

Profilaktyka 40 PLUS

Z programu możesz skorzystać do końca czerwca 2024 r.

Czym jest program Profilaktyka 40 PLUS?

Profilaktyka 40 PLUS to program **bezpłatnych badań profilaktycznych** dla polskich obywateli powyżej 40 roku życia.



Badania zawarte w tym programie wykonywane są w celach profilaktycznych. Oznacza to, że przeprowadza się je u pacjentów, którzy nie doświadczają objawów chorobowych. Dzięki temu możliwe jest wykrycie licznych schorzeń na ich wczesnych etapach oraz wprowadzenie właściwego leczenia, które pozwoli zapobiec rozwojowi choroby. Dzięki testom zawartym w tym programie możliwa jest kompleksowa ocena stanu zdrowia pacjenta oraz wykrycie zaburzeń, które umożliwią szczegółowe ukierunkowanie dalszej diagnostyki.

Celem programu jest zwiększenie liczby osób wykonujących takie badania, wczesne wykrywanie chorób i zaburzeń oraz zapobieganie ich rozwojowi.

Kto może skorzystać z badań

Program skierowany jest do Polaków, którzy:

- skończyli 40 lat
- nie korzystali wcześniej z programu Profilaktyka 40 PLUS lub skorzystali z niego, ale minęło co najmniej 12 miesięcy od pierwszych badań w ramach programu
- uzupełnili ankietę: na Internetowym Koncie Pacjenta (IKP) lub przez infolinię +48 800 100 101 lub w przychodni POZ uczestniczącej w programie lub w aplikacji mojeIKP.

Ankieta

Chcesz się zbadać, ale zastanawiasz się, od czego zacząć? Pierwszy krok to **wypełnienie ankiety o swoim zdrowiu**.

Ankietę wypełnisz w swoim Internetowym Koncie Pacjenta (IKP) lub w aplikacji mobilnej mojeIKP lub dzwoniąc na infolinię lub w przychodni POZ uczestniczącej w programie.

Jak skorzystać z pakietu wypełniając ankietę w swoim Internetowym Koncie Pacjenta (IKP):

Zaloguj się na swoje Internetowe Konto Pacjenta.

Żeby się zalogować, możesz użyć **profilu zaufanego**. Możesz również zalogować się przez **e-dowód**, [aplikację mObywatel](#) lub **konto internetowe w banku** (Możliwość taką oferują: iPKO lub Inteligo w PKO BP, Pekao SA, BOŚ, BNP Paribas, VeloBank, Crédit Agricole, mBank, Bank Millennium, ING Bank Śląski, Bank Spółdzielczy w Brodnicy, Kasa Stefczyka lub banki spółdzielcze z Grupy BPS).

Wejść w zakładkę „Profilaktyka > Ankiety”

1. Wypełnij online ankietę Profilaktyki 40 PLUS na Internetowym Koncie Pacjenta (IKP).

Twoje odpowiedzi pozwolą wybrać listę badań laboratoryjnych, które są dla Ciebie zalecane. Dostaniesz też wskazówki, jak należy przygotować się do badań.

Wypełnianie ankiety Profilaktyki 40 PLUS możesz w dowolnym miejscu przerwać. Kliknij wówczas na „Zapamiętaj odpowiedzi i wyjdź”. Po ponownym zalogowaniu możesz wrócić do wypełniania ankiety.

2. Wybierz placówkę, w której chcesz zrealizować badania, skontaktuj się z nią i umów na termin badania. Możesz to zrobić na IKP lub bezpośrednio, dzwoniąc do placówki

Na koniec należy zatwierdzić wybrane dla Ciebie badania laboratoryjne poprzez kliknięcie przycisku „Wygeneruj skierowanie”, będzie one dostępne w zakładce „Skierowania” na Twoim Internetowym Koncie Pacjenta. Nie musisz go drukować, dostaniesz informację o nim również na podany przez Ciebie na IKP numer telefonu lub mail, albo w aplikacji mojeIKP.

3. Na badanie zabierz dowód osobisty.
4. Odbierz wyniki badań w placówce, w której realizowałeś świadczenie, lub przez IKP.

