



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

www.mzcr.cz



CENTRUM PREVENCE

www.centrumprevence.cz

Tato informační příručka byla vydána Centrem prevence, o. s. za podpory Ministerstva zdravotnictví, k rozšíření povědomí o preventivních programech, na které máme nárok z veřejného zdravotního pojištění



NEZAPOMÍNEJME NA PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY ANEB ZDRAVÍ NAPROTI

PREVENCE je nedílnou součástí péče o naše zdraví. I přesto, že se cítíme zdraví, měli bychom pravidelně chodit na preventivní prohlídky, můžeme tak včas odhalit závažná onemocnění.

Ruku na srdce, chodíte pravidelně na preventivní prohlídku ke svému praktickému lékaři? Víte, co je náplní takové prohlídky, na kterou máte 1x za 2 roky nárok? Tato brožurka vám pomůže vše objasnit, řekne vám, co vše můžete v rámci prevence využít a čerpat zcela zdarma bez regulačního poplatku z veřejného zdravotního pojištění.

Cílem tohoto projektu je zvýšit návštěvnost široké veřejnosti u lékařů za účelem absolvování preventivních prohlídek.

Zapojte se také, využijte toho, na co máte nárok a myslete tak na své zdraví!

**NA CO MÁME NÁROK ZE ZÁKONA?
CO VŠE MŮŽEME ZDARMA ČERPAT
Z VEŘEJNÉHO ZDRAVOTNÍHO
POJIŠTĚNÍ U SVÉHO PRAKTICKÉHO
LÉKAŘE, STOMATOLOGA
ČI GYNEKOLOGA?**

*(Kompletní vyhlášku s podrobnou náplní
všech prohlídek naleznete na
www.mzcr.cz v sekci občan /prevence)*



PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY CO MŮŽETE POŽADOVAT U SVÉHO PRAKTICKÉHO LÉKAŘE?

Babičky, dědečkové, maminky, tatínkové, tetičky... Věděli jste, že **1x za 2 roky** můžete u svého praktického lékaře požadovat preventivní prohlídku? Ta se provádí **zcela zdarma** a jejím obsahem je doplnění anamnézy včetně sociální, v rodinné anamnéze s důrazem na výskyt kardiovaskulárních onemocnění, hypertenze, diabetu mellitu, poruch metabolismu tuků a nádorových onemocnění, výskyt závislostí, dále s vámi lékař zkontroluje očkování. **Abyste věděli, co je obsahem takové preventivní prohlídky, čtěte dále:**



Lékař by měl provést kompletní fyzikální vyšetření, změření krevního tlaku, zjištění indexu tělesné hmotnosti, orientační vyšetření sluchu a zraku, vyšetření kůže. Při podezření na onkologické onemocnění či při pozitivní rodinné anamnéze, se provede vyšetření per rektum, u mužů vyšetření varlat. **U žen od 25 let věku**, při pozitivní rodinné anamnéze na dědičný nebo familiární výskyt zhoubného nádoru prsu nebo přítomnosti jiných rizikových faktorů, klinické vyšetření prsů, poučení o samovyšetření prsu. Dále vám lékař vyšetří moč diagnostickým papírkem a provede laboratorní vyšetření glykémie. To se provádí při první všeobecné preventivní prohlídce po ukončení péče u poskytovatele v oboru praktický lékař pro děti a dorost a poté od **40 let věku** ve dvouletých intervalech. Laboratorní vyšetření koncentrace celkového cholesterolu, HDL-cholesterolu, LDL-cholesterolu a triacylglycerolů se provádí také při první všeobecné prohlídce a poté **ve 30, 40, 50 a 60 letech věku**. Provádí se také vyšetření EKG, a to **ve 40 letech věku** (dále pak ve čtyřletých intervalech). Ještě je obsahem prohlídky stanovení okultního krvácení ve stolici se speciálním testem, a to **u osob od 50 let věku** (od 55 let věku je toto vyšetření možné nahradit doporučením k provedení screeningové kolonoskopie 1x za 10 let), **u žen od 45 let věku** se ověří, zda je k dispozici výsledek screeningového mamografického vyšetření z posledních 2 let (není-li výsledek tohoto vyšetření k dispozici, lékař doporučí provedení tohoto vyšetření a nezbytných doplňujících vyšetření).

PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY U DĚTÍ:

Milí a zodpovědní rodiče, vaše dítě absolvuje od narození do 18 měsíců věku celkem **10 preventivních prohlídek** u svého praktického lékaře pro děti a dorost. Dále se prohlídka provádí **ve věku 3, 5, 7, 11, 13, 15, 17**. Poslední všeobecná preventivní prohlídka se provádí před ukončením péče u poskytovatele v oboru praktické lékařství pro děti a dorost, nejpozději přede dnem dovršení 19 let věku. Lékař zjišťuje správný psychomotorický vývoj, vývoj zraku, sluchu, řeči, chrupu, hlasu, vyšetří kůži, moč, genitálie, tlak, pulz, zjistí hmotnost, výšku, zkontroluje a doplní očkování, zhodnotí psychosociální vývoj a motorické dovednosti dítěte. Preventivní prohlídky u dětí jsou velice obsáhlým tématem, proto bychom vás rádi nasměřovali na www.mzcr.cz do sekce občan/prevence, kde můžete získat kompletní znění a obsah preventivních prohlídek u dětí.



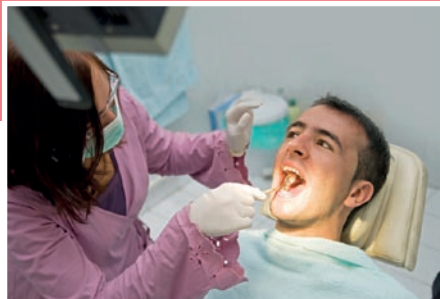
PREVENTIVNÍ PÉČE O CHRUP

PREVENTIVNÍ ZUBNÍ PROHLÍDKY U DOSPĚLÝCH:

A co váš chrup? Staráte se dostatečně o své zuby, chodíte každý rok na preventivní prohlídky?

Víte, co vše je obsahem preventivní prohlídky?

Prosím čtěte, požadujte to, na co máte nárok a nebojte se připomenout.



Každý občan má nárok na zubní preventivní prohlídku **1x ročně**, zpravidla po uplynutí 11 měsíců po provedení poslední zubní preventivní prohlídky.

Obsahem této prohlídky je vyšetření stavu chrupu, parodontu, stavu sliznice a měkkých tkání dutiny ústní, onkologická prevence zaměřená na pátrání po přednádorových změnách i nádorových projevech na chrupu, čelistech a měkkých tkáních obličeje a krku, dále by vás stomatolog měl poučit o správné hygieně dutiny ústní – ano, i toto je součástí preventivní prohlídky u zubního lékaře.

ZDRAVÝ CHRUP JE VIZITKOU NÁS VŠECH

PREVENTIVNÍ ZUBNÍ PROHLÍDKY U DĚTÍ:



S našimi nejmenšími (mezi **6. - 12. měsícem**) se můžete dostavit na preventivní prohlídku **1x ročně**. Prohlídka **2x ročně** je u dětí a dorostu **od 1 roku života do 18 let věku**, zpravidla po uplynutí 5 měsíců po provedení poslední zubní preventivní prohlídky.

Obsahem prohlídky je vyšetření stavu chrupu, parodontu, stavu sliznice a měkkých tkání dutiny ústní, anomálií v postavení zubů a čelistí, onkologická prevence, poučení o významu prevence, o udržování správné hygieny, o správných stravovacích návycích a o fluoridové prevenci.

