

# „DBAM O SIEBIE”

## Jak umówić się na Przegląd Stanu Zdrowia?

W celu wykonania Przeglądu Stanu Zdrowia należy skontaktować się z Centrum Obsługi Klienta dzwoniąc pod numer telefonu 500 900 500. Konsultant potwierdzi dane osobowe, zbierze informacje dotyczące preferowanego miejsca i czasu realizacji Przeglądu oraz potwierdzi dane kontaktowe. W ciągu 24 godzin od zgłoszenia skontaktuje się z Panią/Panem koordynator przeglądu, który zaproponuje dogodny termin realizacji Przeglądu Stanu Zdrowia w preferowanym Centrum Medicover.

Koordynator będzie obecny także podczas Pani/Pana pobytu w Centrum Medicover i osobiście pokieruje na wyznaczone badania i konsultacje.

W celu identyfikacji tożsamości prosimy o zabranie dokumentu ze zdjęciem.

Jeżeli przybycie do Centrum Medicover w umówionym czasie nie jest możliwe, badania lub wizytę należy odwołać najpóźniej na 24 godziny przed ich terminem, dzwoniąc do Centrum Obsługi Klienta pod numer telefonu 500 900 500. W przeciwnym razie, powtórnie umówione badania lub wizyta odbędą się na koszt pacjenta.

## Jak należy przygotować się do Przeglądu Stanu Zdrowia?

### Dzień pierwszy-badania

- **Badania krwi** – w dniu poprzedzającym badanie należy ograniczyć wysiłek fizyczny, stosować lekkostrawną dietę oraz nie spożywać alkoholu. W dniu badania należy być na czczo, tzn. nie należy spożywać żadnych posiłków ani napojów przez 14-16 godzin przed pobraniem krwi. W przypadku konieczności zażycia leków lub dużego pragnienia, dopuszcza się wypicie szklanki wody mineralnej niegazowanej.
- **Badanie moczu** – do badania najlepszy jest mocz pobrany rano, po przerwie nocnej. Mocz należy pobrać do specjalnie przeznaczonych do tych celów pojemnika jednorazowego użytku (dostępne w aptekach) i jak najszybciej dostarczyć do Punktu Pobrań Centrum Medicover. W przypadku kobiet, badanie nie powinno być wykonywane w czasie miesiączki oraz w pierwszych trzech dniach po jej zakończeniu.



## Drugi dzień – badanie EKG i konsultacja lekarska

- **Badanie EKG (elektrokardiogram)** – badanie nie wymaga specjalnego przygotowania.
- **Konsultacja internisty lub lekarza rodzinnego** – lekarz w oparciu o wywiad, badanie na wizycie i wyniki badań dodatkowych, dokona całościowej oceny stanu zdrowia i przedstawi rekomendacje na przyszłość. Zada także pytania o dotychczasowy stan zdrowia jak również o choroby występujące w najbliższej rodzinie. Warto wcześniej przygotować informacje o rozpoznanych u siebie chorobach przewlekłych, aktualnie zażywanych lekach, przebytych operacjach jak również o przypadkach nowotworów i chorób przewlekłych w rodzinie. Na zakończenie wizyty, lekarz wręczy specjalnie przygotowany pakiet z dokumentami: podsumowaniem Przeglądu Stanu Zdrowia wraz z rekomendacjami oraz oryginały wyników badań.

Prosimy o przygotowanie się do badań zgodnie z powyższymi zaleceniami. W przypadku niewłaściwego przygotowania się do badań, mogą się one nie odbyć lub też ich wyniki mogą być trudne do zinterpretowania. Ewentualne powtórne badania będą mogły być zrealizowane na koszt pacjenta.