Унифицированная форма
Утверждена постановлением Госкомстата
России от 06.04.01 № 26

	Код
Форма по ОКУД	0301026
по ОКПО	

ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ
(наименование организации)

Номер документа	Дата
829-Д	17.08.2026

ПРИКАЗ
(распоряжение)

«Об организации работы Центра медицины здорового долголетия в ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ»

В целях реализации Постановления Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2025 года № 2188 «О Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2026 год и на плановый период 2027 и 2028 годов», для достижения плановых показателей регионального проекта «Здоровье для каждого» национального проекта «Продолжительная и активная жизнь» на 2026 год, в соответствии с Методическими рекомендациями по порядку проведения в центрах здоровья (центрах медицины здорового долголетия) анкетирования, оценки биологического возраста и исследований обратившихся граждан, интерпретации их результатов и порядку действий в случае выявления изменений, утвержденными Заместителем Председателя Правительства Российской Федерации Т.А. Голиковой 16 апреля 2026 года № ТГ-П12-13232 (далее – Методические рекомендации), приказа МЗ Республики Башкортостан от 30.07.2026 г. № 1583-Д «Об организации работы Центров медицины здорового долголетия в Республике Башкортостан в 2026 году», в рамках реализации государственной политики в сфере охраны здоровья граждан, увеличения ожидаемой продолжительности жизни населения Республики Башкортостан, совершенствования профилактической медицины и внедрения инновационных подходов к сохранению активного долголетия,

приказываю:

1. Организовать Центр медицины здорового долголетия (далее - ЦМЗД) на базе Центра здоровья ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ с зонами ответственности: ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ, ГБУЗ РБ Учалинская ЦРБ, ГБУЗ РБ Бурзянская ЦРБ, ГБУЗ РБ Аскаровская ЦРБ, ФГБУЗ МСЧ №142 ФМБА России.
2. Утвердить:
2.1. Положение об организации ЦМЗД на базе Центра здоровья для взрослого населения в соответствии с Приложением № 1 к настоящему приказу;
2.2. Алгоритм и этапы обследований пациентов в ЦМЗД в соответствии с Приложением № 2 к настоящему приказу;
2.3. Перечень лабораторных исследований, предоставляемых в ЦМЗД, направленных на выявление изменений в организме человека, которые могут привести к реждевременной активации механизмов старения и формированию факторов риска развития заболеваний в соответствии с Приложением № 3 настоящего приказа;

2.4. Форму «Паспорт здоровья» ЦМЗД в соответствии с Приложением № 4 к настоящему приказу;

3. Заведующей Центром здоровья Хасановой Т.В.:

3.1.Организовать работу ЦМЗД в соответствии с Положением о работе ЦМЗД.

3.2.Организовать проведение обследования граждан в соответствии с Алгоритмом

3.3.Организовать информирование населения о функционировании ЦМЗД с указанием графика работы и контактов на сайтах. социальных сетях

3.4.Обеспечить представление отчета о работе ЦМЗД в ГБУЗ Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики (далее – ГБУЗ РЦОЗиМП) на адрес электронной почты: UFA.RCMP@doctorrb.ru в срок до 5 числа месяца, следующего за отчетным

4. Начальнику отдела кадров Уразметову А.И. организовать подготовку кадров для профессиональной деятельности в ЦМЗД по медицине здорового долголетия.

5. Контроль исполнения настоящего приказа возложить на заместителя главного врача по АПС Лисицкую Е.Н.

Руководитель организации Главный врач _____ Фаткуллин И.Ф.
(должность) (подпись) (расшифровка подписи)

С приказом (распоряжением) ознакомлен _____ 20 ___ года
(подпись работника)

Приложение № 1
к приказу ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ
«17» 08 2026 года № 829-Д

Положение
об организации Центра медицины здорового долголетия на базе Центра здоровья ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение устанавливает требования к организации, кадровому обеспечению, диагностике, консультированию, маршрутизации пациентов и мониторингу деятельности Центра медицины здорового долголетия (далее – ЦМЗД) на базе Центра здоровья ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ;
1.2. ЦМЗД является структурным подразделением Центра здоровья.
1.3.Центр осуществляет деятельность в соответствии с лицензией на медицинскую деятельность.

