

Moje zdrowie

PSA, próby wątrobowe, lipoproteina A i i wiele innych badań od ręki z programem profilaktycznym „Moje Zdrowie”

Skorzystaj z bezpłatnego programu zdrowotnego dla dorosłych - Moje Zdrowie.

Dostępny jest w każdej przychodni POZ!

Na czym polega „Moje Zdrowie”?

To kompleksowy bilans zdrowia dla osób dorosłych oparty na nowoczesnej diagnostyce.

- Pomaga wykryć ryzyko:
- chorób serca
- cukrzycy
- zaburzeń zdrowia psychicznego
- niektórych nowotworów

Na zakończenie otrzymasz Indywidualny Plan Zdrowotny z zaleceniami dotyczącymi zdrowego stylu życia, diety, aktywności fizycznej, szczepień i badań profilaktycznych.

Kto może skorzystać?

Każda osoba ubezpieczona w NFZ, która ukończyła 20 lat:

- co 5 lat – w wieku 20-4 lat
- co 3 lata – po 49. roku życia

Liczy się rok urodzenia, nie dokładna data urodzin.

Jak to działa?

- Wypełnij kwestionariusz zdrowotny (przez IKP, aplikację mojeIKP lub w przychodni),
- Odbierz skierowanie na badania diagnostyczne – przychodnia ma 30 dni na jego wystawienie,
- Wykonaj pakiet badań w laboratorium współpracującym z Twoją przychodnią,
- Umów się na wizytę podsumowującą, podczas której otrzymasz Indywidualny Plan Zdrowotny.

Zakres badań (bezpłatnie!):

- morfologia,
- glukoza,
- lipidogram (cholesterol),
- kreatynina z eGFR,
- TSH,
- badanie ogólne moczu.

Dodatkowo - w zależności od wieku i wyników:

- próby wątrobowe, PSA (mężczyźni 50+), anti-HCV, test na krew utajoną w kale metodą FIT-OC, lipoproteina A,
- mierzone będą także: ciśnienie, tętno, masa ciała, wzrost, BMI i WHR.

Dowiedz się więcej z Poradnika Pacjenta NFZ: <https://tiny.pl/hgst1pdt>
