

Dlaczego teleporada powinna być pierwszym kontaktem z internistą w czasie pandemii SARS-CoV-2

Aktualnie Polska jest krajem lokalnej transmisji koronawirusa SARS-CoV-2. Kiedy może stać się osobą zarażoną. Nie kiedy jednak zaprezentuje objawy chorobowe. Im mniej kontaktujemy się ze sobą w czasie pandemii, tym mamy mniejsze ryzyko wzajemnego zarażenia. Zalecenie samoizolacji i podstawowych zasad higieny w aktualnym czasie wydaje się najlepszą prewencją szerzenia się pandemii.

Jeśli jestem zdrowa, nie mam chorób przewlekłych, mogę ulec zarażeniu i nie mieć objawów. Mogę też nie mieć świadomości bycia zarażoną.

Ktoś jednak, kto jest w starszym wieku, leczy się z powodu chorób przewlekłych, po kontakcie z osobą zarażoną – nawet bezobjawową, może cięko zachorować i wymagać pobytu w szpitalu.

Jeśli lekarz proponuje teraz teleporadę, to po to, by ograniczyć Twoje ryzyko zarażenia. Jest to szczególnie ważne przy objawach infekcji. Jeśli je masz – tym bardziej powinieneś kontaktować się z placówką telefonicznie.

Każda osoba z objawami infekcji musi być w chwili obecnej podejrzewana o zarażenie koronawirusem. Co nie znaczy, że każda osoba z objawami infekcji musi być kierowana do szpitala.

Lekarz w czasie rozmowy telefonicznej ustali:

- czy możesz leczyć się w domu,
- jak powinieneś obserwować swoje objawy, kiedy ponownie zadzwonić, kiedy przyjść na osobiste badanie,
- jak postępować,
- jak dłużej pozostawać w domu,
- kiedy powinieneś powiadomić Stację Sanitarno – Epidemiologiczną,
- kiedy powinieneś skierować się do Szpitala Zakaźnego lub przemianowanego na zakaźny,
- kiedy powinieneś wezwać pogotowie.

Lekarz w czasie teleporady może:

- wydać zalecenia
- e-receptę
- e-zwolnienie.

W ramach teleporady odnośnie przewlekłych schorzeń lekarz ustali wskazania do konieczności osobistego zbadania – ustali wtedy czas wizyty tak, aby ograniczyć Twój kontakt z innymi chorymi w placówce.

To, o czym teraz nie wolno zapomnieć, to takie ważne zasady:

- ogranicz do minimum kontakty z innymi osobami
- przy niezbyt dnych kontaktach z innymi osobami zachowaj odlego?? co najmniej 1 metra
- zas?aniaj usta i nos w przypadku kichania i kaszlu, nie u?ywaj?c r?ki, zas?o? si? r?kawem
- cz?sto myj i dezynfekuj r?ce
- dezynfekuj powierzchnie, których dotykasz Ty i inni np. klamki, telefon, klawiatur? komputera
- skontaktuj si? z Sanepidem / infolini? NFZ w przypadku wyst?pienia objawów tj.:
 - wzrost temperatury cia?a powy?ej 38 st. C
 - kaszel i/lub duszno??
- w przypadku ci??kich dolegliwo?ci, znacznego os?abienia, duszno?ci – wezwij pogotowie, informuj?c, ?e masz objawy infekcji.
Tylko odpowiedzialno?? ka?dego z osobna pozwoli na zmniejszenie powik?a? pandemii.

Wiele spokoju i zdrowia.

Zapraszamy do [umawiania wizyt u lekarzy internistów City Clinic](#)



Tekst:

[dr Justyna Papierz](#) – nefrolog, internista

Zamieszczone teksty stanowi? w?asno?? intelektualn? autorów, tym samym nie mog? by? wykorzystywane w ca?o?ci lub w cz??ci bez zgody autorów.