
*2026 to Rok Profilaktyki Zdrowotnej. Sprawdź, dlaczego badania ratują życie
Profilaktyka ma znaczenie. 2026 rokiem świadomego dbania o zdrowie*

- Rok 2026 został ustanowiony Rokiem Profilaktyki Zdrowotnej, przypominając o roli badań i zdrowego stylu życia
- Rak jelita grubego przez lata może nie dawać objawów – badania profilaktyczne pozwalają wykryć go na wczesnym etapie
- Badania są w pełni finansowane przez NFZ, a dane pokazują duże różnice w ich realizacji między powiatami.

Ten tekst przeczytasz w 4 minuty.

2026 - rokiem profilaktyki

Rok 2026 został ustanowiony Rokiem Profilaktyki Zdrowotnej. Inicjatywa ta ma przypominać o znaczeniu zdrowego stylu życia, wczesnego reagowania na niepokojące objawy oraz regularnego wykonywania badań profilaktycznych.

Dlaczego to ważne?

Profilaktyka to zapobieganie chorobom, ich wczesne wykrywanie oraz takie postępowanie w razie zachorowania, które pozwala złagodzić przebieg choroby. O zdrowie możemy dbać zarówno poprzez codzienne wybory i styl życia, jak i poprzez udział w badaniach przesiewowych. Dzięki nim możliwe jest wykrycie groźnych schorzeń na etapie, na którym wciąż istnieją duże szanse na skuteczne leczenie i ograniczenie ryzyka powikłań.

Trzy podstawowe sposoby na zdrowsze życie:

- Ruch - <https://akademia.nfz.gov.pl/>
- Zdrowe odżywienie - <https://diety.nfz.gov.pl/>
- Badania profilaktyczne - <https://pacjent.gov.pl/programy-profilaktyczne>

Czy profilaktyka ma realny wpływ na nasze zdrowie?

– Postępujemy się dziś przykładem raka jelita grubego i badań profilaktycznych – *mówi Rafał Śliż, rzecznik prasowy Podkarpackiego NFZ*. – To poważny problem, ponieważ ten nowotwór przez wiele lat może nie dawać żadnych objawów. Zmiana stylu życia oraz wykonanie badań profilaktycznych mogą zdecydować o tym, że będziemy żyć dłużej i zdrowiej.

Gdzie na Podkarpaciu choruje najwięcej osób?

W całym 2025 roku aż 4057 mieszkańców Podkarpacia korzystało z pomocy medycznej z powodu raka jelita grubego. To bardzo duża liczba, choć skala zachorowań różni się w zależności od powiatu.

