

Podejrzewasz u siebie zakażenie wirusem SARS-CoV-2 ? Sprawdź co robić.

Zapraszamy do zapoznania się z właściwymi zaleceniami postępowania dla osób, które podejrzewają u siebie zakażenie wirusem SARS-CoV-2 i chcą wykonać test.

Informacja jest dostępna na stronie centrali NFZ: <https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/przeziębienie-a-może-covid-19-sprawdź-co-zrobić.8102.html>

Przeziębienie, a może COVID-19? Sprawdź, co zrobić?

Nigdy nie lekceważ objawów choroby. Nawet jeśli wydaje Ci się, że to zwykłe przeziębienie, powinieneś to sprawdzić. Być może są to pierwsze symptomy groźnych chorób: grypy lub COVID-19?

Pamiętaj! Czynniki chorób, szczególnie w pierwszym stadium rozwoju, dają podobne objawy, dlatego musisz upewnić się, co Ci dolega.

Podejrzewasz zakażenie koronawirusem? Samodzielnie zapisz się na test w kierunku SARS-CoV-2

Jeśli podejrzewasz, że Twój zły stan zdrowia jest spowodowany zakażeniem koronawirusem, jeśli miałeś kontakt z osobą zakażoną, **zapisz się na test w kierunku SARS-CoV-2 przez internet.**

Formularz on-line składa się z kilku pytań dotyczących m.in. kontaktów z osobami zakażonymi wirusem SARS-CoV-2 oraz objawów, które mogą świadczyć o rozwijającej się chorobie. Twoje odpowiedzi pomogą określić, czy istnieje ryzyko, że zakażenie się koronawirusem.

Kiedy okaże się, że powinieneś wykonać test diagnostyczny, możesz:

- zamówić rozmowę z konsultantem Domowej Opieki Medycznej (numer telefonu 22 735 39 40), który zleci Ci wykonanie testu albo
- zapisać się na wymaz przez internet. Potrzebujesz do tego Profilu Zaufanego.

WAŻNE!

Na test w kierunku koronawirusa możesz **zapisać również swoje dziecko**. Z formularza online mogą skorzystać również **współdomownicy osoby zakażonej SARS-CoV-2, którzy mimo szczepienia lub posiadania statusu ozdrowieńca, muszą się poddać testowi na obecność**

koronawirusa.

[Zapisz si? na test PCR w kierunku koronawirusa](#)

[Mo?esz te? wykona? szybki test antygenowy \(bez skierowania\)](#)

Zlecenie na test w gabinecie prywatnym

Na test na koronawirusa mo?e skierowa? Ci? te? lekarz, który nie ma umowy z NFZ, ale korzysta z aplikacji gabinet.gov.pl.

Zlecenie na test i co dalej?

W momencie zlecenia testu na obecno?? wirusa SARS-CoV-2 **zostajesz obj?ty kwarantann?.** W czasie kwarantanny nie opuszczaj swojego miejsca pobytu. Jeste? zwolniony z kwarantanny na czas przejazdu do punktu pobra? i powrotu do miejsca pobytu.

Gdy samodzielnie nie mo?esz dosta? si? do punktu pobra? wymazów, Twój lekarz POZ mo?e wezwa? do Ciebie **karetk? wymazow?.** Wymaz zostanie pobrany w miejscu Twojego pobytu.

Punkty pobra? wymazów

Zosta?e? skierowany na test wykrywaj?cy koronawirusa? Wykonasz go bezp?atnie w dowolnym punkcie pobra? wymazów. W Polsce takich punktów jest ju? ponad 800.

Po zleceniu badania otrzymasz wiadomo?? SMS z systemu eKolejka, kiedy i gdzie powiniene? si? zg?osi?, aby jak najszybciej wykona? test blisko miejsca swojego pobytu i unikn?? czekania w du?ej grupie pacjentów.

[SPRAWD?, jak przygotowa? si? do pobrania wymazu](#)

Otrzymasz wiadomo?? SMS z systemu eKolejka, w której znajdziesz link do tzw. Indywidualnej Strony Pacjenta. Na stronie system zaproponuje Ci termin i miejsce badania. Mo?esz je potwierdzi? lub odrzuci?. W przypadku odrzucenia zaproponowanego terminu i miejsca pobrania wymazu samodzielnie wyszukujesz inny, dogodny dla siebie dzie?, godzin? i miejsce pobrania wymazu.

