



Seniorzy potrzebują profilaktycznych badań

Data aktualizacji
2026-08-07

Wczesne wykrycie chorób znacząco zwiększa możliwości skutecznego leczenia. Wraz z wiekiem naturalnie obniża się sprawność układu odpornościowego człowieka, co sprzyja cięższemu przebiegowi infekcji i rozwojowi powikłań. Dlatego szybka reakcja i kontakt z lekarzem mają szczególne znaczenie u seniorów, u których symptomy chorób bywają mniej specyficzne i łatwe do przeoczenia.

Jak badania profilaktyczne wpływają na komfort życia

Badania profilaktyczne dają wiele korzyści, jak.:

- wcześniejsze wykrycie chorób – to większa szansa na skuteczne leczenie i uniknięcie długotrwałych problemów zdrowotnych
- mniejsze dolegliwości bólowe
- lepsza sprawność fizyczna – monitorowanie poziomu cukru, ciśnienia i cholesterolu wpływa na obniżenie ryzyk chorób sercowo-naczyniowych, co przekłada się na lepszą kondycję i większą aktywność
- większa samodzielność
- lepsza jakość snu – niektóre schorzenia, np. bezdech senny, nadciśnienie, czy cukrzyca, mogą negatywnie wpływać na sen
- zdrowsza dieta i styl życia
- większy spokój psychiczny – świadomość, że organizm jest pod kontrolą, zmniejsza stres i obawy o zdrowie.

Znaki ostrzegawcze – kiedy zgłosić się do lekarza

Konsultacje geriatryczne to wizyty u lekarza specjalizującego się w opiece nad osobami starszymi, które umożliwiają wszechstronną ocenę zdrowia. Do lekarza geriatry w ramach NFZ potrzebujesz skierowania od lekarza ubezpieczenia zdrowotnego, czyli lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub innego specjalisty. Skierowanie do poradni geriatrycznej może być również dołączone do wypisu z oddziału szpitalnego. Podczas spotkania geriatra przeprowadza szczegółowy wywiad medyczny, analizuje historię chorób, aktualnie stosowane leczenie oraz codzienne funkcjonowanie pacjenta. Na podstawie zebranych informacji formułuje indywidualne zalecenia oraz w razie potrzeby, kieruje na specjalistyczne leczenie.

- Konsultacje geriatryczne są rekomendowane dla seniorów borykających się z wieloaspektowymi problemami zdrowotnymi, które są związane z procesem starzenia. Geriatra zajmuje się diagnostyką i leczeniem osób starszych, zwłaszcza gdy borykają się z kilkoma chorobami, w tym przewlekłymi i przyjmują wiele leków.
- Typowe trudności zdrowotne obejmują osłabienie zdolności poznawczych, ograniczoną sprawność ruchową oraz choroby przewlekłe i współistniejące.

- Wizyta u lekarza geriatry jest szczególnie wskazana, gdy pogorszenie stanu zdrowia wpływa na codzienne życie seniora.
- Niepokojące objawy, to m.in. trudności z koncentracją, częste zapominanie, nawracające bóle mięśni i stawów.
- Wczesna konsultacja ze specjalistą może pomóc w diagnozie i poprawie jakości życia starszej osoby.

Sprawdź programy profilaktyczne

Styl naszego życia oraz poddawanie się badaniom przesiewowym to ważne elementy profilaktyki zdrowotnej. Dlatego warto korzystać z dostępnych programów profilaktycznych, w myśl maksymy „Lepiej zapobiegać niż leczyć”.

Moje zdrowie

Profilaktyka raka szyjki macicy dla kobiet 25-64 lata

Profilaktyka raka piersi dla kobiet 45-74 lata

Program profilaktyki raka jelita grubego

Program profilaktyki chorób układu krążenia (CHUK)

Program profilaktyki chorób odtytoniowych (w tym POChP)

Program profilaktyki gruźlicy

Centralna e-rejestracja

Przeczytaj także

Senior w roli głównej - program GIS

Starzejące się społeczeństwo oraz pogarszający się stan zdrowia populacji osób starszych w Polsce stawiają wiele wyzwań zdrowotnych. Ogólnopolski program Głównego Inspektoratu Sanitarnego „Senior w roli głównej” ma na celu kompleksowo odpowiedzieć na te problemy

Masz niską odporność - zaszczep się

Jeśli zastanawiasz się, czy osoby z obniżoną odpornością powinny się szczepić, odpowiedź brzmi: tak! Zawsze konsultuj z lekarzem, czy możesz przyjąć daną szczepionkę

Dieta DASH - kluczem do zdrowia seniorów

Szukasz diety poprawiającej stan zdrowia, zapewniającej Ci długotrwale dobrą kondycję i łatwej w zastosowaniu? Wybierz taką, którą możesz stosować całą rodziną lub podzielić się przepisami z wnukami