



ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ ДЗМ

**БЕСПЛАТНО**

# ТРЕНД НА ЗДОРОВЬЕ!

- #1** ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ
- #2** АКТИВНОСТЬ
- #3** УЛУЧШЕНИЕ  
КАЧЕСТВА ЖИЗНИ
- #4** ПРОФИЛАКТИКА  
ЗАБОЛЕВАНИЙ
- #5** ЗДОРОВОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ



**Диспансеризация** – обследование, направленное на раннее выявление хронических неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистые заболевания, сахарный диабет, хроническая обструктивная болезнь легких, онкологические заболевания), а также основных факторов риска их развития.

## Почему это важно?



- Раннее выявление заболеваний
- Наблюдение за состоянием здоровья
- Индивидуальный план оздоровления

## Когда?



- Ежегодно

## Где пройти?



- В городской поликлинике, к которой прикреплены

**БЫСТРО** – за **1,5** часа

**УДОБНО** – все кабинеты  
в едином блоке

## ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

### АНКЕТИРОВАНИЕ\*

#### ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ МЕДОСМОТР

- Измерение артериального давления
- Определение уровня холестерина и глюкозы крови
- Определение индекса массы тела
- Флюорография легких (1 раз в 2 года)
- ЭКГ (при первом прохождении, далее с 35 лет – ежегодно)
- Осмотр акушеркой (для женщин)
- Измерение внутриглазного давления (при первом прохождении, далее с 40 лет – ежегодно)

#### ОНКОСКРИНИНГ

- Взятие мазка для цитологического исследования (для женщин) (с 18 до 64 лет, 1 раз в 3 года)
- Маммография (для женщин) (40-75, 1 раз в 2 года)
- Эзофагогастродуоденоскопия (45 лет)
- Определение простат-специфического антигена (для мужчин) (в 45, 50, 55, 60 и 64 лет)
- Исследование кала на скрытую кровь (с 40 до 64 лет – 1 раз в 2 года, с 65 до 75 лет – ежегодно)

### ОСМОТР ВРАЧОМ-ТЕРАПЕВТОМ

**\*АНКЕТА ДОСТУПНА НА ИНФОМАТАХ В ПОЛИКЛИНИКАХ  
И ОНЛАЙН В РАЗДЕЛЕ «ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ»:**



- в электронной медкарте на mos.ru



- в мобильном приложении «ЕМИАС.ИНФО»

Больше информации о здоровом образе жизни

**Уделите время себе – пройдите диспансеризацию для здорового завтра\*\***

\*\* Вы имеет право на оплачиваемый выходной день для прохождения диспансеризации (ст.185.1 ТК РФ)



@CMPDZM  
www.cmpmos.ru