

**Убедись, что ты здоров!**



**Обязательно ли проходить диспансеризацию?**

Проходить диспансеризацию или нет - дело добровольное, но отказываться от нее не стоит.

Регулярное прохождение диспансеризации позволит Вам уменьшить вероятность развития опасных заболеваний и выявить их на ранней стадии, когда их лечение наиболее эффективно.

Вы можете пройти диспансеризацию, если Ваш возраст делится на «3»:

21 | 24 | 27  
30 | 33 | 36 | 39  
42 | 45 | 48  
51 | 54 | 57  
60 | 63 | 66 | 69  
72 | 75 | 78  
90 | 93 | 96 | 99

**Здоровье - самая большая ценность.  
Будьте внимательны к себе  
и к своим близким, приходите  
на диспансеризацию!**

**Министерство здравоохранения  
Республики Мордовия  
8 (8342) 47-43-10**

**Территориальный фонд  
обязательного медицинского  
страхования Республики Мордовия  
8 (8342) 47-81-99  
8 (8342) 47-47-27**

**Телефон Контакт-центра  
в сфере ОМС  
8-800-30-20-835  
(круглосуточно)**

На территории Республики Мордовия осуществляют свою деятельность три страховые медицинские организации:

**Мордовский филиал АО «Страховая  
компания «СОГАЗ-МЕД»**

Телефон 8 (8342) 23-28-48; 8 (8342) 23-28-33  
Телефон бесплатной круглосуточной  
справочно-информационной службы  
8-800-100-07-02

**Филиал ООО «Росгосстрах-Медицина» -  
«Росгосстрах-Мордовия-Медицина»**

Телефон 8 (8342) 23-32-84, 8 (8342) 47-95-55  
Телефон бесплатной круглосуточной  
справочно-информационной службы  
8-800-100-81-01

**АО «Медицинская страховая компания  
«КС СТРАХОВАНИЕ»**

Телефон 8 (8342) 333-222



**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ**



**ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ФОНД  
ОБЯЗАТЕЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО СТРАХОВАНИЯ  
РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИЯ**



**ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ  
В ВАШИХ РУКАХ!**

Приглашаем Вас пройти  
**бесплатную**  
диспансеризацию!

Телефон Контакт-центра  
в сфере ОМС  
**8-800-30-20-835**  
(круглосуточно)

## Найди время для своего здоровья!

### Что такое диспансеризация?

**Диспансеризация** - это комплекс мероприятий, проводимых с целью выявления и предотвращения различных заболеваний, который включает медицинский осмотр врачами-специалистами, проведение лабораторных и инструментальных методов диагностики.

**Диспансеризация** проводится бесплатно в рамках программы государственных гарантий за счет средств обязательного медицинского страхования.



### Кто может пройти диспансеризацию?

Каждый взрослый человек, начиная с 21 года, имеет право пройти диспансеризацию с регулярностью один раз в три года.

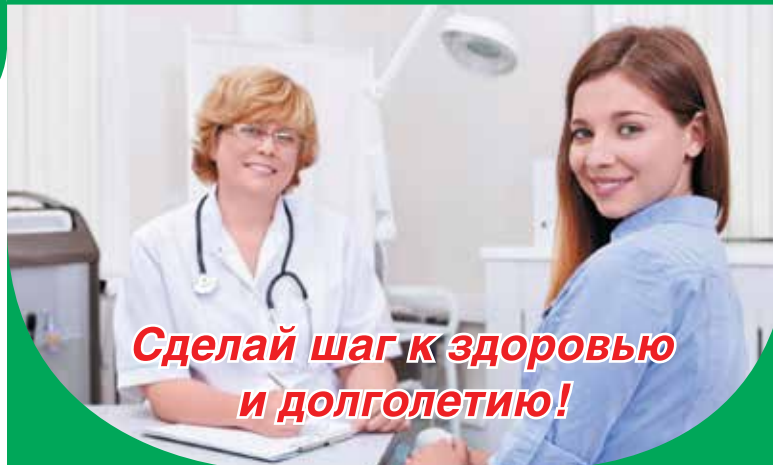
Ежегодно могут пройти диспансеризацию инвалиды Великой Отечественной войны, боевых действий, участники Великой Отечественной войны, лица, награжденные знаком «Жителю блокадного Ленинграда», бывшие несовершеннолетние узники концлагерей, гетто, ставшие инвалидами вследствие общего заболевания, трудового увечья.

