

## **Безоплатна медична допомога для тимчасово переміщених українців в Польщі.**

Українці, які прибули у Польщу після 24 лютого 2022 року, мають право на безоплатну медичну допомогу на рівні з громадянами країни. Це право надається всім громадянам України, від неповнолітніх до людей похилого віку. Для того, щоб отримати медичну допомогу, потрібно мати наступні документи:

- закордонний паспорт громадянина України, в якому є позначка про перетин кордону не раніше 24 лютого 2022 року;
- якщо ви перетнули кордон без закордонного паспорта – документ, що підтверджує дату перетину польського кордону польськими службами.

Крім того, українці, які мають намір залишитися в Польщі на певний період, можуть отримати номер PESEL – аналог українського ідентифікаційного номера. Він надає доступ до послуг сфери охорони здоров'я на постійній основі, до соціальної допомоги тощо.

Процедура отримання PESEL для українців спрощена. Для оформлення документа потрібно звернутися до адміністрації будь-якої гміни (аналог українських об'єднаних територіальних громад, ОТГ) та подати заяву, фото і свої актуальні дані. Покрокова інструкція є за посиланням [bit.ly/3ENo1U6](https://bit.ly/3ENo1U6).

Польща надала українцям безоплатний доступ до медичної допомоги на всіх рівнях:

- базова медична допомога – візити до сімейних лікарів, виклик швидкої;
- спеціалізована амбулаторна допомога;
- діагностичні дослідження (за направленням лікаря);
- лікування в стаціонарі;
- психіатричне лікування;
- реабілітація (крім курортів);
- стоматологічні послуги.

Знайти медичний заклад можна за телефоном безоплатної цілодобової гарячої лінії: 800 190 590.

Консультант гарячої лінії допоможе визначити, яка медична допомога необхідна пацієнту, до якого лікаря звернутися, а також надасть адресу і номер телефону закладу, де цю допомогу можна отримати.

Також для пацієнтів з України, яким потрібна медична допомога в нічний час, на свята або у вихідні, в Польщі працює спеціальна телеплатформа першого контакту (ТПК) за номером: 800 137 200. Години роботи ТПК:

- у будні — з 18:00 до 8:00,
- у вихідні та свята — з 8:00 до 8:00 наступного дня.

У ТПК громадяни України можуть отримати:

- медичну консультацію,
- електронний рецепт,
- електронне направлення в поліклініку,
- електронне направлення в лікарню,
- направлення на тест на коронавірус.

Більше інформації є [за посиланням](#).

## **Як працює медична система в Польщі**

Польська медична система за принципом роботи подібна до української – в країні працює Національний фонд охорони здоров'я, який є аналогом нашої Національної служби здоров'я України. Як і в Україні, медична допомога для пацієнтів повністю безоплатна.

За перших ознак погіршення здоров'я та для отримання профілактичного догляду (наприклад, планової вакцинації) пацієнт має звертатися до сімейного лікаря. Польські сімейні лікарі опікуються всією родиною. Ці медичні фахівці видають направлення до лікарів, які надають спеціалізовану медичну допомогу (окулісти, кардіологи, ендокринологи), а також виписують направлення на додаткову діагностику та лабораторні дослідження.

У Польщі переважна більшість медичних препаратів відпускаються за рецептом. Українці можуть проконсультуватися та отримати медичну допомогу в онкологів, гінекологів, психіатрів, стоматологів або лікарів, які лікують хвороби, що передаються статевим шляхом, – без направлення сімейного лікаря. Тобто, якщо пацієнту потрібні саме ці спеціалісти, він може записуватися до них на прийом самостійно і не платити за цю медичну допомогу.

Знайти потрібний медичний заклад можна за телефоном безоплатної цілодобової гарячої лінії: 800 190 590.

Для українців буде корисно знати, що польські сімейні лікарі приймають з 8:00 до 18:00, за попереднім записом.

У разі потреби у невідкладній медичній допомозі, пацієнт може викликати швидку медичну допомогу. Але важливо пам'ятати, що це стосується лише випадків, коли існує загроза життю або здоров'ю.

Якщо пацієнт може дістатися до амбулаторії самостійно, то в Польщі працюють спеціальні заклади первинної ланки, які приймають цілодобово.

Номер виклику швидкої допомоги – 999.

