

### Национальный проект «Продолжительная и активная жизнь»

#### Общие положения

Национальный проект «Продолжительная и активная жизнь» — один из национальных проектов России, его реализация начнётся 1 января 2025 года и будет рассчитана до 2030 года. Станет правопреемником нацпроекта «Здравоохранение», реализация которого завершается в 2024 году.

О запуске нового нацпроекта 29 февраля 2024 года в рамках Послания Федеральному собранию РФ объявил Президент Российской Федерации Владимир Путин.

Ключевыми целями нацпроекта станут повышение ожидаемой продолжительности жизни до 78 лет к 2030 году, рост ожидаемой продолжительности здоровой жизни и устранение значительной дифференциации между городским и сельским населением. Их достижение внесёт существенный вклад в реализацию национальной цели «Сохранение населения, укрепление здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи», обозначенную в майском указе Президента.

Структура нацпроекта включает 11 федеральных проектов (в том числе пять новых), из них четыре нацелены на улучшение помощи людям с серьёзными недугами. На реализацию нацпроекта до 2030 года планируется выделить 2 трлн 25 млрд рублей.

Отличие нового нацпроекта от НП «Здравоохранение», по словам заместителя Председателя Правительства РФ Татьяны Голиковой, заключается в том, что «он будет носить целостный характер: начиная от здорового образа жизни, профилактики, инфраструктуры и кадров до содержательного наполнения, то есть оказания соответствующей медицинской помощи»

#### Инициативы проекта

#### Здоровье для каждого.

Цель федпроекта – популяризация здорового образа жизни, а также организация диспансеризации и профилактических медицинских осмотров. Благодаря этим мерам можно на ранней стадии обнаружить

сахарный диабет, сердечно-сосудистые, онкологические и другие заболевания, чтобы как можно раньше приступить к лечению.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Прохождение диспансеризации  
и профилактического медицинского  
осмотра →**

Как получить? →

Возможность

**Отказ от никотиновой зависимости →**

Как получить? →

Возможность

**Отказ от алкогольной зависимости →**

Как получить? →

Возможность

**Организация обследования на рабочем  
месте →**

Как получить? →

### **Прохождение диспансеризации и профилактического медицинского осмотра.**

Бесплатное прохождение диспансеризации или профилактического медицинского осмотра рядом с домом  
Регулярное прохождение диспансеризации и проведение профилактических медицинских осмотров — это эффективный способ взять под контроль факторы риска развития в организме негативных процессов, а также диагностировать заболевание на ранней стадии.

Профилактический осмотр — ядро первого этапа диспансеризации. Гражданам в возрасте от 18 лет его проводят ежегодно. Диспансеризация — это расширенная версия профосмотра. Помимо прочего она подразумевает дополнительные скрининги. Людям в возрасте до 39 лет включительно диспансеризацию необходимо проходить раз в три года, по достижении 40 лет — ежегодно.

**Важно знать:** для прохождения диспансеризации работодатель дает один рабочий день. Обследование можно пройти не только в рабочее время, но и вечером, а также по субботам.

Записаться на диспансеризацию можно на ресурсе Госуслуги, а также по телефону медицинской организации или лично – в регистратуре. С собой необходимо иметь паспорт и полис ОМС.

#### **Отказ от никотиновой зависимости.**

Снижение распространенности курения.

Отказаться от курения самостоятельно – непростая задача. Решить ее помогают в центрах здоровья. Адрес ближайшего можно узнать по телефону горячей линии 8 (800) 200-0-200.

Прочитать истории тех, кто уже отказался от курения, найти полезные советы и практики от специалистов, получить моральную поддержку можно, вступив в сообщество «Давай бросать» в социальной сети «ВКонтакте» и мессенджере «Телеграм»: <https://t.me/davaibrosat>; <https://vk.com/davaibrosat>

#### **Отказ от алкогольной зависимости.**

Снижение потребления алкогольной продукции.

Получить бесплатную медпомощь при алкогольной зависимости можно в государственном наркологическом диспансере. Проверить состояние организма можно в центрах здоровья по всей стране.

Получить рекомендации по здоровому образу жизни можно, позвонив по телефону горячей линии 8 800 200 0 200.

#### **Организация обследования на рабочем месте.**

Медицинское обследование и консультации без отрыва от производства.

В рамках обязательного медицинского страхования (ОМС) проходить диспансеризацию можно и на работе. Компании могут организовать проведение обследования на своей территории, например, в медпункте предприятия, или, по договоренности, в ближайшей поликлинике. Это позволяет следить за состоянием здоровья сотрудников с наименьшими временными и финансовыми затратами.

