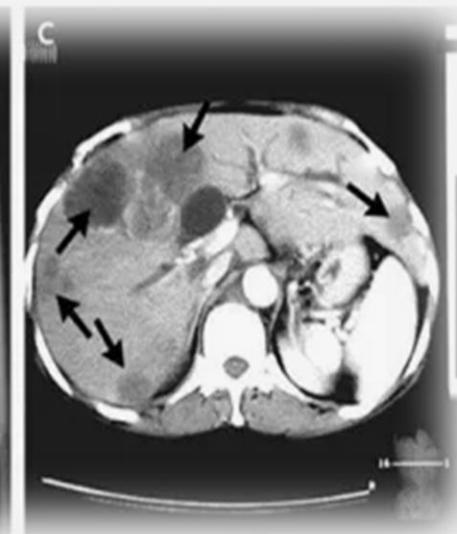
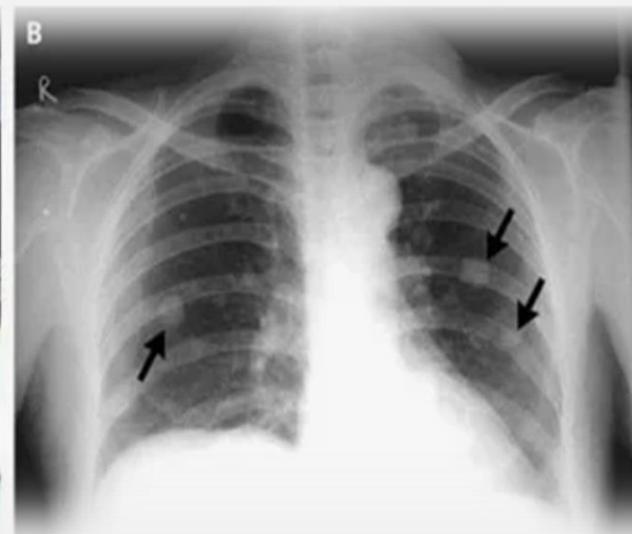
Первый этап диспансеризации включает:

- проведение общего анализа крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ);
- определение уровня общего холестерина в крови экспресс-методом (**5 ммоль/л**);
- определение уровня глюкозы в крови натощак (допускается использование экспресс-метода): **вен=6,1, капилляр=5,6 ммоль/л**;
- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска (для пациентов от 40 до 64 лет включительно);
- проведение краткого индивидуального профилактического консультирования;
- флюорография легких или рентгенография легких – **1 раз в 2 года**;
- электрокардиография в покое (1 раз в год) – **35 лет и старше - ежегодно**;
- осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом 1 раз в год – **с 18 лет - ежегодно**;
- забор мазка с шейки матки на цитологическое исследование (скрининг на выявление злокачественных новообразований шейки матки) - **ПАП-тест**;
- для женщин в возрасте от 40 до 75 лет проводится маммография обеих молочных желез в 2-х проекциях (скрининг на выявление рака молочных желез) – **1 раз в 2 года**;
- для мужчин в возрасте **45, 50, 55, 60 и 64 лет** — определение простат-специфического антигена (ПСА) в крови (скрининг на выявление рака предстательной железы);
- для пациентов **45 лет** обоих полов — эзофагогастродуоденоскопия (скрининг на выявление рака пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки);
- для граждан в возрасте **40-64 лет включительно** проводится исследование кала на скрытую кровь **1 раз в 2 года** и с **65-75 лет** ежегодно (скрининг на выявление рака толстого кишечника и прямой кишки);
- измерение внутриглазного давления (1 раз в год) – **40 лет с старше - ежегодно**;
- прием врачом-терапевтом по результатам 1 этапа диспансеризации, в том числе **осмотр на выявление визуальных и иных локализаций онкологических заболеваний**, включающий осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов, с целью установления диагноза, определения группы здоровья и ДН, определения медицинских показаний для направления на консультации специалистов и/или дообследование в рамках 2 этапа диспансеризации;
- информирование о возможности мед. освидетельствования ВИЧ-инф. (возможно осуществить добровольное, в том числе анонимное, освидетельствование для выявления ВИЧ-инфекции);
- исследование на гепатит С – с 25 лет каждые 10 лет.

