

Рассчитать свой биологический возраст и записаться в Центр здоровья можно на сайте ТФОМС СК

Жители Ставропольского края могут бесплатно оценить резервы организма и получить персональные рекомендации в Центрах медицины здорового долголетия и при прохождении диспансеризации

В Ставропольском крае активно развивается система профилактики заболеваний и поддержки здорового образа жизни. Жители региона могут бесплатно воспользоваться специализированными медицинскими услугами по полису ОМС, направленными на здоровое долголетие. Ключевое звено этой системы – Центры медицины здорового долголетия (Центры здоровья). А предварительно узнать свой биологический возраст можно на [сайте ТФОМС СК](#).

С 2026 года граждане могут самостоятельно, без направления врача, обратиться в Центр здоровья по полису ОМС. Основное отличие таких центров от обычной медицинской помощи – акцент на профилактику и оценку резервов организма, а не на лечение уже имеющихся заболеваний.

В обследование входит оценка функционального состояния и резервов организма, выявление факторов риска развития заболеваний задолго до появления первых симптомов, составление персональной карты здорового образа жизни, консультации по коррекции питания, физической активности и режима дня, помощь в отказе от курения (специализированные занятия), обучение методам самоконтроля артериального давления и других показателей.

В Ставропольском крае на базе городских поликлиник и районных больниц работают 11 Центров здоровья. На 2026 год на их работу и оказание медицинской помощи выделено из бюджета ТФОМС СК около 269 млн рублей. Запланировано принять 83 тысячи жителей региона. С начала года услуги уже получили почти 44 тысячи человек (финансирование – более 94 млн рублей).

Важной частью программы здорового долголетия в Ставропольском крае остаются диспансеризация и профилактические медицинские осмотры, проводимые бесплатно по полису ОМС. Эти мероприятия позволяют выявить хронические неинфекционные заболевания и факторы риска их развития на ранних стадиях, когда лечение наиболее эффективно. Диспансеризацию гражданам старше 40 лет можно проходить ежегодно, в возрасте от 18 до 39 лет – раз в три года.

Профилактический осмотр доступен ежегодно для всех взрослых граждан вне зависимости от возраста. По итогам обследований врачи составляют индивидуальные рекомендации, при необходимости направляют на дополнительное обследование или лечение.

Ожидается, что в 2026 году профилактические мероприятия пройдут порядка 2 млн человек. На эти цели в бюджете ТФОМС СК предусмотрено 270 млн рублей. Уже проверили свое здоровье более 1,3 млн человек, из которых почти 500 тысяч – дети.

«Профилактика заболеваний и выявление рисков их развития – один из ключевых параметров Программы госгарантий на оказание бесплатной медицинской помощи. Государство дает возможность гражданам позаботиться о своем здоровье, и этой возможностью нужно воспользоваться. Центры здоровья позволяют предотвращать

болезни, сохраняя качество жизни на долгие годы», – отмечает директор Территориального фонда ОМС Ставропольского края Натела Павличенко.