Magiczny Kraków

Pandemia koronawirusa – jak działa miasto / Пандемія коронавірусу – як працює місто

2022-04-11

Szukasz informacji dotyczących wsparcia psychologicznego w czasie pandemii COVID-19? Chcesz zamówić usługę szczepienia w domu lub dowozu do punktu szczepień? Oto najważniejsze informacje o działaniach miasta w związku z pandemią koronawirusa.

Шукаєте інформацію про психологічну підтримку під час пандемії COVID-19? Бажаєте замовити послугу вакцинації на дому або транспорт до центру вакцинації? Ось найважливіша інформація про те, як працює місто у зв'язку з пандемією коронавірусу.

Infolinia o koronawirusie

Od 15 stycznia 2021 r. Gmina Miejska Kraków prowadzi dedykowaną infolinię, która stanowi źródło kompleksowej informacji z zakresu szczepień przeciw wirusowi SARS-CoV-2. Pracownicy UMK przekazują informacje w zakresie realizacji Narodowego Programu Szczepień przeciw COVID-19.

Dodatkowo infolinia stanowi punkt zgłoszeń potrzeb transportowych do punktów szczepień prowadzonych przez Gminę Miejską Kraków oraz punkt zgłoszeń chęci zaszczepienia w ramach prowadzonych przez Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych mobilnych zespołów szczepień.

Infolinia jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-15.00 pod numerem telefonu: **12 616 52 66**.

Ośrodek kwarantanny

Gmina Miejska Kraków prowadzi ośrodek zbiorowej kwarantanny w hotelu IBIS przy ul. Armii Krajowej 11a.

Ośrodek zapewnia pełne wyżywienie, opiekę medyczną oraz jest odpowiednio chroniony. Pensjonariusze mają możliwość całodobowego kontaktu telefonicznego z obsługą ośrodka, całodobowo na miejscu stacjonuje lekarz. Dwukrotnie w ciągu dnia, w 12 godzinnych odstępach, osoby odbywające kwarantannę mają mierzoną temperaturę oraz kontrolowany stan zdrowia. Dezynfekcja ośrodka jest dokonywana codziennie.

Ośrodek zabezpiecza opiekę mieszkańcom Krakowa oraz powiatu krakowskiego.

Potrzebę odbycia kwarantanny w ośrodku kwarantanny należy zgłosić za pośrednictwem sanepidu, który zweryfikuje prawo do odbywania kwarantanny w ośrodku lub zaproponuje inne rozwiązanie. Centrum kontaktu Państwowej Inspekcji Sanitarnej: **22 250 01 15**.

Magiczny Kraków

Punkty szczepień powszechnych

Gmina Miejska Kraków w porozumieniu z Miejskim Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie (MCO) prowadzi Punkt Szczepień Powszechnych przy **ul. Wielickiej 267** w Krakowie.

Punkt Szczepień Powszechnych funkcjonuje we wtorki, czwartki i soboty w godz. 8.00 – 20.00.

Rejestracja na szczepienia w tych punktach odbywa się za pośrednictwem dotychczas obowiązujących kanałów zapisów. Są to:

- całodobowa i bezpłatna infolinia: **989**
- elektroniczna **e-Rejestracja**
- **kontakt z wybranym punktem szczepień**
- wysłanie wiadomości **SMS** na numer **664 908 556** lub **880 333 333** o treści: **SzczepimySie**.

Szczepienia w domu

Gmina Miejska Kraków w porozumieniu z MCO zorganizowała mobilne zespoły szczepień, które realizują szczepienia dla mieszkańców Krakowa w ich miejscu zamieszkania.

Aktualnie osobami uprawnionymi do skorzystania z tej usługi są osoby powyżej 50. roku życia, które mają obiektywne trudności w samodzielnym dotarciu do punktów szczepień realizujących szczepienia przeciw COVID-19.

Zapisy są przejmowane pod specjalnymi numerami telefonów: **12 446 75 27, 730 977 999**.

Dowóz do punktów szczepień przeciw COVID-19

W celu ułatwienia osobom niepełnosprawnym przebiegu szczepień przeciw COVID-19 Gmina Miejska Kraków prowadzi specjalny transport z domu pacjenta do punktu szczepień. Do skorzystania z transportu uprawnieni są mieszkańcy Krakowa:

- posiadający aktualne orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym o kodzie R lub N lub odpowiednio I grupę z wyżej wymienionymi schorzeniami
- powyżej 70. roku życia, mający obiektywne i niemożliwe do przezwyciężenia we własnym zakresie trudności w samodzielnym dotarciu do najbliższego miejscu zamieszkania punktu szczepień.

Osoby, które chcą skorzystać ze wsparcia miasta i mają wyznaczony termin szczepienia przeciw COVID-19, mogą zgłaszać się za pomocą infolinii: **12 616 52 66**.

Przewoźnicy współpracujący z miastem realizują usługę w systemie „od drzwi do drzwi”. Oznacza to, że osoba korzystająca z transportu powinna być przygotowana, w tym odpowiednio ubrana i zabezpieczona na czas podróży i pobytu w punkcie szczepień. Musi także posiadać przy sobie potrzebne dokumenty. W wyjątkowych sytuacjach i w fizycznych utrudnieniach, kierowca pomoże

zejść od drzwi mieszkania do samochodu i wsiąść do niego.

