

# Hälsoinformation

för asylsökande och nyanlända



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN

# Dagens agenda

- Generella principer i svensk hälso- och sjukvård
- Landstingets skyldigheter att erbjuda nyanlända vård
- Hälsoundersökning.
- Egenvård och rådgivning via 1177
- Svensk hälso- och sjukvård
  - Vårdcentraler
  - Sjukhus
  - Övriga tjänster (t.ex. tandvård)



# Hälso- och sjukvård i Sverige

- Hälsa- och sjukvård är vård som alla människor i samhället kan använda och har rätt till.
- I Sverige finns ett system som skyddar individen mot höga kostnader om man behöver träffa läkare, opereras eller vara inlagd på sjukhus.
- Det är viktigt att veta hur vården fungerar och vart du ska vända dig om du behöver vård.
- Kommunerna och landstingen eller regionerna ansvarar för vården.

# Film om sjuksköterskans roll på svenska

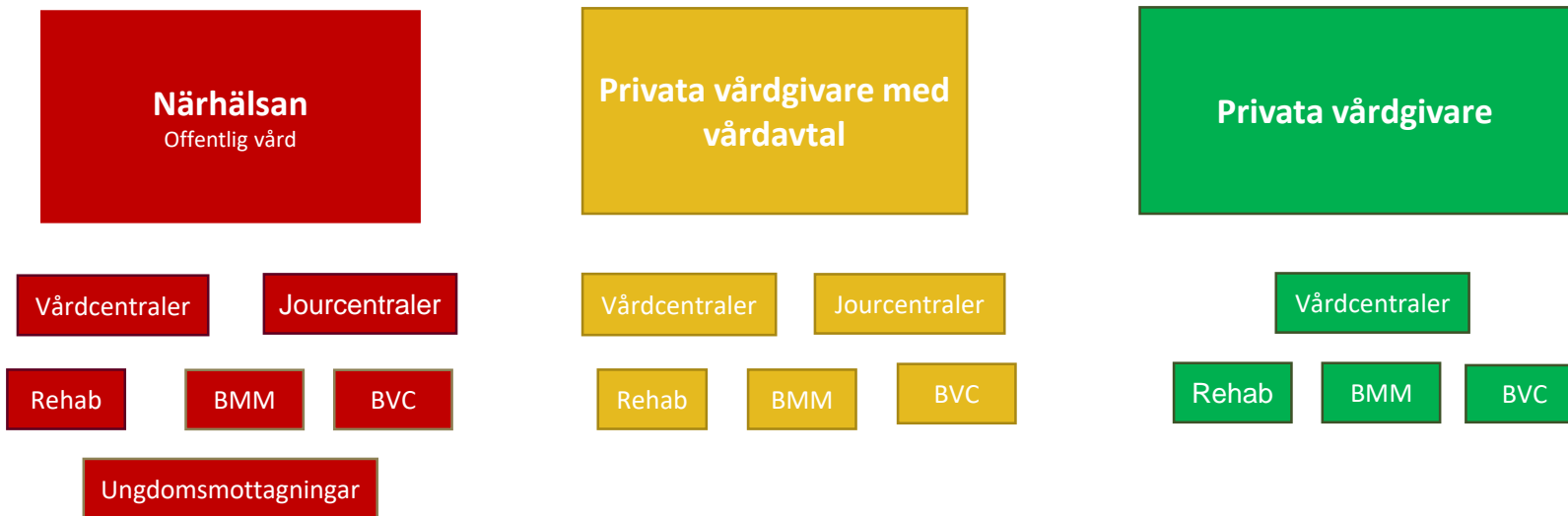
# Film om sjuksköterskans roll på somaliska

# Film om sjuksköterskans roll på tigrinja

# Film på sjuksköterskans roll på arabiska



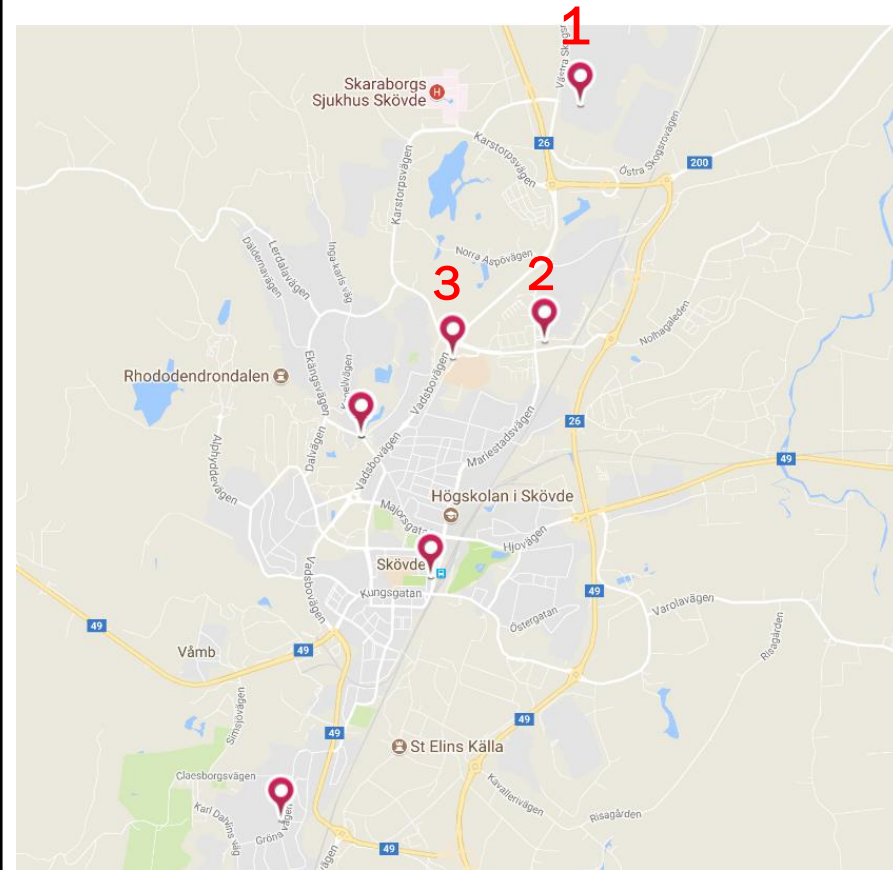
# Primärvård (dit man vänder sig först inom vården)