[Znajd? najbli?szy punkt pobra? wymazów \[MAPA\]](#)

Szybki test antygenowy bez skierowania

Mo?esz równie? wykona? bezp?atny test antygenowy w aptece, laboratorium diagnostycznym lub

w mobilnym punkcie wymazowym.

WAŻNE!

Do wykonania testu antygenowego nie potrzebujesz skierowania.

[SPRAWDŹ, gdzie zrobisz szybki test antygenowy](#)

Wynik poznasz na miejscu. Znajdziesz go także, jak w przypadku testu PCR, w [Internetowym Koncie Pacjenta](#) i w [aplikacji mojejIKP](#).

Wynik testu na koronawirusa

- **POZYTYWNY:** oznacza, że jesteś zakażony koronawirusem. Twoja kwarantanna automatycznie zmienia się w izolację. Izolacja trwa 10 dni*, licząc od dnia uzyskania pozytywnego wyniku testu na obecność wirusa SARS-CoV-2.

Skontaktuj się ze swoim lekarzem POZ, który oceni Twój stan zdrowia i ustali leczenie. Umów się na teleporadę. Możesz też skorzystać z monitoringu [Domowej Opieki Medycznej](#).

- **NEGATYWNY:** oznacza, że nie jesteś zakażony koronawirusem. Gdy otrzymasz wynik negatywny, zostajesz zwolniony z kwarantanny.

* Od 2 lutego 2022 r. izolacja m.in. dla osób wykonujących zawód medyczny i którzy trwa 7 dni od pierwszego pozytywnego wyniku testu na koronawirusa. W piątej dobie izolacji te osoby mogą wykonać ponownie test na koronawirusa. Negatywny wynik testu oznacza zakończenie izolacji.

Sprawdź wynik testu

Wynik testu w kierunku koronawirusa możesz sprawdzić w Internetowym Koncie Pacjenta (IKP).

[Zaloguj się lub załóż konto w IKP](#)

Jeśli nie masz IKP i profilu zaufanego wynik testu otrzymasz online, po wypełnieniu krótkiego formularza.

[Wynik testu na koronawirusa \(bez profilu zaufanego\)](#)

WAŻNE!

Wgląd do wyniku testu na obecność wirusa SARS-CoV-2 ma także Twój lekarz POZ i laboratorium, które przeprowadzało analizę wymazu.

Poradnie POZ

Skontaktuj się z poradnią Podstawowej Opieki Zdrowotnej (POZ). Poinformuj osobę w rejestracji, jeżeli:

- podejrzewasz zakażenie koronawirusem
- jesteś na kwarantannie
- lub miałeś kontakt z osobą zakażoną koronawirusem.

Poradnie POZ przyjmują od poniedziałku do piątku, w godzinach 8.00 – 18.00.

W zależności od Twojego stanu zdrowia, konsultacja może mieć formę:

- teleporady,
- wizyty stacjonarnej w gabinecie lekarza POZ,
- lub wizyty medyka w domu chorego.

WAŻNE!

Jeżeli lekarz POZ podejrzewa zakażenie koronawirusem, może skierować Cię na test wykrywający SARS-CoV-2.

Dane kontaktowe do swojego POZ otrzymasz m.in. na bezpłatnej infolinii 800 190 590

Nocna i 24-godzinna opieka zdrowotna, gdy Twój lekarz rodzinny nie pracuje

Gdy czujesz się źle wieczorem (po godz. 18.00) lub w weekend, lub w dzień 24-godzinny, wtedy skontaktuj się z najbliższą placówką nocnej i 24-godzinnej opieki zdrowotnej (NiOZ), gdzie otrzymasz niezbędną pomoc medyczną w razie nagłego zachorowania.

Placówki NiOZ przyjmują:

- od poniedziałku do piątku, w godzinach 18.00 - 8.00 rano kolejnego dnia
- w soboty, niedziele i święta przez całą dobę.

W zależności od Twojego stanu zdrowia, konsultacja może mieć formę:

- teleporady,
- wizyty stacjonarnej w gabinecie NiOZ,
- lub wizyty medyka w domu chorego.

