

# Dane w bagażu podręcznym



Foto: www.sxc.hu

Niezależnie od tego, czy to długi urlop, delegacja, krótki wypad na weekend – do każdej podróży przygotowujemy się skrupulatnie. Pakujemy walizki, zakręcamy krany, zamykamy mieszkanie, prosimy sąsiadów o podlewanie kwiatów. Niektórzy zabierają ze sobą kartę ubezpieczenia zdrowotnego EKUZ lub wykupują dodatkową polisę. Ale czy ktokolwiek z nas pomyślał o zabraniu historii choroby?

ARTUR OLESCH  
Czasopismo OSOZ

Każda podróż to czas wyjątkowy. Kiedy ekscytujemy się wyjazdem i planowaniem, wygrywa w nas tendencja do wykluczania, że coś złego może się przytrafić, zachorujemy lub ulegniemy wypadkowi. Według Światowej Organizacji Zdrowia, co 30 sekund ktoś ginie w wypadku drogowym, a rok rocznie 30–50 mln osób odnosi obrażenia (w skali świata). Niestety, pobyt za granicą często wiąże się z chorobą, nawrotem dolegliwości u chorych przewlekle lub wystąpie-

niem nagłego zagrożenia życia (udar mózgu, zawał serca). Urlop to teoretycznie czas odpoczynku od stresu, ale już sama podróż i gorączka przygotowań mogą prowokować niektóre schorzenia. Dodatkowym obciążeniem dla organizmu może być przykładowo zmiana klimatu. Coraz częściej odwiedzamy kraje, w których występują tropikalne choroby zakaźne.

Trudno zamartwiać się na zapas, ale zgodnie z zasadą „przezorny zawsze ubezpieczony” lepiej wcześniej pomyśleć o ewentualnej konieczności skorzystania z usług medycznych w obcym kraju. W ten sposób unikniemy zbędnych zmartwień, kosztów czy kłopotów. Podstawą jest odpowiedniej wysokości ubezpieczenie podróżne, obejmujące ubezpieczenie zdrowotne. Czasami warto wybrać droższą opcję, aby zapewnić sobie niestandardowe świadczenia jak transport medyczny, akcję ratunkową itd. Zaoszczędzone kilka złotych może nas potencjalnie kosztować nawet kilkanaście, kilkadziesiąt tysięcy złotych wydatków nie wchodzących w zakres ubezpieczenia. Jeżeli podróżujemy po krajach Unii Europejskiej, wystarczy Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego EKUZ, którą łatwo

można uzyskać w oddziałach NFZ na terenie całego kraju. Nawet w przypadku braku karty, refundacja kosztów leczenia nadal nam przysługuje, pod warunkiem kontaktu z NFZ i skompletowania wszystkich rachunków tytułem poniesionych wydatków. W tej sytuacji będziemy musieli często sięgnąć do własnej kieszeni i starać się o zwrot poniesionych kosztów po powrocie do kraju.

Większość osób kończy swoje przygotowania na tym etapie. To duży błąd. Co w przypadku, kiedy niezbędne będzie podanie leku lub podjęcie interwencji chirurgicznej lub, gdy kluczową dla uniknięcia powikłań okaże się historia leczenia pacjenta, informacja o uczuleniach na leki, przebytych chorobach? Trudno zwozić ze sobą plik papierowych kartotek (choć jeden dokument warto wydrukować – o tym w dalszej części artykułu), zwłaszcza w czasach, kiedy można skorzystać z Indywidualnego Konta Pacjenta na platformie Ogólnopolskiego Systemu Ochrony Zdrowia. Dzięki niemu pacjent może mieć zawsze pod ręką wszystkie dane medyczne, z których – dzięki anglojęzycznej wersji konta – będzie mógł także skorzystać lekarz za granicą.

Jak przygotować się do podróży i „ubezpieczyć” pobyt za granicą z Indywidualnym Kontem Zdrowotnym? To całkiem proste, nic nie kosztuje i nie zajmie dużo czasu, a do tego może się okazać decyzją, która pomoże podjąć lekarzowi właściwą i bezpieczną decyzję dotyczącą leczenia, niejednokrotnie ratującą życie. Do walizki należy spakować kartę Ogólnopolskiego Systemu Ochrony Zdrowia wielkości karty kredytowej, która będzie kluczem do danych zgromadzonych na bezpiecznym Internetowym Koncie Pacjenta (IKP). Mówiąc obrazowo, IKP to innowacyjny „sejf”, przechowujący historię leczenia i choroby, którego zawartość dostępna jest tylko i wyłącznie dla posiadacza karty i haseł dostępu.

Dla osób, które do Internetu podchodzą sceptycznie, przygotowano anonimowe konto, nie zawierające danych personalnych. Posiada ono jednak jedną istotną wadę – nie może gromadzić danych zawierających imię i nazwisko pacjenta. Stąd optymalnym rozwiązaniem jest bezpieczne konto personalizowane. Konto przyda się przez cały rok, nie tylko podczas wyjazdu. Im systematyczniej będziemy gromadzić informacje, tym więcej korzyści możemy potencjalnie uzyskać. Mowa nie tylko o zabezpieczeniu w podróży, ale codziennym dbaniu o zdrowie i profilaktyce.