# Ditt besök på en vårdcentral

- Besök din vårdcentral innan du tar kontakt med sjukhus.
- På vårdcentralen får du först träffa en sjuksköterska. Sjuksköterskor har en akademisk examen.
- Sekretess/tystnadsplikt.
- Rätt till tolk.
- Uteblivet besök debiteras.
- Ta med dig id-kort, körkort, LMA-kort eller pass.

# Information om din lokala vårdcentral i Skövde



**1-Namn :** Närhälsan Södra Ryd vårdcentral, Skövde

**Adress :** Timmervägen 3 A, 541 64, Skövde

**Telefon:** 0500-46 65 62

**2-Namn :** Allemanshälsans vårdcentral - Lunden, Skövde

**Adress :** Lundenvägen 4, 541 39, Skövde

**Telefon:** 0500-78 99 90

**3-Namn :** Unicare Vårdcentral Skövde, Skövde

**Adress :** Gustav Adolfs gata 57, 541 45, Skövde

**Telefon:** 0500-42 45 32

**Tid :** Måndag - Fredag 08:00 - 17:00

**4-Namn :** Närhälsan Normalm vårdcentral,  
Skövde

**Adress :** Ekängsvägen 15, 541 41, Skövde

**Telefon:** 0500-44 71 50

**5-Namn :** Vårdcentralen Centrum,  
Skövde

**Adress :** Stationsgatan 10, 541 30,  
Skövde

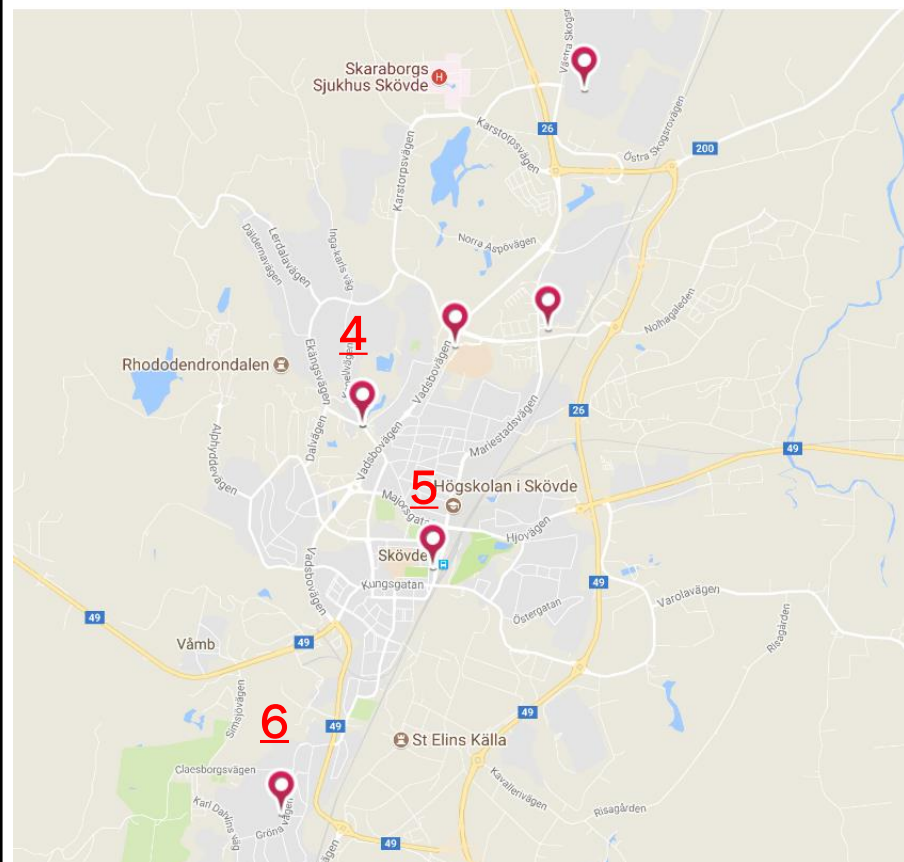
**Telefon:** 0500-38 18 50

**6-Namn :** Närhälsan Hentorp vårdcentral,  
Skövde

**Adress :** Gröna vägen 40 A, 541 54, Skövde

**Telefon:** 0500-44 70 70

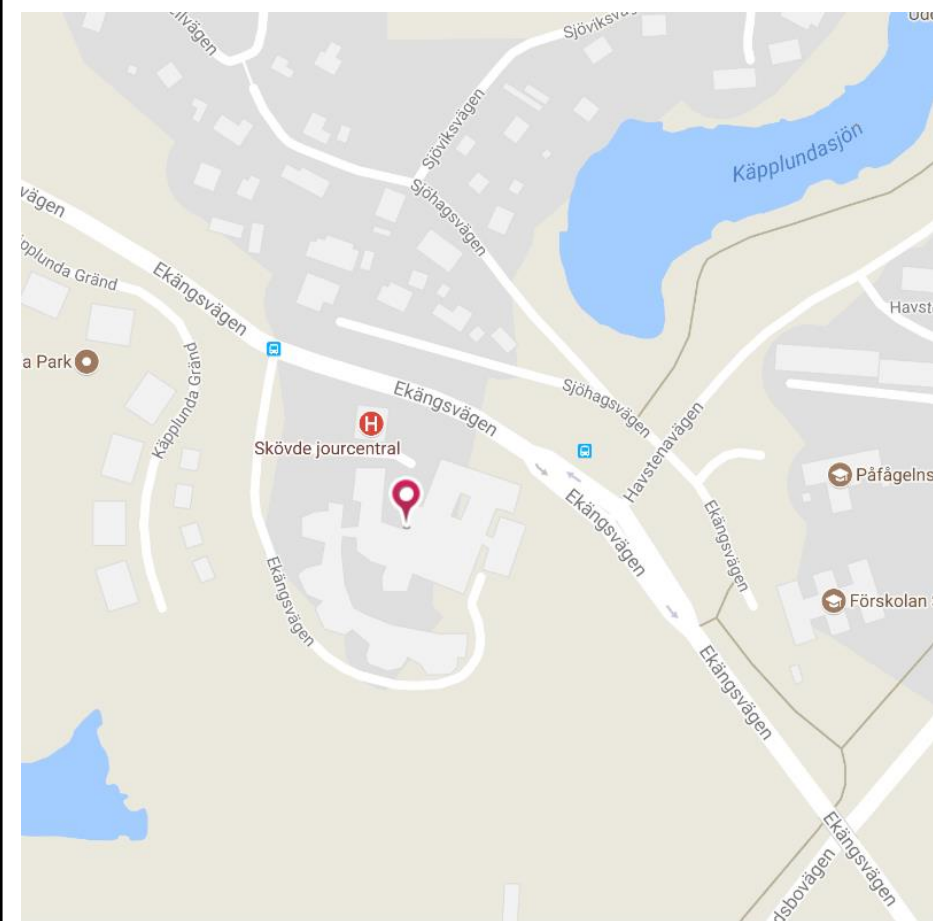
**Tid :** Måndag – Fredag 08:00 - 17:00



# Sjuk sena kvällar eller på helgen?

- Kontakta i första hand sjukvårdsupplysningen (1177).
- Eventuellt vård på en jourcentral eller en akutmottagning.
- Fråga på 1177 om vilken jourcentral du kan vända dig till eller hitta informationen på hemsidan [www.1177.se](http://www.1177.se)

# Information om din lokala Jourcentral



**Namn :** Närhälsan Skövde jourcentral,  
Skövde

**Adress :** Ekängsvägen 15, 541 40,  
Skövde, Jourcentralen delar lokaler med  
