

**Пережить COVID-19 и сохранить здоровье.  
«СОГАЗ-Мед» рассказывает о том, как пройти диспансеризацию в 2022 г.**

Почти 2 млн россиян прошли углубленную диспансеризацию после перенесенного COVID-19<sup>1</sup>. У 60% из них обнаружены заболевания, связанные с осложнениями после перенесенного заболевания новой коронавирусной инфекцией, в том числе ухудшение течения хронических неинфекционных заболеваний.

Многие уже осведомлены о возможности выявить нарушения в работе сердечно-сосудистой системы и легких за счет расширенного обследования своего организма в рамках прохождения углублённой диспансеризации.

Компания «СОГАЗ-Мед» расскажет, как обезопасить себя от последствий перенесенного COVID-19 путем прохождения углубленной диспансеризации, даже если вы перенесли болезнь дома без каких-либо серьезных симптомов.

Но что же представляет собой диспансеризация?

Общая диспансеризация — это определенный набор анализов и обследований, направленных на выявление самых частых заболеваний. Углубленная диспансеризация для переболевших COVID-19 представляет собой ее расширенную версию.

**Общая диспансеризация** проходит в два этапа. На первом этапе проводятся следующие обследования:

- проведение опроса (анкетирование);
- измерение роста, веса, индекса массы тела;
- измерение артериального давления;
- определение уровня общего холестерина и глюкозы в крови;
- флюорография легких 1 раз в 2 года;
- определение относительного сердечно-сосудистого риска в возрасте от 18 до 39 лет раз в год;
- ЭКГ в покое (с 35 лет ежегодно);
- индивидуальное профилактическое консультирование раз в 3 года;

Пациентам от 40 лет и старше на первом этапе необходимы еще несколько обследований:

- анализ крови на гемоглобин, лейкоциты и скорость оседания эритроцитов (СОЭ) (ежегодно);
- анализ кала на скрытую кровь (для выявления опухолей и полипов толстого кишечника до 64 лет 1 раз в 2 года, в возрасте от 65 до 75 лет ежегодно);
- определение абсолютного сердечно-сосудистого риска лицам (до 64 лет ежегодно);
- измерение внутриглазного давления (ежегодно);
- эзофагогастродуоденоскопия (1 раз в возрасте 45 лет);

Для женщин:

- осмотр фельдшером (акушеркой), врачом-гинекологом – ежегодно с 18 лет;
- взятие мазка с шейки матки, цитологическое исследование для женщин в возрасте от 18 до 64 лет раз в три года;

---

<sup>1</sup> <https://iz.ru/1275592/2022-01-11/pochti-2-mln-rossiiian-proshli-uglublennuiu-dispanserizaciiu-posle-covid-19>

- маммография проводится в возрасте от 40 до 75 лет раз в 2 года;

Для мужчин:

- определение простат-специфического антигена в крови в возрасте от 45 до 60 лет раз в пять лет и в 64 года.

После этого врач-терапевт производит осмотр кожных покровов, слизистых губ и ротовой полости, пальпацию щитовидной железы и лимфатических узлов у пациента. Если по результатам мероприятий он заподозрит какое-либо отклонение от нормы, на втором этапе диспансеризации будут проведены дополнительные обследования у специалистов более узкого профиля.

### **В рамках углубленной диспансеризации для переболевших COVID-19 на первом**

#### **этапе к общим обследованиям добавлены следующие:**

- измерение сатурации — то есть концентрации кислорода в артериальной крови. Этот тест помогает определить, как пациент переносит физические нагрузки и есть ли улучшения после выздоровления от COVID-19.
- тест с шестиминутной ходьбой. Измеряется максимальное расстояние, которое человек проходит в удобном для него темпе за шесть минут. Данные теста используют, чтобы понять реакцию на лечение COVID-19 и спрогнозировать риск инвалидности или смерти у людей с заболеваниями сердца и легких.
- спирометрия — оценивает работу легких после перенесенной коронавирусной инфекции, измеряя объем воздуха и как он быстро через них проходит.
- анализ крови на концентрацию D-димера — предназначен людям, переболевшим коронавирусом в средней или тяжелой форме. Анализ выявляет признаки тромбообразования.
- общий и биохимический анализ крови для оценки общего состояния пациента;
- прием (осмотр) врачом-терапевтом (участковым терапевтом, врачом общей практики) по итогам углубленной диспансеризации.

