



## W nocy i w święta też możesz skorzystać z pomocy medycznej

**Możesz iść do lekarza podczas świąt i w nocy, gdy nie pracują placówki podstawowej opieki medycznej (POZ). Skorzystaj z pomocy w najbliższym punkcie nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej lub z teleporady**

Jeśli nagle nastąpi pogorszenie Twojego stanu zdrowia w weekend, w święta albo w nocy, a nawet gdy wyjedziesz na urlop i będziesz poza miejscem zamieszkania, możesz skorzystać z pomocy medycznej.

O systemie opieki zdrowotnej przeczytaj w magazynie [Ze Zdrowiem nr 8](#).

Nie potrzebujesz skierowania na terenie całego kraju, gdziekolwiek jesteś, gdy:

- nagle zachorujesz, a lekarz rodzinny już nie pracuje
- nagle pogorszy się stan Twojego zdrowia, nie masz jednak objawów sugerujących, że jesteś w stanie bezpośredniego zagrożenia życia, a zastosowane środki lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły poprawy
- ból brzucha czy głowy nie ustępuje po przyjęciu środków przeciwbólowych
- zachodzi obawa, że oczekiwanie na otwarcie przychodni POZ może niekorzystnie wpłynąć na Twój stan zdrowia.

W wybranej placówce otrzymasz niezbędną pomoc. Adresy i dane kontaktowe do punktów nocnej i świątecznej [oddziałów wojewódzkich](#)

opieki zdrowotnej są dostępne na stronach internetowych [NFZ](#) .

[Znajdź najbliższą placówkę](#)

Możesz też skorzystać z teleporady poprzez Teleplatformę Pierwszego Kontakt (TPK)

**Zadzwoń pod bezpłatny numer 800 137 200 (TPK) – uzyskasz poradę pielęgniarki, położnej lub lekarza przez telefon.**

Przez TPK otrzymasz też:

- e-receptę
- e-skierowanie
- e-zwolnienie

Teleplatforma Pierwszego Kontaktu obsługuje pacjentów w kilku językach, m.in. polskim, angielskim i ukraińskim.

## Kiedy działają nocna i świąteczna pomoc oraz Teleplatforma Pierwszego Kontaktu ?

Pomoc działa całą dobę w dni ustawowo wolne od pracy, w weekendy oraz w dni powszednie od godziny 18.00 do 8.00 rano następnego dnia.

Przez całą dobę, także w weekendy i święta działa bezpłatna infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia – **800 190 590**. Konsultanci wskażą, gdzie jest najbliższy szpital, punkt nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej lub dyżurująca apteka.

## Przeczytaj także



### TPK – pomoc w nocy, weekend i święto

Szukasz pomocy medycznej w godzinach wieczornych i nocnych, w weekend lub święto? Zadzwoń na 800 137 200 lub wypełnij formularz i skorzystaj z Teleplatformy Pierwszego Kontaktu (TPK)



### Szpitalny Oddział Ratunkowy (SOR)

Szpitalny oddział ratunkowy to miejsce, w którym ratuje się życie i nagle zagrożone zdrowie człowieka



### Bezpieczniejsi z aplikacją mojeIKP

Jesteś uczestnikiem lub świadkiem wypadku na drodze? Pomóż poszkodowanemu, nim przyjedzie pogotowie. Pomoże Ci w tym bezpłatna aplikacja na telefon mojeIKP

Wygenerowano: 01.12.2023 r. 02:27:38

Źródło: [W nocy i w święta też możesz skorzystać z pomocy medycznej](#)