Профосмотры и диспансеризация способствуют оздоровлению работников, повышению их производительности и лояльности к компании.

## Модернизация первичного звена здравоохранения Российской Федерации.

Доступная качественная медицинская помощь по всей стране. Строятся, ремонтируются и оснащаются поликлиники, ФАПы, амбулатории.

### Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Получение медицинской помощи на селе →**

Как получить? →

Возможность

**Обследование в передвижном медицинском комплексе →**

Как получить? →

Возможность

**Получение медико-санитарной помощи в модернизированных медицинских организациях →**

Как получить? →

#### Получение медицинской помощи на селе.

Все больше людей, в том числе из населенных пунктов, находящихся вдали от городов, получают доступ к качественному медицинскому обслуживанию.

Первичная медицинская помощь должна быть доступна всем гражданам России, в том числе живущим в малонаселенных пунктах и в труднодоступных районах.

Благодаря нацпроекту в регионах страны строятся и переоснащаются современным оборудованием поликлиники, возводятся фельдшерско-акушерские пункты (ФАПы) и врачебные амбулатории, пополняется и

обновляется автомобильный парк медицинских учреждений.

#### **Обследование в передвижном медицинском комплексе.**

Передвижной медицинский комплекс – это мобильный медицинский кабинет, сотрудники которого могут оказать медицинскую помощь жителям отдаленных населенных пунктов. Такие комплексы оснащены медикаментами и диагностическим оборудованием.

В состав медицинской бригады передвижного медицинского комплекса входит врачебный и средний медицинский персонал: врач-терапевт, фельдшер-акушер, медицинская сестра, а также врач-рентгенолог и рентген-лаборант.

Благодаря передвижным медицинским комплексам можно осуществлять медицинскую деятельность вне медицинской организации, в частности, на отдаленных территориях, на предприятиях и в учебных заведениях. Это способствует увеличению охвата населения профилактическими осмотрами.

#### **Получение медико-санитарной помощи в модернизированных медицинских организациях.**

Каждый третий житель страны почувствует улучшение в первичном звене медико-санитарной помощи: будет модернизировано 30 тыс. объектов здравоохранения.

Первичная медико-санитарная помощь – самая востребованная: ежегодное число обращений в поликлиники, амбулатории и фельдшерско-акушерские пункты (ФАПы) превышает 1,2 млрд.

Благодаря крепкому первичному звену увеличивается продолжительность и повышается качество жизни россиян, сокращаются расходы граждан на лечение в частных клиниках, формируется и популяризируется здоровый образ жизни.

Регионы продолжают строительство и капитальный ремонт медицинских учреждений, приобретение диагностического оборудования и транспорта, монтаж быстровозводимых модульных конструкций для размещения амбулаторий и ФАПов, что позволит сделать первичную медицинскую помощь ещё доступнее.

#### **Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями.**

Люди, перенесшие операции на сердце, имеют право получать необходимые лекарства в соответствии с рекомендациями врачей. Чтобы помощь каждому человеку оказывалась максимально быстро и эффективно,

оптимизируется маршрутизация пациентов.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Раннее выявление сердечно-сосудистых заболеваний →**

Как получить? →

Возможность

**Получение бесплатных лекарственных препаратов после операции на сердце →**

Как получить? →

Возможность

**Профилактика прогрессирования болезней сердца и сосудов →**

Как получить? →

**Раннее выявление сердечно-сосудистых заболеваний.**

**Профилактика и диагностика на ранней стадии болезней сердца и сосудов.**

В России наиболее частым сердечно-сосудистым заболеванием остается артериальная гипертония. На втором месте – атеросклероз и его осложнение — ишемическая болезнь сердца. Далее следуют: нарушение сердечного ритма, осложнение артериальной гипертонии и атеросклероза (сердечная недостаточность). Часто встречаются такие сосудистые катастрофы, как инфаркт миокарда, а также острое нарушение мозгового кровообращения – инсульт.

В числе самых распространённых диагностических инструментов для обнаружения сердечно-сосудистых заболеваний на ранней стадии – регулярное измерение артериального давления, определение уровня холестерина в крови. Система диспансеризации способствует сокращению количества заболеваний ишемической болезнью сердца, атеросклеротическим отторжением сосудов ног, снижению риска инфаркта

миокарда и инсульта.

