pacjent.gov.pl

Profilaktyka chorób układu krążenia (CHUK)

Data aktualizacji
2026-05-27

Mimo coraz lepszej diagnostyki i nowocześniejszych metod leczenia umieralność w Polsce z powodu chorób układu krążenia należy do najwyższych w Europie. Na ich rozwój wpływa wiele czynników związanych ze współczesnym stylem życia, m.in.: nieodpowiednia dieta, palenie tytoniu i picie alkoholu, stres czy brak lub niewystarczająca ilość aktywności fizycznej. Długotrwałe narażenie na te czynniki może prowadzić do licznych zaburzeń, m.in.: dyslipidemii, otyłości, cukrzycy czy nadciśnienia tętniczego krwi. Tylko przez wyeliminowanie niewłaściwych nawyków, możemy w dużym stopniu zminimalizować ryzyko zachorowania.

Dla osób szczególnie narażonych na choroby układu krążenia został opracowany Program Profilaktyki Chorób Układu Krążenia (CHUK), który ma na celu podniesienie wiedzy i świadomości pacjentów na temat chorób układu krążenia i zdrowego stylu życia, ale przede wszystkim zmniejszenie o 20 proc. zachorowalności i umieralności Polaków z powodu chorób układu krążenia.

Czy program jest dla Ciebie

Program profilaktyki ChUK jest dla Ciebie, jeśli spełniasz wszystkie te warunki:

- masz od 35 do 65 lat
- nie masz cukrzycy, przewlekłej choroby nerek, rodzinnej hipercholesterolemii ani niektórych chorób układu krążenia (jeśli na nie chorujesz, dowiesz się od lekarza, czy możesz wziąć udział w programie)
- nie korzystałeś lub nie korzystałaś z badań w ramach programu Moje Zdrowie w ciągu ostatnich 12 miesięcy
- nie korzystałeś lub nie korzystałaś z badań w ramach tego programu w ciągu ostatnich 5 lat.

Cel programu

- obniżenie o ok. 20 % zachorowalności i umieralności z powodu chorób układu krążenia osób objętych programem dzięki wczesnemu wykrywaniu i redukcji występowania i natężenia czynników ryzyka
- zwiększenie wykrywalności i skuteczności leczenia chorób układu krążenia (CHUK)
- wczesna identyfikacja osób z podwyższonym ryzykiem CHUK
- promocja zdrowego stylu życia, czyli niepalenia, prawidłowego odżywiania się oraz aktywności fizycznej.

Kto i gdzie realizuje program?

Program jest realizowany przez lekarza lub pielęgniarkę podstawowej opieki zdrowotnej. Wszystkie poradnie podstawowej opieki zdrowotnej mają obowiązek realizacji programu.

Jak się zgłosić?

Świadczenia w ramach programu udzielane są bez skierowania. Wystarczy zgłosić się do swojego lekarza pierwszego kontaktu.

Co Cię czeka w ramach programu?

Lekarz lub pielęgniarka przeprowadzi z Tobą wywiad i skieruje Cię na badania (pomiar ciśnienia tętniczego krwi oraz badania biochemiczne). Na ich podstawie lekarz dokona oceny ryzyka wystąpienia chorób układu krążenia oraz wskaże, w zależności od potrzeb, dalsze zalecenia:

- ponownego badania za 5 lat
- edukacji zdrowotnej i ponownego badania za 5 lat
- pozostawienia pacjenta pod kontrolą lekarza POZ poza programem
- skierowania na dalsze leczenie do specjalisty.

Kiedy się zapisać?

Żeby wziąć udział w programie, wystarczy, że zgłosisz taki zamiar swojemu lekarzowi pierwszego kontaktu lub pielęgniarce.

Co przygotować?

Na wizytę weź ze sobą jedynie dokument tożsamości.

Jak długo będziesz czekać?

Termin zostanie wyznaczony w rejestracji zgodnie z dostępnością lekarza pierwszego kontaktu lub pielęgniarki w danej placówce medycznej.

Co zyskasz?

Podniesiesz swoją wiedzę na temat chorób układu krążenia oraz zdrowego stylu życia, a jeżeli zostaniesz zakwalifikowany do grupy podwyższonego ryzyka, będziesz miał szansę na wczesne wykrycie choroby i zapewnione skuteczne leczenie specjalistyczne.

Ankieta **10 dla Serca w aplikacji mojeIKP** pomoże Ci ocenić, czy jesteś zagrożony/a chorobami układu krążenia.

Szczegółowe informacje o programie

Więcej informacji dotyczących gwarantowanych świadczeń w ramach profilaktyki chorób układu krążenia znajdziesz w

Obwieszczeniu Ministra Zdrowia z dnia 15 lutego 2021 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej (Dz.U. z 2021 r. poz. 540)

O najnowszych zmianach w programie mówi

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2022 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej (Dz.U. z 2022 r. poz. 1355)

Instytucja odpowiedzialna za Program

Narodowy Fundusz Zdrowia

Podstawa prawna

Świadczenia opieki zdrowotnej związane z profilaktyką chorób układu krążenia są finansowane zgodnie z

Zarządzeniem Nr 79/2022/DSOZ Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia z dnia 29 czerwca 2022 r. w sprawie warunków zawarcia i realizacji umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej w rodzaju podstawowa opieka zdrowotna

Przeczytaj także

Twoje serce prosi o pomoc

Serce pracuje, nawet gdy śpisz. Nie odpoczywa – dostarcza natlenowaną krew do każdej komórki organizmu

Ciśnienie krwi – kontroluj je i zapobiegaj chorobie

Zadbaj o siebie. Prawidłowe ciśnienie tętnicze krwi jest ważne dla Twojego zdrowia, bez względu na wiek. Regularnie się badaj. Nadciśnienie prowadzi do wielu powikłań

Poznaj centralną e-rejestrację

Chcesz się zapisać na bezpłatny test HPV HR (zastępuje klasyczną cytologię), mammografię lub pierwszą wizytę do kardiologa? Skorzystaj z centralnej e-rejestracji na Internetowym Koncie Pacjenta lub w aplikacji mojeIKP