



ЗДРАВООХРАНЕНИЕ НАУКОГРАДА

РЕДАКТОР ВЫПУСКА
ЛЮБОВЬ КЛЮЕВА

УМЕНИЕ ВОВРЕМЯ ПРЕДУПРЕДИТЬ БОЛЕЗНЬ...

ЛЮБОВЬ АЛЕКСЕЕВА, ФОТО АВТОРА

Диспансеризация в 2026 году: что изменилось и на что обратить внимание?

Можно ли пройти диспансеризацию, если ничего не болит? Что нового появилось в обследовании? Кому стоит обратить особое внимание на репродуктивное здоровье? И правда ли, что результаты исследований теперь можно найти в электронной медицинской карте?

На эти и другие вопросы отвечает заведующий отделением медицинской профилактики Королёвской клинической больницы, врач-терапевт Валерия Леонидовна Семак.



ВАЛЕРИЯ СЕМАК

- Заведующий отделением медицинской профилактики Королёвской клинической больницы.
- Врач-терапевт.

— Валерия Леонидовна, часто можно слышать: «Я чувствую себя нормально. Зачем мне диспансеризация?»

— Это, пожалуй, самый распространённый вопрос. И как врач я бы ответила: именно когда человек чувствует себя хорошо, самое время заниматься профилактикой.

Многие заболевания долго развиваются незаметно. Человек может не испытывать боли или других выраженных симптомов, но при обследовании уже выявляются повышенное давление, изменения показателей крови, факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний или другие нарушения.

Диспансеризация позволяет не ждать, пока проблема заявит о себе, а обнаружить её раньше.

— Что изменилось в диспансеризации в 2026 году?

— Сегодня профилактическая медицина становится всё более персонализированной. Мы стараемся не просто провести определённый набор исследований, а оценить здоровье человека комплексно и обратить внимание на те направления, которые особенно важны на разных этапах жизни.

В числе значимых направлений — профилактика вирусного гепатита С, оценка репродуктивного здоровья, а также дальнейшая цифровизация медицинской информации.

— Гепатит С может никак себя не проявлять?

— Да. В этом и заключается одна из основных опасностей заболевания.



ПРИЁМ ВЕДЁТ ВРАЧ-ТЕРАПЕВТ ЛЮБОВЬ РЯЗАНОВА

Человек может годами не знать о наличии инфекции, в то время как вирус постепенно повреждает печень.

Поэтому в рамках диспансеризации предусмотрен скрининг на вирусный гепатит С для граждан старше 25 лет — один раз в десять лет.

Это простой профилактический шаг, который помогает своевременно выявить возможную инфекцию и при необходимости направить пациента на дальнейшее обследование и лечение.

— А что такое «репродуктивный чек-ап»?

— Это комплексная оценка репродуктивного здоровья мужчин и женщин. Такое обследование предусмотрено для граждан от 18 до 49 лет.

В 2026 году особенно важно не пропустить диспансеризацию всем, кто подходит по возрасту и срокам её прохождения. В возрасте от 18 до 39 лет диспансеризация проводится один раз в три года, а начиная с 40 лет — ежегодно. Профилактический медицинский осмотр при этом доступен ежегодно.

И здесь важно подчеркнуть: речь не только о тех, кто планирует стать родителями в ближайшее время. Репродуктивное здоровье — часть общего здоровья человека.

Своевременное обследование позволяет выявить возможные нарушения и при необходимости начать лечение или профилактические мероприятия ещё до того, как человек столкнётся с серьёзной проблемой.

— То есть ждать появления жалоб тоже не стоит?

— Конечно. Профилактика как раз и заключается в том, чтобы не ждать симптомов.

Например, человек может считать себя совершенно здоровым, потому что у него ничего не болит. Но во время профилактического обследования врач

обнаруживает повышенное артериальное давление или изменения лабораторных показателей. На ранней стадии гораздо проще разобраться в причине и не допустить развития заболевания.

— А результаты диспансеризации теперь тоже становятся «цифровыми»?

— Да, цифровизация здравоохранения продолжается. Результаты обследований и сведения о медицинских осмотрах отражаются в электронной медицинской документации пациента.

Это удобно: медицинская информация сохраняется, и при последующих обращениях к врачу проще оценить динамику состояния здоровья. Пациент также может получить доступ к своим

— Не ждите, когда здоровье заставит вас обратиться к врачу. Проверьте его заранее.

Даже если сегодня вы чувствуете себя отлично, это ещё не означает, что профилактическое обследование вам не нужно. Наоборот — хорошее самочувствие даёт прекрасную возможность спокойно пройти диспансеризацию, оценить факторы риска и убедиться, что всё в порядке.

А если какие-то изменения всё-таки обнаружатся, главное преимущество диспансеризации в том, что мы можем начать действовать вовремя.

Здоровье — это не только лечение болезней. Это ещё и умение вовремя их предупредить.



МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА
ТАТЬЯНА БОБКОВА ПРОВОДИТ
ПРОЦЕДУРУ СНЯТИЯ КАРДИОГРАММЫ

медицинским данным через доступные ему государственные и региональные электронные сервисы.

— Кому в 2026 году особенно важно не пропустить диспансеризацию?

— Всем, кто подходит по возрасту и срокам её прохождения. В возрасте от 18 до 39 лет диспансеризация проводится один раз в три года, а начиная с 40 лет — ежегодно. Профилактический медицинский осмотр при этом доступен ежегодно.

Я бы советовала не воспринимать диспансеризацию как очередную формальность или необходимость «для галочки». Это несколько часов, которые человек инвестирует в собственное здоровье.

— Какой главный совет вы бы дали жителям Королёва?