Centrum Pierwszej Pomocy Psychologicznej

Centrum Pierwszej Pomocy Psychologicznej to wsparcie psychologiczne (w formie indywidualnych konsultacji) udzielane w jednym z czterech stacjonarnych punktów pomocy, a w razie potrzeby można się umówić na spotkanie z terapeutą w formie online. Wspomniana pomoc dedykowana jest osobom zamieszkałym na terenie Krakowa, znajdującym się w kryzysie psychicznym spowodowanym trudną sytuacją życiową, która pojawiła się lub nasiliła w wyniku przedłużającej się pandemii COVID -19.

Aby skorzystać ze wsparcia psychologicznego, należy:

- wypełnić **formularz zapisu online**
- zadzwonić pod numer telefonu: **572 882 200** (od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-20.00)

Uwaga! zieci oraz młodzież poniżej 18 roku życia na pierwszą wizytę powinny umówić się z rodzicem lub opiekunem oraz dostarczyć podpisany formularz zgody rodzica na udział dziecka w konsultacjach. Formularz dostępny jest na stronie internetowej **CPPP**.

Krakowski Całodobowy Telefon Informacji Medycznej i Covidowej

Pod numerem **12 661 22 40** do 30 czerwca br. funkcjonuje Krakowski Całodobowy Telefon Informacji Medycznej i Covidowej.

Zakres udzielanych informacji za pośrednictwem tej infolinii obejmuje:

- adresy i numery telefonów świadczeniodawców z terenu Krakowa, udzielających świadczeń medycznych w ramach umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej przysługujących osobom objętym powszechnym ubezpieczeniem zdrowotnym wraz ze wskazaniem rodzaju udzielanych świadczeń medycznych z zakresu m.in.:
  - podstawowej opieki zdrowotnej
  - specjalistycznej opieki ambulatoryjnej
  - pomocy doraźnej (medycyna ratunkowa)
  - opieki całodobowej
  - leczenia szpitalnego
  - stomatologii
  - rehabilitacji leczniczej
  - leczenia uzdrowiskowego
  - opieki długoterminowej (zakłady opiekuńczo-lecznicze i zakłady pielęgnacyjno-opiekuńcze)

Przypominamy również informacje o bezpłatnych ogólnopolskich infoliniach dla pacjentów:

Magiczny Kraków

Telefoniczna Informacja Pacjenta

Telefoniczna Informacja Pacjenta to bezpłatna ogólnopolska infolinia, na którą mogą zadzwonić wszyscy, którzy chcą uzyskać informacje w zakresie praw pacjenta, a także funkcjonowania systemu ochrony zdrowia w Polsce.

Dodatkowo infolinia stanowi źródło informacji na temat postępowania w sytuacji podejrzenia lub potwierdzonego zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2.

Infolinia jest dostępna przez 24 godziny, siedem dni w tygodniu na terenie całego kraju pod numerem: **800 190 590** (Numer dla osób dzwoniących z zagranicy: +48 22 125 66 00 – połączenia płatne zgodnie z cennikiem operatora).

Infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia i Rzecznika Praw Pacjenta oferuje również czat i rozmowy w języku migowym.

Teleplatforma Pierwszego Kontaktu

Teleplatforma Pierwszego Kontaktu to bezpłatna ogólnopolska platforma uruchomiona przez Narodowy Fundusz Zdrowia, która ma na celu umożliwienie otrzymania niezbędnej pomocy medycznej poza godzinami pracy lekarzy rodzinnych, w weekendy oraz święta. Z platformy mogą korzystać również osoby niesłyszące. Porady udzielane są w kilku językach.

TPK jest miejscem pierwszego kontaktu dla pacjenta, w sytuacji nagłego zachorowania lub konieczności wystawienia np. e-recept.

Aby skorzystać z doraźnej pomocy medycznej, należy zadzwonić pod numer: **800 137 200**.

Pod wskazanym numerem dyżurują pielęgniarki lub położne i lekarze gotowi do udzielenia pomocy dzwoniącym pacjentom. Telefony od pacjentów odbierane są od poniedziałku do piątku, w godzinach od 18.00 do 8.00 rano kolejnego dnia, czyli po godzinach pracy poradni POZ. Platforma działa również całodobowo w sobotę, niedzielę i święta.

Pamiętaj:

Jeśli podejrzewasz, że twój zły stan zdrowia jest spowodowany koronawirusem, możesz skorzystać z internetowego formularza dostępnego na stronie **gov.pl/dom**. Umożliwia on samodzielne zlecanie testu PCR w kierunku COVID-19. Zamieszczona tam ankieta składa się z kilku pytań dotyczących m.in. kontaktów z osobami, u których potwierdzono COVID-19 oraz objawów, jakie mogą świadczyć o rozwijającej się chorobie. Na podstawie udzielonych odpowiedzi, system ocenia, czy istnieje ryzyko, że zaraziłeś się koronawirusem. Jeśli okaże się, że powinieneś wykonać diagnozujący to test, możesz zapisać się na wymaz przez internet, wykorzystując profil zaufany albo zamówić rozmowę z konsultantem Domowej Opieki Medycznej, który zleci badanie.

Magiczny Kraków

Narzędzie umożliwia zapisanie na wymaz także dziecka. Skorzystać z niego mogą również współdomownicy osoby zakażonej SARS-CoV-2, którzy mimo szczepienia lub posiadania statusu ozdrowieńca, muszą się poddać testowi na obecność koronawirusa.

