

Справочник по здоровью

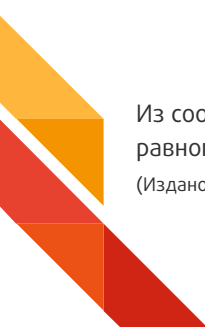
для мигрантов в районе Фехта



Landkreis
Vechta

STARKE ARGUMENTE.

Руководство по здравоохранению содержит актуальную информацию о здравоохранении в Германии. Где описывается важное содержание о медицинской страховке, о посещении врача, профилактическом медосмотре и о действиях в чрезвычайных ситуациях.



Из соображений по упрощению читаемости этого руководства, гендерно-равноправный язык опущен - если иное не возможно.
(Издано 01/2020)

СОДЕРЖАНИЕ

Медицинское страхование	1
Карта здоровья	2
Визит к врачу	3
Больница	4
Больничный лист	5
Лекарства и аптеки	6
Профилактическое обследование	8
Зубной врач	8
Гинеколог	8
Беременность	9
Педиатр	10
Проверка здоровья	10
Скрининг рака	10
Прививки	11
Неотложная помощь	12
Консультационные центры в районе	13



Медицинское страхование

В Германии обязательное медицинское страхование в медицинской страховой компании. Каждый имеет свободный выбор медицинской страховой компании. Те кто работает, во всяком случае, имеют медицинское страхование. Сумма платёжных взносов зависит от заработной платы и общей ставки взносов вашей медицинской страховки.

Те, кто получают денежное пособие от центра занятости/агентства занятости, затраты/понесенные расходы будут возмещены.

Беженцы

Если вы ищите убежище в Германии, как правило, вы **не** застрахованы на случай болезни. При въезде в Германию всегда оказывается первая медицинская помощь.

Пребывание в течении одного месяца в Германии:

в **случае крайней необходимости** для лечения у врача, вы должны получить сертификат на лечение в отделе социального обеспечения.

Пребывание в Германии дольше 15 месяцев:

Вы получите электронную медицинскую карточку от медицинской страховой компании. Вы получите те же льготы, как юридически застрахованный. (Исключение: если вы вели себя ненадлежащим образом во время вашего пребывания, только неотложная помощь будет продолжена).

Вы не несёте никаких затрат. Расходы несет компетентная служба социального обеспечения/государственный орган.

После признания просителем убежища статус беженца вы должны оформить медицинскую страховку и оплачивать взносы. Мигранты и переселенцы из ЕС также обязаны это делать.

Электронная карта здоровья

Все застрахованные лица получают собственную карту здоровья. На ней хранятся личные данные. А также может храниться информация о вашем здоровье. Карта здоровья должна бережно храниться и всегда предъявляться.

Образец электронной карты здоровья:



Лицевая сторона



Обратная сторона



Посещение врача

Вы можете свободно выбирать своего врача. По истечении квартала вы можете сменить врача. Рекомендуется иметь постоянного лечащего врача (см. содержание на стр. 16). Лечащий врач ставит первый диагноз. Он знает историю ваших болезней и может при необходимости **направить к врачу специалисту**.

Образец направления:

[illegible]

Заранее согласуйте время посещения врача. Не забудьте отменить встречу, если вы не можете пойти на приём.

Если у вас травма **глаза**, обратитесь непосредственно к **офтальмологу/окулисту**. Если у вас **болит зуб**, обратитесь непосредственно к **стоматологу**.
Детей лечит **детский врач/педиатр**.

Если вы не можете связаться со своим лечащим врачом в нерабочее время, вы можете обратиться в дежурную службу врачебной помощи.
Телефон: 116 117

Это не следует путать со спасательной службой (112), которая помогает в опасных для жизни случаях!

Больница



В больнице вы будете лечиться тогда, когда лечение у вашего лечащего врача окажется недостаточным. Для лечения в больнице вы получите от лечащего врача или врача специалиста направление.

Ищите больницу без направления врача только в экстренных случаях. (См. неотложная помощь).

Все расходы на проживание и лечение в больнице берет на себя ваше медицинское страхование. Вы платите личный взнос за ночь от 10,00 евро. Вы оплачиваете максимум за 28 дней в календарном году. Дети и подростки в возрасте до 18 лет освобождаются от доплаты.

Тот, кто не имеет еще никакой карты страхования, в качестве проситель убежища, но имеет справку о лечении с отдела социального обеспечения, освобождается от этой дополнительной оплаты.

