

Testy i szczepienia przeciw COVID-19 „krok po kroku”

Rosnąca liczba nowych zachorowań na COVID-19 skłania wiele osób do przypomnienia sobie ścieżki postępowania podczas wykonywania testów i przyjmowania szczepionki. Poniższy poradnik pozwoli przejść przez PUNKT POBRAŃ lub PUNKT SZCZEPIEŃ szybko i sprawnie. O dodatkowe szczegóły można pytać na czynnej całą dobę bezpłatnej infolinii 989.

PUNKTY POBRAŃ

służą pobraniu wymazu z nosa i gardła, aby potwierdzić lub zanegować zarażenie wirusem SARS-CoV2. Aby móc bezpłatnie skorzystać z badania, niezbędne jest e-skierowanie. Ma ono postać elektroniczną, dlatego jedynym koniecznym elementem w punkcie pobrań jest nasz dokument tożsamości oraz wypełniony formularz, który otrzymamy od pracownika punktu.

E-skierowanie

- **Możemy je otrzymać od lekarza** pracującego w ramach ubezpieczenia lub prywatnie.
- **Możemy je otrzymać podczas teleporady** udzielanej przez naszego lekarza rodzinnego.
- **Możemy je otrzymać podczas wizyty bądź rozmowy** z punktem nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej.
- **Możemy wystawić je sobie samemu**, korzystając ze strony pacjent.gov.pl.

WAŻNE! W momencie wystawienia zlecenia na test w kierunku SARS-CoV-2 rozpoczynamy kwarantannę. Jeśli wynik testu będzie pozytywny, kwarantanna zmieni się w izolację domową. Jeśli wynik testu będzie negatywny, kwarantanna zostanie zakończona.

Wybór punktu pobrań

Gdy posiadamy już skierowanie, należy wybrać punkt, w którym wykonane zostanie badanie. Wybór punktu należy do pacjenta, nie obowiązuje żadna rejonizacja, nie mamy obowiązku wybierać punktu najbliższego, lecz taki, do którego dotarcie własnym środkiem transportu będzie najwygodniejsze.

Mamy możliwość wykonać badanie:
- **W jednym z ponad 30 punktów na terenie Podkarpacia, bądź jakimkolwiek** na terenie Polski. Ich pełny wykaz znajduje się na stronie pacjent.gov.pl oraz pod bezpłatnym i czynnym całą dobę numerem infolinii 989. Pamiętajmy, w drodze na badanie i z powrotem należy też zachować zasady dystansowania społecznego.
- **W domu**, jeśli nasz stan zdrowia to uzasadnia i kierujący nas na badanie lekarz rodzinny uzasadni to w elektronicznym skierowaniu i umówi nas na badanie. Specjalny zespół wyjazdowy przyjedzie pod wskazany adres domowy.

Co powinniśmy zrobić w dniu badania?

Powinniśmy na badanie udać się własnym środkiem transportu lub pieszo i zabrać ze sobą dokument tożsamości. Numer e-skierowanie nie jest konieczny. Na miejscu wypełnimy formularz.

Czego nie powinniśmy robić w dniu badania? Minimum 2 godziny przed badaniem nie spożywamy posiłków, nie pijmy, nie żujmy gumy, nie płuczmy jamy ustnej i nosa, nie myjemy zębów, nie przyjmujemy leków i nie palmy papierosów.

PUNKTY SZCZEPIEŃ

służą wykonaniu szczepienia z wcześniejszą oceną stanu naszego zdrowia. Aby móc bezpłatnie skorzystać ze szczepienia, niezbędne jest e-skierowanie. Ma ono postać elektroniczną, dlatego jedynym koniecznym elementem w punkcie szczepień jest nasz dokument tożsamości oraz wypełniony formularz, który otrzymamy od pracownika punktu.

Jak otrzymać wynik?

Wynik będzie widoczny w Internetowym Koncie Pacjenta. Wynik będzie również widział nasz lekarz rodzinny. O wyniku badania powinna poinformować nas przychodnia POZ, w której świadczeń udziela nasz lekarz POZ. Jeśli podaliśmy w ustawieniach IKP swój telefon, to SMS powiadomi nas o tym, że na Internetowym Koncie Pacjenta mamy już informację o wyniku testu. Na Internetowym Koncie Pacjenta oprócz wyniku testu znajdziemy również informację o ewentualnym podleganiu kwarantannie lub izolacji domowej wraz z przewidywaną datą jej trwania. Jeśli mamy pozytywny wynik testu, skontaktujmy się ze swoim lekarzem rodzinnym. Ocenimy nasz stan zdrowia i ustali dalsze kroki.

Kto może zapisać się na szczepienie?

Aktualnie wszystkie chętne osoby powyżej 12. roku życia mogą zarejestrować się na szczepienie.

Gdzie znajdziemy punkt szczepień?

Każdy może wybrać dowolny punkt na terenie całej Polski. W województwie podkarpackim, aktualnie znajduje się ponad 550 takich miejsc.

Jak zarejestrować się na szczepienie?

Bez względu na to, czy szczepimy się po raz pierwszy, drugi, czy też jest to trzecia dawka przypominająca, mamy 4 możliwości zapisu na szczepienie:
- **Rozmowa z całodobową i bezpłatną infolinią – 989.** Możemy to zrobić samodzielnie lub może nas zapisać ktoś bliski z rodziny. Do zapisu wystarczy numer PESEL. Numer telefonu komórkowego nie jest wymagany, ale jeśli go podamy, otrzymamy SMS z potwierdzeniem umówienia wizyty na szczepienie. Podczas rejestracji wybierzemy również dokładny termin oraz miejsce szczepienia. Następnie - jeśli podaliśmy numer telefonu - otrzymamy SMS z potwierdzeniem umówienia wizyty na szczepienie.
- **Rejestracja elektroniczna poprzez e-Rejestrację dostępną na pacjent.gov.pl.** Poprzez e-rejestrację możemy zarejestrować się na dwa sposoby – za pomocą Profilu Zaufanego (to pełna rejestracja) i bez użycia Profilu Zaufanego

(to szybka ścieżka).

