

DOLNY ŚLĄSK - Jak korzystać z opieki zdrowotnej na wakacjach?

Napisano dnia: 2025-07-04 14:28:24



(Inf. zewn.). **Wakacje w Karkonoszach, nad Bałtykiem, na Mazurach lub za granicą? Niezależnie od tego jak dobrze się do nich przygotowujemy, czasem niespodziewana choroba może pokrzyżować plany. W takim wypadku warto wiedzieć gdzie i jak szukać pomocy medycznej.**

Urlop w Polsce

Kiedy jesteśmy daleko od domu, na urlopie w Polsce nadal możemy korzystać z opieki zdrowotnej w najbliższej placówce w ramach swojego ubezpieczenia w NFZ.

Lekarz podstawowej opieki zdrowotnej

Przebywając poza miejscem zamieszkania, możemy skorzystać z pomocy lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ), a koszt wizyty zostanie pokryty przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Do wizyty nie potrzebujemy skierowania. Nie obowiązuje także rejonizacja, a więc możemy wybrać dowolną placówkę w Polsce.

Placówki podstawowej opieki zdrowotnej są otwarte dla pacjentów od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00-18.00.

Opieka medyczna w nocy, w weekend i w święta

Jeśli poczuje się gorzej późnym wieczorem lub nocą, pomoc uzyskamy bezpłatnie w ramach ubezpieczenia zdrowotnego w placówkach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej. Placówki działają od poniedziałku do piątku, w godz.: 18:00 - 8:00, oraz w weekendy i święta, przez całą dobę. Tutaj także nie obowiązuje rejonizacja, a pomoc uzyskamy bez skierowania czy wcześniejszego umawiania się na wizytę.

W ramach pomocy medycznej lekarz i pielęgniarka pomogą pacjentom, którzy nagle zachorowali lub ich stan zdrowia się pogorszył, ale nie mają objawów sugerujących bezpośrednie zagrożenie życia, a którym środki domowe lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy.

W ramach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej uzyskamy poradę lekarską, zwolnienie lekarskie (jeśli występują wskazania medyczne), e-receptę na potrzebne leki a także zabiegi pielęgniarstwa, np. zastrzyki.

Najbliższe punkty nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej można sprawdzić tutaj:

[Nocna i świąteczna opieka zdrowotna](#)

DOW NFZ
Wrocław