ВАЖНО:

- **электронная медицинская карта или справка о лечении**, предъявляется всегда при посещении лечащего врача, стоматолога или больницы
- При посещении врача специалиста иметь при себе **направление** от лечащего врача
- При посещении женского врача иметь при себе **обменную карту беременной женщины**
- При посещении детского врача иметь при себе **паспорт прививок и профилактическую книжку**

Больничный лист

Если вы трудоустроенный и заболели и не способны работать, вы должны уведомить свое рабочее место и обратиться к лечащему врачу. Вам необходимо **справка о нетрудоспособности от лечащего врача**. Больничный лист должен быть предоставлен как на вашем рабочем месте, так и в вашей медицинской страховке.

Образец больничного листа:

Krankenkasse bzw. Kostenträger			Arbeitsunfähigkeits- 1 bescheinigung	
Name, Vorname des Versicherten			☐ Erstbescheinigung	
geb. am			☐ Folgebescheinigung	
Kostenträgerkennung	Versicherten-Nr.	Status		
Betriebsstätten-Nr.	Arzt-Nr.	Datum		
☐ Arbeitsunfall, Arbeitsunfall- folgen, Berufskrankheit			☐ dem Durchgangsarzt zugewiesen	
arbeitsunfähig seit				
voraussichtlich arbeitsunfähig bis einschließlich oder letzter Tag der Arbeitsunfähigkeit				
festgestellt am				
Ausfertigung zur Vorlage bei der Krankenkasse			Versiegelungsstempel / Unterschrift des Arztes	
AU-begründende Diagnose(n) (ICD-10)				
ICD-10 - Code		ICD-10 - Code		ICD-10 - Code
ICD-10 - Code		ICD-10 - Code		ICD-10 - Code
☐ sonstiger Unfall, Unfallfolgen				
☐ Versorgungs- leiden (z.B. BvG)				
Es wird die Einleitung folgender besonderer Maßnahmen für erforderlich gehalten				
☐ Leistungen zur medizinischen Rehabilitation		☐ stufenweise Wiedereingliederung		
☐ Sonstige				
Im Krankengeldfall ☐ ab 7. AU-Woche oder sonstiger Krankengeldfall ☐ Endbescheinigung				

Muster Ta (1.2018)

Лекарства и аптеки

Лекарства можно получить в аптеках. Многие лекарства доступны только по рецепту врача. Это так называемые лекарства по рецепту.

Рецепт выписывает врач (красный рецепт). **Рецепт вы предъявляете в аптеке и получаете за это лекарство.**



Для отпускаемых **по рецепту лекарств** сумма доплаты должна быть оплачена. **Сумма доплаты составляет не менее 5,00 евро и не более 10,00 евро.** Стоимость всей суммы доплаты составляет не более стоимости суммы препарата.

Дети и подростки в возрасте до 18 лет освобождаются от доплат.

Беременные женщины тоже освобождаются, если они получают лекарства из-за проблем с беременностью или в связи с рождением ребенка.

Любой, кто не имеет страховой карты в качестве лица, ищущего убежища, но имеет справку о лечении с отдела социального обеспечения, освобождаются от доплат.

Некоторые лекарства не могут быть оплачены медицинскими страховыми компаниями. Когда ваш доктор по-прежнему считает лекарство необходимым, он назначает **синий частный рецепт. Вы должны заплатить за это лекарство самостоятельно.**



Зеленый рецепт доступен для отпускаемых без рецепта лекарств с рекомендацией врача. Это служит не только напоминанием для пациента, но и в качестве более подробной информации. **Частные рецепты (синий рецепт) и безрецептурные (зеленый рецепт) лекарства вы должны оплачивать сами.**

В экстренной службе (с 20:00 до 6:00) вы освобождаетесь от оплаты услуг по рецепту, но общие сборы за рецепт сохраняются. Если в это время вы получаете лекарства без рецепта, взимается доплата (такса) в размере 2,50 евро.

Образец:

Страховой рецепт (красный рецепт)

Частный рецепт (синий рецепт) *

Лекарства, отпускаемые без рецепта (зеленый рецепт)

Аптеки

В дополнение к обычным часам работы, в **аптеках** есть также дежурная служба помощи **ночью, в выходные и праздничные дни**. В какой аптеке есть служба неотложной помощи, находится в местной ежедневной прессе или на дверях аптек (см. Информацию об аптеках семейный справочник- стр. 13).

