



Urząd Miasta Hajnówka



Kategoria

- Zdrowie

Podlaski Oddział Wojewódzki NFZ z okazji Międzynarodowego Dnia Kobiet zorganizował cykl wydarzeń profilaktycznych poświęconych najczęściej występującym chorobom i problemom zdrowotnym. Akcja profilaktyczna w ramach „Tygodnia Zdrowia Kobiet” trwała od 4 do 11 marca. Z bezpłatnych porad, pomiarów i konsultacji oferowanych przez doradców z Podlaskiego OW NFZ w Białymstoku, Łomży i Siemiatyczach skorzystało blisko 1000 osób.

Święto Kobiet to doskonała okazja, by przypomnieć paniom w różnym wieku o szeregu badań profilaktycznych, które przysługują im bezpłatnie w ramach programów profilaktycznych realizowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia i Ministerstwo Zdrowia. Podczas „Tygodnia Zdrowia Kobiet” doradcy ds. profilaktyki i promocji zdrowia z Podlaskiego OW NFZ przez 8 dni w 6 lokalizacjach przypominali, że zdrowe, codzienne nawyki i regularne wykonywanie badań znacząco wpływają na poprawę jakości życia.

Różnorodna oferta prozdrowotna „Tygodnia Zdrowia Kobiet”, o innej tematyce na każdy dzień, cieszyła się dużym

zainteresowaniem. O tym, jak zadbać o swoje zdrowie i swoich bliskich doradcy z Podlaskiego OW NFZ rozmawiali z blisko tysiącem osób:

- ponad 650 osób otrzymało szczegółowe informacje o badaniach, jakie można wykonać w programach profilaktycznych realizowanych przez NFZ i MZ oraz wykaz placówek medycznych realizujących badania wraz z numerem telefonu do rejestracji;
- ponad 150 osób pytało o bezpłatne diety i porady żywieniowe na portalu Diety NFZ, kalendarz badań na portalu Akademia NFZ, stronę pacjent.gov.pl, a także o usługi oferowane przez Internetowe Konto Pacjenta;
- blisko 100 osób wykonało analizę składu ciała, określiło wiek metaboliczny organizmu oraz poznało swój wynik BMI;
- z bezpłatnej, finansowanej przez NFZ, mammografii, dostępnej w mammobusie, skorzystało ponad 60 pań.

Ponadto, w Sali Obsługi Klientów Podlaskiego OW NFZ można było przy okazji skorzystać z innych usług. Doradcy ds. profilaktyki i promocji zdrowia wydawali zainteresowanym Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ), potwierdzali profil zaufany, pomagali zainstalować aplikację MojeIKP, udzielali informacji o zasadach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego oraz udzielali odpowiedzi na pytania dot. zasad leczenia w tym leczenia uzdrowiskowego.

Każda osoba odwiedzająca niebieskie stanowiska Podlaskiego OW NFZ podczas „Tygodnia Zdrowia Kobiet” otrzymała pakiet materiałów edukacyjnych poświęconych zapobieganiu chorobom m.in.: „Planuję Długie Życie”, magazyn NFZ „Ze Zdrowiem”, „Opieka koordynowana w POZ”, „Środa z Profilaktyką”.

Profilaktyka Chorób Mężczyzn

Analiza danych o długości życia wykazuje, że mężczyźni w Polsce żyją krócej niż kobiety. Wpływ ma na to niezdrowy tryb życia, niechęć do korzystania z badań profilaktycznych oraz wizyt u lekarza. Dlatego z okazji Tygodnia Zdrowia Kobiet 11 marca w Sali Obsługi Klientów, doradcy z Podlaskiego OW NFZ przypominali panom o konieczności wykonywania badań profilaktycznych. Każdy mężczyzna powinien pamiętać, że jeśli chce się cieszyć dobrym zdrowiem, powinien prowadzić zdrowy tryb życia, dbać o regularny wysiłek fizyczny, zbilansowaną dietę, a także regularnie się badać.

Z oferty Podlaskiego OW NFZ „Profilaktyka chorób mężczyzn” skorzystał m.in. Pan Paweł, który dowiedział się:

- jak zgłosić się na badania w ramach programu Profilaktyka 40 PLUS, gdzie je wykonać, oraz że w ramach tego programu przysługuje mu m.in. badanie PSA,
- w jakim wieku może zgłosić się na bezpłatną kolonoskopię przesiewową w ramach programu profilaktyki raka jelita grubego,
- dlaczego warto regularnie wykonywać samobadanie jąder i do jakiego specjalisty należy się zgłosić w przypadku niepokojących sygnałów bądź objawów,
- o profilaktyce chorób układu krążenia i badaniach, które może wykonać w ramach programu profilaktyki ChUK u lekarza lub pielęgniarki podstawowej opieki zdrowotnej.

Infolinia NFZ

Warto podkreślić, że z okazji Dnia Kobiet Narodowy Fundusz Zdrowia uruchomił specjalny dyżur konsultantów w ramach ogólnopolskiej infolinii NFZ. Panie mogły zadzwonić pod bezpłatny numer – 800 190 590 – i uzyskać komplet praktycznych informacji o badaniach profilaktycznych dla siebie lub rodziny. Konsultanci podpowiadali również, gdzie takie badania można wykonać.

Harmonogram postoju mammobusów w województwie podlaskim

Wszystkim Paniom, które nie zdążyły odwiedzić doradców ds. profilaktyki podczas Tygodnia Zdrowia Kobiet, przypominamy, że w całym województwie czekają mammobusy, w których za darmo i bez skierowania można wykonać mammografię. Adres i harmonogram postojów dostępny pod adresem:

<http://www.nfz-bialystok.pl/dla-pacjenta/profilaktyczne-programy-zdrowotne/program-profilaktyki-raka-piersi/>

Programy profilaktyczne finansowane przez Podlaski Oddział Wojewódzki NFZ

Niezdrowy styl życia to kluczowy czynnik, który może doprowadzić do problemów zdrowotnych. Wystarczy postawić na

codzienną profilaktykę oraz regularnie korzystać z darmowych badań przesiewowych takich jak: cytologia, mammografia i kolonoskopia, by dostrzec pierwsze sygnały chorobowe i zapobiec ich dalszemu rozwojowi. Badania przesiewowe, które ratują życie oraz zasady korzystania są szczegółowo opisane pod adresem:

<https://www.nfz-bialystok.pl/aktualnosci-oddzialu/badania-przesiewowe-ktore-ratuja-zycie/>

dr Beata Leszczyńska

Rzeczniczka prasowa Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia

Source URL:

<https://hajnowka.pl/aktualnosc/zdrowie/4971-tydzien-zdrowia-kobiet-poswiecony-profilaktyce-i-trosce-o-zdrowie>