Как и в случае с общей диспансеризацией, для уточнения диагноза на втором этапе исследования врач-терапевт может назначить дополнительные обследования пациенту: эхокардиографию, КТ легких и дуплексное сканирование вен нижних конечностей, а также направить к специалистам узкого профиля.

В первую очередь на обследования пригласят тех, кто страдает хроническими заболеваниями, переболевших коронавирусной инфекцией спустя 60 дней после выздоровления. Кроме того, углубленную диспансеризацию могут провести по инициативе гражданина, в медицинской карте которого нет сведений о перенесенном COVID-19.

В настоящее время бесплатную диспансеризацию могут пройти все желающие, застрахованные в системе ОМС:

- с 18 до 39 лет каждые три года;
- с 40 лет, а также в отношении отдельных категорий граждан - ежегодно.

В свою очередь, если гражданин без выявленных показаний хочет обследоваться на всякий случай — у него есть право на прохождение раз в год профилактического медицинского осмотра. Цели профилактического осмотра такие же, как и у диспансеризации: выявить заболевания на ранней стадии и определить предрасположенность к каким-либо болезням. Однако число исследований, в отличие

от диспансеризации, меньше. Узнать полный перечень обследований можно на официальном сайте компании «СОГАЗ-Мед» [sogaz-med.ru](http://sogaz-med.ru) в разделе «Профилактика и диспансеризация».

На диспансеризацию нужно предварительно записаться на портале «Госуслуги» или иным доступным в регионе способом (прописать все доступные в регионе способы записи). На прием к врачу необходимо взять полис ОМС и паспорт.

С июля 2021 года специалистами страховой компании «СОГАЗ-Мед» были проинформированы об углубленной диспансеризации свыше 4,2 млн застрахованных. Компания «СОГАЗ-Мед» рекомендует не игнорировать данные сообщения, в которых содержится важная информация о порядке прохождения обследований, направленных на выявление и предупреждение опасных заболеваний. Информирование граждан о возможности пройти углубленную диспансеризацию проводится страховыми представителями с помощью мессенджеров и СМС-рассылок, писем по электронной и обычной почте, по телефону, с использованием контактов, которые застрахованные предоставили для связи при оформлении полиса ОМС. Для получения приглашения и информации о медицинской помощи по ОМС ваши контакты должны быть актуальными в базе данных страховой организации. Если вы застрахованы в «СОГАЗ-Мед» и недавно поменяли телефон, электронную почту или почтовый адрес, сообщите свои новые контакты страховому представителю, обратившись в любой ближайший офис «СОГАЗ-Мед».

**Генеральный директор «СОГАЗ-Мед» Дмитрий Валерьевич Толстов отмечает:** «СОГАЗ-Мед» в 2022 г. ведет активную работу по реализации мер, направленных на восстановление здоровья граждан, перенесших коронавирусную инфекцию. Страховые представители информируют застрахованных лиц о возможности прохождения профилактических мероприятий, оказывают содействие и дают необходимые рекомендации о порядке получения медицинской помощи и защите прав застрахованных. Ответственное отношение к своему здоровью – личное дело каждого, а наша задача – помочь людям узнать о своих правах и получить качественную бесплатную медицинскую помощь».

Если у вас возникли вопросы о диспансеризации, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте [sogaz-med.ru](http://sogaz-med.ru), используя онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) или в офисах компании «СОГАЗ-Мед».