Profilaktyka - podaj dalej

„Profilaktyka – podaj dalej” – rusza ogólnopolska kampania na rzecz zdrowia Polaków

Ministerstwo Zdrowia inauguruje wrzesień miesiącem profilaktyki. Z tej okazji rusza kampania „Profilaktyka – podaj dalej”. Przy wsparciu innych resortów, samorządów, instytucji publicznych, partnerów społecznych i środowiska medycznego będziemy zachęcać Poliki i Polaków do badań profilaktycznych.

„Chcemy budować świadomość, że badania profilaktyczne nie są wymagające. Wystarczy zrobić pierwszy krok - sprawdzić dostępne badania i umówić termin wizyty. Oprócz tego, że sami będziemy przykładać wagę do regularnych badań, warto abyśmy uświadamiali i namawiali do tego naszych bliskich – rodzinę, przyjaciół, współpracowników. Najlepszym prezentem, jaki możemy podarować drugiej osobie, jest troska o jej zdrowie. Czasem wystarczy przypomnieć o badaniu, poinformować o programie profilaktycznym albo zachęcić bliską osobę do umówienia wizyty. Taki prosty gest może mieć naprawdę duże znaczenie” – przekonuje minister zdrowia Jolanta Sobierańska-Grenda.

Choć dostęp do badań profilaktycznych jest coraz prostszy, ich skala ciągle jest niezadowalająca. W ciągu ostatnich dwóch lat z programu profilaktyki raka piersi skorzystało **32,77 proc. uprawnionych kobiet** (bezpłatna mammografia przysługuje kobietom od 45. roku życia), a z programu profilaktyki raka szyjki macicy, wykorzystującego test HPV HR zaledwie **15,22 proc.** Na badania te można zapisać się m. in. przez aplikację MojeIKP. W sierpniu 2026 r. w moim IKP dostępnych było ponad **384 tys. terminów mammografii** i ponad **445 tys. terminów badań HPV HR**.

Na program badań przesiewowych raka jelita grubego z wykorzystaniem **kolonoskopii**, który jest skierowany zarówno do kobiet, jak i do mężczyzn w 2025 roku zgłosiło się ok 15 % uprawnionych do badania.

Kampania „Profilaktyka – podaj dalej” ma przekonać, że badania profilaktyczne są elementem codziennej troski o zdrowie - obok aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania czy szczepień. To także najlepszy sposób na wczesne wykrycie ewentualnej choroby, co w konsekwencji da większą możliwość skutecznego leczenia i szybszego powrotu do zdrowia.

Ponad 500 wydarzeń i akcji zdrowotnych w całej Polsce

Mieszkańcy całego kraju zobaczą przekazy kampanii „Profilaktyka – podaj dalej” w telewizji, na billboardach, nośnikach cyfrowych oraz na stacjach warszawskiego metra.

W ośmiu miastach w Polsce zrealizowane zostaną akcje, zachęcające do zainteresowania się profilaktyką zdrowotną i skorzystania z dostępnych badań.

W całej Polsce we wrześniu odbędzie się ponad 500 wydarzeń i akcji zdrowotnych, podczas których uczestnicy będą mogli dowiedzieć się więcej o profilaktyce, dostępnych programach i badaniach, a także porozmawiać ze specjalistami.

Zaplanowano też podświetlenia i specjalne ekspozycje w charakterystycznych obiektach w całym kraju. Na pomarańczowo podświetlone zostaną: Stadion Śląski w Chorzowie, Spodek w Katowicach, Tarczyński Arena Wrocław, Pałac Kultury i Nauki w Warszawie, zaś na PGE Narodowym w Warszawie 2 września pojawi się napis #Profilaktyka, a na Atlas Arenie w Łodzi wyświetlony zostanie materiał graficzny kampanii. Do akcji włączą się również Arena Gliwice PreZero i Tauron Arena Wrocław.

Kampania ma również swoją maskotkę – **Profisia** czyli ambasadora profilaktyki i symbol troski o zdrowie oraz idei przekazywania dalej wiedzy i informacji, które mogą pomóc bliskim zadbać o własne zdrowie.

Razem dla profilaktyki

„Profilaktyka – podaj dalej” to wspólne przedsięwzięcie, w które włączają się kolejne ministerstwa, samorządy, instytucje publiczne, spółki Skarbu Państwa i partnerzy zewnętrzni.

2 września porozumienie o współpracy w tym zakresie podpisze minister zdrowia z ministrem sportu i turystyki oraz ministrem edukacji narodowej. Podobny dokument został już podpisany z Ministerstwem Infrastruktury oraz Ministerstwem Aktywów Państwowych.

W ramach porozumienia partnerzy będą wykorzystywać własne kanały komunikacji do promocji profilaktyki.

