

# Studenckie zdrowie

**W tym rozdziale dowiesz się:**

- jak uzyskać numer PESEL,
- w jaki sposób ubezpieczyć się w Polsce,
- jak zapisać się do przychodni lekarskiej,
- gdzie i u kogo uzyskać pomoc w przypadku problemów ze zdrowiem,
- w jaki sposób umówić się na wizytę do lekarza.

## PESEL

I. Na podstawie tekstu o numerze PESEL zdecyduj, czy podane niżej twierdzenia są prawdziwe (P) czy nieprawdziwe (N).

### Co to jest numer PESEL?

PESEL to numer identyfikacyjny osoby zamieszkałej w Polsce. Polacy otrzymują go przy urodzeniu. Zwykle pierwsze sześć cyfr to data urodzenia (rok, miesiąc, dzień), a cyfra przedostatnia jest oznaczeniem płci – dla mężczyzn zarezerwowane są cyfry nieparzyste, dla kobiet parzyste.

Cudzoziemcy, którzy planują dłuższy pobyt w Polsce, również powinni wystąpić o nadanie numeru PESEL.

### Kto może uzyskać numer PESEL?

Dostaniesz numer PESEL z urzędu – jeżeli zameldujesz się w Polsce na pobyt powyżej 30 dni.

Złóż wniosek w urzędzie gminy – jeśli nie możesz się zameldować, a potrzebujesz PESEL-u.

### Co musisz przygotować?

Wniosek o nadanie numeru PESEL, który można pobrać ze strony internetowej lub udać się po niego do urzędu gminy.

Dokument, który potwierdzi twoją tożsamość i inne dane, które wpiszesz we wniosku – najbardziej popularny jest paszport.

Wypełniony wniosek zanieś do urzędu gminy wraz z dokumentem tożsamości. Uzyskanie numeru PESEL jest bezpłatne.

### Gdzie odbierzesz?

W urzędzie gminy właściwym dla twojego miejsca zameldowania (tam, gdzie jesteś zameldowany albo chcesz się zameldować).

Na podstawie: [www.gov.pl/web/gov/uzyskaj-numer-pesel-dla-cudzoziemcow](http://www.gov.pl/web/gov/uzyskaj-numer-pesel-dla-cudzoziemcow)

- |   |                                      |
|---|--------------------------------------|
| 0. Numer PESEL mają tylko polscy obywatele.                           | P <input checked="" type="radio"/> N |
| 1. Patrząc na PESEL, zwykle wiemy, ile lat ma dana osoba.             | P <input type="radio"/> N            |
| 2. Przedostatnią cyfrą PESEL-u nie może być 2.                        | P <input type="radio"/> N            |
| 3. Do uzyskania numeru PESEL potrzebny jest dowód tożsamości.         | P <input type="radio"/> N            |
| 4. Wniosek o nadanie numeru PESEL trzeba odebrać z urzędu osobiście.  | P <input type="radio"/> N            |
| 5. Musisz się przygotować na opłaty, jeśli chcesz dostać numer PESEL. | P <input type="radio"/> N            |

## UBEZPIECZENIE

Jeśli jesteś studentem obcokrajowcem w Polsce i planujesz tu być przez dłuższy czas (semestr, rok, kilka lat), warto, żebyś zadbał o ubezpieczenie zdrowotne, które zagwarantuje bezpłatną opiekę medyczną nie tylko jeśli chodzi o darmowe wizyty u lekarza pierwszego kontaktu i specjalisty, ale – co o wiele ważniejsze – także w zakresie zabiegów i operacji, które trzeba przeprowadzać w szpitalu (chodzi oczywiście o sytuacje nagłe i zagrażające życiu, a nie na przykład zabiegi medycyny estetycznej 😊). Nagłe zabiegi bez ubezpieczenia mogą bowiem być bardzo, bardzo drogie, więc lepiej nie ryzykować takich sytuacji, szczególnie jeśli jest się za granicą. Rozsądnym rozwiązaniem dla studenta jest wykupienie **dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego** w instytucji zwanej **Narodowym Funduszem Zdrowia (NFZ)**.

W Toruniu oddział NFZ-etu znajduje się na ul. Szosa Chełmińska 30 i jest otwarty od poniedziałku do piątku od 8:00 do 16:00. Umowy w sprawie dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego podpisuje się na I piętrze.

Żeby podpisać taką umowę, trzeba najpierw pójść do dziekanatu na uniwersytecie (dotyczy studentów) lub do jednostki organizującej kurs języka polskiego (dotyczy uczestników kursów) i poprosić o zaświadczenie, że jest się studentem lub że bierze się udział w kursie. Z tym dokumentem, paszportem i numerem PESEL można już iść do NFZ-etu i podpisać umowę o dobrowolne ubezpieczenie zdrowotne. Dla studentów i uczestników kursów języka polskiego (zwykłych i przygotowawczych do podjęcia studiów w języku polskim) samo podpisanie umowy jest bezpłatne. Więcej informacji na ten temat znajdziesz tu: [www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/zalatw-sprawie-krok-po-kroku/jak-ubezpieczyc-sie-dobrowolnie/](http://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/zalatw-sprawie-krok-po-kroku/jak-ubezpieczyc-sie-dobrowolnie/).

Z podpisaną w NFZ-ecie umową, paszportem i PESEL-em trzeba iść do oddziału **Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (ZUS)**. Od momentu podpisania umowy masz na to maksymalnie 7 dni. W Toruniu ZUS znajduje się na ul. Mickiewicza 33/39. Jest otwarty w poniedziałki od 8:00 do 18:00, od wtorku do piątku od 8:00 do 15:00. W weekendy jest nieczynny. Trzeba wejść głównym wejściem do dużej sali, poszukać automatu/biletomatu i pobrać odpowiedni numer (w razie problemów można poprosić o pomoc ochroniarza lub osobę przy stanowisku INFORMACJA). Z numerkiem czekamy na swoją kolej – w głównej sali głośno są wzywane kolejne osoby (wyczytywane są ich numery) i podaje się informację, do którego stanowiska (czyli pokoju/okienka) należy podejść. Podczas oczekiwania na swoją kolej warto rozejrzeć się dokoła, żeby się

zorientować, gdzie znajdują się kolejne stanowiska. Kiedy już zostanie wyczytany nasz numer, trzeba podejść do właściwego stanowiska, wyjaśnić, że przyszło się w sprawie dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego, pokazać umowę z NFZ-etu i wypełniony wniosek ZUS ZZA (możesz go pobrać tu: [www.zus.pl/documents/10182/18428/zza.pdf/f3ca3c7f-f406-45b5-ab17-b62fb92ef534](http://www.zus.pl/documents/10182/18428/zza.pdf/f3ca3c7f-f406-45b5-ab17-b62fb92ef534) lub wypełnić w ZUS-ie na miejscu – poproś o niego w INFORMACJI). Pracownik ZUS-u pomoże ci dopełnić formalności. Na koniec dostaniesz indywidualny numer konta bankowego, na który co miesiąc będziesz musiał wpłacać składkę zdrowotną (o jej wysokości poinformuje cię urzędnik, obecnie jest to około 60 zł miesięcznie). Od momentu podpisania umowy tak długo, jak długo jesteś studentem/kursantem i opłacasz składki terminowo, jesteś ubezpieczony i możesz za darmo korzystać z usług publicznej służby zdrowia. Ubezpieczenie się skończy, kiedy rozwiążesz umowę w NFZ-ecie lub przestaniesz opłacać składki w ZUS-ie.

II. Na wielu dokumentach urzędowych pojawiają się informacje drobnym drukiem, warto je rozumieć. Połącz części informacji, a następnie dopasuj je do objaśnień.

- |                                       |    |                                     |
|---------------------------------------|----|-------------------------------------|
| zaznaczyć                             | 1. | A. właściwe                         |
| niepotrzebne                          | 2. | B. został nadany                    |
| nie dotyczy                           | 3. | C. jest inny niż adres zamieszkania |
| wpisać, jeśli adres do korespondencji | 4. | D. skreślić                         |
| PESEL podaje się, o ile               | 5. | E. osób, które...                   |

- a. Jeśli nie masz tego numeru, nie martw się, nie musisz go wpisywać.
- b. czyli wybierz
- c. ~~ABC~~
- d. Ludzie, o których dalej mowa, nie muszą interesować się tą częścią wniosku.
- e. Nie musisz wypełniać tych pól dwa razy, jeśli mieszkasz tam, gdzie chcesz, żeby przysyłano do ciebie listy z urzędu.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
| A |   |   |   |   |
| b |   |   |   |   |

III. Obejrzyj wniosek o objęcie dobrowolnym ubezpieczeniem zdrowotnym, jaki składa się w NFZ-ecie ([www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/zalattw-sprawe-krok-po-kroku/jak-ubezpieczyc-sie-dobrowolnie/](http://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/zalattw-sprawe-krok-po-kroku/jak-ubezpieczyc-sie-dobrowolnie/)) i na jego podstawie dopasuj pytania klienta do odpowiedzi urzędnika.

1. Czy mogę pisać ołówkiem?  
Nie mam pióra.

A. Kto (jaka instytucja) w pana kraju dała panu paszport? W dokumencie musi pan mieć taką informację. Proszę sprawdzić.

2. Co to znaczy „wydany przez”?

B. Jeśli mieszka pan w akademiku, może być adres w Polsce.

3. Zgłaszani członkowie rodziny???

C. Tak, tu proszę przekreślić, że „okres, w którym nie podlegałem/łam ubezpieczeniu zdrowotnemu wynosi mniej niż 3 miesiące / wynosi ..... miesiące”. Skoro jest pan studentem obco-krajowcem, ta część pana nie dotyczy.

4. Czy mam coś jeszcze zaznaczyć?

D. Trochę za dużo tego, żeby kreślić. Wyrzucimy to. Zaraz panu wydrukuję nowy wniosek. I proszę pamiętać, żeby pisać drukowanymi literami.

5. Mam tu wpisać adres białoruski czy toruński?

E. Jeśli chce pan umowę tylko dla siebie, a nie na przykład dla żony czy swojego dziecka, proszę tu nic nie wpisywać.

6. A podpis?

F. Niestety nie. Tu jest długopis, proszę.

7. Po rosyjsku?

G. Oj, nie. Tak jak w paszporcie, bo nikt w urzędzie tego potem nie przeczyta.

8. Ojej, pomyliłem się i zacząłem pisać małymi literami.

H. Niech pan wpisze swoje imię i nazwisko po prostu. 😊

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|   |   |   | C |   |   |   |   |

IV. Obejrzyj druk ZZA ([www.zus.pl/documents/10182/18428/zza.pdf/f3ca3c7f-f406-45b5-ab17-b62fb92ef534](http://www.zus.pl/documents/10182/18428/zza.pdf/f3ca3c7f-f406-45b5-ab17-b62fb92ef534)), który składa się w ZUS-ie, żeby się ubezpieczyć zdrowotnie (dobrowolnie), i wybierz właściwą odpowiedź.

