



POPULACYJNY PROGRAM PROFILAKTYKI I WCZESNEGO WYKRYWANIA RAKA SZYJKI MACICY

❖ **Dlaczego profilaktyka raka szyjki macicy?**
W Polsce co roku na raka szyjki macicy zapada 4 000 kobiet (10 dziennie!), a połowa z nich umiera, bo zbyt późno zgłosiły się do lekarza. Rak szyjki macicy jest bardzo podstępny i w pierwszym okresie przebiega bez niepokojących objawów. Jego rozpoznanie jest możliwe tylko dzięki cytologii. To bezpieczne i bezbolesne badanie, które pozwala na wykrycie nie tylko wczesnych postaci tego nowotworu, ale także stanów, które nielezione mogą doprowadzić do jego powstania. Każda kobieta powinna wykonywać cytologię co trzy lata, jeśli lekarz nie zaleci inaczej. Wczesne wykrycie raka szyjki macicy gwarantuje niemal 100% skuteczność wyleczenia.

❖ **Jakie badania w ramach programu?**
W ramach etapu dodatkowego programu wykonywane jest badanie cytologiczne, a w przypadku stwierdzenia niepokojących zmian, pacjentka kierowana jest na dalszą diagnostykę do etapu pogłębionej diagnostyki programu.

W ramach etapu pogłębionej diagnostyki programu wykonywane jest badanie kolposkopowe, a w przypadku zaistnienia wskazań do weryfikacji uzyskanego obrazu kolposkopowego – pobranie celowanych wycinków do badania histopatologicznego.

Kobiety, u których rozpoznano raka szyjki macicy lub inne schorzenia wymagające leczenia specjalistycznego zostają skierowane do dalszej diagnostyki poza programem.

❖ **Dla kogo program?**
Program profilaktyczny skierowany jest do grupy kobiet najbardziej zagrożonych rakiem szyjki macicy w wieku od 25 do 59 lat (należy wziąć pod uwagę rok urodzenia), które w ciągu ostatnich trzech lat nie miały wykonywanego badania cytologicznego.

❖ **Jak skorzystać z badań?**
Bezpłatne badania cytologiczne można wykonać w zakładach opieki zdrowotnej, które podpisały z NFZ umowę na realizację programu (każda poradnia ginekologiczna, która ma umowę z NFZ). Wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie. Skierowanie nie jest potrzebne.

Z badań mogą korzystać wszystkie ubezpieczone w NFZ kobiety, które mieszczą się w grupie wiekowej i nie wykonywały cytologii w ciągu ostatnich trzech lat (również te, które nie otrzymały imiennego zaproszenia). Jeśli kobieta nie mieści się w grupie wiekowej również może skorzystać z bezpłatnej cytologii w ramach ubezpieczenia w NFZ.

17 marca Międzynarodowy Dzień Inwalidy

Niektórym pacjentom przysługują uprawnienia szczególne takie jak np. bezpłatne leki, korzystanie ze świadczeń bez skierowania, czy też pobyt w sanatorium. Zakres takich uprawnień może być różny w zależności od tego, do jakiej grupy uprzywilejowanych należysz.

Ważne! Aby skorzystać z przysługującego uprawnienia powinniś przedstawić odpowiedni dokument potwierdzający.

Na stronie internetowej NFZ, której adres podajemy poniżej, zostały zebrane informacje dotyczące zakresu uprawnień szczególnych osób uprzywilejowanych.

<http://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/prawa-pacjenta/uprawnienia-szczegolne/>

II Edycja kampanii „Polska mówi #aaa!” uptynie pod hasłem „Mniej cukru – więcej uśmiechu”

– ogłosiło Polskie Towarzystwo Stomatologiczne

Światowy Dzień Zdrowia Jamy Usnej (World Oral Health Day) obchodzimy 20 marca. Zachęcamy do korzystania z diet (<https://diety.nfz.gov.pl>), jak również informujemy, że na stronie Śląskiego OW NFZ umieszczony jest harmonogram dentobusu (<http://www.nfz-katowice.pl/dla-pacjenta/harmonogram-dentobusu>). #NieCukrz, cukier szkodzi zębom też!

**Mniej cukru
– więcej uśmiechu**



21 marca Światowy Dzień Zespołu Downa

Światowy Dzień Zespołu Downa to święto ustanowione w 2005 roku z inicjatywy Europejskiego Stowarzyszenia Zespołu Downa. Od 2012 roku patronat nad obchodami sprawuje Organizacja Narodów Zjednoczonych.

Warto śledzić na bieżąco, co dzieje się 21 marca – informacje podawane są zarówno na oficjalnej stronie Światowego Dnia Zespołu Downa, jak i w mediach społecznościowych.

Oddaj Krew w NFZ

**14 marca 2019 r. od 10.00 do 14.00 w Katowicach
na parkingu Śląskiego OW NFZ przy ulicy Kossutha 13.
Podziel się tym, co masz najcenniejszego!**

Ponad połowa Polaków uważa, że krew można wyprodukować w laboratorium. Jest to jeden z najczęściej powielanych stereotypów na temat krwiodawstwa. Krwi ani żadnych produktów krwiopodobnych nie da się uzyskać sztucznie. Jedyną jej fabryką jest ludzki organizm.

Nieprawdą jest, że:

- ♥ Oddając krew można się zarazić – Jest to całkowicie niemożliwe. Do pobierania krwi i próbek do badań stosuje się wyłącznie sprzęt jednorazowego użytku.
- ♥ Oddawanie krwi uzależnia – Oddawanie krwi nie powoduje żadnych efektów ubocznych ani uzależnienia.
- ♥ Aby oddać krew, trzeba znać swoją grupę – Nie jest to wymagane. Potencjalny dawca krwi jest poddawany kontroli medycznej, a grupa krwi jest ustalana po pobraniu.
- ♥ Za oddanie krwi dostaje się pieniądze – W Polsce krew oddaje się nieodpłatnie. Z punktu widzenia biorcy wartość krwi jest nieprzeliczalna na pieniądze. Krew oddaje się bezinteresownie.
- ♥ Krew należy oddawać jedynie na apel – Krew należy oddawać regularnie, ponieważ tak tworzą się jej zapasy, niezbędne do wykorzystania nie tylko w różnych nagłych sytuacjach, a przede wszystkim do systematycznego realizowania leczenia najcięższych chorób przewlekłych.
- ♥ Można oddać dowolną ilość krwi – Jednorazowo pobierana jest najczęściej jedna jednostka krwi pełnej, czyli 450 ml.
- ♥ Na oddawanie krwi należy przychodzić na czczo – Do oddania krwi należy zgłosić wypoczętym, po lekkim niskotłuszczowym posiłku (np. pieczywo, chuda wędlina, warzywa, owoce). Unikać potraw tłustych (smalec, masło, śmietana, tłusta wędlina), które mogą spowodować, że krew będzie lipemiczna (przetłuszczona) i nie będzie nadawała się do celów leczniczych, również wieczorem w dzień poprzedzający oddanie krwi. Przed oddaniem należy pić dużo wody lub soków owocowych. Pół godziny przed oddaniem krwi nie należy palić papierosów. Nie należy przychodzić do oddania krwi po spożyciu alkoholu i/lub środkach zmieniających nastrój.
- ♥ Oddawanie krwi powoduje zmianę wagi ciała – Oddawanie krwi nie powoduje obserwowalnego spadku ani wzrostu masy ciała.



NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13, 40-844 Katowice

www.nfz-katowice.pl

www.nfz.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590