

W jaki sposób możemy wezwać zespół ratownictwa medycznego?

Aby wezwać Zespół Ratownictwa Medycznego należy zadzwonić z telefonu stacjonarnego lub komórkowego na numer 999 lub 112

Każdy może wezwać pomoc również dziecko!

Pomoc medyczna świadczona przez Zespoły Ratownictwa Medycznego zawsze jest bezpłatna!

Nie musimy okazywać żadnego dokumentu ubezpieczenia.

Jeśli zagrożone jest czyjeś życie i zdrowie nie należy się wahać, tylko natychmiast dzwonić na numer alarmowy 999.

Pamiętajmy, że obowiązkiem osoby będącej świadkiem powstania nagłego zagrożenia życia lub zdrowia innego człowieka jest zawiadomienie służb udzielających pomocy medycznej oraz zgodnie z posiadanymi umiejętnościami udzielenie pierwszej pomocy. W takim przypadku osobie ratującej przysługuje ochrona prawna jak funkcjonariuszom publicznym oraz zwolnienie z odpowiedzialności za szkody majątkowe spowodowane koniecznością ratowania życia lub zdrowia w stanie nagłym.

Kiedy wezwać Pogotowie lub udać się do Szpitalnego Oddziału Ratunkowego?

Wezwanie Pogotowia Ratunkowego lub wizyta w SOR powinny mieć miejsce wyłącznie w sytuacjach bezpośredniego zagrożenia życia lub stanach nagłych mogących prowadzić do istotnego uszczerbku zdrowia

Sugerować je może obecność jednego z poniższych objawów:

- Utrata przytomności
- Zaburzenia świadomości
- 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
- Gwałtownie postępujący poród
- Ostre i nasilone reakcje uczuleniowe (wysypka, duszność) będące efektem zażycia leku, ukąszenia, czy użądlenia przez jadowite zwierzęta
- Zatrucia lekami, środkami chemicznymi czy gazami
- Rozległe oparzenia
- Udar cieplny
- Wyziębienie organizmu
- Porażenie prądem
- Podtopienie lub utonienie
- Agresja spowodowana chorobą psychiczną
- Dokonana próba samobójcza
- Upadek z dużej wysokości
- Rozległa rana, będąca efektem urazu
- Urazy kończyny dolnej, uniemożliwiające samodzielne poruszanie się

Rozmieszczenie szpitalnych oddziałów ratunkowych na terenie Krakowa

Lp	Nazwa Jednostki	Adres	Telefon
1	5 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ w Krakowie	ul. Wrocławska 1-3	Informacja, Lecznictwo ambulatoryjne Centralna Rejestracja tel. 12 6308 324 lub 12 6308 342 12 6308 162 12 6308 138 12 6308 140 12 6308 136
2	Szpital Specjalistyczny im S. Żeromskiego w Krakowie	os. Na Skarpie 66	12 644 01 44 Centrala Szpitala SOR 12 6229 415 Kierownik 12 6229 226 Oddziałowa 12 6229 260 Recepcja
3	Szpital Miejski Specjalistyczny im G. Narutowicza w Krakowie	ul. Prądnicka 35-37	12 633-01-00 Centrala Szpitala 12 2578 280 SOR 12 2578 682 Gabinet Kierownika 12 2578 772 Gabinet Oddziałowej
4	Szpital Specjalistyczny im L. Rydygiera w Krakowie	os. Złotej Jesieni 1	12 646 80 00 12 64-68-680
5	Szpital Uniwersytecki w Krakowie	ul. Kopernika 36 SOR 31-501 Kraków, ul. Kopernika 19-21	+48 12 424 70 00 Całodobowy punkt informacji: SOR: 12 424-82-77 Rejestracja 12 424-82-33 Dyżurka lekarska 12 424-82-78 Dyżurka pielęgniarek 12 424-82-79 Sala zabiegowa

Pomoc medyczna w nocy i dni wolne od pracy

W sytuacjach szczególnych, a zwłaszcza nowych zachorowań lub zaostrzeń dolegliwości w przebiegu schorzeń przewlekłych, które wystąpią w nocy, lub w dni wolne od pracy, można skorzystać ze świadczeń medycznej opieki nocnej i świątecznej, realizowanej w ramach podstawowej opieki zdrowotnej. W tym celu należy udać się lub zadzwonić do dyżurnego ambulatorium. W ramach opieki nocnej i świątecznej udzielane są lekarskie porady ambulatoryjne, a w sytuacjach tego wymagających także wizyty domowe.

