

Диспансеризация 2026: новые правила, что входит, как и когда пройти

Диспансеризация выявляет болезни на той стадии, когда они еще легко поддаются лечению, — от гипертонии до рака. В 2026-м правила изменились.

Разбираемся в обновлениях медицинской диспансеризации: кому положена, что входит в программу и как записаться.

Что такое диспансеризация и зачем она нужна

Медицинская диспансеризация населения — комплексная бесплатная проверка здоровья. В отличие от простого медосмотра она включает диагностический пакет: тесты и экспертные консультации.

В рамках профилактического осмотра проверяют базовые параметры организма. Диспансеризация устроена иначе: сначала проводится скрининг, а при выявлении рисков — дополнительное обследование.

Новые правила и изменения в диспансеризации 2026 года

В 2026 году появились новые правила диспансеризации, а прохождение стало более гибким и ориентированным на потребности взрослого населения.

- **Скрининг на гепатит С стал обязательным.** Пациентам старше 25 лет теперь назначают анализ на вирусные гепатиты (раз в десять лет). Это помогает выявить заболевание до развития цирроза печени.
- **Репродуктивный чек-ап для тех, кому от 18 до 49.** Комплексное обследование мужского и женского здоровья для успешного планирования будущего родительства.
- **Гибкий график для работающих.** Поликлиники обязаны предоставлять возможность пройти обследование в вечерние часы и по субботам — это особенно важно для тех, кто не может отпроситься с работы или воспользоваться программами диспансеризации на предприятии.
- **Цифровизация результатов.** Результаты обследований теперь автоматически попадают в электронную медицинскую карту пациента, которую можно посмотреть через "Госуслуги" или региональные системы.

Кто проходит диспансеризацию в 2026 году — таблица возрастов

Периодичность диспансеризации зависит от возраста пациента. Например, начиная с 18 лет и до 39-ти каждый имеет право проходить диспансеризацию **раз в три года**, а люди старше сорока проходят ее **ежегодно**.

Следовательно, диспансеризацию в 2026 году могут пройти люди, рожденные в:

- 2008;
- 2005;
- 2002;
- 1999;
- 1996;
- 1993;
- 1990;
- 1987 годах.

А также все, кто родился в 1986-м и ранее — в рамках ежегодного обследования.

Для тех, кто не попал в график, доступен профилактический осмотр — его можно пройти в любом возрасте. Он включает базовый набор обследований и консультацию терапевта.

Что входит в диспансеризацию 2026: этапы и врачи

Диспансеризация проводится в два этапа.

Первый этап — скрининг. Базовый набор процедур: измерение роста, веса, давления, анализы крови на глюкозу и холестерин, сдача анализа мочи, ЭКГ (при первом визите, затем с 35 лет ежегодно), флюорография раз в два года.

Дополнительно назначают:

с 40 лет — исследование кала на скрытую кровь (каждые два года);

в 45 лет — гастроскопия;

женщинам — осмотр гинеколога, цитология мазка раз в три года с 18 до 64 лет, маммография с 40 лет (каждые два года);

мужчинам — анализ на ПСА в 45, 50, 55, 60, 64 года.

После обследований терапевт проводит осмотр, изучает результаты и выносит заключение о состоянии здоровья. При выявлении отклонений пациента направляют на второй этап.

Второй этап — углубленная диагностика. Включает консультации узких специалистов: невролога, хирурга, уролога, офтальмолога, дерматовенеролога и других. Могут назначить колоноскопию, гастроскопию, КТ легких, спирометрию, дуплексное сканирование сосудов.

Диспансеризация репродуктивного здоровья

Отдельный блок при прохождении диспансеризации — для людей 18-49 лет, направленный на оценку способности к зачатию.

Женщинам проводят осмотр на кресле, берут мазки на инфекции и цитологию, проверяют молочные железы. С 2026 года добавлен тест на вирус папилломы человека. При необходимости назначают УЗИ органов малого таза.

Мужчинам предлагают консультацию уролога или хирурга, по показаниям — спермограмму, УЗИ мошонки и предстательной железы.

Как пройти диспансеризацию: пошаговая инструкция

Порядок прохождения диспансеризации по ОМС следующий:

Шаг 1. Запишитесь онлайн на прохождение диспансеризации в поликлинике.

- Москвичи могут записаться на сайте mos.ru или на портале [ЕМИАС.Инфо](https://emiias.info).
- Жители других городов могут записаться через "Госуслуги" или региональный аналог портала.
- Также можно оформить запись по телефону — по короткому номеру 122.

Шаг 2. Подготовьте документы: паспорт и полис ОМС.

Шаг 3. Придите в поликлинику, получите маршрутный лист.

Шаг 4. Пройдите обследования согласно маршрутному листу.

Шаг 5. Получите заключение у терапевта.

Диспансеризация для работающих: как взять выходной

Как проходит диспансеризация для работающих граждан? Согласуйте дату с руководителем, напишите заявление, дождитесь приказа. Справку из поликлиники предоставляйте, только если это прописано в локальных актах компании.

Согласно статье 185.1 ТК Российской Федерации, работодатель обязан предоставить оплачиваемый день:

- с 18 до 40 лет — один рабочий день один раз в три года;
- с 40 лет — один рабочий день один раз в год;
- предпенсионерам и пенсионерам — два рабочих дня один раз в год.

Результаты: группы здоровья

Терапевт присваивает одну из трех групп здоровья по диспансеризации.

I группа — нет хронических болезней и факторов риска, диспансерное наблюдение не требуется.

II группа — хронических болезней нет, но есть факторы риска (курение, ожирение, высокий холестерин). Назначают профилактические меры.

III группа (делится на IIIа и IIIб) — выявлены хронические заболевания или подозрение на них, требуется диспансерное наблюдение у терапевта и специалистов.

