

The background of the slide is a faded photograph of a male doctor in a white lab coat with a stethoscope around his neck, gesturing with his hands while talking to an elderly woman. The text is overlaid on this image.

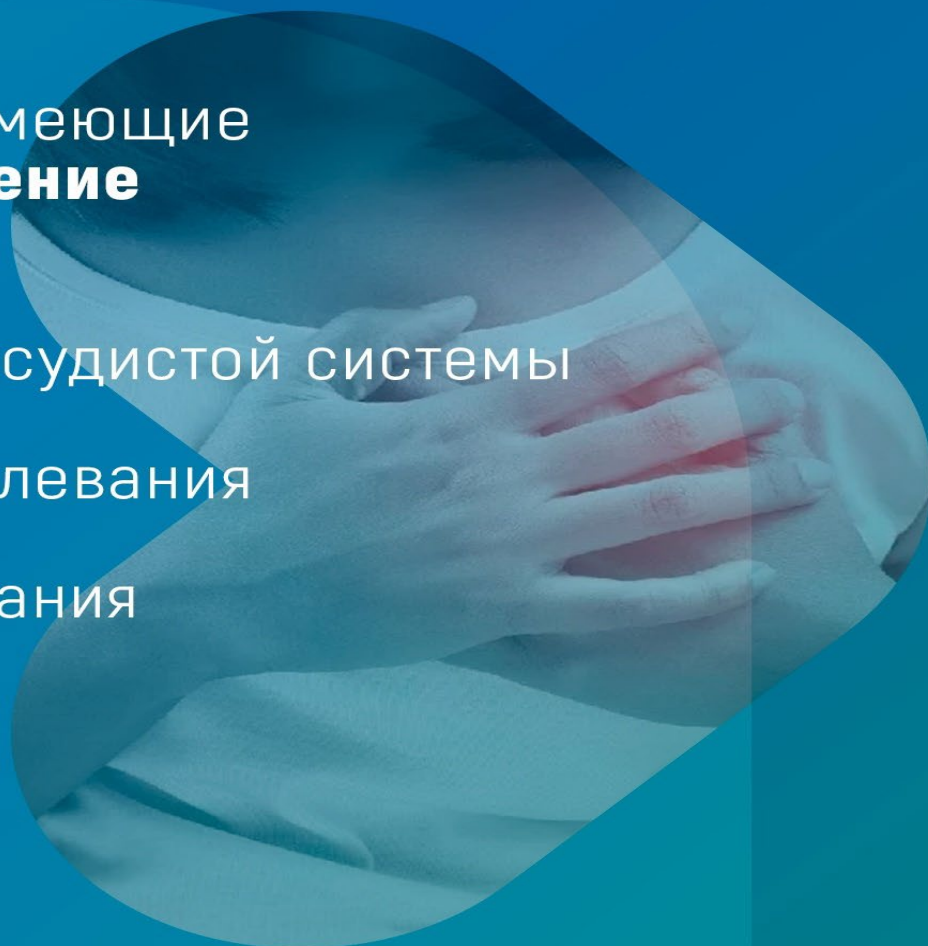
26 ЯНВАРЯ - 01 ФЕВРАЛЯ 2026

**НЕДЕЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ
НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

ЧТО ТАКОЕ ХРОНИЧЕСКИЕ НЕИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

ХНИЗ – заболевания, имеющие **продолжительное течение**

- болезни сердечно-сосудистой системы
- онкологические заболевания
- болезни органов дыхания
- сахарный диабет



Основные типы ХРОНИЧЕСКИХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ заболеваний

Болезни системы
кровообращения



Злокачественные
новообразования

Болезни органов
дыхания



Сахарный диабет

Факторы риска ХНИЗ:

- курение;
- нерациональное питание;
- избыточное потребление алкоголя;
- повышенный уровень АД;
- повышенный уровень холестерина в крови;
- ожирение



Здоровые цифры здорового человека



140/90

давление ниже
140/90 мм рт. ст.



5

общий холестерин
ниже 5 ммоль/л



0

сигарет



6

глюкоза ниже
6 ммоль/л



102 и 88

окружность талии:
менее 102 см у мужчин
менее 88 см у женщин



500

грамм фруктов
и овощей

или



5

порций
в день



19-25

идеальный индекс
массы тела



30

минут умеренной
физической
активности



10 000

или

шагов в день

Это должен знать КАЖДЫЙ!

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ

памятка родителям



0—1 ГОД

Ежемесячный осмотр педиатром, кроме того:

В ВОЗРАСТЕ 1 МЕСЯЦА

- Невролог
- Детский хирург
- Офтальмолог
- Детский стоматолог

В ВОЗРАСТЕ 3 МЕСЯЦА

- Травматолог-ортопед

В ВОЗРАСТЕ 12 МЕСЯЦЕВ

- Невролог
- Детский хирург
- Отоларинголог
- Травматолог-ортопед



1—4 ГОДА

Ежегодный осмотр педиатром, в т.ч. в возрасте 1 ГОД И 3 МЕСЯЦА И В ВОЗРАСТЕ 1 ГОД И 6 МЕСЯЦЕВ. Кроме того:

В ВОЗРАСТЕ 2 ГОДА

- Детский стоматолог
- Психиатр детский

В ВОЗРАСТЕ 3 ГОДА

- Невролог
- Детский хирург
- Детский стоматолог
- Офтальмолог
- Отоларинголог
- Акушер-гинеколог (для девочек)
- Детский уролог-андролог (для мальчиков)