**Получение бесплатных лекарственных препаратов после операции на сердце.**

Пациенты, перенесшие инфаркт, инсульт и операции на сердце, непрерывно обеспечиваются необходимыми лекарственными препаратами.

По данным отечественного регистра пациентов с ишемической болезнью сердца, всего 15 % пациентов при поступлении в кардиологический стационар принимали препараты с доказанной эффективностью, при выписке – 69 %, а в дальнейшем (через 4 года и 7 лет наблюдения) – 41 % и 35 % соответственно.

Пациентам, перенёвшим инфаркт, инсульт или операцию на сердце, на протяжении двух лет после заболевания бесплатно выдают необходимые лекарства.

Чаще всего прекращение приема препаратов при первых признаках улучшения самочувствия связано с недооценкой важности медикаментозного лечения. Об ошибочности такой позиции говорит неутешительная статистика повторных инфарктов миокарда, ранней инвалидизации, прогрессирования сердечной недостаточности. Соблюдение рекомендуемого режима приема лекарственных препаратов, даже в условиях кажущегося благополучия и улучшения состояния здоровья, является чрезвычайно важной задачей, направленной на снижение частоты развития грозных осложнений.

**Профилактика прогрессирования болезней сердца и сосудов.**

Своевременная и современная диагностика способствует профилактике прогрессирования болезней сердца и сосудов

Большинство сердечно-сосудистых заболеваний – это хронические состояния, при которых чрезвычайно важно соблюдение рекомендуемого режима приема лекарственных препаратов.

Профилактика проводится под наблюдением лечащего врача и направлена на предупреждение прогрессирования заболевания и развития осложнений течения сердечно-сосудистых заболеваний у лиц, уже имеющих данное заболевание. Наряду с нормализацией питания и полным отказом от вредных привычек, необходимы дозированные физические нагрузки.

## Борьба с онкологическими заболеваниями.

Во всех регионах России пациенты со злокачественными новообразованиями должны получать медицинскую помощь в круглосуточном и дневном стационарах. По федпроекту медицинские организации получают радиологическое оборудование. Улучшается система маршрутизации пациентов от момента обнаружения злокачественного образования и далее на всех этапах оказания медицинской помощи.

### Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Раннее выявление онкологических заболеваний →**

Как получить? →

Возможность

**Лечение онкологических заболеваний →**

Как получить? →

#### Раннее выявление онкологических заболеваний.

Выявить болезнь как можно раньше — важно всегда! При онкологических заболеваниях именно ранняя диагностика имеет решающее значение. От этого зависит эффективность лечения

Более 90% всех случаев рака можно вылечить, если на ранней стадии обнаружить болезнь, когда она себя никак не проявляет.

Эффективный инструмент для раннего выявления злокачественных образований – диспансеризация. В нее включены специальные прицельные обследования – скрининги, в числе которых семь исследований, направленных на выявление таких онкологических заболеваний, как:

- рак молочной железы;
- рак предстательной железы;
- рак шейки матки;
- рак легких;
- рак желудка;
- колоректальный рак;

- рак визуальной локализации (кожные покровы, слизистые, лимфоузлы, ротовая полость, щитовидная железа).

#### **Лечение онкологических заболеваний.**

Во всех регионах страны пациенты со злокачественными новообразованиями имеют право на бесплатную медицинскую помощь в круглосуточном и дневном стационарах

Время - определяющий фактор в лечении рака. Обратиться за помощью необходимо сразу после появления настораживающих признаков, в числе которых врачи называют беспричинную слабость и потерю веса, нарушение аппетита и вкусовых ощущений, долго незаживающие раны и язвы, изменение цвета и формы родинки, её зуд. Самый тревожный симптом – кровяные выделения, которые считаются главным индикатором онкологического процесса.

#### **При подозрении на рак:**

- нельзя паниковать, ведь опасения могут оказаться напрасными;
- немедленно обратиться к терапевту за направлением в онкологический кабинет или Центр амбулаторной онкологической помощи (ЦАОП);
- сделать исследования, в том числе при необходимости, биопсию опухоли.

В случае подтверждения диагноза необходимо пройти расширенную консультацию, в рамках которой команда врачей определит тактику лечения.

Лекарства, проведение операции и последующая терапия по полису ОМС будут предоставляться бесплатно. Важно учесть, что после постановки диагноза пациента приписывают к конкретной медицинской организации, и ее нельзя самостоятельно поменять, иначе стоимость лечения не будет возмещена государством.

Если квалификация специалистов или оборудование в регионе не позволяют провести необходимое пациенту лечение, он может быть отправлен в другое медучреждение за пределами региона. Также в этом случае пациент может самостоятельно обратиться в федеральный медицинский центр.