Проблемы кожи и видимых слизистых, щитовидной железы, л/у



рак языка

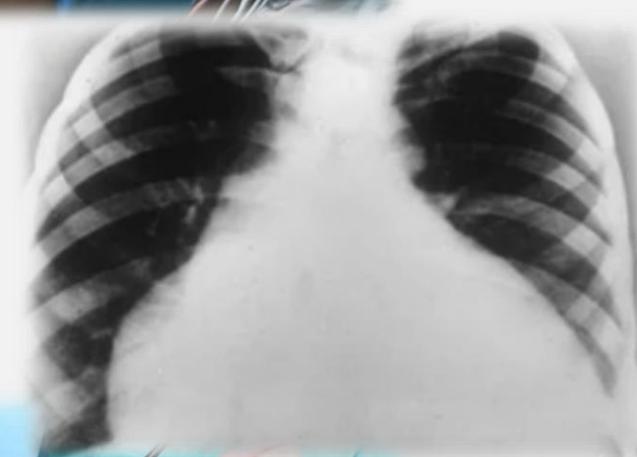


ФР

БСК



Холестерин + б/х



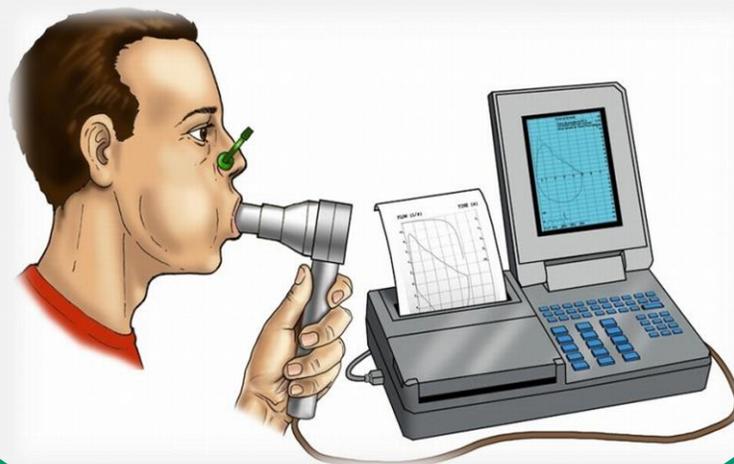
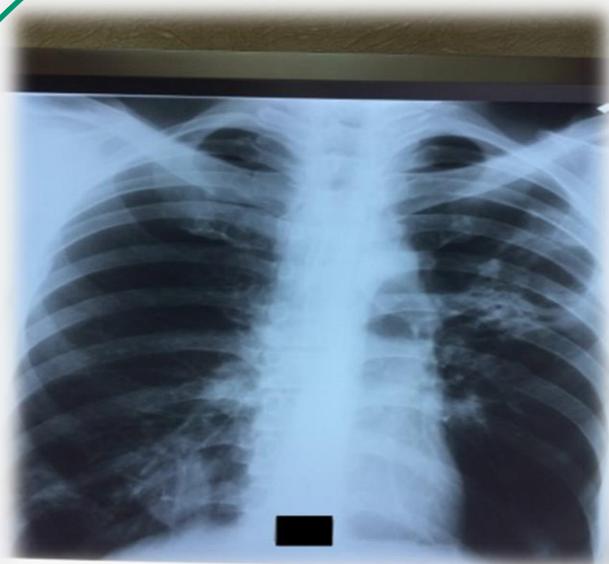
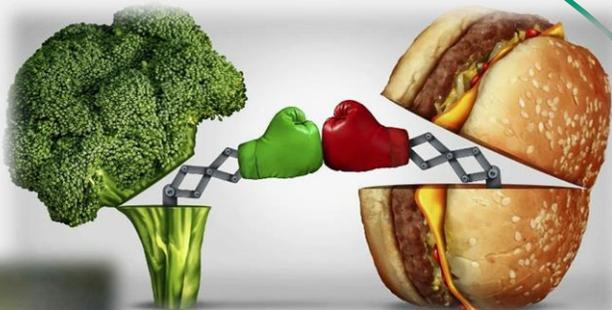
ФР

