

Gdzie zgłosić się w pierwszej kolejności po pomoc medyczną

Autor: Irena Kotłowska-Kifer Data publikacji: 14.03.2022

Podstawowa Opieka Zdrowotna (POZ) w Polsce:

- Zapewnia podstawowe, ale i kompleksowe świadczenia opieki zdrowotnej w miejscu Twojego zamieszkania.
- Nie obowiązuje rejonizacja.
- Pomoc medyczna - w dni powszednie od poniedziałku do piątku w godz. od 8.00 do 18.00, z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy.

Poradnie POZ to potocznie poradnie pierwszego kontaktu lub poradnie rodzinne i to do nich w pierwszej kolejności powinieneś zgłosić się po pomoc i konsultację w sytuacji pogorszenia samopoczucia, czy dolegliwości niezagrażających bezpośrednio Twojemu zdrowiu lub życiu.

Do POZ zgłoś się, gdy potrzebne są:

- podstawowe porady i konsultacje lekarskie,
- podstawowe badania diagnostyczne,
- wizyty kontrolne w związku z wcześniej rozpoczętym leczeniem,
- recepty na stosowane stałe leki w związku ze schorzeniem przewlekłym.

Nocna i Świąteczna Opieka Chorych (NOCH):

- udziela pomocy poza godzinami pracy POZ - codziennie od 18:00 i całodobowo w dni wolne od pracy

Na NOCH zgłoś się w przypadku:

- zaostrenia dolegliwości znanej choroby przewlekłej (np. kolejny napad astmy oskrzelowej z umiarkowaną dusznością),
- infekcji dróg oddechowych z wysoką gorączką (wyższą niż 39C), szczególnie u małych dzieci i ludzi w podeszłym wieku,
- bólów brzucha, nieustępujących mimo stosowania leków rozkurczowych,
- bólów głowy, nieustępujących mimo stosowania leków przeciwbólowych,
- biegunki lub wymiotów, szczególnie u dzieci lub osób w podeszłym wieku,
- zatrzymania wiatrów, stolca lub moczu,
- nagłych bólów krzyża, kręgosłupa, stawów, kończyn itp.
- zaburzenia psychiczne (z wyjątkiem agresji lub próby samobójczej).

Adresy i kontakt do POZ:

<https://gsl.nfz.gov.pl/GSL/GSL/POZ>

Безкоштовні інформаційні номери:

Телеплатформа першого контакту:

800 137 200

Телефонна інформація про пацієнта:

800 190 590

Poniżej ulotki w języku ukraińskim i polskim.

18.05.2024

Gdzie zgłosić się w pierwszej kolejności po pomoc medyczną

Załączniki

[A5 POZ i NOCH ulotka do druku UKR.pdf \(pdf, 131 KB\)](#)

[POZ NOCH PL.pdf \(pdf, 128 KB\)](#)