* Источник: Deutscher Gemeindeverlag GmbH, 70549 Stuttgart

Профилактическое обследование

Даже если вы чувствуете себя здоровым, вы должны **регулярно** проходить профилактическое обследование. Рекомендуемые проверки **бесплатны**. Стоимость перенимает ваша медицинская страховка.

Зубной врач

Взрослые должны посещать не реже одного раза в год, дети между 6 и 17 лет ходят к стоматологу не реже двух раз в год даже если нет жалоб.

Не менее важно как регулярное посещение зубного врача, так и личная гигиена полости рта, особенно регулярная чистка зубов. О правилах ухода за зубами проинформирует ваш зубной врач/стоматолог.



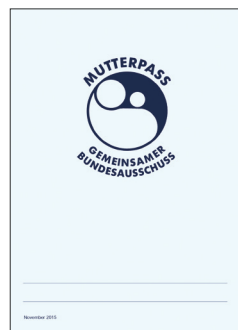
Гинеколог

Женщины должны два раза в год проходить профилактическое обследование у гинеколога (по своему выбору).

ведение беременности

Беременные женщины должны начиная с начала беременности регулярно посещать гинеколога. Там им выдадут **обменную карту беременной женщины, в которую вносятся все важные данные связанные с беременностью.**

Стоимость медицинских противозачаточных средств (спираль, вагинальное кольцо, контрацептивный пластырь, противозачаточные таблетки, гормональный имплантат, 3-месячный шприц, стерилизация женщин и мужчин) может быть перенята для людей которые получают государственные пособия, в соответствии с Законом о социальном обеспечении, Социальный кодекс II (SGB), Социальный кодекс XII (SGB) или Закон о льготах для лиц, ищущих убежища (AsylbLG). Информацию и заявления можно получить в консультационных центрах Diakonie (церковная социальная служба) и donum vitae (дар жизни) (см. Консультационные центры для беременных женщин).



Образец: обменная карта беременной (Источник: Gemeinsamer Bundesausschuss)

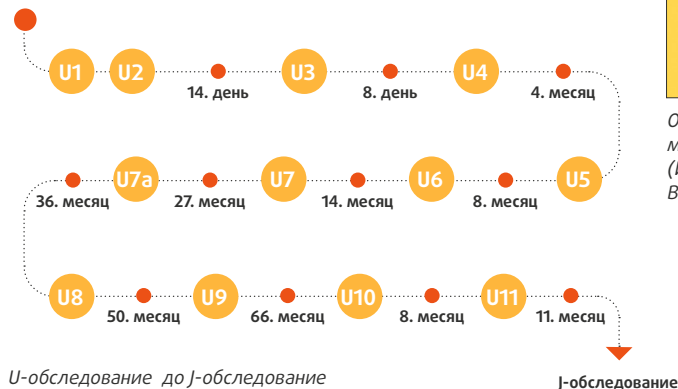
- | | |
|--|--|
| 4 - 8 неделя: | Определение беременности (как правило) |
| 9 - 12 неделя: | 1. Ультразвуковое исследование |
| 13 - 16 неделя: | Пренатальное обследование: Поиск звуков сердца ребенка |
| 19 - 22 неделя: | 2-е ультразвуковое исследование: «Большой УЗИ» с контролем и измерением органов |
| 23 по 25 неделя: | Осмотр в дородовом периоде |
| 26 - 28 неделя: | скрининг беременных на диабет с помощью теста на толерантность к глюкозе в полости рта («Тест на сахарный стресс») |
| 29 - 32-я неделя: | 3-е ультразвуковое исследование: в дополнение к обследованиям проверяются тоны сердца ребенка и родовые схватки. |
| С этого момента обследования проводятся каждые 14 дней. | |
| 36 - 38 неделя, | Предродовое обследование с контролем сердцебиения ребенка и родами |
| 39 - 40 неделя: | |



Педиатр

При рождении ребенка вы получаете Детскую медицинскую книжку. Где описаны все профилактические осмотры до 64-го месяца жизни.

Скрининговое исследование (U-Untersuchungen (обследование))



Образец: Детская медицинская книжка (Источник: Gemeinsamer Bundesausschuss)

Для подростков в возрасте от 13 до 14 лет запланировано (J-Untersuchung) обследование (J-обследование).

