pacjent.gov.pl

Znajdź program profilaktyczny dla siebie

Data aktualizacji
2024-01-10

Badania profilaktyczne przeprowadzane są wśród osób, które nie mają widocznych objawów danej choroby. Ich celem jest wykrycie choroby we wczesnej fazie, żeby zapobiec jej poważnym następstwom w przyszłości. Szybkie leczenie zwiększa szansę na całkowity powrót do zdrowia.

Palisz papierosy?

Program Profilaktyki Chorób Odtytoniowych (w tym POChP)

Ten program jest dla Ciebie, jeśli:

- masz więcej niż 18 lat i palisz papierosy lub inne wyroby tytoniowe, a zwłaszcza jeżeli jesteś w średnim wieku (między 40 a 65 lat)
- nie miałeś w ramach programu profilaktyki POChP wykonanych badań spirometrycznych w ciągu ostatnich 36 miesięcy
- nie zdiagnozowano u Ciebie wcześniej przewlekłej obturacyjnej choroby płuc, przewlekłego zapalenia oskrzeli lub rozedmy.

W zależności od wyników badań lekarz:

- albo poinformuje Cię o skutkach palenia tytoniu
- albo, jeśli zdecydujesz się rzucić palenie, skieruje Cię do placówki, w której weźmiesz udział w terapii grupowej.

Lekarz może Cię również skierować na dalszą diagnostykę (poza programem).

Profilaktyka przewlekłej obturacyjnej choroby płuc

Ten program jest dla Ciebie, jeśli:

- jesteś w wieku aktywności zawodowej i nałogowo palisz tytoń

albo

- jesteś pracownikiem (branża pracy nieistotna)
- jesteś nałogowym palaczem tytoniu
- pracujesz w narażeniu na działanie czynników szkodliwych, predysponujących do powstania POChP (np. branża rolnicza, górnicza, zakłady przetwórstwa bawełnianego, przemysłu metalurgicznego)
- jesteś pracownikiem służby bezpieczeństwa i higieny pracy (bhp).

W ramach programu uzyskasz konsultacje lekarskie i badania diagnostyczne. Oprócz tego, jeśli chcesz rzucić palenie, otrzymasz bezpłatne poradnictwo specjalistyczne. Jest ono udzielane w formie porad i

wizyt lekarskich, porad lub wizyt terapeutycznych, sesji psychoterapii, w tym wizyty instruktora terapii uzależnień.

Jesteś kobietą?

Profilaktyka raka szyjki macicy

Ten program jest dla Ciebie, jeśli:

- masz od 25 do 64 lat
- w ciągu ostatnich 3 lat nie miałaś wykonywanego przesiewowego badania cytologicznego.

Cytologia pozwala wykryć raka szyjki macicy, który jest jednym z częstszych nowotworów występujących u kobiet. Na wczesnym etapie jest wyleczalny w ponad 99% przypadków.

Profilaktyka raka piersi

Ten program jest dla Ciebie, jeśli:

- jesteś kobietą w wieku od 45 do 74 lat i spełniasz jedno z poniższych kryteriów:
    - w ciągu ostatnich 2 lat nie miałaś mammografii w ramach profilaktyki zdrowotnej (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia)
    - zakończyłaś okres 5 lat od leczenia chirurgicznego raka piersi i pozostajesz w trakcie uzupełniającej hormonoterapii (HT) – zalecenie badania co 12 miesięcy
    - zakończyłaś leczenie raka piersi i 5-letni proces monitorowania po zakończonym leczeniu – zalecenie badania co 12 miesięcy.

W grupie kobiet w wieku 50–69 lat, które wykonywały badania mammograficzne co rok lub co 2 lata, zmniejszyła się umieralności o 25–30%!

Program profilaktyki osteoporozy

Ten program jest dla Ciebie, jeśli:

- masz od 50 do 70 lat
- nie leczysz się na osteoporozę ani nie została ona u Ciebie zdiagnozowana.

W ramach programu otrzymasz konsultacje medyczne i badania diagnostyczne (o konieczności ich wykonania zadecyduje lekarz). Zostaniesz też wyposażona w wiedzę, co można robić, by uniknąć rozwoju osteoporozy i jak chronić się przed złamaniami.

Masz skończone 40 lat?

Skorzystaj z programu Profilaktyka 40 Plus. Wypełnij ankietę online na swoim IKP lub przez telefon, a następnie dostaniesz:

- e-skierowanie na badania laboratoryjne
- możliwość zrobienia podstawowych pomiarów: zweryfikowania wagi i wzrostu, wskaźnika BMI, zmierzenia ciśnienia krwi
- porady zdrowotne, które możesz sobie zapisać lub wydrukować
- przekierowanie do wyszukiwarki miejsc realizacji programów profilaktycznych, z których możesz skorzystać.

Wystaw sobie e-skierowanie na badania.

Sprawdź, jakie są aktualnie realizowane programy profilaktyczne i jak z nich skorzystać.

Przeczytaj także

Kolonoskopia – badanie, które ratuje życie

Rak jelita grubego jest jednym z najczęstszych nowotworów, zarówno u kobiet, jak i mężczyzn. Rozwija się długo, nawet przez kilka lat i może nie dawać żadnych objawów. Dlatego tak ważne jest wczesne wykrycie choroby

Profilaktyka raka piersi

Rak piersi to jeden z czołowych zabójców kobiet w Polsce. W początkowym okresie nie daje on żadnych objawów, ale wcześnie wykryty jest uleczalny

Profilaktyka raka szyjki macicy

Rak szyjki macicy to jeden z częstszych nowotworów występujących u kobiet. Na wczesnym etapie jest wyleczalny w ponad 99 proc. przypadków