

Vad gör jag om jag blir sjuk?

Egenvård

Hälsocentral
1177

Specialistvård
(sjukhuset)

Egenvård???



Ont i magen
Ont i kroppen
Ont i huvudet



Antibiotika? (STRAMA)



Om inte egenvård hjälper inom 3-4 dagar, eller om du blir sämre

Kontakta vården

Måndag –fredag 07:15-17:00

Ring Din Hälsocentral!

Helger och kvällar

Ring 1177
eller gå in på
www.1177.se

New in Sweden – healthcare - 1177 Vårdguiden - sjukdomar ...

<https://www.1177.se/Other-languages/New-in-Sweden---healthcare/>

1177 Vårdguiden – en tjänst från Sveriges landsting och regioner. På 1177.se används cookies för att din upplevelse ska bli så bra som möjligt. Läs mer om ...

New in Sweden – healthcare

Svenska >

English (engelska) >

Polski (polska) >

Romani chib lovaricka (romska lovara) >

(arabiska) العربية >

(persiska) فارسی >

Romani čhib arlikane (romska arli) >


Soomaali (somaliska) >

Soranî (sydkurdiska) >

New in Sweden –
healthcare

Information about healthcare in
Sweden.

1177
VÅRDGUIDEN

 Region
Gävleborg

Lyssna Other languages Logga in

Fakta och råd Regler och rättigheter Hitta vård Sök

(arabiska)/العربية

قواعد وحقوق
Regler och rättigheter

حقوق الأطفال والوالدين في الرعاية
Barns och vårdnadshavares rättigheter i vården – arabiska

فيلم: هل أستطيع اختيار علاجي؟
Film: Får jag välja behandling? – arabiska

أيفيلم: كني الحصول على المساعدة لأستطيع متابعة معارفي في الرعاية الصحية؟
Film: Kan jag få hjälp att hålla reda på mina olika vårdkontakter? – arabiska

فيلم: هل لي تأثير على الرعاية الصحية التي أتلقاها؟
Film: Kan jag påverka vilken vård jag får? – arabiska

فيلم: اختيار جهة الرعاية
Film: Kan jag söka vård i hela landet? – arabiska

فيلم: هل يمكنني إعطاء رأيي في قرارات الطبيب؟
Film: Kan jag vara med och bestämma hos doktorn? – arabiska

فيلم: من يمكنه قراءة ملفي؟
Film: Vem kan läsa min journal? – arabiska

التحضير لزيارة الطبيب – 10 نصائح
Förbered ditt läkarbesök, 10 tips – arabiska

نظام تأمين الحد الأعلى للتلفات في الرعاية المفتوحة
Högkostnadsskydd för öppenvård – arabiska

طلب الرعاية الطبية
Söka vård

لطالبي اللجوء أو مفتندي الأوراق الراغبين في الحصول على الرعاية الطبية
Söka vård om du är asylsökande eller papperslös – arabiska

الأطفال حديثو الولادة
Egenvård barn

نصوص الرعاية الذاتية تعطي نصائح وإرشادات عن ما يمكنك أن تفعل لتخفيف ومعالجة الإزعاجات الصحية البسيطة.

الحُمى لدى الأطفال
Fever hos barn – arabiska

نزلات البرد للأطفال
Förkylning hos barn – arabiska

النزلة المعوية لدى الأطفال الصغار
Magsjuka hos små barn – arabiska

آلام الأذن
Ont i örat – arabiska

التهاب العينين عند الأطفال
Ögoninflammation hos barn – arabiska

Youmo



Youmo.se för dig som är ung
Sajt om sex, hälsa och relationer på flera språk

Besök youmo.se

تقييم طبي جديد، الرأي الثاني
Ny medicinsk bedömning, second opinion –
arabiska

رسوم المرضى
Patientavgifter – arabiska

قانون المرضى
Patientlagen – arabiska

الإحالة
Remiss – arabiska

إعانة مالية خاصة لرعاية الأسنان الطبية
Särskilt tandvårdsbidrag – arabiska

دعم رعاية الأسنان الطبية إذا كان المريض يعاني من
عجز
Tandvårdsstöd om man har en funktionsnedsättning
– arabiska

الترجمة الشفهية إلى لغات أخرى
Tolkning till andra språk – arabiska

واجب كتمان الأسرار وسرية المعلومات
Tystnadsplikt och sekretess – arabiska

الرعاية الطبية في السويد لطالبي اللجوء، والمتوارين
عن الأنظار، والذين لا يحملون تصاريح
Vård i Sverige om du är asylsökande, gömd eller
tillståndslös – arabiska

