



Tata zawsze pomoże

W Dniu Ojca życzymy Ci, byś cieszył się relacjami z Twoimi dziećmi i z radością wprowadzał je w świat. Uczysz dziecko, jak wbijać gwóźdź, jeździć na rowerze, uprawiać sport? Bądź mistrzem także w sprawach zdrowia

Tata może skutecznie zarządzać sprawami medycznymi swoimi i swoich dzieci, a dzięki aplikacji mojeIKP nie będzie mu to zajmowało wiele czasu.

Uwaga, dostęp do Internetowego Konta Pacjenta dziecka ma to z rodziców, które zgłosiło dziecko do ubezpieczenia w ZUS. Rodzic, który ma taki dostęp, może upoważnić do wglądu i działań na IKP dziecka i w aplikacji mobilnej mojeIKP drugiego rodzica.

Z mojeIKP wykup e-receptę

mojeIKP to bezpłatna aplikacja na telefon, którą możesz pobrać na systemy Android z [Google Play](#) lub iOS z [App Store](#).

Aplikacja umożliwia m.in.:

- odbieranie powiadomień o wystawionych e-receptach i e-skierowaniach, wysyłanych bezpośrednio na telefon. Dotyczy to także e-recept i e-skierowań wystawionych dzieciom czy ewentualnie bliskiej osobie, która upoważniła Cię do swojego Internetowego Konta Pacjenta
- wykupienie leku w aptece przez pokazanie kodu QR e-recepty na ekranie telefonu (bez konieczności podawania farmaceucie numeru PESEL)
- ustawienie przypomnienia o lekach, które zażywasz
- szybkie umówienie terminu szczepienia przeciw COVID-19 (pamiętaj, że wszystkie pełnoletnie osoby mogą umówić się na trzecią, przypominającą dawkę szczepienia przeciw COVID-19 po 5 miesiącach od zaszczepienia pełną dawką)
- pobieranie Unijnego Certyfikatu COVID (UCC)
- uruchomienie krokomierza
- udostępnianie Twoich danych medycznych nie tylko bliskim osobom, ale i pracownikom medycznym, farmaceutom, placówkom medycznym.

Aplikacja działa również w języku ukraińskim lub angielskim, jeśli taki język masz wybrany dla swojego telefonu.

Działa także w trybie offline – masz dostępne dokumenty medyczne, które pobrałeś przy ostatnim uruchomieniu aplikacji w połączeniu z Internetem.

Możesz ją także uruchomić w trybie ciemnym.

Bez zalogowania możesz z głównej strony aplikacji:

- połączyć się z pogotowiem ratunkowym (numer 999)
- znaleźć ważne numery telefonów, w tym jednolity numer alarmowy 112, numer Teleplatformy Pierwszego Kontaktu (TPK) i numer Telefonicznej Informacji Pacjenta
- odbierać powiadomienia (tylko takie, które są skierowane do wszystkich pacjentów)
- odebrać przypomnienie o lekach (żeby ustawić harmonogram przypomnień, trzeba się zalogować).

[Więcej na temat aplikacji mojejIKP](#)

Wybieraj swojego lekarza

Internetowe Konto Pacjenta ma każda osoba, która maPESEL. Daje Ci dostęp do szeregu dokumentów medycznych.

Na Internetowym Koncie Pacjenta jest dostępnych kilka funkcjonalności, których nie ma mojejIKP:

- [udostępnisz IKP dzieci i ich matce](#), jeśli to nie ona zgłaszała je doZUS
- [zamówisz e-receptę na stałe leki](#)
- złożysz wnioszek o wydanie Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ)
- zmienisz lekarza/pielegniarkę lub położną podstawowej opieki zdrowotnej.

[Poznaj Internetowe Konto Pacjenta](#)

Badaj się regularnie

Dla siebie i dla Twojej rodziny, dbaj o swoje zdrowie. Przypominamy Ci o konieczności badań profilaktycznych.

Raz w miesiącu wykonaj samobadanie jąder.

Raz do roku:

- podstawowe badania profilaktyczne: morfologia, OB, stężenie glukozy we krwi oraz badanie ogólne moczu
- pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi, pomiar obwodu w pasie
- ogólne badanie u lekarza internisty
- kontrola stanu uzębienia u stomatologa
- po 50. wzrasta ryzyko zmian w gruczole krokowym, dlatego każdy mężczyzna w tym wieku powinien odwiedzić urologa, poddać się badaniu prostaty per rectum i powtarzać je od tego momentu raz na dwa lata.

Jeśli masz 40+, wypełnij na Internetowym Koncie Pacjenta ankietę i odbierz e-skierowanie na bezpłatne badania w [programu Profilaktyka 40 plus](#).

[Znajdź program profilaktyczny dla siebie](#)

