

Oficjalny portal informacyjny Gminy Kołaczyce

Adres artykułu: <https://kolaczyce.pl/artukul/87-2928-raport-dotyczacy-profilaktyki-zdrowotnej>

RAPORT DOTYCZĄCY PROFILAKTYKI ZDROWOTNEJ

Szanowni Państwo!

Przedstawiamy raport dotyczący **profilaktyki zdrowotnej**. Zachęcamy do zapoznania się z przedstawionymi informacjami.

W załączeniu link oraz ulotki informacyjne.

1. Link: <https://www.kliklekarz.pl/poradnik/artukul/bezplatne-badania-profilaktyczne-w-polsce-co-kiedy-i-dla-kogo/>

UM PORADNIK PROFILAKTYKA

Profilaktyka trzeciorzędowa

Ochrona przed rozwojem powikłań,
ograniczenie ryzyka nawrotu choroby.

Profilaktyka drugorzędowa

Wykrycie choroby we wczesnym
stadium, dając szansę na wyleczenie.

Profilaktyka pierwszorzędowa

Zapobieganie chorobom poprzez
kontrolowanie czynników ryzyka.

Profilaktyka pierwotna

Edukacja, utrwalaanie wzorców
zdrowego stylu życia.

Badania profilaktyczne Kalendarz dla kobiet



Wiek 20-30

Samobadanie piersi	Raz w miesiącu
Badanie ginekologiczne	Raz do roku
Cytologia	Raz na 3 lata



Wiek 30-40

Samobadanie piersi	Raz w miesiącu
Badanie ginekologiczne	Raz do roku
Cytologia	Raz na 3 lata
Test HPV	Raz na 5 lata



Wiek 40-50

Samobadanie piersi	Raz w miesiącu
Badanie ginekologiczne	Raz do roku
Cytologia	Raz na 3 lata
Test HPV	Raz na 5 lata



Wiek: 50+

Samobadanie piersi	Raz w miesiącu
Badanie ginekologiczne	Raz do roku
Mammografia	Raz na 2 lata
Cytologia	Raz na 3 lata
Test HPV	Raz na 5 lata
Profil lipidowy	Raz na 5 lat*

*Częściej przy obecności czynników ryzyka.

Badania profilaktyczne

Kalendarz dla mężczyzn



Wiek 20-30

Samobadanie jąder

Raz w miesiącu

Badanie jąder
przez lekarza

Jeśli zaleci lekarz*



Wiek 30-40

Samobadanie jąder

Raz w miesiącu

Badanie jąder
przez lekarza

Jeśli zaleci lekarz*



Wiek 40-50

Samobadanie jąder

Raz w miesiącu

Badanie jąder
przez lekarza

Jeśli zaleci lekarz*

Badanie prostaty

Zależnie od ryzyka*

Profil lipidowy

Raz na 5 lat**



Wiek: 50+

Samobadanie jąder

Raz w miesiącu

Badanie jąder
przez lekarza

Jeśli zaleci lekarz*

Badanie prostaty

Raz do roku

Profil lipidowy

Raz na 5 lat**

*W przypadku wskazań medycznych.

**Częściej przy obecności czynników ryzyka.



**Uzyskaj skierowanie
lub zgłoś się do poradni**
Nie wszystkie programy
wymagają skierowania.

Wybierz program
Sprawdź, które badania
Ci przysługują.

Umów badanie
Online, przez IKP
lub telefonicznie.

Wykonaj badania
W placówce z umową
NFZ na dany program.

**Odbierz wyniki i
skonsultuj z lekarzem**
Lekarz może zlecić dalszą
diagnostykę.

Metryczka

Opublikował w BIP:	Natalia Maziarz
Data opublikowania:	08.05.2025 12:09
Ostatnio zaktualizował:	Natalia Maziarz

Data ostatniej aktualizacji:	23.06.2025 09:15
Liczba wyświetleń:	55