

Wydanie 2, 22-07-2025

Plan Działań Profilaktycznych (PDP)

Rudnik, dn.22.07.2025r.

Samodzielny Publiczny Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego
w Rudniku
ul. Kozielska 2a
47-411 Rudnik
zatwierdzony przez dyrektora Barbarę WYROBEK

Rozdział I. Opis celu i opis podejmowanych działań

Profilaktyka SPZLA w Rudniku to zapobieganie chorobom, ich wczesne wykrywanie oraz także postępowanie w razie choroby, które pomoże złagodzić jej przebieg. Zapobiegać chorobom możemy zarówno poprzez sposób, w jaki żyjemy, jak i poprzez poddawanie się badaniom przesiewowym, które pozwolą wykryć groźne schorzenia na takim etapie, że wciąż pozostają duże szanse wyleczenia i zredukowania ryzyka powikłań. Dobrym przykładem są tu nowotwory, choć nie tylko, bo tych chorób, których wczesne wykrycie pozwoli na ograniczenie dalszego rozwoju choroby, jest więcej: np. cukrzyca, nadciśnienie, miażdżyca. Z tego powodu SPZLA w Rudniku wprowadza różne profilaktyki: Profilaktyka chorób układu krążenia (CHUK), program profilaktyki raka szyjki macicy, Program Moje Zdrowie. Wprowadzono opiekę koordynowaną we wszystkich ścieżkach: kardiologicznej, diabetologicznej, pulmonologicznej, nefrologicznej i endokrynologicznej by na poziomie POZ możliwie jak najlepiej zaopiekować się naszymi pacjentami.

Dzięki wprowadzonym programom i profilaktykom zwiększa się:

- ilość złożonych deklaracji w SPZLA w Rudniku,
- dodatek motywacyjny określony w zarządzeniu Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia Nr 22/2025/DSOZ z dnia 31.03.2025r. w sprawie warunków zawarcia i realizacji umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej w rodzaju podstawowa opieka zdrowotna (z późn. zm).
- pozytywny odbiór SPZLA w Rudniku wśród pacjentów i nie tylko

Wprowadzenie

Podmiot posiada umowę na realizację świadczeń opieki zdrowotnej w zakresie podstawowej opieki zdrowotnej z Narodowym Funduszem Zdrowia i realizuje zadania związane z profilaktyką zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 września 2013 r. w sprawie świadczeń gwarantowanych w zakresie podstawowej opieki zdrowotnej (Dz.U. z 2023 r. poz. 1427 z późn. zm.) tj.:

- Profilaktyka chorób układu krążenia (CHUK)

Ponadto podmiot jest realizatorem profilaktycznych programów zdrowotnych zgodnych z zarządzeniem Nr 111/2022/DSOZ Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia z dnia 02.09.2022 r. w sprawie **określenia warunków zawierania i realizacji umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej w rodzaju programy zdrowotne** – w zakresach: profilaktyczne programy zdrowotne (z późn. zm.) tj:

- program profilaktyki raka szyjki macicy

Podmiot jest także realizatorem programu „Moje Zdrowie – bilans zdrowia osoby dorosłej” który zastąpił dotychczasową profilaktykę 40+, na podstawie Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 30 kwietnia 2025 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej;

- program ”Moje Zdrowie – bilans zdrowia osoby dorosłej”

Podmiot opracował niniejszy plan działań profilaktycznych na potrzeby realizacji projektu Wsparcie podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) FENX.06.01-IP.03-001/23 będąc grantobiorcą.

W ramach realizacji przedsięwzięcia objętego grantem podmiot dostrzega konieczność przeprowadzenia cyklu działań związanych z profilaktyką chorób, których nadrzędnym celem jest:

1. Zwiększenie świadomości pacjentów pod opieką podmiotu w zakresie możliwości korzystania ze świadczeń profilaktycznych, w tym uczestnictwa w profilaktycznych programach zdrowotnych,
2. Kierowanie i motywowanie pacjentów do aktywnego uczestnictwa w programach profilaktycznych,
3. Informowanie pacjentów z chorobami przewlekłymi objętych opieką koordynowaną o możliwości uczestnictwa w poradach edukacyjnych i konsultacjach dietetycznych.