Billingsens VC och Norrmalms VC på  
Kåpplunda Gårde.

**Telefon:** 0500-47 80 76

**Tid :** Kvällar 17:00-22:00  
Helgar 11:00-17:00

# Antibiotika – varför bör man vara restriktiv?



# Egenvårdsråd och vårdinformation finns tillgängligt 24-7 genom 1177 på nätet eller via telefon

- **1177 via telefon**

- Tillgänglig dygnet-runt
- För rådgivning och information om sökvägar
- Svenska och engelska
- Arabiska och somaliska kl. 08-22

Arabiska 0771-117790

Somaliska 0771-117791

- **Hemsida [www.1177.se](http://www.1177.se)**

- Egenvårdsråd och information om svensk hälso- och sjukvård
- Under “Other Languages” finns egenvårdsråd på flera språk

The screenshot shows the website interface for 1177 Vårdguiden in Arabic. The header includes the 1177 logo, 'Landstinget i Värmland', and a search bar. Navigation buttons for 'FAKTA OCH RÅD', 'REGLER OCH RÄTTIGHETER', and 'HITTA VÅRD' are visible. The main content area is titled 'الأطفال حديثي الولادة Egenvård barn' and contains text in Arabic. A large watermark 'www.1177.se' is overlaid on the page.

 Lyssna

 Other languages


 Logga in

Fakta och råd

Regler och rättigheter

Hitta vård

Boka tid eller förnya recept?

 Logga in

Upptäck våra e-tjänster

Ställ en anonym fråga

 Sök fakta

 Sök mottagning

Sök sjukdom, behandling...

Sök



#### Journal via nätet

Blir mer delaktig och kunnig om din egen vård och hälsa. Journal via nätet ger dig den möjligheten. Den här tjänsten införs nu stegvis i Västra Götalandsregionen.



#### Talar du ett annat språk?

Bilder och enkel text kan underlätta för vårdpersonal och patient att kommunicera. Översatt material med bilder och text finns för både sjukvård och tandvård.



