

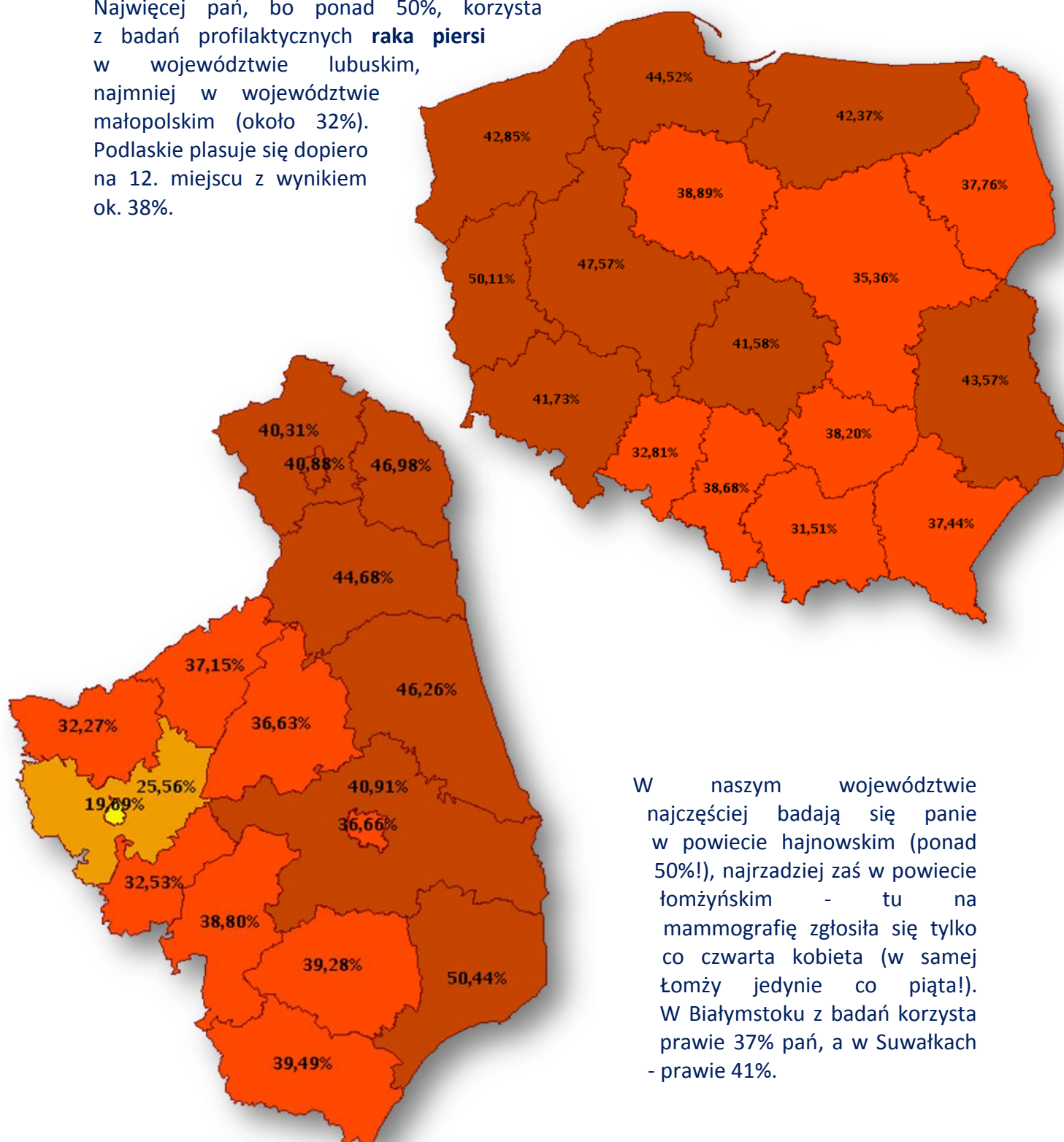
Mieszkańki województwa podlaskiego ciągle jeszcze zbyt rzadko wykonują badania profilaktyczne w kierunku nowotworów. Z finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia badań cytologicznych korzysta jedynie co piąta mieszkanka naszego województwa, z mammografii zaś tylko 38% kobiet.

Niestety, w świadomości Polek nie utrwaliło się jeszcze przekonanie o konieczności regularnego wykonywania badań - tymczasem to właśnie one pomagają we wczesnym wykrywaniu zmian, które można skutecznie leczyć...

