

MOJE ZDROWIE W POZ



POLSKIE TOWARZYSTWO
MEDYCYNY RODZINNEJ

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

PYTANIA W FORMULARZU

Wywiad rodzinny
Styl życia
Czynniki ryzyka choroby wirusowej
wątroby
Zdrowie psychiczne

INDYWIDUALNY PLAN ZDROWOTNY

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

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

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)

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!



Pacjenci, którzy zadeklarowani są w SP ZOZ Miejsko Gminnym Ośrodku Zdrowia w Sośnicowicach, a z różnych powodów nie mają możliwości wypełnienia ankiety poprzez stronę internetową, mogą po wcześniejszym umówieniu się pod nr tel. :

32/238-72-97

32/238-71-55

lub

505-460-501

przyjść do przychodni i z pomocą personelu wypełnić ankietę, otrzymać skierowanie na bezpłatne badania diagnostyczne, porady edukacyjne i wizytę podsumowującą z opracowaniem Indywidualnego Planu Zdrowotnego.