

Grundläggande hälsoinformation

Detta ska du få information om idag

1. Hälsa- och sjukvård i Sverige
2. Hälsoundersökning
3. Rätt till vård
4. Friskvård och egenvård
5. 1177 Vårdguiden
6. Här kan du få vård
7. Övrigt:
 - Antibiotika
 - Apotek
 - Glasögon
 - EU-kort

Hälso- och sjukvård i Sverige

Tystnadsplikt



- Du har rätt att känna dig trygg när du har kontakt med hälso- och sjukvården.
- Alla i hälso- och sjukvården har tystnadsplikt.
- Tystnadsplikt betyder att ingen i vården får berätta om dig för någon annan, exempelvis din familj.
- Ingen information från vården lämnas till Migrationsverket.

Tolk

- Du rätt till en tolk som är med på mötet eller via telefon om du inte pratar svenska eller har svårt att förstå svenska.
- Berätta att du behöver tolk när du bokar ditt besök.
- Tolken har tystnadsplikt.
- Barn under 18 år får inte vara tolk.

Det är viktigt att komma i tid till besöket

- Om du inte kan komma på den bokade tiden behöver du meddela mottagningen i förväg
 - Om tiden inte passar dig
 - Om du blir sjuk
- Om du inte kommer till besöket utan att ha meddelat mottagningen i förväg kan du få en räkning



Vem betalar för vår gemensamma hälso- och sjukvård?

En stor del av hälso- och sjukvården betalas genom den skatt som invånarna betalar.



Hälsoundersökning

Hälsundersökning

1. Kallelse skickas



Tid, plats och hur du avbokar om du inte kan komma.



Ingen kostnad

2. Hälsundersökning



Du träffar en sjuksköterska.



Ingen information till Migrationsverket.

3. Mer kontakt vid behov



Information skickas till en annan vårdgivare om det behövs.

Ta med LMA-kort/kvitto, upphållstillståndskort eller annan ID-handling.

Du har rätt att få vård

Du har rätt att få vård:

Information till dig utan svenskt personnummer

Rätt till vård för dig som fyllt 18 år och som inte har svenskt personnummer

- Akut sjukvård och tandvård
 - Även akut psykisk ohälsa
- Vård och tandvård som inte kan anstå (vårdpersonal bedömer)
 - Även psykisk ohälsa
- Mödravård och förlossningsvård
- Rådgivning av preventivmedel och vård vid abort
- Akuta hjälpmedel
- Sjukresor

Ta med LMA-kort/kvitto, upphållstillståndskort eller annan ID-handling.

Rätt till tandvård för dig som fyllt 18 år och som inte har svenskt personnummer

- Tandvård kan du få hos
 - Folktandvården
 - Vissa privata mottagningar
- Akut tandvård och tandvård som inte kan vänta
 - Kostnadsfri för personer under 23 år
 - Personer över 23 år betalar för besöket



Rätt till vård för barn och unga under 18 år utan svenskt personnummer

- Samma rätt till hälso- och sjukvård som barn med svenskt personnummer.
- Samma rätt till tandvård som barn med svenskt personnummer.
- Vård till den som är under 20 år kostar inget.



Ta med LMA-kort/kvitto,
upphållstillståndskort
eller annan ID-handling.

Rätt till tandvård för barn och unga under 18 år utan svenskt personnummer

- Tandvård kan du få hos
 - Folktandvården
 - Vissa privata mottagningar
- Samma rätt till tandvård som barn med svenskt personnummer
 - Regelbundna besök efter behov
 - Nästan all tandvård är kostnadsfri



Rätt till vård för dig som är kvotflykting eller anhöriginvandrare och som ännu inte fått ett svenskt personnummer

- Vuxna, barn och unga som har fått uppehållstillstånd som kvotflykting eller är anhöriginvandrare har rätt till samma hälso-, sjuk- och tandvård som personer med svenskt personnummer.
- Samma kostnader för hälso-, sjuk- och tandvård som för personer med svenskt personnummer.