5—9 ЛЕТ

Ежегодный осмотр педиатром и детским стоматологом, кроме того:

В ВОЗРАСТЕ 6 ЛЕТ

- Невролог
- Детский хирург
- Травматолог-ортопед
- Офтальмолог
- Отоларинголог
- Психиатр детский
- Акушер-гинеколог
- Детский уролог-андролог

В ВОЗРАСТЕ 7 ЛЕТ

- Невролог
- Офтальмолог
- Отоларинголог



10—14 ЛЕТ

Ежегодный осмотр педиатром и детским стоматологом, кроме того:

В ВОЗРАСТЕ 10 ЛЕТ

- Невролог
- Детский эндокринолог
- Травматолог-ортопед
- Офтальмолог

В ВОЗРАСТЕ 13 ЛЕТ

- Офтальмолог

В ВОЗРАСТЕ 14 ЛЕТ

- Психиатр детский
- Акушер-гинеколог
- Детский уролог-андролог



15—17 ЛЕТ

Ежегодный осмотр специалистами:

- Педиатр
- Детский хирург
- Детский стоматолог
- Психиатр подростковый
- Акушер-гинеколог
- Детский уролог-андролог
- Детский эндокринолог
- Невролог
- Травматолог-ортопед
- Офтальмолог
- Отоларинголог

ОСМОТР СПЕЦИАЛИСТАМИ

ИССЛЕДОВАНИЯ

В ВОЗРАСТЕ 1 МЕСЯЦА

- УЗИ брюшной полости, почек и тазобедренных суставов
- Эхокардиография
- Нейросонография
- Аудиологический скрининг

В ВОЗРАСТЕ 2 МЕСЯЦА

- Общий анализ крови и мочи

В ВОЗРАСТЕ 3 МЕСЯЦА

- Аудиологический скрининг

В ВОЗРАСТЕ 12 МЕСЯЦЕВ

- Общий анализ крови и мочи
- ЭКГ

В ВОЗРАСТЕ 3 ГОДА

- Общий анализ крови и мочи

В ВОЗРАСТЕ 6 ЛЕТ

- Общий анализ крови и мочи
- УЗИ брюшной полости, почек
- Электрокардиография
- Эхокардиография

В ВОЗРАСТЕ 10 ЛЕТ

- Общий анализ крови и мочи

Ежегодный общий анализ крови и мочи, кроме того:

В ВОЗРАСТЕ 15 ЛЕТ:

- ФУЗИ брюшной полости, почек
- Электрокардиография

В ВОЗРАСТЕ 17 ЛЕТ:

- Электрокардиография

ЕСЛИ ВЫ СТОЛКНУЛИСЬ с предложением платных медицинских услуг, затягиванием сроков диспансеризации или при возникновении любых других вопросов, связанных с организацией диагностики или лечения, обращайтесь к страховому представителю в страховую медицинскую организацию, выдавшую вам полис ОМС. «ГОРЯЧИЕ» ЛИНИИ ДЛЯ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ЗАСТРАХОВАННЫХ РАБОТАЮТ КРУГЛОСУТОЧНО.

Диспансеризация

1 этап

18 до 39 лет
1 раз в 3 года

40 до 64 лет
1 раз в год

65 лет и старше
1 раз в год

Профилактический медицинский осмотр

Скрининг на выявление онкологических заболеваний

взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки 1 раз в 3 года (12 каб.)

осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов (25 - 26 каб.)

осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом (1 раз в год), (12 каб.)

взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование мазка с шейки матки (12 каб.) (1 раз в 3 года)

маммография обеих молочных желез в двух проекциях с двойным прочтением рентгенограмм (1 раз в 2 года) ул. Самшитовая, 4

**эзофагогастродуоденоскопия в возрасте 45 лет (ул. Самшитовая 4)
определение простат-специфического антигена в крови (в возрасте 45, 50, 55, 60 и 64 лет) (7 каб.)**

исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом (1 раз в 2 года) (4 каб.)

осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов (25 - 26 каб.)

осмотр фельдшером (акушеркой) или врачом акушером-гинекологом (1 раз в год) (12 каб.)

маммография обеих молочных желез в двух проекциях с двойным прочтением рентгенограмм до 75 (1 раз в 2 года) (ул. Самшитовая 4)

исследование кала на скрытую кровь иммунохимическим качественным или количественным методом

до 75 лет (1 раз в год) (4 каб.)

осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпация щитовидной железы, лимфатических узлов (25 - 26 каб.)

общий анализ крови (гемоглобин, лейкоциты, СОЭ) (7 каб.)

**Краткое профилактическое консультирование
Прием (осмотр) врачом-терапевтом**

(25 - 26 каб.)

Меры профилактики

Регулярно проходите профилактические медицинские осмотры и диспансеризацию

Откажитесь от употребления табака и алкогольных напитков

Контролируйте артериальное давление, содержание глюкозы и холестерина в крови

Придерживайтесь правильного питания!

Будьте физически активным!



Отсутствие вредных привычек



01

Здоровый сон



02

Занятие спортом



08

Неделя профилактики



"Моя жизнь в моих руках!"

Режим дня



07

Правильное питание



03

Закаливание



06

05

Хорошее настроение



04

Прогулки на свежем воздухе