0. Drukowane litery to

A. a b c d

**B. A B C D**

1. Jeśli wypełniasz wniosek ZZA po raz pierwszy (zgłaszasz się jako płatnik składek), zaznaczasz kolumnę:

A. Zgłoszenie do ubezpieczenia zdrowotnego.

B. Zgłoszenie zmiany/korekty danych.

2. Student obcokrajowiec ma (i może we wniosku podać):

A. PESEL, serię i numer dowodu osobistego, NIP (numer identyfikacji podatkowej), REGON (numer, który nadaje Urząd Statystyczny – mają go instytucje i osoby prowadzące biznes), imię i nazwisko.

B. PESEL (jeśli go wcześniej uzyskał), serię i numer paszportu, swoje imię i nazwisko, datę urodzenia (najpierw dzień, potem miesiąc, potem rok).

3. Obywatelstwo to

A. informacja z paszportu o tym, z jakiego kraju się jest.

B. informacja o tym, skąd pochodzą nasi rodzice.

4. Nazwisko rodowe to

A. popularne nazwisko w naszym kraju.

B. nazwisko zamieszczone w naszym akcie urodzenia. Można je zmienić, na przykład robią to niektóre kobiety, kiedy wychodzą za mąż.

5. Każdy ma drugie imię.

A. Tak.

B. Nie.

6. W rubryce PŁEĆ

A. zaznacza się K[obieta] lub M[ężczyzna].

B. informacje podają tylko mężczyźni.

7. Wybrane kody poszczególnych oddziałów NFZ to: 15R (Wielkopolski Oddział Wojewódzki NFZ), 07R (Mazowiecki Oddział Wojewódzki NFZ), 02R (Kujawsko-Pomorski Oddział Wojewódzki NFZ). Zatem kod dla NFZ-etu w Toruniu to

A. 07R.

B. 02R.

8. Stałe miejsce pobytu to

A. adres Twojego domu w Twoim kraju.

B. adres akademika, w którym mieszkasz, kiedy studiujesz w Polsce.

9. Adres do korespondencji to

A. adres, pod który chcesz, żeby urząd wysyłał do Ciebie listy.

B. adres, z którego Ty będziesz wysyłać listy do urzędu.

10. Adres poczty elektronicznej to

→ A. miejsce na portierni w akademiku,  
gdzie odbierasz swoją pocztę.

→ B. e-mail.

11. Jeśli wypełniasz wniosek ZZA dla siebie, jesteś i płatnikiem składek, i osobą zgłaszaną do ubezpieczenia (czyli podpisujesz się na wniosku w dwóch miejscach).

→ A. Tak.

→ B. Nie.

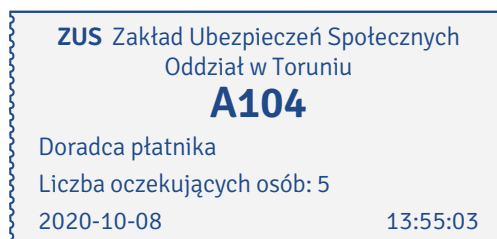
Pamiętaj! Kiedy wypełniasz druk ZZA, pola różowe wypełnia za ciebie pracownik ZUS-u, a nie ty (ty wypełniasz pola białe). Jeśli coś jest dla ciebie niezrozumiałe, lepiej nic nie wpisuj, tylko zapytaj o to, kiedy podejdziesz do stanowiska. Pola takie jak SKRYTKA POCZTOWA, DZIELNICA, SYMBOL PAŃSTWA mogą pozostać puste, nie warto tego szukać. Podpisuj wnioski w transliteracji, tak jak masz wpisane imię i nazwisko w paszporcie, nie w swoim rodzimym języku, zwłaszcza kiedy posługujesz się innym alfabetem (np. arabskim, cyrylicą, znakami języków azjatyckich), inaczej polski pracownik urzędu nie będzie mógł ich przeczytać.

V. Na rysunkach przedstawiających biletomat w ZUS-ie zaznacz, które pola wybierzesz, jeśli przychodzisz w sprawie dobrowolnego ubezpieczenia zdrowotnego i chcesz wydrukować bilet.



VI. Popatrz na bilet z automatu w ZUS-ie i zaznacz informację dotyczącą osoby, która go wydrukowała.

1. A jeden zero cztery – proszę odejść od stanowiska numer 5.
2. A sto cztery – proszę podejść do stanowiska numer 11.
3. Uwaga! Dwadzieścia dwadzieścia dziesięć zero osiem – proszę podejść do stanowiska numer 13.





## APTEKI, PRZYCHODNIE, SZPITALE

Gdy czujemy się źle i wydaje się nam, że zaczynamy chorować, powinniśmy sobie pomóc (czyli na przykład poszukać lekarza), ale trzeba to robić rozsądnie. Nie każda sytuacja jest bardzo niebezpieczna, nie zawsze trzeba reagować natychmiast.

W sytuacjach zwykłego przeziębienia, lekkich urazów (siniaki, krwiaki, obrzęki), niewielkich bólów brzucha (których przyczyny są nam znane, jak np. miesiączka, stres, zła dieta) czy niezbyt poważnych reakcji alergicznych, zwłaszcza takich, które nie zdarzają się nam pierwszy raz w życiu, często wystarczy wizyta w aptece, rozmowa z farmaceutą i kupienie leków bez recepty.

**Apteki** w Polsce działają zwykle od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00–20:00/21:00, w soboty od 8:00 do 16:00, w niedziele i święta są zamknięte. Ale w każdym mieście wyznaczona jest apteka, która pełni dyżur nocny (całodobowa, działa 24 h). Jest otwarta zawsze. W Toruniu to na przykład apteka św. Faustyny. Znajduje się ona na ul. św. Faustyny 14 (blisko kościoła pw. Miłosierdzia Bożego i św. Siostry Faustyny na osiedlu Koniuchy).

Warto wiedzieć, że podstawowe leki na ból, gorączkę czy przeziębienie można też kupić w zwykłym sklepie spożywczym przy kasie (Polomarket, Biedronka, Lidl, Kaufland, Aldi) lub w Rossmannie.

Obecnie lekarze mogą też wystawiać e-recepty, czyli recepty elektroniczne (szczególnie gdy chodzi o leki, które przyjmuje się na stałe, lub kiedy zamiast zwykłej wizyty lekarskiej korzysta się z teleporady – nie spotykamy się z lekarzem osobiście, tylko telefonicznie rozmawiamy o swoim zdrowiu). Jeśli wiemy, że lekarz taką e-receptę dla nas wystawił, trzeba zadzwonić do przychodni i poprosić o specjalny kod, który następnie podajemy w aptece, żeby kupić lek. Często taki kod otrzymujemy mailowo lub SMS-em.

Jeśli jednak uznamy, że wizyta u lekarza jest wskazana, należy zadzwonić lub iść do tej **przychodni lekarskiej**, do której wcześniej się zapisaliśmy, i poprosić o umówienie wizyty u lekarza. Uwaga: jeśli bardzo nam zależy, by dostać się do lekarza tego samego dnia, lepiej iść osobiście do przychodni, a nie telefonować, bo często – zwłaszcza rano – jest problem z dodzwonieniem się (jeżeli wielu pacjentów chce się umówić na wizytę i wszyscy dzwonią w tym samym czasie). Trzeba się też liczyć z tym, że lekarze w danej przychodni przyjmują dziennie określoną liczbę pacjentów i mogą odmówić przyjęcia osoby, która jest ponad limit (wtedy doradzą wizytę na przykład następnego dnia). Warto jednak próbować rozmawiać i negocjować, bo często zdarza się, że lekarz – mimo że formalnie nie ma już wolnych miejsc – zgadza się przyjąć pacjenta.

Kiedy umawiamy się na wizytę lekarską, pracownicy rejestracji zwykle sprawdzają, czy mamy wykupione ważne ubezpieczenie zdrowotne w NFZ. Właściwie nie trzeba mieć do tego specjalnych

dokumentów, bo w rejestracji można to sprawdzić w systemie elektronicznym eWUŚ (Elektronicznej Weryfikacji Upoważnień Świadczeniobiorców). Uwaga! Zdarza się, że jesteśmy ubezpieczeni, ale system tego „nie widzi”. Jeżeli jesteśmy pewni na sto procent, że ubezpieczenie mamy, wystarczy poprosić o specjalne oświadczenie, że jest się ubezpieczonym, i podpisać je swoim imieniem i nazwiskiem. Trzeba pamiętać, że składanie nieprawdziwych oświadczeń jest karalne.

Do swojej przychodni można również zadzwonić i poprosić o wizytę domową. Ale uwaga – robi się to tylko w bardzo uzasadnionych przypadkach! To znaczy kiedy ktoś czuje się naprawdę fatalnie, tak że nie jest w stanie sam przyjść czy przyjechać do przychodni (nawet taksówką) i nie może liczyć na pomoc innych (rodziny, kolegów czy koleżanek). To raczej rozwiązanie dla małych dzieci i osób starszych.

W każdej przychodni może być inny system umawiania pacjentów: czasami są to numerki (1, 2, 3, 4...), które pacjenci dostają do ręki, czasami umawiani są oni na konkretną godzinę, średnio co 15 minut, a czasami obowiązuje po prostu kolejność przychodzenia, czyli „kto pierwszy, ten lepszy”. Przed drzwiami gabinetu trzeba po prostu zapytać: „Kto z państwa ostatni?” lub ustalić „Mam numer 5, kto z państwa ma 4?”, „Mam wizytę na 16:00. Kto z państwa ma wizytę o 15:45?”. Warto być czujnym, bo nie wszyscy są uczciwi, nie zawsze chcą cierpliwie poczekać i czasami... kłamią ☺.

