

Zalecenia zdrowotne dla osób przybywających z Ukrainy



W razie wystąpienia objawów choroby, zgłoś się do najbliższej placówki medycznej.



Informację o tym, gdzie szukać pomocy medycznej, możesz uzyskać po rosyjsku i ukraińsku na całodobowej bezpłatnej infolinii Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ) pod numerem: **800 190 590**.



Możesz również skorzystać z Teleplatformy Pierwszego Kontakt (TPK) pod numerem: **800 137 200** lub poprzez stronę www.gov.pl/zdrowie/tpk. TPK pracuje w dni powszednie od 18.00 do 8.00 rano następnego dnia, a w weekendy i święta przez całą dobę. W ramach TPK obywatele Ukrainy mogą otrzymać: konsultację medyczną, receptę elektroniczną, elektroniczne skierowanie do szpitala i skierowanie na test na koronawirusa.



Unikaj przyjmowania leków przeterminowanych i z nieznanego źródła.



Możesz zaopatrzyć się w leki w aptece, również na receptę wystawioną przez lekarza.



Jeśli nie jesteś zaszczepiony przeciwko **COVID-19**, zaszczep się niezwłocznie. W tym celu z dokumentem tożsamości zgłoś się do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (**POZ**) lub skorzystaj z **TPK**.



Po konsultacji z lekarzem **POZ** możesz zaszczepić przeciwko **COVID-19** i innym chorobom zakaźnym swoje dziecko.



Masz możliwość wykonania bezpłatnego testu w kierunku **COVID-19** w placówkach medycznych i aptekach. Skierowanie na test możesz otrzymać od lekarza **POZ** lub poprzez **TPK**.



W budynkach użyteczności publicznej jesteś zobowiązany do zakrywania ust i nosa przy pomocy maseczki.



Unikaj spożywania żywności przeterminowanej.



Pij wodę przegotowaną lub butelkowaną.