

## ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ

**В случае проблем с получением медицинской помощи можно обратиться:**

**горячая линия Министерства здравоохранения:**  
(800) 200-03-89

**Комитет по здравоохранению Санкт-Петербурга:**  
8 (812) 63-555-64, 8 (812) 571-09-06, zdrav.spb.ru

**Комитет по здравоохранению Ленинградской области:**  
8 (812) 679-60-04, health.lenobl.ru

**Департамент здравоохранения Москвы:**  
8 (499) 251-83-00, 8 (495) 777-77-77, mosgorzdrav.ru

**Министерство здравоохранения Московской области:**  
8 (498) 602-03-01, mz.mosreg.ru

**Территориальный орган Росздравнадзора по г. Санкт-Петербургу и Ленинградской области:**  
8 (812) 314-67-89, 78, reg.roszdravnadzor.gov.ru

**по г. Москве и Московской области (сложности с получением медицинской помощи):**  
8 (495) 611-47-74; 8 (916) 256-76-76, 77, reg.roszdravnadzor.gov.ru

**Чтобы получить информацию об увезённых скорой помощью, обращайтесь в бюро регистрации несчастных случаев по Санкт-Петербургу и Ленинградской области:** 8 (812) 573-66-66, 8 (812) 573-66-63,

по Москве и Московской области: 8 (495) 688-22-52.

Справочная служба московской службы скорой помощи: 8 (495) 620-41-40.

**Информация о медицинской помощи для иностранных граждан и контакты медицинских учреждений в Санкт-Петербурге**

<http://migrantinfo.kmormp.gov.spb.ru/budte-zdorovy/>

**Горячая линия для трудовых мигрантов Комитета по межнациональным отношениям и реализации миграционной политики в Санкт-Петербурге:**

8(812)576-28-67

## Общественные организации

**БФ «ПСП-фонд»** (бесплатная правовая поддержка трудовых мигрантов в Санкт-Петербурге и Ленинградской области):

8 (812) 337-57-85, 8 (953) 141-31-09  
[psp-f.org](http://psp-f.org), [vk.com/pspfond](https://vk.com/pspfond)

**Волонтерский проект «Благотворительная Больница»** (оказание бесплатной медицинской помощи мигрантам и членам их семей в Санкт-Петербурге)

<https://vk.com/charityhospital>

**«Миграция и мигранты. Межрегиональный информационный портал»** (советы по адаптации и защите своих прав):  
[migrussia.ru](http://migrussia.ru)

Буклет разработан БФ «ПСП-фонд»

Авторы-составители: Хлызова Д.В., Якимов А.Н.

Редактор: Панич Б.Л.

Публикация подготовлена в рамках проекта «Межрегиональный ресурсный центр по адаптации и интеграции мигрантов и гармонизации межнациональных отношений», реализуемого при поддержке Фонда президентских грантов.

# МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

## Советы трудовым мигрантам

Для получения срочной медицинской помощи звоните с мобильного телефона по номеру **103** или **112**.

**В случае угрозы жизни и здоровью Вам обязаны оказать бесплатную срочную медицинскую помощь, даже если у Вас нет медицинского полиса и документов!**

Иностранцы обязаны иметь страховой медицинский полис, иначе Вас могут оштрафовать или даже депортировать из России!

Медицинский полис может быть двух видов:

- ДМС (добровольного медицинского страхования);
- ОМС (обязательного медицинского страхования, оформляется бесплатно).

## ДМС

Полис ДМС оформляется в офисах страховых компаний или в отделениях «Почты России» и дает право на:

- экстренную помощь в поликлинике, больнице;
- скорую и неотложную медицинскую помощь;
- другие услуги, предусмотренные в договоре ДМС.

Стоимость полиса ДМС зависит от прописанных в нем медицинских услуг и срока действия. Самый дешевый полис ДМС для трудовых мигрантов, как правило, только компенсирует стоимость оказания скорой и неотложной медицинской помощи в государственных поликлиниках и больницах.

Полис ДМС для детей – иностранных граждан обычно стоит дороже, чем медицинское страхование взрослых. Особенно дорогие полисы ДМС предусмотрены для грудных и новорожденных детей. Полис ДМС также могут спросить при приеме ребенка в школу. Важно помнить, что срочная медицинская помощь детям в любом случае оказывается бесплатно!

Если женщина хочет получать плановую медицинскую помощь во время беременности и родов, ей надо обязательно сказать об этом при оформлении полиса ДМС, так как потребуются особая программа страхования.

Чтобы оформить полис ДМС, нужны следующие документы:

- паспорт и нотариально заверенный перевод паспорта;
- миграционная карта и ее копия;
- уведомление о постановке на миграционный учет (регистрация) и его копия.

Если Вы оформляете полис ДМС через своего работодателя, дополнительно Вам понадобится доверенность от руководителя организации с правом подписи.

## ОМС

**Вы можете оформить полис ОМС, если вы:**

- гражданин государства, входящего в ЕАЭС (Армении, Беларуси, Казахстана, Киргизии) и работает по трудовому договору.

**Или имеете:**

- разрешение на временное проживание (РВП);
- вид на жительство (ВНЖ);
- свидетельство о предоставлении временного убежища;
- удостоверение беженца.

Для оформления полиса ОМС необходимо выбрать страховую медицинскую организацию – это можно сделать в поликлинике по месту пребывания.

Чтобы сделать полис ОМС, нужны следующие документы:

- паспорт либо иной документ, удостоверяющий личность;
- СНИЛС;
- трудовой договор;
- миграционная карта;
- отрывная часть бланка уведомления о прибытии (регистрация) или ее копия с указанием места и срока пребывания.

Гражданам ЕАЭС, трудящимся в России, полис ОМС **выдается в бумажном виде** и он **имеет срок действия** – до конца календарного года, но не более срока действия трудового договора.

Члены семьи гражданина ЕАЭС, не имеющие собственного трудового договора, не имеют права на получение полиса ОМС и должны оформить на себя полис ДМС.

Обязательно сохраните номер телефона и название страховой организации, выдавшей Вам полис ДМС или ОМС: если Вы потеряете свой полис, Вы сможете его восстановить, обратившись в страховую компанию, или подтвердить его оформление в случае, если необходима срочная медицинская помощь.

**Полезно сделать копию страхового полиса на случай его утраты.**

## COVID-19

Вирус коронавируса COVID-19 вызывает опасную инфекцию, похожую на простуду, но может привести к серьезным последствиям и даже к смерти из-за воспалений, поражения дыхательной и пищеварительной систем.

**Основная группа риска** – люди старше 65 лет, но могут тяжело пострадать и дети, и молодежь, и люди среднего возраста. Вирус передается от человека к человеку – при кашле и чихании, а также через прикосновения.

**Основные симптомы:** высокая температура, сухой кашель, одышка, боль в мышцах, высокая утомляемость, головная боль, иногда – боли в груди, диарея, тошнота, рвота. Симптомы могут появиться в течение 14 дней после заражения и часто похожи на обычную простуду или грипп.

**Как уберечься от коронавируса:**

- посещать общественные места только в медицинской маске и перчатках;
- не касаться грязными руками лица;
- избегать общения с больными;
- тщательно мыть руки (не менее 30 секунд);
- дезинфицировать и мыть с мылом поверхности и предметы, которых вы касаетесь или которых касаются другие люди;
- не прикасаться к другим людям, не пожимать руки.