Очень важно, чтобы вы посещали медицинские осмотры со своими детьми. В результате которых могут быть обнаружены проблемы со здоровьем на ранней стадии.

Проверка здоровья

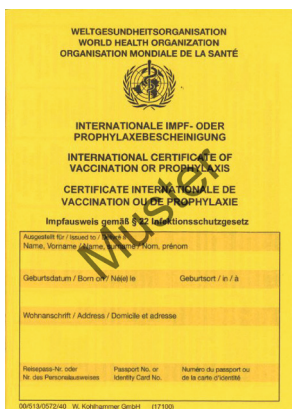
С 35 лет вы можете проверять свое здоровье у семейного врача каждые два года.

Скрининг рака

Ваш лечащий врач сообщит вам о том, какие скрининговые тесты вы можете сдать. Многие виды рака сегодня излечимы, когда они заранее выявлены.

Прививки

Прививки эффективно защищают людей от болезней. Если люди будут вакцинированы от инфекционных заболеваний, следовательно инфекционные заболевания больше не могут распространяться среди населения. **Ваш лечащий врач сообщит вам, когда следует сделать определенные прививки.**



Образец: Паспорт прививок
(Источник: Deutscher Gemeinde-
verlag GmbH, 70549 Stuttgart)

Возможно у вас имеется документ о вакцинации, в котором стоит какие прививки вы уже получили. Если у вас нет документа о вакцинации, вы получите паспорт прививок после прививки от вашего лечащего врача.



Неотложная медицинская помощь

В экстренных случаях вы всегда получите медицинскую помощь в больницах. Неотложная медицинская помощь - это любое **заболевание и травма, настолько тяжелые, что требуется немедленная медицинская помощь**. В ситуациях, которые вы считаете **опасными для жизни**, вам следует немедленно вызвать скорую помощь. В экстренных случаях обратиться за помощью по **номеру телефона 112**.

Важна следующая информация:

- **Что** случилось?
- **Где** это произошло?
- **Сколько** пострадавших/больных людей?
- **Какие** травмы /заболевание присутствуют?
- **Ждите** дополнительных вопросов!

В случае **отравления**, пожалуйста, немедленно позвоните в **службу спасения (Giftnotruf) по номеру 0551 - 19240**.

На **автомагистралях** вы найдете **оранжевые телефоны экстренной помощи**. Телефоны соединяют вас напрямую со службой спасения (Rettungsleitstelle). Вам не надо набирать номер, а только нажать рычаг. Точное местоположение также указано в колонке экстренного вызова.

Оставайтесь на связи до выяснения всех важных вопросов о характере чрезвычайной ситуации!

Консультационные центры в районе Фехта

Забота о детях - Семейные офисы

Семейные офисы доступны во всех населенных пунктах района(области). Они помогают в вопросах социального обеспечения детей и консультируют семьи. Они могут быть доступны через соответствующие инстанции и муниципалитеты.

Обзор также предлагает **цифровой семейный справочник (Familienwegweiser)** под www.lkvec-fww.betreuungsportal.net

Молодежная миграционная служба

Молодежная миграционная служба сопровождает молодых иммигрантов в возрасте до 27 лет. Консультирование охватывает такие темы, как школа и работа, трудности в семье или с властями.

Адрес: Kirchplatz 18, 49401 Damme
часы приёма тоже в Vechta, Lohne, Goldenstedt
Телефон: 05491 - 955550
Эл. почта: jmd-vechta@caritas-sozialwerk.de
Веб: www.caritas-sozialwerk.de

Миграционная служба

Интеграционное консультирование помогает новичкам в возрасте с 27 лет и старше в процедуре с властями, возрастного кризиса и дальнейшей помощи.

