

MASZ WIELE POWODÓW, BY ŻYĆ – PRZYPOMINAMY O BEZPŁATNYCH BADANIACH PROFILAKTYCZNYCH

Małopolski Oddział NFZ finansuje badania profilaktyczne dla osób z określonych grup wiekowych zagrożonych rakiem piersi, rakiem szyjki macicy, jaskrą, chorobami wywołanymi długotrwałym paleniem, gruźlicą oraz kobiet, które skończyły 35 lat i oczekują dziecka. Chcesz wiedzieć więcej? Nie wiesz, gdzie można wykonać badania? Zadzwon na **INFO-LINIĘ – 012 29 88 219** lub sprawdź na **– STRONA DLA PACJENTÓW** (tam również wykaz wszystkich placówek realizujących badania).

Cytologia – jesteś pewna, że wiesz wszystko?

Cytologia to proste, bezbolesne badanie, które pozwala wykryć zmiany szyjki macicy. Dzięki niemu można wykryć i zdiagnozować stadia przednowotworowe, jak i raka szyjki macicy w fazie przedinwazyjnej. Regularna cytologia pozwala zmniejszyć ryzyko zachorowania o 60 – 90%.

Kto jest najbardziej narażony na raka szyjki macicy?

Choroba może objawić się w każdym wieku. Najczęściej jest spotykana u kobiet o niskim statusie socjalno-ekonomicznym, nieprzeznaczających higieny osobistej i zaleceń dotyczących profilaktyki.

Średnia wieku zagrożonych kobiet z roku na rok jest coraz niższa!

Czy cytologia jest refundowana przez NFZ?

Małopolski Oddział NFZ realizuje program profilaktyki raka szyjki macicy u kobiet pomiędzy 25. a 59. rokiem życia. Zapraszamy wszystkie Panie z tej grupy wiekowej, ubezpieczone, które w ciągu ostatnich 3 lat nie wykonywały cytologii. Wystarczy zgłosić się do wybranej przez siebie dowolnej poradni ginekologicznej – położniczej, która ma podpisaną umowę z NFZ.

Także kobiety spoza grupy wiekowej objętej programem mogą skorzystać z cytologii refundowanej przez NFZ – w ramach poradni udzielonej przez lekarza specjalistę.

Mammografia – badanie, które daje gwarancję!

Nie możemy zapobiegać zachorowaniu na raka piersi, ale możemy go wykryć w najwcześniejszym stadium rozwoju. Wczesne wykrycie umożliwia całkowite wyleczenie. Zapewnia je proste i bezbolesne badanie, jakim jest mammografia.

Kto jest zagrożony nowotworem piersi?

Rakiem piersi najbardziej zagrożone są panie, u których w bliskiej rodzinie (mama, babka, siostra, ciot-

ka) występował ten typ nowotworu lub rak jajnika. **W grupie ryzyka są szczególnie Panie w wieku od 50 do 69 lat.**

Czy każda zmiana w piersi oznacza nowotwór?

Zmiany o charakterze guza nie muszą oznaczać raka. Spośród wszystkich guzków wykrywanych w piersi **tylko około 10% okazuje się nowotworem złośliwym.**

Czy NFZ refunduje profilaktyczne badania?

Małopolski Oddział NFZ realizuje program profilaktyki raka piersi dla kobiet w wieku od 50 do 69 lat, ubezpieczonych, które w ciągu ostatnich 2 lat nie wykonywały mammografii. **Panie z określonej grupy wiekowej mogą zgłosić się na badanie bez skierowania i wykonać je bezpłatnie.**

Panie nieobjęte programem również mają prawo do mammografii w ramach ubezpieczenia, jeśli otrzymają skierowanie od lekarza specjalisty.

Nie można żyć bez powietrza – Program profilaktyki chorób odtytoniowych (POCHP)

Co roku z powodu schorzeń odtytoniowych umiera przedwcześnie ok. 50 tys. Polaków. Jednym z najczęściej występujących schorzeń wywołanych przede wszystkim paleniem tytoniu jest przewlekła ob-

turacyjna choroba płuc (POChP). Większość palaczy nawet nie wie, że choruje!

Kto powinien skorzysta z programu?

Badania są skierowane do palaczy powyżej 18. r.ż., w tym – w zakresie diagnostyki POChP – w szczególności do kobiet i mężczyzn pomiędzy 40. a 65. rokiem życia, którzy nie mieli wykonanej spirometrii w ramach programu profilaktyki POChP w ciągu ostatnich 3 lat, u których nie zdiagnozowano wcześniej, w sposób potwierdzony badaniem spirometrycznym, przewlekłej obturacyjnej choroby płuc lub przewlekłego zapalenia oskrzeli czy rozedmy.