#### **Борьба с сахарным диабетом.**

Во всех регионах развивается помощь пациентам с сахарным диабетом. Растет число людей, прошедших обучение в школе для пациентов с сахарным диабетом. Выстраивается единая система помощи пациентам с

нарушениями углеводного обмена и сахарного диабета. Региональные и межрайонные медицинские организации, оказывающие помощь по профилю «эндокринология», получают новое оборудование. Также в числе основных задач – создание единого информационного ресурса по профилактике, раннему выявлению и лечению сахарного диабета, а также обеспечение детей и беременных женщин с сахарным диабетом системами непрерывного мониторинга глюкозы.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Раннее выявление сахарного диабета →**

Как получить? →

Возможность

**Лечение сахарного диабета →**

Как получить? →

Возможность

**Получение системы непрерывного мониторинга глюкозы →**

Как получить? →

Возможность

**Обучение в школе для пациентов с сахарным диабетом →**

Как получить? →

### Раннее выявление сахарного диабета.

Выявлению сахарного диабета способствует прохождение диспансеризации и профилактических осмотров. Профилактика заболеваний – лучший способ оставаться здоровым. Многие неинфекционные заболевания, такие как сахарный диабет, на ранних стадиях не дают о себе знать. Прохождение профилактических осмотров и диспансеризации позволяет убедиться в том, что с вами все в порядке или вовремя начать лечение. Чтобы пройти необходимые обследования, достаточно записаться к участковому терапевту на портале Госуслуги или прийти в поликлинику с паспортом и медицинским полисом. Остальное сделают специалисты.

### Лечение сахарного диабета.

В регионах страны создается необходимая пациентам с сахарным диабетом инфраструктура.

Для лечения больных сахарным диабетом создаются региональные эндокринологические центры. Школы для пациентов с сахарным диабетом призваны облегчить жизнь людям с этим недугом.

**Получение системы непрерывного мониторинга глюкозы.**

Для контроля за сахарным диабетом пациентам выдаются системы непрерывного мониторинга глюкозы.

Системы непрерывного мониторинга глюкозы помогают контролировать течение сахарного диабета и получать данные об уровне сахара в крови в постоянном режиме.

**Обучение в школе для пациентов с сахарным диабетом.**

В регионах пациентам с сахарным диабетом доступно обучение в школах диабета.

Обучение в школе диабета способствует повышению уровня знаний о сахарном диабете и о важности самоконтроля, в том числе с использованием новейших технологий, об особенностях питания пациентов с сахарным диабетом. Специалисты школы рассказывают о мерах профилактики осложнений сахарного диабета и помогают освоить ряд специальных навыков.

**Борьба с гепатитом С и минимизация рисков распространения данного заболевания.**

По федпроекту по всей России идет борьба с хроническим вирусным гепатитом С. Особое внимание уделяется снижению рисков его распространения.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Скрининг на наличие антител  
к вирусному гепатиту С →**

Как получить? →

Возможность

**Лечение хронического вирусного  
гепатита С →**

Как получить? →

### Скрининг на наличие антител к вирусному гепатиту С.

Гражданам в возрасте старше 25 лет раз в 10 лет проводится тест на определение в крови суммарных антител к вирусу гепатита С.

Тест на антитела к хроническому вирусному гепатиту С (ХВГС) включен в диспансеризацию граждан в возрасте старше 25 лет. Исследование проводится раз в 10 лет в рамках общего клинического анализа крови.

### Лечение хронического вирусного гепатита С.

Пациенты с хроническим вирусным гепатитом С получают необходимые лекарственные препараты в амбулаторных условиях.

Пациенты с хроническим вирусным гепатитом С получают лечение наиболее эффективными на сегодняшний день противовирусными препаратами прямого действия. С 1 сентября 2024 года функционирует федеральный регистр пациентов с хроническими вирусными гепатитами. Единственным основанием для включения в регистр является факт выявления маркера гепатита С.

Регистр позволяет четко представлять, сколько в стране таких пациентов и на какой стадии заболевания они находятся, кого нужно лечить в первую очередь, а кому без угрозы для ухудшения состояния здоровья можно запланировать лечение в несрочном порядке.