Pełna rejestracja z Profilem Zaufanym wymaga zalogowania się przez Profil Zaufany. System zaproponuje nam pięć dostępnych terminów w punktach szczepień, które znajdują się blisko naszego adresu. Jeśli żaden z proponowanych terminów nie będzie nam pasował albo będziemy chcieli zaszczepić się w innym punkcie czy w innym mieście – będzie taka możliwość. Wystarczy, że skorzystamy z dostępnej wyszukiwarki i wskażemy dogodną dla nas datę i lokalizację. Zaraz po dokonaniu rezerwacji, otrzymamy powiadomienie SMS, a następnie ponowne przypomnienie o szczepieniu dzień przed planowanym terminem.

Szybka rejestracja bez Profilu Zaufanego nie wymaga posiadania profilu. Wystarczy, że podamy swój numer PESEL, nazwisko i numer telefonu, a system zaproponuje termin i miejsce szczepienia. Szybka ścieżka służy tylko do umawiania terminu szczepienia – nie można go jednak w ten sposób zmienić lub anulować.

- **Kontakt z wybranym punktem szczepień** również jest możliwy. Mapa i dane kontaktowe punktów szczepień dostępne są zarówno na stronie pacjent.gov.pl, jak i pod numerem 989.

- **Wysłanie SMS** na numer 664 908 556 lub 880 333 333 o treści: SzczepimySie (bez polskich liter). Wysyłając SMS pod jeden z tych numerów (oba numery prowadzą do jednego systemu), połączymy się z systemem, który pokieruje nas krok po kroku. Najpierw zostaniemy poproszeni o przekazanie numeru PESEL, a potem o przesłanie kodu pocztowego. System zaproponuje najbliższy termin na szczepienie w punkcie położonym blisko naszego miejsca zamieszkania. Jeśli ten termin nie będzie dla nas dogodny, będziemy mogli wybrać inne daty. Po zarejestrowaniu, na dobę przed szczepieniem otrzymamy SMS przypominający o terminie i miejscu wizyty.

WAŻNE! Jeżeli w systemie rejestracji nie będzie wolnego terminu, do wszystkich osób, które wyślą SMS, oddzwoni infolinia w chwili uruchomienia nowych terminów szczepień. Infolinia Narodowego Programu Szczepień oddzwania z numeru telefonu: +48 22 165 57 57 lub + 48 22 888 41 11.

Jak się przygotować do szczepienia?

Szczepionka jest podawana domięśniowo, najczęściej w mięsień naramienny. Szczepienie odbywa się w pełnym reżimie sanitarnym. Przed szczepieniem otrzymamy kwestionariusz do wypełnienia, możemy go również wypełnić w domu i przynieść ze sobą do punktu szczepień. Pamiętajmy o zabraniu dokumentu tożsamości. Nie ma zaleceń dotyczących szczególnego przygotowania do szczepienia. Przed szczepieniem warto jednak dobrze się wyspać, zjeść pożywny posiłek i ograniczyć spożycie alkoholu. Zgłośmy i omówmy z personelem szczepiącym, jeżeli mieliśmy ciężką reakcję alergiczną lub zaburzenia oddychania po jakimkolwiek szczepieniu, jeśli zemdleliśmy po zastrzyku, chorujemy na cokolwiek w tej chwili, mamy problemy z krzepnięciem krwi, łatwo tworzą się siniaki lub przyjmujemy leki przeciwzakrzepowe, mamy osłabiony układ immunologiczny w wyniku choroby, takiej jak zakażenie wirusem HIV oraz gdy przyjmujemy leki (np. kortykosteroidy) wpływające na odporność czy leki immunosupresyjne. Powiedzmy również personelowi o wszystkich lekach stosowanych obecnie lub ostatnio, a także o lekach, które planujemy stosować oraz o jakichkolwiek niedawno otrzymanych szczepionkach.

Nie zostaniemy zaszczepieni, jeśli mamy ciężką chorobę przebiegającą z gorączką lub ostrą infekcją. Występowanie łagodnej infekcji i/lub niewielkiej gorączki nie powinno prowadzić do przesunięcia szczepienia.

Po podaniu szczepionki zostaniemy pod obserwacją przez co najmniej 15 minut.

Certyfikat potwierdzający szczepienie

Fakt zaszczepienia pełną dawką zostanie potwierdzony poprzez Unijną Certyfikat COVID, który znajdziemy na Internetowym Koncie Pacjenta. Możemy też otrzymać UCC w formie wydruku papierowego w punkcie szczepień, po wykonanym szczepieniu.

Kto może otrzymać trzecią dawkę?

Trzecia dawka szczepień przeciwko COVID-19 dostępna dla wszystkich osób pełnoletnich. Jeśli od naszego szczepienia minęło minimum 6 miesięcy, już teraz możemy ją przyjąć. Sposób rejestracji na szczepienie jest taki sam jak w przypadku wcześniejszych szczepień. U osób szczepionych dawką przypominającą można stosować szczepionki Pfizer lub Moderna, bez względu na to, jaką szczepionkę wybraliśmy wcześniej.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ
NA TEMAT SZCZEPIONKI
PRZECIW COVID-19

WWW.GOV.PL/SZCZEPIMYSIE

#SZCZEPIMYSIE