W ramach realizacji planu wyróżnia się **działania związane z profilaktyką tj. :**

1. Edukacja pacjentów w zakresie odpowiedzialności za własne zdrowie i kształtowania świadomości prozdrowotnej.
2. Wstępna kwalifikacja i kierowanie do udziału w świadczeniach profilaktycznych, w tym profilaktycznych programach zdrowotnych.
3. Realizacja świadczeń profilaktycznych w ramach posiadanych umów.
4. Uzyskanie umowy na kolejne programy np.: program profilaktyki chorób odytoniowych (w tym POChP).
5. Zapewnienie korzyści pacjentom z regularnych i bezpłatnych badań w ramach różnych programów
6. Przeprowadzanie bezpłatnych akcji dla całego społeczeństwa: bezpłatne komputerowe badanie wzroku czy bezpłatne badanie słuchu.
7. Udostępnianie materiałów edukacyjnych w poczekalniach, na stronie internetowej SPZLA w Rudniku oraz na portalu społecznościowym FACEBOOK.

Plan Działań Profilaktycznych obejmuje okres realizacji Przedsięwzięcia.

Rozdział II. Opis realizacji działań profilaktycznych związanych z udzielaniem świadczeń opieki zdrowotnej

SPZLA w Rudniku realizuje działania profilaktyczne wśród pacjentów z wykorzystaniem takich narzędzi jak:



1. działania związane z kampanią informacyjną (plakaty, ulotki, posty na Face, na stronie internetowej)
2. spotkania z mieszkańcami poszczególnych sołectw celem przybliżenia idei prowadzonych programów profilaktycznych: Moje zdrowie czy opieka koordynowana ,
3. prowadzenie badań ankietowych u swojej populacji (np. ankieta satysfakcji pacjenta),
4. nawiązanie współpracy z realizatorami programów zdrowotnych: bezpłatne badanie wzroku czy bezpłatne badanie słuchu
5. reprezentowanie SPZLA w Rudniku na zewnątrz podczas imprez plenerowych (zakup namiotu SPZLA w Rudniku) wraz z przedstawianiem pełnej oferty świadczonych usług zdrowotnych w SPZLA

Rozdział III. Opis realizacji działań związanych z edukacją zdrowotną i profilaktyką

Profilaktyka dla dzieci i młodzieży do 18 roku życia

Szczepienia dziewczynek i chłopców po ukończeniu 9. roku życia, a do ukończenia 14. roku życia przeciw wirusowi HPV w ramach programu bezpłatnych szczepień.

- Edukacja rodziców na temat korzyści wynikających ze szczepień przeciw HPV.
- Podkreślenie, że w tym wieku wystarczy podać tylko dwie dawki szczepienia zamiast trzech, jak to ma miejsce u osób w wieku 15 lat i starszych.
- Realizacja szczepienia w ramach programu szczepień przeciw HPV bezpłatnie dostępnymi szczepionkami: 2-walentną szczepionką Cervarix lub 9-walentną szczepionką Gardasil 9.
- Zwrócenie większej uwagi na zachorowania również wśród chłopców, na choroby takie jak: rak odbytu, rak prącia czy brodawki narządów płciowych.
- Rozwieszenie plakatów w przychodni z informacją o szczepieniach przeciw HPV.
- Zadbanie o to, aby szczepionki zawsze były dostępne na stanie w placówce POZ.

Szczepienia przeciw HPV dla młodzieży (15–18 lat)

- Realizacja szczepień dziewczynek i chłopców po ukończeniu 15 roku życia, a do ukończenia 18 roku życia przeciw wirusowi HPV szczepionką 2-walentną Cervarix, która jest uwzględniona na liście bezpłatnych leków 18- (18 minus).
- Edukacja rodziców na temat korzyści wynikających ze szczepień przeciw HPV dla dzieci również w wieku 15-18 lat.
- Rozwieszenie plakatów w przychodni z informacją o szczepieniach przeciw HPV również dla starszej młodzieży.
- Zadbanie o to, aby szczepionki zawsze były dostępne na stanie w placówce POZ.

