

## **Szanowny Pacjencie,**

dziękujemy, że powierzyłeś swoje zdrowie w nasze ręce. Jest to dla nas prawdziwy zaszczyt i zrobimy co w naszej mocy, żeby dbać o nie najlepiej jak potrafimy - z najwyższym szacunkiem i zgodnie z najlepszą wiedzą medyczną.

Poniżej znajdziesz garść przydatnych informacji związanych z procesem szczepień przeciw chorobie COVID-19. Zapoznaj się proszę z nimi, dzięki czemu proces szczepienia przebiegnie dla Ciebie w sposób sprawny i bezpieczny.

**Poza tym dokumentem załączamy jeszcze 2 formularze. Prosimy Cię o ich wypełnienie i zabranie ze sobą do VITAPLUS (ul. Patrice Lumumby 3) w dniu szczepienia.** Jeżeli ilość pisania jest zbyt duża lub tekst jest zbyt mały skorzystaj proszę z pomocy kogoś bliskiego.

**Zespół NZOZ VITAPLUS**

### **PRZYDATNE INFORMACJE:**

Przed wszystkim pamiętaj proszę, że **JEŻELI NIE MOŻESZ PRZYJŚĆ - POINFORMUJ NAS O TYM!** Dostajemy ściśle określoną ilość dawek na tydzień, więc jeżeli nie możesz się pojawić, to daj nam znać, **aby ze szczepionki skorzystał ktoś inny.**

### **CO ZROBIĆ PRZED SZCZEPIENIEM?**

- 1) **Przyjmij wszystkie LEKI stosowane przewlekłe zgodnie z rozpiską.** Nie ma potrzeby, aby cokolwiek odstawiać lub zwlekać z przyjęciem na okres po podaniu szczepionki.
  - 2) **ZJEDZ** wszystkie posiłki zgodnie z codzienną rutyną. Nie ma potrzeby przychodzić na czczo. Jeżeli szczepienie ma miejsce rano należy zjeść pożywne śniadanie. W przypadku szczepienia popołudniowego warto pomyśleć także o zjedzeniu obiadu.
  - 3) Właściwe **NAWODNIENIE** to absolutna podstawa zdrowia i bezpieczeństwa! Nie należy obawiać się wypicia kawy, herbaty lub wody przed wizytą nawet jeżeli może się to wiązać z koniecznością skorzystania z łazienki w trakcie pobytu w Poradni. Brak właściwego nawodnienia może spowodować hipotensję, złe samopoczucie, osłabienie.
  - 4) **Unikaj alkoholu i innych używek.** Na szczepienie należy przyjść trzeźwym, aby nie zostać zdyskwalifikowanym. Kieliszek koniaku na odwagę z pewnością nie pomoże. Podobnie po szczepieniu należy unikać alkoholu przez kolejne 24 godziny.
  - 5) **WYBIERZ WŁAŚCIWE UBRANIE!** Szczepienie otrzymuje się w ramię, więc rzeczą kluczową i bardzo ważną jest, aby ubrać się swobodnie. Najlepiej aby pod okryciem wierzchnim był **podkoszulek z krótkim rękawem, aby możliwe było zaszczepienie bez jego zdejmowania.**
- Należy unikać guzików, ozdób, niepotrzebnych dodatków, które przedłużą proces szczepienia.

## CO ZE SOBĄ ZABRAĆ I JAK SIĘ PRZYGOTOWAĆ?

1) **KONIECZNIE ZABIERZ WYPEŁNIONE I PODPISANE OBIE ANKIETY** z wywiadem medycznym – ankiety mogą zostać wysłane do Państwa e-mailem (jeżeli otrzymamy prośbę w tej sprawie na adres rejestracja@vitaplus.pl) lub można je pobrać z rejestracji przed terminem szczepienia.

2) Ankieta musi być **UZPEŁNIONA W DOMU** na dzień przed! Jest to bardzo ważne, gdyż bez tego kwalifikacja do szczepienia nie będzie możliwa, a wypełnienie ankiety na miejscu jest zbyt czasochłonne i będzie powodować opóźnienia, które zagrażą bezpieczeństwu naszych wspaniałych Pacjentów. **W miejscu na datę i podpis pod zgodą na szczepienie koniecznie wpisz DATĘ SZCZEPIENIA.**

3) **PUNKTUALNOŚĆ** - bardzo ważne, aby stawić się dokładnie na wyznaczoną porę. Nie 30 minut wcześniej, nie 10 minut później - umawiamy na konkretną godzinę dla Państwa bezpieczeństwa. **O wyznaczonej godzinie odbywa się kwalifikacja lekarska, a następnie szczepienie.**

Nie ma potrzeby umawiania się wcześniej na oddzielną wizytę u lekarza w celu kwalifikacji.

4) **Dowód osobisty** - szczególnie pacjenci, którzy szczepią się w innym miejscu, niż to, w którym się na co dzień leczą. Dowód prosimy przygotować przed wejściem do gabinetu i przekazać lekarzowi wraz z ankietami medycznymi.

5) **Na drugą dawkę koniecznie weź kartkę potwierdzającą szczepienie otrzymaną po pierwszym szczepieniu.**

6) **Okulary, aparat słuchowy** i inne potrzebne rzeczy, które pomagają w komfortowym funkcjonowaniu.

## CO PO SZCZEPIENIU?

1) Po szczepieniu należy poczekać na miejscu **15 minut** dla własnego bezpieczeństwa.

2) Nie planujemy w tym dniu żadnych prac związanych z wysiłkiem.

3) Unikamy alkoholu przez kolejne 24 godziny.

4) Bóle mięśni, stan podgorączkowy, ból głowy, osłabienie - to normalne objawy po szczepieniu. Nie panikujemy, czekamy 1-2 dni, bo w tym czasie zwykle objawy ustąpią. Jeśli dolegliwości będą się nasilały lub pojawi się gorączka można przyjąć **PARACETAMOL / APAP** w dawce 500mg co 4-6 godzin (maksymalnie do 8 tabletek 500mg na dobę). Gdyby objawy w dalszym ciągu nie ustępowały należy skontaktować się ze swoim lekarzem POZ.

5) **PEŁNĄ ODPORNOŚĆ POSZCZEPIENNĄ NABYWAMY DOPIERO PO TYGODNIU OD DRUGIEJ DAWKI** - dlatego wszelkie aktywności społeczne, spotkania rodzinne i tym podobne odłóżmy do tego momentu.

**Wytrzymaliśmy już ponad rok, warto wytrzymać jeszcze ten krótki czas!**