Przychodnie w Polsce działają zwykle od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00–18:00 (informacja o godzinach pracy przychodni wisi na drzwiach wejściowych). Zawsze też działa tzw. nocna i świąteczna opieka zdrowotna, czyli przychodnia (lub miejsce przy szpitalu), w którym dyżurują lekarze późnym popołudniem, wieczorem i w nocy – od poniedziałku do piątku po godzinie 18:00 oraz przez całą dobę w weekendy i w święta. W Toruniu są dwa takie miejsca. Dla osób, które mieszkają po prawej stronie Wisły (więc także dla wszystkich mieszkających w domach studenckich):

- dla dzieci i osób niepełnoletnich taki dyżur jest przy Izbie Przyjęć Szpitala Specjalistycznego dla Dzieci i Dorosłych przy ul. Konstytucji 3 Maja 42,
- dla dorosłych w Miejskiej Przychodni Specjalistycznej (tzw. Przychodnia Uniwersytecka) na ul. Uniwersyteckiej 17 (blisko centrum, za Muzeum i Parkiem Etnograficznym). Jeżeli zgłosi się tu osoba, która ma 17 lat, nie powinno być większych problemów (choć niektórzy lekarze mogą pytać o obecność rodzica lub pełnoletniego opiekuna prawnego).

Dla osób, które mieszkają po lewej stronie Wisły (po tej stronie, gdzie jest Dworzec Główny PKP) – i dla niepełnoletnich, i dla dorosłych – dyżur nocny pełni Specjalistyczna Przychodnia Medycyny Rodzinnej Rudak-Med na ul. Podgórskiej 24A.

Czasami jest tak, że czujemy się źle, chcemy pójść do lekarza, ale nasza przychodnia lekarska jest bardzo daleko (bo na przykład wyjechaliśmy na wakacje do innego miasta) lub jeszcze nie

wybraliśmy przychodni i nie jesteśmy nigdzie zapisani. Można wtedy pójść do najbliższej przychodni lekarskiej, wyjaśnić, na czym polega problem, i poprosić o tzw. wizytę jednorazową w nagłym przypadku. Jeżeli mamy ubezpieczenie NFZ, nie powinno być z tym problemów.

Oczywiście w sytuacjach nagłych i niebezpiecznych musimy zadzwonić po karetkę, która zawiezie nas do szpitala, lub samemu tam pojechać (udajemy się wówczas na SOR, czyli szpitalny oddział ratunkowy). Pamiętajmy jednak, że powinno być to uzasadnione, czyli naprawdę konieczne. Do takich sytuacji zaliczamy: groźne wypadki, zaburzenia świadomości (gdy ktoś nie wie, jak się nazywa, gdzie się znajduje, gdzie uczy, jaki jest dzień tygodnia itd.), utratę przytomności (gdy nie ma z pacjentem kontaktu), drgawki (gdy ciało się trzęsie jak ręce zestresowanego człowieka), silny ból w klatce piersiowej, nieregularny rytm serca, duszność, silny ból brzucha, intensywne wymioty z krwią, silny krwotok. Telefon, pod który dzwonimy w takich sytuacjach, to albo 999, albo 112. Trzeba powiedzieć krótko, co się stało, podać imię i nazwisko osoby, która potrzebuje pomocy (oraz swoje) i adres. Czasami dyspozytor z pogotowia odmówi wystania karetki (jeżeli z opisu sytuacji będzie wynikało, że nie dzieje się nic bezpośrednio zagrażającego życiu) i doradzi wizytę w przychodni lub wizytę domową. Trzeba się też liczyć z tym, że jeżeli pojedziemy na SOR, a na izbie przyjęć uznają, że nie dzieje się nic, co wymaga natychmiastowej reakcji lekarza (np. operacji), będziemy musieli czekać na konsultację w długiej kolejce, czasami przez kilka godzin.

## ciekawostki



W Polsce osoby, które stanowczo nadużyły alkoholu, są zwyczajnie bardzo pijane (prawo mówi o tych, którzy mają ponad 0,5 promila alkoholu we krwi) i z tego powodu zachowują się agresywnie, nieprzyzwoicie lub po prostu są zagrożeniem dla samych siebie, mogą zostać siłą odprowadzone przez policję (lub straż miejską) na **izbę wytrzeźwień** (to rodzaj szpitala, gdzie przeprowadza się detoksykację). Nikt takich osób nie musi pytać o zgodę w sprawie tego, czy chcą tam trafić (i nikt tego nie robi).

W Toruniu izba wytrzeźwień mieści się na ul. Kasztanowej 16. Pobyt w niej trwa maksymalnie 24 h i jest płatny dla każdego, niezależnie od posiadanych – lub nie – ubezpieczeń; doba kosztuje około 320 zł (dopóki nie ureguluje się opłaty, nie można odebrać swoich rzeczy). Raczej nie jest to przyjemne doświadczenie (pracownikom izby – o ile to konieczne – wolno stosować siłę, przywiązywać pacjentów do łóżek, zakładać im kaftany bezpieczeństwa), dlatego zaleca się dbanie o wysoką kulturę spożywania napojów alkoholowych i nieryzykowanie podobnych wspomnień z pobytu w Polsce.

VII. Na podstawie informacji o służbie zdrowia w Polsce zdecyduj, co robić: kupić leki bez recepty w aptece, obserwować siebie i zostać w domu, iść do lekarza do przychodni czy jechać na SOR do szpitala lub wzywać karetkę? Wpisz numer sytuacji w odpowiednie miejsce.

| apteka + dom | przychodnia | szpital |
|--------------|-------------|---------|
| 1, .....     | .....       | .....   |
| .....        | .....       | .....   |

1. Miałeś wypadek na rowerze, starteś skórę na kolanie, leci ci krew.
2. Nagle poczułeś silny ból brzucha.
3. Nie możesz oddychać, słabo ci, źle widzisz.
4. Kolega z akademika ma drgawki, wiesz, że jest diabetykiem.
5. Ktoś na ulicy przewrócił się, nie wstaje i nie ma z nim kontaktu.
6. Od rana jest ci niedobrze, ciągle wymiotujesz, nie widziałeś krwi.
7. Koleżanka jest senna i jakby nie rozumie twoich prostych pytań, chociaż wiesz, że je słyszy.  
Zachowuje się nielogicznie.
8. Sąsiad spadł ze schodów, chyba złamał rękę.
9. Znajomemu bardzo leci krew z nosa, nie udaje się jej zatamować.
10. Od trzech dni kichasz, kaszlesz i masz katar. Temperatura – 37 stopni.
11. Współlokator ma migrenę.
12. Oparzyłeś się gorącą zupą. Ręka jest czerwona, bardzo boli. Robi się pęcherz.
13. Zjedliście pikantną potrawę w restauracji i teraz macie zgagę.
14. Trudno ci oddychać, bo jest duszny, gorący, burzowy dzień.
15. Kołacze ci serce.
16. Współlokator ma temperaturę 39,9 stopni. Mówi, że jest mu na zmianę zimno i gorąco.  
Ma dreszcze. Chwilami majaczy (mówi bez sensu o rzeczach, których nie ma).
17. Zrobiliście ze znajomymi piknik w parku, ale chyba za długo się opalaliście i teraz wasze twarze, szyje, kark i ramiona są bardzo czerwone i bolą.
18. Ktoś jest pijany, idzie nierówno, mówi bez sensu i niewyraźnie.
19. Koleżankę boli brzuch. Powiedziała, że ma miesiączkę.
20. Ciocię użądliła pszczoła i teraz bardzo puchnie jej ręka – jest dużo większa niż zwykle i boli.
21. Koledze jest słabo, bo nie zjadł dziś śniadania i ma za chwilę ważny egzamin.
22. Turysta spadł z hulajnogi, ma siniaka na udzie.
23. Masz wzdęty brzuch.
24. Kolegę boli głowa.

- 25. Twoja współlokatorka ma wysypkę na plecach. Nie boli, ale swędzi.
- 26. Masz dziś gorączkę 38 stopni.
- 27. Koleżankę bardzo boli ząb.
- 28. Jankowi jest niedobrze, bo za dużo zjadł i popił wszystko colą.
- 29. Twoje oczy są czerwone i pieką, bo za długo siedziałaś przy komputerze.
- 30. Anię wieczorem rozboliło ucho.

VIII. Uzupełnij dialog między rejestratorką a Vladislavem, który chce się zapisać do przychodni lekarskiej. Uwaga! Cztery słowa są niepotrzebne.

dokumentacji dzieje instytucji historia lekarki ~~obcokrajowcem~~ pielęgniarka  
 podać położnej przedstawicielu przychodni przyjść umowę umówić zmienić

**Vladislav:** Dzień dobry. Chciałbym się zapisać do państwa przychodni. Studiuje na UMK, jestem <sup>0</sup>...*obcokrajowcem*....

**Rejestratorka:** Ma pan PESEL?

**Vladislav:** Tak, od przedwczoraj.

**Rejestratorka:** To proszę <sup>1</sup>.....

**Vladislav:** 99060712455.

**Rejestratorka:** Sprawdźmy, czy jest pan ubezpieczony w NFZ-ecie.

**Vladislav:** Jestem, mogę pokazać <sup>2</sup>....., dzisiaj ją podpisałem. I w ZUS-ie też już byłem.

**Rejestratorka:** To dziwne, system eWUŚ pana nie widzi. Ale to nie szkodzi, być może pana dane nie zostały jeszcze wprowadzone. Skoro ma pan umowę, to poproszę, by podpisał pan oświadczenie, że jest pan ubezpieczony. To wystarczy.

**Vladislav:** Gdzie mam podpisać?

**Rejestratorka:** O tutaj. I jeszcze niech pan wpisze „Toruń” i dzisiejszą datę.

**Vladislav:** Już.

**Rejestratorka:** Dziękuję. Teraz wydrukuję panu dwie deklaracje: wyboru lekarza pierwszego kontaktu i wyboru pielęgniarki. Dla kobiet mamy jeszcze deklarację wyboru <sup>3</sup>....., ale pana to nie dotyczy.

**Vladislav:** Co mam tu wypełnić?

**Rejestratorka:** Proszę pamiętać, że jest pan świadczeniobiorcą, czyli klientem, mówiąc po ludzku, a więc wpisuje pan swoje dane w części DANE DOTYCZĄCE ŚWIADCZENIOBIORCY: swoje imię, nazwisko, PESEL, adres zamieszkania, telefon. Ma pan skończone 18 lat, więc nie musi pan wypełniać części o <sup>4</sup>..... ustawowym, czyli rodzicu lub opiekunie prawnym, bo zgodnie z prawem sam pan może o sobie decydo-

wać i sam podpisywać swoje dokumenty. DANE ŚWIADCZENIODAWCY, czyli naszej przychodni wprowadzę sama, DANE LEKARZA POZ też wpiszę sama, bo w tej chwili wolne miejsca są już tylko do pani doktor Anny Kowalskiej. To bardzo dobry lekarz, proszę się nie martwić. Zresztą, proszę pamiętać, że gdyby z jakiegoś powodu nie był pan zadowolony z pani doktor, ma pan prawo <sup>5</sup>..... lekarza. Pierwsza zmiana w danym roku jest bezpłatna, trzeba po prostu od nowa wypełnić te dokumenty i wpisać nazwisko innego lekarza, kolejne zmiany w tym samym roku są już płatne. Z deklaracją wyboru pielęgniarki robi pan tak samo.

