pacjent.gov.pl

Wolne dni – jak się leczyć

Data aktualizacji
2024-05-28

Nocna i świąteczna pomoc lekarza lub pielęgniarki czasami może być potrzebna, gdy nagle pogarsza się stan zdrowia i nie możesz poczekać do otwarcia Twojej przychodni. Jeśli jesteś na urlopie, podczas wyjazdu, poszukaj najbliższej placówki.

Możesz skorzystać z pomocy, jeśli:

- nagle zachorujesz
- Twój stan zdrowia pogorszy się, ale nie ma objawów sugerujących bezpośrednie zagrożenie życia
- zastosowane środki domowe lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy
- zachodzi obawa, że oczekiwanie na otwarcie przychodni podstawowej opieki zdrowotnej może znacząco niekorzystnie wpłynąć na stan zdrowia.

> **Placówki nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej są otwarte:**
>
> - **od 18:00 do 8:00 następnego dnia (od poniedziałku do piątku)**
> - **przez całą dobę (w soboty, niedziele oraz dni ustawowo wolne od pracy).**

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna działa na podobnych zasadach, jak podstawowa opieka zdrowotna. Na wizytę u specjalisty musisz poczekać do dnia roboczego.

Nie musisz rezerwować wizyty w placówce nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej.

Sprawdź, jak i gdzie się skierować do najbliższej placówki nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Zobacz mapę

.

Wybierz najbliższą placówkę.

W ramach pomocy otrzymasz:

- poradę lekarską
- zabiegi pielęgniarskie, np. zastrzyki
- zwolnienie lekarskie, jeżeli występują wskazania medyczne
- e-recepty na potrzebne leki.

Doraźna pomoc dentystyczna

Możesz skorzystać z pomocy dentystycznej w nagłej sytuacji, gdy boli Cię ząb:

- 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

> **Jeśli masz pytania - zadzwoń pod numer całodobowej bezpłatnej Telefonicznej Informacji Pacjenta 800 190 590.**

Zagrożenie życia

Jesteś świadkiem wypadku lub sytuacji zagrożenia? Izby przyjęć oraz szpitalne oddziały ratunkowe udzielają pomocy w sytuacji nagłego zagrożenia zdrowia lub życia.

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

Sprawdź, **gdzie jest najbliższy SOR**.

> **Jeśli nie ma konieczności ratowania życia lub zdrowia, idź do poradni nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, a nie na SOR!**

SOR-y i izby przyjęć w szpitalach nie udzielają porad i nie zastępują lekarza podstawowej opieki zdrowotnej ani specjalisty. Taką poradę dostaniesz w dni robocze.

O kolejności przyjęć na SOR-ze decyduje personel medyczny, który ocenia stan zdrowia pacjentów. Nie decyduje kolejność przybycia.

> **Udzielenie pierwszej pomocy jest Twoim obowiązkiem.**

W aplikacji **mojeIKP** znajdziesz przewodnik ze wskazówkami, jak prawidłowo udzielić pierwszej pomocy.

Nie musisz się logować. Jeśli to możliwe, zacznij akcję ratowniczą oczekując na karetkę.

Za granicę weź EKUZ

Jeśli jedziesz za granicę do jednego z europejskich krajów, zabierz Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ). Każdy uczestnik wyjazdu musi mieć swoją kartę.

W przypadku nagłej potrzeby, pogorszenia stanu zdrowia, możesz dostać pomoc medyczną na zasadach obowiązujących obywateli kraju, w którym jesteś. Sprawdź to, zanim wyjedziesz:

zasady w poszczególnych krajach.

EKUZ:

- uprawnia Cię do niezbędnego leczenia podczas wyjazdu do krajów:
  - Unii Europejskiej
  - EFTA – Islandii, Liechtensteinu, Norwegii, Szwajcarii
  - Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej
- jest bezpłatną kartą dla każdego, kto ma prawo do opieki zdrowotnej w Polsce.

Możesz dostać kartę, gdy złożysz wniosek:

- w **oddziale NFZ**
- elektronicznie poprzez e-PUAP, **Internetowe Konto Pacjenta** lub **mojeIKP**
- pocztą, na adres dowolnego **oddziału lub delegatury NFZ**.

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.

Przeczytaj także

Co zrobić, gdy nie mam EKUZ?

Jeśli nie masz ze sobą EKUZ, a potrzebujesz pomocy lekarskiej podczas wyjazdu – możesz dostać certyfikat tymczasowo zastępujący EKUZ

Ratuj życie z aplikacją mojeIKP

W aplikacji mojeIKP znajdziesz wsparcie, by w nagłym wypadku skutecznie udzielić pierwszej pomocy. Możesz z niego skorzystać bez logowania się do aplikacji. Wystarczy, że ją zainstalujesz na swoim telefonie

Na ratunek

Gdzie szukać pomocy w nagłym przypadku? Jak skontaktować się z lekarzem po godzinach pracy przychodni?