Du har rätt att få vård:

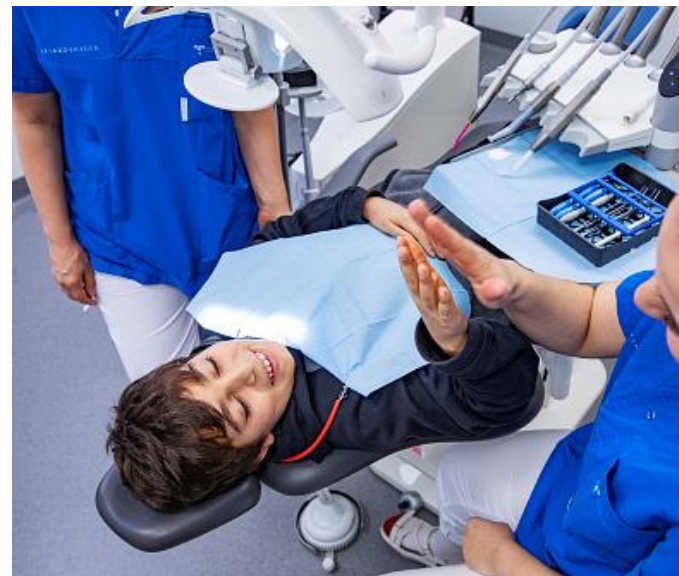
Information till dig med svenskt personnummer

Rätt till vård för dig som har fått svenskt personnummer

- Vuxna, barn och unga som fått svenskt personnummer har rätt till samma hälso-, sjuk- och tandvård som svenska medborgare.

Rätt till tandvård för dig med svenskt personnummer

- Tandvård kan du få hos
 - Folktandvården
 - Privata mottagningar
- Tandvård för vuxna över 18
 - Nästan all tandvård är kostnadsfri till året du fyller 23 år
- Tandvård för barn och unga under 18 år
 - Nästan all tandvård är kostnadsfri



Friskvård och egenvård

Friskvård är när du tar hand om dig själv



Egenvård kan du göra själv vid:

Förkylning

Feber

Magsjuka

Influensa

Smärta

Lättare skada



Läs på

1177 Vårdguiden:

[Vanliga symtom](#)

[- när ska jag söka vård?](#)

Förebyggande tandvård

- 2-2-2-2-metoden
- Fluorid tandkräm
- Regelbundna undersökningar

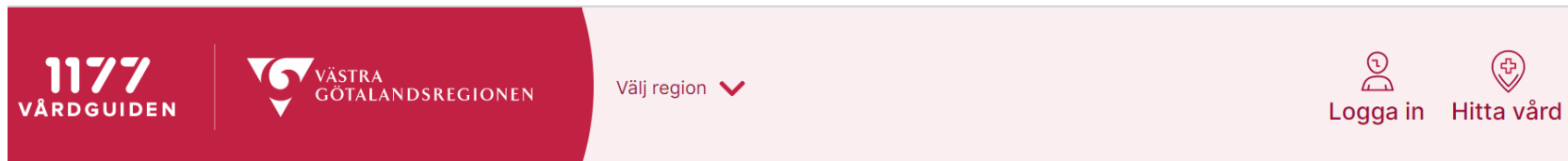


1177 Vårdguiden

1177 Vårdguiden

Se vilken vård som finns i din närhet.
Hitta även telefonnummer och öppettider.

Webben: Översatt information och lätt svenska



Liv & hälsa Barn & gravid Olyckor & skador Sjukdomar & besvär Behandling & hjälpmedel Så fungerar vården

Telefon: Tolkning på arabiska, somaliska och persiska



E-tjänster via 1177

1177
VÅRDGUIDEN



Välj region ▼

Logga in Hitta vård Sök

[Liv & hälsa](#) [Barn & gravid](#) [Olyckor & skador](#) [Sjukdomar & besvär](#) [Behandling & hjälpmedel](#) [Så fungerar vården](#)

Du är här: [Start](#) / [Om 1177 Vårdguiden](#) / E-tjänster på 1177 Vårdguiden

1177 Vårdguidens e-tjänster

Med 1177 Vårdguidens e-tjänster kan du se personlig vårdinformation och kontakta vården på ett säkert sätt. Du får också en möjlighet att vara delaktig i din egen vård. Här kan du läsa mer om de olika e-tjänsterna.



Här kan du få vård

Om hälso- och sjukvård
i Västra Götaland

Här kan du få vård

Denna vård finns ofta i din närhet och du tar själv kontakt för att boka tid:

- Vårdcentral och barnvårdscentral (BVC)
- Privata specialistläkare med avtal med VGR
- Barnmorskemottagning
- Rehabmottagning
- Ungdomsmottagning
- Tandvård

Vårdcentral

- Du väljer vilken vårdcentral du vill gå till och tar själv kontakt
- Öppet vardagar, dagtid
- Barnvårdscentral (BVC)
- Jourcentral: Istället för vårdcentral på kvällar och helger



Personal på vårdcentralen

- Läkare
- Sjuksköterska
- Psykolog



Privata specialistläkare som har avtal med VGR

- De är specialister inom olika områden.
- Du tar själv kontakt med läkaren
du önskar besöka.