#### Vanliga symtom - när ska jag söka vård?

Är du osäker på om du behöver vård? Du kan få hjälp med att bedöma vanliga symtom genom att besvara några frågor.

#### Vårdgaranti

Vårdgaranti ska få väntan på vård kortare. Detta avgör om...

# Närhälsan Online



Välj tid



Drop-in



Logga in



Om oss



Swedish (svenska)

GET IT ON



Google play



Download on the

App Store



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN

# Landstingen är skyldiga att erbjuda vuxna vård



Vuxna



Landstingen är skyldiga att erbjuda:



Subventionerade läkemedel



Hjälpmedel



Subventionerade sjukresor



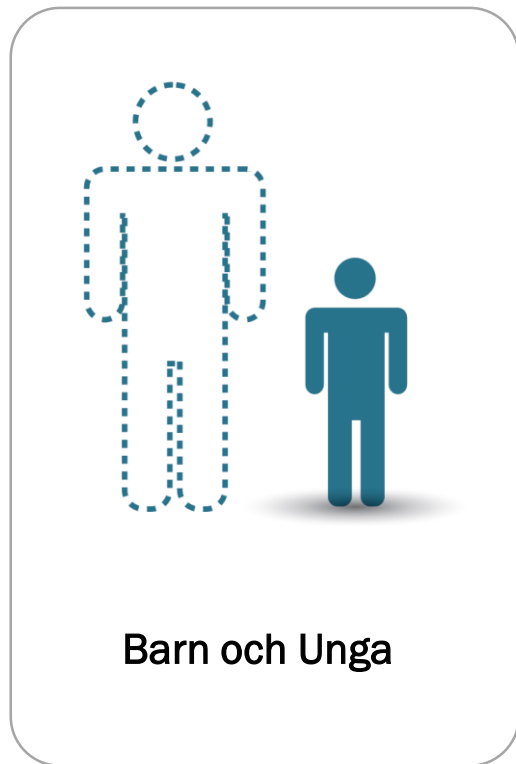
Fri mödravård



Abort och preventivmedelsrådgivning

**Tystnadsplikt – sjuksköterskor och läkare har tystnadsplikt**

# Landstingen måste erbjuda vård till barn och unga



Barn och unga under 20 år har kostnadsfri hälso- och sjukvård.



Alla barn 0-6 år kallas till barnhälsovård bl.a med vaccination och kontroll av barnets utveckling.



Läkemedel som ingår i högkostnadsskyddet är kostnadsfria för barn under 18 år.



Barn och unga har fri tandvård t.o.m. 31/12 det år man fyller 24 år. (gäller i VG-regionen)

# Kallelse skickas ut med brev när det är tid för hälsoundersökning – viktigt att komma i tid

Steg 1 – Motta brev



Tid och plats



Ta med ID-kort eller LMA-kort



Steg 2 - Hälsoundersökning

Provtagning och fysisk undersökning



Hälsosamtal med sjuksköterska



Kostnadsfritt



Steg 3 – Fortsatt kontakt endast vid behov

Hänvisning till annan vårdgivare – vid behov



Ingen information skickas till Migrationsverket



# Gynekologisk Cellprovtagning och Mammografi



# Hur kan du vårda dig själv?

- Egenvård vid tex förkylningar, magsjuka, feber och småsar.
- Receptfria läkemedel.
- Sjukvårdsupplysningen.