Для Damme, Dinklage, Holdorf, Lohne, Neuenkirchen-Vörden, Steinfeld:

Адрес: Kirchplatz 18, 49401 Damme
Телефон: 05491 - 955550

Для Bakum, Goldenstedt, Vechta, Visbek:

Адрес: Neuer Markt 30, 49377 Vechta
Телефон: 04441 - 8707628

Веб: www.caritas-sozialwerk.de

Консультационные центры для беременных женщин

Здесь вы найдете информацию о медицинской и финансовой помощи, а также советы по проблемам во время беременности

Диаконическая служба (Diakonisches Werk)

Marienstraße 14, 49377 Vechta

Телефон: 04441 - 906910

Веб: www.diakonie-vechta.de

Донум витae благотворительный фонд (donum vitae Vechta)

Falkenrotter Straße 31, 49377 Vechta

Телефон: 04441 - 854670

Веб: www.donumvitae-vechta.de

Социальная служба католических женщин (SkF Vechta)

Kronenstraße 5, 49377 Vechta

Телефон: 04441 - 9290 - 0

Веб: www.skf-vechta.de

Центр поддержки по вопросам помощи пожилых людей

В центре поддержки пожилых людей есть информация по темам «Жизнь в старости» и «Волонтерская помощь». Центр помощи предоставляет информацию о льготах для людей, нуждающихся в уходе, и их родственников.

Ravensberger Straße 20, 49377 Vechta

Центр поддержки Телефон: 04441 - 898 3000

Телефон Центра помощи: 04441 - 898 3001

Эл. почта: spn@landkreis-vechta.de

Веб: www.landkreis-vechta.de

Консультация аддикции (зависимость)

Если вы замечаете, что вы или ваши близкие попали в зависимость (наркотиков, алкоголя, таблеток, игровых автоматов, интернет/СМИ) и не знаете как дальше быть, вы можете получить советы, предложения для участия в группах поддержки и самопомощи:

Консультация по зависимость СкМ кат. Общество для социальных служб (Suchberatung SkM Kath. Verein für soziale Dienste Vechta)

Neuer Markt 30, 49377 Vechta

Телефон: 04441 - 6533

Эл. почта: addiction-beratung@skm-vechta.de

Веб: www.skm-vechta.de

Психологическое консультирование

Если вы или вам близкий человек нуждаетесь в консультировании и поддержке при психическом заболевании, эти консультационные центры могут оказать помощь:

Для Damme, Holdorf, Neuenkirchen-Vörden, Steinfeld:

Центр социальной психиатрической консультации СкФ (Sozialpsychiatrische Beratungsstelle SkF)

Gartenstraße 1, 49401 Damme

Телефон: 04441 - 9290 - 0

Эл. почта: info@skf-vechta.de

Веб: www.skf-vechta.de

Для Bakum, Dinklage Goldenstedt, Lohne, Vechta, Visbek:

Социально-психиатрическая служба (Sozialpsychiatrischer Dienst)

Neuer Markt 8, 49377 Vechta

Телефон: 04441 - 898 - 2231, - 2232, oder - 2234

Эл. почта: 2231@landkreis-vechta.de, 2232@landkreis-vechta.de oder 2234@landkreis-vechta.de

Веб: www.landkreis-vechta.de

Консультации по вопросам домашнего насилия

Если ваш (бывший) партнер угрожает вам, преследует или избивает вас, вы можете получить немедленную помощь и поддержку по адресу:

Консультационный центр направлен на обеспечение защиты от насилия (BISS Beratungs- und Interventionsstelle)

Mühlenstr. 51, 49661 Cloppenburg

часы приёма в Lohne

Телефон: 04471 - 930830

Эл. почта: frauenberatung@drk-cloppenburg.de

Приют для женщин и детей

(Frauen- und Kinderschutzhaus Vechta)

Телефон: 04441 - 83838

Эл. почта: info@skf-vechta.de

Контактно-консультационный центр самопомощи

Здесь вы можете узнать, какие группы самопомощи существуют в округе и на какие предложения волонтеров вы можете положиться:

Ассоциация каритас

(Landescaritasverband)

Neuer Markt 30, 49377 Vechta

Телефон: 04441 - 87076 - 25 oder - 32

Эл. почта: kontaktstelle@lcv-oldenburg.de

Веб: www.selbsthilfe-landkreis-vechta.de

Gesundheits
regionen
Niedersachsen | Landkreis Vechta

Neuer Markt 8 | 49377 Vechta
www.gesundheitsregion-vechta.de

 **Gleichstellungsbeauftragte
Landkreis Vechta**

Ravensberger Straße 20 | 49377 Vechta
www.landkreis-vechta.de

 **Landkreis
Vechta**
STARKE ARGUMENTE.

Ravensberger Straße 20 | 49377 Vechta
www.landkreis-vechta.de

 **VECHTA**
*Die Gleichstellungsbeauftragten
der Stadt Vechta*

Burgstraße 6 | 49377 Vechta
www.vechta.de