СД



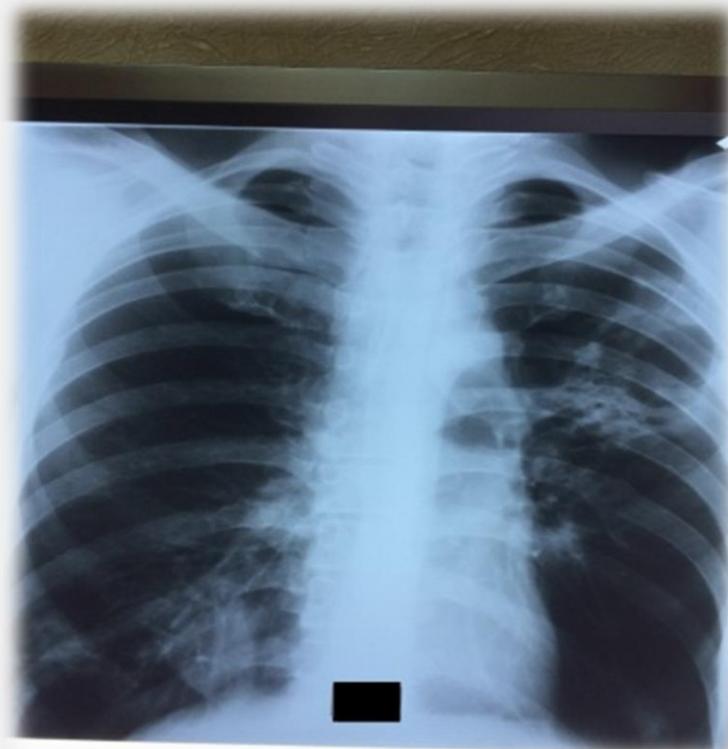
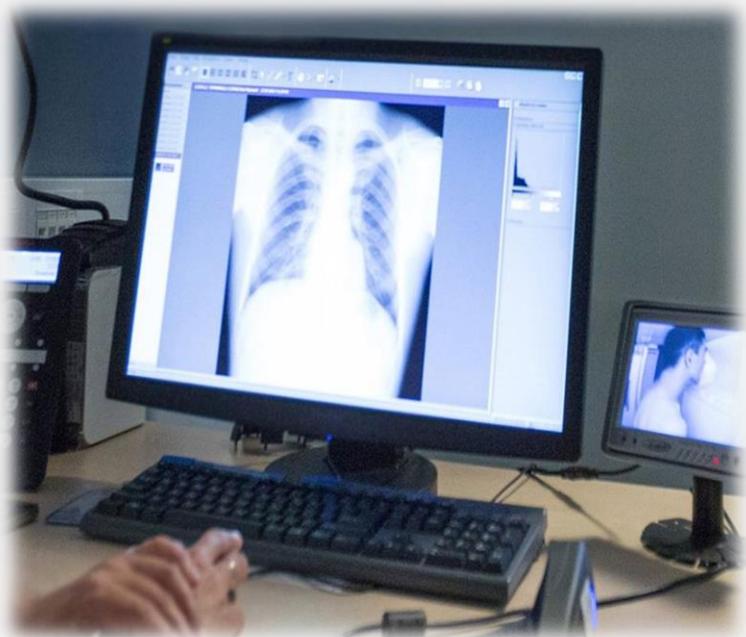
ФР

ОД



ОНКОСКРИНИНГ

Рак органов дыхания



ОНКОСКРИНИНГ

Рак кожи и видимых слизистых



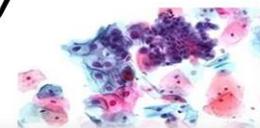


Женское здоровье (рак молочной железы и шейки матки)



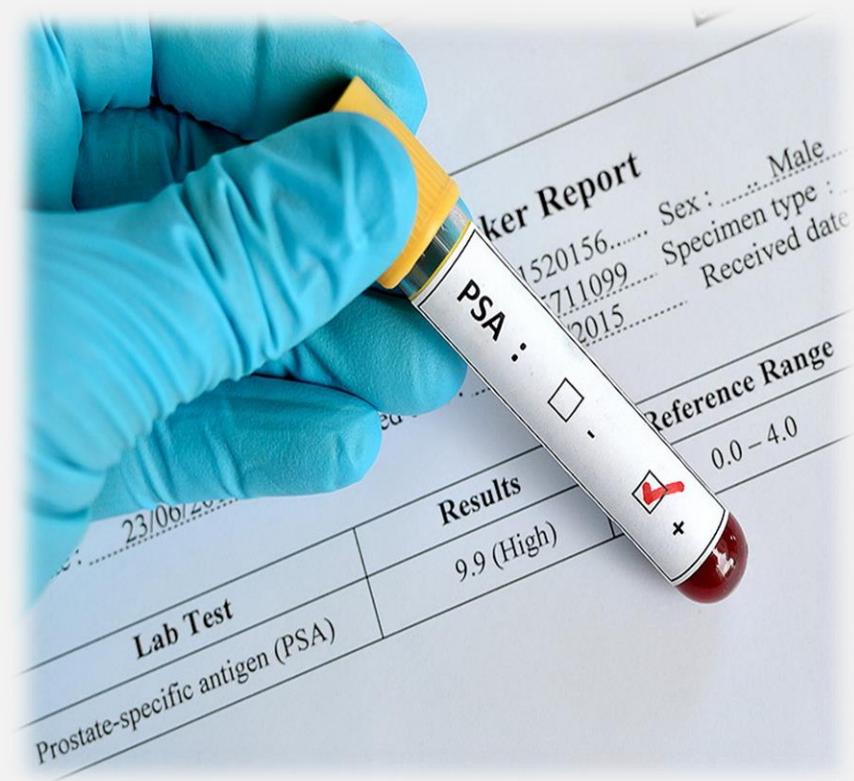
стадии предрака. Цитологический скрининг признан классическим методом и рекомендован ВОЗ для проведения в масштабах национальных программ. (Прилепская В.Н., Роговская С.И. Новые технологии профилактики рака шейки матки. В кн.: Патология шейки матки и генитальной инфекции. М.: МЕДпресс-информ, 2008. С. 8-14.)