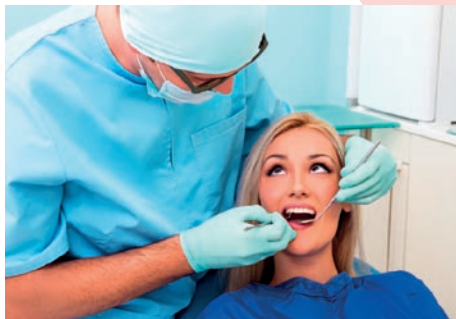
VAŠE DĚTI SI NEVZPOMENOU, ALE VY JAKO RODIČE BUĎTE ZODPOVĚDNÍ ZA NĚ

PREVENTIVNÍ ZUBNÍ PROHLÍDKA U TĚHOTNÝCH ŽEN:

Těhotenství je výjimečným obdobím v životě každé ženy, proto by se na něj mělo pohlížet s největší opatrností a důsledností. Gravidní ženy mají nárok na preventivní prohlídku svého chrupu **2x za celé těhotenství**.

Obsah je totožný jako u dospělých.

Další a hlavní součástí prohlídky je poučení matky o nutnosti zajistit preventivní zubní prohlídky svého dítěte.



Dále nastávající maminky lékař poučí o fluoridové prevenci a nutnosti sanace chrupu před porodem, aby nedošlo k přenosu infekce ze zubního kazu v dutině ústní matky do dutiny ústní dítěte.

PREVENTIVNÍ GYNEKOLOGICKÉ PROHLÍDKY

Vzkaz pro všechny dívky – není se za co stydět... A vy, maminky, dbejte na to, aby vaše dcera, jakmile dovrší věku 15 let, navštívila gynekologa.

Ženy následně navštěvují svého gynekologa **1x ročně**, zpravidla po uplynutí 11 měsíců po provedení poslední preventivní gynekologické prohlídky.

OBSAHEM GYNEKOLOGICKÉ PROHLÍDKY JE: Rodinná, osobní a pracovní anamnéza, klinické vyšetření prsů od **25 let** věku při pozitivní rodinné anamnéze na dědičný nebo familiární výskyt zhoubného nádoru prsu nebo při přítomnosti jiných rizikových faktorů, dále lékař provede prohlídku kůže a palpační vyšetření mízních uzlin v oblasti pohlavních orgánů, vyšetří v zrcadlech a provede kolposkopické vyšetření (toto vyšetření se neprovádí u žen, které dosud neměly pohlavní styk), odebere materiál z děložního čípku k cytologickému, případně bakteriologickému nebo virologickému vyšetření, provede palpační bimanuální vyšetření (při nejasném výsledku doplní vyšetření vaginální ultrazvukovou sondou).



Součástí gynekologické prohlídky je i poučení o významu preventivní protirakovinné prohlídky, dále nácvik samovyšetřování prsů při první prohlídce, u žen od **45 let** věku doporučení k provedení screeningového mamografického vyšetření a nezbytných doplňujících vyšetření ve dvouletých intervalech, stanovení okultního krvácení ve stolici speciálními testy u žen od **50 let** do **54 let** věku, od **55 let** věku se toto vyšetření provádí ve dvouletých intervalech a toto vyšetření je možné nahradit doporučením k provedení screeningové kolonoskopie 1x za 10 let.



VÁŽENÉ DÁMY, 30 MINUT U LÉKAŘE MŮŽE ZACHRÁNIT ROKY ŠTASTNÉHO ŽIVOTA...

**NAŠE ZDRAVÍ A ŠŤASTNÁ RODINA JSOU TÍM NEJVĚTŠÍM DAREM, KTERÝ V ŽIVOTĚ MÁME.
PŘÍSTUJUJME TEDY KE SVÉMU ZDRAVÍ TAK, ABYCHOM MOHLI BÝT CELÝ ŽIVOT SE
SVOU RODINOU JEN ŠŤASTNI...**



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

www.mzcr.cz

**DOCHÁZEJME NA PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY, POŽADUJME TO,
NA CO MÁME NÁROK – NÁROK NA ZDRAVÍ**