Zapisz się na test w kierunku koronawirusa

Zlecenie od lekarza także w gabinecie prywatnym

Na badanie PCR może skierować cię także lekarz rodzinny, medyk dyżurujący w gabinecie nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej oraz pod bezpłatnym numerem Teleplatformy Pierwszego Kontaktu **800 137 200**. Zlecenie wystawi także lekarz w gabinecie prywatnym, jeśli korzysta z aplikacji **gabinet.gov.pl**.

Podstawowa opieka zdrowotna

Poradnie podstawowej opieki zdrowotnej działają od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00–18.00. Umawiając wizytę, poinformuj personel w rejestracji, że podejrzewasz zakażenie koronawirusem, jesteś na kwarantannie czy miałeś kontakt z osobą zakażoną. W zależności od twojego stanu zdrowia, konsultacja z lekarzem POZ może mieć formę wizyty stacjonarnej w gabinecie, teleporady lub wizyty medyka w domu chorego. Jeżeli potrzebujesz pomocy lekarza POZ podczas wyjazdu poza swoją gminę – np. podczas ferii zimowych – zgłoś się do najbliższej placówki w miejscu, gdzie aktualnie przebywasz.

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna

Wieczorami, w nocy i święta obowiązki lekarzy rodzinnych przejmują medycy dyżurujący w placówkach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Takie gabinety są czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 18.00–8.00 kolejnego dnia oraz całodobowo w soboty, niedziele i święta. W zależności od twojego stanu zdrowia, konsultacja może mieć formę wizyty stacjonarnej w gabinecie NiŚOZ, teleporady lub wizyty medyka w domu chorego. Możesz wybrać kontakt z dowolnym gabinetem nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, nie obowiązuje rejonizacja.

Gabinety nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej w Krakowie:

- Wojewódzki Specjalistyczny Szpital Dziecięcy im. św. Ludwika, ul. Strzelecka 2a, tel. **12 619 86 87, 12 619 86 61**
- Specjalistyczny Szpital im. J. Dietla, al. Marsz. Ferdynanda Focha 33, tel. centrala **12 68 76 400, 12 68 76 442, 12 68 76 479, 12 68 76 492**
- Szpital Specjalistyczny im. Stefana Żeromskiego Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, os. Na Skarpie 66, tel. **12 622 95 76, 12 622 95 45**
- Szpital Specjalistyczny im. Ludwika Rydygiera, os. Złotej Jesieni 1, tel. **12 64 68 792**
- Szpital św. Rafała, ul. Armii Krajowej 5, tel. **12 629 88 00**
- Szpital św. Rafała, ul. Bochenka 12, tel. **12 629 88 00**
- NZOZ Kraków – Południe, ul. Kutrzeby 4, tel. **12 656 10 07**

- NZOZ Kraków – Południe, ul. Szwedzka 27, tel. **12 266 02 70**
- Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza, ul. Prądnicka 35, tel. **12 257 86 06**
- Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, ul. Prądnicka 80, Pawilon M-V, wejście C, tel. **12 614 28 88**.

Zlecenia na test i co dalej?

W momencie zlecenia testu zostajesz objęty kwarantanną. W tym czasie musisz pozostać w domu, jesteś jednak zwolniony z tego obowiązku na czas przejazdu do punktu pobrań i drogi powrotnej.

Test może wykonać bezpłatnie w jednym z punktów pobrań wymazów. Działają one również w weekendy i święta. Po zleceniu badania, otrzymasz informację z systemu eKolejka z podpowiedzią, kiedy i gdzie powinieneś się zgłosić, aby jak najszybciej wykonać wymaz, blisko swojego miejsca zamieszkania, i uniknąć oczekiwania w dużej grupie pacjentów. W wiadomości z systemu znajdziesz również link do tzw. Indywidualnej Strony Pacjenta, za pomocą której możesz zaakceptować lub odrzucić zalecany termin i wyszukać inny wolny termin lub miejsce badania. Adresy i aktualne godziny pracy wszystkich punktów wymazowych znajdziesz na stronie małopolskiego NFZ **nfz-krakow.pl**.

Punkty wymazowe w Krakowie:

- Diagnostyka Sp. z o.o. (Punkt nr 2), ul. Kopernika 8, tel. **799 399 361**, poniedziałek – piątek 8:30-16:00, sobota – niedziela 8.30-12.30
- Diagnostyka Sp. z o.o. (Stadion Hutnik), ul. Ptaszyckiego 4, tel. **799 399 361**, poniedziałek – piątek 11:30-16:30, sobota – niedziela 11.00-14.00
- Gyncentrum Sp. z o.o., ul. W.E. Radzikowskiego 99, tel. **32 506 50 86**, poniedziałek – piątek 15:30-21:30, sobota – niedziela 8.00-14.00
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Uniwersytecki, ul. Jakubowskiego 2, tel. **12 400 33 10**, poniedziałek, środa – piątek 8.00-14.30, wtorek 8.00-15.30, sobota – niedziela 8.00-12.30
- SCANMED Spółka Akcyjna, ul. Bochenka 12, tel. **12 629 88 00**, poniedziałek – piątek 11.30-19.30, sobota – niedziela 7.00-11.00
- SCANMED Spółka Akcyjna (Punkt nr 2), ul. Armii Krajowej 5, tel. **12 629 88 00**, poniedziałek – środa, piątek 14.00-17.00, czwartek 15.00-17.00, sobota 12.00-15.00, niedziela 9.00-12.00
- VITO-MED. sp. z o.o. (Punkt w Krakowie nr 2), Al. Jana Pawła II 39, tel. **793 600 112**, poniedziałek – piątek 10.00-21.00, sobota – niedziela 10.00-17.00
- VITO-MED Sp. z o.o. (Punkt w Krakowie nr 3), ul. Alberta Schweitzera 7, tel. **793 600 112**, poniedziałek – piątek 10.00-20.00, sobota 11.30-15.30, niedziela 11.30-15.00
- VITO-MED Sp. z o.o. (Punkt w Krakowie), Os. Złotej Jesieni 1, tel. **793 600 112**, poniedziałek 7.00-23.50, wtorek – piątek 0.00-23.50, sobota 8.00-19.00, niedziela 8.00-17.00
- Diagnostyka Sp. z o.o., ul. Lema Stanisława 7, tel. **799 399 361**, poniedziałek – piątek 8.30-13.00, sobota – nieczynne, niedziela 8.00-12.30
- FUH Diagnoza, ul. Kolna 2, tel. 507 716 708, poniedziałek – niedziela 8.30-12.30
- ALFA Sp. z o.o. sp.k, ul. Jana Kremskiego 77, tel. **791 205 716**, poniedziałek – środa 8.00-20.00, czwartek – piątek 6.00-18.00, sobota – niedziela 8.00-15.00

