



Środa z profilaktyką

Autor:

Adres: https://rzepin.pl/PL/3006/2839/Sroda_z_profilaktyka/k/

Środa z profilaktyką

Środa z profilaktyką to cykliczna akcja Narodowego Funduszu Zdrowia – co środę dostarczamy nową porcję wiedzy i praktycznych rad dla każdego, kto chce zdrowo żyć i zapobiegać chorobom.

Każda środa to inny, ważny aspekt naszego zdrowia:

- stawiamy na zapobieganie chorób cywilizacyjnych w tym cukrzycy i otyłości;
- zachęcamy do działania na rzecz własnego zdrowia;
- uczymy odpowiedzialności za zdrowie;
- dzielimy się wiedzą ze sprawdzonych źródeł, współpracujemy ekspertami z różnych dziedzin;
- współdziałamy z organizacjami pacjentów;
- docieramy z tematami do wszystkich grup wiekowych;
- zachęcamy do badań profilaktycznych w ramach bezpłatnych programów profilaktycznych NFZ i Ministerstwa Zdrowia.

Dzisiaj przypada Międzynarodowy Dzień rodziny – dlatego Środa z Profilaktyką poświęcona jest wielu tematom profilaktycznym.

Zachęcamy do materiału na [stronie internetowej](#), a tam między innymi o:

- Szczepieniach profilaktycznych
- Znamionach (Czerniak)
- Profilaktyce męskich chorób i inne ciekawe tematy.

Choroba nowotworowa na wczesnym etapie rozwoju jest u większości chorych w 100% wyleczalna. Regularne badania kontrolne dają szansę na wczesne wykrycie wielu chorób i ich wyleczenie!

W trosce o zdrowie, zachęcamy do korzystania z programów profilaktycznych. W [kalendarzu badań](#) podpowiadamy, które badania odpowiednio do wieku warto wykonać i do jakiego lekarza się udać.

Szczegółowe informacje o bezpłatnych programach wraz z wykazem placówek dostępne są na stronie Funduszu.

[Programy Profilaktyczne NFZ](#)

- **Czerniak** to nowotwór złośliwy powstający na skórze z komórek barwnikowych zwanych melanocytami. Podstawowym objawem są widoczne zmiany na skórze. Może pojawić się także w innych miejscach na ciele, również w obrębie ust, nosa i gałki ocznej. Najczęściej występującym jest czerniak powstający ze znamion barwnikowych, najcięższą postacią jest czerniak guzkowy.



Środa z profilaktyką

Autor:

Adres: https://rzepin.pl/PL/3006/2839/Sroda_z_profilaktyka/k/

- **Rak jądra** – rozpoznaje się go zwykle pomiędzy 25. a 40. rokiem życia. U mężczyzn w wieku 15-35 lat to najczęstszy nowotwór złośliwy. Najczęściej spotykanym objawem jest powiększenie części lub całego jądra (jednostronne i stopniowe). Powiększone jądro jest twarde, cięższe i niebolesne. Dlatego pamiętaj o samobadaniu jąder. Jeśli zauważysz zmianę, której wcześniej nie było, zgłoś się do lekarza.
- **Rak gruczołu krokowego** – wzrasta z wiekiem i rozpoznaje się go najczęściej po 65. roku życia. Istotne znaczenie dla rozpoznania raka prostaty ma określenie stężenia PSA.