

26 maja - Dzień Matki

Kochane Mamy!

W dniu Waszego święta życzymy Wam przede wszystkim zdrowia.

I gorąco zachęcamy: dbajcie o siebie i badajcie się.

Nie tylko od święta.

Śląski Oddział Wojewódzki NFZ

Śląski Oddział Wojewódzki NFZ zachęca do korzystania z bezpłatnych programów profilaktycznych:

- program profilaktyki chorób układu krążenia
- program profilaktyki gruźlicy
- program profilaktyki chorób odtytoniowych (w tym program przewlekłej obturacyjnej choroby płuc) - etap podstawowy i etap specjalistyczny
- populacyjny program wczesnego wykrywania raka piersi
- populacyjny program profilaktyki i wczesnego wykrywania raka szyjki macicy
- program badań prenatalnych
- program wczesnej diagnostyki i leczenia jaskry

Szczegółowe informacje dotyczące zasad korzystania z programów oraz miejsca realizacji świadczeń można uzyskać w oddziale oraz znaleźć na stronie Śląskiego OW NFZ: <http://www.nfz-katowice.pl/dla-pacjenta/programy-profilaktyczne>

Na naszej stronie WWW można także sprawdzić [aktualny wykaz postojów mammobusów](#), by wybrać dla siebie najlepsze miejsce i termin badania.

Przyszłe i młode Mamy zachęcamy również do odwiedzenia naszych stron:

o kompleksowej opiece medycznej nad matką w okresie ciąży, porodu, połogu oraz jej nowo narodzonym dzieckiem w województwie śląskim -

[Koordynowana opieka nad kobietą w ciąży \(KOC\)](#),

oraz o tym jak przygotować się do karmienia piersią? Jak prawidłowo karmić? Co czeka karmiącą mamę w pierwszych dniach po porodzie? Co zrobić w przypadku problemów z laktacją? -

[Szkolenia e-learningowe o karmieniu piersią](#).

