



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Badaj-sie-i-badz-zdrow/idn:5743/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Aktualności

16 lip 2021

kategoria:

Aktualności



Badaj się i bądź zdrow!

1 lipca ruszył rządowy program „Profilaktyka 40 PLUS”. Każdy Polak po 40. roku życia może bezpłatnie wykonać pakiet badań diagnostycznych, pozwalających na wczesne wykrycie rozwijających się chorób.

- Pandemia koronawirusa, z którą mierzymy się już od ponad roku, sprawiła, że towarzyszy nam przewlekły stres, trudniej zadbać o regularną aktywność fizyczną czy przestrzegać zdrowych nawyków żywieniowych. W obawie przed zakażeniem część z nas odłożyła również w czasie wizyty w gabinetach lekarzy i profilaktyczne badania – mówi Justyna Czekaj, kierownik Zespołu Profilaktyki Zdrowotnej Małopolskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia w Krakowie. - Dlatego teraz, gdy sytuacja epidemiologiczna jest zdecydowanie lepsza, najwyższy czas na kompleksowy „przegląd” organizmów i odbudowę naszego zdrowia. „Profilaktyka 40 PLUS” ma w tym pomóc – tłumaczy.

Rządowy program ruszył 1 lipca. W ramach niego z bezpłatnego pakietu badań diagnostycznych mogą skorzystać wszyscy Polacy po 40. roku życia. Wystarczy zalogować się do Internetowego Konta Pacjenta. Tam, w zakładce „profilaktyka”, każda uprawniona osoba znajdzie „Ankietę Profilaktyki 40 PLUS”. W kwestionariuszu znalazły się pytania dotyczące m.in. stylu życia, zdiagnozowanych już chorób czy schorzeń występujących u krewnych. Na podstawie udzielonych odpowiedzi i rozpoznanych czynników ryzyka, system dobierze pakiet badań do wykonania i wygeneruje e-skierowanie (może to potrwać do 48 godzin). Osoby, które nie korzystają jeszcze z IKP, mogą skorzystać ze wsparcia konsultantów infolinii Domowej Opieki Medycznej i wypełnić ankietę dzwoniąc pod nr tel. 22 735 39 53.

W skład „Profilaktyki 40 PLUS” wchodzi badania podzielone na pakiety dla kobiet i mężczyzn oraz część wspólną.

Pakiet badań diagnostycznych dla kobiet zawiera:

1. morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi;
2. stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy;
3. stężenie glukozy we krwi;
4. AlAT, AspAT, GGTP;
5. poziom kreatyniny we krwi;
6. badanie ogólne moczu;
7. poziom kwasu moczowego we krwi;
8. krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT).

Pakiet badań diagnostycznych dla mężczyzn zawiera:

1. morfologia krwi obwodowej odsetkowym i płytkami krwi;
2. stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy;
3. stężenie glukozy we krwi;
4. AlAT, AspAT, GGTP;
5. poziom kreatyniny we krwi;
6. badanie ogólne moczu;
7. poziom kwasu moczowego we krwi;
8. krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT);
9. PSA – antygen swoisty dla stercza całkowity.

Pakiet badań diagnostycznych wspólny:

1. pomiar ciśnienia tętniczego;
2. pomiar masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie oraz obliczenie wskaźnika masy ciała (BMI);
3. ocena miarowości rytmu serca

Dobrane na podstawie ankiety badania można wykonać w dowolnej placówce, która realizuje program „Profilaktyka 40 PLUS”. Lista takich miejsc w naszym regionie, na bieżąco aktualizowana, jest dostępna na stronie pacjent.gov.pl.

Wyniki wykonanych testów znajdziesz na swoim Internetowym Koncie Pacjenta albo odbierzesz w placówce przeprowadzającej badania. Skonsultuj je ze swoim lekarzem rodzinnym, który w razie potrzeby ma możliwość skierowania na dalszą diagnostykę czy konsultację w poradni specjalistycznej. Dla ułatwienia od 1 lipca zostały również zniesione limity przyjęć do lekarzy specjalistów. Oznacza to, że NFZ zapłaci za każdego pacjenta, który pojawi się w gabinecie kardiologa, neurologa czy ortopedy.

Zrobisz badania i co dalej?



Skonsultuj wyniki badań ze swoim lekarzem POZ



W razie wątpliwości zostaniesz skierowany na dalszą diagnostykę

Pamiętaj!

Dzięki badaniom profilaktycznym można wykryć chorobę bardzo wcześnie i uniknąć długotrwałego leczenia.



#badaMYsię



#badaMYsię

Masz 40 lat lub więcej?

Skorzystaj z pakietu bezpłatnych badań diagnostycznych i bądź zdrow!

SPRAWDŹ NA

WWW.GOV.PL/PROFILAKTYKA



POLSKI
ŁĄD

MZ
Ministerstwo Zdrowia

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia



JAK SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNEGO PAKIETU BADAŃ?

1. Wypełnij ankietę **Profilaktyka 40 PLUS** umieszczoną w Internetowym Koncie Pacjenta (IKP). To pomoże nam ocenić czynniki ryzyka.
2. Po wypełnieniu ankiety otrzymasz e-skierowanie na dopasowany do Ciebie pakiet badań. Nie musisz go drukować ani pobierać!
3. Zgłoś się na badania w placówce, która realizuje program. Weź ze sobą dowód osobisty.
4. Wyniki badań otrzymasz na **Internetowe Konto Pacjenta** lub w placówce, w której zrobiłeś badanie.



Jeżeli nie korzystasz z IKP, możesz uzyskać e-skierowanie na pakiet badań za pośrednictwem infolinii **Domowej Opieki Medycznej (DOM)** pod nr tel. 22 735 39 53. Koszt połączenia zgodny z taryfą operatora.

JAKIE BADANIA ZAWIERAJĄ PAKIETY?

PAKIET BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH DLA KOBIET

- 1) morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi
- 2) stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy
- 3) stężenie glukozy we krwi
- 4) ocena funkcji wątroby (AlAT, AspAT, GGTP - enzymy wątrobowe)
- 5) poziom kreatyniny we krwi
- 6) badanie ogólne moczu
- 7) poziom kwasu moczowego we krwi
- 8) krew utajona w kale

PAKIET BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH DLA MĘŻCZYZN

- 1) morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi
- 2) stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy
- 3) stężenie glukozy we krwi
- 4) ocena funkcji wątroby (AlAT, AspAT, GGTP - enzymy wątrobowe)
- 5) poziom kreatyniny we krwi
- 6) badanie ogólne moczu
- 7) poziom kwasu moczowego we krwi
- 8) krew utajona w kale
- 9) PSA

PAKIET BADAŃ DIAGNOSTYCZNYCH DLA KOBIET I MĘŻCZYZN

- 1) pomiar ciśnienia tętniczego
- 2) pomiar masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie oraz obliczenie wskaźnika masy ciała (BMI)
- 3) ocena miarowości rytmu serca

SPRAWDŹ NA

WWW.GOV.PL/PROFILAKTYKA


Redagował: Piotr Kuczaj

[poprzednia](#) [powrót do listy aktualności](#) [następna](#)