Універсальний номер для дзвінків у разі надзвичайних ситуацій, як-от ДТП чи пожежа – 112.

Переважна більшість польських лікарів не володіють англійською мовою, тому українцям потрібно спробувати знайти людину, яка зможе перекладати. Для зручності українців Міністерство охорони здоров'я Польщі розробило [спеціальний медичний словник](#).

У Польщі працює також система реімбурсації ліків, аналог українських «Доступних ліків». Це означає, що пацієнти можуть отримати в аптеках ліки безоплатно або з доплатою. [Польський перелік ліків](#), які реімбурсуються, дещо ширший за український.

**Як отримати доступ до спеціалізованої та високоспеціалізованої медичної допомоги**

Українцям, які хочуть потрапити на прийом до вузькопрофільного спеціаліста (ЛОРа, окуліста, ендокринолога, гастроентеролога та інших) спочатку необхідно отримати направлення від сімейного лікаря. Тобто, якщо пацієнт не має специфічних захворювань, про які знає, а відчуває перші симптоми, як от біль, підвищення температури, нудоту або інші – йому варто звернутися до сімейного лікаря.

Сімейний лікар проводить первинний огляд, призначає необхідну діагностику та/або лабораторні дослідження. На підставі огляду та діагностики він вирішує, чи необхідне пацієнту направлення до лікаря, який працює на спеціалізованій ланці або, наприклад, термінова госпіталізація. Є випадки, коли сімейний лікар самостійно може призначити лікування та допомогти пацієнтові.

Якщо пацієнт знає про свої хронічні, важкі або специфічні захворювання – йому теж варто звернутися до сімейного лікаря для консультації. Лікар пояснить, як саме це захворювання лікується в Польщі, які програми існують та де отримати безоплатні ліки. Але є виключення. Українці можуть звертатися до онкологів, гінекологів, психіатрів, стоматологів або лікарів, які лікують хвороби, що передаються статевим шляхом, – без направлення сімейного лікаря.

У свою чергу пацієнт вільний у виборі спеціалізованого лікаря та медичного закладу, де проходити обстеження. Українці можуть знайти заклад, подзвонивши за телефоном безоплатної цілодобової гарячої лінії: 800 190 590. Лікар спеціалізованої ланки також може видавати направлення на додатку діагностику, лабораторні аналізи або до інших спеціалістів, якщо вбачає в цьому доцільність. Він може покласти пацієнта у стаціонар (у лікарню) на лікування, виписати направлення на планову або термінову операцію, призначити амбулаторне (в домашніх умовах під наглядом лікаря) лікування. Все залежить від конкретного випадку.

Звертаємо вашу увагу, що в Польщі довгі черги до спеціалізованих лікарів та на операції — пацієнт може чекати від кількох тижнів до 90 днів.

### **Преференції для українців**

Польща [надала](#) українцям доступ до своєї медичної системи на рівні з громадянами країни. Тобто українці мають доступ до всіх медичних послуг в тому ж обсязі, що і поляки. Для цього українцям не обов'язково влаштовуватись на роботу та отримувати державну страховку.

### **Виклик швидкої допомоги**

Усі громадяни України, які перетнули кордон із Польщею після 24 лютого 2022 року, мають доступ до екстреної медичної допомоги. У Республіці Польща діють два номери екстреної допомоги:

- номер швидкої медичної допомоги, дзвінки за яким приймає медичний диспетчер — 999;
- єдиний номер служби екстреної допомоги, який діє на території всього Європейського Союзу — 112.

Громадянам України важливо знати, що в Польщі швидку допомогу викликають лише у випадку, коли існує реальна загроза життю та здоров'ю.

Приклади ситуацій, що вимагають виклику швидкої допомоги в Польщі:

- втрата чи порушення свідомості;
- травми внаслідок дорожньо-транспортної пригоди;
- дуже висока температура з судомами та/або симптомами, які зазвичай не виникають у людей із гарячкою;
- зупинка серця;
- різкий біль у грудях або животі;
- судоми;

- серцева аритмія;
- посилення задишки, задуха;
- постійна блювота, особливо зі вмістом крові;
- масивні шлунково-кишкові кровотечі;
- масивна кровотеча зі статевих органів;
- стрімкі пологи;
- гострі та тяжкі алергічні реакції (висипання, задишка) внаслідок прийому препарату, укусу комахи або отруйної тварини;
- отруєння ліками, хімічними речовинами або газами;
- обширні опіки;
- сонячний удар;
- ураження електричним струмом;
- агресія, викликана психічним захворюванням;
- спроба самогубства;
- падіння з великої висоти;
- велика рана в результаті травми;
- травми нижніх кінцівок, що перешкоджають самостійному пересуванню.