- Alab Laboratoria, Kapelanka 13B, tel. **22 349 11 97**, poniedziałek – sobota 10.00-15.00, niedziela 8.00-12.00
- LIBERANDUM Ratownictwo Medyczne (Punkt w Krakowie), ul. Konopnickiej 28, tel. **12 381 82 09**, poniedziałek – niedziela 8.00-23.59
- Medyczne Laboratorium Diagnostyczne Mineola, ul. Pleszowska 23, tel. **883 441 269**, poniedziałek – środa 11.00-17.00, czwartek – piątek 13.00-17.00, sobota – niedziela 13.00-15.00
- Gyncentrum Sp. z o.o., ul. Kapelanka 54, tel. **32 506 50 86**, poniedziałek – piątek 14.00-20.00, sobota – niedziela 8.00-14.00.

Gdy samodzielnie nie możesz dostać się do punktu pobrań wymazów, twój lekarz POZ może wezwać karetkę wymazową. Wymaz zostanie pobrany w miejscu twojego pobytu.

Wynik testu możesz sprawdzić w Internetowym Koncie Pacjenta oraz aplikacji mojeIKP. Wgląd do niego ma również twój lekarz POZ i laboratorium, które przeprowadzało analizę wymazu.

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

• **WYNIK 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.

Testy antygenowe bez skierowania

Pomocny w wykrywaniu zakażenia koronawirusem jest również szybki test antygenowy. Tego typu badanie zrobisz m.in. w aptekach, które zgłosiły się do ich wykonywania. Test jest bezpłatny i nie potrzebujesz na niego żadnego skierowania. Wynik poznasz na miejscu, znajdziesz go również w Internetowym Koncie Pacjenta.

Obecnie w Małopolsce chęć wykonywania testów antygenowych zgłosiły 24 apteki. Pierwsze ruszyły z badaniem pacjentów w ub. tygodniu. Kolejne zainteresowane placówki cały czas mogą składać wnioski do małopolskiego NFZ. Przed wizytą w aptece warto wykonać telefon do apteki i zapytać, w jakich godzinach wykonuje testy. Na bieżąco aktualizowana mapa takich miejsc jest dostępna na stronie **pacjent.gov.pl**.

Mapa placówek wykonujących bezpłatne, szybkie testy antygenowe

Leczenie COVID-19 w domu

Jeśli otrzymałeś pozytywny wynik testu wykrywającego koronawirusa, skontaktuj się ze swoim lekarzem POZ. Oceni on twój stan zdrowia i ustali leczenie. Jeśli masz powyżej 60 lat, lekarz powinien zbadać cię w ciągu 48h po otrzymaniu wyniku testu.

Jeśli wykonałeś test antygenowy, zakupiony na własną rękę czy test serologiczny, skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym i poinformuj go o wyniku testu.

W kontrolowaniu przebiegu choroby w domu pomoże ci program Domowej Opieki Medycznej. Do kontroli 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 bezpłatnie. Jeśli ukończyłeś 55 lat, automatycznie kwalifikujesz się do programu i otrzymasz urządzenie do domu pocztą. Jeśli jesteś młodszy, 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 albo wezwie pogotowie ratunkowe.

Domowa opieka medyczna

Pogotowie ratunkowe

Jeśli Twój stan nagle się pogorszy i sytuacja będzie zagrażała Twojemu życiu lub zdrowiu, zadzwoń pod numer alarmowy **999** lub **112**. Jeśli podejrzewasz u siebie zakażenie koronawirusem lub jesteś zakażony, koniecznie poinformuj o tym dyspozytora, który przyjmuje Twoje zgłoszenie.

Zaszczep się!

Jeśli szczepienie przeciwko COVID-19 nadal masz jeszcze przed sobą, nie zwlekaj dłużej i umów wizytę w punkcie szczepień. Szczepienie chroni przed ciężkim przebiegiem choroby i zgonem. W Małopolsce działa ponad 600 punktów szczepień. „Ukłucie” można wykonać nie tylko w przychodni czy szpitalu, ale również w aptece czy galerii handlowej.

