



Przewodnik Pacjenta

Instrukcja obsługi zdrowia

Co tu znajdziesz?

»» <u>Rehabilitacja</u>	→	Strona 2
»» <u>Formy rehabilitacji</u>	→	Strona 3
»» <u>Fizjoterapia ambulatoryjna</u>	→	Strona 4
»» <u>Oddział dzienny</u>	→	Strona 5
»» <u>Stacjonarna Rehabilitacja Ogólnoustrojowa</u>	→	Strona 8
»» <u>Stacjonarna Rehabilitacja Neurologiczna</u>	→	Strona 9
»» <u>Rehabilitacja neurologiczna – kategorie</u>	→	Strona 10
»» <u>Zakład Opiekuńczo - Leczniczy</u>	→	Strona 11
»» <u>O czym warto pamiętać</u>	→	Strona 12
»» <u>Ważne numery</u>	→	Strona 14
»» <u>Ośrodki Centrum Rehabilitacji Tukan</u>	→	Strona 15

Rehabilitacja

Czym jest rehabilitacja?

Rehabilitacja to proces medyczny i terapeutyczny, którego celem jest przywrócenie lub poprawa sprawności utraconej wskutek choroby, urazu lub niepełnosprawności.

Cele rehabilitacji

Rehabilitacja ma także wspierać zdrowie psychiczne i społecznie. Najważniejsze cele to:

- **Odzyskanie sprawności** – takiej, jaka jest możliwa w danym stanie zdrowia (pełnej lub częściowej).
- **Poprawa jakości życia** – zmniejszenie bólu, zwiększenie niezależności i samodzielności.
- **Samodzielność** – umożliwienie wykonywania codziennych czynności (np. ubieranie się, poruszanie po domu, komunikacja z otoczeniem).
- **Zapobieganie powikłaniom** – dzięki ćwiczeniom i terapii można uniknąć przykurczów, osłabienia mięśni czy problemów krążeniowych.
- **Powrót do aktywności społecznej i zawodowej** – w miarę możliwości pacjent może wrócić do pracy i dotychczasowych ról życiowych.





oraz jej formy

1 Ambulatoryjnie (w poradni, bez pobytu)

- wizyta u lekarza specjalisty rehabilitacji,
- wizyta u fizjoterapeuty,
- zabiegi fizjoterapeutyczne (np. ćwiczenia, masaże, zabiegi z użyciem prądu, światła czy ultradźwięków).

2 Oddziale dziennym (pacjent przychodzi na kilka godzin dziennie, ale nie zostaje na noc)

- rehabilitacja ogólnoustrojowa (dla osób po operacjach, urazach, z chorobami przewlekłymi, które wymagają intensywnej terapii).

3 Stacjonarnie (z pobytem całodobowym w szpitalu)

- rehabilitacja ogólnoustrojowa (Przeznaczona jest dla pacjentów, wymagających wszechstronnego postępowania usprawniającego i jednocześnie innych działań terapeutycznych, profilaktycznych, diagnostycznych i edukacyjnych)
- rehabilitacja neurologiczna (np. po udarach, urazach mózgu czy rdzenia kręgowego).

4 Zakład Opiekuńczo - Leczniczy

- całodobowa opieka dla pacjentów, którzy nie wymagają hospitalizacji, ale potrzebują długoterminowej opieki medycznej oraz pielęgnacji.
- poprawa sprawności fizycznej i psychicznej pacjentów, aby mogli w przyszłości samodzielnie funkcjonować w warunkach domowych.

Fizjoterapia ambulatoryjna

1. Skierowanie i czas rehabilitacji

- Na zabiegi potrzebne jest skierowanie od lekarza, który ma umowę z NFZ.
 - Jeden cykl leczenia obejmuje **do 10 dni zabiegowych**, a w ciągu jednego dnia pacjent może mieć **maksymalnie 5 zabiegów**.
-

2. Kto może wystawić skierowanie?

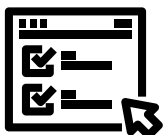
- Najczęściej wystawia je **lekarz rodzinny** lub inny lekarz mający umowę z NFZ.
 - Jeśli problemem są wady postawy albo dysfunkcje narządu ruchu spowodowane wadą postawy, skierowanie musi wystawić lekarz specjalista, np.: rehabilitacji medycznej lub ogólnej, ortopedii i traumatologii, chirurgii ortopedycznej lub urazowo-ortopedycznej (także w trakcie specjalizacji).
-

3. Rejestracja skierowania

- Skierowanie trzeba zarejestrować w wybranym ośrodku **w ciągu 30 dni od daty wystawienia**.
! Po tym czasie traci ono ważność
-

4. Skierowanie od specjalisty z dodatkowymi informacjami

- Jeśli skierowanie wystawi lekarz specjalista w dziedzinie rehabilitacji medycznej, ogólnej lub rehabilitacji w chorobach narządu ruchu, to na skierowaniu może być od razu wskazana lista zalecanych zabiegów oraz liczba powtórzeń każdego z nich w danym cyklu.



