



# Kalendarz badań profilaktycznych dla kobiet i mężczyzn

## 20 – 35 lat

### Obrazowe

EKG spoczynkowe z opisem	raz na 3 – 5 lat
USG jąder (M)	co rok
USG piersi (K)	raz na 2 – 3 lata
Badanie piersi (K) manualne (samobadanie)	co rok
USG ginekologiczne transwaginalne (K)	raz na 2 – 3 lata

### Konsultacje specjalistyczne

konsultacja okulisty (po 40 – badanie dna oka)	raz na 3 lata
konsultacja stomatologiczna	co rok
konsultacja kardiologa	raz na 3 – 5 lat
konsultacja dermatologa	co 10 lat
konsultacja ginekologiczna (K)	co rok
konsultacja internisty z omówieniem wyników	co rok

## 35 – 40 lat

### Obrazowe

badanie ciśnienia	co rok
EKG spoczynkowe z opisem	co rok
USG jamy brzusznej	co rok
USG jąder (M)	co rok
USG tarczycy	co 2 lata
USG piersi (K)	co rok
Mammografia (K)	raz na 1 – 2 lata
Badanie piersi (K) manualne (samobadanie)	co miesiąc
USG ginekologiczne transwaginalne (K)	co 2 lata
RTG klatki piersiowej	raz na 3 – 4 lata

### Konsultacje specjalistyczne

konsultacja okulisty (po 40 – badanie dna oka)	raz na 2 – 3 lata
konsultacja stomatologiczna	co pół roku
konsultacja urologa	raz na 1 – 3 lata
konsultacja kardiologa	raz na 3 – 5 lat
konsultacja dermatologa	raz na 5 – 10 lat
konsultacja ginekologiczna (K)	co rok
konsultacja internisty z omówieniem wyników	co rok



Witold Ziomek. Fotograf



# Kalendarz badań profilaktycznych dla kobiet i mężczyzn

## 40 – 50 lat

### Obrazowe

badanie ciśnienia	co pół roku
EKG spoczynkowe z opisem	co rok
EKG wysiłkowe	co rok
USG jamy brzusznej	co rok
USG gruczołu krokowego (prostaty) (M)	co rok
USG jąder (M)	co rok
USG tarczycy	co 3 – 5 lat
USG piersi (K)	co rok
Mammografia (K)	co rok
Badanie piersi (K) manualne (samobadanie)	co miesiąc
USG ginekologiczne transwaginalne (K)	co rok
RTG klatki piersiowej	raz na 1 – 2 lata
Kolonoskopia	raz na 5 – 10 lat
Gastroskopia	raz na 3 – 5 lat

### Konsultacje specjalistyczne

konsultacja okulisty (po 40 – badanie dna oka)	co rok
konsultacja laryngologiczna (słuch)	raz na 2 – 3 lata
konsultacja stomatologiczna	co pół roku
konsultacja urologa	raz na 1 – 2 lata
konsultacja kardiologa	raz na 3 – 5 lat
konsultacja dermatologa	raz na 5 – 10 lat
konsultacja ginekologiczna (K)	co rok
konsultacja internisty z omówieniem wyników	co rok

## 50 – 65 lat

### Obrazowe

badanie ciśnienia	co 3 miesiące
EKG spoczynkowe z opisem	co rok
EKG wysiłkowe	co rok
USG jamy brzusznej	co rok
USG gruczołu krokowego (prostaty) (M)	co rok
USG jąder (M)	co 3 lata
USG tarczycy	co 1 – 2 lata
USG piersi (K)	co rok
Mammografia (K)	co rok
Badanie piersi (K) manualne (samobadanie)	co miesiąc
USG ginekologiczne transwaginalne (K)	co rok
RTG klatki piersiowej	raz rok
Kolonoskopia	co 5 lat
Gastroskopia	raz na 3 – 5 lat

### Konsultacje specjalistyczne

konsultacja okulisty (po 40 – badanie dna oka)	co rok
konsultacja laryngologiczna (słuch)	raz na 2 – 3 lata
konsultacja stomatologiczna	co pół roku
konsultacja urologa	co rok
konsultacja kardiologa	raz na 3 – 5 lat
konsultacja dermatologa	raz na 5 – 10 lat
konsultacja ginekologiczna (K)	co rok
konsultacja internisty z omówieniem wyników	co rok



## ponad 65 lat

### Obrazowe

badanie ciśnienia	co 1 miesiąc
EKG spoczynkowe z opisem	co rok
EKG wysiłkowe	co rok
USG jamy brzusznej	co rok
USG gruczołu krokowego (prostaty) (M)	co rok
USG jąder (M)	co 3 lata
USG tarczycy	co rok
USG piersi (K)	co rok
Mammografia (K)	co rok
Badanie piersi (K) manualne (samobadanie)	co miesiąc
USG ginekologiczne transwaginalne (K)	co rok
RTG klatki piersiowej	raz rok
Kolonoskopia	co 5 lat
Gastroskopia	raz na 3 – 5 lat

### Konsultacje specjalistyczne

konsultacja okulisty (po 40 – badanie dna oka)	co rok
konsultacja laryngologiczna (słuch)	raz na 2 – 3 lata
konsultacja stomatologiczna	co pół roku
konsultacja urologa	co rok
konsultacja kardiologa	co 3 lata
konsultacja dermatologa	raz na 5 – 10 lat
konsultacja ginekologiczna (K)	co rok
konsultacja internisty z omówieniem wyników	co rok



Barbara Grubka. Fotografka