

# APEL

## NIE TYLKO DO SENIORÓW

**Jesteś osobą starszą, masz problemy zdrowotne i obniżoną odporność?**

- Unikaj miejsc zatłoczonych, jeśli nie musisz wychodzić, zostań w domu" - radzi rządowy portal pacjent.gov.pl.
- Wszędzie bowiem, gdzie mamy bliski - poniżej dwóch metrów - kontakt z innymi ludźmi, możemy zakazić się wirusem. Osoby starsze, chore przewlekłe z obniżoną odpornością, powinny szczególnie zadbać o swoje bezpieczeństwo.
- **Jeśli jesteś osobą samotną, bez rodziny lub nie w pełni samodzielną, zgłoś telefonicznie do Ośrodka Pomocy Społecznej, ( tel. 34/35-41-120, 665-440-899), że potrzebujesz wsparcia.**
- Jeśli musisz wychodzić, unikaj bliskich kontaktów z innymi ludźmi, nie podawaj ręki, nie całuj się na przywitanie, zachowaj dystans. Możesz założyć rękawiczki, które upierzesz po powrocie do domu. Myj ręce zaraz po powrocie do domu. Kiedy jesteś na zewnątrz, nie dotykaj twarzy.
- Gdy kończą się leki warto skorzystać z e-recepty. Unikając wizyty w przychodni, unikamy niepotrzebnego ryzyka.
- Zadzwoń do swojego lekarza, jeśli potrzebujesz, by Ci przepisał leki. W niektórych przychodniach możesz skorzystać z czatu. Po konsultacji lekarz wystawi Ci e-receptę. Kod e-recepty przyjdzie na wybrany mail lub jako SMS na wskazany numer telefonu. E-recepta będzie też dostępna na Twoim Internetowym Koncie Pacjenta" - edukuje portal pacjent.gov.pl.
- Jeśli jesteśmy osobą starszą warto skorzystać z możliwości, by ktoś - córka, syn lub wnuk - odbierał za nas e-recepty i je realizował. Internetowe Konto Pacjenta to umożliwia. Jedynym warunkiem jest to, by bliska osoba również posiada IKP i dostała od nas pełnomocnictwo.

Na portalu pacjent.gov.pl jest instrukcja jak upoważnić bliskich. Upoważnienie zawsze można cofnąć.

Halina Knapik

kierownik GOPS Radków