KOD SKIEROWANIA
1310

Oddział dzienny

1. Skierowanie i czas rehabilitacji

- Na zabiegi potrzebne jest skierowanie od lekarza, który ma umowę z NFZ.
 - Rehabilitacja w oddziale dziennym trwa **od 15 do 30 dni zabiegowych**, a w ciągu jednego dnia pacjent ma średnio **5 zabiegów**.
-

2. Kto może wystawić skierowanie?

- Może je wystawić lekarz ze szpitala - z oddziału ortopedii, chirurgii, neurologii, reumatologii, onkologii, urologii, chorób wewnętrznych czy rehabilitacji.
 - Skierowanie może też wystawić lekarz z poradni - rehabilitacyjnej, ortopedycznej, neurologicznej, reumatologicznej lub poradni wad postawy.
-

3. Kwalifikacja

- Kwalifikacji do tej formy leczenia dokonuje lekarz oddziału, na podstawie skierowania, aktualnej dokumentacji medycznej i oceny stanu zdrowia.
-



KOD SKIEROWANIA
2300





Stacjonarna Rehabilitacja Ogólnoustrojowa

1. Skierowanie i czas rehabilitacji

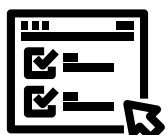
- Na rehabilitację stacjonarną potrzebne jest skierowanie od lekarza.
 - Do skierowania powinna być dołączona aktualna dokumentacja medyczna (lub kopia) potwierdzająca rozpoznanie.
 - Standardowo rehabilitacja **trwa do 6 tygodni**.
 - Zazwyczaj pacjent ma **średnio 5 różnych zabiegów dziennie**.
-

2. Kto może wystawić skierowanie?

- Skierowanie mogą wystawić lekarze ze szpitala - z oddziału urazowo-ortopedycznych, chirurgicznych, neurochirurgicznych, neurologicznych, reumatologicznych, chorób wewnętrznych, onkologicznych, urologicznych
 - Jeśli pacjent ma zaostrzenie choroby przewlekłej, skierowanie może wystawić także lekarz z poradni: rehabilitacyjnej, ortopedycznej, neurologicznej lub reumatologicznej.
-

3. Kwalifikacja

- **Kwalifikacji** do rehabilitacji ogólnoustrojowej w warunkach stacjonarnych **dokонуje lekarz oddziału rehabilitacyjnego**, po ocenie stanu zdrowia i na podstawie dokumentacji medycznej, w dniu przyjęcia na oddział.
-



KOD SKIEROWANIA
4300

Stacjonarna Rehabilitacja Neurologiczna

1. Czas rehabilitacji

Zależnie od stanu zdrowia i chorób współistniejących:

- **12–16 tygodni** (cięższe przypadki, np. po udarze, przy chorobach dodatkowych),
- **6–9 tygodni** (lżejsze przypadki).
- W rehabilitacji przewlekłej – do **6 tygodni raz w roku**.

2. Kto może wystawić skierowanie?

- Skierowanie może wystawić lekarz ze szpitala - z oddziału anestezjologii i intensywnej terapii, neurologii, neurochirurgii, chirurgii ogólnej, ortopedii i traumatologii, chorób zakaźnych, chorób wewnętrznych
- Przyjęcie na podstawie skierowania z poradni specjalistycznej - rehabilitacyjnej, neurologicznej, neurochirurgicznej, chirurgii ogólnej, urazowo-ortopedycznej

3. Kwalifikacja

- Rehabilitacja rozpoczyna się **bezpośrednio po wypisie** ze szpitala albo **w ciągu 14–30 dni od wypisu**. Kwalifikacji dokonuje lekarz oddziału, po ocenie stanu zdrowia i na podstawie dokumentacji medycznej, w dniu przyjęcia na oddział.



KOD SKIEROWANIA
4306



Rehabilitacja neurologiczna – kategorie

Rodzaj rehabilitacji	Czas trwania	Warunki przyjęcia
Zaburzenia funkcji mózgu – Kategoria I	do 16 tygodni (z chorobami współistniejącymi) do 12 tygodni (bez chorób współistniejących)	Bezpośrednio po wypisie lub do 14 dni (z chorobami współistniejącymi) Bezpośrednio po wypisie lub do 30 dni (bez chorób współistniejących)
Zaburzenia funkcji mózgu – Kategoria II	do 9 tygodni (z chorobami współistniejącymi) do 6 tygodni (bez chorób współistniejących)	Bezpośrednio po wypisie lub do 30 dni
Zaburzenia funkcji rdzenia kręgowego i korzeni nerwowych – Kategoria I	do 16 tygodni (z chorobami współistniejącymi) do 12 tygodni (bez chorób współistniejących)	Bezpośrednio po wypisie lub do 14 dni (z chorobami współistniejącymi) Bezpośrednio po wypisie lub do 30 dni (bez chorób współistniejących)
Zaburzenia funkcji rdzenia kręgowego i korzeni nerwowych – Kategoria II	do 9 tygodni (z chorobami współistniejącymi) do 6 tygodni (bez chorób współistniejących)	Bezpośrednio po wypisie lub do 30 dni
Zaburzenia obwodowego układu nerwowego i dystrofie mięśniowe – Kategoria I	do 9 tygodni	Bezpośrednio po wypisie lub do 14 dni
Zaburzenia obwodowego układu nerwowego i dystrofie mięśniowe – Kategoria II	do 6 tygodni	Bezpośrednio po wypisie lub do 30 dni

