

POČUTIM SE SLABO, ZBOLEL-A SEM, KAKO NAJ SE RAVNAM?

Nekdo je življenjsko ogrožen	- Poklicati na 112
Zdravstveno stanje se je nenadoma hudo poslabšalo	- Poklicati zdravstveni dom v občini bivanja . - <i>Ob zelo hudem poslabšanju ali ogrožajočem stanju (opisano spodaj) poklicati na 112.</i>
Zboleli smo in nismo življenjsko ogroženi	- Obiskati osebnega zdravnika ali zdravnika, ki ga nadomešča v rednem delovnem času.

KDAJ IN KAKO POKLICATI NUJNO MEDICINSKO POMOČ 112?

112 pokličemo kadar je ogroženo človeško življenje, torej:

- srčni zastoj in zastoj dihanja - oseba v globoki nezavesti, na klic se ne odziva, če jo nežno stresemo za ramena se ne premika, **ne diha** ali hrope / smrči, koža pomodrela,
- kratkotrajna (nekaj sekundna) in dolgotrajna (nekaj minutna) izguba zavesti (oseba je ležala v nezavesti in se je hitro uvedla ali v trenutku klika še leži v nezavesti vendar DIHA),
- motnje zavesti pri sladkornih bolnikih,
- dušenje (npr. zaradi tujka),
- oteženo nenadno poslabšanje dihanja pri znanih srčnih / pljučnih in kroničnih bolnikih,
- nenadne in neobičajne bolečine v prsih s težkim dihanjem in / ali potenjem,
- nenadne in neobičajne hude bolečine v trebuhu, s slabostjo in / ali bruhanjem,
- nenadno nastale motnje srčnega ritma - prepočasen, prehiter, nepravilen ritem,
- krči z motnjami zavesti,
- nenadno otežen govor, slabost ali ohromelost katerega koli dela telesa,
- hude poškodbe s krvavitvami nastale v prometnih, delovnih in ostalih nesrečah,
- neobičajne hude krvavitve iz katere koli naravne telesne odprtine,
- nosečnice z nenadnimi in neobičajnimi bolečinami v trebuhu s krvavitvijo,
- porod na terenu / doma,
- več dni visoka temperatura, ob tem je oseba omotična, oslabela, bleda in potna,
- nenaden hud glavobol z bruhanjem in z pridruženimi motnjami vida in zavesti,
- obsežne opekline večjih delov telesa,
- udar električnega toka ali strele,
- podhladitve, vročinski šok,
- utopitve,
- zastrupitve z zdravili, mamilami, kemikalijami, plini,
- hude alergijske reakcije z oteženim dihanjem in motnjami zavesti,
- nenadne spremembe v vedenju, ki povzročajo nevarnost za pacienta in okolico.

Ob klicu na 112 prosimo, da ustrezne podatke posredujete čim bolj zbrano in umirjeno. Seznanjeni morate biti z zdravstvenim problemom, zaradi katerega kličete, dobro poslušati vprašanja in navodila dispečerja. Vedno je potrebno počakati na zvezi, saj bomo morda za vas imeli dodatna vprašanja ali vam posredovali navodila za učinkovito ravnanje na kraju nesreče. Zanima nas predvsem:

- Kdo kliče? - Kakšno pomoč potrebujete?
- Kaj se je zgodilo? - Koliko je ponesrečencev in kdo so?
- Kje se je zgodilo? - Kakšne so poškodbe?
- Kdaj se je zgodilo? - Kakšne so okoliščine na kraju nesreče?

Po klicu ohranite prost telefon v primeru, da bi vas ekipa iz nujnega vozila ali dispečer želeli poklicati nazaj.

CENTRALNA URGENTNA IN SLUŽBA SLUŽBA OBALNIH ZDRAVSTVENIH DOMOV

NUJNE MEDICINSKE POMOČI



POMEMBNE INFORMACIJE ZA PACIENTE

Zloženko natančno preberite in jo shranite

SLUŽBA NUJNE MEDICINSKE POMOČI – NMP

Služba NMP je zagotovljena v zdravstvenih domovih posameznih občin (ZD Izola, ZD Koper in ZD Piran) od ponedeljka do petka od 7:00 do 20:00. Ponoči in ob dela prostih dnevih kadar so zdravstveni domovi zaprti izvajamo NMP v sklopu CUS (Centralne Urgentne Službe) v pritličju Splošne Bolnišnice Izola.

