

PRZEGLĄD STANU ZDROWIA

„DLA AKTYWNYCH”

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 Stanu Zdrowia 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 pobytu Pani/Pana 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 nr 500 900 500. W przeciwnym razie, powtórnie umówione badania lub wizyta odbędą się na koszt pacjenta.

Jak należy przygotować się do Przeglądu Stanu Zdrowia?

- **Badania krwi** - w dniu poprzedzającym badanie należy ograniczyć wysiłek fizyczny oraz stosować lekkostrawną dietę. W dniu badania należy być na czczo, tzn. nie należy spożywać żadnych posiłków ani napojów, przez około 12 godzin przed pobraniem krwi. W przypadku konieczności zażycia leków lub dużego pragnienia dopuszcza się wypicie szklanki mineralnej wody niegazowanej.



- **Badanie moczu** - do badania najlepszy jest mocz pobrany rano, po przerwie nocnej (minimum 4 godziny od ostatniej mikcji). Mocz należy pobrać do specjalnie do tych celów przeznaczonego pojemnika jednorazowego użytku (dostępne w aptekach lub w Punkcie Pobrań Centrum Medicover). Przed pobraniem moczu należy dokładnie, ciepłą wodą umyć ręce, a następnie ujście cewki moczowej. Zaleca się, aby do pojemnika oddać mocz z tzw. „środkowego strumienia” (najpierw należy oddać pierwszą niewielką ilość moczu do toalety, a dopiero potem pobrać mocz do odpowiedniego dla badania pojemnika. Końcową porcję moczu należy znowu oddać do toalety). Pobrana próbka moczu powinna mieć objętość od 50 do 100 mililitrów. Gotową próbkę moczu trzeba jak najszybciej dostarczyć do Punktu Pobrań Centrum Medicover, a jeśli nie ma takiej możliwości przechować ją w lodówce.
- **Badanie EKG** (elektrokardiogram) - badanie nie wymaga specjalnego przygotowania, powinno być jednak wykonane w stanie spoczynku - należy przyjść kilka minut przed planowaną godziną badania.
- **Echo serca** - badanie nie wymaga specjalnego przygotowania.
- **Konsultacja kardiologa** - wizyta nie wymaga specjalnego przygotowania. W celu wydania opinii odnośnie zalecanego poziomu i rodzaju aktywności fizycznej lekarz zada pytania o dotychczasową historię medyczną, jak również o choroby występujące w najbliższej rodzinie. Warto wcześniej przygotować sobie także informacje o rozpoznanych u siebie chorobach przewlekłych, aktualnie zażywanych lekach czy przebytych operacjach.
- **Konsultacja fizjoterapeuty** - wizyta nie wymaga specjalnego przygotowania. Warto jednak przed wizytą przypomnieć sobie o wcześniejszych kontuzjach i urazach układu mięśniowo - szkieletowego.

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.

Lista Centrów Medicover, w których realizowany jest Przegląd Stanu Zdrowia „Dla Aktywnych”

- Centrum Medicover, Al. Jerozolimskie 196, Warszawa
- Centrum Medicover, ul. Graniczna 54, Katowice
- Centrum Medicover, ul. Strzegomska 36, Wrocław
- Centrum Medicover, Al. Grunwaldzka 472 A, Gdańsk

- Centrum Medicover, Al. Marszałka Piłsudskiego 3, Łódź
- Centrum Medicover, ul. Arcybiskupa Antoniego Baraniaka 88, Poznań