

## **23-29 января – Неделя информированности о важности диспансеризации и профосмотров**

---

Ответственное отношение к своему здоровью поможет не только улучшить качество жизни, но и позволит увеличить продолжительность жизни.

Что включает в себя ответственное отношение к здоровью:

1. Соблюдение здорового образа жизни;
2. Мониторинг собственного здоровья;
3. Ответственное использование продукции для самостоятельной заботы о здоровье, правильное хранение и употребление лекарственных препаратов.

Проверить свое здоровье можно с помощью профилактических осмотров и диспансеризации, которые помогают предотвратить развитие заболеваний, а также диагностировать заболевания на ранней стадии для скорейшего начала их лечения.

Даже если гражданин состоит под диспансерным наблюдением, необходимо проходить диспансеризацию, т.к. она поможет выявить другие ХНИЗ.

### **Дополнительные материалы для использования в работе**

**Тематическая веб-страница на сайте ОГБУЗ «ЦОЗиМП» [profilaktika.tomsk.ru](http://profilaktika.tomsk.ru):**

- [Неделя информированности о важности диспансеризации и профосмотров](#)

**Статьи на сайте ОГБУЗ «ЦОЗиМП»:**

- [Что такое скрининг заболеваний](#)
- [Роль среднего медицинского персонала в профилактике избыточной массы тела и ожирения у взрослого населения](#)
- [Диспансеризация: что важно знать](#)

**Информационные посты, инфографика в группах соцсетей «Будь здоров, Томск»:**

- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

**Информационные материалы ([скачать материалы](#)):**

- Буклет «Профилактический медицинский осмотр и диспансеризация, в том числе углубленная»
- Плакат «Диспансеризация»

- Памятка «Углубленная диспансеризация»
- Памятка «Углубленная диспансеризация после Covid-19»
- Листовка «Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр у взрослых»
- Памятка для врачей «Часто задаваемые вопросы по ПМО, ДОГВН, УД»

### **Методические рекомендации, пособия ([скачать материалы](#)):**

- Методическое пособие по проведению профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения, углублённой диспансеризации для граждан, перенесших новую коронавирусную инфекцию (COVID-19), Версия 1 (13.04.22), МЗ РФ, ФГБУ «НМИЦ ТПМ» МЗ РФ, Москва, 2022г.
- Временные методические рекомендации по организации проведения профилактических медицинских осмотров и диспансеризации в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19), Версия 1 (06.07.2020), МЗ РФ, 2020г.
- Методические рекомендации «Организация проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения», МЗ РФ, ФГБУ «НМИЦ ТПМ» МЗ РФ, Москва, 2020г.
- Методические рекомендации «Организация процесса диспансеризации на принципах бережливого производства», МЗ РФ, Госкорпорация Росатом, ФГБУ «НМИЦ ПМ» МЗ РФ, Москва, 2017г.

### **Презентация [«Организация и проведение ПМО, ДОГВН, УД»](#)**

### **Видеоролики, видеофильмы, видеолектории:**

- [Анимационный ролик о диспансеризации](#)
- [О важности диспансеризации \(ФОМС\)](#)
- [Диспансеризация ДЗТО \(ролик 1\)](#)
- [Диспансеризация ДЗТО \(ролик 2\)](#)
- [Семья диспансеризация \(ФОМС\)](#)
- [Известные личности о диспансеризации](#)
- [Диспансеризация «Путь к здоровью» для лиц 18-39 лет \(ГНИЦ ПМ\)](#)
- [Диспансеризация и профилактический медицинский осмотр: когда и зачем?](#)
- [Диспансеризация: что важно знать](#)
- [Роль участкового терапевта в формировании здорового образа жизни населения](#)

### **Информацию подготовила:**

- врач по медицинской профилактике ОГБУЗ «ЦОЗиМП» Наргиз Раджабовна Исмаилова