

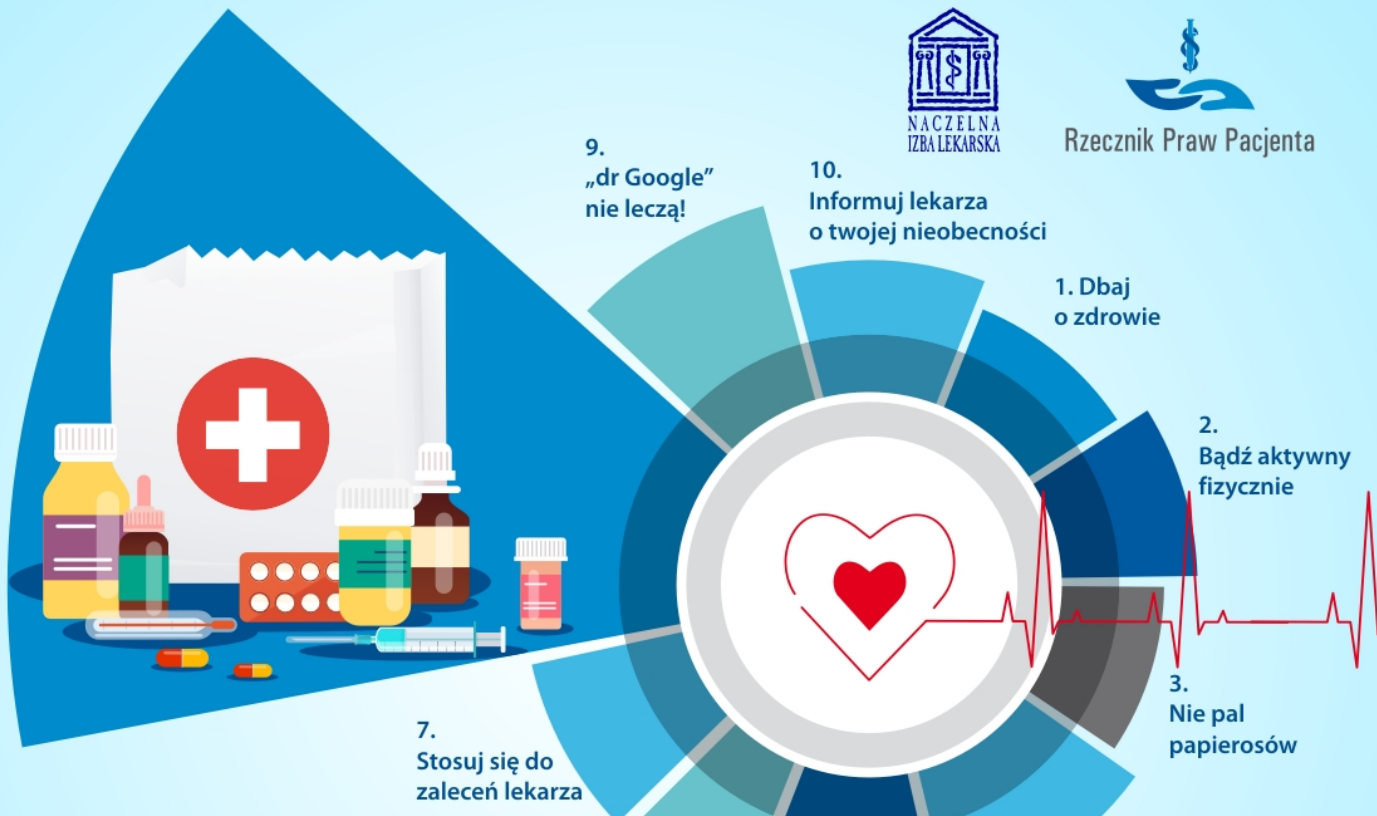
# NIEZBĘDNE DLA ZDROWIA



NACZELNA  
IZBA LEKARSKA



Rzecznik Praw Pacjenta



9.  
„dr Google”  
nie leczą!

10.  
Informuj lekarza  
o twojej nieobecności

1. Dbaj  
o zdrowie

2.  
Bądź aktywny  
fizycznie

3.  
Nie pal  
papierosów

4.  
Korzystaj ze  
szczepień  
ochronnych

5.  
Dbaj o higienę  
osobistą

6.  
Nie lekceważ  
niepokojących  
objawów

7.  
Stosuj się do  
zaleceń lekarza

Poinformuj koniecznie lekarza  
o zażywanych lekach i suplementach.

Jeśli czegoś nie wiesz lub masz  
wątpliwości – śmiało zadawaj pytania

8.