Пройти диспансеризацию в 2019 году станет проще. Работнику полагается один дополнительный выходной день для ее прохождения, лицам предпенсионного возраста – два выходных. Законные выходные будут оплачены.

Воспользоваться возможностью проверить свое физическое состояние могут лица, достигшие 21 года и выше, с 3-х летней периодичностью. В этом году диспансеризацию проходят граждане, родившиеся в следующие годы: 1920, 1923, 1926, 1929, 1932, 1935, 1938, 1941, 1944, 1947, 1950, 1953, 1956, 1959, 1962, 1965, 1968, 1971, 1974, 1977, 1980, 1983, 1986, 1989, 1992, 1995, 1998. Узнать, можно ли пройти диспансеризацию, достаточно просто. Для этого возраст следует разделить на 3. Если число делится без остатка – человеку нужно пройти диспансеризацию именно в этом году.  
Пройти плановое обследование может как работающий человек, так и временно нетрудоустроенный, а также студенты. Для этого необходимо приготовить паспорт и полис обязательного медицинского страхования. Программа диспансеризации включает несколько этапов. На первом (скрининговом) этапе специалисты делают выводы в отношении группы здоровья человека – от 1 до 3. К первой группе относят практически здоровых людей, не имеющих каких-либо отклонений в состоянии организма, не страдающих хроническими заболеваниями. Сюда же входят представители взрослого населения с небольшими отклонениями АД, не влияющими на общее самочувствие.  
Вторая группа - пациенты с хроническими заболеваниями, которые не оказывают влияния на общее самочувствие, не снижающими работоспособность человека. Хронические заболевания у них находятся в состоянии стойкой ремиссии, не имеют обострений. Им необходимо регулярно проходить назначенные процедуры, посещают медицинские мероприятия, направленные на управление здоровьем. К третьей группе относятся люди, имеющие хронические заболевания, сопровождающиеся частыми обострениями. Вследствие этого они могут терять трудоспособность на определенное время (короткое или продолжительное). Пациенты этой группы должны проходить общее обследование чаще остальных согласно рекомендациям врача.  
Вся процедура на первом этапе занимает 2-3 дня, в течение которых человек получает направление и проходит амбулаторные исследования. Диспансеризация 2019 предполагает, что в неё входит биохимический анализ крови на уровень сахара и холестерина, с 49 лет анализ кала на скрытую кровь, а для женщин - онкоосмотр. Всем необходимо пройти флюорографию или иметь с собой свежий результат (не менее 1 года). Перечень обследований меняется в зависимости от возраста человека. Среди обязательных программ в следующем году стоит выделить электрокардиограмму (мужчины после 36 лет, женщины – 45 лет). Кроме того, женщины с 39 лет проходят маммографию, мужчины 45-51 года – сдают анализ на простатический специфический антиген.  
В результате терапевт должен составить анкету, где укажет возможные риски: излишний вес, неправильное питание, вредные привычки, имеющиеся хронические заболевания, и даст рекомендации по поддержанию здоровья. Если во время прохождения диспансеризации были выявлены риски приобретения либо наличия хронических болезней, то появляется необходимость проведения второго этапа.