Jakie badania można wykonać w ramach programu?

W przychodniach POZ realizujących „Program profilaktyki chorób odtytoniowych” mogą Państwo wykonać badania lekarskie i diagnostyczne, tj. pomiar masy ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego krwi. Świadczenia udzielane są bez skierowania, bez względu na przynależność świadczeniobiorców do list innych lekarzy poz.

Dla chcących podjąć walkę z nakiem – Program Profilaktyki Chorób Odtytoniowych – etap specjalistyczny

Program adresowany jest do osób uzależnionych od nikotyny, skierowanych z etapu podstawowego realizowanego przez lekarza POZ lub z oddziału szpitalnego oraz zgłaszających się bez skierowania.

Ciąża bez strachu – Program badań prenatalnych

W ostatnich latach wzrasta średni wiek kobiet rodzących. Szacuje się, że kobiety rodzące powyżej 35. roku życia stanowią 8 – 10% ogólnej liczby porodów. Powyżej 35. r.ż. wzrasta statystycznie istotnie ryzyko ciąży. Program umożliwia wczesną identyfikację ryzyka

wad genetycznych i wczesne rozpoznanie wad płodu (USG),

Które z pań powinny skorzystać z badań?

Z badań prenatalnych mogą skorzystać panie, które spełniają co najmniej jedno z poniższych kryteriów:

- wiek matki powyżej 35 lat;
- wystąpienie w poprzedniej ciąży aberracji chromosomowej płodu lub dziecka;
- stwierdzenie wystąpienia strukturalnych aberracji chromosomowych u ciężarnej lub u ojca dziecka;
- stwierdzenie znacznie większego ryzyka urodzenia dziecka dotkniętego chorobą uwarunkowaną monogenetycznie lub wieloczynnikową;
- stwierdzenie w czasie ciąży nieprawidłowego wyniku badania USG i/lub badań biochemicznych wskazujących na zwiększone ryzyko aberracji chromosomowej lub wady płodu.

Konieczne jest posiadanie skierowania od lekarza ginekologa.

Jakie badania można wykonać w ramach programu?

Program badań prenatalnych obejmuje dla celów poradnictwa genetycznego diagnostykę molekularną m.in. takich chorób jak: mukowiscydoza, fenylketonuria, płaszwica, głuchota wrodzona, wrodzone dysplazje kostne, dystrofia mięśniowa Duchenne'a i Beckera.

Oczy nie kłamią – Program wczesnej diagnostyki i wykrywania jaskry

Na jaskrę choruje blisko 70 milionów ludzi na świecie, a do roku 2000 niemal 7 milionów straciło wzrok z powodu jaskrowego zaniku nerwu wzrokowego. Schorzenie nieleczone zawsze prowadzi do nieodwracalnej

utraty wzroku. Najczęściej rozwija się bezobjawowo. 80% chorych nawet nie wie, że choruje na jaskrę.

Czynniki, które powinny skłonić do wizyty u okulisty

- dziedziczność
- przypadki jaskry w rodzinie
- wiek po 35. roku życia
- niskie ciśnienie ogólne krwi
- zaburzenia gospodarki tłuszczowej (hipercholesterolemia/hiperlipidemia)
- zbyt intensywnie leczone nadciśnienie krwi
- migreny
- objawy naczynioskurczowe (stałe zimne stopy i dłonie)
- podwyższony poziom ciśnienia w oku
- krótkowzroczność

Do kogo kierowany jest program?

Program skierowany jest do osób w wieku powyżej 35. roku życia (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia), u których wcześniej nie wykryto jaskry lub które nie miały wykonywanego badania w ramach programu w ciągu ostatnich 2 lat.

Jakie badania można wykonać w ramach programu?

- wywiad w kierunku jaskry u okulisty
 - badanie okulistyczne przedniego i tylnego odcinka gałki ocznej z dokładną, stereoskopową oceną tarczy nerwu wzrokowego,
 - badanie ciśnienia śródgałkowego
 - badanie kąta przesączania.
- Osoby z nieprawidłowym wynikiem badania kierowane są do dalszej diagnostyki lub objęcia leczeniem. Badania można wykonać w każdym okuliście, który ma podpisaną umowę z NFZ