

Moje zdrowie

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ?

WSZYSCY PO UKOŃCZENIU
20. ROKU ŻYCIA

osoby w wieku 20-49 - raz na 5 lat
osoby w wieku 50+ - raz na 3 lata

ETAPY PROGRAMU

- 1 Ankieta**
Wypełniasz ankietę na stronie IKP, w aplikacji mojejIKP lub w swojej placówce POZ
- 2 Badania**
Otrzymujesz skierowanie na badania laboratoryjne
- 3 Wizyta podsumowująca**
Umawiasz się na wizytę w POZ
- 4 Indywidualny Plan Zdrowotny**
Uzyskujesz Indywidualny Plan Zdrowotny
- 5 Porady edukacyjne**
W razie potrzeby możesz umówić się nawet na 2 porady edukacyjne

PYTANIA W FORMULARZU

Wywiad rodzinny
Styl życia
Czynniki ryzyka choroby wirusowej
wątroby
Zdrowie psychiczne

Każdy pacjent w ramach programu może wykonać **pakiet badań podstawowych**:

- morfologia krwi
- glukoza we krwi
- kreatynina z eGFR
- lipidogram
- TSH
- badanie ogólne moczu

Dla pacjentów z określonymi czynnikami ryzyka przewidziane są wybrane badania w ramach **pakietu rozszerzonego**:

- ALAT
- ASPAT
- GGTP
- PSA całkowity u mężczyzn
- anty-HCV
- lipoproteina(a)





POLSKIE TOWARZYSTWO
MEDYCYNY RODZINNEJ

INDYWIDUALNY PLAN ZDROWOTNY

IPZ to Twój plan zdrowotny, który zbiera informacje o Twoim zdrowiu oraz zalecenia dla Ciebie

CO DAJE UDZIAŁ W PROGRAMIE?

- ✓ Ocena ryzyka rozwoju wielu chorób
- ✓ Indywidualne zalecenia dotyczące zdrowego stylu życia, w tym diety i aktywności fizycznej
- ✓ Rekomendacje szczepień
- ✓ Informacje nt. dostępnych możliwości dalszej diagnostyki i leczenia



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ
O PROGRAMIE!