Оператор швидкої допомоги має право відмовити Вам, якщо в процесі опитування не виявить загрози життю чи здоров'ю. Однак він порадить вам, як саме діяти і до кого звернутися. А саме:

- якщо сталася подія, що не загрожує життю або є некритичною, але стан здоров'я людини важкий, то для отримання допомоги рекомендується самостійно звернутися до лікарняного відділення швидкої медичної допомоги (SOR). Карта всіх відділень доступна за [посиланням](#);
- якщо у пацієнта невисока температура, нежить або перепади тиску, слід звернутися до сімейного лікаря. Пацієнт може самостійно записатися на прийом до свого лікаря, якщо він у нього є. Як записатися на прийом до сімейного лікаря, описано вище.
- якщо стан здоров'я погіршився після 18:00 і немає можливості зв'язатися з сімейним лікарем, слід звернутися до пункту охорони здоров'я, що працює в нічний і святковий час; там чергують сімейні лікарі. Такі пункти працюють з 18:00 до 08:00, а також у святкові та вихідні дні. Їх перелік доступний за [посиланням](#);
- ще один варіант – скористатися телеплатформою першого контакту (ТПК) за номером 800 137 200. Оператори порадять, що робити, якщо стан здоров'я погіршується, допоможуть зорієнтуватися, як отримати рецепт на ліки або електронне направлення до лікаря.

За непрофільний виклик швидкої допомоги в Польщі може бути накладено штраф. Більше інформації про екстрену медичну допомогу в Польщі можна знайти [тут](#).

Як отримати ліки: як працює аптечна система; перелік державних програм; які ліки відпускаються за рецептом, а які – без рецепта.

Переважна кількість ліків в Польщі – рецептурні, тобто продаються пацієнтові за рецептом. Отримати потрібний рецепт можна лише у сімейного лікаря або фахівця вузької спеціальності. Лікар сам вирішує, виписувати вам ліки чи ні, керуючись медичним оглядом та результатами діагностики.

Нагадуємо, що знайти медичний заклад, де вас прийме потрібний лікар, можна за телефоном безоплатної цілодобової гарячої лінії: 800 190 590.

При цьому в Польщі діє програма державної компенсації вартості лікарських засобів населенню, яка також діє на основі рецептів. Це аналог української програми «Доступні ліки». Вартість препаратів компенсується повністю або частково в залежності від категорії (групи здоров'я) та важкості захворювання. [Список відшкодовуваних ліків для українців.](#)

Крім того, у Польщі існує перелік безкоштовних препаратів, які відпускаються за рецептом вагітним жінкам і особам віком від 75 років. [Актуальний перелік лікарських препаратів, спеціальних харчових продуктів та виробів медичного призначення, вартість яких відшкодовується.](#)

Всі громадяни України, які прибули до Польщі не раніше 24 лютого 2022 року, мають право на відшкодування ліків на тих самих умовах, що і громадяни країни. Це стосується також і неповнолітніх українців.

Для того, щоб Польща компенсувала українцям вартість ліків, потрібно мати наступні документи:

- підтвердження дати перетину польського кордону не раніше 24 лютого 2022 року,
- рецепт від лікаря, на підставі якого ліки будуть продаватися в аптеці зі знижкою.

Більш детально про роботу системи компенсації вартості ліків для українців читайте [тут](#).

### **Вакцинація для дітей та дорослих**

Громадяни України, діти і молодь до 19 років мають право отримати безоплатні профілактичні щеплення, відповідно до польської Програми профілактичних щеплень.

У Польщі календар щеплень оновлюється щороку. Профілактика охоплює 14 інфекційних захворювань; щеплення проти них є обов'язковими. Серед іншого, до календаря включено щеплення від ротавірусів та пневмококів, тоді як в Україні ці щеплення рекомендовані, але необов'язкові. З польським календарем щеплень можна ознайомитися [тут](#).

