

Bezpieczne wakacje w kraju i za granicą

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: piątek, 29, czerwiec 2012 00:00

Rafał Rudka

Odśrody: 2018

Na swojej stronie internetowej Narodowy Fundusz Zdrowia opublikował informację o tym, jak zadbać o bezpieczeństwo zdrowotne podczas wakacji w kraju i za granicą. Fundusz zaleca, aby koniecznie zabrać ze sobą dowód ubezpieczenia zdrowotnego lub kartę EKUZ.

Poniżej publikujemy wskazówki NFZ.

Bezpieczny urlop w kraju

Wybierając się na urlop w kraju lub za granicą konieczne zabierz ze sobą dowód ubezpieczenia zdrowotnego lub Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ). W przypadkach nagłego zagrożenia zdrowia lub życia świadczenia zdrowotne będziesz miał wykonane niezwłocznie. Radzimy jak dobrze przygotować się do wakacyjnej wyprawy, aby cała rodzina wróciła do domu zdrowa i zadowolona.

Nagłe zachorowanie

W sytuacji nagłego zachorowania (m.in. biegunka, bóle gardła, brzucha czy gorączka) masz prawo skorzystać z opieki lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) poza miejscem zamieszkania. Od poniedziałku do piątku w godzinach od 18 do 8 dnia następnego oraz całodobowo w dni ustawowo wolne od pracy pacjent może skorzystać z opieki lekarskiej i pielęgniarskiej w ramach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Świadczenia nocnej i świątecznej opieki lekarskiej są bezpłatne i udzielane bez skierowania. Od 1 marca br. nocna i świąteczna opieka zdrowotna nie jest związana z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, do którego zadeklarował się pacjent. Odmienne niż dotąd uprawnieni do świadczeń w sytuacji pogorszenia stanu zdrowia będą mogli korzystać z pomocy dowolnego punktu nocnej opieki. Każda przychodnia podstawowej opieki zdrowotnej powinna umieścić w sposób widoczny informację o miejscu świadczonej opieki całodobowej wraz z adresem i numerem telefonu. Dane te można znaleźć również na stronach internetowych OW NFZ.

Kiedy i jak wezwać pomoc?

Czasami znajdujemy się w sytuacji, kiedy na naszych oczach dochodzi do nieszczęśliwego wypadku lub zdarzenia. Co w takiej sytuacji należy zrobić, aby pomóc poszkodowanej osobie? Kiedy wezwać karetkę?

Pierwszą podstawową zasadą jest nie wpadanie w panikę, tylko podjęcie zdecydowanych działań. Nikt nie powinien być biernym świadkiem wypadku. Najważniejsze, aby ratowanie ludzkiego życia rozpocząć już podczas pierwszych minut zdarzenia, ponieważ to one w dużym stopniu decydują o dalszym losie ofiary.

Stan nagłego zagrożenia zdrowotnego polega na nagłym lub przewidywanym w krótkim czasie pojawieniu się objawów pogorszenia zdrowia, którego bezpośrednim następstwem może być poważne uszkodzenie funkcji organizmu, uszkodzenie ciała lub utrata życia, wymagający podjęcia natychmiastowych medycznych czynności ratunkowych i leczenia.

Stan ten sugerować może obecność jednego z poniższych objawów:

- utrata przytomności;
- zaburzenia świadomości;

Bezpieczne wakacje w kraju i za granicą

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: piątek, 29, czerwiec 2012 00:00

Rafał Rudka

Odśłony: 2018

- drgawki;
- nagły, ostry ból w klatce piersiowej;
- zaburzenia rytmu serca;
- nasilona duszność;
- nagły ostry ból brzucha;
- uporczywe wymioty, zwłaszcza z domieszką krwi;
- masywny krwotok z dolnego odcinka przewodu pokarmowego;
- masywny krwotok z dróg rodnych;
- ostre i nasilone reakcje uczuleniowe (wysypka, duszność) będące efektem zażycia leku, ukąszenia, czy użądlenia przez jadowite zwierzęta.

Powyższe objawy mogą być spowodowane przez zaburzenia w funkcjonowaniu organizmu danej osoby lub przez wiele czynników zewnętrznych, takich jak np.:

- zatrucia lekami, środkami chemicznymi czy gazami;
- rozległe oparzenia;
- udar cieplny;
- wyziębienie organizmu;
- porażenie prądem;
- podtopienie lub utonięcie;
- agresja spowodowana chorobą psychiczną;
- dokonana próba samobójcza;
- upadek z dużej wysokości;
- rozległa rana, będąca efektem urazu;
- urazy kończyny dolnej, uniemożliwiające samodzielne poruszanie się;
- zdarzenia komunikacyjne.

