



## Nagrody dla dbających o zdrowie

Jeśli jesteś po czterdziestce, możesz nie tylko skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, ale też wziąć udział w losowaniu nagród. Program „Profilaktyka 40 Plus” został przedłużony do końca 2023 roku

 **Artykuł archiwalny. Loteria się skończyła, ale nadal możesz skorzystać z badań. Dowiedz się, jak teraz działa [program Profilaktyka 40 PLUS](#)**

Każda osoba, która skończyła 40 lat, a w ciągu ostatniego roku się nie badała, może poprzez Internetowe Konto Pacjenta, infolinię albo w przychodni, która realizuje program, wypełnić ankietę i dostać skierowanie na bezpłatne badania diagnostyczne. Dotychczas ankiety wypełniło 1,1 mln osób, a prawie 600 tys. wykonało badania.

Jeśli ktoś ma kłopoty z wypełnieniem ankiety, może otrzymać pomoc swojego lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ). Po wakacjach ministerstwo planuje rozlosować nagrody wśród osób, które się przebadają. Będą to karty sportowe z dostępem do obiektów sportowych w całym kraju.

Program ma zachęcić do systematycznego dbania o swoje zdrowie i jest skutkiem analizy sytuacji po pandemii: pacjenci bali się iść do przychodni i nie badają się regularnie.

## Jak dostać e-skierowanie na badania

Jak wypełnić ankietę:

- zaloguj się na swoje Internetowe Konto Pacjenta
- wejdź w zakładkę „Profilaktyka”
- wypełnij online ankietę. Twoje odpowiedzi pozwolą wybrać listę badań laboratoryjnych, które są dla Ciebie zalecane. Dostaniesz też wskazówki, jak należy przygotować się do badań.

### [Jak się zalogować na Internetowe Konto Pacjenta](#)

Wypełnianie ankiety możesz w dowolnym miejscu przerwać. Kliknij wówczas na „Zapamiętaj odpowiedzi i wyjdź”. Po ponownym zalogowaniu możesz wrócić do wypełniania ankiety.

Na koniec zatwierdź wybrane dla Ciebie badania laboratoryjne. Otrzymasz wówczas e-skierowanie. Nie musisz go drukować, dostaniesz informację o nim na podany przez Ciebie na Internetowym Koncie Pacjenta numer telefonu lub mail, albo w aplikacji mojejKP.

Ankietę możesz wypełnić także poprzez infolinię: 22 735 39 53 (w godzinach 8:00-18:00, koszt połączenia zgodny z taryfą operatora) lub poprosić o pomoc w jej wypełnieniu swojego lekarza POZ. Ankieta jest dostosowana też do potrzeb osób po 65. roku życia.

Ankietę możesz również wypełnić na miejscu w przychodni, która realizuje program

## Na jakie badanie uzyskasz skierowanie

Pakiet badań dla kobiet to:

- morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi
- stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy
- stężenie glukozy we krwi
- ALAT, AspAT, GGTP
- poziom kreatyniny we krwi
- badanie ogólne moczu
- poziom kwasu moczowego we krwi
- krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT).

Pakiet badań dla mężczyzn to:

- morfologia krwi obwodowej odsetkowym i płytkami krwi
- stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy
- stężenie glukozy we krwi
- ALAT, AspAT, GGTP
- poziom kreatyniny we krwi

- badanie ogólne moczu
- poziom kwasu moczowego we krwi
- krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT)
- PSA – antygen swoisty dla stercza całkowity.

Wystarczy, że zgłosisz się z dowodem osobistym.

[Znajdź laboratorium, w którym wykonasz badania](#)