2. Цель и задачи деятельности ЦМЗД

2.1. Целью деятельности ЦМЗД является:

- выявление признаков преждевременного старения и рисков развития возраст - ассоциированных заболеваний, их предупреждение и коррекция;
- комплексная оценка биологического возраста пациентов;
- раннее выявление факторов риска хронических неинфекционных заболеваний и диагностика возрастных изменений, ускоряющих процессы старения;
- сохранение и продление периода жизни без хронических заболеваний и инвалидности;
- выявление и ликвидация признаков преждевременной активации биологических механизмов старения;
- выявление и коррекция предрисков развития неинфекционных заболеваний;
- формирование индивидуальных программ профилактики;
- обеспечение преемственности в оказании гражданам медицинской помощи.

3. Контингент обследования

3.1. Обследованию подлежат лица в возрасте 18 лет и старше без ограничения по верхнему возрастному порогу.
3.2. Не подлежат обследованию:

- лица, получающие паллиативную медицинскую помощь;
- инвалиды I группы;
- лица с выраженными психическими расстройствами или тяжелыми когнитивными нарушениями, не позволяющими провести анкетирование и исследования.

3.3. Граждан, находящихся под диспансерным наблюдением по хроническим неинфекционным заболеваниям, рекомендуется обследовать исключительно в части механизмов преждевременного старения и предрисков развития заболеваний, не охваченных диспансерным наблюдением.

4. Кадровое обеспечение

4.1. Медицинская помощь в ЦМЗД может оказываться врачом по медицине здорового долголетия либо врачом по медицинской профилактике, прошедшим дополнительное обучение по медицине здорового долголетия.
4.2. К ведению граждан могут привлекаться (в том числе в качестве внешних или внутренних совместителей):

- медицинские психологи;
- психотерапевты;
- врачи-неврологи;
- диетологи;
- специалисты по лечебной физкультуре;
- и иные специалисты по показаниям.

5. Материально-техническое обеспечение.

Все исследования проводятся с использованием зарегистрированных медицинских изделий, программного обеспечения и методик, разрешенных к применению в Российской Федерации в соответствии с Методическими рекомендациями.

6. Оснащение ЦМЗД включает:

Медицинские изделия и оборудование, включенные в стандарт оснащения Центра здоровья (приложение №6 к Порядку организации иосуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведениямероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях, утвержденному приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 29 октября 2020 г. № 1177н, дополненный приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 12 января 2026 г. № 4н);

N п/п	Наименование	Количество, шт.
1.	Аппаратно-программный комплекс для скрининг-оценки уровня психофизиологического и соматического здоровья, функциональных и адаптивных резервов организма с комплектом оборудования для измерения параметров физического развития	1
2.	Система скрининга сердца компьютеризированная (экспресс-оценка состояния сердца по ЭКГ-сигналам от конечностей)	1
3.	Аппарат для комплексной детальной оценки функций дыхательной системы (спирометр компьютеризированный)	1
4.	Экспресс-анализатор для определения общего холестерина и глюкозы в крови (с принадлежностями)	1
5.	Анализатор окиси углерода выдыхаемого воздуха с определением карбоксигемоглобина (смокелайзер)	1
6.	Пульсоксиметр (оксиметр пульсовой)	1
7.	Комплект оборудования для зала лечебной физической культуры	1
8.	Комплект оборудования для наглядной пропаганды здорового образа жизни	1
9.	Комплект наглядных пособий	1
10.	Рабочее место гигиениста стоматологического (установка стоматологическая, компрессор, пылесос-слюноотсос)	1
11.	Рабочее место медицинского оптика-оптометриста (медицинской сестры) (набор пробных очковых линз и призм с пробной оправой, проектор знаков, автоматический рефрактометр, автоматический пневмотонометр)	1
12.	Персональный компьютер	15
13.	Принтер	4
14.	Тонометр	4
15.	Весы	1