Jeżeli znajdziemy się w sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia należy wezwać zespół ratownictwa medycznego, dzwoniąc:

- z telefonu stacjonarnego na numer 999
- z telefonu komórkowego na numer 999 lub 112

Pamiętajmy, że szybkość dotarcia ratowników medycznych na miejsce zdarzenia, zależy nie tylko od szybkości przekazania informacji, ale również od precyzji jej przekazu. Dlatego w trakcie zgłoszenia wypadku lub zachorowania, informacje podajemy zawsze zwięźle i rzeczowo, a także udzielamy ścisłych odpowiedzi na zadane przez dyspozytora pytania.

Najważniejsze informacje, które należy podać po zgłoszeniu dyspozytora:

- dokładne miejsce zdarzenia (adres, lokalizacja, punkty orientacyjne);
- powód wezwania - co się stało (rodzaj zdarzenia, zachorowania, liczba poszkodowanych);
- kto potrzebuje pomocy (jeśli jest to możliwe - imię i nazwisko, wiek, płeć);
- kto wzywa zespół ratownictwa medycznego (imię i nazwisko, numer telefonu) - ułatwi to kontakt dyspozytorowi medycznemu w przypadku trudności dotarcia na miejsce zdarzenia zespołu ratownictwa medycznego;
- odpowiadać dokładnie na zadane pytania dyspozytora;

- w określonych przypadkach należy bezwzględnie dostosować się do zaleceń dyspozytora w zakresie udzielania pierwszej pomocy;
- wezwanie przyjęte do realizacji ma zostać potwierdzone przez dyspozytora słowami: "wezwanie przyjęte".

Pamiętaj! Nigdy nie odkładaj pierwszy słuchawki!

Pozostań na miejscu zdarzenia do czasu przyjazdu zespołu ratownictwa medycznego.

Jeśli natomiast znajdziemy się w sytuacji, w której my sami odczuwamy nagłe zmiany w swoim organizmie, mogące w konsekwencji poważnie zagrozić naszemu zdrowiu, powinniśmy niezwłocznie zgłosić się do szpitalnego oddziału ratunkowego lub na izbę przyjęć szpitala.

Szpitalny oddział ratunkowy udziela pomocy medycznej osobom w stanie nagłego zagrożenia zdrowia, które są przywożone przez zespoły ratownictwa medycznego lub zgłaszają się same. Pacjenci po wstępnej diagnostyce i leczeniu są kierowani do oddziałów szpitalnych lub przekazywani do innych placówek specjalistycznych, lub też po uzyskaniu pomocy kierowani są do dalszego leczenia trybie ambulatoryjnym.

Do szpitalnego oddziału ratunkowego możemy zgłosić się bez skierowania. Nie obowiązuje rejonizacja według miejsca zamieszkania ani zdarzenia.

Warto również wiedzieć, że szpitalny oddział ratunkowy jest przeznaczony dla pacjentów wymagających pomocy w stanie nagłym, ale nie zastępuje lekarza podstawowej opieki zdrowotnej ani lekarza poradni specjalistycznej.

Ze świadczeń szpitalnego oddziału ratunkowego nie należy korzystać w celu uzyskania:

- recepty na stosowane przewlekle leki;
- konsultacji specjalistycznych i badań dodatkowych, poza niezbędnymi w danym momencie;
- zwolnienia lekarskiego, wniosku do ZUS, skierowania do sanatorium oraz innych zaświadczeń i druków medycznych niezwiązanych z aktualnym zachorowaniem.

Potwierdzenie prawa do świadczeń

Jeżeli pacjent przebywający w szpitalu nie posiada aktualnego zaświadczenia potwierdzającego prawo do świadczeń, może taki dokument przedstawić w innym czasie:

- nie później niż w terminie 30 dni od dnia przyjęcia;
- lub w terminie 7 dni od dnia zakończenia udzielania świadczenia.

Niedostarczenie dokumentu w wyżej wymienionych terminach może skutkować obciążeniem pacjenta kosztami udzielonego świadczenia. Jednak przy znacznym opóźnieniu w dostarczeniu potwierdzenia prawa do świadczeń, świadczeniodawca może odmówić zwrotu kosztów. Powyższe zasady dotyczą także obywateli innych krajów UE lub EFTA uprawnionych do świadczeń na podstawie przepisów o koordynacji.

Bezpieczne wakacje w kraju i za granicą

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: piątek, 29, czerwiec 2012 00:00

Rafał Rudka

Odśłony: 2018

W przypadku stanu nagłego, brak dokumentu potwierdzającego prawo do korzystania z bezpłatnej opieki zdrowotnej nie może być powodem odmowy udzielenia świadczenia.

Źródło: NFZ