

Календарь здоровья семьи 2025–2026

Отметь важные даты для прохождения диспансеризации и вакцинации всех членов семьи



Октябрь

	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29
30	31				

Ноябрь

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Декабрь

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Январь

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Февраль

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Март

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Апрель

			1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				

Май

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Июнь

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Июль

			1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

Август

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Сентябрь

			1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13		
14	15	16	17	18	19	20		
21	22	23	24	25	26	27		
28	29	30						

Медицинский осмотр и вакцинация – вклад в здоровое будущее вашей семьи

Пройдите диспансеризацию – убедитесь, что все в порядке!

18–39 лет – Ваше здоровье полностью в Ваших руках. Своевременный визит к врачу позволит **исключить:**

- Каждый год:**
- Болезни сердца и сосудов
 - Сахарный диабет
 - Рак шейки матки
- Раз в 2 года:**
- Болезни органов дыхания
- Раз в 10 лет, начиная с 25 лет:**
- Гепатит С

С возрастом риски меняются, поэтому в **40+** лет важно проходить диспансеризацию каждый год, чтобы **исключить:**

- Каждый год:**
- Болезни сердца и сосудов
 - Сахарный диабет
 - Рак шейки матки
 - Рак кишечника (65–75)
- Раз в 2 года:**
- Болезни органов дыхания
 - Рак груди
 - Рак кишечника (40–64)
- В 45, 50, 55, 60 и 64:**
- Рак простаты

Профосмотр – ежегодно
Диспансеризация – 1 раз в 3 года

Диспансеризация – ежегодно

Проверьте свой статус вакцинации:

- Грипп** – 1 доза (ежегодно)
- Гепатит В** – 3 дозы по схеме 0–1–6 месяцев (для непривитых ранее)
- Дифтерия** – 3 дозы по схеме (для непривитых ранее)
- Столбняк** – Ревакцинация каждые 10 лет
- Дифтерия** – 3 дозы по схеме (для непривитых ранее)
- Корь, Краснуха, Паротит** – 2 дозы с интервалом 3 месяца (для непривитых ранее)

Рекомендованные по эпидемиологическим показаниям прививки могут отличаться в зависимости от региона. Уточняйте информацию в своей поликлинике.

Наведите камеру телефона на qr-код чтобы прочитать о детских прививках:



Спланируй заботу о здоровье семьи на весь год