W październiku - miesiącu walki z rakiem - chcemy w szczególny sposób pobudzić do refleksji nad zdrowiem osoby, które lubią w długie jesienne wieczory sięgać po dobrą lekturę... Podlaski NFZ przygotował 40 tysięcy zakładek do książek - dzięki współpracy z Książnicą Podlaską dotrą one do bibliotek w całym województwie. Zakładki nawiązują do powieści „Przeminęło z wiatrem” Margaret Mitchell, której główna bohaterka - Scarlett - zwykła odsuwać na później wszelkie trudne sprawy, mówiąc: „Pomyślę o tym jutro”. Na rewersie tego książkowego gadżetu znajdują się krótkie informacje o profilaktyce prozdrowotnej. Mamy nadzieję, że zakładki będą nie tylko miłym i praktycznym prezentem dla Czytelników, ale także skutecznie przypomną im o zdrowych nawykach i konieczności regularnego wykonywania badań.

Jak kobiety korzystają z badań profilaktycznych?

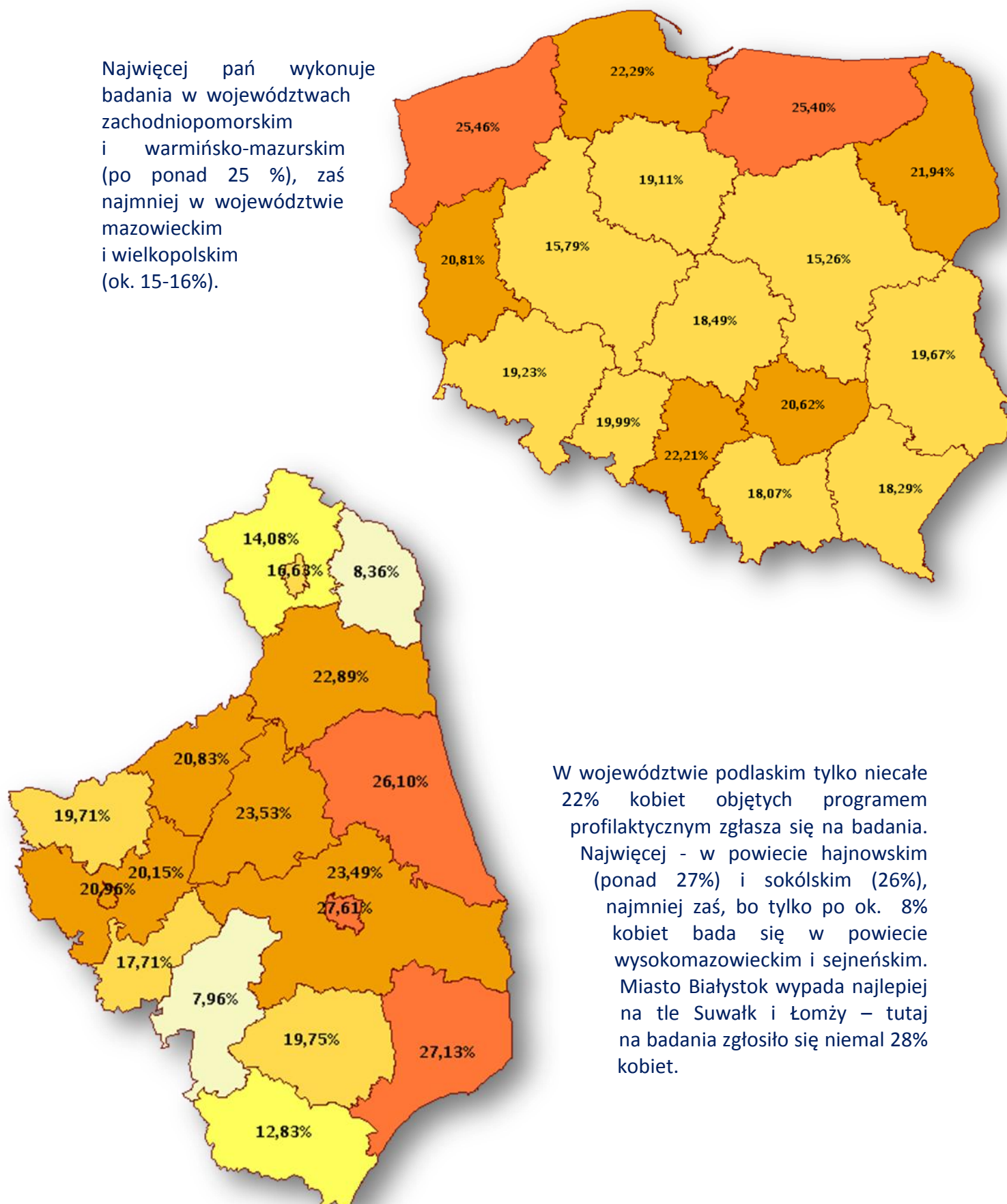
Najwięcej pań, bo ponad 50%, korzysta z badań profilaktycznych **raka piersi** w województwie lubuskim, najmniej w województwie małopolskim (około 32%). Podlaskie plasuje się dopiero na 12. miejscu z wynikiem ok. 38%.