**Vladislav:** Rozumiem, to już wpisuję swoje dane.

**Rejestratorka:** Proszę podpisać deklaracje w tych miejscach.

**Vladislav:** Wypełnione, podpisane, proszę.

**Rejestratorka:** Świetnie. Te deklaracje zostają u mnie, tu daję panu karteczkę z nazwiskami lekarza i pielęgniarki, których pan wybrał: doktor Kowalska i <sup>6</sup>..... Magdalena Nowak. Gdyby była taka sytuacja, że będzie pan chciał zobaczyć się z lekarzem lub z pielęgniarką, ale akurat nie będzie ani doktor Kowalskiej, ani pani Magdaleny, to nie ma problemu. W <sup>7</sup>..... codziennie przyjmuje jakiś lekarz i pielęgniarki – zawsze ktoś pana przyjmie.

**Vladislav:** Dobrze, czy to już wszystko?

**Rejestratorka:** Nie, muszę jeszcze założyć panu kartę pacjenta, czyli taki dokument, do którego lekarz przy każdej wizycie będzie wpisywał, na co pan zachorował i jakie lekarstwa pan dostał. To taka <sup>8</sup>..... chorób. Muszę jeszcze raz wpisać pana dane. Poproszę pana paszport, jeśli ma go pan przy sobie, bo nie chcę zrobić błędu w nazwisku. Dobrze, imię, nazwisko mamy. To adres zamieszkania jeszcze raz poproszę i telefon do pana.

**Vladislav:** Dom Studencki nr 3, ul. Moniuszki 16/20, Toruń. Telefon 56 789 05 01.

**Rejestratorka:** Czy chce pan kogoś upoważnić do wglądu do pana <sup>9</sup>..... medycznej, odbioru recept czy wyników badań?

**Vladislav:** Nie, chyba nie.

**Rejestratorka:** Gdyby pan zmienił zdanie, możemy to później uzupełnić. Proszę tylko pamiętać, że musi to być osoba pełnoletnia.

**Vladislav:** Rozumiem.

**Rejestratorka:** Dobrze, mam wszystko. Tu jest numer telefonu do naszej przychodni. Jeśli będzie się pan chciał <sup>10</sup>..... na wizytę, proszę dzwonić. To wszystko z mojej strony. Dziękuję.

**Vladislav:** Dziękuję pani bardzo, była pani bardzo pomocna. Do widzenia.

**Rejestratorka:** Do widzenia.

IX. Co się dzieje za drzwiami z takim napisem? Dopasuj nazwę miejsca do opisu sytuacji.

W przychodni lekarskiej

1. REJESTRACJA
2. LABORATORIUM
3. GABINET ZABIEGOWY
4. RTG
5. USG
6. PORADNIA K
7. TOALETA DLA PERSONELU
8. TOALETA DLA PACJENTÓW
9. LEKARZ MEDYCYNY PRACY
10. FIZJOTERAPIA

- A. Tu chirurg lub lekarz rodzinny robi małe, niezbyt poważne operacje (np. usuwa znamiona, szyje ranę, zakłada gips).
- B. Tu pracownik robi badania, które udowodnią szefowi, że jest zdrowy i może normalnie pracować.
- C. Inaczej gabinet ginekologiczno-położniczy. Miejsce, gdzie przychodzą tylko kobiety: i te, które chcą być w ciąży (już w niej są) i mieć dziecko, i te, które wcale o tym nie marzą, ale chcą być po prostu zdrowe (robią badania kontrolne, rozmawiają z lekarzem o hormonach czy antykoncepcji).
- D. Tu wykonuje się zabiegi masażu oraz pomaga w profesjonalnych ćwiczeniach osobom, które miały wypadek i nie mogą się normalnie poruszać (spacerować, chodzić, biegać, siadać, wstawać).
- E. To jakby sekretariat. Tu zapiszesz się do przychodni i założysz swoją kartę pacjenta. Tu pracownicy umówią cię na wizytę, tu zapytasz, w którym gabinecie przyjmuje lekarz, tu odbierzesz receptę, którą zamówiłeś wcześniej.
- F. Tu można zrobić zdjęcie rentgenowskie, żeby zobaczyć kości i środek ciała (np. płuca).
- G. Tu pielęgniarka pobiera krew do badania. Tu też można się zaszczepić, jeżeli lekarz wcześniej się na to zgodził. Tu wreszcie można zostawić mocz i kał do badania.
- H. Tu przychodzi lekarz, pielęgniarka, sprzątaczką, pracownik rejestracji, kiedy potrzebuje skorzystać z łazienki.
- I. Gabinet, w którym jest ultrasonograf. Dzięki niemu lekarz widzi, co jest w środku pacjenta, na przykład czy wątroba nie jest większa niż zwykle, jak rozwija się dziecko kobiety w ciąży albo czy pacjent nie ma niebezpiecznego guza.
- J. Przyszedłeś do lekarza, a zapomniałeś pójść do łazienki w domu? Idź tam!

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| E |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

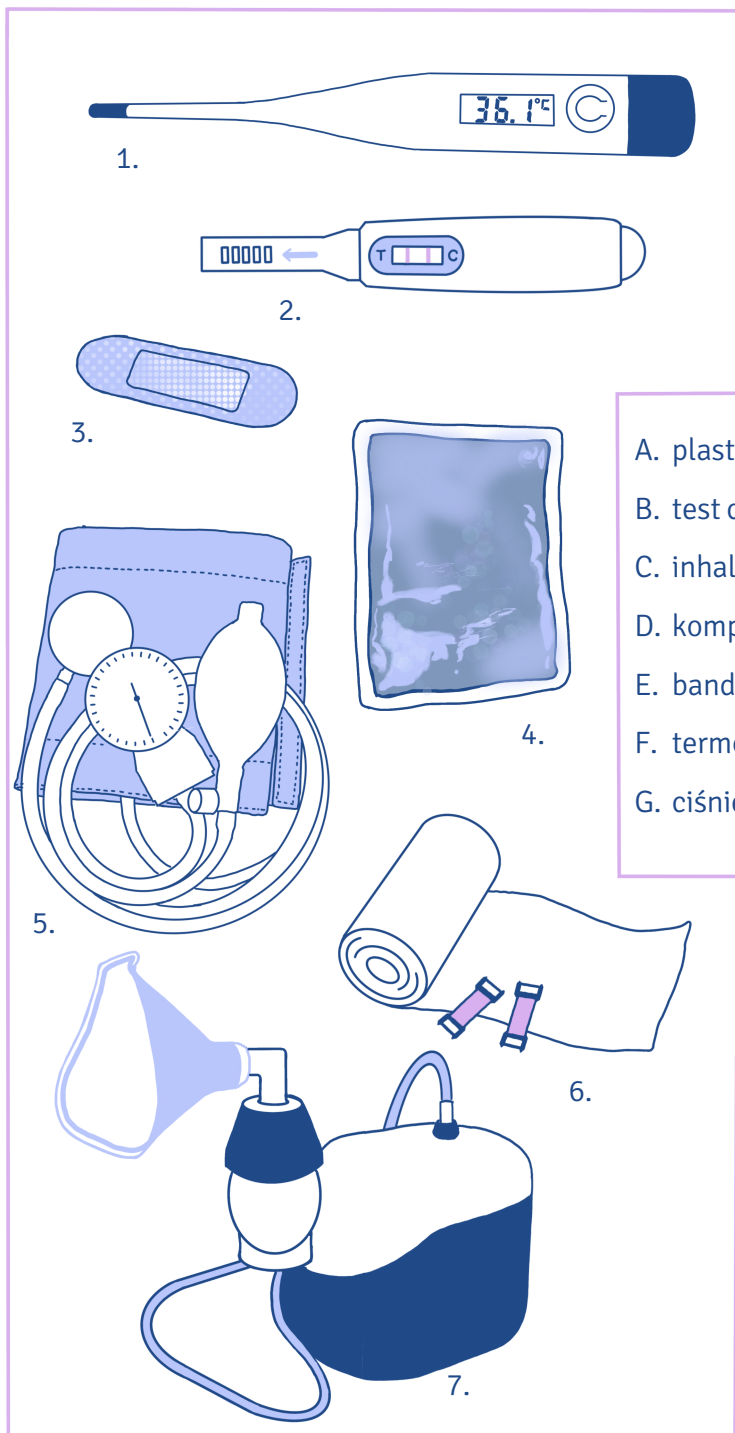
## W szpitalu

- |     |  |   |
|-----|--|---|
| 1.  | SZATNIA  |   |
| 2.  | IZBA PRZYJĘĆ                                   | A. Miejsce, gdzie wykonuje się badanie elektrokardiograficzne serca.  |
| 3.  | SEKRETARIAT                                    | B. Okienko na izbie przyjęć, gdzie należy się zgłosić, jeżeli nie mamy skierowania do szpitala od lekarza rodzinnego, a po prostu przyszliśmy, bo bardzo źle się poczuliśmy (i to tylko nasza decyzja). |
| 4.  | POKÓJ LEKARSKI                                 | C. Miejsce pracy chirurga.  |
| 5.  | POKÓJ<br>PIELĘGNIAREK                          | D. Tu możesz zapytać pielęgniarkę na przykład o to, czy może ci dać tabletkę na ból, lub poinformować, że kroplówka się skończyła i można ją odłączyć.  |
| 6.  | SOR  | E. Szpitalny oddział ratunkowy, czyli miejsce, gdzie pacjenta przywozi karetka (ambulans) lub gdzie pacjent przychodzi sam, gdy czuje, że z jego zdrowiem jest bardzo, bardzo niedobrze.                |
| 7.  | EKG  | F. Miejsce na izbie przyjęć. Tu podchodzisz, jeśli twoja wizyta w szpitalu została wcześniej umówiona (masz skierowanie od lekarza, ustaliłeś kiedy, o której i na jaki zabieg masz przyjść).           |
| 8.  | SALA OPERACYJNA                                | G. To samo, co rejestracja w przychodni, tylko że w szpitalu. Tu można podejść i wyjaśnić, co się dzieje z tego z naszym zdrowiem, dlaczego chcemy być w szpitalu.                                      |
| 9.  | ODDZIAŁ<br>(KARDIOLOGICZNY,<br>INTERNISTYCZNY) | H. Tu można pytać o dokumentację (np. wypis ze szpitala).   |
| 10. | SALA NR (1, 2, 3...)                           | I. Część szpitala, gdzie są sale dla pacjentów z wybranym typem choroby (np. z problemami serca, wątroby, nosa i gardła).   |
| 11. | PRZYJĘCIA<br>PLANOWE                           | J. Miejsce, gdzie zostawiamy kurtkę lub płaszcz.  |
| 12. | PRZYJĘCIA<br>NIEPLANOWE                        | K. Pomieszczenie dla doktorów. Tu można zapytać lekarza o stan zdrowia pacjenta.  |
|     |  | L. Pokoje dla pacjentów, którzy muszą zostać w szpitalu na dłużej.  |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|   |   | H |   |   |   |   |   |   |    |    |    |



