

# Bydgoska Koperta Życia dla seniora - skuteczna pomoc medyczna

---

nr karty: **UMB69**

Wyobraźmy sobie taką sytuację... Czujemy się bardzo źle. Przykładowo boli nas okolica serca, coraz trudniej się nam oddycha. Bez zbędnego czekania dzwoniemy na numer 112 i wzywamy pogotowie. Ratownicy są w drodze, jednak nasz stan się pogarsza i tracimy przytomność. Przybyły na miejsce lekarz udziela nam pomocy, jednak aby zrobić to skutecznie i jak najlepiej, potrzebuje podstawowych informacji o naszym zdrowiu, przyjmowanych lekach, chorobach przewlekłych, uczuleniach. Czas gra na naszą niekorzyść. My jesteśmy jednak nieprzytomni i nie możemy nic powiedzieć. To dla lekarza ogromne utrudnienie. Nikomu nie życzymy takiej sytuacji. Wiemy jednak od ratowników medycznych, że podobne problemy, w szczególności u osób starszych, są bardzo częste. Dostęp do informacji o naszym zdrowiu jest dla medyków bardzo ważny i często decyduje o skutecznej pomocy. Umówiliśmy się z ratownikami, że zaopatrzymy naszych seniorów w Bydgoskie Koperty Życia.

## Jak wygląda i jak działa Koperta Życia?

To plastikowe opakowanie zawierające najważniejsze informacje dotyczące stanu zdrowia, przewlekłych chorób i przyjmowanych leków. W środku znajdują się także dane osobowe oraz kontakt do bliskich. **Kopertę należy umieścić w lodówce, a jej drzwi oznaczyć naklejką informującą: „Tu znajduje się Bydgoska Koperta Życia”.** Naklejka jest częścią pakietu. Zespoły ratownictwa medycznego w Bydgoszczy znają zasady programu i wiedzą, że w przypadku udzielania pomocy osobie nieprzytomnej, mogą szukać ważnych informacji o pacjencie w tym miejscu.

## Jak wypełnić ankietę?

**Zasadniczą ankietę w Bydgoskiej Kopercie Życia wypełniamy wspólnie z naszym lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej.**

Ważne, aby informacje zawarte w kopercie aktualizować raz w roku lub w każdym przypadku istotnych zmian w przyjmowanych lekach czy stanie zdrowia.

## Kto powinien skorzystać z naszej akcji?

Kopertę otrzymać może każdy bydgoski senior 60+ za okazaniem dowodu osobistego.

**Kopertę rekomendujemy w szczególności osobom mieszkającym samotnie.**

## Gdzie można odebrać Kopertę Życia?

**Kopertę Życia odebrać można osobiście**

w Biurze Aktywności Społecznej Urzędu Miasta Bydgoszczy przy ul. Gdańskiej 5 oraz w Centrum Seniorów „Dworcowa 3”

**Istnieje także możliwość przesłania Koperty Życia pocztą.**

W tej sprawie prosimy o kontakt mailowy lub telefoniczny:

[kartaseniora@um.bydgoszcz.pl](mailto:kartaseniora@um.bydgoszcz.pl), tel. 52 58 58 498, 52 58 59 531, w godzinach pracy Urzędu Miasta Bydgoszczy, w poniedziałki, środy i czwartki w godzinach 8-16, we wtorki w godzinach 8-18 oraz w piątki w godzinach 8-14.