При цьому в Польщі діють наступні правила вакцинації дітей:

- щеплення новонароджених проти туберкульозу та гепатиту В, а також всі наступні щеплення, передбачені Програмою профілактичних щеплень – обов'язкові для дітей, які народилися на території Республіки Польща;
- діти, які перебувають на території Польщі менш як три місяці, можуть вакцинуватися добровільно, відповідно до графіка обов'язкових щеплень, вказаного в Програмі профілактичних щеплень;
- особи віком до 19 років, які проживають у Польщі понад три місяці, включені до програми обов'язкового щеплення відповідно до Програми профілактичних щеплень.

Зробити необхідне щеплення дитині можна у сімейного лікаря. Знайти потрібний медичний заклад, де працює сімейний лікар, можна за телефоном безоплатної цілодобової гарячої лінії — 800 190 590.

Також польська влада закликає всіх українці, які приїхали в Польщу після 24 лютого 2022 року, вакцинуватися проти COVID-19. Процедура доступна усім повнолітнім українцям, а також дітям з 5 років.

Якщо українець бажає зробити вакцину від COVID-19, йому слід звернутися до сімейного лікаря й отримати направлення на процедуру. Знайти лікаря чи пункт вакцинації можна телефоном: 800 190 590.

Саме сімейний лікар видасть електронне направлення на щеплення. Оформляючи направлення, в полі «дані пацієнта» лікар має вибрати варіант ідентифікації особи, тобто пацієнту із собою треба мати або документ, що посвідчує особу, або номер PESEL.

Після оформлення електронного направлення можна зареєструватися на щеплення одним зі способів:

- подзвонивши на гарячу лінію — 989,
- надіслати SMS-повідомлення: *SzczepimySie* на номер 664 908 556,
- самостійно вибрати [пункт вакцинації](#).

**Обов'язково!** На кожному етапі вакцинації потрібно мати із собою документ, що посвідчує особу, номер якого був названий сімейному лікарю. Українці також можуть отримати бустерну дозу проти COVID-19 або зробити другу вакцинацію в Польщі, коли попередні дози були зроблені в іншій країні. Однак інформацію про цю вакцинацію слід занести в польську систему заздалегідь – інакше ця доза буде розглядатися польською стороною як перша. Перед тим як отримувати другу або бустерну дозу, потрібно показати сертифікат з попередніми щепленнями у пункті вакцинації або лікарю, який виписує направлення. Він додасть всі попередні дози вакцини проти ковіду в систему *e-zdrowie*. Польща приймає як сертифіковані ЄС довідки про вакцинацію, так і не сертифіковані. Після внесення інформації – можна отримати направлення на другу або бустерну дозу.

Більш детально про вакцинацію проти COVID-19 читайте [тут](#).

Громадяни України також можуть отримати бустерну дозу щеплення проти COVID-19 або отримати другу дозу щеплення в Польщі, якщо попередні дози були зроблені в іншій країні. Однак інформацію про попередні дози вакцинації слід внести до польської системи заздалегідь, інакше нова/наступна доза щеплення буде розглядатися польською стороною як перша.

Перед отриманням другої або бустерної дози щеплення слід пред'явити сертифікат про попередні щеплення у центрі вакцинації або лікарю, який виписує направлення. Персонал центру вакцинації внесе в ІТ-систему всі попередні дози щеплення проти COVID. Польща визнає як COVID-сертифікати ЄС (UCC), так і інші види сертифікатів, за умови, що вакцинацію було здійснено препаратом, дозволеним у ЄС, або його аналогом (список аналогів доступний за адресою <http://bip.pzh.gov.pl/public/?id=216377>). Детальні умови призначення щеплень із переліком необхідних документів описані в повідомленні Міністра охорони здоров'я №16, доступному [за посиланням](#). Після внесення інформації про щеплення, отримані за межами Республіки Польща, можна отримати направлення на другу дозу або бустерну дозу.

Детальніше про вакцинацію від COVID-19 можна прочитати [тут](#).

**Медична допомога вагітним: спостереження, пологи, документи для маюка**

Вагітні українки, які перетнули кордон з Польщею після 24 лютого 2022 року, мають право на безоплатне ведення вагітності, пологи та догляд за новонародженим в державних медичних закладах Польщі, які мають контракт з

NFZ (Національним фондом охорони здоров'я). Для цього потрібно стати на облік у акушерсько-гінекологічну амбулаторію. Знайти заклад можна, зателефонувавши на безоплатну цілодобову гарячу лінію — 800 190 590.

