

Пошаговый план: Как получить военный билет, если у тебя основания для освобождения по весу в 2026 году

Инструкция от экспертов [«ПризываНет»](#)

Привет! Раз ты читаешь этот файл, значит, к вопросу с армией решил подойти с умом.

Давай смотреть правде в глаза: на дворе 2026 год. Реестр электронных повесток работает в полную силу. Старые схемы формата «не живу по прописке и не открываю дверь» больше не работают. За неявку по электронной повестке теперь автоматически закрывают выезд за границу, блокируют водительские права и операции с недвижимостью.

Бегать от военкомата — себе дороже. Решать вопрос нужно только по закону. Сегодня мы разберем одно из самых частых оснований для освобождения от службы — вес.

Многие парни даже не подозревают, что худоба или полнота — это прямое основание для отсрочки или полного освобождения от призыва. Если это не просто особенность, а патология, то армейские нагрузки опасны для здоровья. Ниже — четкий алгоритм, что делать именно тебе.

Блок 1. Считаем ИМТ (индекс массы тела)

В военкомате не смотрят просто на килограммы. Там смотрят на соотношение веса и роста — ИМТ.

Формула: Вес (в килограммах) разделить на Рост (в метрах, возведенных в квадрат).

*Пример: Твой вес 55 кг, рост 1.80 м. ИМТ = $55 / (1.8 * 1.8) = 16.9$.*

Сверяем результаты с законом:

● Недовес (ИМТ меньше 18.5).

Важно: По новым правилам, сама по себе худоба сейчас не дает отсрочку. Но низкий ИМТ — это основание для тщательного обследования в стационаре. Военкомат обязан дать тебе направление. Если в больнице найдут заболевание, которое стало **причиной потери веса** (например, проблемы с ЖКТ или щитовидкой), то это основание получить категорию «В» и военник.

● Перевес / Ожирение (ИМТ больше 40.0).

Если ИМТ от 40.0 и выше — это алиментарное ожирение 3-й степени. По закону с этим не берут в армию. Тебе обязаны дать категорию «В» (или «Г» на полгода, если ожирение выявлено впервые, а потом — военный билет).

Внимание: Если ИМТ 39.9 — для военкомата ты абсолютно здоров и пойдешь служить, просто не в элитные войска. Важны десятые доли!

Блок 2. Пошаговый план действий (Ваша стратегия)

Шаг 1. Зафиксируй вес в независимой клинике (уже завтра!)

Не жди повестки. Иди в поликлинику по месту жительства или в частную клинику к терапевту. Заяви свои жалобы, например, на быструю утомляемость (при недовесе) или одышку (при перевесе). Главное — врач должен официально вписать цифру роста и веса в медкарту.

Шаг 2. Найди причину (Ключевой этап)

Цифры – это важно, но еще не все. Военкомату нужен конкретный диагноз.

Твоя задача — пройти обследование у эндокринолога и гастроэнтеролога. Вес редко бывает экстремально низким или высоким сам по себе. По нашей статистике, в 80% случаев мы находим сопутствующие диагнозы (гастриты, язвы, гормональные сбои), которые железобетонно освобождают от призыва.

Шаг 3. Собери «броню» (Историю болезни)

К моменту похода в военкомат у тебя на руках должна быть пухлая папка с медицинскими документами за последние месяцы. Сделай копии всех заключений врачей. **Правило №1: Никогда не отдавать оригиналы военкомату, только копии!**

Шаг 4. Пройди медицинское освидетельствование в военкомате без ошибок

Пришел по повестке – сразу заявляй жалобы терапевту. Покажи свои медицинские заключения и требуй приобщить копии к личному делу. Цель на этом этапе — получить направление **на дополнительное обследование** от военкомата (Акт исследования состояния здоровья).

Шаг 5. Акт и призывная комиссия

Ты проходишь обследование в больнице, куда направил военкомат. Если диагноз (ожирение 3 степени или заболевание, вызывающее недовес) подтверждается — возвращаешь заполненный акт в военкомат. Призывная комиссия выносит решение о присвоении категории «В» или «Г».

Блок 3. Осторожно: Ловушки военкомата!

⚠ «Магические» весы и ростомер.

В военкомате рост могут случайно измерить на пару сантиметров ниже или выше, чтобы приблизить ИМТ к норме. Следи за цифрами, которые врач пишет в дело! Если что-то не так — пиши заявление о несогласии с результатами медосвидетельствования.

⚠ «У тебя просто кость широкая/узкая».

Врачи в военкомате могут проигнорировать жалобы, если ты пришел без бумаг из больницы. Нет истории болезни — нет направления на обследование.

Блок 4. Что делать дальше?

Путь к военному билету по весу — это не лотерея. Это четкий юридический и медицинский процесс. Малейшая ошибка в сотых долях ИМТ или неправильно сформулированный диагноз от врача в поликлинике — и тебя отправят в часть.

Ты уже сделал первый шаг — оставил заявку и скачал этот план.
В ближайшее время **с тобой свяжется эксперт «ПризываНет»**.

Не игнорируй звонок. Это бесплатная консультация, на которой мы:

1. Вычисляем твой точный ИМТ по стандартам Минобороны.
2. Проанализируем, на что еще, кроме веса, стоит обратить внимание в твоём здоровье.
3. Скажем честно, какие у тебя шансы на получение военного билета в этот призыв.

Мы помогли уже десяткам тысяч парней получить военный билет законно. Поможем и тебе.

Будь на связи! **8 (800) 100-14-61**