

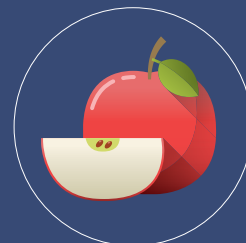
NIEZBĘDNE DLA ZDROWIA

Prawo do ochrony życia i zdrowia gwarantuje nam Konstytucja. Jednak za efekt leczenia odpowiedzialność ponoszą nie tylko organizatorzy ochrony zdrowia, lekarze i inni pracownicy medyczni, lecz również pacjenci. Stosowanie się do poniższych zaleceń pomoże zachować zdrowie w jak najlepszym stanie.



Dbaj o własne zdrowie – **to Twoje największe dobro!**

Zapobiegaj chorobom przestrzegając zaleceń prozdrowotnych, m.in. stosując odpowiednią dietę i aktywność fizyczną.



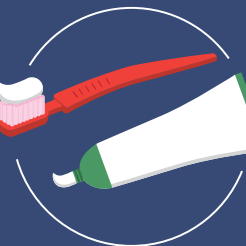
Nie lekceważ niepokojących objawów.

Nie pal papierosów, nie zażywaj narkotyków oraz tzw. dopalaczy, **nie nadużywaj alkoholu.**



Korzystaj ze **szczepień** ochronnych i badań profilaktycznych.

Dbaj o higienę osobistą.



Przedstaw lekarzowi lub farmaceucie swój problem, **niczego nie ukrywając** – zwłaszcza informacji o przyjmowanych lekach i innych produktach.

Stosuj się do zaleceń lekarza, realizuj plan leczenia, zażywaj przepisane leki, a jeśli masz wątpliwości odnośnie działania leków – powiedz o tym lekarzowi lub farmaceucie.



Miej **cierpliwość** w oczekiwaniu na efekt leczenia.

Pamiętaj, że **wzajemne zaufanie pacjenta, lekarza, farmaceuty, pielęgniarki i położnej** oraz innych pracowników medycznych jest niezwykle ważne dla osiągnięcia najlepszych wyników leczenia.



Nie żyj złudzeniami - **reklama i internetowy „dr Google” nie leczą!**

Informuj lekarza o **braku możliwości przyścia na umówioną wizytę**, dasz szansę innym na szybszą pomoc.