W działania zaangażują się również spółki Skarbu Państwa i instytucje infrastrukturalne, wykorzystując własne kanały dotarcia do milionów odbiorców. Do kampanii „Profilaktyka – podaj dalej” włączają się m.in. ORLEN S.A., PGE Polska Grupa Energetyczna S.A., ENEA S.A., TAURON Polska Energia S.A., PKO Bank Polski S.A., Poczta Polska S.A., PZU Życie S.A., PZU Zdrowie S.A., Polski Holding Nieruchomości S.A., Krajowa Grupa Spożywcza S.A., Polska Grupa Zbrojeniowa S.A., Polski Holding Hotelowy sp. z o.o., PKP Polskie Linie Kolejowe S.A., PKP Intercity S.A., Polskie Porty Lotnicze S.A. oraz Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad. Szczególnym elementem współpracy będzie przygotowanie przez Pocztę Polską specjalnej edycji znaczka pocztowego poświęconego profilaktyce zdrowotnej.

Ambasadorami kampanii zostali: Katarzyna Dowbor, Anna Karwan, Tomasz Majewski.

„Moje Zdrowie” i mojeIKP – profilaktyka na wyciągnięcie ręki

Dostęp do badań profilaktycznych nigdy nie był tak prosty jak dzisiaj. Nie trzeba iść do przychodni, żeby zapisać się na badania. Wystarczy w swoim telefonie zainstalować aplikację MojeIKP lub wejść na stronę Internetowe Konto Pacjenta. Dzięki niej w prosty sposób włączymy się do programu „**Moje Zdrowie”**.

Program skierowany jest do osób od 20. roku życia. Można bezpłatnie wykonać bilans zdrowia, rozpoczynając od ankiety. Po przetworzeniu ankiety przychodnia POZ wystawi skierowanie na badania laboratoryjne, które następnie pacjent omówi z personelem medycznym i otrzyma Indywidualny Plan Zdrowotny.

Cyfrowa profilaktyka ma coraz większe znaczenie. Z aplikacji **mojeIKP korzysta już ponad 5,5 mln osób**, a sekcja „Profilaktyka” należy do jednej z najczęściej odwiedzanych. To właśnie tam użytkownicy mogą znaleźć informacje o dostępnych świadczeniach i korzystać z wybranych możliwości centralnej e-rejestracji.

„10 dla Zdrowia”: profilaktyka chorób serca zaczyna się wcześniej

W kampanii ważne miejsce zajmuje także **„10 dla Zdrowia”.** To ankieta, która również już dostępna w aplikacji. Koncentruje się ona na modyfikowalnych czynnikach ryzyka chorób sercowo-naczyniowych i ma pomagać w podejmowaniu konkretnych działań na rzecz zdrowia.

Jak podkreśla prof. Piotr Dobrowolski, choroby sercowo-naczyniowe pozostają jedną z najważniejszych przyczyn przedwczesnej utraty sprawności i zgonów. W 2023 r. odpowiadały za 36,9 proc. wszystkich zgonów. Jednocześnie znaczna część przedwczesnych zdarzeń sercowo-naczyniowych jest potencjalnie możliwa do uniknięcia poprzez ograniczenie czynników ryzyka.

„10 dla Zdrowia” łączy m.in. monitorowanie ciśnienia tętniczego, cholesterolu i glikemii z działaniami dotyczącymi aktywności fizycznej, diety, masy ciała i palenia tytoniu. Każda poprawa parametrów zdrowotnych i stylu życia ma znaczenie, a wczesne wykrywanie nieprawidłowości pozwala odpowiednio wcześnie reagować.

Serce, mózg i nowotwory – wspólna sprawa

Do szerokiego spojrzenia na profilaktykę przekonują Polskie Towarzystwo Kardiologiczne, Polskie Towarzystwo Onkologiczne i Polskie Towarzystwo Neurologiczne. Choroby sercowo-naczyniowe, nowotwory i choroby neurologiczne odpowiadają za znaczną część zgonów i niepełnosprawności, a wiele czynników ryzyka jest wspólnych i możliwych do modyfikacji.

Prof. Piotr Rutkowski zwraca uwagę, że profilaktyka powinna być jednym z fundamentów polityki zdrowotnej. Aż 80 proc. nowotworów wiąże się z zewnętrznymi, w dużej mierze związanymi ze stylem życia, czynnikami ryzyka. Dlatego potrzebne są działania, które ułatwiają zdrowe wybory, zwiększają dostęp do badań przesiewowych i pozwolą wcześniej rozpoznawać ryzyko.

Nowe możliwości profilaktyki – kolejne badania dostępne dla pacjentów

Oferta badań profilaktycznych stale się rozszerza. Od 1 października do koszyka świadczeń gwarantowanych NFZ trafi ogólnopolski program wczesnego wykrywania raka płuca z wykorzystaniem niskodawkowej tomografii komputerowej (NDTK). Program jest skierowany do osób z grup ryzyka (palących papierosy) w wieku od 55 do 74 lat.





Ministerstwo Zdrowia

planuję długie życie.pl

NPChUK NARODOWY PROGRAM CHORÓB UKŁADU KRĄŻENIA

NSO NARODOWA STRATEGIA ONKOLOGICZNA