Щоб стати в Польщі на облік, потрібно мати наступні документи:

- посвідчення особи (український закордонний паспорт або інші документи, що посвідчують особу та факт перетину кордону з Польщею після 24 лютого 2022 р.),
- номер PESEL (більш детально про цей документ йдеться у першому розділі),
- бажано мати медичну картку від лікаря з України з даними про вагітність та загальний стан здоров'я, результатами аналізів.

Під час першого візиту вагітну поставлять на облік, створять польський аналог картки обліку вагітної, куди лікар внесе інформацію про стан здоров'я, результати діагностичних досліджень, призначених у зв'язку з вагітністю, оцінку факторів ризику для перебігу вагітності та пологів тощо. Особа, що виконуватиме спостереження (лікар-акушер, медсестра-акушерка), погодить з вагітною план допологового спостереження та пологів. В рамках допологової допомоги вагітна може бути включена до чинних програм з охорони здоров'я, в тому числі з пренатального тестування та ехокардіографії плода. План пологів включає всі елементи медичного ведення пологів і визначення місця пологів. План допологового спостереження та план пологів змінюються відповідно до стану здоров'я вагітної, її потреб і очікувань у процесі спостереження. Акушер повинен проінформувати жінку про можливість використання первинної акушерської допомоги, в тому числі можливість отримання допологового навчання та догляду за нею та дитиною (протягом 8 тижнів) там, де вони перебуватимуть після пологів.

Під час вагітності, пологів і післяпологового періоду жінка має право на:

- отримання медичних послуг позачергово. Позачергове отримання медичних послуг у лікарнях та спеціалізованих послуг в амбулаторній медичній допомозі означає, що постачальник послуг надає ці послуги поза чергою прийому, що впливає з листа очікування. Амбулаторно-поліклінічна спеціалізована допомога має надаватися не пізніше за 7 робочих днів з дня звернення;
- медичну допомогу у разі стаціонарного лікування на трьох рівнях, залежно від стану здоров'я;
- безкоштовні ліки з моменту підтвердження вагітності;
- присутність та супровід близької людини під час пологів (безкоштовно);
- використання доступних у медичному закладі методів знеболювання;
- контакт із дитиною шкіра-до-шкіри протягом щонайменше двох годин одразу після пологів.

Важливо взяти з собою у пологове відділення такі документи:

- картку перебігу вагітності (з усіма необхідними аналізами, довідкою про групу крові);
- посвідчення особи (український закордонний паспорт або інші документи, що підтверджують особу та факт перетину кордону з Польщею після 24 лютого 2022 року);
- номер PESEL.

Протягом перших дванадцяти годин життя новонародженого лікар відділення неонатального догляду проводить клінічний огляд новонародженого в присутності матері або батька.

Усі сестринські процедури та обов'язкові стандартні процедури проводяться після ознайомлення та отримання згоди в присутності матері в палаті «матері та дитини», якщо дозволяє стан здоров'я матері.

У новонародженого під час перебування в пологовому відділенні проводяться:

- Оцінка за шкалою Апгар; якщо немає протипоказань за станом здоров'я, цю оцінку слід проводити на животі матері;
- Пульсоксиметрія;
- Скринінг слуху;
- Оцінка навичок смоктання;
- Проведення скринінгового тесту на промокальному папірці (тест на краплі сухої крові);
- Процедури ведення здорової новонародженої дитини (профілактика інфекції переднього сегменту ока згідно з рекомендаціями, профілактика кровотеч, спричинених дефіцитом вітаміну К, згідно з діючими рекомендаціями, щеплення згідно з чинною Програмою профілактичних щеплень).

У день виписки лікарня видає законним представникам дитини картку здоров'я дитини.

Коли мама з дитиною повернуться додому, новонародженого відвідуватиме соціально-сімейний акушер, який допоможе у догляді за малюком. Також для малюка потрібно буде обрати сімейного лікаря, який слідкуватиме за календарем щеплень та загальним розвитком дитини. Для того, щоб отримати свідоцтво про народження дитини у Польщі, треба звернутися до польського аналога ЗАГСу. Із собою потрібно мати наступні документи:

- інформаційну карту з пологового,
- закордонні паспорти батьків,
- свідоцтво про народження матері,
- свідоцтво про шлюб (за наявності перекладу на польську мову).

