



Podejrzewasz, że masz koronawirusa?

Masz gorączkę, kaszel, trudno Ci oddychać? Skontaktuj się z Twoim lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej

 Artykuł archiwalny. Od 28 marca 2022 nie ma kwarantanny ani izolacji, a w razie zachorowania na COVID-19 dostaniesz zwolnienie lekarskie

Osoby zakażone koronawirusem zwykle mają:

- wysoką gorączkę
- kaszel
- duszności
- kłopoty z oddychaniem.

Rzadziej pojawiają się takie objawy jak utrata węchu i smaku, bóle mięśni i głowy, biegunka, wysypka.

Co robić, jeżeli ...

... zaobserwowałeś u siebie wymienione objawy

- Skontaktuj się z Twoim lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej za pośrednictwem teleporady. Lekarz może zlecić Ci test na koronawirusa.

[Przejdź do listy placówek](#)

Twój stan jest ciężki? Nie czekaj. Zadzwoń na numer alarmowy 112 lub 999 i uprzedź, że możesz mieć koronawirusa.

Jeśli byłeś za granicą, w krajach, w których wiele osób choruje, a lenie zaobserwowałeś u siebie wyżej wymienionych objawów, to kontroluj swój stan zdrowia, czyli mierz temperaturę ciała oraz zwróć uwagę na występowanie objawów grypopodobnych (złe samopoczucie, bóle mięśniowe, kaszel).

Jeśli nie jesteś obywatelem Polski, kraju UE lub EFTA, po przyjeździe do Polski jesteś zobowiązany poddać się obowiązkowej 10-dniowej kwarantannie.

... miałeś kontakt z osobą zakażoną

Jeśli miałeś kontakt z osobą chorą lub zakażoną koronawirusem, to bezzwłocznie, telefonicznie powiadom stację sanitarno-epidemiologiczną.

Poradź się telefonicznie

Chcesz się skontaktować ze stacją sanitarno-epidemiologiczną? Dzwoni do Centrum kontaktu COVID-19. Infolinia czynna całodobowo [22 25 00 115](tel:222500115).

Jeśli masz pytania związane z koronawirusem, zadzwoń na infolinię Narodowego Funduszu Zdrowia: [800 190 590](tel:800190590).

Jeżeli jesteś za granicą, to dzwoni pod numer infolinii [22 125 66 00](tel:221256600) (połączenia płatne zgodnie z cennikiem operatora).

We wszystkich sprawach zdrowotnych uzyskasz w placówkach podstawowej opieki zdrowotnej poradę przez telefon. Jeśli sądzisz, że potrzebujesz zlecenia na test na koronawirusa, skontaktuj się z Twoim lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej.

Jeśli źle się poczujesz po godzinach pracy przychodni, a masz objawy wskazujące na koronawirusa, możesz skorzystać z konsultacji u lekarza lub felczera dyżurującego w ramach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. On również może wystawić Ci zlecenie na wykonanie testu na koronawirusa.

[Sprawdź, gdzie znajdują się mobilne punkty pobrań](#)

Szpital z oddziałami zakaźnymi

[Znajdź województwo i szpital zakaźny lub placówkę z oddziałem zakaźnym.](#)

Dowiedz się więcej o koronawirusie



Zaszczep się przeciw COVID-19

Od 22 września 2025 r. dostępna jest nowa szczepionka przeciw COVID-19. Skierowania na nią będą wystawione automatycznie. Dowiedz się, jak umówić się na szczepienie. Zadbaj o swoją odporność



Jak zaszczepić dziecko przeciwko COVID-19

Od 22 września 2025 r. dostępna jest nowa szczepionka przeciw COVID-19, zapewniająca skuteczną ochronę przed ciężkim zachorowaniem. Warto zadbać o odporność dzieci na nowy wariant powodującego chorobę koronawirusa



Zdrowa moda: noś maseczkę, myj ręce

Nie ma obowiązku noszenia maseczek. Polegaj na swoim zdrowym rozsądku, by chronić siebie i innych przed infekcją

[Co musisz wiedzieć o koronawirusie i szczepieniach przeciw COVID-19](#)



Zaszczep dziecko przeciw COVID

Dzieci w wieku od 6 miesięcy do 11 lat mogą być szczepione bezpłatnie przeciw COVID-19 szczepionką Spikevax JN.1, działającą na nowy podwariant koronawirusa