X. Połącz obrazek z nazwą przedstawionego na nim przedmiotu i sytuacją, w której jest on używany.



- A. plaster
- B. test ciążowy
- C. inhalator
- D. kompres
- E. bandaż
- F. termometr
- G. ciśnieniomierz

- a. Przyda się, jeśli dostaniesz lek, którego się nie je, a którym trzeba oddychać.
- b. Możesz nim owinąć krwawiącą nogę.
- c. Sprawdzisz nim, czy masz gorączkę.
- d. Przyda się, jeśli podejrzewasz, że brak miesiączki nie jest przypadkowy i ma coś wspólnego z niedawną randką.
- e. 120/60 to norma, ale bywa, że ludzie mają wyższe lub niższe. Wtedy nim można to sprawdzić.
- f. Może być zimny (jeśli trzymamy go w lodówce) lub ciepły. Przydaje się na siniaki, stłuczenia i opuchliznę.
- g. Jeśli skaleczyłeś się w palce, krojąc ogórka – przyklej go.

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| F |   |   |   |   |   |   |
| C |   |   |   |   |   |   |

## XI. Ułóż fragmenty dialogów we właściwej kolejności.

1. ...1... – Przepraszam, kto z państwa ostatni do doktor Kowalskiej?  
..... – Dobrze, dziękuję.  
..... – Dobrze, to będę za panią.  
..... – Kto z państwa ostatni do pani doktor Kowalskiej?  
...5... – Chyba ja.  
..... – Proszę zapytać z tamtej strony korytarza, bo my tu wszyscy do niej.

2. ...1... – Mam numerek 3 do gabinetu numer 6. Która z pań ma numer 2?  
..... – Ja też nie, mam 4.  
..... – Aha.  
..... – Ja nie.  
..... – Ta pani chyba wyszła na chwilę po wodę, mówiła, że zaraz wróci.

3. ...1... – Słucham?  
..... – 678 123 445, Anna Kalinowska.  
...4... – Mam duszności i kręci mi się w głowie.  
..... – Od kiedy?  
...8... – Nie, z koleżanką, jest tam.  
..... – Dobrze, proszę od pani dokument tożsamości – dowód lub paszport.  
..... – Proszę.  
..... – A co się dzieje?  
...11... – Proszę podać numer kontaktowy do osoby, którą upoważnia pani do wglądu do swojej dokumentacji medycznej i do informowania o pani stanie zdrowia.  
..... – Przyszła pani sama?  
..... – Dziękuję, zapisałam. Teraz proszę wziąć tę karteczkę i iść na EKG. Gabinet 3, pielęgniarka zaraz podejdzie. Potem z wynikiem proszę czekać na swoją kolej do lekarza pod gabinetem nr 5. Jest kolejka, to pewnie długo potrwa. Trzeba się uzbroić w cierpliwość.  
..... – Bardzo źle się czuję, chciałabym się widzieć z lekarzem.  
..... – Od rana.

4. ...1... – Dzień dobry. Co się dzieje?  
 ..... – Jestem studentką, nie pracuję. Ale tak, poproszę, miałam mieć dziś ważny egzamin, pewnie profesor będzie chciał wiedzieć, dlaczego mnie nie było.  
 ..... – Wysoką?  
 ..... – 39.  
 ...5... – Próbowала ją pani zbić?  
 ..... – Tak. Spada po ibuprofenie, ale potem znowu rośnie.  
 ..... – Mam kaszel i boli mnie głowa.  
 ..... – Jaki kaszel – suchy czy mokry?  
 ..... – Nie wiem, fatalnie się czuję, mam temperaturę.  
 ...10... – Nie wiem, nie rozróżniam. Ale bardziej w nocy i jak leżę.  
 ..... – Jakieś inne objawy?  
 ..... – Tak, ale właściwie niewielki, bardziej chodzi o to, że mam zatkany nos i nie mogę normalnie oddychać.  
 ...13... – No dobrze, proszę się rozebrać do połowy – osłucham panią. [badanie] Dziękuję, może się pani ubrać.  
 ..... – Płuca i oskrzela czyste. Jeszcze zobaczę gardło. Proszę otworzyć usta. [badanie]  
 ..... – Uhm. Katar?  
 ...16... – Dam pani receptę na syrop na kaszel, spray do gardła i paracetamol na gorączkę. Potrzebuje pani zwolnienia z pracy?  
 ..... – Lekko zaczerwienione, ale to nic poważnego. Zwykłe przeziębienie.

XII. Dopasuj typ leku do choroby lub części ciała.

~~do nosa~~    do ucha    na anginę    na ból głowy    na kaszel    na oparzenia

0. spray ..... do nosa .....
1. maść .....
2. syrop .....
3. tabletki .....
4. krople .....
5. antybiotyk .....



XIII. Dopasuj tytuły do fragmentów dialogów.

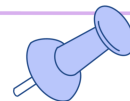
**Apteka internetowa**

**U ginekologa**

**U ortopedy**

**W gabinecie stomatologicznym**

1. ....



- Miesiączkuje pani regularnie?
- W zasadzie tak.
- Data ostatniej miesiączki?
- 12 lipca.
- Jak długo trwa?
- 5 dni.
- Pamięta pani, w jakim wieku zaczęła miesiączkować?
- Miałam 13 lat.
- Jak dawno temu robiła pani cytologię i USG piersi?
- Rok temu. Ale nie mam przy sobie wyników.
- Nie szkodzi, zrobimy nowe badanie. A sprawdzała pani poziom hormonów?
- TSH nie tak dawno, miałam skierowanie od endokrynologa. Innych nie.
- Warto je robić raz na jakiś czas, więc dam pani skierowanie na prolaktynę, progesteron, estradiol i FSH. A tymczasem zapraszam na fotel: pobiorę wymaz na cytologię, a potem zrobimy USG.



2. *Apteka internetowa* .....

- Chcę coś na łupież, a nie wiem, gdzie szukać.
- Pewnie w zakładce Zdrowe włosy. Wybierasz produkt, klikasz koszyk, wybierasz sposób dostawy. Jeśli odbierasz szampon w aptece – dostawę masz za darmo. Zapłacić możesz na miejscu w aptece.
- Dzięki!

3. ....

- Co robimy?
- Głównie chciałabym usunąć kamień nazębny.
- Dobrze. Sprawdzę tylko, czy nie ma żadnych ubytków, bo lewa górna czwórka jest trochę podejrzana. I możemy zaczynać.



4. . . . .



- Możesz stanąć na tej nodze?
- Tak, ale bardzo boli.
- A poruszaj nią w prawo i w lewo.
- Aua!
- Uhm. Trzeba zrobić prześwietlenie. Wypiszę ci skierowanie. Idź z nim do gabinetu RTG. Na korytarzu stoją wózki inwalidzkie, możesz z nich skorzystać. Ktoś z tobą przyszedł, żeby ci pomóc?
- Kolega czeka na korytarzu. A wózek niepotrzebny, wziąłem kule – powinny wystarczyć.
- Jak uważasz.

**XIV. Co usłyszymy w przychodni? Połącz zdania o tym samym znaczeniu.**

- |                                     |     |                                      |
|-------------------------------------|-----|--------------------------------------|
| Doktor Kowalski dziś nie przyjmuje. | 1.  | A. Obejrzymy, dobrze?                |
| Proszę się rozebrać.                | 2.  | B. Doktor dziś nie pracuje.          |
| Zbadam pana.                        | 3.  | C. Osłucham pana.                    |
| Doktor się spóźni, ma zabieg.       | 4.  | D. Wdech i wydech, głęboko proszę.   |
| Proszę oddychać.                    | 5.  | E. Czy to sprawia ból?               |
| Proszę siadać.                      | 6.  | F. Niech pani tu usiądzie.           |
| Proszę zakaszczyć.                  | 7.  | G. Ręce z boku.                      |
| Ręce wzdłuż siebie.                 | 8.  | H. Proszę zdjąć ubranie.             |
| Proszę się położyć na plecach.      | 9.  | I. Doktor operuje, będzie po czasie. |
| Boli?                               | 10. | J. Jak długo?                        |
| Od kiedy?                           | 11. | K. Proszę zakastać.                  |
| Mocno?                              | 12. | L. Proszę się położyć na wznak.      |
| Proszę pokazać.                     | 13. | M. Jak bardzo?                       |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| B |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |

XV. W przypadku nieskomplikowanych problemów zdrowotnych możesz kupić w aptece leki bez recepty.

Połącz informacje dotyczące dolegliwości z komunikatem do farmaceuty i fragmentem opisu leku.

Co się stało?

1. Ciągłe leci ci z nosa.

Co powiesz farmaceucie?

A. Poproszę coś na gorączkę (dla dorosłego).

Jakie informacje o leku znajdują się w ulotce?

