

Zadbaj o swoje zdrowie — już dziś

Skorzystaj z bezpłatnych programów profilaktycznych i zalecanych szczepień ochronnych dostępnych w naszej Przychodni. Większość badań nie wymaga skierowania.



Rzuć palenie

Program profilaktyki antynikotynowej

Dla kogo: wszyscy palący pacjenci naszej Przychodni

Oferujemy: ocenę stopnia uzależnienia od nikotyny i motywacji do rzucenia palenia, minimalną interwencję antynikotynową, indywidualne wsparcie, w razie potrzeby farmakoterapię

Jak zacząć: porozmawiaj ze swoim lekarzem POZ – ocenimy paczkołata i zaproponujemy plan działania

✓ **Bez skierowania - pomożemy Ci zerwać z nałogiem**



Zadbaj o swoje serce

Program profilaktyki chorób układu krążenia (CHUK)

Dla kogo: pacjenci w wieku **35-65 lat** bez rozpoznanej choroby układu krążenia, cukrzycy, PChN i hipercholesterolemii rodzinnej

Co obejmuje: wywiad, pomiar RR, BMI, lipidogram, glukoza, ocena ryzyka sercowo-naczyniowego

Częstotliwość: jednorazowo, kolejne badanie po upływie 5 lat

✓ **Bez skierowania - zgłoś się do lekarza/pielęgniarki POZ**



Profilaktyka raka jelita grubego

Badanie przesiewowe – kolonoskopia

Dla kogo: osoby **50-65 lat** oraz **40-49 lat**, jeśli krewny I° miał rozpoznanego raka jelita grubego

Co obejmuje: kolonoskopię z możliwością usunięcia polipów, w razie potrzeby ze znieczuleniem

Warunki: brak objawów klinicznych i brak kolonoskopii w ciągu ostatnich 10 lat

✓ **Bez skierowania - ośrodki realizujące program NFZ**



Profilaktyka raka piersi

Badanie mammograficzne

Dla kogo: kobiety w wieku **45-74 lat**, które w ostatnich 24 m-cach nie miały wykonanej mammografii w ramach programu

Co obejmuje: mammografię obu piersi (2x2 zdjęcia) z opisem; w razie potrzeby pogłębioną diagnostykę

Częstotliwość: co 24 m-ce (co 12 m-cy w grupach ryzyka onkologicznego)

✓ **Bez skierowania - pracownia stacjonarna lub mammobus**



Profilaktyka raka szyjki macicy

Cytologia lub test HPV HR

Dla kogo: kobiety w wieku **25-64 lat**

Co obejmuje: cytologia klasyczna (co 3 lata) lub test HPV HR z genotypowaniem (co 5 lat)

Gdzie: poradnia ginekologiczna realizująca program; cytologia również u położnej POZ

✓ **Bez skierowania - krótkie i bezbolesne badanie**



Szczepienia zalecane

Grypa & pneumokoki – chroń siebie i bliskich

Grypa: bezpłatnie m.in. dla osób **65+**, kobiet w ciąży, dzieci 6 m-cy – 18 lat; **50%** dla osób **50+** oraz osób z grup ryzyka

Pneumokoki: bezpłatnie dla osób **65+** z chorobami przewlekłymi (serca, płuc, cukrzyca, immunosupresja); 50% dla wybranych grup 18+

Gdzie: w naszej Przychodni POZ – kwalifikacja u lekarza i podanie szczepionki

✓ **Zapytaj lekarza POZ o szczepienia zalecane dla Ciebie**

Zapisz się na badanie lub szczepienie

Większość badań i szczepień **nie wymaga skierowania**. Zgłoś się osobiście do rejestracji lub zadzwoń, aby umówić wizytę. Pamiętaj – **profilaktyka ratuje życie**.

REJESTRACJA

tel. 22 713-48-39

ul. 29 Listopada 105, Nowy Dwór Maz.