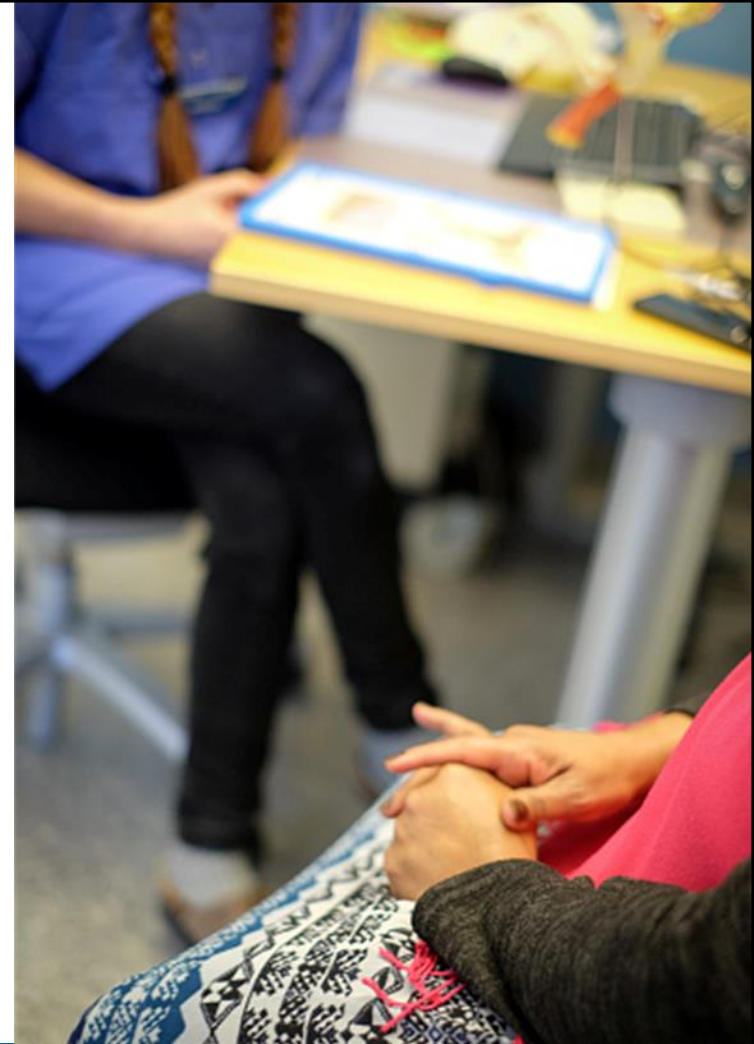
Barnavårdscentral (BVC)

- Hälsoundersökningar
- Föräldrastöd
- Vaccinationer



Barnmorskemottagning (BMM)

- Preventivmedel
- Mödrahälsovård
- Gynekologiskt cellprov
- Test för könssjukdomar



Rehabmottagning

- Du väljer själv mottagning
- Du tar själv kontakt med mottagningen
- Öppet vardagar, dagtid
- Olika rehabmottagningar:
 - Mottagning med fysioterapeut och arbetsterapeut
 - Mottagning med fysioterapeut



Screening

- Hälsoundersökningar
- Förhindrar allvarlig sjukdom
- Frivilligt
- Screening i VGR:
 - Mammografi
 - Gynekologiskt cellprov
 - Undersökning av stora kroppspulsådern



Ungdomsmottagning



Ungdomsmottagning på nätet



På sjukhusen finns

- Specialistmottagningar
 - du måste få en remiss för att komma hit
- Vårdavdelningar
- Akutmottagningar
 - för akut allvarlig fysisk sjukdom och skada
 - för akut allvarlig psykisk ohälsa