W naszym województwie najczęściej badają się panie w powiecie hajnowskim (ponad 50%!), najrzadziej zaś w powiecie łomżyńskim - tu na mammografię zgłosiła się tylko co czwarta kobieta (w samej Łomży jedynie co piąta!). W Białymstoku z badań korzysta prawie 37% pań, a w Suwałkach - prawie 41%.

Niestety wyniki są znacznie mniej zadowalające w przypadku grupy korzystającej z programów profilaktycznych **raka szyjki macicy**.

Najwięcej pań wykonuje badania w województwach zachodniopomorskim i warmińsko-mazurskim (po ponad 25 %), zaś najmniej w województwie mazowieckim i wielkopolskim (ok. 15-16%).



W województwie podlaskim tylko niecałe 22% kobiet objętych programem profilaktycznym zgłasza się na badania. Najwięcej - w powiecie hajnowskim (ponad 27%) i sokólskim (26%), najmniej zaś, bo tylko po ok. 8% kobiet bada się w powiecie wysokomazowieckim i sejneńskim. Miasto Białystok wypada najlepiej na tle Suwałk i Łomży – tutaj na badania zgłosiło się niemal 28% kobiet.

Programy profilaktyczne finansowane przez POW NFZ

PROGRAM PROFILAKTYKI RAKA PIERSI

Podstawowym etapem programu jest badanie mammograficzne, z którego mogą skorzystać kobiety w wieku 50-69 lat, które nie wykonały mammografii w ciągu ostatnich 2 lat. Na badanie w ramach programu niepotrzebne jest skierowanie.

Rak piersi to najczęściej występujący wśród kobiet nowotwór złośliwy. Ryzyko zachorowania wzrasta po 50. roku życia. Czynnikiem ryzyka są m.in. rak piersi wśród członków rodziny, mutacje w genach oraz duża aktywność hormonów żeńskich. Chorobie nie można zapobiec, ale można ją wcześniej wykryć wykonując mammografię.

Bezpłatną mammografię można w pracowniach stacjonarnych:

Nazwa świadczeniodawcy	Miejsce udzielania świadczeń			Telefon
SPÓŁDZIELCZY ZESPÓŁ ZAKŁADÓW OPIEKI ZDROWOTNEJ ESKULAP	BIAŁYSTOK	NOWY ŚWIAT	11C	85 745 00 37 85 745 00 36
BIAŁOSTOCKIE CENTRUM ONKOLOGII IM. M. SKŁODOWSKIEJ-CURIE	BIAŁYSTOK	OGRODOWA	12	85 664 67 48
WIRTUS PLUS	BIAŁYSTOK	SIEWNA	2	85 676 03 32 85 676 13 22
SZPITAL WOJEWÓDZKI IM. KARD. S. WYSZYŃSKIEGO W ŁOMŻY	ŁOMŻA	PIŁSUDSKIEGO	11	86 473 35 98
SZPITAL WOJEWÓDZKI IM. DR. L. RYDYGIERA W SUWAŁKACH	SUWAŁKI	SZPITALNA	60	87 56 29 325
WIRTUS PLUS	ZAMBRÓW	JANA PAWŁA II	3	85 676 03 32 85 676 13 22

oraz w mammobusach odwiedzających miejscowości na terenie całego województwa.

