pacjent.gov.pl

Jak znaleźć pomoc medyczną w nocy, w weekend i w święta

Data aktualizacji
2024-01-16

Jeśli zachorujesz lub poczujesz się gorzej w święta lub wolne dni, gdy Twój lekarz nie przyjmuje – skorzystaj z pomocy nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Możesz wybrać najbliższe miejsce, bez względu na Twój adres zamieszkania.

> **Nocna i świąteczna opieka zdrowotna jest przedłużeniem pracy lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ). Pomoc otrzymasz w dni powszednie w godzinach od 18.00 do 8.00 rano oraz całodobowo w dni ustawowo wolne od pracy.**

Kiedy możesz iść do nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej

Możesz skorzystać z pomocy lekarza i pielęgniarki w nocy, w dni wolne od pracy i w święta, gdy:

- nagle zachorujesz
- nagle pogorszy się Twój stan zdrowia, ale nie masz objawów sugerujących bezpośrednie zagrożenie życia
- zastosowane środki domowe lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy
- obawiasz się, że czekanie na otwarcie Twojej przychodni sprawi, że Twój stan zdrowia bardzo się pogorszy.

Mapę punktów nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej znajdziesz w artykule

nocna i świąteczna opieka zdrowotna

Szpitalne oddziały ratunkowe (SOR) oraz izby przyjęć

Izby przyjęć oraz szpitalne oddziały ratunkowe udzielają pomocy w sytuacji nagłego zagrożenia zdrowia lub życia. Lekarze podczas dyżurów kierują na badania i konsultacje związane wyłącznie z powodem zgłoszenia. Nie udzielają innych porad. Nie zastępują lekarza podstawowej opieki zdrowotnej ani lekarza specjalisty.

> **Do SOR-u oraz izby przyjęć możesz zgłosić się bez skierowania, niezależnie od tego, gdzie mieszkasz.**

O kolejności przyjęć decyduje stan zdrowia, a nie kolejność zgłoszeń. Personel medyczny ocenia kondycję pacjentów i decyduje o dalszym postępowaniu.

> **Jeśli nie ma konieczności ratowania życia lub zdrowia, idź do poradni nocnej i**

> **świątecznej opieki zdrowotnej, a nie na SOR!**

Doraźna pomoc dentystyczna

Odczuwasz nagle ból zęba lub masz powikłania po wcześniejszym leczeniu – możesz skorzystać z dyżuru stomatologicznego.

Placówki dentystyczne udzielają doraźnej pomocy:

- w dni powszednie od 19:00 do 7:00 następnego dnia
- w soboty, niedziele i dni wolne od pracy – całodobowo.

Mapa placówek świadczących doraźną pomoc dentystyczną

Za granicę weź EKUZ

Jeśli wybierasz się za granicę, weź ze sobą Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ). Obowiązuje ona w trakcie tymczasowego pobytu w krajach Unii Europejskiej i EFTA. W przypadku choroby i nagłej potrzeby porady lekarza, z kartą otrzymasz świadczenia zdrowotne, które będą niezbędne z medycznego punktu widzenia. Lekarz zadecyduje, jakie leczenie jest konieczne i udzieli Ci pomocy. Obowiązują Cię zasady ubezpieczeń w danym kraju. Za niektóre świadczenia, które w Polsce są bezpłatne, za granicą musisz zapłacić.

Sprawdź to, zanim wyjedziesz: **zasady w poszczególnych krajach**.

Ratownictwo medyczne – 112 lub 999

Zespoły ratownictwa medycznego udzielają pomocy osobom, które wymagają natychmiastowego podjęcia medycznych czynności ratunkowych.

> **Jeśli znajdziesz się w sytuacji nagłego bezpośredniego zagrożenia czyjegoś życia lub zdrowia – zadzwoń pod numer 112 lub 999 i wezwij zespół ratownictwa medycznego.**

Udzielanie pierwszej pomocy jest Twoim obowiązkiem. Jeśli jesteś świadkiem sytuacji, gdy ktoś

potrzebuje natychmiastowej pomocy, skorzystaj z aplikacji **mojeIKP**. Jest w niej przewodnik ze

wskazówkami, jak prawidłowo udzielić pierwszej pomocy. Pomoże Ci to szybko i skutecznie zareagować, a może uratuje czyjeś życie. Zainstaluj tę aplikację zawczasu na swoim telefonie. Jeśli to możliwe, zacznij akcję ratowniczą oczekując na karetkę.

Przeczytaj magazyn **"Ze Zdrowiem. Pierwsza pomoc"**

Zapoznaj się z magazynem „Ze Zdrowiem” nr 8 **System opieki zdrowotnej**

Przeczytaj także

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna

Jeśli nagle zachorujesz lub stan Twojego zdrowia nagle się pogorszy, możesz udać się po pomoc do dowolnego punktu nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Pamiętaj, że nie obowiązuje rejonizacja

Pierwsza pomoc to Twój obowiązek

Każdy może stać się ratownikiem w nagłej sytuacji zagrożenia. Od Twoich umiejętności udzielania pierwszej pomocy może zależeć czyjeś życie

Bezpieczny wyjazd z EKUZ

Przed nami czas zimowych wyjazdów. Część z nas już teraz planuje zagraniczny wyjazd na ferie, do rodziny czy wypad na narty. Zanim wyruszymy w podróż, warto przed wyjazdem zaopatrzyć się w Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego