

Vodnik po slovenskem zdravstvenem sistemu

za begunce



CARE
Common Approach for REFugees
and other migrants' health

Vodnik po slovenskem zdravstvenem sistemu za begunce

Druga, posodobljena izdaja

Nadja Šinkovec Zorko, Maja Sočan, Nuška Čaks Jager, Anja Orehek, Nadja Cirar

Izdal in založil:

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Oblikovanje:

Nadja Šinkovec Zorko

Ljubljana, marec 2022



All images in this booklet are used under license from Shutterstock.com.

This booklet is part of the '717317 / CARE ' project / joint action which has received funding from the European Union's Health Programme (2014-2020).

The content of this booklet represents the views of the authors only and is their sole responsibility; it cannot be considered to reflect the views of the European Commission and/or the Consumers, Health, Agriculture and Food Executive Agency or any other body of the European Union. The European Commission and the Agency do not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.

Ob vašem prihodu v azilni dom

Ob vašem prihodu v azilni dom boste opravili preventivno-zdravstveni pregled, ki ga bo izvedel za to pooblaščen zdravnik.



Vaše pravice do zdravstvenih storitev



Osebe z začasno zaščito

- Osebe z začasno zaščito imajo pravico do nujne medicinske in zobozdravstvene pomoči, nujnega zdravljenja in neodložljivih storitev specialistično ambulantnih in bolnišničnih dejavnosti ter nujnega reševalnega prevoza.
- **Ženske** imajo pravico tudi do kontracepcije, zdravstvene oskrbe v nosečnosti in ob porodu ter do prekinitve nosečnosti.
- Osebe z začasno zaščito imajo tudi pravico do obveznih zdravstvenih pregledov **pred vključitvijo v izobraževanje in v času izobraževanja v osnovni oziroma srednji šoli**, enako kot to velja za državljane Republike Slovenije.
- **Otroci in mladostniki do 18. leta starosti ter dijaki in študentje, ki se redno šolajo in so mlajši od 26 let**, imajo (v skladu z Uredbo o načinu zagotavljanja pravic osebam z začasno zaščito) pravico do zdravstvenega varstva v celoti oziroma v enaki meri, kot državljani Republike Slovenije.

Osebe z začasno zaščito uveljavljajo zdravstvene storitve z izkaznico osebe z začasno zaščito.

Prosilci za mednarodno zaščito

- Prosilci za mednarodno zaščito imajo pravico do nujne medicinske in zobozdravstvene pomoči, nujnega zdravljenja ter nujnega reševalnega prevoza.
- **Ženske** imajo pravico tudi do kontracepcije, zdravstvene oskrbe v nosečnosti in ob porodu ter do prekinitve nosečnosti.
- **Otroci in mladostniki do 18. leta starosti ter dijaki in študentje, ki se redno šolajo in so mlajši od 26 let,** imajo pravico do zdravstvenega varstva v celoti oziroma v enaki meri, kot državljani Republike Slovenije.

Osebe s priznano mednarodno zaščito

V kolikor vam je priznan status begunca ali vam je priznana tako imenovana subsidiarna zaščita, imate

pravico do obveznega zdravstvenega zavarovanja. Prijava v obvezno zdravstveno zavarovanje bo urejena po pridobitvi statusa mednarodne zaščite.

Otroci in mladostniki do 18. leta starosti ter dijaki in študentje, ki se redno šolajo in so mlajši od 26 let, imajo pravico do zdravstvenega varstva v celoti oziroma v enaki meri, kot državljani Republike Slovenije.

Zdravstveno zavarovanje v Sloveniji



V Sloveniji imamo sistem obveznega osnovnega zdravstvenega zavarovanja in prostovoljnega dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja. Komercialne zavarovalnice pa ponujajo tudi različna dodatna nadstandardna zdravstvena zavarovanja.

Obvezno zdravstveno zavarovanje

Obvezno zdravstveno zavarovanje je v Sloveniji obvezno za vse slovenske državljane in ga izvaja Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Obvezno zdravstveno zavarovanje krije samo najbolj splošne in nujne zdravniške preglede in storitve. Za ostale storitve (npr. preglede in storitve pri zdravnikih specialistih, zdravljenje v bolnišnici, večje zobozdravstvene posege, mnoga zdravila itd.) pa je potrebno doplačati ali si urediti dopolnilno zdravstveno zavarovanje.

Dopolnilno zdravstveno zavarovanje

Dopolnilno zdravstveno zavarovanje je prostovoljno zavarovanje, ki ga lahko sklenejo osebe z urejenim

obveznim zdravstvenim zavarovanjem pri eni izmed treh slovenskih zavarovalnic: Vzajemna, Triglav zdravstvena zavarovalnica in Generali. Dopolnilno zdravstveno zavarovanje krije razliko med polno ceno zdravstvene storitve in deležem, ki ga krije obvezno zdravstveno zavarovanje, oziroma del razlike pri določenih zdravilih in medicinskih pripomočkih.

Otroci, šolska mladina, dijaki in študentje, ki se redno šolajo in so mlajši od 26 let, ne potrebujejo dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja, saj imajo zdravstvene storitve v celoti krite iz obveznega zdravstvenega zavarovanja.

Kartica zdravstvenega zavarovanja (zdravstvena izkaznica)

Za uveljavljanje pravic iz obveznega in prostovoljnega zdravstvenega zavarovanja boste morali ob vsakem obisku pri zdravniku, zobozdravniku ali ob dvigu zdravil na recept v lekarni predložiti kartico zdravstvenega zavarovanja. Kartico izda Zavod za zdravstveno

zavarovanje Slovenije. Brezplačno jo prejme vsakdo, ko si v Sloveniji prvič uredi obvezno zdravstveno zavarovanje.

Primarno zdravstveno varstvo odraslih



Primarno oziroma osnovno zdravstveno varstvo odraslih vključuje preventivne zdravstvene preglede in osnovno preprečevanje ter zdravljenje bolezni. Izvajajo ga splošni oziroma družinski zdravniki, zobozdravniki, zdravniki medicine dela, prometa in športa ter ginekologi, ki delujejo na primarni ravni v zdravstvenih domovih, kot zasebniki s koncesijo, nekateri ginekologi pa tudi v okviru bolnišnic. Za obisk zdravnika primarnega zdravstvenega varstva ne potrebujete napotnice, potrebno pa se je predhodno naročiti na pregled.

V Sloveniji imajo nekateri zdravniki, ki delujejo kot zasebniki, urejeno koncesijo, kar pomeni, da so storitve delno krite iz obveznega zdravstvenega zavarovanja oziroma krite v celoti, če imate urejeno dopolnilno zdravstveno zavarovanje. V primeru da je zdravnik zasebnik brez koncesije, pa so storitve v celoti samoplačniške.

Zdravstveni domovi

Zdravstveni domovi pokrivajo osnovno zdravstveno dejavnost za okoliške prebivalce. V zdravstvenem domu imate na voljo:

- ambulantno splošnega oziroma družinskega zdravnika,
- otroško in šolsko ambulantno,
- ginekološko ambulantno,
- službo nujne medicinske pomoči,
- zobozdravstveno ambulantno.
- V zdravstvenem domu je organizirana tudi patronažna služba, ki izvaja nego bolnika na domu, kadar je to potrebno.

Nekateri zdravstveni domovi imajo tudi ambulantno medicine dela, prometa in športa, klinični laboratorij, rentgensko službo in celo nekatere specialistične ambulante.

V manjših krajih je osnovna zdravstvena dejavnost organizirana v zdravstvenih postajah, ki so povezane z najbližjim zdravstvenim domom.

Splošni oziroma družinski zdravnik

V Sloveniji si vsaka odrasla oseba, ki ima urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje, lahko izbere svojega osebnega zdravnika splošne oziroma družinske medicine. Izberete si lahko zdravnika, ki deluje v okviru zdravstvenega doma, zdravstvene postaje ali zdravnika zasebnika s koncesijo. Vaš izbrani zdravnik bo skrbel za vaše zdravje in vas ob zdravstvenih težavah pregledal, vam svetoval in po potrebi predpisal recept za zdravila. Če bo potrebno, vas bo napotil na določene preiskave oziroma k zdravniku specialistu. Bolniki, ki zaradi utemeljenih razlogov sami ne morejo obiskati zdravnika, so upravičeni do obiska izbranega zdravnika na domu.

Za obisk pri svojem izbranem osebnem zdravniku ne potrebujete napatnice, potrebno pa se je naročiti na pregled.

V primeru, da potrebujete zdravnika izven rednega delovnega časa (med vikendom, prazniki ali ponoči), se pozanimajte o delovanju dežurne zdravstvene službe v vašem zdravstvenem domu ali v primeru življenjske ogroženosti pokličite nujno medicinsko pomoč na številko 112.

Preventivni pregledi

Vse odrasle osebe, ki imajo urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje, so po 30. letu starosti upravičene do preventivnega pregleda na vsakih 5 let, osebe z določenimi kroničnimi boleznimi ali povečanim tveganjem za razvoj teh bolezni pa vsako leto. Na preventivnem pregledu se boste pogovorili z medicinsko sestro o vašem zdravju in vašem življenjskem slogu ter

opravili nekaj meritev in laboratorijskih testov. Če bo potrebno, vas bo pregledal tudi vaš osebni izbrani zdravnik ali pa boste napoteni v zdravstveno vzgojni center oziroma center za krepitev zdravja, kjer potekajo skupinske delavnice in individualno svetovanje za zdrav življenjski slog in krepitev zdravja.

Osebe z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem so med 50. in 74. letom starosti vključene v program za preprečevanje in zgodnje odkrivanje raka na debelem črevesu in danki na vsaki dve leti v okviru državnega programa SVIT.

Cepljenje odraslih

V Sloveniji se izvajajo naslednja cepljenja odraslih, ki jih krije obvezno zdravstveno zavarovanje:

- proti davici in tetanusu na 10 let,
- proti klopnemu meningoencefalitisu za osebe, ki v tekočem letu dopolnijo 49 let,
- proti gripi za osebe, stare 65 let in več, kronične bolnike in nosečnice,

- proti oslovskemu kašlju za nosečnice od 24. tedna nosečnosti dalje.

Priporoča se tudi cepljenje proti covidu-19.

Informacije glede cepljenja proti covid-19, testiranja na okužbo s SARS-CoV-2 in druge informacije glede covid-19 najdete na povezavah, ki so navedene v poglavju Uporabni kontakti in povezave.

Primarno zdravstveno varstvo otrok in mladostnikov



V Sloveniji za zdravje otrok in mladostnikov do dopolnjenega 19. leta skrbijo otroški zdravniki (pediatri) in zdravniki šolske medicine, izjemoma tudi splošni zdravniki oziroma zdravniki družinske medicine. Ti opravljajo preventivne preglede otrok in mladostnikov s svetovanjem in cepljenjem ter zdravijo bolezni. Starši za svojega otroka izberete osebnega pediatra oziroma zdravnika šolske medicine, ki dela v zdravstvenem domu ali v zasebni ambulanti s koncesijo. Za obisk izbranega pediatra ali zdravnika šolske medicine ne potrebujete napotnice, potrebno pa se je naročiti na pregled.

Preventivni pregledi

Preventivni pregled novorojenčka ob rojstvu in pomoč pri negi otroka

Novorojenčka bodo že v porodnišnici natančno pregledali in opravili določene teste za odkrivanje nekaterih prirojenih bolezni in razvojnih nepravilnosti, naučili vas bodo, kako otroka previti, umivati in vam svetovali glede nege otroka in dojenja.

Po odhodu iz porodnišnice vas bo na domu nekajkrat obiskala patronažna medicinska sestra, ki vam bo prav tako pomagala in svetovala pri negi otroka in dojenju ter kasneje o prehrani otroka. Običajno bo patronažna sestra stopila v stik z vami in se dogovorila za obisk na domu, če pa ste rodili izven regije, kjer prebivate, morate patronažno službo poklicati sami. V tem primeru pokličite v vaš zdravstveni dom in se dogovorite za obisk.

Preventivni pregledi predšolskih in šolskih otrok ter mladostnikov

Dojenčki in predšolski otroci imajo pravico do preventivnega pregleda pri izbranem pediatru v starosti enega, treh, šestih, devetih, dvanajstih in osemnajstih mesecev ter v starosti treh in petih let.

Šolski otroci in mladostniki do 19. leta starosti pa imajo pravico do preventivnega pregleda pri specialistu šolske medicine pred vstopom v šolo, v prvem, tretjem, šestem in osmem razredu osnovne šole ter v prvem in tretjem

letniku srednje šole. Mladi, ki ne nadaljujejo šolanja, imajo pravico do preventivnega pregleda v starosti 18 let. *Študentje* imajo pravico do preventivnega pregleda v prvem in tretjem letniku dodiplomskega študija.

Na preventivnem pregledu bo zdravnik ocenil telesni in duševni razvoj otroka ali mladostnika, opravil določene teste in preiskave za odkrivanje nekaterih bolezni in razvojnih nepravilnosti, opravil obvezna in neobvezna cepljenja ter svetoval glede nege otroka, prehrane in življenjskega sloga. V starosti treh let je preventivnemu pregledu pridružen tudi pregled pri psihologu in v starosti petih let pregled pri logopedu, ki bo ocenil otrokov govor.

Za prvi preventivni pregled predšolskega otroka se boste dogovorili ob izbiri osebnega otrokovega pediatra. Šolski otroci, dijaki in študentje so na preventivni pregled vabljeni pisno ali preko šole.

Cepljenje

Otrokov izbrani zdravnik bo ob preventivnih pregledih opravil tudi redna obvezna in prostovoljna cepljenja, ki jih krije obvezno zdravstveno zavarovanje. V Sloveniji so *obvezna naslednja cepljenja*:

- proti davici, tetanusu, oslovskemu kašlju, okužbam, ki jih povzroča bakterija *Haemophilus influenzae* tipa b in otroški paralizi,
- proti ošpicam, mumpsu in rdečkam,
- proti hepatitisu B.

Redno se izvajajo tudi naslednja *neobvezna cepljenja*:

- proti pnevmokoknim okužbam,
- proti klopnemu meningoencefalitisu,
- proti gripi,
- proti okužbam s humanimi papilomavirusi.

Priporoča se tudi cepljenje proti covidu-19.

V kolikor želite, se lahko odločite tudi za ostala samoplačniška cepljenja, kot sta na primer cepljenje proti rotavirusnim okužbam in cepljenje proti noricam.

Specialistične zdravstvene storitve



V primeru, da vaše zdravstveno stanje zahteva specialistični pregled, določene diagnostične preiskave in/ali zdravljenje, vas bo vaš izbrani zdravnik splošne oziroma družinske medicine napotil na pregled k zdravniku druge specialnosti. Za obisk specialistične ambulante se je potrebno predhodno naročiti na pregled. Pri tem boste potrebovali napotnico vašega izbranega osebnega zdravnika. O datumu in uri pregleda boste pravočasno obveščeni s strani zdravstvene ustanove, kjer ste se naročili na pregled. Če želite, da vas pregleda zdravnik določenega spola, to povejte, ko se naročate na pregled. Za pregled vida pri okulistu oziroma za predpisovanje pripomočkov za vid in za pregled pri psihiatru ne potrebujete napotnice.

Specialistične ambulante se nahajajo v bolnišnicah, nekatere tudi v določenih zdravstvenih domovih ter v zasebnih zdravstvenih ustanovah. Zasebne specialistične ambulante imajo lahko urejeno koncesijo. V tem primeru so storitve delno krite iz obveznega zdravstvenega

zavarovanja oziroma krite v celoti, če imate urejeno dopolnilno zdravstveno zavarovanje. V primeru, da je zdravnik specialist brez koncesije, pa so storitve v celoti samoplačniške in običajno dosegljive brez napotnice izbranega osebnega zdravnika.

Sprejem v bolnišnico

V primeru, da potrebujete temeljito diagnostično obravnavo ali vaše zdravstveno stanje zahteva bolnišnično zdravljenje, boste sprejeti v bolnišnico. Za sprejem v bolnišnico boste potrebovali napotnico vašega izbranega osebnega zdravnika, poleg tega se boste morali za sprejem v bolnišnico naročiti.

V primeru življenjske ogroženosti boste v bolnišnico sprejeti takoj brez napotnice. V tem primeru bo sprejem v bolnišnico uredil zdravnik v ambulanti nujne medicinske pomoči.

Če potrebujete operativni poseg in anestezijo, vas bo bolnišnično osebje seznanilo s postopkom in z vsemi morebitnimi tveganji. Poleg tega vas bodo pred posegom prosili, da podpišete izjavo o privolitvi v poseg.

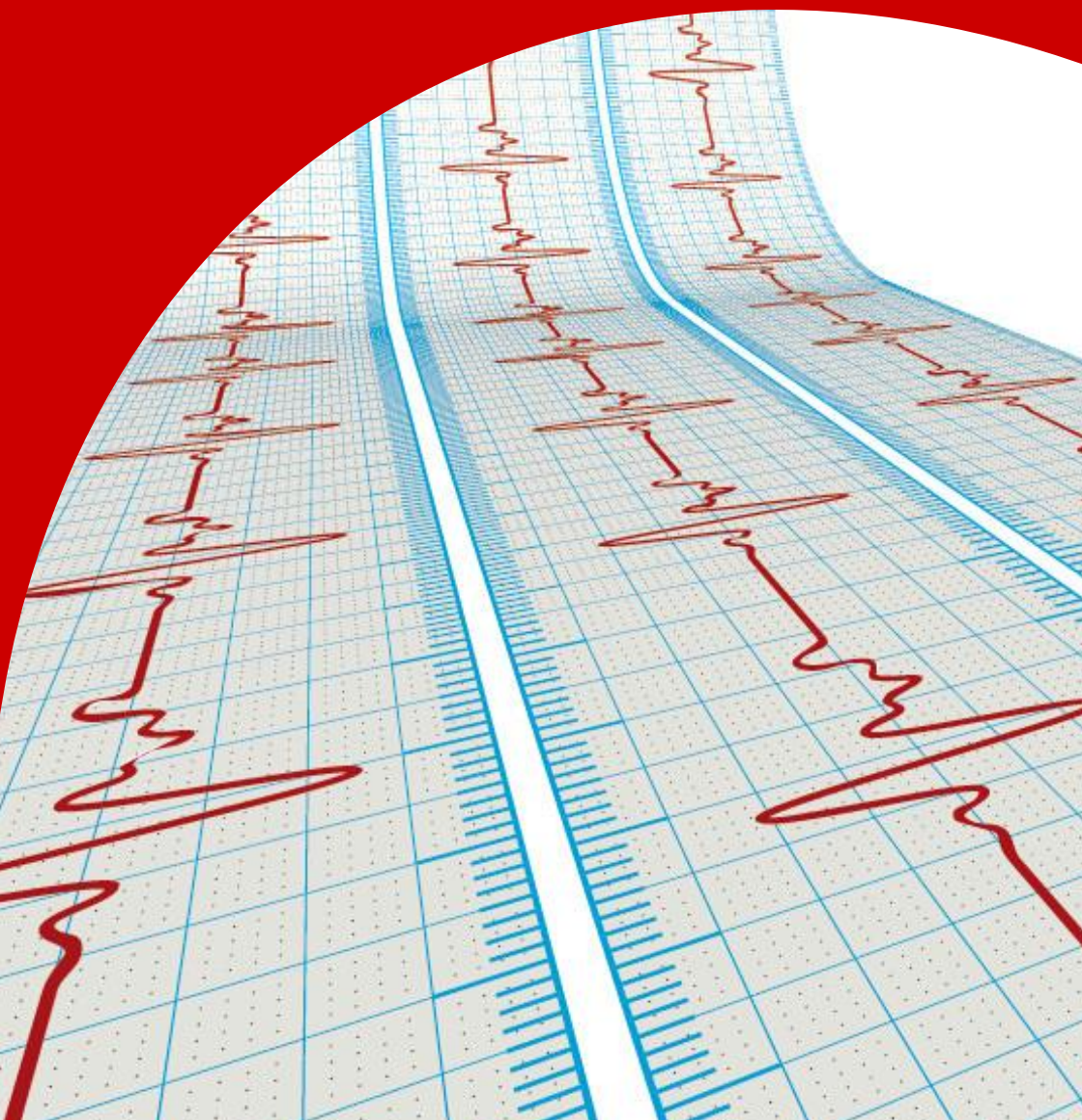
Pred načrtovanim sprejemom v bolnišnico boste običajno prejeli navodila, kaj morate prinesiti s seboj v bolnišnico.

Običajno boste potrebovali:

- spodnje perilo,
- copate,
- pripomočke za osebno higieno, kot so milo, glavnik, zobna ščetka in pasta, pripomočki za britje,
- knjigo ali revije za krajšanje časa v bolnišnici,
- očala za branje, v kolikor jih potrebujete,
- mobilni telefon.

Ne pozabite na zdravstveno izkaznico in morebitne izvide preiskav, ki ste jih že predhodno opravili.

Nujna medicinska pomoč



V primeru življenjske ogroženosti oziroma nujnega zdravstvenega stanja poiščite nujno medicinsko pomoč. Izvajajo jo v ambulantah nujne medicinske pomoči, ki se nahajajo v bolnišnicah in nekaterih zdravstvenih domovih.

Nujna medicinska pomoč je dosegljiva preko telefonske številke 112, in sicer 24 ur na dan, vse dni v tednu. Ob klicu se predstavite, povejte kaj se je zgodilo, kdo potrebuje pomoč in kje se nahajate. Ostanite mirni in dobro poslušajte navodila. Po klicu ohranite prost telefon v primeru, da bi vas ekipa nujne medicinske pomoči želela poklicati nazaj.

Kdaj poiskati nujno medicinsko pomoč?

Nujno medicinsko pomoč poiščite v primeru zdravstvenih stanj, ki ogrožajo življenje oziroma, pri katerih bi zaradi čakanja na obisk izbranega osebnega zdravnika lahko prišlo do življenjske ogroženosti ali hujših posledic za vaše zdravje. Takšna stanja so:

- nenadna huda bolečina v prsih,
- nenadno dušenje ali oteženo dihanje,
- nenadno nastale motnje srčnega ritma,
- motnje zavesti,
- nenadne hude bolečine v trebuhu,
- bruhanje ali izkašljevanje krvi ter krvavo ali črno blato,
- nenaden nepojasnen hud glavobol, ki mu je lahko pridruženo bruhanje, motnje vida ali zavesti,
- nepojasnen epileptični napad ali krči telesa,
- nenadno otežen govor ali ohromelost katerega koli dela telesa,
- hude alergijske reakcije z oteženim dihanjem in motnjami zavesti,
- nosečnice z nenadnimi neobičajnimi bolečinami v trebuhu s krvavitvijo,
- porod na terenu ali doma,
- hude poškodbe in krvavitve, ki jih ne moremo zaustaviti,
- zastrupitve, utopitve, električni udar, obsežne opekline večjih delov telesa,

- podhladitve, vročinski šok,
- visoka vročina (več kot 40 °C), ki se je ne da znižati z zdravili za zniževanje vročine in ob kateri je oseba močno prizadeta,
- nenadne spremembe v vedenju z nevarnostjo za bolnika ali okolico.

Pravico do pregleda v ambulanti nujne medicinske pomoči imate le v primeru nujnih zdravstvenih stanj. Za nenujna stanja se morate obrniti na vašega izbranega osebnega zdravnika, v njegovi odsotnosti pa na zdravnika, ki ga nadomešča. Pregled v ambulanti nujne medicinske pomoči za stanja, ki niso nujna, je samoplačniški. V ambulanti nujne medicinske pomoči ne morete dobiti napotnic za naročene preglede in recepta za zdravila, ki jih redno jemljete.

