Rotmanka, 07/03/2022

Dzień dobry!

Przedstawiamy krótką informację odnośnie rozwiązań dotyczących pomocy medycznej, w tym osób mających status uchodźcy z Ukrainy.

Informujemy, że Narodowy Fundusz Zdrowia, w celu zmiany postaw i nawyków żywieniowych udostępnił bezpłatny portal Diety NFZ oraz prowadzi cotygodniową akcję „Środa z Profilaktyką", do skorzystania z których serdecznie zachęcamy zarówno dzieci, jak i dorosłych. W miarę możliwości prosimy o udostępnienie ulotki na stronie szkoły, dziękujemy.

**Pomoc medyczna, możliwości do wyboru:**

- **placówka podstawowej opieki zdrowotnej**
- **Teleplatforma Pierwszego Kontaktu 800 13 72 00** – porada medyczna dostępna poza godzinami pracy podstawowej opieki zdrowotnej, czynna:
  - od poniedziałku do piątku w godzinach od 18:00 do 8:00 następnego dnia,
  - w soboty i niedziele i inne dni ustawowo wolne od pracy w godzinach od 08:00 do 08:00 następnego dnia.

  Kiedy można skorzystać z teleporady?
  - w razie nagłego zachorowania, poza godzinami pracy podstawowej opieki zdrowotnej,
  - w razie nagłego pogorszenia stanu zdrowia, gdy nie ma objawów sugerujących stanu bezpośredniego zagrożenia życia, a zastosowane środki lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy,
  - gdy zachodzi obawa, że oczekiwanie na otwarcie przychodni POZ może znacząco niekorzystnie wpłynąć na stan zdrowia.

  Uwaga! Porada dostępna w języku polskim, angielskim, ukraińskim oraz migowym.
- **nocna i świąteczna opieka zdrowotna** – porada lekarska i pielęgniarska udzielana w dni powszednie od godziny 18:00 do 8:00 oraz całodobowo w dni wolne od pracy. Z porady można skorzystać w sytuacjach opisanych powyżej.
- **SOS 800 12 12 12** - dziecięcy telefon zaufania czynny 7 dni w tygodniu przez całą dobę, obsługiwany również w języku ukraińskim
- **szpital (SOR)** w sytuacjach nagłych i/lub zagrażających zdrowiu i życiu
- całodobowa **infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia 800 19 05 90** - informacje dotyczące min. placówek medycznych, w tym tych posiadających umowę z NFZ i ich danych teleadresowych, zasad korzystania z podstawowej opieki zdrowotnej, zasad i miejsca udzielania pomocy medycznej w nocy, weekendy i święta, dokumentów potwierdzających prawo do świadczeń
- **www.medicalhelp.pl –** wyszukiwarka jednostek medycznych, w których pracuje personel medyczny posługujący się językiem ukraińskim, rosyjskim lub angielskim