**Важливо!** Якщо українка народжує у Польщі, польське громадянство новонародженому автоматично не надається.

Щоб отримати українське громадянство, потрібно подати до найближчого українського консульства перекладене українською свідоцтво про народження дитини. Тільки тоді дитина отримує довідку про надання громадянства. Наразі, через війну в Україні, фото малюка просто вклеюють в паспорт одного з батьків. Після цієї процедури малюк законно може повернутися в країну.

### **Жіноча консультація**

Всі українки, які перетнули кордон з Польщею після 24 лютого 2022 року, мають право на безоплатну гінекологічну допомогу. Її можна отримати, звернувшись до гінекологічного кабінету. Щоб потрапити на прийом до гінеколога не потрібно брати направлення у сімейного лікаря — українки можуть на пряму звернутися до гінеколога. Знайти і записатися на прийом можна, подзвонивши на номер 800 190 590.

### **Стоматологічна допомога**



У Польщі досить широкий перелік безоплатних стоматологічних послуг. Оскільки польська влада прирівняла українців в правах на медичну допомогу до поляків, то українські діти і дорослі можуть пройти лікування у будь-якого стоматолога, який уклав договір з Національним фондом здоров'я на певний обсяг послуг. Крім того, багато шкіл надають учням стоматологічну допомогу в шкільному стоматологічному кабінеті або в рамках додаткових угод, оформлених школою з особами, які надають такі послуги.

Дорослі й діти мають право на:

- лікування зубного болю у стоматолога чи клініки, що підписали договір з Національним фондом здоров'я (NFZ);
- якщо зуб розболівся після 19.00, то допомогу нададуть в закладах екстреної стоматологічної допомоги;
- пломбування порожнин у зубах: «білі пломби» доступні для дорослих у верхніх і нижніх передніх зубах (від 3+ до +3, від 3- до -3), а для дітей — у всіх зубах;
- лікування кореневих каналів: для дорослих — лікування кореневих каналів від ікла до ікла (3–3), діти до 18 років, вагітні та породіллі до 42-го дня після пологів мають право на лікування кореневих каналів усіх зубів;
- зубні протези: часткове протезування з використанням елементів, оснащених 5 відсутніми зубами, або у разі беззубості — повні протези на верхній або нижній щелепі. Пацієнт має право на послуги протезування раз на 5 років, на ремонт зубних протезів — раз на 2 роки. Якщо це хірургічне лікування черепно-лицевих новоутворень — протези доступні необмежений проміжок часу;
- анестезію;
- медичний огляд стоматолога з інструктажем з гігієни порожнини рота — раз на рік;
- медичний огляд — тричі на рік;
- внутрішньоротовий рентген;
- лікування уражень на слизовій оболонці ротової порожнини;
- видалення зубного каменю;
- очищення зубних кишень;
- одно- та багатокореневе видалення зуба.

Крім того, діти та підлітки віком до 18 років мають право на:

- закріплення фісур перших постійних молярів за допомогою лакування фісури — один раз до досягнення 8 років, а фісур других постійних молярів — один раз до 14 років,
- лакування всіх постійних зубів,
- імпрегнація дентину молочних зубів,
- косметичне покриття недорозвинення емалі постійних зубів,
- лікування захворювань пародонту,
- ортодонтичне лікування знімними апаратами до 12 років.

Це фіксований перелік послуг. Якщо пацієнту потрібна певна послуга, яка не входить в перелік — за неї доведеться заплатити.

У Польщі також безоплатна невідкладна стоматологічна допомога, яка допомагає людям з різким зубним болем в неробочі години. До невідкладних стоматологічних пунктів можна звернутися:

- у будні з 19:00 до 7:00 наступного дня,
- у суботу, неділю та святкові дні — цілодобово.

Карта [невідкладних стоматологічних пунктів](#).

### **Психіатрична допомога**

У Польщі всі особи, які потребують психіатричної допомоги, мають право на отримання безоплатної психіатричної допомоги в рамках державної системи охорони психічного здоров'я, незалежно від громадянства та страхування (згідно з Законом про захист психічного здоров'я).

