



TECZKA ZDROWIA – PLAN NA KRYZYS



Jedna osoba = jedna kartka Plan na kryzys i jedna Teczka Zdrowia



**Skład
„Teczki Zdrowia”:**



**Plan na kryzys –
ALERGIE, CHOROBY,
LEKI PRZYJMOWANE NA STAŁE**



Aktualne i ważne dokumenty medyczne
np. wypisy ze szpitali, wyniki badań itp..



**Lista niezbędnych rzeczy,
gdzie je trzymamy.**



Lista ważnych telefonów i adresów.

Dane pacjenta

.....
Imię i nazwisko (wpisz drukowanymi literami)

.....
Data urodzenia lub PESEL

.....
Waga ciała
(wpisz ołówkiem)

..... / / r.
Data aktualizacji
(wpisz ołówkiem)

ALERGIE

W pierwszej kolejności wpisz alergię na LEKI.

CHOROBY

W pierwszej kolejności wpisz choroby kardiologiczne (sercowe, krążenia, cukrzycę i inne)

IMPLANTY

*Zaznacz kółkiem

*Mam rozrusznik serca /
Kardiowerter

*Mam pompę
insulinową



TECZKA ZDROWIA – PLAN NA KRYZYS



Leki i kontakty ICE

LEKI PRZYJMOWANE NA STAŁE

W pierwszej kolejności wpisz leki kardiologiczne (sercowe, krążenia, cukrzycę i inne).
Wypełnij otówkiem, dzięki temu przy zmianie leków lub dawkowaniu łatwo zaktualizujesz listę.

Nazwa leku	Dawka (mg / ml)	Rano	Południe	Wieczór
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				

Kontakty do bliskich - ICE

imię i nazwisko	pokrewieństwo	nr telefonu