



Profilaktyka to badania, dieta i ruch

Regularne badania są bardzo ważne. Każda osoba, która skończyła 40 lat, może uzyskać raz do roku e-skierowanie na bezpłatne badania profilaktyczne w ramach programu Profilaktyka 40 PLUS

Jak skorzystać z badań profilaktycznych

Żeby uzyskać e-skierowanie na badania, wypełnij ankietę. Możesz to zrobić:

- na Internetowym Koncie Pacjenta (w zakładce „Profilaktyka” > „Ankiety”).
[Jak się zalogować na Internetowe Konto Pacjenta](#)
- w aplikacji mojejKP (w zakładce „Profilaktyka”)
- w przychodni POZ, która uczestniczy w programie.

Ankieta Profilaktyki 40 PLUS dla osób w wieku 40–64 lat zawiera pytania dotyczące:

- masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie
- ryzyka chorób układu krwionośnego
- aktywności fizycznej
- sposobu odżywiania się
- picia alkoholu
- palenia lub innych form używania tytoniu i nikotyny
- ryzyka chorób onkologicznych.

Czasem należy wybrać z listy jedną odpowiedź, a innym razem zaznaczyć wiele odpowiedzi, np. wymienić przebyte choroby. Warto mieć pod ręką ostatnie wyniki badań.

Po udzieleniu odpowiedzi na pytania z tematycznej grupy dostaniesz krótkie podsumowanie.

E-skierowanie odbierzesz:

- w aplikacji mojejKP
- e-mailem lub SMS-em (w zależności od tego, jaki sposób wskazujesz na Internetowym Koncie Pacjenta).

Znajdziesz je również na Internetowym Koncie Pacjenta w „Skierowaniach”. Dostaniesz też wskazówki, jak należy

się przygotować do badań ([Jakie badania wykonasz w programie Profilaktyka 40 PLUS](#)).

Jeśli w zeszłym roku skorzystałaś z programu, drugie skierowanie dostaniesz automatycznie w ciągu tygodnia po



Czy nadwaga i otyłość zwiększają ryzyko wystąpienia nowotworów?

Pytanie 1

- Tak
- Nie
- Zależy od płci

Sprawdź

Przeczytaj też



Jakie badania w programie Profilaktyka 40 PLUS

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



Umów się na badania

Masz ponad 40 lat? Zrób badania profilaktyczne. Wypełnij ankietę, odbierz e-skierowanie i od razu umów się na badania na Internetowym Koncju Pacjenta



Kobiety lubią zadbać o siebie

Jesteś kobietą – wiesz, jak ważne jest regularne dbanie o siebie. Każdy wiek ma swoje prawa, ale i obowiązki. Należą do nich profilaktyczne badania, które pozwalają uniknąć skutków wielu chorób

Wygenerowano: 25.05.2024 r. 13:21:36

Źródło: [Profilaktyka to badania, dieta i ruch](#)