



Bundesministerium
für Gesundheit

*Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.*



Tendurustî bo hemîyan

Rêhbera di rêya xizmetguzariya
tendurustiya elmanî de

Tendurustî bo hemîyan

Rêhbera di rêya xizmetguzariya
tendurustiya elmanî de

Naverok

1 Sîgorta tendurustiyê	5
> Sîgorta tendurustiyê ya yasayî (GKV)	5
> Sîgorta tendurustiyê ya taybet (PKV)	9
2 Xizmetguzariya nojdarî	10
> Xizmetguzarî di rêka bijîjkekê/î re	11
> Xizmetguzarî di rêka bijîjkekê/î diranan re	14
> Dermanxane û derman	15
> Xizmetguzarî di nexweşxanê de	17
3 Li Hawarhatinê	23
4 Xizmetguzariya tendurustî ya pêşwext	25
> Vaksînên parastinê	25
> Xizmetguzarî û pişkinînen naskirina berwext ya nexweşiyên	26
> Tendurustiya zarokan	30
> Tendurustiya jinan	31
> Ducanî û jidayîkbûn	31
> Dermanê hişbir û pêşkêşiyên alîkariyê bo xermanan	32
5 Sîgorta Xizmetê	34
> Xizmeta navmalê	35
> Xizmeta li nexweşxanê	36
> Xizmeta ji hêla xizman ve	36

1 Sîgorta Tendurustiyê

Sîgorta Tendurustiyê ya yasayî (GKV)

Du şeweyên sigortayê li Elmaniya hene: Sîgorta tendurustiyê ya yasayî (die gesetzliche Krankenversicherung, GKV) û ya din sigorta taybet ya nexweşiyê (die private Krankenversicherung, PKV) ye. Serê sedî 90 ji hevvelatiyan, ango hemen 70 milyon hevvelatî, li nika sîgorta Tendurustiyê ya yasayî GKV xwe sîgorte kirine û ji ber wê jî xizmetguzariya tendurustî ji hemî aliyan ve ji bo wan misoger e. Tu wek endamekî sîgorta tendurustiyê ya yasayî her meh hindê pereyan didî sîgorta Tendurustiyê. Ev gujme dana pereyan ta radeyekî bilind destnîşankirî ye, li ser bingeha dahatîna mihane ye. Xwedanê kar jî beşekî din ji van pereyan dide.

Hemî mirovên sigortekirî derveyî wê hijmara pereyan ka çendî bilind e, ya didin û derveyî zayendê xwe, temenê xwe an jî rewşa tendurustiya xwe, xizmetguzariya nojdarî ya pêdivî wekî hev werdigirin. Ev piştgirî prensîpekî sereke yê sîgorta tendurustiya yasayî li seranserê Elmaniya ye.

Eger hun nexweş bikevin an jî buyerekê derbas bikin xwe li nik bijjîjkê/î an jî nexweşxaneyekê bidine dermankirin, xercî û buhayê wê dermankirinê, wê qasa sîgorta bi xwe bigire. Di hinek Xizmetguzariên tene pêşkêşkirin de, pêdivî ye, ku hun jî di gel sîgorta yasayî di buhayê wê de pişikdar bibin. Ji wan re tete gotin “Serredan” (Zuzahlungen). Hemen hemen, zarok û genc ji hemî serredanan azad in. Qasa sîgorta pereyên dermanê bi raçete û pêdivî dide, ew yê/a bijjîjkê/î nivîsiye. Eger hun ji ber sedema nexweşiyekê nikaribin kar bikin, hingî bijjîjkê wê ji we re belgeyeke nekarîna karkirinê binivîse. Ev belge gelek nusxên wê hene. Belgeya pêşî divê hun bidin cihê sîgorta nexweşiyê. Nusxeya 2 ji belgeya nekarîna karkirinê navê nexweşiya we tê de ne nivîsîne, divê hun wê bidin xwediyê karê xwe. Û nusxeya sêyemîn ji bo we ye, li ba we dimîne. Li dema nekarîna karkirinê xwediyê karê we heta bi şeş heftiyên perê we ji we re dişîne. Piştî derbasbûna wan şeş heftiyên sîgorta we ya nexweşiyê perê nexweşiyê (Krankengeld) dide we.

