

**Если у вас есть полис ОМС, можно пройти бесплатную диспансеризацию в поликлинике.** Это комплекс из обследований, анализов и приемов врачей, в том числе узких специалистов.

Бесплатную диспансеризацию можно пройти в возрасте, кратном трем. Например, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39 лет и так далее. Не нужно ждать дня рождения — диспансеризация положена уже с января того года, в котором вам исполнится нужное количество лет. Виды анализов и обследований назначают в зависимости от возраста, пола и показаний.

Диспансеризацию проводят в два этапа. Сначала первичный прием и стандартные обследования. Потом, если нужно, консультации узких специалистов и углубленные обследования. Все бесплатно.

Чтобы пройти диспансеризацию, можно взять выходной на работе. Эта гарантия предусмотрена новостью статье 185.1 ТК РФ.

Вот основные условия:

1. Если работнику осталось 5 лет до пенсии, он может брать для диспансеризации два выходных каждый год.
2. Работникам младшего возраста можно взять для диспансеризации один выходной раз в три года.
3. Дату нужно согласовать заранее. Без разрешения уйти нельзя.
4. За этот день выплатят средний заработок. То есть выходной оплачиваемый, а не за свой счет.

Для начала диспансеризации стоит узнать, как ее проводят в вашей поликлинике — в какие дни, нужна ли запись и как ускорить процесс. Обычно информация есть на сайтах поликлиник.

Пользуйтесь порталом Госуслуг, чтобы не тратить время на талончики и очереди. Если в 2019 году вам не положена диспансеризация, можно пройти профилактический осмотр — тоже за счет средств ОМС, то есть бесплатно.

Проверьте, к какой поликлинике вы прикреплены: <https://www.gosuslugi.ru/314764/1>  
Запишитесь к терапевту для первичной консультации: <https://www.gosuslugi.ru/10066/1>

И будьте здоровы!