WAŻNE!

Jeśli lekarz podejrzewa zakażenie koronawirusem, może skierować Cię na test wykrywający SARS-CoV-2.

Dane kontaktowe do NiOZ otrzymasz np. na bezpłatnej infolinii 800 190 590

Teleplatforma Pierwszego Kontaktu. Wystarczy zadzwonić lub wypełnić formularz

W nocy, w weekendy i święta, czyli poza godzinami pracy poradni Podstawowej Opieki Zdrowotnej, możesz skorzystać również z Teleplatformy Pierwszego Kontaktu (TPK). TPK to odpowiednik nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, tyle że przez telefon.

Wystarczy, że zadzwonisz pod bezpłatny numer **800 137 200** lub wypełnisz formularz online.

Z Teleplatformy Pierwszego Kontaktu skorzystasz:

- od poniedziałku do piątku, w godzinach 18.00 - 8.00 rano kolejnego dnia
- w soboty, niedziele i święta przez całą dobę.

[Dowiedz się więcej o Teleplatformie Pierwszego Kontaktu](#)

WAŻNE!

Lekarz dyżurujący na Teleplatformie Pierwszego Kontaktu może skierować Cię na test wykrywający SARS-CoV-2.

Program DOM – Twoje domowe centrum monitoringu zdrowia

Program Domowa Opieka Medyczna umożliwia monitoring Twojego zdrowia, gdy jesteś chory na COVID-19, ale nie wymagasz leczenia w warunkach szpitalnych.

Do kontroli Twojego zdrowia służy pulsoksymetr, niewielkie urządzenie, które mierzy saturację, czyli poziom natlenienia krwi. Wystarczy, że nałożysz go na palec i połączysz ze specjalną aplikacją, którą instalujesz w swoim telefonie. Możesz też zgłaszać wyniki pomiarów przez infolinię.

Pulsoksymetr trafia do Ciebie bezpiecznie. Gdy ukończysz 55 lat, automatycznie kwalifikujesz się do programu i otrzymasz urządzenie do domu pocztą. Jeśli jeszcze nie masz 55 lat, możesz zamówić pulsoksymetr przez internet lub przez kwalifikację przeprowadzoną przez lekarza POZ.

W razie niepokojących wyników zadzwoni do Ciebie konsultant i jeśli będzie taka potrzeba, umówi konsultację **telemedyczną z lekarzem.**

[Poznaj szczegóły Programu Domowa Opieka Medyczna](#)

Pogotowie ratunkowe (Ratownictwo medyczne)

Jeśli Twój stan nagle się pogorszy i sytuacja będzie zagrożona Twojemu życiu lub zdrowiu, zadzwoń pod numer alarmowy 999 lub 112.

WAŻNE!

Jeśli podejrzewasz u siebie zakażenie koronawirusem lub jesteś zakażony, koniecznie poinformuj o tym dyspozytora, który przyjmuje Twoje zgłoszenie.

Bezpłatna infolinia NFZ

Pod numerem **800 190 590**, bezpłatnie i przez całą dobę, otrzymasz wszystkie, niezbędne informacje o postępowaniu w przypadku zakażenia koronawirusem.

Konsultanci podpowiedzą m.in., gdzie znajdziesz:

- najbliższy punkt nocnej i całonocnej opieki zdrowotnej
- punkt wymazowy w Twojej okolicy
- oraz doradczą, jak skontaktować się ze szpitalem.

Zaszczep się przeciw COVID-19

Zadbaj o ochronę przeciwko COVID-19. Szczepienie chroni przed ciężkim przebiegiem choroby. Od ręki możesz przyjąć szczepionkę w blisko 8 tysiącach punktów szczepień, które działają w różnej formie (stacjonarnej, wyjazdowej, mobilnej).

Zarejestruj się na szczepienie przez:

- [Internetowe Konto Pacjenta](#)
- bezpłatną i całonocną infolinię pod numerem 989
- SMS wysłany na numer 664 908 556 lub 880 333 333 o treści: SzczepimySie
- aplikację mobilną MojeIKP
- wybrany punkt szczepień.

[Znajdź najbliższy punkt szczepień przeciwko COVID-19 \[MAPA\]](#)