Kî ye yê bi yasayî wek nexweş sîgortekirî ye?

Mecbûrî sîgortekirinê ew in yên karkerên jin û mêr, yê mûçê û dahatina wan ya salane di bin pileya, ko jê re tê gotin “sinorê erkdariya sîgorta” ye. Yên pişeyan dixwînin, yên li kar digerin, xwendevan, xaneneşin, hunermendên jin û mêr her weha nivîskar û weşanger bi geştî dikevin bin wan xalên yên mecbûr in sîgorta nexweşiyê ya wan GKV hebe.

Endamên malbatê bê pere têne sîgortekirinê, dema dahata wan tune be yan hindik be. Zarok ta temenekî destnîşankirî bi wan re sîgortekirî ne. Ev sinorê temenî bi wê ve girêdayî ye, aya zaroka we hîn di fêrbûna pişeyî de ye yan na. Zarokên seqetiya wan heye, temen nesînorkirî ye û di gel wan sîgortekirî ye, eger bi sedema seqetiya xwe nikaribin xerciya jiyana xwe bi xwe dabîn bikin.

Ew yên karê wan bi serê xwe ye û karkerên jin û mêr, ko mûçeyê wan yê giştî di ser sinorê mûçê salane ji bo erkê sîgortekirinê dikeve, mîna karmendên jin û karmendên mêr, dikarin sîgorteke xwe ya tendurustiyê taybet an di bin mercin destnîşankirî de bi kêfa xwe li GKV xwe sîgorte bikin.

Bijartina sîgortayekê azad e

Hun dikarin bi xwe sîgorta xwe bi xwe hîlbijêrin. Di bingehe de rêjeya danê li nik sîgortayên yasayî hemiyan wek hev e. Lê belê, li nik hindek Qasên sîgortayan pêdivî ye, ku mirovê/a sîgortekirî ewa nav lê dikan “serredana rêjeyê” (Zusatzbeiträge) bide. Ev serredana rêjeyê dikare ji qaseyekê nexweşiyê bo yeke din cuda be. Hindek qase jî hene dikarin wê rêjeyê kêr bikin. Pêzanînan berwext werbigirin, ka kijan qaseya sîgortayê kijan xizmetguzariyê bi xwe ve digire û divê hun beramber xerciya kijan xizmetguzariyan bi xwe fînanse bikin.

Hinek qaseyên nexweşiyê jî hene, ku di rêya hineke sûddayînan (Bonus) re sîgortevanên xwe dilxweş dikan, ku hun bo nimûne bi berdewamî fehs û muayeneyên xwe bikin û seredana kursên tendurustiyê bikin. Ji ber wê sûda wê heye beriya hun sîgorta xwe ya nexweşiyê hîlbijêrin, servîs û xizmetguzariyên wan beramberî hev bikin.

Eger hun bixwazin sîgorta xwe biguherînin, hun dikarin dest ji endametiya xwe piştî demeke destnîşankirî, wek du heyvan xwe vekîşênin û sîgortayeke din bo xwe peyda bikin.

Giring:

- Wek pîrensîp, divêt hun li nik sîgorta we hilbijartî 18 mehan bimînin.
- **Awarte:** Eger hat û sîgorta we ya nexweşiyê xwest, ku pereyên endametiya zêde an bilind bike, hun dikarin xwe ji endametiya xwe vekîşînin û biguherin, bêyî ku li ber çavan bê girtin ka ji kengî ve hun bûne endamê wê.

Xizmetguzariyên sîgorta tendurustiyê ya yasayî

Qasa sîgorta tendurustiyê wê rêjeya pere dide, ya ku “têrê bike û bi armanc û aboriyane be”. Ev tê wê wateyê jî, ku hun mecbûr in, hin pereyên dermankirinê yê destnîşkirî bi xwe bidin. Di nav wan de bo nimûne odeyek bi tenê û dermankirin ji hêla rêvebirê/a bijjikan ve di nexweşxanê de.