- a. ● przy leczeniu stanów zapalnych przewodu słuchowego spowodowanych przez infekcje bakteryjne i grzybicze,
- na infekcje ucha,
- w zapaleniu ucha środkowego i zewnętrznego

2. Kaszlesz.

B. Poproszę coś na ugryzienia owadów.

- b. ● uśmierza ból,
- przeciwbólowy,
- przeciwzapalny

3. Masz gorączkę (38,5 stopnia).

C. Poproszę coś na alergię.

- c. ● udrażnia nos, ułatwia oddychanie przez nos, zmniejsza ilość wydzieliny, zmniejsza katar
- w objawowym leczeniu błony śluzowej nosa

4. Zjadłeś coś niedobrego lub zaraziłeś się wirusem i masz biegunkę.

D. Poproszę coś na chrypkę i drapanie w gardle.

- d. ● łagodzi objawy infekcji gardła, stosowany na ból gardła,
- w zapaleniach bakteryjnych i grzybiczych gardła, jamy ustnej i dziąseł,
- do stosowania w jamie ustnej i gardle w przypadku stanów zapalnych z towarzyszącym bólem, zaczerwienieniem, obrzękiem

5. Boli cię gardło, jest czerwone i spuchnięte.

E. Poproszę coś na zapalenie ucha.

- e. ● wskazane w stłuczeniach i spuchnięciach tkanek miękkich,
- ma właściwości przeciwzapalne, przeciwobrzękowe, ściągające,
- miejscowe zwalczanie bólu m.in. pleców, mięśni i stawów, w urazach mięśni i stawów,
- na drobne urazy (stłuczenia, skręcenia)

6. Kichasz, leci ci z nosa i masz wysypkę, bo jesteś na coś uczulona (drzewa, kwiaty, pies, kot, kurz itd.).

F. Poproszę coś na katar (bakteryjny).

- f. ● przeciwalergiczny,
- na katar alergiczny, na katar sienny, na pokrzywkę, swędzenie i łzawienie oczu, wyciek z nosa, swędzenie i zaczerwienienie skóry,
- łagodzi objawy alergii,
- na objawy sezonowego nieżyty nosa

7. Boli cię ucho.

G. Poproszę coś na gardło.

- g. ● łagodzi kaszel i chrypkę,
- przynosi ulgę w przypadku podrażnienia gardła,
- wspomagający w podrażnieniu gardła i strun głosowych

8. Coś cię boli (brzuch, głowa, ucho, masz migrenę).

H. Poproszę coś na oparzenie. / Poproszę coś na poparzenie słoneczne.

- h. ● do odkażania skóry,
- działa bakteriobójczo, wirusobójczo i grzybobójczo,
- do krótkich zabiegów antyseptycznych,
- przeciwdziała zakażeniom

9. Drapie cię w gardle, masz chrypkę (bo dużo i długo mówisz czy śpiewałeś lub długo siedziałeś w pomieszczeniu, gdzie było bardzo suche powietrze).

I. Poproszę coś na biegunkę.

- i. ● stosowany w przebiegu przeziębienia i grypy,
- zwalcza objawy grypopochodne,
- zmniejsza objawy przeziębienia takie jak bóle mięśniowo-stawowe, wysoka temperatura i katar

10. Spadłeś z roweru, starteś sobie skórę na łokciach i kolanach, masz siniaki.

J. Poproszę coś na kaszel.

- j. ● przeciwświądowy, przeciwuczuleniowy,
- na ukąszenia owadów

11. Ugryzł cię komar i to miejsce jest teraz zaczerwienione, swędzi, trochę spuchło i jest twarde.

K. Poproszę coś na stłuczenia, otarcia i siniaki.

- k. ● hamuje odruch kaszlowy,
- o działaniu przeciwkaszlowym,
- na infekcje górnych dróg oddechowych,
- rozrzedza wydzielinę w drogach oddechowych,
- ułatwia odkrztuszanie

12. Czujesz, że się przeziębiłaś lub że masz gripę.

L. Poproszę coś do dezynfekcji.

- l. • przyspiesza gojenie oparzeń i ran,
- zapewnia efekt chłodzenia,
- kojąco-regenerujący,
- łagodzący

13. Oparzyłaś się (gorącą wodą lub od słońca).

M. Poproszę coś na ból.

- m. • przeciwgorączkowy,
- zwalcza gorączkę,
- przeciwzapalny,
- obniża gorączkę

14. Skaleczyłeś się, na przykład w rękę, leci ci krew, a ręce miałeś brudne.

N. Poproszę coś na gripę i przeziębienie.

- n. • przeciwbiegunkowy,
- nawadnia, zapobiega odwodnieniu,
- uzupełnia elektrolity,
- wspomaga mikroflorę jelitową

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|
| F |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |
| c |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |

### XVI. Co najpierw, co potem? Ułóż opisy czynności w logicznej kolejności.

- zamknąć usta, otworzyć usta, powiedzieć aaa  
*otworzyć usta, powiedzieć aaa, zamknąć usta* .....
- ubrać się, rozebrać się, położyć się na kozetce  
.....
- nabrać powietrza, przytrzymać, wypuścić  
.....
- wziąć kubek z płynem, wypluć, przepłukać usta  
.....
- pokazać piętę, zdjąć skarpetkę, założyć skarpetkę  
.....
- umówić się na wizytę, wejść do gabinetu, poczekać w kolejce  
.....
- puścić dłoń/rękę/pięść, podciągnąć rękaw, podać rękę, zacisnąć dłoń/rękę/pięść  
.....
- zrobić wydech, zrobić wdech  
.....



8. iść na badanie specjalistyczne, wziąć skierowanie, wrócić do lekarza rodzinnego z wynikiem

.....

.....

9. kupić lek, iść do apteki, wziąć receptę

.....

**XVII. Czym zajmują się ci specjaliści? Dopasuj nazwę lekarza do opisu jego kompetencji.**

- |              |     |    |   |
|--------------|-----|----|---|
| kardiolog    | 1.  | A. | leczy choroby gardła, uszu i nosa                           |
| neurolog     | 2.  | B. | diagnozuje i leczy nowotwory                                |
| diabetolog   | 3.  | C. | leczy wady zgryzu, czyli ułożenia zębów                     |
| laryngolog   | 4.  | D. | przeprowadza operacje                                       |
| onkolog      | 5.  | E. | zajmuje się układem nerwowym pacjenta                       |
| reumatolog   | 6.  | F. | pomaga w powrocie do formy fizycznej na przykład po wypadku |
| okulista     | 7.  | G. | zajmuje się leczeniem cukrzycy                              |
| ortodonta    | 8.  | H. | zajmuje się chorobami oczu                                  |
| rehabilitant | 9.  | I. | leczy zęby  |
| chirurg      | 10. | J. | zajmuje się leczeniem chorób sercowych                      |
| stomatolog   | 11. | K. | leczy choroby stawów  |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
|   | E |   |   |   |   |   |   |   |    |    |

**XVIII. Do kogo pójdziesz z takim problemem? Wpisz nazwę lekarza.**

0. Z bolącym, spuchniętym dziąsłem pójdziesz do ... *dentysty*... / ... *stomatologa*...
1. Z problemami z sercem pójdziesz do .....
2. Ze skręconą kostką pójdziesz do .....
3. By upewnić się, że jesteś / nie jesteś w ciąży, pójdziesz do .....
4. By porozmawiać o trądziku, pójdziesz do .....
5. Gdy podejrzewasz u siebie zapalenie płuc, idziesz do .....
6. Jeśli chcesz sprawdzić, czy twoje nerki dobrze pracują, idziesz do .....
7. Gdy masz problem z kolanem, idziesz do .....
8. .... usunie ci niechciane znamię, pieprzyk, brodawkę.
9. .... zajmie się twoją kurczawką.

XIX. Jak nazywa się ten ból? Dopasuj czasowniki nazywające rodzaj bólu do kontekstu.

ćmi                      kłuje                      piecze                      rwie                      szczypie

0. Zepsuty ząb ... rwie...
1. Oparzenie gorącym olejem .....
2. Głowa mi .....
3. Jeśli szybko biegamy i mamy kolkę, ..... nas w boku.
4. Polanie świeżej rany środkiem dezynfekującym .....

XX. O czym informują te napisy? Dopasuj komunikaty do ich objaśnień.

1. Zanim się wejdzie do gabinetu lekarza, trzeba poczekać, aż doktor zawoła i zaprosi do środka.
2. Aktualnie lekarz nie przyjmuje, bo przebywa na wakacjach.
3. Lekarz się rozchorował i nie będzie u niego wizyt.
4. Na badanie trzeba przyjść rano. Nie wolno przed nim nic jeść.
5. Nie można wchodzić do środka, bo lekarz kogoś operuje.
6. Papierosy są w tym miejscu zakazane.
7. Trzeba zachować dystans między osobami, by zapewnić dyskrecję.
8. Musisz umyć dłonie w specjalnym płynie, by nie było na nich bakterii ani wirusów.

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|   | C |   |   |   |   |   |   |

XXI. Zdarza się, że kiedy idziemy do lekarza lub na umówiony zabieg, musimy wypełnić ankietę dotyczącą naszego zdrowia. Poniżej jest przykład takiej ankiety oraz opisy sytuacji zdrowotnej Agnieszki i Kevina. Jak tych dwoje wypełniłoby swoje ankiety?

Agnieszka jest studentką, umówiła się na usuwanie zęba u dentysty. Pół roku temu była w szpitalu – chirurg usunął jej wtedy wyrostek robaczkowy, oczywiście w znieczuleniu ogólnym. Teraz jest trochę przeziębiona, więc bierze witaminę C i paracetamol, u lekarza nie była. Nie leczy się stale na żadną alergię, ale wie, że nie może przyjmować laktozy, bo ma po niej biegunki. Generalnie czuje się dobrze, choć w sytuacjach stresowych często leci jej krew z nosa. Ale niegroźnie. Jest diabetyczką, ale bierze insulinę, dba o dietę i przestrzega pór posiłków, więc ma chorobę pod kontrolą. Rzuciła palenie kilka miesięcy temu. Przedwczoraj była na depilacji u kosmetyczki.

#### INFORMACJA DOTYCZĄCA STANU ZDROWIA PACJENTA

Wszystkie podane informacje są objęte tajemnicą lekarską i służą trosce o Państwa bezpieczeństwo. Proszę dokładnie odpowiedzieć na poniższe pytania. W przypadku trudności z odpowiedzią proszę pominąć pytanie i wyjaśnić wątpliwości z lekarzem prowadzącym. Poniższe pytania służą do zebrania informacji koniecznych do wybrania właściwego sposobu leczenia oraz odpowiedniego znieczulenia przed zabiegiem.

|  |                              |                              |
|--|------------------------------|------------------------------|
| Czy czuje się Pan(i) ogólnie zdrowy(a)?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy w ciągu ostatnich 2 lat leczył(a) się Pan(i) w szpitalu?                   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to z jakiego powodu: .....  |                              |                              |
| Czy aktualnie się Pan(i) na coś leczy?   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to na co: .....   |                              |                              |
| Czy przyjmuje Pan(i) jakieś leki? (zwłaszcza aspirynę, leki przeciwzakrzepowe) | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to jakie: .....   |                              |                              |
| Czy jest Pan(i) na coś uczulony(a)?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to na co: .....   |                              |                              |
| Czy występują u Pana(i):   |                              |                              |
| duszność   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| obrzęki  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| pokrzywka  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| swędzenie  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy zdarza się Panu(i) krwawić?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy zdarzyło się Panu(i) zemdleć lub stracić przytomność?                      | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy ma Pan(i) stymulator serca?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |

Czy choruje Pan(i) lub chorował(a) na którąś z następujących chorób?