Zakład Opiekuńczo - Leczniczy

1. Czas pobytu

- Długość pobytu w zakładzie jest uzależniona od stanu zdrowia i oceny w skali Barthel.
 - Do zakładu opiekuńczo-leczniczego mogą trafić tylko **osoby ubezpieczone** lub mające inne **prawo do korzystania ze świadczeń**.
-

2. Kto może wystawić skierowanie?

- Konieczne jest posiadanie skierowania od **lekarza pierwszego kontaktu** lub **lekarza prowadzącego ze szpitala**, a także wywiad pielęgniarki środowiskowej.
-

3. Kwalifikacja

- Do ZOL przyjmowane są osoby po zakończonym leczeniu szpitalnym, które nie wymagają dalszej hospitalizacji, ale nie są w stanie samodzielnie funkcjonować. Warunkiem przyjęcia jest skierowanie od lekarza (rodzinnego lub szpitalnego) oraz wywiad pielęgniarki środowiskowej.
 - Kwalifikacja odbywa się na podstawie **skali Barthel** – do ZOL trafiają pacjenci z wynikiem **do 40 punktów**.
 - Placówki te nie przyjmują osób z chorobami nowotworowymi, ciężkimi zaburzeniami psychicznymi ani pacjentów bardziej samodzielnych (powyżej 40 pkt).
-



KOD SKIEROWANIA
5170



O czym warto pamiętać



Rejonizacja



Czas
oczekiwania



Kody
skierowań

Czy obowiązuje?

Nie obowiązuje, co daje pacjentowi z swobodę wyboru placówki w całej Polsce, w której chce się poddać rehabilitacji w ramach NFZ

Jak długo będę czekać?

Czas oczekiwania na zabiegi może się różnić w zależności od regionu oraz obłożenia placówek. Tu możesz sprawdzić najbliższe terminy:

<https://terminyleczenia.nfz.gov.pl/>

Czemu są ważne?

Unikalne identyfikatory, które umożliwiają weryfikację i przypisanie pacjenta do kolejki. Podanie kodu w rejestracji pozwala zrealizować skierowanie.

Ważne numery

Narodowy Fundusz Zdrowia

 Strona internetowa

www.nfz.gov.pl

 Telefon

800 190 590

 Adres

ul. Rakowiecka 26/30, 02-528 Warszawa

 E-mail

KancelariaElektroniczna@nfz.gov.pl

Oddział Małopolski

 Strona internetowa

www.nfz.gov.pl

 Telefon

12 29 88 404

 Adres

ul. Józefa 21, 31-056 Kraków

 E-mail

kancelaria@nfz-krakow.pl

Biuro Rzecznika Praw Pacjenta:

 Strona internetowa

www.nfz.gov.pl

 Telefon

800 190 590

 Adres

ul. Płocka 11/13, 01-231 Warszawa

 E-mail

kancelaria@rpp.gov.pl



Ośrodki Centrum Rehabilitacji Tukan



Ośrodek Nowy Sącz I

ul. B. Prusa 127G

33-300 Nowy Sącz

- ✓ Stacjonarna rehabilitacja ogólnoustrojowa
- ✓ Komercyjne ambulatorium rehabilitacji
- ✓ Poradnia neurologiczna



725 200 000



recepcja.ns@tukan.info.pl



Ośrodek Nowy Sącz II

ul. Sobieskiego 24

33-300 Nowy Sącz

- ✓ Rehabilitacja dzienna
- ✓ Ambulatorium Rehabilitacji
- ✓ Rehabilitacja dzieci od 10 roku życia



725 300 000



ambulatorium@tukan.info.pl



Ośrodek Łabowa

Łabowa 284

33-336 Łabowa

- ✓ Stacjonarna rehabilitacja neurologiczna
- ✓ Poradnia Rehabilitacyjna
- ✓ Ambulatorium Rehabilitacji
- ✓ Zakład Opiekuńczo-Leczniczy



725 400 000



recepcja.labowa@tukan.info.pl

Call center: 18 479 10 80

Kontakt:

 Strona internetowa

www.tukan.info.pl

 Telefon

18 479 10 80

 Social Media

[@centrum_rehabilitacji_tukan](https://www.instagram.com/centrum_rehabilitacji_tukan)

[@CRTukan](https://www.facebook.com/CRTukan)

 E-mail

biuro@tukan.info.pl

 Adres:

Łabowa 284, 33-336 Łabowa