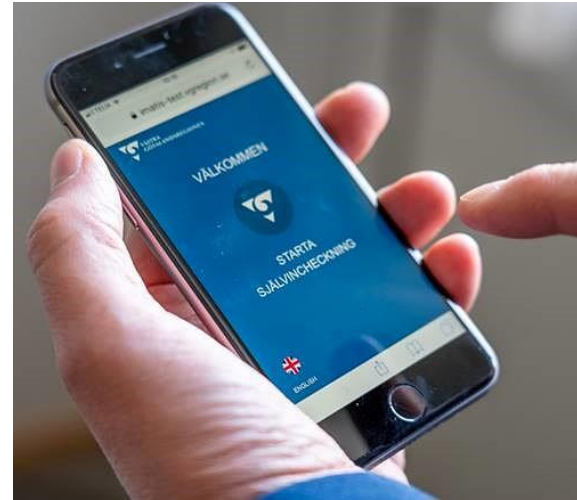
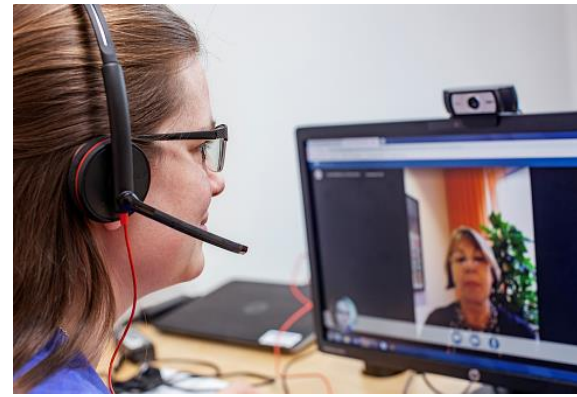
Akut hälso- och sjukvård

- Akut sjukdom, skada och psykiskt dåligt mående som **inte** är allvarligt, **besök**:
 - Vårdcentral eller ring 1177
 - Jourcentral om vårdcentralen är stängd
- Akut **allvarlig** sjukdom, skada och psykiskt dåligt mående, **besök**:
 - Akutmottagning
- **Ring 112**
 - Vid nödsituation och livshotande situation där ambulanstransport behövs



Digitala vårdtjänster

- Videomöten och andra digitala vårdtjänster
- Läs mer på mottagningens webbplats
- Du behöver
 - Dator eller smartphone
 - Svenskt personnummer
 - E-legitimation



Bilderna här visar att en mottagning är godkänd av Västra Götalandsregionen

- Bilderna ser du när du besöker godkända mottagningar eller sjukhus.
- Bilderna finns även på mottagningens eller sjukhusets webbplats.



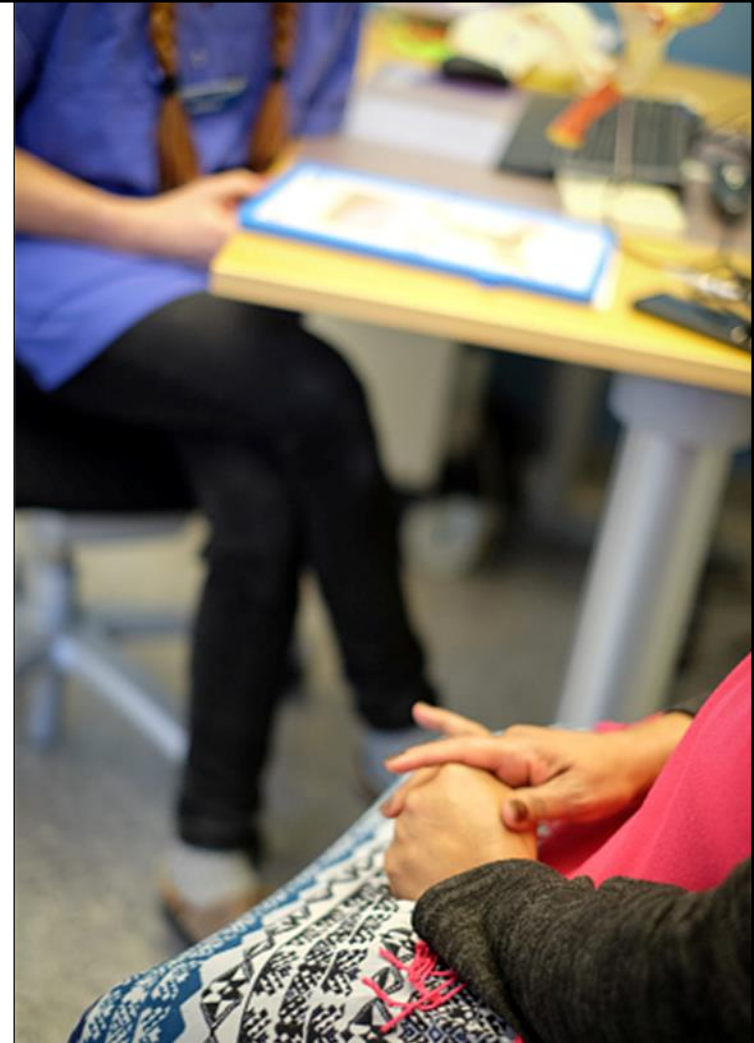
Psykisk ohälsa

- Vanligt och normalt med psykiska besvär
- Stress innan, under och efter flykt
- Egenvård vid psykisk ohälsa
- Om du behöver hjälp
 - Vårdcentral
 - Ungdomsmottagning
 - Skolhälsovård
- Vid allvarligt och akut psykiskt dåligt mående:
 - Psykiatrisk akutmottagning för vuxna
 - BUP akutmottagning för barn och unga