Harmonogram pobytu mammobusów w województwie podlaskim

Data:	Miejscowość:	Ulica:	Dokładna lokalizacja:	Tel. do rejestracji:
2017-10-16	ŁOMŻA	PLAC STAREGO RYNKU	PLAC STAREGO RYNKU	(42) 254 64 10
2017-10-16	SEJNY	UL. GRODZIŃSKIEGO 1	PRZY URZĘDZIE GMINY W SEJNACH	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-10-17	ŁOMŻA	PLAC STAREGO RYNKU	PLAC STAREGO RYNKU	(42) 254 64 10
2017-10-18	BIAŁYSTOK	UL. KLEPACKA 4	PORADNIA LEKARZA RODZINNEGO	(42) 254 64 10
2017-10-19	BIAŁYSTOK	UL. RADZYMIŃSKA 1	KOŚCIÓŁ MIŁOSIERDZIA BOŻEGO	(42) 254 64 10
2017-10-20	BIAŁYSTOK	UL. WŁÓKIENNICZA 4	PARKING PŁYWALNI MIEJSKIEJ	(42) 254 64 10
2017-10-21	BIAŁYSTOK	UL. WŁÓKIENNICZA 4	PŁYWALNIA MIEJSKA	(42) 254 64 10
2017-10-26	SIEMIATYCZE	LEGIONÓW PIŁSUDSKIEGO 1	PRZY OŚRODKU KULTURY	(58) 767 34 44
2017-10-26	SIEMIATYCZE	LEGIONÓW PIŁSUDSKIEGO 1	PRZY OŚRODKU KULTURY	(58) 767 34 44
2017-10-27	SOKÓŁKA	PL. KOŚCIUSZKI 1	ZA URZĘDEM MIASTA	(58) 767 34 44
2017-10-27	SOKÓŁKA	PL. KOŚCIUSZKI 1	ZA URZĘDEM MIASTA	(58) 767 34 44
2017-10-30	SUWAŁKI	UL. JANA PAWŁA II	PRZY AQUAPARKU	(58) 767 34 44
2017-10-30	SUWAŁKI	UL. JANA PAWŁA II	PRZY AQUAPARKU	(58) 767 34 44
2017-10-31	ZAMBRÓW	UL. WYSZYŃSKIEGO 6A	PRZY GIMNAZJUM	(58) 767 34 44
2017-10-31	ZAMBRÓW	UL. WYSZYŃSKIEGO 6A	PRZY GIMNAZJUM	(58) 767 34 44
2017-11-06	PERLEJEWO	PERLEJEWO 12	PRZY SZKOLE	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-07	ŁAPY	UL. NOWY RYNEK 15	PRZY DOMU KULTURY	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-08	BIELSK PODLASKI	PIŁSUDSKIEGO 31 A-B	PRZY CENTRUM ZAKUPÓW	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-09	ORLA	UL. SPÓŁDZIELCZA 2	NA PLACU PRZED SYNAGOGĄ W ORLI	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-10	HAJNÓWKA	UL. ZINA 1	PRZY URZĘDZIE MIEJSKIM	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-13	SIEMIATYCZE	UL. ZASZKOLNA 1	PRZY OŚRODKU KULTURY	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-14	CIECHANOWIEC	UL. MICKIEWICZA 1	PRZY URZĘDZIE MIEJSKIM	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-15	SOKOŁY	UL. KOŚCIELNA 1	NA PLACU PRZY KOŚCIELE	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-16	MOŃKI	AL. NIEPODLEGŁOŚCI 16	PRZY PRZEDSZKOLU	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-17	GRAJEWO	UL. STRAŻACKA 6A	PRZY URZĘDZIE MIEJSKIM	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-20	AUGUSTÓW	UL. HOŻA 2A	PRZY OSIEDLOWYM DOMU KULTURY	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22