16.	Ростомер	1
17.	Сантиметровая лента	1
18.	Динамометр/измеритель силы щипка ручной, электронный	1
19.	Плетизмограф для исследования конечностей	1
20.	Стол для осмотра/ терапевтических процедур, с питанием от сети	1
21.	Контейнер для стерилизации/ дезинфекции, многоразового использования	1
22.	Система мониторинга глюкозы ИВД, для использования вблизи пациента	1
23.	Пикфлоуметр, цифровой	1
24.	Биоимпедансметр для анализа внутренних сред организма (определение соотношения воды, мышечной и жировой ткани в организме)	1

- зарегистрированное программное обеспечение для оценки биологического возраста, оценки нейрокогнитивных функций, их улучшения и коррекции психоэмоционального состояния.

7. Порядок проведения обследований

7.1. Первый этап (обязательный)

Первый этап рекомендуется проводить всем обратившимся гражданам и включает:

-расширенное анкетирование (в том числе дистанционно и с использованием цифровых технологий);

-физикальные обследования (баланс-тесты, тест на гибкость суставов, тест "встань и иди", кистевая динамометрия), биоимпедансометрия, аппаратная оценка возраста сосудов (включая жесткость артерий и пульсовую волну), в том числе с использованием медицинских изделий, позволяющих одномоментно провести указанные выше исследования, в целях расчета биологического возраста;

-расчет биологического возраста по формуле А.Г. Горелкина-Пинхасова или с использованием алгоритма АнтропоЭйдж;

-оценка полученных результатов и принятие врачом решения о необходимости второго этапа.

7.2. Второй этап (при наличии показаний)

Второй этап рекомендуется проводить при отклонении биологического возраста от календарного в сторону увеличения, отклонении в физикальных и инструментальных методах исследований, когнитивных тестах и отдельных нарушений (согласно п 3.2 приложения 3 к Методическим рекомендациям), который включает:

-клинический анализ крови, общий анализ мочи, биохимические исследования крови, 16-S секвенирование микробиома кишечника в соответствии с примерными программами исследования, приведенными в приложении № 7 к Программе государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи на 2026 год и на плановый период 2027 и 2028 годов, утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2025 года № 2188;

-когнитивную и психоэмоциональную оценку;
-комплексную оценку полученных результатов в соответствии с алгоритмами, приведенными в приложении № 3 к Методическим рекомендациям.
По результатам лабораторных исследований возможен дополнительный расчет биовозраста ФеноЭйдж.
При выявлении признаков преждевременного старения и предрисков развития хронических неинфекционных заболеваний рекомендуется представление пациенту рекомендаций врача и взятие под динамическое наблюдение.

8. Консультирование и формирование индивидуального плана

8.1. По результатам обследования гражданину проводится индивидуальное профилактическое медицинское консультирование.
8.2. Консультирование включает рекомендации по:

- коррекции питания;
- оптимизации физической активности;
- восполнению дефицита витаминов и минералов, в том числе с использованием биологически активных добавок;
- коррекции параметров организма, включая использование геропротекторов и биологически активных добавок;
- улучшению нейрокогнитивных функций, включая рекомендации по посещению учреждений культуры, культурных мероприятий, выставок, постановок и тд.;
- коррекции психоэмоционального состояния;
- санаторно-курортному оздоровлению (при необходимости).

8.3. По итогам обследования оформляется «Паспорт здоровья»согласно утвержденной форме.

9. Маршрутизация и преемственность

9.1. При выявлении факторов риска гражданин направляется к врачу по медицинской профилактике для диспансерного наблюдения.
9.2. При выявлении заболеваний осуществляется направление к профильным специалистам.
9.3. ЦМЗД обеспечивает преемственность и передачу медицинских данных между врачом ЦМЗД и медицинскими работниками амбулаторно-поликлинического звена.
9.4. Для граждан, проживающих в сельской местности или отдаленных населенных пунктах, консультирование может быть проведено с использованием телемедицинских технологий.