Osoby zaszczepione już przeciwko COVID-19, powinny zgłosić się po dawkę przypominającą, zwiększającą odporność na koronawirusa. 28 stycznia taką możliwość otrzymała młodzież w wieku 12-15 lat. Skierowania na dawkę przypominającą są wystawiane automatycznie, po upływie określonego czasu od ukończenia podstawowego cyklu szczepienia. Można je znaleźć w Internetowym Koncie Pacjenta oraz mojeIKP.

Mapa punktów szczepień w Małopolsce

Гаряча лінія з питань коронавірусу

З 15 січня 2021 року в муніципалітеті Кракова працює спеціальна гаряча лінія, яка є джерелом

вичерпної інформації щодо вакцинації проти вірусу SARS-CoV-2. Співробітники муніципалітету надають інформацію про виконання Національної програми щеплення проти COVID-19.

Крім того, гаряча лінія є місцем, де можна повідомити про потреби в транспорті до пунктів вакцинації, якими керує муніципалітет Кракова, та місцем, де можна повідомити про намір зробити щеплення у мобільних бригадах, що здійснюють вакцинацію в рамках Муніципального центру догляду за людьми похилого віку, особами з хронічною інвалідністю та несамостійними особами (MCO).

Гаряча лінія працює з понеділка по п’ятницю з 8.00 до 15.00 за телефоном: **12 616 52 66**.

Карантинний центр

Муніципалітет Кракова керує колективним карантинним центром у готелі IBIS на вул. Armii Krajowej 11a.

Центр забезпечує повний пансіон, медичне обслуговування та належним чином захищений. Особи, які перебувають на кантині, мають можливість цілодобово спілкуватися по телефону з персоналом центру, а лікар працює на місці 24/7. Двічі на день з інтервалом в 12 годин пацієнтам на карантині вимірюють температуру та контролюють стан здоров’я. Щодня в закладі проводиться дезінфекція.

Центр надає допомогу жителям міста Краків та Краківського повіту.

Про необхідність проходження карантину в карантинному центрі слід повідомити Санепід, який перевірить право на карантин у закладі або запропонує інше рішення.

Контактний центр Держсанепіднагляду: **22 250 01 15**.

Центр загальної вакцинації

Муніципалітет Кракова за погодженням з Муніципальним центром допомоги людям похилого віку, особам з хронічною інвалідністю та несамостійним особам в Кракові (пол. MCO - МЦО) керує Центром загальної вакцинації за адресою: **вул. Wielicka 267** у Кракові.

Пункт загальної вакцинації працює у вівторок, четвер та суботу з 8.00 до 20.00

Реєстрація на щеплення в цих пунктах відбувається за посередництвом таких каналів реєстрації:

- цілодобова безкоштовна гаряча лінія: **989**
- електронна реєстрація **e-Rejestracja**
- **зв'язок з обраним пунктом вакцинації**
- на номер **664 908 556** або **880 333 333** з таким текстом: **SzczepimySie**.

Щеплення вдома

Муніципалітет Кракова за погодженням з МЦО організував мобільні бригади, які проводять вакцинацію для жителів Кракова за місцем їх проживання.

Наразі право на цю послугу мають особи віком від 50 років, які мають об’єктивні труднощі в самостійному доїзді до пунктів вакцинації, що проводять вакцинацію проти COVID-19.

Записатися можна за спеціальними телефонами: **12 446 75 27, 730 977 999**.

Транспортування до пунктів вакцинації проти COVID-19

З метою полегшення процесу вакцинації проти COVID-19 для людей з обмеженими можливостями, місто Краків надає спеціальний транспорт від дому пацієнта до пункту вакцинації. Транспортом мають право користуватися наступні мешканці:

- особи, які мають дійсну довідку про тяжку інвалідність коду R або N або I групи відповідно з зазначеними вище хворобами
- особи старше 70 років, які мають об’єктивні та нездоланні труднощі в самостійному доїзді до найближчого до місця проживання пункту вакцинації.

Особи, які хочуть скористатися підтримкою міста та мають заплановану дату вакцинації від COVID-19, можуть звернутися на гарячу лінію: **12 616 52 66.**

Перевізники, які співпрацюють з містом, надають послугу за системою «від дверей до дверей». Це означає, що особа, яка користується транспортом, має бути підготовлена, у тому числі належним чином одягнена та захищена до подорожі та перебуванні в пункті вакцинації. При собі вона повинна мати необхідні документи. У виняткових ситуаціях і при фізичних труднощах водій допоможе подолати шлях від дверей квартири до машини і сісти до неї.

Центр першої психологічної допомоги

Центр першої психологічної допомоги – це психологічна підтримка (у формі індивідуальних консультацій), яка надається в одному з чотирьох стаціонарних пунктів допомоги, а при необхідності можна записатися на прийом до терапевта онлайн. Вищезгадана допомога призначена людям, які проживають у Кракові, які переживають психічну кризу, спричинену складною життєвою ситуацією, що з’явилася або посилилася внаслідок тривалої пандемії COVID-19.

Щоб отримати психологічну підтримку, слід:

- заповнити **онлайн-форму реєстрації**
- зателефонувати за номером: **572 882 200** (понеділок-п'ятниця 8.00-20.00)

Увага! Діти та молоді люди віком до 18 років на перший прийом повинні записатися разом з одним із батьків або опікуном та надати підписану форму згоди батьків на участь дитини в

консультації. Форма доступна на вебсайті **CPPP**.