Badania bilansowe dzieci i młodzieży.

- Upewnianie się, że rodzice wiedzą o konieczności przeprowadzania bilansów zdrowia w wyznaczonych grupach wiekowych.
- Zaangażowanie pielęgniarki lub koordynatorów, aby przypominały rodzicom o terminach zbliżających się badań.
- Wykonywanie testów przesiewowych przed bilansem 10 latka i 14 latka na terenie szkół przez pielęgniarki szkolne
- Podczas bilansu zwracanie szczególnej uwagi na wskaźniki otyłości (np. BMI, obwód pasa).
- *Bilans zdrowia dziecka nie jest obowiązkowy, jednak zdecydowanie zaleca się aby rodzice wykonywali te badania. Choć często o nich zapominają. Dlatego warto zaangażować personel POZ, pielęgniarkę bądź koordynatora i przypominać rodzicom o zbliżających się



terminach bilansu zdrowia dziecka. Dzięki nim można już na wczesnym etapie wykryć wady rozwoju czy choroby.

Realizacja i promowanie kalendarza szczepień ochronnych

- Informowanie rodziców o obowiązkowych i zalecanych szczepieniach zgodnie z kalendarzem szczepień.
- Udostępnienie kalendarza szczepień w formie ulotek w placówce i/lub online.
- Edukacja rodziców na temat korzyści wynikających ze szczepień.
- Sprostowanie mitów i dezinformacji dotyczących szczepionek.

Edukacja na temat higieny jamy ustnej (przeprowadzane w poszczególnych szkołach na terenie Gminy Rudnik)

- Przypominanie o regularnych przeglądach stomatologicznych.
- Udostępnienie materiałów edukacyjnych w poczekalniach i na stronie internetowej.
- Pogadanki na temat higieny jamy ustnej, instruktaż mycia zębów wykonywane w szkołach przez pielęgniarki szkolne
- Kontrolne badanie lekarskie przysługuje każdemu dziecku do 18 roku życia w ramach NFZ - 3 razy w roku.

Samobadanie jąder u młodych mężczyzn

- Zachęcenie chłopców do rozpoczęcia samobadania jąder już w okresie dojrzewania.
- Przekazywanie instrukcji samobadania jąder, które są dostępne m.in. na stronie NFZ
- Postępowanie zgodnie z obowiązującymi w placówce standardami ochrony małoletnich
- *Nowotwór jąder dotyka najczęściej młodych mężczyzn w wieku 20-39 lat. Kluczowa jest profilaktyka.

Profilaktyka otyłości

- Monitorowanie wskaźnika wagi i wzrostu oraz edukacja rodziców o zdrowych nawykach żywieniowych.
- Edukacja rodziców na temat zdrowego stylu życia.
- Wskazanie jako źródła wiedzy merytorycznej strony Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej oraz zachęcenie do skorzystania z bezpłatnej konsultacji on-line z dietetykiem w ramach porady rodzinnej.
- Pogadanki na temat zdrowego odżywiania przeprowadzane na terenie szkół Gminy Rudnik
- Promowanie aktywności fizycznej, np. przez zajęcia ruchowe.

Profilaktyka dla dorosłych

Program Moje zdrowie – bilans zdrowia osoby dorosłej

- Program skierowany dla osób które mają skończone 20 lat. Obejmuje diagnostykę, porady zdrowotne oraz profilaktykę.
- Program zastąpił trwającą do 30 kwietnia 2025 r. Profilaktykę 40+
- Umieszczenie plakatu informacyjnego w widocznym miejscu w przychodni, na stronie internetowej, częste posty na portalu społecznościowych FACEBOOK>

Szczepienia ochronne dla dorosłych

- Informowanie o korzyściach szczepień przeciw grypie, pneumokokom, COVID-19 i krztuścowi.
- Stworzenie i udostępnienie harmonogramu zalecanych szczepień dla pacjentów.

Szczepienia przeciw HPV dorosłych

- Uświadczenie osób powyżej 18 roku życia o zagrożeniach jakie niesie wirus HPV i możliwościach szczepień.