1177 VÅRDGUIDEN E-tjänster

Tillbaka till förstasidan

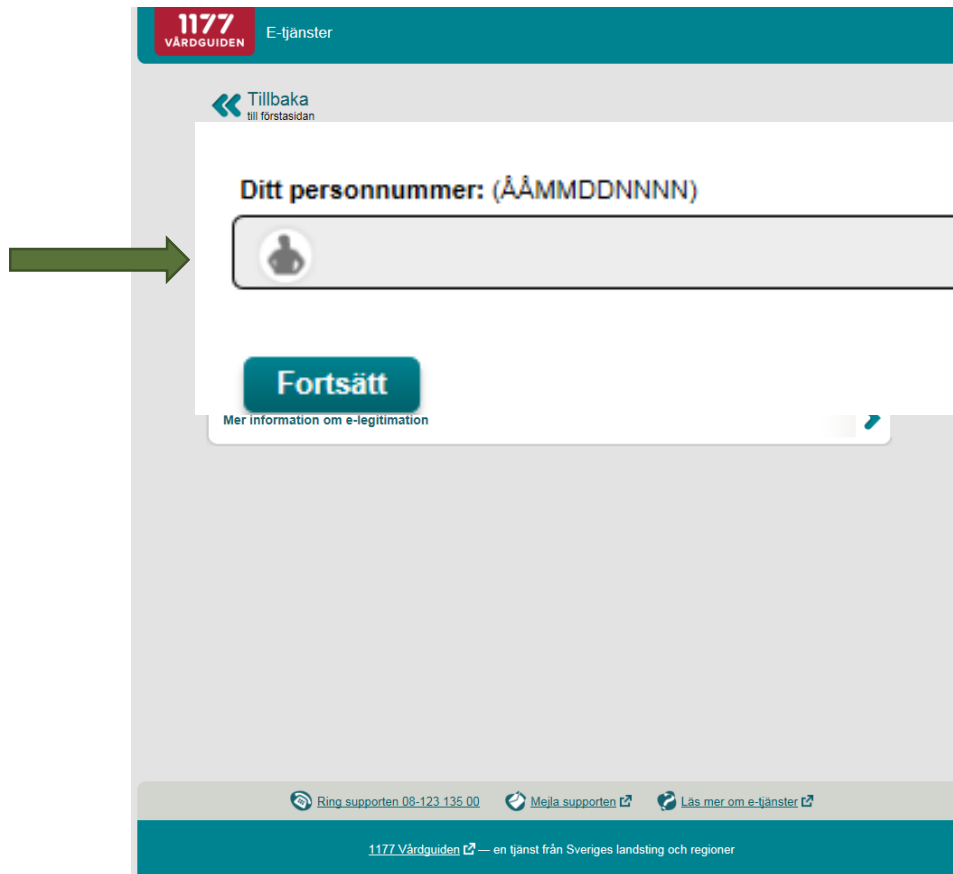
Mobilt BankID

» Mer information om e-legitimation

Lösenord och sms

Ring supporten 08-123.135.00   Mejla supporten   Läs mer om e-tjänster

1177 Vårdguiden — en tjänst från Sveriges landsting och regioner



**1177**  
VÅRDGUIDEN E-tjänster

[← Tillbaka till förstasidan](#)

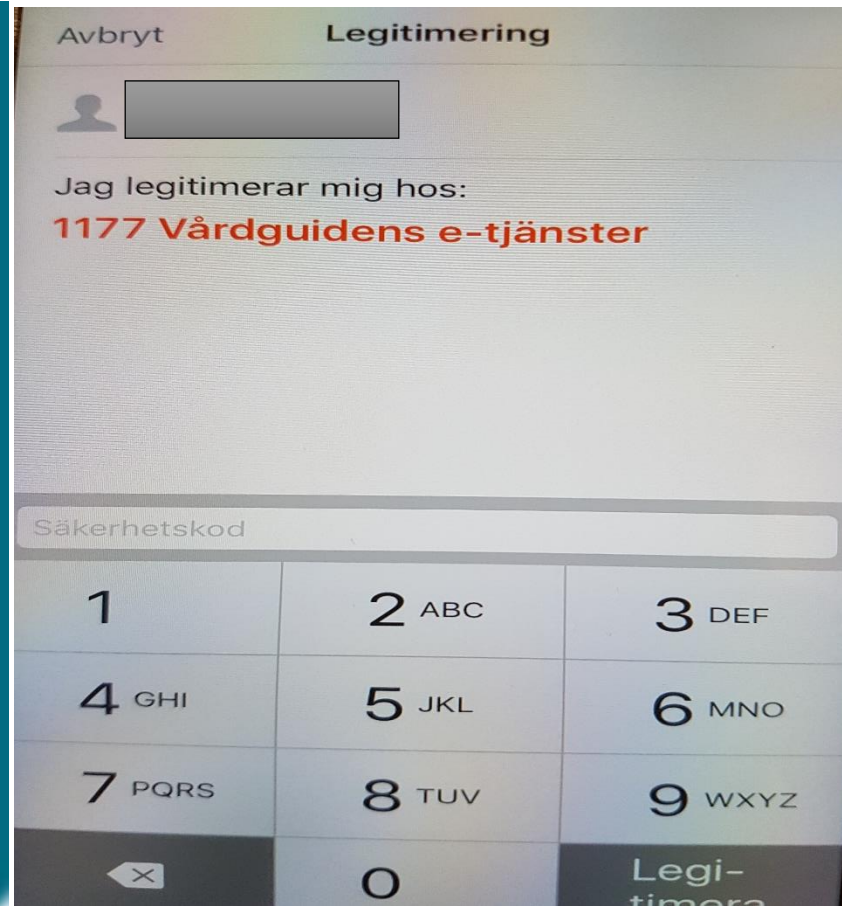
**Ditt personnummer: (ÅÅMMDDNNNN)**

**Fortsätt**

[Mer information om e-legitimation](#)

[Ring supporten 08-123 135 00](#) [Mejla supporten](#) [Läs mer om e-tjänster](#)

[1177 Vårdguiden](#) — en tjänst från Sveriges landsting och regioner



The screenshot shows the 1177 Vårdguiden E-tjänster interface. At the top, there is a teal header with the 1177 Vårdguiden logo on the left, 'E-tjänster' in the center, and 'Inställningar' and 'Logga ut' on the right. Below the header, the main content area is divided into several sections:

- Inkorg:** A vertical list of four items: 'Meddelanden (0 olästa)', 'Ärenden (0 olästa)', 'Påminnelser', and 'Bokade tider'. Each item has a right-pointing arrow.
- Vårdval:** A section with a green arrow pointing to it. It contains 'Hamnstadens Vårdcentral' with a right-pointing arrow and a link 'Ändra vårdval'.
- Mottagningar:** A section with a link 'Hitta och lägg till'.
- Övriga tjänster:** A vertical list of three items: 'Journaltjänster', 'Läkemedelstjänster', and 'Alla övriga tjänster'. Each item has a right-pointing arrow.
- Agera ombud:** A section with a link 'Lägg till barn'.

At the bottom of the interface, there is a footer with four icons and links: 'Ring supporten 08-123 135 00', 'Mejla supporten', 'Läs mer om e-tjänster', and 'Webbkarta'. Below this is a teal bar with the text '1177 Vårdguiden — en tjänst från Sveriges landsting och regioner'.