10. Динамическое наблюдение

10.1. При выявлении признаков преждевременного старения и предрисков развития заболеваний проводится динамическое наблюдение.
10.2. Повторная оценка проводится через 3 месяца, далее – с периодичностью, устанавливаемой врачом, но не чаще 2 раз в год, в том числе с использованием дистанционных технологий.

11. Медицинская документация и отчетность

11.1. Все результаты обследований подлежат внесению в Государственную информационную систему в сфере здравоохранения Республики Башкортостан, электронную медицинскую карту пациента.
11.2. Обеспечивается соблюдение требований врачебной тайны и законодательства о персональных данных.
11.3. ЦМЗД представляет ежемесячный отчет о работе по установленной форме в ГБУЗ РЦОЗ и МП.

12. Контроль качества

12.1. Контроль деятельности ЦМЗДосуществляется в рамках внутреннего контроля качества и безопасности медицинской деятельности и органами исполнительной власти в сфере охраны здоровья в рамках ведомственного контроля качества и безопасности медицинской деятельности.

12.2. Оценку эффективности рекомендуется проводить по следующим параметрам:

- процент охвата населения исследованиями в ЦМЗД;
- выявляемость предрисков и активированных механизмов старения (в процентах от обратившихся);
- процент пациентов с выявленными предрисками и активированными механизмами старения, находящихся под динамическим наблюдением;
- динамика изменения биологического возраста (среднее арифметическое значение изменения биологического возраста по всем пациентам, находящимся под динамическим наблюдением, рассчитываемое раз в полгода);
- доля пациентов, охваченных дистанционным наблюдением;
- доля пациентов, получивших консультации с применением телемедицинских технологий.

13. Заключительные положения

13.1. Настоящее Положение подлежит актуализации при изменении законодательства Российской Федерации;

13.2. При проведении первого и второго этапов исследований используются сведения, внесенные в медицинские информационные системы, а также результаты ранее проведенных профилактических осмотров, диспансеризации и иных медицинских осмотров.

Приложение №2
к приказу Минздрава РБ
от «17» 08 2026г.
№ 829-D

Алгоритм и этапы обследований в Центрах медицины здорового долголетия

I этап

1. Обследования:

- Расширенное анкетирование (в том числе дистанционно и с использованием цифровых технологий)
- Физикальные обследования
- Функциональная инструментальная диагностика
- Расчет биологического возраста
- Когнитивная диагностика

2. Индивидуальное углубленноепрофилактическое консультированиеи разработка индивидуальной программыпо ведению здорового образа жизни, рекомендация индивидуальной программы здорового питания (КОД 84682)

нет отклонений

- отклонении биологического возраста от календарного в сторону увеличения на 5 и более лет;
- отклонениях в физикальных и инструментальныхметодах исследований;
- отклонениях в когнитивных тестах; наличии отдельных нарушений

II этап

1. Обследования по пакетам:

Г2, Г3	Г2,Г4	Г5	Г5	Г1	Г7

- по результатам лабораторных исследований возможен дополнительный расчёт биологического возраста ФеноЭйдж;
- консультирование специалистов;
- по итогам обследования (первого и/или второго этапа) оформляется Паспорт здоровья;

Динамическое наблюдение

через 3 месяца с момента постановки на диспансерное наблюдение КОД 84546

через 6 месяцев с момента постановки на диспансерное наблюдение КОД 84547

Приложение № 3
к приказу ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ
«17» 08 2026 года № 829-Д

Перечень лабораторных исследований, предоставляемых в центрах здоровья (центрах медицины здорового долголетия)