اختيار جهة الرعاية
Välja vårdmottagning – arabiska

أعراض/امراض
Symtom/sjukdom

الحمل Graviditet

فيلم: الرضاعة الطبيعية
Film: Amning – arabiska

فيلم: السكر في الدم
Film: Kontroll av blodsockernivån på nyfött barn -
arabiska

فيلم: البرقان
Film: Kontroll av gulsot på nyfött barn - arabiska

فيلم: تشبع الأوكسجين في الدم
Film: Mäta syremättnaden i barnets blod, POX -
arabiska

فيلم: إنبعاثات إذنية سمعية
Film: Hörselprov, OAE - arabiska

فحوص/اختبارات Undersökningar/prover

اختبار المستضد البروستاتي النوعي
PSA – arabiska

تصوير الثدي بالأشعة
Mammografi – arabiska

فحص عيّنات من خلايا عنق الرحم
Gynekologisk cellprovtagning – arabiska

الأسنان Tänder

تنظيف الأسنان
Borsta tänder – arabiska

تنظيف أسنان الأطفال
Borsta tänder på barn – arabiska

علاج السرطان Behandling vid cancer

العلاج الكيميائي بالسيتوستاتيكا
Cytostatikabehandling – arabiska

العلاج الإشعاعي
Strålbehandling – arabiska

Tips!

Ha ditt personnummer och telefonnummer nedskrivet, du kommer att få knappa in dessa.

Lyssna färdigt på alla alternativ, ofta finns det möjlighet att tala in meddelande på engelska.

Vad händer när jag ringer till hälsocentralen

Distriktssköterska frågar dig om dina besvär och bokar in dig till rätt vårdgivare.



Distriktssköterskan är en erfaren sjuksköterska med vidareutbildning i primärvård. Hen vet vilken vårdgivare är bäst just för dina besvär.

Ibland är det läkare, ibland sjuksköterska. Andra gånger är det en fysioterapeut eller kurator som behövs.

Vilka arbetar på hälsocentralen

Läkare	Distriktssköterskor
Kurator	Undersköterskor
Rehabkoordinator	Fysioterapeuter
Dietist	Arbetsterapeut
Sekreterare	

Sekreterare/reception

Dokumenterar allt som rör besöket – har inte medicinsk kompetens, får inte boka tider till vårdgivare, kan boka in för telefon.



Undersköterska/lab

Tar prover på lab
Assisterar läkare och sjuksköterskor



Distriktssköterska

Undersöker och bedömer

Provtagning

Skriver recept

Lägger om sår

Telefonrådgivning

Diabetes – Astma – Hälsosamtal Tobak



Astmasköterska (specialist)



Diabetessköterska (specialist)



Kurator

Lyssnar, ger tips och råd hur du kan göra och tänka om du befinner dig i kris.



Fysioterapeut

Undersöker och behandlar skador/smärta från rörelseapparaten. Ger råd om fysisk träning vid skador och sjukdomar.



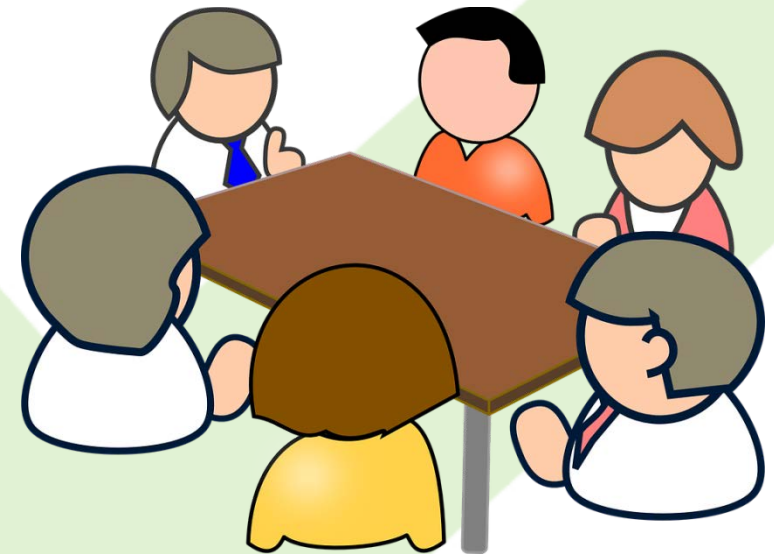
Arbetssterapeut

**Bostadsanpassningar
Rullstolar och andra hjälpmedel**



Rehabkoordinator

**Följer alla som sjukskrivs mer än 14 dagar.
Sammankallar till möten med FK, AF och arbetsgivare om det behövs**



Läkare (specialist allmänmedicin)

Undersöker och behandlar

**Remitterar till andra specialister vid
behov**

Skriver recept

Skriver intyg



Hälsosamordnare distriktssköterska, fysioterapeut.

40-årssamtal



Dietist

**Matvanor
Näringsstillskott vid sjukdom**



All personal har **TYSTNADSPLIKT** enligt lag.



OCH skyldighet att informera Dig om vad som pågår

Smittsamma sjukdomar

Tack för visat intresse!