Do lekarza nie tylko w chorobie

Data aktualizacji
2024-06-04

Czym jest POZ

Podstawowa opieka zdrowotna (POZ) to pierwszy poziom systemu opieki zdrowotnej. Są jeszcze dwa kolejne: ambulatoryjna opieka zdrowotna, czyli specjaliści, oraz leczenie szpitalne. Do POZ zgłaszasz się zawsze, gdy masz problem zdrowotny, ale Twój stan jest stabilny i nie ma zagrożenia życia.

POZ tworzą lekarze podstawowej opieki zdrowotnej, pielęgniarki i położne. Obejmuje on świadczenia udzielane w warunkach ambulatoryjnych (w gabinecie, poradni lub przychodni), a w uzasadnionych przypadkach także w domu pacjenta (również w domu pomocy społecznej). Wśród świadczeń jest też profilaktyczna opieka nad dziećmi i młodzieżą sprawowana przez pielęgniarkę lub higienistkę szkolną.

> **Możesz korzystać z bezpłatnej opieki zdrowotnej w tych przychodniach i gabinetach, które mają podpisany kontrakt z NFZ na udzielanie świadczeń podstawowej opieki zdrowotnej.**

Kim jest lekarz POZ

Lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej (lekarzem POZ), nazywanym też lekarzem pierwszego kontaktu, zwykle jest:

- specjalista medycyny rodzinnej lub internista – dla dorosłych
- pediatra – dla dzieci.

Czym zajmuje się lekarz POZ

Lekarz ten przede wszystkim Cię leczy i kieruje całym procesem Twojego leczenia. Ale także dba o to, byś jak najdłużej był zdrowy, profilaktycznie zlecając Ci okresowo badania diagnostyczne, np. morfologię, badanie moczu, gastroskopię lub kolonoskopię. Lekarz sprawdza w ten sposób stan Twojego zdrowia. A jeśli uzna, że powinien Cię zbadać specjalista, wystawi Ci skierowanie do niego. Dlatego odwiedzaj swojego lekarza przynajmniej raz w roku, nawet gdy nic Ci nie dolega.

> **Wszystkie decyzje lekarz podejmuje na podstawie wskazań medycznych, a nie na żądanie pacjenta.**

Dlaczego warto wykonywać badania kontrolne

Regularnie wykonywane badania kontrolne pomagają rozpoznać chorobę na wczesnym etapie rozwoju, szybciej rozpocząć diagnostykę i skuteczniej leczyć. Wczesne wykrycie choroby, np. nowotworowej, w wielu przypadkach daje szansę na stuprocentowe wyleczenie.

> **Niektóre badania kontrolne może wykonać także pielęgniarka lub położna podstawowej**

opieki zdrowotnej. Do badań wykonywanych przez położną należy np. cytologia.

Jak skorzystać z pomocy POZ

Osoby ubezpieczone lub uprawnione do świadczeń wybierają lekarza, pielęgniarkę i położną podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) przez deklarację wyboru. Jest to specjalny formularz, który można złożyć stacjonarnie w wybranej przez siebie placówce POZ lub elektronicznie

na Internetowym Koncie Pacjenta.

Przeczytaj także

Zaprowadź dziecko na bilans zdrowia

Bilans zdrowia to okresowe profilaktyczne badanie przeprowadzane na różnych etapach życia. Pozwala sprawdzić, czy Twoje dziecko rozwija się prawidłowo oraz wcześnie wykryć wady rozwojowe i choroby

Jak może Ci pomóc pielęgniarka POZ?

Pielęgniarka opiekuje się pacjentem i wykonuje w ramach swoich obowiązków szereg czynności medycznych. Może w ograniczonym zakresie diagnozować i leczyć. Do jej zadań należy też edukacja pacjenta, by nauczył się żyć ze swoją chorobą i dowiedział się, jak należy postępować, by nie chorować

Jakie są kompetencje położnej POZ?

Położna środowiskowa podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) opiekuje się kobietami w każdym wieku. Jest to kompleksowa opieka pielęgnacyjna – położnicza i ginekologiczna. Opiekuje się też noworodkami do drugiego miesiąca życia