### Где можно получить информацию о диспансеризации?

- В поликлинике по месту обслуживания (в регистратуре, на сайте, у участкового врача-терапевта);
- По телефону Контакт-центра в сфере ОМС 8-800-30-20-835;
- В страховой медицинской организации, в которой Вы застрахованы.

**Страховые представители персонально проинформируют Вас письменно или по телефону:**

- о необходимости прохождения диспансеризации в медицинской организации, к которой Вы прикреплены;
- о возможности прохождения второго этапа диспансеризации (в случае необходимости).



**Сделай шаг к здоровью и долголетию!**

### С чего начать?

Обратитесь в поликлинику, которую Вы выбрали для получения первичной медико-санитарной помощи (возьмите с собой паспорт, полис обязательного медицинского страхования). Сведения о поликлинике можно узнать на сайте Территориального фонда обязательного медицинского страхования Республики Мордовия в сети Интернет по адресу: [fomsrm.ru](http://fomsrm.ru) в разделе «Узнать СМО и МО, участкового врача».

### Основные цели диспансеризации

- раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний, являющихся основной причиной инвалидности и преждевременной смертности населения Российской Федерации, основных факторов риска их развития, туберкулеза, а также потребления наркотических средств и психотропных веществ без назначения врача;
- назначение необходимых профилактических, лечебных, реабилитационных и оздоровительных мероприятий для граждан, имеющих заболевания или факторы риска их развития, а также для здоровых граждан;
- проведение краткого профилактического консультирования больных и здоровых граждан, а также проведение индивидуального углубленного профилактического консультирования и групповых методов профилактики (школ пациентов) для граждан с высоким и очень высоким суммарным сердечно-сосудистым риском;
- определение плана диспансерного наблюдения граждан с выявленными заболеваниями, а также здоровых граждан, имеющих высокий суммарный сердечно-сосудистый риск.

**Все обследования для населения в рамках диспансеризации БЕСПЛАТНЫ!**

Диспансеризация состоит из двух этапов:

#### I ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

- включает:
- анкетирование, измерение роста, веса, окружности талии, расчет индекса массы тела;
  - измерение артериального давления;
  - определение уровня общего холестерина (риск развития сердечно-сосудистых заболеваний);
  - определение уровня глюкозы (риск развития диабета);
  - ЭКГ (для мужчин старше 36 лет, для женщин с 45 лет и старше, а для мужчин до 36 лет и женщин до 45 лет - при первичном прохождении диспансеризации);
  - флюорографию;
  - маммографию (для женщин старше 39 лет);
  - гинекологический осмотр (для женщин в возрасте 30-60 лет);
  - исследование кала на скрытую кровь (в возрасте 49 лет и старше);
  - определение уровня простатспецифического антигена в крови (для мужчин в возрасте 45 и 51 год) - с целью ранней диагностики рака простаты);
  - измерение внутриглазного давления (в возрасте 60 лет и старше);
  - индивидуальное профилактическое консультирование:
  - прием врача-терапевта.
- Граждане, нуждающиеся по результатам первого этапа диспансеризации в дополнительном обследовании направляются врачом-терапевтом на второй этап диспансеризации.

#### II ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

заключается в дополнительном медицинском обследовании и дальнейшем уточнении диагноза, проведении более углубленного профилактического консультирования, осмотре узкими специалистами и проведении ряда инструментально-лабораторных методов исследования по определенным на 1-м этапе показаниям.

#### II ЭТАП ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

- включает:
- консультации врачей узких специальностей;
  - расширенный биохимический анализ крови;
  - УЗИ кровеносных сосудов на наличие атеросклеротических бляшек;
  - фиброгастроскопию;
  - колоноскопию и другие исследования в зависимости от выявленных симптомов заболевания.