



Programy profilaktyczne

Znajdziesz tu programy, z których możesz skorzystać, by lepiej chronić swoje zdrowie. Listę będziemy rozszerzać. Pamiętaj, że lepiej zapobiegać niż leczyć!

Profilaktyka to zapobieganie chorobom, ich wczesne wykrywanie oraz takie postępowanie w razie choroby, które pomoże złagodzić jej przebieg. Zapobiegać chorobom możemy zarówno poprzez sposób, w jaki żyjemy, jak i poprzez poddawanie się badaniom przesiewowym, które pozwolą wykryć groźne schorzenia na takim etapie, że wciąż pozostają duże szanse wyleczenia i zredukowania ryzyka powikłań. Dobrym przykładem są tu nowotwory, choć nie tylko, bo tych chorób, których wczesne wykrycie pozwoli na ograniczenie dalszego rozwoju choroby, jest więcej: np. cukrzyca, nadciśnienie, miażdżyca.

Przeczytaj, w czym pomaga profilaktyka



Zmodyfikowano: 26.01.2023

[Jakie badania w programie Profilaktyka 40 PLUS](#)

Masz ukończone 40 lat? Skorzystaj z pakietu badań profilaktycznych w ramach programu Profilaktyka 40 PLUS



Zmodyfikowano: 18.01.2023

[Kolonoskopia – badanie, które ratuje życie](#)

Rak jelita grubego jest jednym z najczęstszych nowotworów, zarówno u kobiet, jak i mężczyzn. Rocznie zapada na niego w Polsce około 18 tys. osób. Jest drugim, po raku płuca, nowotworem wśród wszystkich zachorowań w polskiej populacji. Rozwija się długo, nawet przez kilka lat i może nie dawać żadnych objawów. Dlatego tak ważne jest wczesne wykrycie choroby



Zmodyfikowano: 13.10.2022

[Profilaktyka nowotworów głowy i szyi](#)

Ponad połowa nowotworów głowy i szyi rozpoznawana jest zbyt późno. Szybkie wykrycie i odpowiednie leczenie to największa szansa na powrót do zdrowia



Zmodyfikowano: 12.07.2022

[Profilaktyka reumatoidalnego zapalenia stawów](#)

Program profilaktyki wczesnego wykrywania reumatoidalnego zapalenia stawów (RZS)



Zmodyfikowano: 12.07.2022

[Program profilaktyki bólów kręgosłupa](#)

Ból kręgosłupa jest coraz powszechniejszą dolegliwością. Dowiedz się, co może być jego przyczyną i jak sobie z nim radzić



Zmodyfikowano: 12.07.2022

[Program profilaktyki udarów](#)

Starzenie się społeczeństwa wpływa na zwiększenie liczby zachorowań na udar mózgu. Jak można zmniejszyć ryzyko jego wystąpienia?



Zmodyfikowano: 12.07.2022

[Program profilaktyki osteoporozy](#)

Nie daj się osteoporozie. Zadbaj o mocne i zdrowe kości już dziś



Zmodyfikowano: 12.07.2022

[Program profilaktyki chorób odkleszczowych](#)

Kleszcze są nosicielami groźnych dla ludzi patogenów. Dlatego warto wiedzieć, jak można rozpoznać i leczyć choroby przenoszone przez kleszcze



Zmodyfikowano: 05.07.2022

[Program profilaktyki próchnicy zębów dla młodzieży](#)

Zdrowe i zadbane zęby są powodem do dumy. Prawidłowa profilaktyka i higiena jamy ustnej ma służyć temu, by zęby były zdrowe



Zmodyfikowano: 28.06.2022

[Program profilaktyki nowotworów skóry](#)

Nowotwory złośliwe skóry należą do najliczniejszej grupy złośliwych chorób onkologicznych. Co warto o nich wiedzieć?



