



## Urząd Miasta Hajnówka



### Kategoria

- Zdrowie

**Wakacje w pełni, tymczasem bywa, że urlopową beztroskę zakłóca nam niespodziewana infekcja czy uraz. Nawet gdy jesteśmy daleko od domu, mamy prawo do opieki medycznej. Podlaski Oddział Narodowego Funduszu Zdrowia radzi, gdzie szukać pomocy, gdy zachorujemy na urlopie z dala od miejsca zamieszkania.**

*- Każda osoba podlegająca ubezpieczeniu zdrowotnemu może w ramach podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) zgłosić się do dowolnej przychodni do lekarza rodzinnego. Nie jest wymagane skierowanie - informuje Beata Leszczyńska, rzeczniczka prasowa Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia.*

Lekarze rodzinni za przyjęcie chorego spoza listy swoich pacjentów otrzymują dodatkowe środki z

NFZ. Aby wizyta była bezpłatna, dana placówka musi mieć podpisaną umowę z NFZ. Pamiętajmy, POZ pracuje w dni robocze: od poniedziałku do piątku, między godz. 8:00 a 18:00.

## **Ból brzucha wieczorem, angina w weekend**

Często objawy infekcji nasilają się późnym wieczorem lub nocą. Dobrze o tym wiedzą rodzice małych dzieci, gdy w ciągu dnia maluch bawi się w najlepsze i nic nie zapowiada choroby, a nocą kaszel, ból brzucha, gorączka dają się mocno we znaki. O tak późnej porze można się udać po pomoc do punktu nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Placówki te przyjmują w dni robocze w godzinach od 18:00 do 8:00 oraz przez całą dobę w weekendy oraz inne ustawowo wolne dni od pracy. Nie obowiązuje rejonizacja, ani też nie jest potrzebne skierowanie.

## **Pomoc medyczna przez telefon**

Pomoc poza godzinami pracy przychodni POZ można uzyskać dzwoniąc na numer Teleplatformy Pierwszego Kontakt (TPK): **800-137-200**. To bezpłatna infolinia, dostępna w dni robocze w godz. od 18:00 do 8:00 oraz przez całą dobę w weekendy i święta. Niezależnie, gdzie jesteśmy, możemy pod tym numerem telefonu uzyskać poradę lekarza, pielęgniarki lub położnej. – Po wyborze numeru 800 137 200 zgłosi się pielęgniarka, która przeprowadzi wstępny wywiad. Jeśli będziemy potrzebowali dalszej konsultacji z lekarzem, wtedy oddzwoni on na wskazany przez nas numer telefonu, który podaliśmy w wywiadzie pielęgniarskim. W trakcie rozmowy, jeśli będzie konieczne, lekarz wypisze e-receptę lub e-zwolnienie – dodaje rzeczniczka Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ.

Poradę specjalisty poprzez kontakt z Teleplatformą Pierwszego Kontakt uzyskamy także w języku angielskim i ukraińskim. Jest ona przygotowana również dla osób niesłyszących. – *Mają one możliwość umówienia się na wideoporadę lekarską, która jest tłumaczona przez profesjonalnych tłumaczy polskiego języka migowego* – wyjaśnia Beata Leszczyńska.

## **114 tys. konsultacji w TPK**

W pierwszym półroczu bieżącego roku z konsultacji lekarskich i pielęgniarskich przez telefon w ramach TPK skorzystało 114,7 tys. osób. Tylko w czerwcu 2023 r. takich porad było ponad 15 tys.; w większości były to porady udzielone przez lekarzy (8,4 tys. konsultacji). Najczęściej dzwonią osoby z nagłymi zachorowaniem, czasem zdarzają się też pacjenci, którym skończyły się leki i nie mogą doczekać się na otwarcie swojej placówki medycznej, w której mają lekarza rodzinnego.

## **Nagła pomoc w zagrożeniu zdrowia i życia**

Jeśli nasze życie jest bezpośrednio zagrożone, wtedy wzywamy Zespół Ratownictwa Medycznego (numer alarmowy 112 lub 999) bądź udajemy się do Szpitalnego Oddziału Ratunkowego (SOR). Nie obowiązuje skierowanie i nie ma też rejonizacji. Pamiętajmy jednak o tym, że jest to miejsce, w którym ratowane są nagłe przypadki zagrażające zdrowiu i życiu, dlatego jeśli zgłosimy się tam z błahym problemem zdrowotnym, wtedy czas oczekiwania na pomoc może być długi, ponieważ każdy pacjent przechodzi ocenę stanu zdrowia na SOR (tzw. triaż) i na tej podstawie ustala się przybliżony czas przyjęcia pacjenta.

Podczas pobytu na SOR lekarz może zlecić dodatkowe badania, ale są to wyłącznie badania i konsultacje niezbędne ze względu na stan nagłego zagrożenia życia lub zdrowia. W razie potrzeby pacjent może być też skierowany do leczenia szpitalnego lub przetransportowany do innej specjalistycznej placówki.

**Kontakt:**

Beata Leszczyńska

Rzeczniczka prasowa Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia

mejl: [beata.leszczynska@nfz-bialystok.pl](mailto:beata.leszczynska@nfz-bialystok.pl)

---

**Source URL:**

<https://hajnowka.pl/aktualnosc/zdrowie/4122-choroba-na-urlopie-gdzie-po-pomoc-poradnik-podlaskieg-o-oddzialu>