- |   |                              |                              |
|---|------------------------------|------------------------------|
| choroby serca   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| inne choroby układu krążenia<br>(nadciśnienie, niskie ciśnienie, omdlenia, duszności)                                 | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby naczyń krwionośnych   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby układu pokarmowego  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby wątroby   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby układu moczowego  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| zaburzenia przemiany materii (cukrzyca)   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby tarczycy  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby układu nerwowego  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby kości i stawów  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby krwi i układu krzepnięcia (hemofilia, anemia, krwawienia<br>z nosa, przedłużone krwawienie po usunięciu zęba) | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby oczu (jaskra)   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| zmiany nastroju (depresja, nerwica)   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby zakaźne   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| żółtaczkę zakaźną A   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| AIDS  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| żółtaczkę zakaźną B   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| gruźlica  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| żółtaczkę zakaźną C   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby weneryczne  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroba reumatyczna   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| osteoporoza   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| inne dolegliwości – jakie? .....  |                              |                              |
| Jakie ma Pan(i) najczęściej ciśnienie krwi? .....   |                              |                              |
| Czy był(a) już kiedyś Pan(i) operowany(a)?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to kiedy i z jakiego powodu: .....   |                              |                              |
| Czy w ciągu ostatnich 6 miesięcy korzystał(a) Pan(i)<br>z usług kosmetycznych lub fryzjerskich?                       | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy w ciągu ostatnich 6 miesięcy zostały wykonane u Pana(i)<br>iniekcje (zastrzyki, szczepienia)?                     | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy miał(a) Pan(i) przetaczaną krew?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to kiedy i z jakiej przyczyny: .....   |                              |                              |
| Czy pali Pan(i) tytoń?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy zażywa Pan(i) środki uspokajające, nasenne, narkotyki?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to jakie: .....  |                              |                              |

Kevin jest studentem, umówił się na kanałowe leczenie zęba u dentysty. Dwa tygodnie temu dermatolog usuwał mu pieprzyk na plecach, w znieczuleniu miejscowym. Teraz jest zdrowy, ale ponieważ prowadzi bardzo aktywny tryb życia, uzupełnia swoją dietę o kompleksy witamin. Wczoraj miał mały wypadek rowerowy – spuchło mu kolano, ale nie bardzo boli. Jego organizm nie toleruje kwasu acetylosalicylowego, więc unika wszelkich leków na bóle, przeziębienia i grypę, które zawierają ten składnik (jak np. polopiryna czy aspiryna). Jest zdrowy, mimo że bywa „imprezowym palaczem”. Jego brat choruje na hemofilię. Kevin miał umówioną na wczoraj wizytę u fryzjera, ale odwołał ją z uwagi na zabieg.

### INFORMACJA DOTYCZĄCA STANU ZDROWIA PACJENTA

Wszystkie podane informacje są objęte tajemnicą lekarską i służą trosce o Państwa bezpieczeństwo. Proszę dokładnie odpowiedzieć na poniższe pytania. W przypadku trudności z odpowiedzią proszę pominąć pytanie i wyjaśnić wątpliwości z lekarzem prowadzącym. Poniższe pytania służą do zebrania informacji koniecznych do wybrania właściwego sposobu leczenia oraz odpowiedniego znieczulenia przed zabiegiem.

|  |                              |                              |
|--|------------------------------|------------------------------|
| Czy czuje się Pan(i) ogólnie zdrowy(a)?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy w ciągu ostatnich 2 lat leczył(a) się Pan(i) w szpitalu?                   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to z jakiego powodu: .....  |                              |                              |
| Czy aktualnie się Pan(i) na coś leczy?   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to na co: .....   |                              |                              |
| Czy przyjmuje Pan(i) jakieś leki? (zwłaszcza aspirynę, leki przeciwzakrzepowe) | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to jakie: .....   |                              |                              |
| Czy jest Pan(i) na coś uczulony(a)?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to na co: .....   |                              |                              |
| Czy występują u Pana(i):   |                              |                              |
| duszność   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| obrzęki  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| pokrzywka  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| swędzenie  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy zdarza się Panu(i) krwawić?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy zdarzyło się Panu(i) zemdleć lub stracić przytomność?                      | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy ma Pan(i) stymulator serca?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |

Czy choruje Pan(i) lub chorował(a) na którąś z następujących chorób?

|   |                              |                              |
|---|------------------------------|------------------------------|
| choroby serca   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| inne choroby układu krążenia<br>(nadciśnienie, niskie ciśnienie, omdlenia, duszności)                                 | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby naczyń krwionośnych   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby układu pokarmowego  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby wątroby   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby układu moczowego  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| zaburzenia przemiany materii (cukrzyca)   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby tarczycy  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby układu nerwowego  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby kości i stawów  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby krwi i układu krzepnięcia (hemofilia, anemia, krwawienia<br>z nosa, przedłużone krwawienie po usunięciu zęba) | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby oczu (jaskra)   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| zmiany nastroju (depresja, nerwica)   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby zakaźne   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| żółtaczka zakaźna A   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| AIDS  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| żółtaczka zakaźna B   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| gruźlica  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| żółtaczka zakaźna C   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroby weneryczne  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| choroba reumatyczna   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| osteoporoza   | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| inne dolegliwości – jakie? .....  |                              |                              |
| Jakie ma Pan(i) najczęściej ciśnienie krwi? .....   |                              |                              |
| Czy był(a) już kiedyś Pan(i) operowany(a)?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to kiedy i z jakiego powodu: .....   |                              |                              |
| Czy w ciągu ostatnich 6 miesięcy korzystał(a) Pan(i)<br>z usług kosmetycznych lub fryzjerskich?                       | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy w ciągu ostatnich 6 miesięcy zostały wykonane u Pana(i)<br>iniekcje (zastrzyki, szczepienia)?                     | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy miał(a) Pan(i) przetaczaną krew?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to kiedy i z jakiej przyczyny: .....   |                              |                              |
| Czy pali Pan(i) tytoń?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Czy zażywa Pan(i) środki uspokajające, nasenne, narkotyki?  | TAK <input type="checkbox"/> | NIE <input type="checkbox"/> |
| Jeśli tak, to jakie: .....  |                              |                              |

## BRAK UBEZPIECZENIA, INNE UBEZPIECZENIE, WIZYTY PRYWATNE

W sytuacji gdy student obcokrajowiec nie ma wykupionego ubezpieczenia w NFZ-ecie, a pójdzie do państwowej przychodni i będzie chciał skorzystać z porady lekarza, będzie musiał za taką wizytę z góry zapłacić. Można prosić w takiej sytuacji o fakturę, bo możliwe, że ubezpieczyciel z ojczystego kraju studenta zwróci mu te pieniądze po jego powrocie do domu. W sytuacji braku ubezpieczenia może się też zdarzyć, że przychodnia odmówi umówienia wizyty lekarskiej, jeżeli nie będzie to zagrażało bezpośrednio życiu takiej osoby (gdyby chodziło na przykład o kwestię przeziębienia, wydania skierowania do okulisty czy rutynową wizytę u ginekologa).

W sytuacjach nagłych i zagrażających życiu nikt nie ma prawa odmówić człowiekowi leczenia (czyli na przykład przyjęcia do szpitala i wykonania ważnej operacji pacjentowi po wypadku), nawet gdy nie ma on w danym momencie ubezpieczenia, ale trzeba wiedzieć, że po hospitalizacji osoba taka będzie musiała zwrócić NFZ-etowi pieniądze za leczenie i pobyt w szpitalu (a pamiętajmy, że mogą to być duże sumy).

Można wykupić w Polsce inne ubezpieczenie zdrowotne – jest wiele firm ubezpieczeniowych – jednak trzeba pamiętać, że nie obejmują one leczenia szpitalnego (często też poważniejszych zabiegów medycznych). Szczegóły dotyczące leczenia obcokrajowców w Polsce znajdują się tu: [www.gov.pl/web/zdrowie/finansowanie-leczenia-cudzoziemcow-w-polsce](http://www.gov.pl/web/zdrowie/finansowanie-leczenia-cudzoziemcow-w-polsce).

Warto też zdawać sobie sprawę z tego, że w Polsce często jest problem z szybkim dostaniem się do lekarza specjalisty, nawet jeśli ma się skierowanie od lekarza rodzinnego i jest się ubezpieczonym w NFZ-ecie. Zdarza się, że ludzie czekają na swoją wizytę po kilka miesięcy, a czasami – lat (absurd – wiemy ☺). Dla wielu ludzi jedynym rozwiązaniem jest wówczas szukanie lekarza prywatnego (nie trzeba mieć wtedy skierowania). Sytuacja ta dotyczy wielu specjalistów, najczęściej jednak chodzi o stomatologa, ginekologa, okulistę czy dermatologa. Sama wizyta bez specjalnych zabiegów kosztuje u lekarza prywatnego około 150–300 zł (cena zależy od bardzo wielu czynników: miasta, doświadczenia, popularności i tytułu lekarza, tego, gdzie mieści się gabinet itd.), wszelkie badania, które taki lekarz będzie wykonywał czy zlecał (np. laboratoryjne badania krwi, USG, RTG), też będą odpłatne.

Lekarza specjalisty i najbliższych wolnych u niego terminów można szukać na portalach medycznych, takich jak np. <https://nanfz.pl/>, [www.znanylekarz.pl](http://www.znanylekarz.pl), czy w prywatnych przychodniach lekarskich, jak choćby: <https://rejestracja.citomed.pl/>, [www.luxmed.pl](http://www.luxmed.pl), [www.szpitalmatopat.pl/rejestracja](http://www.szpitalmatopat.pl/rejestracja), <https://naszlekarz.pl/>. Zwykle nazwiska dostępnych tam lekarzy nic nie mówią pacjentowi, który nigdy wcześniej u takiego lekarza nie był, dlatego zanim się zdecydujecie na wizytę, warto chociaż pobieżnie poczytać opinie o takim doktorze. Pewnie nie zawsze są one obiektywne i nie można im bezwzględnie wierzyć, ale dają chociaż ogólny obraz tego, czy pacjenci są raczej zadowoleni z wizyt u takiego lekarza czy mają uwagi.