2017-11-20	KĄTY	KĄTY 22	GMINNY OŚRODEK KULTURY	(42) 254 64 10
2017-11-21	MIELNIK	UL. PIASKOWA 38	URZĄD GMINY	(42) 254 64 10
2017-11-21	SUWAŁKI	UL. NONIEWICZA 42	PRZY BUDYNKU PO MDK SUWAŁKI	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-22	PERLEJEWO	PERLEJEWO 12	SZKOŁA PODSTAWOWA	(42) 254 64 10
2017-11-22	SUWAŁKI	UL. NONIEWICZA 42	PRZY MDK	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-11-23	MILEJCZYCE	UL. PARKOWA 20	ŚWIELICA WIEJSKA	(42) 254 64 10
2017-11-24	GRODZISK	UL. 1 MAJA 6	OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA	(42) 254 64 10
2017-11-25	SIEMIATYCZE	UL. ZASZKOLNA 1	OŚRODEK KULTURY	(42) 254 64 10
2017-11-26	WYSOKIE MAZOWIECKIE	UL. LUDOWA 19	MIEJSKI OŚRODEK KULTURY	(42) 254 64 10
2017-11-27	KLUKOWO	UL. MAZOWIECKA 14	URZĄD GMINY	(42) 254 64 10
2017-11-28	CIECHANOWIEC	UL. MICKIEWICZA 1	URZĄD MIASTA	(42) 254 64 10
2017-11-29	BIELSK PODLASKI	UL. PIŁSUDSKIEGO 27	PRZY KAUFANDZIE	(58) 767 34 44
2017-11-29	BIELSK PODLASKI	UL. PIŁSUDSKIEGO 27	PRZY KAUFANDZIE	(58) 767 34 44
2017-11-29	CZYŻEW	UL. MAZOWIECKA 34	URZĄD MIASTA	(42) 254 64 10
2017-11-30	ŁOMŻA	AL. PIŁSUDSKIEGO 18	PRZY KAUFANDZIE	(58) 767 34 44
2017-11-30	ŁOMŻA	AL. PIŁSUDSKIEGO 18	PRZY KAUFANDZIE	(58) 767 34 44
2017-11-30	SOKOŁY	UL. KOŚCIELNA 1	PLAC PRZY KOŚCIELE	(42) 254 64 10
2017-12-01	ŁOMŻA	AL. PIŁSUDSKIEGO 18	PRZY KAUFANDZIE	(58) 767 34 44
2017-12-01	ŁOMŻA	AL. PIŁSUDSKIEGO 18	PRZY KAUFANDZIE	(58) 767 34 44
2017-12-05	SUWAŁKI	UL. NONIEWICZA 42	PRZY BUDYNKU PO MDK SUWAŁKI	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-06	SUWAŁKI	UL. NONIEWICZA 42	PRZY BUDYNKU PO MDK SUWAŁKI	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-07	ŁOMŻA	PL. STARY RYNEK 6	NA STARYM RYNKU PRZY HALI TARGOWEJ	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-08	WYSOKIE MAZOWIECKIE	UL. LUDOWA 19	PRZY OŚRODKU KULTURY	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-11	ŁAPY	UL. NOWY RYNEK 15	PRZY DOMU KULTURY	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-12	HAJNÓWKA	UL. ZINA 1	PRZY URZĘDZIE MIEJSKIM	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-13	SIEMIATYCZE	UL. LEGIONÓW	PRZY STAROSTWIE POWIATOWYM	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-14	BIELSK PODLASKI	AL. J. PIŁSUDSKIEGO 31 A-B	PRZY CENTRUM ZAKUPÓW	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-15	SOKÓŁKA	UL. PIŁSUDSKIEGO 8	PRZY STAROSTWIE POWIATOWYM	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22
2017-12-18	AUGUSTÓW	UL. HOŻA 2A	PRZY OSIEDLOWYM DOMU KULTURY	(85) 676 03 32; (85) 676 13 22

PROGRAM PROFILAKTYKI RAKA SZYJKI MACICY

Podstawowym etapem programu jest badanie cytologiczne wykonywane w gabinecie ginekologicznym. W ramach ubezpieczenia zdrowotnego mogą je wykonać kobiety w wieku 25-59 lat, raz na 3 lata. Jeśli wynik badania jest nieprawidłowy, zlecona jest dalsza diagnostyka. Na badanie nie trzeba mieć skierowania, jest bezbolesne i trzeba na nie poświęcić jedynie kilka minut. Na raka szyjki macicy co roku w Polsce choruje kilka tysięcy kobiet. Połowa z nich - u których wykryto chorobę zbyt późno - umiera. Rak szyjki macicy może nie dawać wyraźnych objawów. Wczesne zmiany przedrakowe, które można wykryć dzięki cytologii, są wyleczalne w 100%.

Badanie cytologiczne w ramach programu profilaktyki raka szyjki macicy można wykonać bezpłatnie we wszystkich gabinetach ginekologicznych, które mają podpisaną umowę z NFZ.