- Informowanie, że szczepionka 2-walentna Cervarix przeciw HPV jest dostępna z 50 proc. refundacją dla dorosłych. Kwota którą ponosi pacjent to 139,44 zł.
- Edukacja o prewencji chorób przenoszonych drogą płciową i odpowiedzialności w relacjach seksualnych.

Europejski Kodeks Walki z Rakiem

- Promowanie zdrowego stylu życia zgodnie z zaleceniami kodeksu.
- Rozwieszenie ulotek lub plakatów z 12 zasadami kodeksu.

Profilaktyka nadwagi i otyłości

- Wczesne reagowanie na widoczne objawy otyłości u pacjenta.
- Obliczanie BMI i pomiar obwodu talii u pacjenta. Optymalna wartość obwodu talii wynosi 94 cm dla mężczyzn i 80 cm dla kobiet.
- Edukuj pacjentów o zdrowej diecie, aktywności fizycznej i ryzyku związanym z otyłością.
- Jeżeli jest potrzeba skierowanie do specjalisty, w skrajnych przypadkach do chirurga bariatry.
- Wskazanie jako źródła wiedzy merytorycznej strony Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej oraz zachęcenie do skorzystania z bezpłatnej konsultacji on-line z dietetykiem.
- Zachęcenie do korzystania z bezpłatnych planów żywieniowych na darmowym portalu NFZ www.diety.nfz.gov.pl
- Zalecenie regularnej aktywności fizycznej, np. spacer.
- Porady dietetyczne w ramach Opieki Koordynowanej.

Prewencja chorób skóry

- Informowanie o ochronie przed słońcem, regularnym stosowaniu filtrów UV i badaniach zmian skórnych.
- Podczas wizyt kontrolnych sprawdzanie zmian barwnikowych pacjenta.
- Skierowanie pacjenta z podejrzaną zmianą do specjalisty.

Karmienie piersią

- Zachęcanie kobiet do karmienia piersią, które przynoszą korzyści zarówno dla matki jak i dziecka.
- Opieranie się o badania naukowe, które dowiodły, że karmienie piersią zmniejsza ryzyko wystąpienia raka piersi u kobiet, zarówno w wieku przed menopauzą, jak i po niej.

Profilaktyka chorób układu krążenia

- Monitorowanie ciśnienie krwi i poziom cholesterolu u pacjentów.
- Informowanie o dostępnych badaniach profilaktycznych, np. ChUK.

Profilaktyka cukrzycy typu 2

- Edukacja o czynnikach ryzyka cukrzycy i zdrowej diecie.
- Porady dietetyczne dla zainteresowanych pacjentów.

Rozdział IV. Adresaci PDP

Adresatami realizacji PDP są pacjenci podmiotu POZ.

Wszyscy pacjenci niezależnie od płci, choroby, wieku, przynależności, narodowości lub stopnia niepełnosprawności będą posiadali równy dostęp do procesu udzielania świadczeń nieograniczonych w czasie. Niezależnie od powyższych czynników każdy pacjent będzie miał prawo uczestniczyć w działaniach planowanych i opisanych powyżej, a przygotowane materiały nie będą

pomijały żadnej z ww. grup. Będą one dostosowane dla każdego pacjenta. W przypadku realizacji działań związanych z profilaktyką dedykowaną konkretnej płci, działania te będą ukierunkowane na tą płć, jako odbiorcy tego działania. Ogółę zagadnienia informacyjne będą kierowane do wszystkich. W ramach opracowania materiałów zostaną uwzględnione wymogi związane z dostępnością dla osób z niepełnosprawnością.