Цілодобовий телефон медичної інформації та інформації про Covid у Кракові

За номером **12 661 22 40** до 30 червня цього року у Кракові працює цілодобовий телефон медичної інформації та інформації про Covid

Обсяг інформації, що надається через цю гарячу лінію, включає:

- адреси та номери телефонів постачальників послуг на території міста Краків, що надають медичні послуги за договорами про надання медичних послуг особам, на яких поширюється загальне медичне страхування, із зазначенням виду наданих медичних послуг, у тому числі:
  - первинна медична допомога
  - спеціалізована амбулаторна допомога
  - невідкладна допомога (невідкладна медицина)
  - цілодобовий догляд
  - лікування в стаціонарі
  - стоматологія
  - медична реабілітація
  - санаторно-курортне лікування
  - довготривалий догляд (заклади з догляду та лікування, заклади догляду)

Також нагадуємо про безкоштовні загальнопольські гарячі лінії для пацієнтів:

Телефонна довідка пацієнта це безкоштовна загальнонаціональна гаряча лінія, на яку може зателефонувати кожен, хто хоче отримати інформацію про права пацієнтів, а також про роботу системи охорони здоров’я в Польщі.

Крім того, гаряча лінія є джерелом інформації про те, як боротися з підозрюваною або підтвердженою інфекцією коронавірусу SARS-CoV-2.

Гаряча лінія працює цілодобово, 7 днів на тиждень по всій країні за номером: **800 190 590** (Номер для дзвінків з-за кордону: +48 22 125 66 00 - дзвінки оплачуються згідно з прайс-листом оператора).

На гарячій лінії Національного фонду охорони здоров’я та Уповноваженого з прав пацієнта також пропонують чат та розмови мовою жестів.

Телеплатформа першого контакту

Телеплатформа «Перший контакт» — це безкоштовна загальнонаціональна платформа, запущена Національним фондом охорони здоров’я, метою якої є надання необхідної медичної

допомоги поза робочим часом лікарів першого контакту (сімейних лікарів), у вихідні та святкові дні. Платформою також можуть користуватися глухі люди. Поради надаються кількома мовами.

ТПК – це місце першого контакту з пацієнтом у разі раптового захворювання або необхідності виписати, наприклад, електронний рецепт.

Для отримання невідкладної медичної допомоги телефонуйте за номером: **800 137 200.**

За вказаним номером чергують медичні сестри чи акушерки та лікарі, які готові надати допомогу пацієнтам, які дзвонять. Дзвінки пацієнтів приймаються з понеділка по п’ятницю, з 18.00 до 8.00 наступного дня, тобто після робочого дня поліклініки. Платформа також працює 24/7 в суботу, неділю та святкові дні.

Пам'ятайте:

Якщо ви підозрюєте, що ваше погане самопочуття спричинено коронавірусом, ви можете скористатися онлайн-формою, доступною на сайті **gov.pl/dom**. Вона дозволяє самостійно замовити ПЛР-тест на COVID-19. Опитування, включене до нього, складається з кількох питань, зокрема, контакти з людьми, у яких підтверджено COVID-19, і симптоми, які можуть свідчити про розвиток захворювання. На основі наданих відповідей система оцінює, чи є ризик, що ви заразилися коронавірусом. Якщо виявиться, що для цього вам потрібно пройти діагностичне дослідження, ви можете записатися на здачу мазка через Інтернет за допомогою довіреного профілю або домовитися про розмову з консультантом Домашньої медичної допомоги, який скерує вас на тест.

Цей інструмент також дозволяє зробити тест дитині. Його також можуть використовувати люди, що проживають разом з особою, інфікованою SARS-CoV-2, які, незважаючи на вакцинацію або статус осіб, що одужали, повинні пройти тест на коронавірус.

Записатися на тест

Направлення від лікаря також у приватній клініці

Направлення на ПЛР-тест може видати також сімейний лікар, лікар, який чергує у медичному кабінеті, який працює вночі та у святкові / вихідні дні та за безкоштовним номером Телеплатформи Першого Контакту **800 137 200**. Направлення також може видати лікар у приватному кабінеті, якщо він користується додатком **gabinet.gov.pl**.

Базове медичне обслуговування

Поліклініки першого контакту працюють з понеділка по п’ятницю з 8:00 до 18:00. Записуючись на прийом, повідомте працівників реєстрації, що ви підозрюєте коронавірусну інфекцію,

перебуваєте на карантині або контактували з інфікованою людиною. Залежно від стану здоров’я консультація лікаря першого контакту може проходити у формі стаціонарного візиту в кабінет, телефонної розмови або візиту лікаря додому. Якщо вам потрібна допомога лікаря першого контакту під час поїздки за межі вашого муніципалітету - наприклад, під час зимових канікул - зверніться до найближчого закладу в місці, де ви зараз перебуваєте.

Медична допомога вночі та у святкові / вихідні дні

У вечірні, нічні години та у вихідні / святкові дні обов’язки сімейних лікарів виконують лікарі, які чергують у медичних кабінетах, що працюють вночі та у святкові / вихідні дні. Такі кабінети працюють з понеділка по п’ятницю з 18:00 до 8:00 наступного дня та цілодобово в суботу, неділю та святкові дні. Залежно від стану здоров’я консультація може проходити у формі стаціонарного відвідування кабінету, телефонної розмови або візиту лікаря додому. Ви можете звернутися до будь-якого медичного кабінету, яки працбє вночі та у святкові / вихідні дні, поділ на райони не застосовується.