Dane, które podczas leczenia zagranicznego mogą okazać się kluczowe, to m.in. uczulenia na składniki leków, zażywane lekarstwa (ze względu na możliwość wystąpienia interakcji) oraz aktualna historia choroby. Nowy użytkownik konta może wspomniane informacje szybko uzupełnić samodzielnie, korzystając ze słowników dostępnych na koncie. Zaleca się dodanie informacji o lekarzu rodzinnym lub specjalście prowadzącym chorobę przewlekłą, pod opieką którego obecnie się znajduje. Wzmianka o placówce i numerze telefonu do lekarza ułatwi kontakt i konsultację w razie sytuacji wyjątkowej. Poszczególne informacje medyczne pacjent może uzupełniać indywidualnie lub mogą być one wprowadzane przez lekarza podczas wizyty.

Anglojęzyczna wersja Indywidualnego Konta Pacjenta ułatwi obcojęzycznemu lekarzowi poruszanie się po zawartości serwisu. Informacje o lekach zapisywane są w postaci uniwersalnych nazw międzynarodowych, dane o uczuleniach – łacińskimi nazwami składników uczuleniowych. W razie potrzeby uzyskania dodatkowych danych, lekarz, do którego trafiliśmy, może

skontaktować się z lekarzem prowadzącym. W podsumowaniu informacji medycznych znajduje się ponadto grupa krwi, diagnozy lekarskie i aktualne problemy zdrowotne.

Choć Internet jest obecnie w każdym zakątku świata, zawsze rodzi się wątpliwość, co w przypadku, kiedy lekarz nie posiada komputera lub pacjent jest w stanie uniemożliwiającym przekazanie danych do logowania. Dla uzyskania 100% pewności najlepiej wydrukować podstawowe informacje ratunkowe i przechowywać je w bezpiecznym miejscu. Funkcja szybkiego wydruku „kartoteki ratunkowej” dostępna jest na Indywidualnym Koncie Pacjenta.

Dłuższe wakacje lub weekend poza domem – niezależnie od tego, gdzie i jak spędzamy wolny czas, warto zabezpieczyć się na każdą ewentualność i do karty EKUZ lub ubezpieczenia podróżnego dołączyć Kartę Zdrowia Pacjenta. Tak na wszelki wypadek. ●



## Wyjeżdżasz? Zabierz ze sobą dane medyczne.

**Problem** ► Dobre ubezpieczenie pozwoli pokryć wszystkie koszty leczenia za granicą, ale nie zagwarantuje Twojego bezpieczeństwa medycznego. W razie choroby lub wypadku może okazać się, że dla ratowania życia lub podjęcia skutecznego leczenia, lekarz będzie potrzebował danych o dotychczasowej historii choroby, informacji o uczuleniach na leki, zażywanych środkach farmaceutycznych lub po prostu zmuszony będzie wyjaśnić wątpliwości z Twoim lekarzem prowadzącym.

**Rozwiązanie** ► Dane najbezpieczniej gromadzić na Indywidualnym Koncie Pacjenta (IKP) w ramach serwisu Ogólnopolskiego Systemu Ochrony Zdrowia. Konto można bezpłatnie i szybko założyć na stronie [www.osoz.pl](http://www.osoz.pl). Podczas tworzenia konta, użytkownik drukuje samodzielnie Kartę Zdrowia Pacjenta, która stanowi przepustkę do danych medycznych. Taką kartę oferują wybrane placówki na terenie całego kraju. Istnieją dwie wersje konta: anonimowe (bez danych osobowych) lub personalizowane. IKP kumuluje informacje o przebytych chorobach, badaniach, wystawionych receptach, wynikach badań itd.

**Bezpieczeństwo** ► Informacje zgromadzone na IKP są w pełni bezpieczne, dzięki zastosowaniu nowoczesnych algorytmów kodowania. Dostęp do konta posiada tylko jego posiadacz na podstawie hasła.

**W nagłych przypadkach** ► Kiedy zajdzie taka potrzeba, dane zgromadzone na koncie można udostępnić lekarzowi. Podczas pobytu zagranicznego, anglojęzyczna wersja serwisu ułatwi lekarzom odczytanie ważnych informacji ratunkowych. W przypadku wątpliwości, na koncie znajdują się dane kontaktowe do lekarza rodzinnego lub specjalisty prowadzącego pacjenta z chorobą przewlekłą.

**Brak Internetu** ► Przed wyjazdem, dla pewności można dodatkowo wydrukować z pomocą IKP krytyczne informacje medyczne w formie zbiorczego podsumowania. Taki dokument przyda się w przypadku braku dostępu do Internetu lub kiedy pacjent jest w ciężkim stanie (np. nieprzytomny).

**Moje konto zdrowia** ► Indywidualne Konto Pacjenta szybko i bezpłatnie założyć można na stronie internetowej [www.osoz.pl](http://www.osoz.pl). Posiada ono wiele innych funkcji jak programy zdrowotne, kontrola parametrów zdrowia czy programy profilaktyki, które pomogą zadbać o dobrą formę w każdym wieku.