Nocna i świąteczna opieka medyczna pracuje codziennie od godziny 18.00 do godziny 8.00 oraz całodobowo we wszystkie niedziele święta i dni wolne od pracy.

Nie obowiązuje rejonizacja i można skorzystać z pomocy dowolnego ambulatorium. Poniżej publikujemy listę z Krakowa, która znajduje się również na stronie www.nfz-krakow.pl

Wykaz realizatorów Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej w roku 2013 na terenie Krakowa				
	Nazwa placówki	Miejsce udzielania świadczeń	Telefon	Obszary zabezpieczenia
1	NZOZ Kraków-Południe	os. Krakowiaków 43	12 644 51 38	Kraków - dzielnica XVII, XVIII, Igołomia - Wawrzeńczyce
2	NZOZ Kraków-Południe	ul. Kutrzeby 4	12 656 10 07	Kraków - dzielnica XII, XIII
3	NZOZ Kraków-Południe	ul. Szwedzka 27	12 266 20 98	Kraków - dzielnica VIII
4	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPC	Al. Pokoju 4	12 411 83 96	Kraków - dzielnice I, II, III,
5	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPC	ul. Łazarza 14	12 42 44 259	Kraków - dzielnice I, II, III,
6	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPC	ul. Rusznikarska 17	12 357 50 10	Kraków - dzielnica IV+ Zielonki
7	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPC	ul. Komorowskiego 12	12 357 14 75	Kraków - dzielnica VII + Liszki, Czernichów
8	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPC	Zabierzów, ul. Śląska 236	12 285 50 89	Kraków - dzielnica V, VI + Zabierzów
9	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej OPC	ul. Galla 24	12 294 73 83	Kraków - dzielnica V, VI + Zabierzów
10	NZOZ Mark Med.	os. Jagiellońskie 1	12 648 00 44	Kraków - dzielnica XIV, XV, XVI
11	NZOZ Mark Med.	os. Niepodległości 2	12 647 02 44	Kraków - dzielnica XIV, XV, XVI
12	NZOZ Multimedix	ul. Bochenka 12	12 370 26 99	Kraków - dzielnica IX, X, XI

Ze świadczeń opieki nocnej i świątecznej należy skorzystać wtedy, gdy:

- 1) nie ma objawów sugerujących bezpośrednie zagrożenie życia lub grożących istotnym uszczerbkiem zdrowia,
- 2) zastosowane środki domowe lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy,
- 3) mamy istotne obawy, że oczekiwanie na otwarcie przychodni, może znacząco niekorzystnie wpłynąć na rozwój choroby i nasz stan zdrowia.
- 4) Uzasadnieniem dla skorzystania ze świadczeń opieki nocnej i świątecznej mogą też być następujące sytuacje:
- 5) zaostrzenie lub nasilenie dolegliwości znanej choroby przewlekłej (np. kolejny napad astmy oskrzelowej z umiarkowaną dusznością),
- 6) infekcja dróg oddechowych z wysoką gorączką (>39 st.), szczególnie u małych dzieci i ludzi w podeszłym wieku
- 7) bóle brzucha, nie ustępujące mimo stosowania leków rozkurczowych

- 8) nasilone bóle głowy, nie ustępujące mimo stosowania leków przeciwbólowych
- 9) nasilona biegunka lub wymioty, szczególnie u dzieci lub osób w podeszłym wieku
- 10) zatrzymanie wiatrów, stolca lub moczu
- 11) nagłe bóle krzyża, kręgosłupa, stawów, kończyn itp.
- 12) zaburzenia psychiczne, z wyjątkiem agresji lub dokonanej próby samobójczej

W ramach nocnej i świątecznej opieki lekarskiej nie można uzyskać:

- 1) wizyty kontrolnej w związku z wcześniej rozpoczętym leczeniem,
- 2) recepty na stosowane stale leki w związku ze schorzeniem przewlekłym
- 3) rutynowego zaświadczenia o stanie zdrowia,
- 4) skierowania do specjalisty