CENTRALNA URGENTNA SLUŽBA - CUS

CUS je organizirana oblika službe nujne medicinske pomoči (**NMP**), ki deluje v **času dežurstva**, ko so vsi trije zdravstveni domovi na Obali **zaprti**. CUS deluje v nočnem času med 20:00 in 07:00 ter ob sobotah, nedeljah in praznikih. CUS je namenjena zagotavljanju NMP:

- osebi, ki **ne kaže znakov življenja**, je v nezavesti oz. se ne odziva ali težko diha,
- osebi, ki je zaradi bolezni ali poškodbe **neposredno življenjsko ogrožena**,
- osebi pri kateri bi zaradi nenadnega poslabšanja bolezni lahko **v kratkem času prišlo do življenjske ogroženosti**,
- ter ob večjih nesrečah in katastrofah.

V času dežurstva se CUS izvaja:

- **v ambulantni** nujne medicinske pomoči v Splošni Bolnišnici Izola,
- **na terenu in na domu** z izvozom ekipe NMP v primeru nujnega stanja.

CUS se nahaja:

- v pritličju Splošne Bolnišnice Izola, na koncu hodnika B,
- ponoči ob delavnikih (od 20:00 do 7:00) in
- ob dela prostih dnevih (sobota, nedelja in prazniki 24 ur/dan)

Pediater na CUS se nahaja:

- v pritličju Splošne Bolnišnice Izola, na začetku hodnika B samo ob dela prostih dnevih (sob., ned. in prazniki) od 8:00 do 18:00. V preostalem času bodo nujni pediatrični primeri obravnavani v splošni ambulanti CUS.

TELEFONSKE ŠTEVILKE ZDRAVSTVENIH DOMOV

ZD IZOLA: 05 6635 000 ZD KOPER: 05 6647 100 ZD PIRAN: 05 6773 320

Klici na št. zdravstvenih domov so v času dežurstva preusmerjeni v ambulanto CUS.

STANJA, KI NE SODIJO MED NUJNA IN ŽIVLJENSKO OGROŽUJOČA:

- Prehladna in gripozna obolenja.
- Povišana tel. temperatura, ki traja manj kot 3-5 dni, ob tem pacient ni prizadet.
- Bolečina v ušesih brez visoke tel. temperature in brez izcedka iz sluhovoda.
- Bolečina v žrelu brez visoke tel. temperature, brez težkega dihanja ali prizadetosti.
- Blago pordele oči brez motenj vida zaradi izpostavljenosti soncu, vetru.
- Bolečine v mišicah in sklepih, brez povišane tel. temperature in oslabelosti.
- Bolečine v križu brez povišane tel. temperature, občutka pekočega / pogostega uriniranja ali omrtvelosti in občutka zbadanja oz. oslabelosti spodnjih okončin.
- Izolirane bolečine vratnih in ramenskih mišic zaradi prepaha, fizičnega napora, napačne drže telesa ter ležanja, ki se ob premikanju glave / vratu / ramena poostrijo in so občutljive.
- Odstranjevanje klopa in izpiranje ušesa (sluhovoda).
- Predpis postkoitalne kontracepcije in cepljenje.
- Stare poškodbe brez zapletov.
- Blage udarnine in rane, ki ne segajo globlje od podkožja.
- Piki žuželk in komarjev z blago lokalno kožno reakcijo in oteklino.
- Zaraščen noht, glivična okužba stopal in obnohtja, žulji, otiščanci in podobno.

NMP in dežurna ambulanta CUS nista namenjeni:

- Predpisovanju zdravil, ki jih redno jemljete
- Izdaji napotnic za naročene preglede

Ob vseh opisanih nenujnih stanjih se je treba obrniti na osebnega zdravnika ali zdravnika, ki ga nadomešča. Osebni zdravnik vas najbolje pozna, ima vpogled v vašo zdrav. dokumentacijo in pristojnosti, da vas zdravi in usmerja pri zdravljenju. Glede na navedeno Vas vljudno prosimo, da **NMP** in **CUS** ne obremenjujete po nepotrebem in tako omogočite hudo obolelim in poškodovanim, da so hitro in kvalitetno oskrbljeni. S pozitivnim prizadevanjem boste na ta način tudi vi izkazali solidarnost do bolj nujnih in hudo prizadetih pacientov. Le z vašim sodelovanjem bo zdravstvena obravnava uspešnejša, strokovnejša in hitrejša.

Kaj če ne vem ali je moje stanje nujno?

Če ste negotovi glede prihoda v dežurno ambulanto ali ste negotovi glede potrebe po nujnem obisku zdravnika na terenu / doma, se lahko predhodno posvetujete z urgentnim oz. dežurnim zdravnikom na tel. številko vašega zdravstvenega doma.

In, če vseeno želim pregled v ambulanti NMP oz. pregled v CUS?