Zdravstveno varstvo

žensk



Zdravstveno varstvo žensk vključuje zdravstvene storitve in svetovanje v zvezi z načrtovanjem družine, zdravljenjem neplodnosti, zdravstvene storitve in varovanje zdravja med nosečnostjo in po porodu, preprečevanje, odkrivanje in zdravljenje ginekoloških bolezni ter lajšanje težav v menopavzi. Zdravstveno varstvo žensk izvajajo ginekologi v zdravstvenih domovih, v zasebnih ambulantah s koncesijo in v nekaterih bolnišnicah.

Vsaka ženska, ki ima urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje, si lahko izbere svojega osebnega ginekologa, do katerega lahko dostopa brez napotnice izbranega osebnega zdravnika. Prosilkam za mednarodno zaščito in ženskam z začasno zaščito, ki nimajo urejenega obveznega zdravstvenega zavarovanja, so omogočene zdravstvene storitve v zvezi s kontracepcijo, zdravstvena oskrba v nosečnosti in ob porodu ter prekinitve nosečnosti.

Preventivni pregledi

Vsem ženskam v starosti med 20. in 64. letom, ki imajo urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje, pripada preventivni pregled pri izbranem ginekologu vsaka tri leta, na katerem se izvaja tudi program za preprečevanje in zgodnje odkrivanje raka materničnega vratu ZORA. Ženske po 65. letu imajo možnost preventivnega pregleda pri izbranem ginekologu, v kolikor se nanj naročijo.

Med 50. in 69. letom so ženske upravičene do slikanja dojk na dve leti za zgodnje odkrivanje raka na dojki.

Načrtovanje družine in kontracepcija

Pri svojem izbranem ginekologu se lahko naročite na posvet v zvezi z izbiro ustrezne kontracepcije. Odločite se lahko za eno od oblik kontracepcije (npr. kondom, kontracepcijske tabletko ali katero od oblik hormonske kontracepcije, maternični vložek, diafragmo, sterilizacijo).

V primeru, da ste imeli nezaščiten spolni odnos in ne načrtujete nosečnosti, se takoj, ko je mogoče, napotite v lekarno po nujno kontracepcijo. Z nujno kontracepcijo lahko preprečite zanositev, če jo vzamete v prvih 72 oz. 120 urah (odvisno od preparata) po nezaščitem spolnem odnosu.

Zdravstveno varstvo med nosečnostjo in ob porodu

Nosečnost

Vse nosečnice imajo pravico do desetih preventivnih pregledov v nosečnosti in do dveh ultrazvočnih preiskav. Na prvi preventivni pregled se prijavite pri svojem izbranem ginekologu takoj, ko izveste, da ste noseči. Na preventivnem pregledu se boste pogovorili z izbranim ginekologom ali medicinsko sestro ter opravili določene meritve in dodatne preiskave, s čimer bodo preverili, ali je z vami in otrokom vse v redu. Pogovorili se boste tudi glede prehrane, telesne dejavnosti oziroma zdravega

načina življenja v nosečnosti. Ob prvem pregledu boste dobili materinsko knjižico, v katero bodo vpisovali podatke o vaši nosečnosti in jo morate v času nosečnosti ves čas imeti pri sebi.

V zdravstvenih domovih in porodnišnicah potekajo tudi brezplačna izobraževanja glede zdravega načina življenja v zgodnji nosečnosti in priprave na porod v pozni nosečnosti, ki se imenujejo Šola za starše (oz. Priprava na porod in starševstvo). Ker izobraževanja načeloma potekajo v slovenskem jeziku, se glede možnosti izobraževanja, ki bi bilo primerno za vas, posvetujte v zdravstveni ustanovi, kjer se izvaja Šola za starše, ali o tem povprašajte svojega ginekologa.

Porod

V Sloveniji ženske rodijo v porodnišnici, kjer imajo zagotovljeno zdravstveno oskrbo, lajšanje bolečine in pomoč pri porodu. Običajno boste po porodu z otrokom ostali v porodnišnici še tri dni na opazovanju. V tem času vam bodo pokazali tudi osnovno nego otroka in vam

svetovali pri dojenju. V porodnišnici povprašajte ali vas lahko v času obiskov obišče partner in sorodniki.

V Sloveniji je ob porodu lahko prisoten tudi vaš partner ali drug spremljevalec. V večini porodnišnic je za prisotnost spremljevalca pri porodu potrebno manjše doplačilo, v nekaterih porodnišnicah pa tudi izobraževanje o pripravi na porod za spremljevalce. Če želite, da bi bil vaš spremljevalec prisoten ob porodu, se predhodno dogovorite v porodnišnici, v kateri nameravate roditi.

Šest tednov po porodu ste upravičeni do pregleda pri izbranem ginekologu, na katerem se boste pogovorili tudi o izbiri ustrezne kontracepcije.

