

Kioski profilaktyczne NFZ



Uwaga!

Czasowo, w związku ze zwiększonymi zachorowaniami na COVID-19, stanowisko ds. profilaktyki i promocji zdrowia działa w zmienionej formule. Doradca ds. profilaktyki i promocji zdrowia dostępny jest telefonicznie. Do odwołania nie będzie możliwe korzystanie z pomiarów w samoobsługowym kiosku profilaktycznym w placówkach NFZ. Z klientami zapisanymi na wizytę na stanowisku ds. profilaktyki i promocji zdrowia przedstawiciele NFZ będą kontaktować się indywidualnie, w celu odwołania wizyty. Po przywróceniu usług na stanowisku ds. profilaktyki i promocji zdrowia skontaktują się, aby zaproponować nowy termin spotkania.

We wszystkich oddziałach wojewódzkich NFZ stworzono stanowiska ds.

profilaktyki i promocji zdrowia. W samoobsługowych punktach dorośli na miejscu wykonują najważniejsze pomiary medyczne, które określają ryzyko zachorowania na choroby cywilizacyjne. Profesjonalni doradcy proponują udział w programach profilaktycznych lub skorzystanie z bezpłatnych diet od NFZ.

Stanowiska zostały uruchomione we wszystkich 16 oddziałach wojewódzkich NFZ. Samoobsługowe kioski profilaktyczne zapewniają jednocześnie prywatność i bezpieczeństwo osobom, które zdecydują się na wykonanie pomiarów:

- wzrostu,
- masy ciała,
- indeksu masy ciała, czyli BMI,
- składu ciała,
- ciśnienia tętniczego krwi.

Te podstawowe pomiary medyczne są niezbędne, aby ocenić ryzyko najbardziej niebezpiecznych chorób cywilizacyjnych. **Analiza składu ciała** mierzy poziom tkanki tłuszczowej, mięśniowej oraz zawartości wody w organizmie. **Pomiar ciśnienia tętniczego krwi** ma pomóc w wykryciu nadciśnienia tętniczego. To właśnie ono bezpośrednio lub pośrednio jest jedną z najczęstszych przyczyn zgonów w Polsce. Nielezione nadciśnienie tętnicze może doprowadzić m.in. do chorób układu krążenia (w tym zawału serca, niewydolności serca, arytmii), udaru mózgu, chorób nerek czy retinopatii. Określony na podstawie naszego wzrostu i wagi **indeks masy ciała**, czyli BMI, jest istotny, aby oszacować zagrożenie chorobami związanymi z nadwagą i otyłością, np. cukrzycą, chorobą niedokrwienną serca, miażdżycą. Im wyższa jest wartość BMI ponad normę, tym bardziej wzrasta ryzyko dla zdrowia i życia.

Pomiary w kiosku dedykowane są osobom w wieku od 18 do 81 lat (kiosk jest regularnie dezynfekowany). Doradca pokaże, jak wykonać pomiary. Wyniki pomiarów, wydrukowane bezpośrednio w kiosku, będzie można omówić z doradcą, na stanowisku ds. profilaktyki i promocji zdrowia. Rozmowa z doradcą po pomiarach nie jest obowiązkowa, warto jednak porozmawiać z konsultantem na temat zdrowego odżywiania, bezpłatnych narzędzi, takich jak serwis „Diety” czy filmy instruktażowe z ćwiczeniami fizycznymi (konsultant zaprezentuje je na stanowisku komputerowym).

Konsultant pomoże także założyć Profil Zaufany i aktywować Internetowe Konto Pacjenta. Dzięki IKP pacjent otrzyma m.in. e-receptę SMS-em lub mejlem, dostanie e-skierowanie, udostępni lekarzowi informację o stanie swojego zdrowia i przepisanych lekach albo pobierze unijny certyfikat COVID oraz sprawdzi historię swojego zdrowia.

Uwaga!

Z kiosków mogą korzystać osoby z niepełnosprawnościami, w tym osoby niedowidzące i poruszające się na wózkach inwalidzkich.

Aby skorzystać z usług doradcy ds. profilaktyki i promocji zdrowia oraz z pomiarów w kiosku profilaktycznym, wystarczy zapisać się przez strony internetowe oddziałów wojewódzkich NFZ lub przez Telefoniczną Informację

Pacjenta – dzwoniąc pod bezpłatny i całodobowy numer **800 190 590**.

Punkty są czynne w godz. 9.00-12.30 i 13.00-15.30.

Wielkopolski Oddział Wojewódzki NFZ:

- ul. Piekary 14/15, Poznań, www.nfz-poznan.pl

Preferowane jest wcześniejsze umówienie terminu telefonicznie lub online. Można też zajrzeć do siedziby Wielkopolskiego Oddziału NFZ – jeśli stanowisko będzie zajęte, doradcy umówią dogodny termin, lub na pomiary trzeba będzie chwilę poczekać.

Szczegółowe informacje (w tym zalecenia przed wykonaniem pomiarów):

- [Skorzystaj już dziś z darmowych pomiarów i porad doradców](#)