PROGRAM PROFILAKTYKI CHOROÓB UKŁADU KRĄŻENIA

Skierowany jest do osób w 35., 40., 45., 50. oraz 55. roku życia, u których nie została dotychczas rozpoznana choroba układu krążenia i które w okresie ostatnich pięciu lat nie korzystały ze świadczeń udzielanych w ramach programu. W trakcie wizyty lekarz podstawowej opieki zdrowotnej wykonuje: badanie biochemiczne krwi, pomiar ciśnienia tętniczego krwi, określa BMI. Osoby, u których rozpoznano chorobę układu krążenia, w zależności od wskazań medycznych, zostają skierowane (poza programem) na dalszą diagnostykę lub leczenie do świadczeniodawców posiadających z NFZ umowę o udzielanie odpowiednich rodzajów świadczeń.

Choroby układu krążenia są główną przyczyną zgonów w Polsce i na świecie. Umieralność z tego powodu w naszym kraju należy do najwyższych w Europie. Czynnikiem ryzyka są: nadciśnienie, podwyższone stężenie cholesterolu, palenie tytoniu, niska aktywność ruchowa i inne.

Na badania w ramach programu profilaktyki chorób układu krążenia mogą kierować pacjentów wszyscy lekarze POZ.

PROGRAM BADAŃ PRENATALNYCH

Jest adresowany do kobiet w ciąży, w wieku 35 lat i więcej oraz kobiet w ciąży z prawdopodobieństwem wystąpienia choroby płodu o podłożu genetycznym, stwierdzonym na podstawie badań genetycznych rodziny, rodzeństwa oraz aktualnych badań wskazujących na wady rozwojowe i wrodzone. Potrzebne jest skierowanie od lekarza specjalisty, który opiekuje się kobietą ciężarną.

Badania prenatalne wykonuje:

NZOZ Mastermed, ul. Legionowa 9a lok. 6, tel. (85) 742 30 30

PROGRAM PROFILAKTYKI GRUŹLICY

Z programu mogą skorzystać osoby dorosłe, które miały bezpośredni kontakt z osobami z już rozpoznaną gruźlicą lub należą do grup o szczególnym ryzyku wystąpienia choroby, takich jak: obciążeni długotrwałą chorobą, problemem alkoholowym lub narkomanią, bezdomni. Z programu nie mogą skorzystać osoby, u których rozpoznano już gruźlicę.

Źródłem zarażenia gruźlicą jest najczęściej chory - prątkujący. Osoba chora na gruźlicę podczas kaszlu, kichania, odkrztuszania, głośnego śmiechu, mówienia wydalą prątki wraz z kropelkami śluzu. Jeden nieleczony chory prątkujący zakaża w ciągu roku średnio 10-15 ludzi. Chory prawidłowo leczony już po miesiącu przestaje być zaraźliwy dla otoczenia.

Do programu profilaktyki gruźlicy kierują pacjentów - na podstawie ankiety - pielęgniarki POZ.

PROGRAM PROFILAKTYKI CHOROÓB ODTYTONIOWYCH

Mogą z niego skorzystać osoby powyżej 18. roku życia, które palą papierosy. Celem programu jest zmniejszenie zachorowalności na schorzenia odtyniowe, poprawa świadomości w zakresie szkodliwości palenia, metod zapobiegania i leczenia uzależnienia od tytoniu oraz poprawa dostępności do specjalistycznego leczenia uzależnienia od tytoniu, w szczególności dla osób obciążonych chorobami układu krążenia, układu oddechowego i nowotworowymi a w konsekwencji również zmniejszenie kosztów leczenia chorób odtyniowych.

Program obejmuje:

- zebranie wywiadu dotyczącego palenia tytoniu i oraz ocena poziomu uzależnienia
- badanie przedmiotowe (masa ciała, wzrost, ciśnienie tętnicze krwi)
- badanie fizykalne
- edukację dotyczącą skutków zdrowotnych palenia tytoniu ze szczególnym uwzględnieniem szkodliwego wpływu palenia biernego na zdrowie niepalących, zwłaszcza dzieci
- poradę antynikotynową z zaplanowaniem terapii odwykowej.

W województwie podlaskim program realizuje:

Łomżyńskie Centrum Medyczne sp. z o.o., Łomża, ul. Wyszyńskiego 9, tel. (86) 215 04 38

**Szczegółowe informacje
na temat finansowanych przez NFZ
programów profilaktycznych
można uzyskać pod numerem tel. 85 745 95 00
oraz na www.nfz-bialystok.pl**