№ п/п	Код медицинской услуги	Наименование медицинской услуги
•	A09.05.026	Исследование уровня холестерина в крови
•	A09.05.025	Исследование уровня триглицеридов в крови
•	A09.05.028	Исследование уровня холестерина липопротеинов низкой плотности
•	A09.05.028.002	Исследование уровня холестерина липопротеинов очень низкой плотности
•	A09.05.004	Исследование уровня холестерина липопротеинов высокой плотности в крови
•	A09.05.027.002	Исследование крови для определения аполипопротеина b
•	A09.05.027.003	Исследование крови для определения липопротеина (а)
•	A09.28.010	Исследование уровня мочевой кислоты в крови
•	A09.05.214	Исследование уровня гомоцистеина в крови
•	A12.06.060	Определение уровня витамина В12 (цианокобаламин) в крови
•	A09.05.080	Исследование уровня фолиевой кислоты в сыворотке крови
•	A09.05.051.001	Определение концентрации Д-димера в крови
•	A09.05.007	Исследование уровня железа сыворотки крови
•	A09.05.008	Исследование уровня трансферрина сыворотки крови
•	A09.05.030	Исследование уровня натрия в крови
•	A09.05.034	Исследование уровня хлора в крови
•	A09.05.031	Исследование уровня калия в крови
•	A09.05.256	Определение про- натрийуретического пептида (в случае отклонения в сторону увеличения показателей биологического возраста от календарного на 5 лет и более)

*- Приказ Минздрава РБ от 21 января 2025 г. №108-Д «О совершенствовании деятельности службы клинической и микробиологической (бактериологической) лабораторной диагностики в Республике Башкортостан»

Приложение № 4
к приказу ГБУЗ РБ Белорецкая ЦРКБ
«17» 08 2026 года № 829-Д

Центр медицины здорового долголетия
«Паспорт здоровья»

1. Общие сведения о пациенте
1.1. Фамилия _____
1.2. Имя _____
1.3. Отчество _____
1.4. Дата рождения «__» _____ ____ г. Возраст ____ лет
1.5. Пол: □ мужской □ женский
1.6. СНИЛС (при наличии) _____
1.7. Адрес проживания _____
_____
1.8. Контактный телефон _____
1.9. Медицинская организация по месту прикрепления
_____
1.10. Участковый врач / врач общей практики (Ф.И.О.)
_____
2. Дата и вид визита
2.1. Дата первичного визита в Центр: «__» _____ 202__ г.
2.2. Тип визита: □ первичный (1-й этап) □ повторный (динамика)
2.3. Врач, проводивший обследование (Ф.И.О.)
_____
3. Анкетирование и самооценка здоровья
3.1. Самооценка состояния здоровья: □ хорошее □ удовлетворительное □ плохое
3.2. Жалобы (отметить при наличии): □ общая слабость, утомляемость □ снижение выносливости / переносимости нагрузки □ одышка при небольшой нагрузке □ нарушение сна □ снижение памяти / внимания □ снижение настроения, тревожность □ частые простудные заболевания (более 5 раз в год) □ другие: _____
3.3. Образ жизни: – курение: □ да □ нет (если да, стаж ____ лет, сигарет/день ____) – употребление алкоголя: □ не употребляет □ эпизодически □ регулярно – физическая активность (ходьба и др. умеренной интенсивности): □ менее 60 мин/неделю □ 60–149 мин/неделю □ ≥ 150 мин/неделю – режим питания: □ нерегулярный □ регулярный, но несбалансированный □ в целом сбалансированный
4. Основные антропометрические и функциональные показатели (заполняются при первичном и повторных визитах)
4.1. Рост _____ см
4.2. Масса тела _____ кг
4.3. Индекс массы тела (ИМТ) _____ кг/м²
4.4. Окружность талии _____ см
4.5. Артериальное давление _____ / _____ мм рт. ст.
4.6. Частота сердечных сокращений _____ уд/мин
4.7. Пульсоксиметрия (SpO_2) _____ %
4.8. Состав тела (по данным биоимпедансметрии, при наличии): – доля жировой массы _____ % – доля мышечной массы _____ % – висцеральный жир (если определяется) _____
4.9. Мышечная сила (кистевая динамометрия): – правая рука _____ кг – левая рука _____ кг
4.10. Тест 6-минутной ходьбы (при проведении): – дистанция _____ м
5. Биологический возраст и предриски
5.1. Биологический возраст: _____ лет
5.2. Календарный возраст: _____ лет
5.3. Разница: биологический возраст □ соответствует возрасту (± 4 года) □ превышает календарный на ____ лет □ ниже календарного на ____ лет