**1177**  
VÄRDGUIDEN

E-tjänster

Inställningar [Logga ut](#)  
Inloggad som  

[Start](#) » Hamnstadens Vårdcentral

### Mottagningens tjänster

- » **Av/omboka tid**
- » **Beställa tid**
- » **Frågeformulär inför vaccination**
- » **Förnya recept**
- » **Kontakta mig**
- » **Rådgivning**

[Ring supporten 08-123 135 00](#) [Mejla supporten](#) [Läs mer om e-tjänster](#) [Webbkarta](#)

[1177 Vårdguiden](#) — en tjänst från Sveriges landsting och regioner

# Att beställa tid på Vårdcentralen

**1177**  
VÄRDGUIDEN E-tjänster

Inställningar Logga ut  
Inloggad som Ali Darwish

Start » Hamnstadens Vårdcentral » Beställ tid

## Beställ tid

Här kan du skicka en förfrågan om tid för besök hos din vårdgivare.

**Viktigt**

- Du kommer att få svar inom 2 arbetsdagar via din inkorg. Om tiden inte passar dig måste du själv avboka senast 1 dag innan annars debiteras du för uteblivet besök.
- OBS! Här kan du inte få hjälp med akuta ärenden. Om du har akuta besvär, ring Hamnstadens vårdcentral på telefonnummer 0510-48 88 00 eller 1177 Vårdguiden, telefonnummer 1177.

Visa fullständig information

Jag har tagit del av den fullständiga informationen.

**Telefonnummer**

Telefonnummer dagtid:

Mobiltelefonnummer:

**Kontaktinformation**

**Uppgifter om ditt besök**

Välj vårdgivare:

Ange vårdgivarens namn:

Kan du acceptera en annan vårdgivare än den du begärt?

Ja

Nej

## Anledning till besöket

Beskriv varför du önskar beställa tid, om det är ett återbesök eller om det är en kontroll. OBS! Du kan inte söka för akuta besvär här:  
1000 tecken kvar

## Markera när du inte kan komma

Måndagar  Förmiddag  Eftermiddag

Tisdagar  Förmiddag  Eftermiddag

Onsdagar  Förmiddag  Eftermiddag

Torsdagar  Förmiddag  Eftermiddag

Fredagar  Förmiddag  Eftermiddag

Övrig kommentar:

## Avisering

Här fyller du i kontaktuppgifter för att få ett meddelande när du har fått ett svar.

Telefonnummer för sms:

Sms-avisering

E-post:

E-postavisering

**Skicka**

Ring supporten 08-123 135 00 Mejla supporten Läs mer om e-tjänster Webbarta

1177 Vårdguiden — en tjänst från Sveriges landsting och regioner

# Omboka eller avboka din tid

1177 VÄRDGUIDEN E-tjänster

Inställningar Logga ut  
Inloggad som

Start » Hamnstadens Vårdcentral » Av/omboka tid

## Av/omboka tid

Här kan du av- eller omboka en redan bokad tid på mottagningen.

**Viktigt**

- Du måste avboka senast 1 dag innan den bokade tiden annars debiteras du för uteblivet besök.
- Du kommer att få svar inom 2 arbetsdagar i din inkorg.

Visa fullständig information

Jag har tagit del av den fullständiga informationen.

**Telefonnummer**

Telefonnummer dagtid:

Mobiltelefonnummer:

**Kontaktinformation**

Uppgifter om ditt bokade besök

Datum:

Tid:  Hos vem:

**Av eller omboka tid**

Vill du omboka tiden?  
 Ja

Jag kan inte komma följande tider:

Måndagar	<input type="checkbox"/> Förmiddag	<input type="checkbox"/> Eftermiddag
Tisdagar	<input type="checkbox"/> Förmiddag	<input type="checkbox"/> Eftermiddag
Onsdagar	<input type="checkbox"/> Förmiddag	<input type="checkbox"/> Eftermiddag
Torsdagar	<input type="checkbox"/> Förmiddag	<input type="checkbox"/> Eftermiddag
Fredagar	<input type="checkbox"/> Förmiddag	<input type="checkbox"/> Eftermiddag

Nej, jag vill bara avboka tiden.

Ange gärna varför du avbokar eller ändrar tiden för ditt besök:  
300 tecken kvar

## Avisering

Här fyller du i kontaktuppgifter för att få ett meddelande när du har fått ett svar.

Telefonnummer för sms:

Sms-avisering


E-post:

E-postavisering

Skicka

 Ring supporten 08-123 135 00

 Mejla supporten

 Läs mer om e-tjänster

 Webbkartan

1177 Vårdguiden — en tjänst från Sveriges landsting och regioner

# Om man vill byta Vårdcentral

## Ändra vårdval

Välj typ av vårdval

Välj område

Sök vårdcentraler



Ring supporten 08-123 135 00 [Mejla supporten](#) [Läs mer om e-tjänster](#) [Webbkarta](#)

1177 Vårdguiden — en tjänst från Sveriges landsting och regioner



# Sjukhus – för akut vård och behov som kräver specialiserad vård



- Om du är allvarligt sjuk eller i behov av akut vård – uppsök akutmottagningen vid närmaste sjukhus



- Om dina behov inte bedöms som akuta kan du behöva vänta länge på att få hjälp, uppemot 8 timmar