Neželena nosečnost

V primeru neželene nosečnosti se ta lahko prekine na zahtevo nosečnice, če ne traja več kot deset tednov. Če

nosečnost traja dlje, o prekinitvi neželene nosečnosti odloča posebna komisija za umetno prekinitvev nosečnosti. V primeru neželene nosečnosti se obrnite na svojega izbranega ginekologa.

Duševno zdravje



V primeru duševnih težav in bolezni poiščite pomoč pri psihiatru ali psihologu. Psihiatrične zdravstvene storitve najdete v nekaterih zdravstvenih domovih, bolnišnicah in v zasebnih psihiatričnih ambulantah. Za pregled pri psihiatru ne potrebujete napotnice izbranega osebnega zdravnika.

V primeru hude duševne stiske, pri kateri je ogrožen bolnik ali njegova okolica, pokličite nujno medicinsko pomoč na telefonsko številko 112 ali katero od urgentnih psihiatričnih ambulant v okviru psihiatričnih bolnišnic.

Zobozdravstvena oskrba



Zobozdravstveno varstvo otrok in mladostnikov

Vsak otrok do 19. leta starosti si lahko izbere osebnega zobozdravnika. Otroški in mladinski zobozdravniki so dostopni v zdravstvenih domovih, šolskih zobnih ambulantah ter kot zasebniki s koncesijo. Do zaključka osnovne šole so otroci enkrat letno upravičeni do preventivnega zobozdravstvenega pregleda, kasneje pa še v 1. in 3. razredu srednje šole ter 1. in 3. letniku fakultete. Prvi preventivni zobozdravstveni pregled je predviden že v starosti od 6 do 12 mesecev. Na prvi pregled se je potrebno naročiti. Pri šolarjih, dijakih in študentih so preventivni pregledi organizirani v sklopu šole in fakultete.

Zobozdravstveno varstvo odraslih

Osebe z urejenim obveznim zdravstvenim zavarovanjem si lahko izberejo svojega osebnega zobozdravnika. Zobozdravniki so dostopni v zdravstvenih domovih ali kot

zasebniki s koncesijo. Obvezno zdravstveno zavarovanje zobozdravstvenih storitev ne krije v celoti, zato boste morali za nekatere storitve doplačati ali si urediti dopolnilno zdravstveno zavarovanje. Zavarovanim osebam enkrat letno pripada pregled zobovja in ustne votline pri izbranem zobozdravniku.

V primeru, da zaradi nujnega primera potrebujete zobozdravnika izven njegovega rednega delovnega časa, se obrnite na dežurno zobozdravstveno ambulanto ali zobozdravstveno nujno medicinsko pomoč, ki je organizirana v nekaterih zdravstvenih ustanovah. Za obrnavo v nočnem času je v glavnem potrebno doplačilo.

Zdravila



Če vam je zdravnik predpisal zdravila, se z zdravstveno izkaznico odpravite do najbližje lekarne, kjer vam bodo izdali zdravila (osebe z začasno zaščito uveljavljajo zdravstvene storitve z izkaznico osebe z začasno zaščito). Odrasli, ki imate urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje brez dopolnilnega zdravstvenega zavarovanja, boste za večino zdravil morali doplačati.

V Sloveniji lahko določena zdravila (npr. antibiotike, zdravila za zdravljenje visokega krvnega tlaka ...) dobite le z receptom vašega zdravnika. Nekatera zdravila (npr. zdravila za zniževanje povišane telesne temperature, zdravila za blaženje kašlja ...) pa je mogoče kupiti brez zdravniškega recepta.

Če nujno potrebujete zdravila izven rednega delovnega časa lekarn, se obrnite na dežurno lekarno v vašem kraju oziroma v najbližjem večjem mestu.

Uporabni kontakti in povezave



Nujna medicinska pomoč: tel.: 112

Urgenca Ljubljana: Zaloška 7, Ljubljana, tel.: 01 522 8408

Urgentni center Maribor: Ljubljanska ulica 5, Maribor,
tel.: 02 3211 000

Nujna medicinska pomoč za otroke in mladostnike:

Zdravstveni dom Ljubljana - Center, Metelkova 9,
Ljubljana, tel.: 01 4723 888

Informacije glede testiranja na okužbo s SARS-CoV-2 (s seznamom lokacij za testiranje):

www.gov.si teme/koronavirus-sars-cov-2/testiranje-in-samotestiranje-na-okuzbo

Informacije glede cepljenja proti covidu-19 (s seznamom cepilnih centrov za cepljenje proti covidu-19):

www.gov.si teme/koronavirus-sars-cov-2/cepljenje-proti-covid-19

Pomoč v duševni stiski:

- Univerzitetna psihiatrična klinika Ljubljana, urgentna psihiatrična ambulanta, Njegoševa 4, Ljubljana, tel.: 01 4750 685