Медичні кабінети, які працюють вночі та у святкові/вихідні дні у Кракові:

- Wojewódzki Specjalistyczny Szpital Dziecięcy im. św. Ludwika, ul. Strzelecka 2a, tel. **12 619 86 87, 12 619 86 61**
- Specjalistyczny Szpital im. J. Dietla, al. Marsz. Ferdynanda Focha 33, tel. centrala **12 68 76 400, 12 68 76 442, 12 68 76 479, 12 68 76 492**
- Szpital Specjalistyczny im. Stefana Żeromskiego Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej, os. Na Skarpie 66, tel. **12 622 95 76, 12 622 95 45**
- Szpital Specjalistyczny im. Ludwika Rydygiera, os. Złotej Jesieni 1, tel. **12 64 68 792**
- Szpital św. Rafała, ul. Armii Krajowej 5, tel. **12 629 88 00**
- Szpital św. Rafała, ul. Bochenka 12, tel. **12 629 88 00**
- NZOZ Kraków – Południe, ul. Kutrzeby 4, tel. **12 656 10 07**
- NZOZ Kraków – Południe, ul. Szwedzka 27, tel. **12 266 02 70**
- Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza, ul. Prądnicka 35, tel. **12 257 86 06**
- Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, ul. Prądnicka 80, Pawilon M-V, wejście C, tel. **12 614 28 88**.

Направлення на тест і що далі?

Коли ви отримуєте направлення на тест, вас поміщають на карантин. Протягом цього часу ви повинні залишатися вдома, але вас звільнено від цього обов’язку на час вашої подорожі до місця, де роблять тест, та повернення.

Тест можна зробити безкоштовно в одному з пунктів забору мазків. Вони також працюють у вихідні та святкові дні. Після отримання направлення на тест ви отримаєте інформацію від системи eKolejka з підказками, коли і куди вам слід з’явитися, щоб зробити мазок якомога швидше, поблизу вашого місця проживання та щоб уникнути очікування у великій групі пацієнтів. У повідомленні від системи ви також знайдете посилання на т. зв Індивідуальну сторінку поцієнта, де ви можете прийняти або відхилити рекомендовану дату та шукати іншу

вільну дату чи місце забору мазків. Адреси та години роботи всіх пунктів забору мазків можна знайти на сайті Національного фонду охорони здоров'я Малопольському воєводстві **nfz-krakow.pl**

Пункти забору мазків у Кракові:

- Diagnostyka Sp. z o.o. (Пункт № 2), ul. Kopernika 8, тел. **799 399 361**, понеділок – п'ятниця 8:30-16:00, субота – неділя 8:30-12:30
- Diagnostyka Sp. z o.o. (Stadion Hutnik), ul. Ptaszyckiego 4, тел. **799 399 361**,понеділок – п'ятниця 11:30-16:30, субота – неділя 11:00-14:00
- Gyncentrum Sp. z o.o., ul. W.E. Radzikowskiego 99, тел. **32 506 50 86**,понеділок – п'ятниця 15:30-21:30, субота – неділя 8:00-14:00
- Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Uniwersytecki, ul. Jakubowskiego 2, тел. **12 400 33 10**, понеділок, середа – п'ятниця 8:00-14:30, вівторок 8:00-15:30, субота – неділя 8:00-12:30
- SCANMED Spółka Akcyjna, ul. Bochenka 12, тел. **12 629 88 00**,понеділок – п'ятниця 11:30-19:30,субота – неділя 7:00-11:00
- SCANMED Spółka Akcyjna (Пункт № 2), ul. Armii Krajowej 5, тел. **12 629 88 00**, понеділок – середа, п'ятниця 14:00-17:00, четвер 15:00-17:00, субота 12:00-15:00, неділя 9:00-12:00
- VITO-MED. sp. z o.o. (Пункт у Кракові № 2), Al. Jana Pawła II 39, тел. **793 600 112**,понеділок – п'ятниця 10:00-21:00, субота – неділя 10:00-17:00
- VITO-MED. Sp. z o.o. (Пункт у Кракові № 3), ul. Alberta Schweitzera 7, тел. **793 600 112**,понеділок – п'ятниця 10:00-20:00, sobota 11:30-15:30, niedziela 11:30-15:00
- VITO-MED. Sp. z o.o. (Пункт у Кракові), Os. Złotej Jesieni 1, тел. **793 600 112**, понеділок 7:00-23:50, вівторок – п'ятниця 00:00-23:50, субота 08:00-19:00, неділя 08:00-17:00
- Diagnostyka Sp. z o.o., ul. Lema Stanisława 7, тел. **799 399 361**,понеділок – п'ятниця 08:30-13:00, субота – закрито, неділя 8:00-12:30
- FUH Diagnoza, ul. Kolna 2, tel. 507 716 708, понеділок – неділя 08:30-12:30
- ALFA Sp. z o.o. sp.k, ul. Jana Kremskiego 77, тел. **791 205 716**, понеділок – середа 8:00-20:00, четвер – п'ятниця 6:00-18:00, субота – неділя 8:00-15:00
- Alab Laboratoria, Kapelanka 13B, тел. **22 349 11 97**, понеділок – субота 10:00-15:00, неділя 8:00-12:00
- LIBERANDUM Ratownictwo Medyczne (Punkt w Krakowie), ul. Konopnickiej 28, тел. **12 381 82 09**, понеділок – неділя 8:00-23:59
- Medyczne Laboratorium Diagnostyczne Mineola, ul. Pleszowska 23, тел. **883 441 269**, понеділок – середа 11:00-17:00, четвер – п'ятниця 13:00-17:00, субота – неділя 13:00-15:00
- Gyncentrum Sp. z o.o., ul. Kapelanka 54, тел. **32 506 50 86**, понеділок – п'ятниця 14:00-20:00,субота – неділя 8:00 - 14:00.