Zmodyfikowano: 28.06.2022

[Program profilaktyki depresji poporodowej](#)

Od 10 do 22 proc. kobiet po porodzie cierpi na depresję poporodową. Co druga nie zwraca się o pomoc do lekarza. Tymczasem depresja poporodowa może wpłynąć na relacje kobiety z dzieckiem i z partnerem



Zmodyfikowano: 15.04.2022

[Leczenie e-uzależnień u dzieci – pilotaż](#)

Twoje dziecko jest uzależnione od komputera lub smartfona? Od teraz otrzymacie bezpłatną, profesjonalną pomoc psychologiczną w 10 pilotażowych ośrodkach w Polsce



Zmodyfikowano: 11.04.2022

[Program profilaktyki gruźlicy](#)

Gruźlica jest chorobą zakaźną, która może dotknąć każdego z nas. Często bywa wykrywana przypadkowo. Dlatego już dziś sprawdź czy ryzyko zachorowania na nią dotyczy również Ciebie



Zmodyfikowano: 17.03.2022

[Program profilaktyki raka płuca](#)

Rak płuca to największy zabójca spośród nowotworów. Mogłoby być inaczej, gdyby był wykrywany na wczesnym etapie



Zmodyfikowano: 17.03.2022

Profilaktyka przewlekłej obturacyjnej choroby płuc

Ogólnopolski Program Edukacyjny dotyczący Przewlekłej Obturacyjnej Choroby Płuc (POChP) — dla palących nałogowo tytoń, pracujących w narażeniu na działanie czynników szkodliwych predysponujących do powstania POChP, pracowników służby bhp oraz ochrony zdrowia.



Zmodyfikowano: 09.03.2022

Profilaktyka chorób kardiologicznych (KORDIAN)

Jakie są najczęstsze choroby układu krążenia, kto jest na nie szczególnie narażony i jak można im zapobiec?



Zmodyfikowano: 06.08.2021

Profilaktyka obrzęku limfatycznego

Obrzęk limfatyczny to spuchnięcie kończyny górnej po stronie leczonego dołu pachowego. Jest wynikiem zastojów limfatycznych, stanów zapalnych naczyń lub ich uszkodzeń mechanicznych



Zmodyfikowano: 10.06.2021

Pilotażowy program profilaktyki nowotworów wątroby

Wirusowe zapalenia wątroby typu B i C zwiększają ryzyko rozwoju raka wątrobowokomórkowego. Przez wiele lat mogą przebiegać bezobjawowo lub skąpoobjawowo, co utrudnia ich rozpoznanie – tymczasem wirusy stopniowo uszkadzają wątrobę.



Zmodyfikowano: 30.07.2020

Profilaktyka raka piersi

Rak piersi to jeden z czołowych zabójców kobiet w Polsce. W początkowym okresie nie daje on żadnych objawów, ale wczesnie wykryty jest uleczalny. Dlatego tak ważne jest, aby kobiety poddawały się regularnym badaniom mammograficznym, które pozwalają wykryć nawet najmniejsze zmiany



Zmodyfikowano: 14.11.2019

Profilaktyka raka szyjki macicy

Rak szyjki macicy to jeden z częstszych nowotworów występujących u kobiet. Na wczesnym etapie jest wyleczalny w ponad 99% przypadków. Niewykryty i nieleczony może prowadzić do śmierci. Dlatego każda kobieta po 25 r. ż. powinna regularnie wykonywać profilaktyczne badania cytologiczne



Zmodyfikowano: 06.11.2019

Program profilaktyki chorób odtytoniowych (w tym POChP)

Szacuje się, że ponad 9 mln dorosłych Polaków pali papierosy, a 60 tys. z nich umiera rocznie przedwcześnie z powodu chorób z nim związanych. Dlatego tak ważna jest pomoc osobom palącym w rzuceniu nałogu



Zmodyfikowano: 06.11.2019

Program badań prenatalnych

U kobiet powyżej 35 roku życia ryzyko urodzenia dziecka z wadą wrodzoną wynosi około 3-5 proc. Część z tych wad można leczyć jeszcze na etapie ciąży. Dlatego tak ważna jest ich wczesna diagnostyka



Zmodyfikowano: 24.11.2022

Profilaktyka chorób układu krążenia (CHUK)

Choroby układu krążenia to główna przyczyna zgonów w Polsce i na świecie. Zmiana stylu życia oraz wczesna diagnostyka mogą odwrócić ten niekorzystny trend

Przeczytaj, w czym pomaga profilaktyka