Kvinnohälsa

- Vulvamottagning på Angereds Närsjukhus
- Hjälper dig om du har besvär, bland annat på grund av könsstympling
- Tar emot kvinnor från hela Västra Götaland
- Om du behöver hjälp:
 - Prata med din vårdkontakt, till exempel på vårdcentralen. De kan hjälpa dig att ta kontakt.
 - Du kan även själv kontakta mottagningen.



Skydd för höga kostnader: För dig utan svenskt personnummer

Du kan söka särskilt bidrag hos
Migrationsverket för

- Hälsa- och sjukvård
- Läkemedel
- Sjukresor



Högekostnadsskydd för dig med svenskt personnummer

- Kostnadsskydd
- Öppenvård
- Sjukhus
- Läkemedel
- Sjukresor



Om du inte är nöjd med vården eller vill lämna synpunkter

- Har du upplevt något i vården som du inte är nöjd med kan du berätta om det
 - Själv eller
 - via Patientnämnden
- Patientnämnden:
 - Hjälper dig att klaga och lämna synpunkter
 - Kostnadsfritt
 - Tystnadsplikt

Övrigt

Antibiotika

De resistenta bakterierna är
ett stort hot mot vår hälsa

All användning av antibiotika leder till resistens.
Genom att bara använda antibiotika
när det verkligen behövs kan vi
bromsa resistensutvecklingen



- I Sverige är vi försiktiga med att använda antibiotika
- Antibiotikaresistens
- Hjälper mot bakterier men inte mot virus
- Fråga den som du får vård av, om du undrar om antibiotika

Vill du veta mer?



www.1177.se



www.antibiotikaellerinte.se



www.skyddaantibiotikan.se

Apotek

- Receptbelagda läkemedel
- Receptfria läkemedel
- Produkter för egenvård
- Godkända apotek



Apotek och läkemedel på nätet

**Handla läkemedel
från godkända apotek.**



EU:s symbol.



Information till dig utan svenskt personnummer

Synfel och glasögon för dig som fyllt 19 år utan svenskt personnummer

- Du som är asylsökande eller har fått uppehållstillstånd via massflyktsdirektivet kan i vissa fall få ekonomisk hjälp av Migrationsverket
- Gå till en valfri legitimerad optiker för synundersökning
- Billigaste alternativet av glasögon
- Kontakta din handläggare på Migrationsverket om du behöver en synundersökning eller glasögon.



Synfel och glasögon för barn och unga under 19 år utan svenskt personnummer

- Barn som är mellan 0 och 7 år behöver först undersökas av en ögonläkare.
- Barn och unga som är mellan 8 och 19 år får gå till valfri legitimerad optiker för synundersökning.
- Barn och unga upp till och med 19 år får bidrag för att köpa glasögon.
- Kontakta din handläggare på Migrationsverket om ditt barn behöver en synundersökning eller glasögon.



Information till dig med svenskt personnummer

Synfel och glasögon för dig som fyllt 19 år och som har svenskt personnummer

- Gå till en optiker om du ser dåligt
- Vuxna betalar själva sina glasögon



Synfel och glasögon för barn och unga som har svenskt personnummer

- Barn som är mellan 0 och 7 år behöver först undersökas av en ögonläkare.
- Barn och unga som är mellan 8 och 19 år får gå till valfri legitimerad optiker för synundersökning.
- Barn och unga upp till och med 19 år får bidrag för att köpa glasögon.



EU-kort för sjukvård och tandvård vid utlandsresa

- Försäkringskassan
- EU-kortet gäller för sjuk- och tandvård som inte kan vänta tills du kommer tillbaka till Sverige.
- EU/EES-land, Schweiz eller Storbritannien

**Kom ihåg att beställa
EU-kort inför
utlandsresan**



Slut på bilder!

- Sammanfattning
- Frågor och reflektion
 - Vad har jag lärt mig på den här träffen?
 - Nämn tre saker som du tycker har känts viktiga