Якщо ви не можете самостійно дістатися до пункту забору мазків, ваш лікар першого контакту може викликати швидку допомогу. Мазок візьмуть у місці вашого проживання.

Ви можете перевірити результати тесту в обліковому записі пацієнта в Інтернеті та в програмі mojeIKP. Ваш лікар першого контакту та лабораторія, яка проводила аналіз мазка, також мають доступ до нього.

• **НЕГАТИВНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**: означає, що ви не інфіковані коронавірусом. Коли ви отримуєте негативний результат, вас звільняють з карантину.

• **ПОЗИТИВНИЙ РЕЗУЛЬТАТ:** означає, що ви інфіковані коронавірусом. Ваш карантин автоматично перетворюється на ізоляцію. Ізоляція триває 10 днів з дня отримання позитивного тесту на наявність вірусу SARS-CoV-2.

Тести на антиген без направлення

Швидкий тест на антиген також допомагає виявити коронавірусну інфекцію. Ви можете зробити цей тест, серед іншого в аптеках, які зголосилися їх виконувати. Тест безкоштовний і направлення вам не потрібно мати. Результат Ви дізнаєтеся на місці, також знайдете його в Онлайн-Акаунті Пацієнта.

Наразі в Малопольщі 24 аптеки заявили про бажання проводити антигенні тести. Перші почали робити тести минулого тижня. Інші зацікавлені установи все ще можуть подати заявки до Національного фонду охорони здоров'я в Малопольському воєводстві. Перед відвідуванням аптеки варто зателефонувати в аптеку і поцікавитися, о котрій годині проводяться тести. Карту таких місць, що постійно оновлюється, можно знайти на сайті **pacjent.gov.pl**.

Карта закладів, які виконують безкоштовні швидкі тести на наявність антигену

Лікування COVID-19 вдома

Якщо ви маєте позитивний тест на коронавірус, зверніться до свого лікаря. Він оцінить стан вашого здоров'я і призначить лікування. Якщо вам більше 60 років, ваш лікар повинен оглянути вас протягом 48 годин після отримання результату тесту.

Якщо ви проводили тест на антиген, тест, самостійно куплений в аптеці, або серологічний тест, зв'яжіться зі своїм лікарем першого контакту та повідомте його про результат тесту.

Програма Домашньої медичної опіки допоможе вам контролювати перебіг хвороби вдома. Контроль здійснюється за допомогою пульсоксиметру, невеликого приладу, який вимірює насичення крові киснем. Все, що вам потрібно зробити, це надіти його на палець і підключити до спеціальної програми, яку ви встановлюєте на свій телефон. Ви також можете повідомити результати вимірювань на гарячу лінію.

Пульсоксиметр приходить до вас безкоштовно. Якщо вам 55 років і більше, ви автоматично отримуєте право на участь у програмі та отримуєте побутову техніку поштою. Якщо ви молодше цього віку, ви можете замовити пульсоксиметр онлайн або пройти кваліфікацію у лікаря першого контакту. У разі тривожних результатів вам зателефонує консультант і при необхідності організує телефонну медичну консультацію з лікарем або викличе швидку допомогу.

Magiczny Kraków

Домашня медична допомога

Служба невідкладної медичної допомоги

Якщо ваш стан раптово погіршиться і ситуація загрожує вашому життю чи здоров'ю, телефонуйте за номером екстреної допомоги **999** або **112**. Якщо ви підозрюєте, що у вас коронавірус або ви інфіковані, обов'язково повідомте про це диспетчера, який приймає ваше повідомлення.

Зробіть щеплення!

Якщо у вас ще попереду щеплення від COVID-19, не зволікайте і запишіться на прийом до центру вакцинації. Вакцинація захищає від важкого перебігу захворювання і смерті. У Малопольщі є понад 600 пунктів вакцинації. «Укол» можна зробити не тільки в поліклініці чи лікарні, але й в аптеці чи торговому центрі.

Люди, які вже були вакциновані проти COVID-19, повинні отримати ревакцинацію, щоб підвищити імунітет до коронавірусу. 28 січня таку можливість отримали молоді люди віком 12-15 років. Направлення на повторну вакцинацію видаються автоматично через певний період часу після завершення курсу первинної імунізації. Їх можна знайти в Інтернет-акаунті пацієнта та у "mojeIKP".

Карта центрів вакцинації у Малопольському воєводстві

- adresy i numery telefonów świadczeniodawców wraz ze wskazaniem rodzaju udzielanych świadczeń z zakresu szczepień przeciwko koronawirusowi SARS-CoV-2 oraz informacji o działalności powszechnych punktów szczepień na terenie Krakowa
- informacje o dostępności do świadczeń medycznych (czas oczekiwania w dniach na wykonanie usługi medycznej) u poszczególnych świadczeniodawców.
- адреси та телефони постачальників послуг із зазначенням виду послуг, що надаються у сфері вакцинації проти коронавірусу SARS-CoV-2 та інформацією про діяльність загальних центрів вакцинації у Кракові
- інформація про наявність медичних послуг (час очікування в днях виконання медичної послуги) у окремих постачальників послуг.