Če zahtevate pregled v NMP vašega zdravstvenega doma ob delavnikih podnevi oz. v dežurni ambulanti CUS v času dežurstva, ali hišni obisk za zdravstveno stanje, za katerega zdravnik presodi, da ni bilo življenjsko ogrožajoče in ni bilo potrebno nujno zdravljenje, se taka storitev zavede kot **samoplačniška**. Tudi zdravila, ki vam jih nujni in dežurni zdravnik v takem primeru predpiše, se izdajajo na beli recept in **jih plačate sami**. V primeru nujnega stanja, storitve niso plačljive!

Kdaj je potrebno storitev plačati ali doplačati?

Na podlagi Pravil ZZZS ste za zdravstvene storitve dolžni plačati:

- Če v dežurni službi uveljavite storitve, ki niso nujne
- Če uveljavljate storitve, ki niso nujne pri zdravniku, ki ni vaš osebni zdravnik
- Če nimate urejeno zdravstveno zavarovanje

OTROK JE ZBOLEL, ALI JE NUJNO?

Spoštovani starši / skrbniki; večina obolenj pri otrocih poteka brez zapletov! Ni razloga, da bi neprizadetega otroka, samo zaradi vročine ali zaradi bolečin v ušesu ali v žrelu, sredi noči pripeljali do dežurnega zdravnika. Če otrok dobro prenaša blago povišano telesno temperaturo te ni potrebno zniževati. Do obiska pediatra naslednjega jutra lahko otroku pomagata s splošnimi ukrepi (uživanje tekočine in večkratno hlajenje z mlačnimi obkladki). Uporabite lahko tudi zdravila za znižanje povišane telesne temperature in protibolečinska zdravila na podlagi Paracetamola v obliki sirupa ali svečk, ki so na voljo brez recepta.

Dežurno ambulanto CUS obiščemo kadar je otrok hudo bolan, prizadet oz. kaže znake, ki bi lahko v kratkem času privedle do poslabšanja. Ti znaki so najpogostejše:

- motnje zavesti ali neutolažljiv jok,
- visoka vročina, ki jo ne moremo znižati z zgoraj opisanimi splošnimi ukrepi,
- pogosto bruhanje in pogosto odvajanje tekočega blata ob nezadostnem uživanju tekočin, otrok posledično manj lula, koža pa postane bleda ali sivkasta,
- težko diha / hrope / piska,
- toži za močnimi bolečinami v trebuhu in mu je slabo / bruha in ima povišano telesno temperaturo,
- hude alergične reakcije z motnjami zavesti in težkim dihanjem,
- posebej bodimo pozorni kadar so redko istočasno prisotni naslednji znaki: motnje zavesti / vročina / glavobol / bruhanje / trd vrat / vijolični izpuščaji, ki spominjajo na manjše modrice in ob dotiku ne izginejo.

Posebna skupina so dojenčki. Pomembno je prepoznati resne znake obolenja, kot so: neutolažljiv jok; dalj časa visoko povišana telesna temperatura, ki jo ne uspemo znižati, ob tem zavrača tekočine; mlahav, odsoten in neodziven pogled, koža pa bleda in marmorirana; in kadar je prisotno hitro in težko dihanje, piskanje in hropenje.

Če niste prepričani ali rabite posvet pokličite izbranega pediatra. V času dežurstva pokličite dežurnega zdravnika in prihranite otroku nepotrebno čakanje v polni čakalnici. Zdravnika bodo zanimali osnovni podatki: starost, teža, zdravila, ki jih jemlje, katere otroške bolezni je že prebolel, ali je redno cepljen in kdaj je nazadnje obiskal zdravnika. Na podlagi posveta se bomo skupaj odločili ali bo potrebno pripeljati otroka na pregled.

Kaj pa, če rabim samo antibiotik?

Najbolj pogosti povzročitelji prehlada, nahoda, gripe, vnetja žrela in vnetja ušes so virusi, težave pa v nekaj dnevih praktično same izzvenijo. Na začetku zdravljenja teh običajnih obolenj praviloma **NE IZDAJAMO ANTIBIOTIKOV V DEŽURNI AMBULANTI**. Lahko si pa sami pomagata z rednim jemanjem zdravil: proti povišani telesni temperaturi, za lajšanje glavobolov, proti bolečinam v žrelu, v ušesih, v mišicah in v sklepih; zelišča za grgranje in za inhaliranje ter sirupov za pomiritev kašlja oz. za izkašljevanje. Zagotovite si zadostno uživanje tekočin in nekajdnevni počitek. Kadar se po nekaj dnevih znaki obolenja ne izboljšujejo ali celo poslabšujejo pa se posvetujte z zdravnikom.

STAROSTNIKI IN KRONIČNI BOLNIKI

Pri sebi imejte zmeraj celoten seznam in odmerek zdravil, ki redno jemljete zjutraj, opoldne, zvečer ter po potrebi. Navedite na kaj ste alergični. V primeru poslabšanja zdravstvenega stanja vam bo zdravnik tako najhitreje pomagal.