- Univerzitetni klinični center Maribor, oddelek za psihiatrijo, Ob železnici 30, Maribor, tel.: 02 3211 100
- Psihiatrična bolnišnica Begunje, Begunje 55, Begunje na Gorenjskem, tel.: 04 5335 200
- Psihiatrična bolnišnica Ormož, Ptujška cesta 33, Ormož, tel.: 02 7415 100, 02 7415 148
- Psihiatrična bolnišnica Vojnik, Celjska cesta 37, Vojnik, tel.: 03 7800 100
- Psihiatrična bolnišnica Idrija, urgentna psihiatrična ambulanta, Pot sv. Antona 49, Idrija, tel.: 05 3734 400
- Telefon za pomoč v duševni stiski (od 19:00 do 7:00) 01 5209 900

Porodnišnice:

- Porodnišnica Ljubljana, Šljajmerjeva 4, Ljubljana, tel.: 01 5226 004
- Univerzitetni klinični cente Maribor, Klinika za ginekologijo in perinatologijo, Ljubljanska ulica 5, Maribor, tel.: 02 321 100
- Bolnišnica za ginekologijo in porodništvo Kranj, Kidričeva ul. 38a, Kranj, tel.: 04 2082 800

- Splošna bolnišnica Jesenice, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Titova 112, Jesenice, tel.: 04 5868 000
- Bolnišnica Postojna, porodništvo, Prečna 4, Postojna, tel.: 05 7000 720
- Splošna bolnišnica Izola, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Polje 40, Izola, tel.: 05 6606 368
- Splošna bolnica dr. Franca Derganca Nova Gorica, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Ul. padlih borcev 13a, Šempeter pri Novi Gorici, tel.: 05 3301 000
- Splošna bolnišnica Novo mesto, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Šmiheljska 1, Novo mesto, tel.: 07 3916 100
- Splošna bolnišnica Trbovlje, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Rudarska cesta 9, Trbovlje, tel.: 03 5652 500
- Splošna bolnišnica Brežice, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Černeličeva 15, Brežice, tel.: 07 4668 145, 07 4668 100

- Splošna bolnišnica Celje, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Oblakova 5, Celje, tel.: 03 4233 338
- Splošna bolnišnica Slovenj Gradec, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Gosposvetska 3, Slovenj Gradec, tel.: 02 8823 400
- Splošna bolnica Murska Sobota, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, RAKIČAN Ul. dr. Vrbnjaka 6, Murska Sobota, tel.: 02 5123 100
- Splošna bolnišnica dr. Jožeta Potrča Ptuj, Oddelek za ginekologijo in porodništvo, Potrčeva cesta 23, Ptuj, tel.: 02 749 14 00

Zobozdravstvena nujna medicinska pomoč:

- Zdravstveni dom Ljubljana - Center, Metelkova 9, Ljubljana, tel.: 01 4723 718
- Zdravstveni dom Maribor, Ulica Kneza Koclja 10, Maribor, tel.: 02 2356 600

Ambulante Pro Bono za osebe brez zdravstvenega zavarovanja:

- Ambulanta Pro Bono Ljubljana, Mislejeva 3, Ljubljana, tel.: 01 4372 010, 01 4379 182

- Zdravstveni dom Koper, Dellavallejeva ulica 3, Koper, tel.: 05 6647 100
- Humanitarni center v Novi Gorici, Bidovčeva ulica 2-4, Nova Gorica, tel.: 070 818 102
- Nadškofijska karitas Maribor, Strossmayerjeva 15, Maribor, tel.: 059 080 359

Lekarniška zbornica Slovenije (seznam in kontaktni podatki dežurnih lekarn):

www.lzs.si/mreza-lekarn/zemljevid-lekarn

Nevladne organizacije (pomoč migrantom in kulturna mediacija):

- WAHA International; zdravstvena pomoč, Savska cesta 3a, Ljubljana; tel: 041 401 619
- IOM Slovenija, Dunajska cesta 5, Ljubljana; tel: 01 4347 351; www.iom.int
- Zavod KROG, Ulica Hermana Potočnika 17, Ljubljana; tel: 041 401 619; mail: info@zavod-krog.si; www.zavod-krog.si

- Pravno-informacijski center nevladnih organizacij (PIC), Metelkova 6, Ljubljana; tel: 051 681 181; www.pic.si

Uporabne spletne strani:

- Spletna stran za Pomoč Slovenije državljanom Ukrajine:
www.gov.si/en/topics/slovenias-assistance-to-the-citizens-of-ukraine
- Spletna stran o cepljenju proti covidu-19:
www.cepimose.si
- Spletna stran o covidu-19:
www.gov.si/en/topics/coronavirus-disease-covid-19
- Spletna stran Ministrstva za zdravje:
www.gov.si/en/state-authorities/ministries/ministry-of-health
- Spletna stran Nacionalnega inštituta za javno zdravje:
www.nijz.si

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Trubarjeva 2

1000 Ljubljana

www.nijz.si

<http://careformigrants.eu>

Ljubljana, 2022