Пацієнти можуть записатися на прийом до психіатра та психолога без направлення від сімейного лікаря, звернувшись безпосередньо до спеціаліста. Знайти заклад, де консультує психіатр, можна через безоплатну цілодобову гарячу лінію: 800 190 590.

Існують спеціальні установи, які допомагають дітям і молоді з психічними розладами. У разі появи симптомів, що викликають занепокоєння, потрібно в першу чергу звертатися до громадських центрів психологічної і психотерапевтичної допомоги дітям та підліткам.

Якщо пацієнт приймає рецептурний препарат, він може отримати рецепт у Польщі. Для продовження прийому препарату пацієнт повинен звернутися до свого сімейного лікаря або психіатра (знайти сімейного лікаря — 800 190 590). На візит потрібно взяти з собою:

- український рецепт на необхідний препарат;
- посвідчення особи (закордонний паспорт громадянина України або інші документи, що підтверджують особу та факт перетину кордону з Польщею після 24 лютого 2022 року);
- PESEL (за наявності).

Лікар випише рецепт в електронній або паперовій формі (форма рецепта залежить від комплекту документів, які має при собі пацієнт). Детальніше про електронний рецепт можна дізнатися [тут](#).

Якщо у вас немає рецепта, але вам потрібно продовжити лікування, зверніться до сімейного лікаря. Він може виписати рецепт за результатами співбесіди та огляду, і за необхідності також направити до психіатра.

За цим рецептом громадяни України зможуть отримувати ліки. Нагадаємо, влада Польщі частково або повністю відшкодовує громадянам України вартість ліків. Перелік ліків, що підлягають відшкодуванню, можна переглянути за [посиланням](#).

У рамках «Телефону довіри для дітей» Омбудсмена з прав дитини — 800 12 12 12 започатковано чергування психологів, які надають підтримку українською та російською мовами. Дитяча лінія Омбудсмена у справах дітей працює у взаємодії з Міністерством охорони здоров'я Польщі. Це дає змогу надавати підтримку дітям і молоді, а також їхнім батькам та піклувальникам. Номер працює цілодобово, дзвінки безкоштовні; також можна отримати допомогу в чаті. Більше інформації: <https://brpd.gov.pl/>

Психологічна допомога дорослим і дітям – [bit.ly/3QQ0w2b](https://bit.ly/3QQ0w2b).

**Лікування залежностей**

Наркозалежні особи та їхні родичі в Польщі мають право на безкоштовне лікування залежностей в рамках державної системи охорони здоров'я.

Особи з України, що прибули до Польщі після 24 лютого 2022 року, можуть скористатися лікуванням від залежності в Польщі на підставі підтвердження дати перетину польського кордону не раніше 24 лютого 2022 року.

Перелік закладів, що займаються лікуванням залежностей, можна знайти на веб-сторінках <https://www.kbpn.gov.pl> та <https://parpa.pl>

Замісна терапія.

Громадяни України можуть скористатися замісною терапією на умовах, визначених наказом Міністра охорони здоров'я про замісну терапію від 1 березня 2013 року.

Національний центр профілактики залежностей опублікував на своєму сайті перелік програм замісної терапії українською мовою: <https://www.kbpn.gov.pl/portal?id=107094>

В замісній терапії в Польщі використовується як метадон, так і бупренорфін.

Громадяни України, які проходять лікування гепатиту С або інших захворювань печінки, можуть скористатися програмами зменшення шкоди, соціальної та психосоціальної допомоги в таких установах:

- Jump93, вул. Маршалковська, буд. 85, Варшава, 00-683
- [Асоціація JUMP93](#)
- Фундація соціальної політики «Прекурсор», Алеї Єрозолімські, буд. 83/1, 02-001, Варшава [Фундація «ПРЕКУРСОР» \(укр.\)](#)
- Асоціація MONAR — Люблін, вул. Монтажова, буд. 16, 20-214, Люблін
- [MONAR ЛЮБЛІН](#)
- Фундація SALIDA вул. Єдності Народовей, буд. 153/1, 50-303 Вроцлав
- [Фундація SALIDA](#)
- Асоціація MONAR Краків, вул. Краковська, буд. 19, 31-062 Краків
- [MONAR КРАКІВ \(рос. мова\)](#)
- Телефон довіри для осіб з України, зокрема для наркозалежних
- Національний центр протидії наркозалежності повідомляє про створення Телефону довіри для осіб з України. Почали роботу два номери:
- безкоштовний: 800 11 08 11 та оплачуваний за тарифами оператора: 22 290 7000.