5.4. Выявленные признаки преждевременной активации механизмов старения (отметить): □ превышение биологического возраста над календарным ≥ 5 лет □ снижение мышечной силы (меньше референсных значений) □ снижение общей выносливости / толерантности к нагрузке □ снижение когнитивных функций (по результатам тестов) □ признаки эмоционального неблагополучия (тревога, депрессия) □ другие: _____

5.5. Выявленные предриски и факторы риска (отметить): □ избыточная масса тела (ИМТ 25,0–29,9 кг/м²) □ ожирение (ИМТ ≥ 30,0 кг/м²) □ абдоминальное ожирение (ОТ > 94 см у мужчин, > 80 см у женщин) □ низкая физическая активность (< 150 мин/нед ходьбы умеренной интенсивности) □ нарушения углеводного обмена (преддиабет, повышенная гликемия) □ дислипидемия (повышенный холестерин / ТГ) □ повышение АД (≥ 140/90 мм рт. ст. или приём антигипертензивных препаратов) □ частые респираторные заболевания □ нарушения сна □ другие:

_____

6. Основные результаты лабораторных и инструментальных исследований (при наличии и проведении во 2-м этапе или ранее в течение 6 месяцев)

6.1. Глюкоза крови натощак _____ ммоль/л (дата: «__» _____ 20__ г.)

6.2. HbA1c _____ % (дата: «__» _____ 20__ г.)

6.3. Липидный профиль (дата: «__» _____ 20__ г.): – общий холестерин _____ ммоль/л – ЛПНП _____ ммоль/л – ЛПВП _____ ммоль/л – триглицериды _____ ммоль/л

6.4. Другие значимые показатели (при наличии):

_____

6.5. Данные инструментальных исследований (по наличию): □ денситометрия (дата, результат): _____ □ ЭКГ (дата, кратко): □

другие:_____

7. Итоговое заключение Центра (по результатам визита)

7.1. Краткая характеристика состояния здоровья и факторов риска:

_____

7.2. Наличие признаков преждевременного старения: □ не выявлены □ выявлены (описать кратко):

_____

7.3. Наличие предрисков: □ не выявлены □ выявлены (перечислить): _____

7.4. Необходимость проведения 2-го этапа исследований: □ требуется □ не требуется (при необходимости – указать объём исследований)

8. Индивидуальные рекомендации

8.1. Рекомендации по питанию: _____

8.2. Рекомендации по физической активности:

_____

8.3. Рекомендации по когнитивной активности и психоэмоциональному состоянию:

_____

8.4. Дополнительные рекомендации (сон, режим труда/отдыха, отказ от вредных привычек и др.):

_____

8.5. Направление к другим специалистам: □ врач-терапевт / врач общей практики □ кардиолог □ эндокринолог □ невролог □ гериатр (при наличии показаний и доступности) □ психиатр / психотерапевт (при необходимости) □ другие:

_____

9. План последующего наблюдения

9.1. Необходимость динамического наблюдения в Центре: □ да □ нет (для пилотного проекта, как правило, один контрольный визит в пределах его сроков)

9.2. Планируемая дата контрольного визита (при наличии):

«__» _____202__ г.

9.3. Рекомендации по наблюдению у врача по месту жительства:

_____

10. Подписи Врач Центра медицины здорового долголетия/врач по медицинской профилактике

_____ / _____

(Ф.И.О.) (подпись)

Пациент ознакомлен _____ (Ф.И.О.) (подпись)

Дата заполнения паспорта: «__» _____ 202__ г.