Informacja dotycząca Całodobowego Telefonu Informacji Medycznej Urzędu Miasta Krakowa (12/ 661-22-40)

W ramach Całodobowego Telefonu Informacji Medycznej udzielane są informacje dotyczące:

1. adresów i numerów telefonów świadczeniodawców wraz ze wskazaniem rodzaju udzielanych świadczeń medycznych z zakresu:
 - a) podstawowej opieki zdrowotnej,
 - b) specjalistycznej opieki ambulatoryjnej,
 - c) pomocy doraźnej (medycyna ratunkowa),
 - d) opieki całodobowej,
 - e) leczenia szpitalnego,
 - f) stomatologii,
 - g) rehabilitacji leczniczej,
 - h) leczenia uzdrowiskowego,
 - i) opieki długoterminowej (zakłady opiekuńczo-lecznicze i zakłady pielęgnacyjno-opiekuńcze),
 - j) adresów i numerów telefonów świadczeniodawców udzielających świadczeń z zakresu pomocy społecznej i opieki paliatywno-hospicyjnej z terenu Miasta Krakowa;
 - k) adresów i numerów telefonów realizatorów miejskich programów zdrowotnych z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia oraz leczenia uzależnień z terenu Miasta Krakowa;
 - l) adresów i numerów telefonów organizacji pozarządowych prowadzących działalność w dziedzinie ochrony zdrowia i działających na terenie Miasta Krakowa;
 - m) udzielania informacji o dostępności do świadczeń medycznych (czas oczekiwania na wykonanie usługi medycznej) u poszczególnych świadczeniodawców.
2. ośrodków udzielających bezpłatnej pomocy dla osób uzależnionych, ich rodzin, ofiar przemocy domowej, klubów „Anonimowych Alkoholików (AA)” oraz telefonów zaufania dla tych osób, z terenu Miasta Krakowa;
3. poszukiwania osób zaginionych na terenie Krakowa.

Informacja dotycząca Małopolskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia

MOW NFZ, 31-056 Kraków ul. Józefa 21, centrala telefoniczna: 12/ 29 88 100, adres e-mail: nfz@nfz-krakow.pl

INFORMACJA - Dział Obsługi Świadczeniobiorców 12/ 29 88 386

INFORMACJA - CAŁODOBOWA AUTOMATYCZNA INFOLINIA 12/ 194 88

Operatorem INFOLINII MOW NFZ jest Telekomunikacja Polska. Osoby korzystające z usług innych operatorów mogą mieć niezależne od działania INFOLINII problemy z uzyskaniem połączenia. W takiej sytuacji należy wybrać numer INFOLINII bez numeru kierunkowego 12 .

Całodobowa automatyczna infolinia to szybkie i łatwe uzyskanie informacji na temat świadczeń finansowanych przez NFZ dostępne przez 24 godz.

Od pn. do pt. w godz. 8.00 – 16.00 możecie Państwo wybrać rozmowę z konsultantem - tonowo wybierając "0".

Bez potrzeby kontaktu z konsultantem możecie Państwo uzyskać informacje dotyczące zagadnień z następujących zakresów:

- 1) zasady korzystania z poszczególnych rodzajów świadczeń opieki zdrowotnej - tonowo wybierając "1"
- 2) lecznictwo uzdrowiskowe - tonowo wybierając "2"
- 3) opieka zdrowotna w Unii Europejskiej - tonowo wybierając "3"
- 4) zasady podlegania ubezpieczeniu zdrowotnemu - tonowo wybierając "4"
- 5) dobrowolne ubezpieczenie zdrowotne - tonowo wybierając "5"
- 6) możliwość korzystania z opieki zdrowotnej przez osoby nieubezpieczone – tonowo wybierając "6"
- 7) kolejki oczekujących - tonowo wybierając "7"
- 8) programy profilaktyczne - tonowo wybierając "8"
- 9) rzecznik praw pacjenta, linia pacjenta (aktualnie Dział Skarg i Wniosków) - tonowo wybierając "9"

**Informacje dotyczące programów profilaktycznych finansowanych przez NFZ
12/ 29 88 219**