### Совершенствование экстренной медицинской помощи.

Благодаря федпроекту экстренная медицинская помощь, в том числе с использованием санитарной авиации, становится эффективнее. Пациентов из труднодоступных мест быстрее доставляют в больницы. Для экстренной медицинской помощи будут созданы 99 приемных отделений с современной инфраструктурой.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Получение экстренной медицинской помощи →**

Как получить? →

### Получение экстренной медицинской помощи.

Для оказания экстренной помощи жителям отдаленных и труднодоступных районов развивается система санитарной авиации, создаются новые приемные отделения с современной инфраструктурой.

Экстренная медицинская помощь оказывается медорганизациями при заболеваниях, несчастных случаях, травмах, отравлениях, других случаях и состояниях, которые требуют срочного медицинского вмешательства. При необходимости осуществляется медицинская эвакуация. Максимальное время эвакуации пострадавших в травматологические центры первого уровня не превышает 30 минут. Вертолеты также используются в случаях, когда нужно срочно транспортировать пациента из районного медицинского учреждения в региональную клинику.

### Развитие федеральных медицинских организаций, включая развитие сети национальных исследовательских центров.

По федпроекту расширяется сеть национальных медицинских исследовательских центров, работающих по таким направлениям, как «скорая медицинская помощь», «нефрология», «гастроэнтерология», «ревматология», «аллергология и иммунология», «медицинская генетика», «дерматовенерология». Число НМИЦ вырастет до 45, благодаря чему помощь с применением сложных методов лечения получают не менее 1,5 млн человек.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

Получение высокотехнологичной  
медицинской помощи с применением  
сложных методов лечения →

Как получить? →

**Получение высокотехнологичной медицинской помощи с применением сложных методов лечения.**

Высокотехнологичная медицинская помощь (ВМП) подразумевает применение новых сложных или уникальных методов лечения.

Национальные медицинские исследовательские центры оснащены необходимым оборудованием для оказания высокотехнологичной медицинской помощи. Получить её бесплатно по полису ОМС можно только в медицинском учреждении, которое входит в реестр фонда обязательного медицинского страхования.

ВМП включена в Программу государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи.

**Оптимальная для восстановления медицинская реабилитация.**

По федпроекту модернизируется система медицинской реабилитации. На региональном уровне закупается оборудование для организаций, где пациенты восстанавливаются после перенесенных заболеваний и травм.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Получение медицинской реабилитации →**

Как получить? →

**Получение медицинской реабилитации.**

Восстановить здоровье после перенесенных заболеваний и травм пациенты могут в отделениях медицинской реабилитации

В регионах продолжается открытие и переоснащение отделений медицинской реабилитации, где пациенты могут получить необходимую помощь для восстановления.

## Медицинские кадры.

Благодаря новым мерам кадровой политики здравоохранения больше специалистов, в том числе молодых, трудоустраиваются в государственные медицинские организации. Это способствует снижению дефицита врачей.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Повышение квалификации  
медицинских работников →**

Как получить? →

### Повышение квалификации медицинских работников.

Медицинские работники могут повысить профессиональную квалификацию.

Для повышения квалификации медицинских работников проводятся различные образовательные мероприятия, организуются интерактивные обучающие модули, функционируют симуляционные центры, где можно отточить профессиональные навыки.

### Национальная цифровая платформа «Здоровье».

По федпроекту создается цифровая платформа «Здоровье». На ней будут доступны сервисы сопровождения и персонального мониторинга показателей здоровья пациентов, в том числе на основе цифровых медицинских профилей. Благодаря платформе будет обеспечен переход на безбумажный медицинский документооборот, а также создана база данных для разработки продуктов на базе искусственного интеллекта.

## Возможности, которыми можно воспользоваться

Возможность

**Использование услуг (сервисов) в Личном кабинете пациента «Мое здоровье» на Едином портале государственных услуг и функций →**

[Как получить? →](#)

**Использование услуг (сервисов) в Личном кабинете пациента «Мое здоровье» на Едином портале государственных услуг и функций.**

**Записываться на приём к врачу, следить за состоянием здоровья, получать информацию об оказанных медицинских услугах – всё это можно делать через личный кабинет сервиса «Моё здоровье» на портале Госуслуги.**

**В личном кабинете пациента «Мое здоровье» на портале Госуслуги можно записаться на прием к врачу, посмотреть результаты исследований и данные из дневника наблюдения за состоянием здоровья, узнать сведения из электронного больничного листа. Также здесь можно посмотреть прикрепление к поликлинике и, при необходимости, поменять его, оформить за один день полис ОМС себе или ребенку. Полис будет в мобильном приложении на смартфоне. Если понадобится, документ можно скачать.**

**[Информация с сайта «Национальные проекты.рф»](#)**