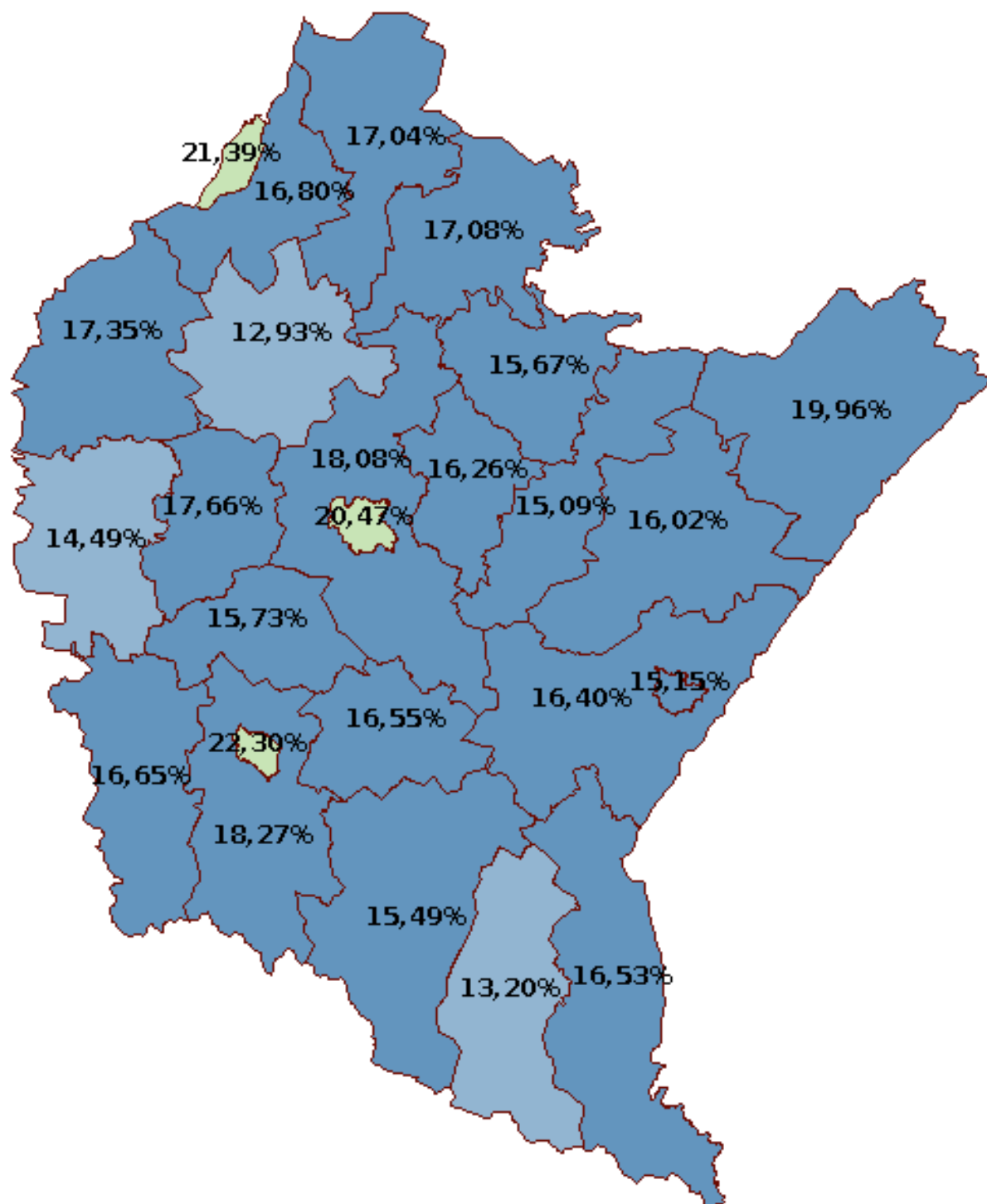
nazwa powiatu	Liczba mieszkańców, którzy choć raz w 2025 roku skorzystali z pomocy medycznej z powodu nowotworu jelita grubego
bieszczadzki	45
brzozowski	110
dębicki	197
jarosławski	233
jasielski	171
kolbuszowski	87
krośnieński	225
leżajski	121
lubaczowski	110
łańcucki	157
mielecki	254
niżański	121
przemyski	145
przeworski	146
ropczycko-sędziszowski	120
rzeszowski	322
sanocki	206
stałowowlowski	233
strzyżowski	105
tarnobrzegi	100
leski	55
miasto Krosno	93
miasto Przemyśl	179
miasto Rzeszów	396
miasto Tarnobrzeg	126

Gdzie na Podkarpaciu najwięcej osób wykonuje badanie profilaktyczne?

– Badanie jest w pełni finansowane przez NFZ, łącznie ze znieczuleniem. Wszystkie informacje oraz wykaz placówek są dostępne na [naszej stronie internetowej](#) – mówi Rafał Śliż. – Publikujemy tam także aktualizowaną co miesiąc mapę, pokazującą, jaki odsetek mieszkańców skorzystał z badania.

W 2025 roku w ramach programu profilaktycznego, na terenie całego Podkarpacia wykonano 13 143 badań. 58% z nich wykonano u kobiet.

Które powiaty i gminy mogą pochwalić się najlepszymi wynikami? Dane pokazują, że różnice są znaczące.



nazwa powiatu	gmina z najlepszym wynikiem w powiecie	procent mieszkańców, którzy skorzystali z kolonoskopii jako badania profilaktycznego
bieszczadzki	Ustrzyki Dolne	18,07%
brzozowski	Domaradz	20,59%
dębicki	Brzostek	16,82%
jarosławski	Wiązownica	17,80%
jasielski	Jasło	19,09%
kolbuszowski	Raniżów	15,44%
krośnieński	Krościenko Wyżne	22,79%
leski	Cisna	16,04%
leżajski	Kuryłówka	17,25%
lubaczowski	Stary Dzików	22,87%
łańcucki	Łańcut	17,69%
mielecki	Mielec	19,48%
niżański	Nisko	19,71%
przemyski	Orły	18,42%
przeworski	Adamówka	20,05%
ropczycko-sędziszowski	Iwierzycy	18,60%
rzeszowski	Trzebownisko	22,54%
sanocki	Besko	19,31%
stalowowolski	Zaleszany	18,72%
strzyżowski	Czudec	17,20%
tarnobrzeski	Nowa Dęba	17,85%
miasto Krosno	-	22,49%
miasto Przemyśl	-	15,15%
miasto Rzeszów	-	20,64%
miasto Tarnobrzeg	-	21,73%