Xizmetguzariyên herî girin yên GKV ev in:

- Dermankirinên bijjikanê û dermanên temîkirî,
- Dermankirina li nexweşxanê û serxwevehatin,
- Lênêrîna di rêka bijjikekê an bijjikekî û dayê de, di demê ducanî û jidayîkbûnê de,
- Xizmetguzarî û fehsên naskirina berwext ya nexweşiyên ji bo zarok û mezinan,
- Vaksînlêdanên tene pêşniyarkirin,
- Xizmetguzariya diran û dermankirinên nojdarî bo diranan,
- Terapiyên derûnî,
- Xizmeta li malê an Xizmetguzariyên ber mirinê di bin mercên destnîşankirî de,

- Dermanên saxlemkirinê (Heilmittel) (di nav wan de wek nimûne terapiya fizîkî û terapiya bi kar = Ergotherapie) û demanên saxlemkirinê (Hilfsmittel) (bo nimûne kursiyên bi çerx, amûrên bihîstinê, taximên diranan),
- Peryên nexweşiyê ji bo abora jiyane (ji bo yê sîgortekirî jî, yê mecbûr in xizmeta zarokên xwe yê nexweş bikin).

Eger hun li sîgorteka qasa sîgorta tendurustiyê sîgortekirî bin, hun dikarin li nik sîgorteyeka taybet bo hin Xizmetguzariyên destnîşankirî xwe misoger bikin. Bo nimûne hun dikarin xwe ji hêla rêvebirê bijîjkan ve derman bikin, mafê we heye, ku hun di odeyekê de bi tena xwe bin di nexweşxaneyê de an jî ew hemî xerciya li dermankirina we dibe ji bo diranekî li şûna yê din deynin û berçavkekê jî ew didin. Giring ew e: ev xizmetguzariyên zêdebarî yê sîgortayê hun mecbûr in bi xwe fînanse bikin. Yê xwedanê kar di xerciya wê sîgorteya taybet de nabe hevpişkê we.

Serredana zêdetir/para xwe

Di hinek xerciyên de pêdivî ye, ku hun pişikdar di danê de bibin. Bo nimûne GKV peryên wan dermanên bo wan raçeteyên têne nivîsîn dide. Yê sîgortekirî pêdivî ye, ku di hinek danê de pişikdar bibe. Di man û dermankirinê di nexweşxanê de jî û ji bo dermanên saxlemkirinê û alîkariyê, bo xizmeta nexweşan li malê her weha kirêya birin û aninê divê hun hinekî di ser re bidin.

Taku hun ji hêla aborî ve nekevin tengasiyê, bi piranî do ji sedî ji peryên giştî yê hatina salê ne, ji bo nexweşiyên dijwar (Chronik) yek ji sedî. Zarok û gencên di bin 18 salan re ji di ser re danê azad in. Ji bo wan mirovên hatina wan jî kêmbê, rêmayên taybet hene, yê li dor wan, hun dikarin ji qasa nexweşiyê ya xwe pirsiyar bikin.

Eger hun beşê herî zêde jî di serredana salane têper bikin, hun dê li gor salnameyê ji zêdedanê, ta dawiya salê azad bibin. Ji ber wê belgenamayan bidin hev, bo nimûne di lînivîsa fatoreyan de, ku we ji qasa sîgorta xwe wergirtibe.

Ew yê jê re tê gotin pişka bi xwedanê (Eigenanteil), dema nexweşa an nexweşê berhemek di formê xwe yê bingehîn de ji bêyî pêdivîbûneke nojdarî mecbûr bûbe bikire. Ji bo pêlavên kolanan yê ortopêd bo nimûne hun dê 76 Euroyan bo cotek pêlav mecbûr bin bi xwe bidin.