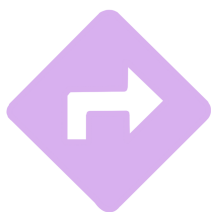
XXII. Obejrzyj przykładową stronę portalu, na której można umówić się na wizytę do lekarza, i zdecyduj, czy poniższe twierdzenia są prawdziwe (P) czy nieprawdziwe (N).



## STOMATOLOGIA RODZINNA

lek. dent. Tomasz Olszewski

Przyjmuję dorosłych i dzieci od 12. roku życia



### ADRES

ul. Mickiewicza 253A/5,  
Toruń



### CENNIK

konsultacja stomatologiczna – 150 zł  
konsultacja protetyczna – 150 zł  
leczenie kanałowe – od 300 zł (zależne od liczby zębów)  
wypełnienie kompozytowe – od 200 zł (ze znieczuleniem, cena zależy od wielkości ubytku)  
scaling i piaskowanie + fluoryzacja – 250 zł

Formy płatności: gotówka, karta płatnicza

### TERMINY

Umów wizytę i zapłać na miejscu

| wt. 13 lipca     | śr. 14 lipca     | czw. 15 lipca    | pt. 16 lipca    |
|------------------|------------------|------------------|-----------------|
| <del>15:00</del> | <del>10:00</del> | 18:00            | 8:00            |
| <del>15:30</del> | 10:30            | <del>18:30</del> | 8:30            |
| <del>16:00</del> | 11:00            | 19:00            | <del>9:00</del> |

### OPINIE

ogólna ocena ★★★★★  
punktualność ★★★★★

zaangażowanie ★★★★★  
gabinet ★★★★★

👍 Polecam! Pan doktor ma profesjonalny stosunek do swojej pracy, bogate doświadczenie i wiedzę, jest cierpliwy, dokładny i miły. Sytuacje nietypowe go nie przerastają.

Daniel, student

👍 U pana doktora leczymy się całą rodziną od lat, wszyscy jesteśmy zadowoleni. Zabiegi przeprowadzane są bezboleśnie i dobrze. Wizyty są punktualne. Ceny adekwatne do jakości usług. Warto przyjść!

Kowalscy, stali klienci





## STOMATOLOGIA RODZINNA

### lek. dent. Tomasz Olszewski

#### OPINIE

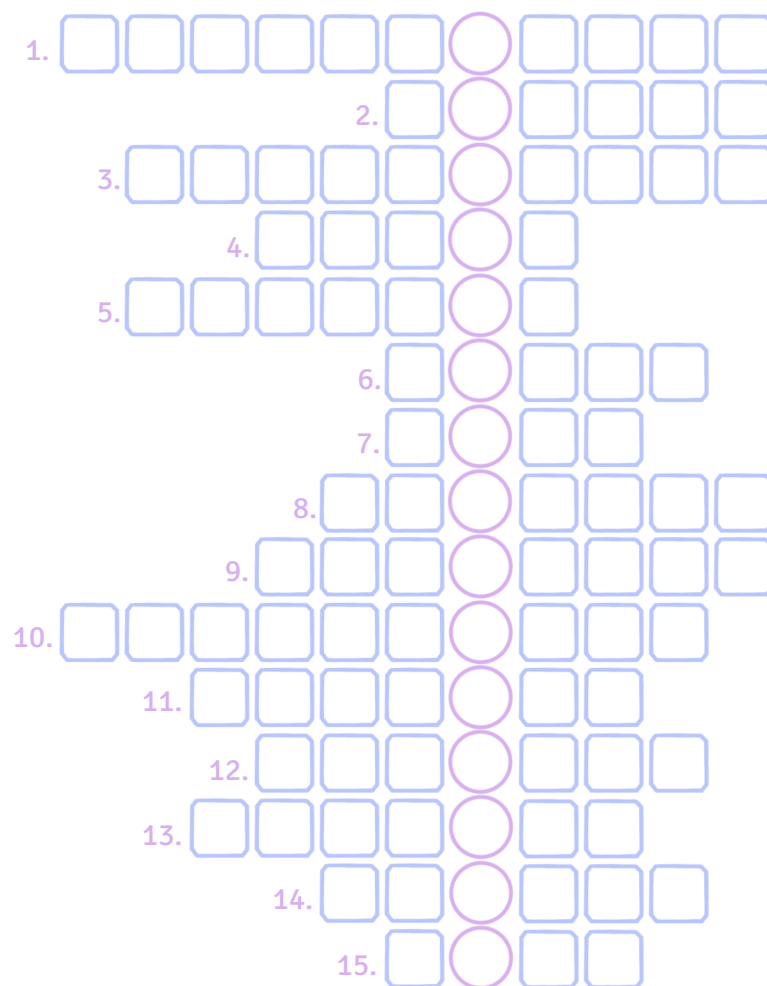
ogólna ocena ★★★★★  
punktualność ★★★★★

zaangażowanie ★★★★★  
gabinet ★☆☆☆☆

- 👉 Obsługa dobra, ale mam zastrzeżenia do gabinetu: ciasno, nieprzytulnie, sprzęty nie wyglądają na nowoczesne. Asystentki brak, doktor wszystko robi sam, co wydłuża wizytę.  
Anna
- 👉 Zdziwiłem się, że ceny nie są negocjowalne. Na miejscu nie można zrobić zdjęcia zęba, a porady higieniczne to niech pan doktor sobie wsadzi. Ja więcej tu nie wrócę!  
Kevin
- 👉 Duży minus za stosunek do pacjenta – doktor jest oschły, nie lubi dodatkowych pytań, nie tłumaczy dokładnie, co będzie się działo. Za badania dodatkowe trzeba płacić ekstra, nie mam też pewności, czy zawsze były one konieczne. Momentami czułam się naciągana na pieniądze. No i trudno zaparkować gdzieś w pobliżu.  
Agnieszka

- |   |                                  |   |
|---|----------------------------------|---|
| 0. Doktor Olszewski nie przyjmuje w poniedziałki.                                   | <input checked="" type="radio"/> | N |
| 1. Usuwanie kamienia kosztuje dwieście pięćdziesiąt złotych.                        | <input type="radio"/>            | N |
| 2. W gabinecie można zapłacić elektronicznie.                                       | <input type="radio"/>            | N |
| 3. Znieczulenie przy plombowaniu dostaje się bezpłatnie.                            | <input type="radio"/>            | N |
| 4. Wszystkie czwartkowe terminy są już zajęte.                                      | <input type="radio"/>            | N |
| 5. Jedyń dzień, kiedy doktor przyjmuje rano, to piątek.                             | <input type="radio"/>            | N |
| 6. Pacjenci doktora skarżą się na ból podczas zabiegów.                             | <input type="radio"/>            | N |
| 7. Zakres usług w tym gabinecie nie obejmuje RTG zębów.                             | <input type="radio"/>            | N |
| 8. Gabinet dentystyczny jest przestronny.   | <input type="radio"/>            | N |
| 9. Terminowość, znajomość angielszczyzny i wysokie umiejętności to atuty doktora.   | <input type="radio"/>            | N |
| 10. Doktor zatrudnia higienistkę, która radzi pacjentom, jak dbać o czystość zębów. | <input type="radio"/>            | N |
| 11. Opinie na temat cen usług są podzielone.  | <input type="radio"/>            | N |

### XXIII. Rozwiąż krzyżówkę i odczytaj hasło.



1. Miejsce pracy lekarza rodzinnego.
2. Sklep, w którym kupujemy lekarstwa.
3. Silny lek zabijający bakterie.
4. Numer ewidencyjny, którzy mają wszyscy Polacy lub cudzoziemcy dłużej mieszkający w Polsce.
5. Powoduje, że mówimy inaczej, gdy boli nas gardło.
6. Jeśli go mamy, nasz nos jest zatkany.
7. ... przyjęć – rejestracja w szpitalu.
8. Część szpitala, w której leczone są konkretne choroby, np. serca.
9. Lekarz specjalista, który zajmuje się układem nerwowym, np. mózgiem.
10. Lekarz zajmujący się osobami, które są chore na cukrzycę.
11. Bardzo gwałtowne ruchy niekontrolowane przez mózg. Mogą wystąpić na przykład przy epilepsji.
12. Specjalistka, która zajmuje się kobietami w ciąży lub po porodzie oraz bardzo małymi dziećmi.
13. Specjalny samochód do transportu chorych, inaczej ambulans.
14. Długi biały kawałek materiału, którym owija się ranę lub złamanie.
15. Lekarstwo w formie kremu, np. na oparzenie.

## CIAŁO CZŁOWIEKA

części ciała

noga: pięta, łydka, kolano, udo

ręka: dłoń, nadgarstek,  
przedramię, łokieć, ramię

głowa: czoło, skronie, potylica

tułów: brzuch, klatka piersiowa,  
bok

biodra

pośladki

organy

mózg

serce

wątroba

żołądek

trzustka

płuca

nerki

pęcherz moczowy

## POPULARNE CHOROBY I PROBLEMY ZDROWOTNE

problemy dermatologiczne

kurzajka

wysypka

brodawka

grzybica

problemy stomatologiczne

próchnica

kamień nazębny

ubytki

wady zgryzu

przeziębienie

grypa

angina

zapalenie płuc / oskrzeli

cukrzyca

# ZDROWIE

## LEKI

krople

maść

syrop

tabletki

pigułki

spray

brać

łykać

wdychać

smarować

pić

ssać

## DOKUMENTY

karta pacjenta

ubezpieczenie

recepta / e-recepta

skierowanie do specjalisty

wyniki badań

zwolnienie lekarskie (L4)

## OSOBY

lekarz  
pielęgniarka  
położna

kardiolog  
dermatolog  
okulista  
stomatolog / dentysta  
chirurg  
ginekolog  
neurolog  
diabetolog  
psycholog

## FUNKCJE PRACOWNIKÓW

ordynator oddziału  
dyrektor  
lekarz stażysta  
siostra oddziałowa  
praktykant(ka)

## W PRZYCHODNI

zapisywać się do przychodni  
zakładać kartę pacjenta  
umawiać się na wizytę  
przekładać wizytę  
pytać o lekarza  
szukać gabinetu / laboratorium  
czekać w kolejce / na swoją kolej  
odbierać receptę  
odbierać wyniki

## INSTYTUCJE

ZUS  
NFZ  
przychodnia  
szpital  
klinika

## W UBEZPIECZALNI

podpisać umowę  
zawrzeć umowę  
rozwiązać umowę  
umowa wygasa  
kupić ubezpieczenie  
wypełnić wniosek  
złożyć dokumenty  
zaznaczyć okienko