

## Как национальный проект «Продолжительная и активная жизнь» помогает россиянам держать свое здоровье под контролем

---

Лучший способ оставаться здоровым – своевременное прохождение диспансеризации и профилактических медицинских осмотров. Многие заболевания на ранних стадиях не дают о себе знать, а делать выводы только на основании симптомов – непрофессионально и неправильно. Национальный проект «Продолжительная и активная жизнь» помогает россиянам держать свое здоровье под контролем – этому способствует развитие системы регулярной диспансеризации. По данным Минздрава России, около 70% граждан, прошедших профилактические обследования, имеют как минимум один фактор риска развития неинфекционных заболеваний. Это подчёркивает значимость диспансеризации как ключевого инструмента раннего выявления угроз здоровью.

На эффективность диагностики и лечения неинфекционных заболеваний существенно влияет информированность людей. АНО «Национальные приоритеты» и Минздрав России запускают на ТВ, радио и в Интернете коммуникационную кампанию, направленную на популяризацию диспансеризации.

Герои рекламных роликов – ведущие врачи страны – терапевты, эндокринологи, онкологи и кардиологи. Они рассказывают о болезнях и их симптомах, о диагностике и лечении, об опасностях и последствиях несвоевременного начала лечения, и призывают зрителей регулярно проходить профилактические осмотры. Миссия кампании – напомнить людям о том, что **оценить состояние своего здоровья можно бесплатно**. Чем раньше поставлен диагноз, тем благоприятнее прогноз лечения и эффективнее контроль над заболеванием.

Лейтмотив роликов социальной кампании – ранняя диагностика онкологических, сердечно-сосудистых заболеваний и сахарного диабета.

Регулярные медицинские осмотры рекомендованы всем взрослым старше 18 лет: до 39 лет диспансеризация проводится один раз в три года, при этом ежегодно необходимо проходить профилактический медицинский осмотр, а после 40 лет диспансеризация показана каждый год. При наличии показаний врач может направить пациента на второй этап диспансеризации, включающий дополнительные обследования и консультации узких специалистов. Основная цель диспансеризации — раннее выявление онкологических, сердечно-сосудистых, сахарного диабета и других неинфекционных заболеваний.

**Записаться на диспансеризацию** или профилактический медицинский осмотр можно на портале «Госуслуги», по телефону медицинской организации или в регистратуре поликлиники. Для прохождения профилактических мероприятий понадобится только паспорт гражданина РФ и полис ОМС.

Обследование можно пройти в будни, в том числе в вечернее время, или по субботам. На время прохождения диспансеризации **работодатель дает освобождение от работы с сохранением заработной платы**.

Более подробная информация о порядке прохождения диспансеризации и профилактических осмотров доступна на официальном портале Минздрава России о здоровье — [takzdorovo.ru](http://takzdorovo.ru).

---