- Ett sjukhusbesök kostar mer än ett besök på en vårdcentral



- Om tillståndet är livshotande – ring 112 för ambulans, polis eller brandförsvaret
- Observera att i Sverige är ambulanser avancerade mobila medicinska enheter

# Kostnaderna för vård är reglerade för vuxna och gratis för barn

## • Kostnader för vård på olika nivåer

• Barn (under 20 år):	gratis		
• Vårdcentralsbesök för vuxna (vald vårdcentral) :		Ny	As
	läkare	100 kr	50kr
	ssk	50 kr	25 kr
(annan vårdcentral):			
	läkare	300 kr	
	ssk	100kr	
• Sjukhusvård (under 20 år)	gratis		
• Sjukhusvård för vuxna	100kr/dag		0 kr
• Ambulans*		150 kr	200kr
vård på plats		300 kr	
• Mödravård	gratis		
• Preventivmedelsrådgivning	gratis		

\* Kostnader för ambulans och akutbesök kan variera beroende på landsting



# Högekostnadskort

<p>Summa patientavgifter ..... Avgår ogiltiga avgifter äldre än 12 månader .....</p>	<p>Summa .....</p>
--	--------------------

### UPPLYSNINGAR

Högekostnadsskyddet gäller inom offentlig vård och hos privata vårdgivare med avtal. Högekostnadsskyddet gäller för läkarbesök och vid sjukvårdande behandling, t.ex. hos sjuksköterska, sjukgymnast eller psykolog. Tandvård som ges till hälso- och sjukvårdsavgift ingår också.

Perioden för högekostnadsskyddet är 12 månader räknat från första besöksdatum. När du har betalat upp till högekostnadsskyddets tak kan du få ett frikort.

Frikortet ger dig rätt till avgiftsfri sjukvård under den tid som kvarstår av 12-månadersperioden, räknat från och med det första besöket.

Avgiftsfriheten gäller endast inom öppen sjukvård, inte när du är inskriven på sjukhus.

Kvitto på betalad patientavgift ska klistras / stämpas in i högekostnadskortet.

### UPPLYSNINGAR – forts

Patientavgifter för vård inom öppen sjukvård i andra landsting ingår också i högekostnadsskyddet. När du får ett frikort gäller det för öppen sjukvård i hela landet.

Patientavgifter för barn och ungdomar förekommer i en del landsting. Barn och ungdomar under 18 år och som tillhör samma familj har ett gemensamt högekostnadsskydd.

### OBSERVERA

Förklarar du frikortet kan du få ett nytt frikort med samma giltighetsdatum som det första. Därför är det viktigt att spara detta kort under den tid som frikortet gäller.

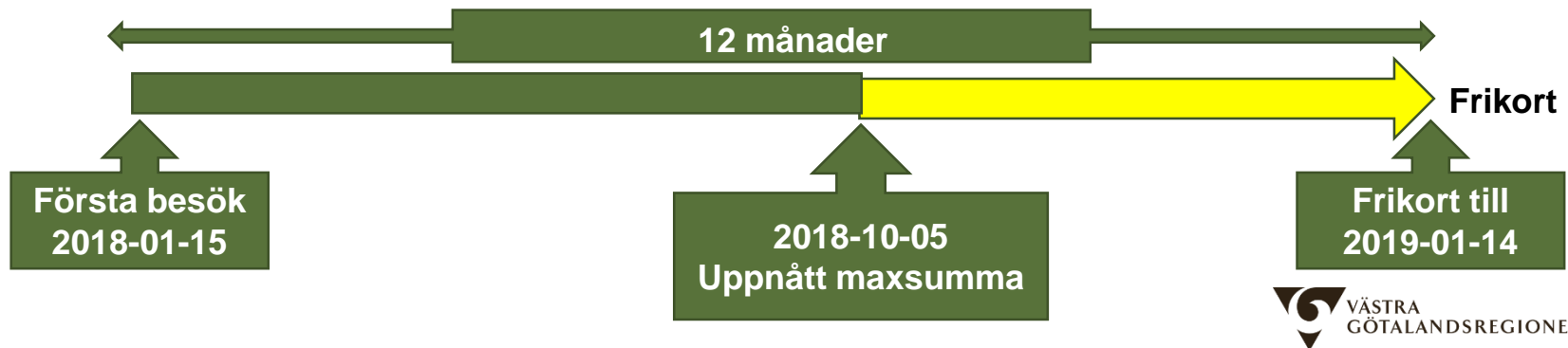
För mer information se:  
[www.1177.se/Vastra-Gotaland](http://www.1177.se/Vastra-Gotaland)

## HÖGKOSTNADSKORT öppen sjukvård

Personnummer (år, månad, dag)

Namn och bostadsadress

Ta med dig högekostnadskortet när du besöker vården. Se till att patientavgiften registreras på kortet.



# Frikort sjukvård



# EU kort

Vid behov av sjukdom vid resa inom EU.  
Beställs från försäkringskassan



Om du är utomlands och blir akut sjuk men inte har ditt EU-kort till hands, kan du eller din vårdgivare kontakta oss på telefonnummer +46 771-524 524 för att få ett provisoriskt intyg.

# Patientnämnden

**Telefon och telefontid:** [010-441 20 00](tel:010-4412000), kl. 9.00-11.00, med reservation för avvikelser.

**Postadress:** Patientnämndernas kansli, 413 45 Göteborg

**E-post:** [patientnamnden@vgregion.se](mailto:patientnamnden@vgregion.se)

Tänk på att inte skicka uppgifter om din eller annans hälsa eller personuppgifter via e-post.