Rozdział V. Realizatorzy PDP

Program Działań Profilaktycznych będzie realizowany przez personel SPZLA w Rudniku:

Jolanta Marcinków	lekarz
Magdalena Filuś	lekarz
Sergiej Teplicki	lekarz
Andrzej Halfar	lekarz
Bożena Lamla- Georges	Lekarz
Marek Duda	lekarz
Sylwia Herud- Pawlak	położna
Dorota Lizak	pielęgniarka
Helga Sekuła	pielęgniarka
Sylwia Grzywocz	pielęgniarka
Kałuża Aniela	pielęgniarka
Katarzyna Wydra	pielęgniarka
Beato Ćwirko	pielęgniarka
Marta Kalabis	rejestratorka/koordynator
Karolina Minkina	dietetyk

Rozdział VI. Miejsce realizacji PDP

Program Działań Profilaktycznych będzie realizowany w miejscu udzielania świadczeń pod adresem:
ul. Kozielska 2a 47-411 Rudnik



ROZDZIAŁ VII. Sposób monitorowania i ewaluacji

W ramach opracowania PDP zostanie wprowadzony system monitorowania i jego ewaluacji. W dedykowanym narzędziu możliwe będzie udzielenie odpowiedzi na nw. Pytania:

1. Czy PDP został wdrożony zgodnie z przyjętymi założeniami w 100% w MUŚ?
2. Czy przyjęte mierniki zostały osiągnięte? Jeżeli nie, to dlaczego? Jakie działania naprawcze były podejmowane przez Podmiot, aby zakładane mierniki zostały osiągnięte?
3. Ilu pacjentów skorzystało ze świadczeń w ramach programów profilaktycznych w danym czasie?
4. Ilu pacjentów skorzystało z działań związanych z edukacją zdrowotną w tym porad edukacyjnych i konsultacji dietetycznych w ramach świadczeń z budżetu powierzonego opieki koordynowanej? Ile zrealizowano porad edukacyjnych i dietetycznych w ramach świadczeń w budżecie powierzonym opieki koordynowanej.
5. Które elementy działania wymienione w PDP zostały pozytywnie odebrane przez pacjentów i dlaczego.
6. Wnioski i rekomendacje zmian.

Podmiot wprowadza system monitorowania i ewaluacji oraz możliwości rewizji programu na każdym etapie jego realizacji. Do pomiaru zostaną wykorzystane wszystkie niezbędne i dostępne informacje.

Jako wskaźniki do monitorowania lub ewaluacji przyjmuje się:

1. Strukturalne
 - a) Liczba dostępnych programów profilaktycznych (wzrost),
 - b) Liczba personelu zaangażowanego w działania profilaktyczne (wzrost),
 - c) Liczba godzin dostępności personelu zaangażowanego w działania profilaktyczne,
 - d) Liczba i rodzaj dostępnych materiałów edukacyjnych (ulotki, broszury, materiały cyfrowe na FACEBOOK lub stronie internetowej),
 - e) Liczba miejsc realizacji działań profilaktycznych.
2. Wskaźniki procesu
 - a) Liczba pacjentów objętych programami profilaktycznymi,
 - b) Liczba przeprowadzonych badań przesiewowych lub innych badań profilaktycznych,
 - c) Liczba wizyt profilaktycznych (bilanse, wizyty patronażowe),
 - d) Poprawa poziomu wyszczepialności - zgodnie z programem szczepień ochronnych,
 - e) Liczba spotkań edukacyjnych lub warsztatów dla pacjentów
3. Wskaźniki efektywności krótkoterminowej
 - a) Odsetek pacjentów z wykrytą chorobą lub podejrzeniem – w ramach badań profilaktycznych lub przesiewowych,
 - b) Zgłaszalność pacjentów na badania/wizyty profilaktyczne (odsetek względem populacji objętej opieką),
 - c) Odsetek osób, które deklarują wdrożenie zmian w stylu życia lub które stwierdziły poprawę poziomu wiedzy o zdrowiu i jego uwarunkowaniach po działaniach edukacyjnych/profilaktycznych.



Fundusze Europejskie
na Infrastrukturę,
Klimat, Środowisko



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

4. Wskaźniki satysfakcji pacjentów

- a) Odsetek pacjentów zadowolonych z dostępności, zakresu i jakości działań profilaktycznych...,
- b) Liczba pacjentów deklarujących chęć ponownego skorzystania z programów/porad profilaktycznych

Wzrost można wykazywać w ujęciu liczbowym lub procentowym.

Dyrektor Samodzielnego Publicznego
Zakładu Lecznictwa Ambulatoryjnego
w Rudniku

.....mgr. Barbara Wyrobek.....