Jak wypełnić ankietę w aplikacji mojeIKP:

mojeIKP to bezpłatna mobilna aplikacja, która daje dostęp do niektórych funkcjonalności Internetowego Konta Pacjenta.

1. uruchom aplikację i zaloguj się
2. wejdź w zakładkę „Profilaktyka”
3. wypełnij ankietę.

Teraz [znajdź laboratorium, w którym wykonasz badania](#). Wystarczy, że zgłosisz się z dowodem osobistym.

Ankietę wypełnisz także przez telefon

W przypadku osób, które nie korzystają z Internetowego Konta Pacjenta możliwe jest także zapisanie się do programu poprzez skorzystanie z infolinii dzwoniąc pod bezpłatny numer: **+48 800 100 101** w godzinach 8.00-18.00. Pomoże ci w tym konsultant.

Możesz to zrobić **również w placówce medycznej**: w jednej z przychodni POZ uczestniczących w badaniu, która realizuje ww. program.

Co zawiera pakiet badań

Badania diagnostyczne, które wchodzi w skład programu Profilaktyka 40 PLUS, dzielą się na trzy grupy: badania dla kobiet, badania dla mężczyzn i pakiet wspólny. To, jaki zakres badań będzie dostępny dla Ciebie, zależy od odpowiedzi, jakich udzielił w ankiecie.

Sprawdź, co wchodzi w skład poszczególnych pakietów.

Pakiet badań diagnostycznych dla kobiet

- morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi
- stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy
- stężenie glukozy we krwi

- próby wątrobowe: AlAT, AspAT, GGTP
- poziom kreatyniny we krwi
- badanie ogólne moczu
- poziom kwasu moczowego we krwi
- krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT).

Pakiet badań diagnostycznych dla mężczyzn

- morfologia krwi obwodowej ze wzorem odsetkowym i płytkami krwi
- stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy
- stężenie glukozy we krwi
- próby wątrobowe: AlAT, AspAT, GGTP
- poziom kreatyniny we krwi
- badanie ogólne moczu
- poziom kwasu moczowego we krwi
- krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT)
- PSA – antygen swoisty dla stercza całkowity.

Pakiet badań diagnostycznych wspólny

- pomiar ciśnienia tętniczego
- pomiar masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie
- obliczenie wskaźnika masy ciała (BMI).

Skierowanie na badania

Po wypełnieniu ankiety, do maksymalnie dwóch dni roboczych, otrzymasz e-skierowanie na darmowy pakiet badań.

Nie musisz iść do lekarza. Elektroniczne skierowanie zostanie wystawione automatycznie. Gdy tylko dostaniesz e-skierowanie, możesz umówić się na badanie. Wykonasz je w jednym z blisko 2,5 tys. punktów w całym kraju. Pamiętaj o zabraniu dowodu osobistego!

Ważne!

Wszystkie badania z pakietu musisz wykonać w jednej placówce, która rozpocznie realizację e-skierowania.

Po zrobieniu badań umów się na wizytę do swojego lekarza POZ i skonsultuj swoje wyniki.

W Programie Profilaktyka 40 PLUS jest możliwość ponownego wykonania badań. Można to zrobić 12 miesięcy od zrealizowania poprzedniego e-skierowania.

Jeśli chcesz ponownie wziąć udział w programie, nie musisz wypełniać ankiety. Automatycznie po roku od wykonania poprzedniego pakietu badań na twoim koncie

IKP dostaniesz nowe e-skierowanie. Następnie wybierasz placówkę, robisz badania i odbierasz wyniki. Dokładnie w ten sam sposób, jak poprzednio.

Więcej informacji o ww. programie znajduje się pod linkami:

<https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/jakie-badania-w-programie-profilaktyka-40-plus>

<https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/poradnik-pacjenta-w-tym-programie-wzielo-juz-udzial-blisko-3-mln-osob-ty-tez-mozesz,8444.html>

<https://pacjent.gov.pl/internetowe-konto-pacjenta#jak-sie-zalogowac>

<https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/profilaktyka-40-plus>