[Blankett för anmälan till Patientnämnden](#)

På 1177 Vårdguidens e-tjänster kan du logga in och göra en elektronisk anmälan och läsa information på andra språk: [1177 Vårdguidens e-tjänster](#)



# Övriga mottagningar



**Barnmorskemottagning**



**Barnvårdscentral**



**Ungdomsmottagningen**



# Om du mår psykiskt dåligt

- **Vårdcentralen**
- **Psykiatrisk akutmottagning**
- **Barn och ungdomspsykiatrisk mottagning**



För att motverka att allvarliga sjukdomar sprids, cirka 60 sjukdomar.

Om man drabbas av t.ex. tuberkulos, hiv, klamydia rapporteras det till en speciell läkare, smittskyddsläkare.

# Smittskyddslagen

Smittskyddslagen handlar om dina rättigheter och skyldigheter om du får någon av dessa sjukdomar.



Du har rätt till gratis testning, vård och behandling.



Men du är också skyldig att inte smitta andra medvetet.

# Tandvård



## Tandvård

- Gratis för barn och unga t.o.m. 31 december det år man fyller 24 år.
- Vuxna får ett litet bidrag från försäkringskassan

Tandvårdskostnad enligt referenspris	Vem betalar?
Upp till 3 000	Du betalar hela kostnaden
Mellan 3 001 och 15 000	Du betalar 50% - Försäkringskassan betalar 50%
Över 15 000	Du betalar 15% - Försäkringskassan betalar 85%

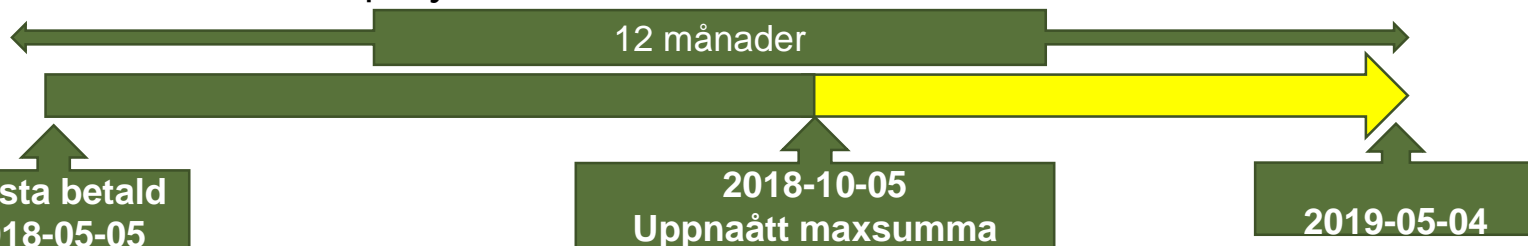
# 2+2+2+2 och tandtråd

- Borsta tänderna 2 gånger per dag,
- i 2 minuter,
- med 2 centimeters tandkräm,
- vänta därefter i minst 2 timmar innan du äter något så tänderna får "vila".



# Apotek

- Erbjuder receptfria läkemedel och andra varor
- Läkemedel som förskrivits av läkare kan hämtas ut:
  - Insulin är kostnadsfri
  - Läkemedel på recept som ingår i läkemedelsförmånen är subventionerade för vuxna och kostnadsfria för barn
  - Receptfria läkemedel Fullpris
- T.ex. nässpray, huvudvärkstabletter



Läkemedelskostnad	Frikort	Du betalar
5401 kr-		
3901-5400 kr	90% rabatt	2051-2200 kr
2101-3900 kr	75% rabatt	1601-2050 kr
1101-2100 kr	50% rabatt	1101-1600 kr
0-1100 kr	0% rabatt	0-1100 kr

# Glasögon



- Barn 0-7 år behöver undersökas av ögonläkare
- Barn 8-19 år och vuxna besöker valfri optiker
- Barn 0-19 år får ett bidrag på 800:- eller 1600:- beroende på styrka på glaset.

## Youmo

- [www.Youmo.se](http://www.Youmo.se) är en sajt för dig som är 13 till 20 år. Här finns information om kroppen och hälsa.
- Du kan också läsa om jämställdhet, dina rättigheter och hur du kan få hjälp att må bra.
- På Youmo kan du se bilder och filmer och läsa på svenska, dari, somaliska, arabiska eller tigreanska.
- Du kan också hitta kontaktuppgifter till alla Sveriges ungdomsmottagningar.

- Youmo är en del av UMO.se, ungdomsmottagningen på nätet.
- De som ansvarar för Youmo och UMO är landsting och regioner.
- Det är de som har hand om vård och hälsa i Sverige.
- Det som finns på sajten har granskats av personer som är experter på Youmos ämnen.

**Youmo**



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN

# Hälsostöd

Tema 1: Introduktion till hälsostöd

Tema 2: Hur kan flykt påverka hälsan

Tema 3: Stress, sömn, tobak, alkohol och droger

Tema 4: Kost och fysisk aktivitet

Tema 5: Repetition, sammanfattning och reflektion.



## Fråga

Vid frågor kontakta  
Ali Darwish  
076-1427293



VÄSTRA  
GÖTALANDSREGIONEN