Ідея створення Телефону довіри полягає не лише в допомозі у розв'язанні проблем, пов'язаних із залежністю, а й у підтримці людей з України, які через війну опинилися в Польщі та мають потребу поспілкуватися й розповісти, через що їм довелося пройти.

Працівники цієї гарячої лінії мають досвід надання психологічної допомоги. Розмови на Телефоні довіри ведуться українською та російською мовами.

Телефон працює щодня, з 16:00 до 21:00.

**Допомога для важкохворих пацієнтів та тих, хто бореться з рідкісними захворюваннями**

Сімейні лікарі в Польщі займаються контролем хронічних і рідкісних захворювань у людей. Якщо українець, який має хронічні або орфанні

захворювання, переїхав до Республіки Польщі після 24 лютого 2022 р., йому обов'язково потрібно стати на облік до сімейного лікаря.

Знайти заклад, де приймають сімейні лікарі, можна через безоплатну цілодобову гарячу лінію: 800 190 590.

Сімейні лікарі стежать за здоров'ям хронічно хворої людини, відслідковують динаміку та виписують рецепти на потрібні ліки. Якщо стан пацієнта викликає занепокоєння або різко погіршився, сімейний лікар випише направлення до лікаря вузької спеціальності.

Якщо пацієнту з хронічними хворобами різко стало зле, і це загрожує його життю — потрібно викликати швидку медичну допомогу. Якщо загрози життю немає, то варто звернутися до сімейного лікаря за направленням на спеціалізовану допомогу.

Виключення становлять люди, які борються з раком. Ці пацієнти можуть напряму звертатися до онкологічних центрів й отримувати медичну допомогу безпосередньо там. Адже направлення до онколога від сімейного лікаря в Польщі не потрібне. Більше інформації про лікування онкології в Польщі: 800 190 590.

#### **Корисні посилання:**

- інформація про лікування туберкульозу в Польщі: [bit.ly/3u5hb87](https://bit.ly/3u5hb87),
- телефон довіри ВІЛ/СНІД: 800 888 448 (з понеділка по п'ятницю, з 10:00 до 14:00, чергує україномовний лікар),
- сімейні лікарі проводять тестування на гепатити В і С, а також видають направлення на лікування. Перелік лікарень, які пропонують лікування: [bit.ly/3OD2u3W](https://bit.ly/3OD2u3W).

#### **Застосунок, який допоможе пацієнтам з України спілкуватися з лікарями в Польщі**

Міністерство охорони здоров'я запустило застосунок LikarPL, який полегшить медичне консультування громадян України. Застосунок дозволить швидко діагностувати стан здоров'я пацієнта, а також забезпечить спілкування пацієнта з лікарем, який не володіє українською мовою.

Застосунок складається з двох модулів – для пацієнта та для лікаря. У модулі пацієнта є спеціальна форма для введення основних даних про стан здоров'я. Це дозволить лікарю підготуватися до консультації. Анкету можна заповнити на комп'ютері чи телефоні, вона доступна українською, російською, польською та англійською мовами.

Після заповнення форми слід запам'ятати або записати її індивідуальний номер. Перед консультацією пацієнт повідомляє лікарю цей номер; крім того, лікар запитує у пацієнта дату народження. За наданими даними застосунок знаходить заповнену форму. Її також можна завантажити та роздрукувати. Форма доступна українською, польською та англійською мовами.

Під час візиту використовується модуль лікаря. Завдяки застосунку, під час медичної консультації українська/російська перекладається польською, а польська – українською/російською. Якщо пацієнт розмовляє українською, лікар отримує розшифровку його слів польською. Лікар спілкується польською, а пацієнт отримує розшифровку його слів українською. Модуль забезпечує ефективну комунікацію між лікарем і пацієнтом.

І форму, і розшифровку консультації можна згенерувати в форматі PDF і роздрукувати. Сформований файл буде доступний українською, російською, польською та англійською мовами.

Застосунок доступний за посиланням: <https://likar.mz.gov.pl>