

Światowy Dzień Zdrowia - Środa z Profilaktyką

7 kwietnia obchodzony będzie Światowy Dzień Zdrowia, którego globalnym organizatorem jest Światowa Organizacja Zdrowia (WHO World Health Organization). Jest to doskonała okazja, aby zastanowić się nad tym, jakie zachowania zdrowotne na co dzień możemy wprowadzić, aby zadbać o siebie i swoje zdrowie. W ramach dzisiejszej „Środy z Profilaktyką” – cyklicznej akcji edukacyjnej Narodowego Funduszu Zdrowia podpowiadamy, jaki wpływ na zdrowie mają nasze codzienne wybory. Twoje zdrowie - masz na nie największy wpływ Nasze zdrowie zależy od wielu czynników, z których wiele sami możemy kontrolować. Aktywność fizyczna, sposób odżywiania, nawodnienie organizmu, umiejętności radzenia sobie ze stresem, sen, stosowanie używek, zachowania seksualne - to wszystko wpływa na nasze samopoczucie i zdrowie. Profilaktyka zdrowotna... .. to twój sprzymierzeniec w dbaniu o dłuższe życie w zdrowiu. Zdrowie to nie tylko brak chorób, to także stan równowagi fizycznej, psychicznej i społecznej. Niech Światowy Dzień Zdrowia będzie inspiracją do podejmowania świadomych decyzji dotyczących naszego zdrowia każdego dnia. Dzięki badaniom profilaktycznym można wykryć chorobę wcześniej i uniknąć długotrwałego, a czasem nieskutecznego leczenia, które jest konsekwencją zbyt późnej diagnozy. Jakie badania w twoim wieku powinieneś wykonać i gdzie? NFZ zachęca do skorzystania z bezpłatnego kalendarza badań. Wystarczy wejść na stronę Akademia NFZ i w kalendarzu badań otwiera się w nowej karcie zaznacz płeć i wiek Dowiesz się od razu, jakie badania profilaktyczne powinieneś wykonać i które placówki je realizują. Zadbaj o zdrowie swoje i rodziny. Sprawdź jakie to proste! Zachęcamy do lektury i dystrybucji materiałów edukacyjnych przygotowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia wraz z informacją o cyklu NFZ „Środa z Profilaktyką”. Światowy Dzień Zdrowia - Środa z profilaktyką- MATERIAŁY EDUKACYJNE otwiera się w nowej karcie Poradnik Pacjenta Potrzebujesz szczegółowych informacji na temat profilaktyki i programów profilaktycznych finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia? Skorzystaj z Poradnika Pacjenta otwiera się w nowej karcie : Jak się chronić przed rakiem szyjki macicy? Mammografia, samobadanie piersi. Jak skorzystać z profilaktycznych badań? otwiera się w nowej karcie Rocznie dowiaduje się o nim aż 20 tysięcy kobiet. Rak piersi – jak mu skutecznie zapobiegać? otwiera się w nowej karcie Szczepienie przeciw HPV uchroni Twoje dziecko przed rakiem otwiera się w nowej karcie Profilaktyka to męska sprawa otwiera się w nowej karcie Czerniak - niebezpieczny nowotwór skóry – jak się przed nim chronić? otwiera się w nowej karcie