МАЗОК ПО ПАПАНИКОЛАУ





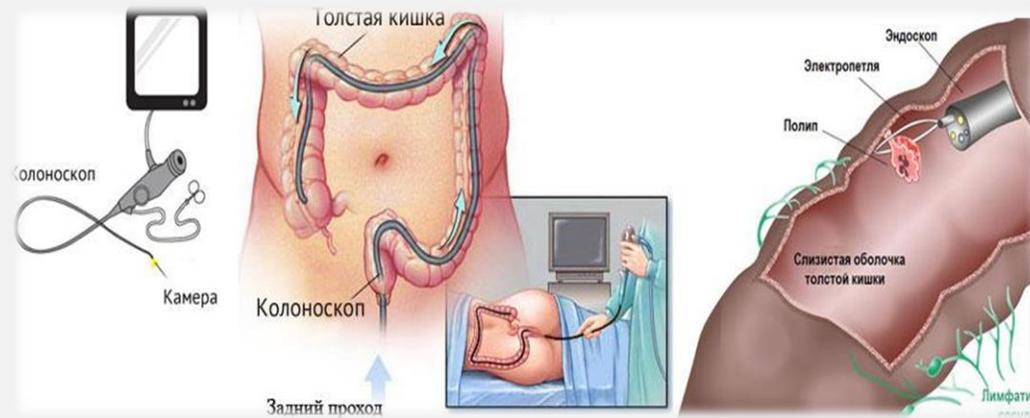
Мужское здоровье – рак предстательной железы



ОНКОСКРИНИНГ

Рак ЖКТ

Анализ кала на
скрытую кровь



Объем диспансеризации определенных групп взрослого населения

II этап диспансеризации – дополнительное обследование для уточнения диагноза.

- Невролог
- дуплексное сканирование брахицефальных артерий;
- осмотр (консультация) врачом-хирургом или **врачом-урологом;**
- осмотр (консультация) врачом-хирургом или **врачом-колопроктологом, включая проведение ректороманоскопии;**
- **колоноскопия;**
- **эзофагогастродуоденоскопия;**
- **рентгенография легких, компьютерная томография легких;**
- спирометрия;
- осмотр (консультация) врачом-акушером-гинекологом;
- осмотр (консультация) врачом-оториноларингологом;
- осмотр (консультация) врачом-офтальмологом;
- осмотр (консультацию) **врачом-дерматовенерологом, включая проведение дерматоскопии;**
- проведение исследования уровня гликированного гемоглобина в крови
- проведение индивидуального или группового (школы для пациентов) углубленного профилактического консультирования
- прием (осмотр) врачом-терапевтом

Проведение исследований в рамках углубленной диспансеризации

Метод исследования	Комментарии
I этап УДВН	
насыщение крови кислородом в покое (сатурация)	все граждане
тест 6-минутной ходьбы	проводится при исходной сатурации кислорода крови 94% и сочетании с наличием у пациента жалоб на одышку, отеки, появились впервые или повысилась их интенсивность.
спирометрия	все граждане
рентгенография органов грудной клетки	выполняется если не проводилось ранее в течение года
общий (клинический) анализ крови развернутый	все граждане
биохимический анализ крови: общий холестерин, низкой плотности, С-реактивный белок, АЛТ, АСТ, креатинин	все граждане
определение концентрации Д-димера в крови	выполняется лицам, перенесшим <u>среднюю степень тяжести выше новой коронавирусной инфекции.</u>

Метод исследования	Комментарии
II этап УДВН	
Дуплексное сканирование вен нижних конечностей	проводится при увеличении показателя Д-димера более чем в 1,5-2 раза относительно верхнего предела нормы
Компьютерная томография органов грудной клетки	проводится в случае уровня сатурации в покое 94% и менее
эхокардиография	Проводится в случае уровня сатурации в 94% и менее, а также по результатам проведения теста 6-минутной ходьбы

Здоровым быть - долго жить



Самым действенным методом профилактики развития заболеваний -

является здоровый образ жизни: соблюдение принципов здорового питания, повышение физической активности и отказ от вредных привычек.

Важнейшую роль в профилактике заболеваний играет контроль за состоянием здоровья и регулярное прохождение профилактических медицинских осмотров и диспансеризации.