Sîgota nexweşiyê ya taybet (PKV)

Sîgorteke nexweşiyê ya taybet (PKV) mecbûr in, wî mirovî wek endam li nik xwe tomar bikin, yên nemejbûr in li ba sîgota tendurustiyê ya yasayî (GKV) xwe qeyd bikin, lê belê bê sîgota ne û li cihekî din ne misogir in, bo nimûne di çarçoveya wê yasaya bo kesên daxwaza penaberiyê kirine (Asylbewerberleistungsgesetz), bo abora xwe misoger bikin. Zêdebarî wan jî bo nimûne, bêhtirîn yên serbixwe, karbidestên biçûk, xwedan û pişeyê azad, karmendên jin û mêr her wisa karkerê xwedan hatina bêhtir ji sinorê mecbûriya sîgorteyê.

Pişka sîgota tendurustiyê ya taybet ew ne li ser bingeha ka dahatina mirovî çend e, belê metirsi ku nexweş bikeve çend e.

Li gor temen û rewşa tendurustiyê li dema girêbestina sîgortayê dan ciyawaz in. Xercî bo çendî bidin bo sîgota li gor çawa herdû alî li ser pêşkêşkirina xizmetguzariyan li hev bikin. Di girêbesta sîgota de bo nimûne dikarin şûna diranê jêkirî diranekî deynin, rêvebirê bijjikan dermankirinê dike an maf heye, ko odayekê bo xwe bi tinê di nexweşxanê de bête danînin.

Pêdivî ye, ku her sîgorteyeke nexweşiyê di bingeha xwe de jî weke buhayekî bineretî (Basistarif) destnîşanbike, ku hemen xizmeta wê nêzîkî li xizmetguzariya sîgota tendurustiyê ya yasayî bike. Qasên sîgorteyên taybet nikarin bi sedema nexweşiyê berê an jî nexweşiyê bîlez, ku yê bête sîgortekirin nepijirîne.

Ji bo endamên malbatê pêdivî ye, ku bi şeweyekî bingehîn pişka xwe ya sîgortayê bide. Kî sîgota wî ya taybet hebe, mecbûr e peryên xwe berwext bo bijjikan, nexweşxanê û buhayê dermanan bi xwe bide û di pey re wê beşekî ji wan peryên dayî an jî bi tevayî lê were vegerandin.

2 Xizmetguzariya nojdarî

Kerta elektrônî ya tendurustiyê

Giring:

Ji kerema xwe herdem kerta elektrônîk (elektronische Gesundheitskarte) di gel xwe bibe, eger hun bixwazin xizmetên tendurustî bistînin. Ji 1. Çile. 2015 tenê ew kert mîna belgeya nameyeke pêbawer e, ji bo bikaribe xizmetguzariya sîgorteya nexweşiyê ya yasayî li gor daxwaza xwe werbigire. Li ser kerta we ya elektrônîk agahî li ser navê we, roja jidayîkbûnê û navnîşana we û her wisa jî numera we ya sîgorta tendurustiyê û rewşa sîgortekirina we (endametî, bi malbatî sîgortekirî ye an xaneneşîn) weke pêzanînên mecbûrî bêne parastin. Ev kerta elektrônîk ya tendurustiyê ji bilî wan wêneyekî we jî li ser heye.



Nimûneyek kerteke tendurustiyê

Xizmetguzariya di rêka bijîjkê an jî bijîjkekî re

Hun li Elmaniya dikarin bijijka/ê xwe bi xwe hilbijêrin. Eger hun bi yasayî sîgortekirî bin, hun dikarin wê bijîjkê an wî bijîjkî hilbijêrin, yê di peymanên tendurustiyên Xizmetguzariyê de pişkdariyê dikin. Para bêhtir ev rewşa hanê li def wan bijîjkên di beşê hawarhatinê de kar dikin. Hay ji nişanan li ser arma yê bijîjk hebin çawa “Nexweşên hemî qasên sîgortayê” an “hemî qasan” ji xwe hebin.

Giring:

Hun dikarin bi xwe ji xwe re li bijîjkê an bijîjkekî malê (bi taybetî bijîjkên malê yê wek Îternîst kar dikin an wek bijijka pispor an bijijka pispor yê nojdariya giştî) li nêzikî mal û cihê mana xwe bigerin, ew bo we yê yekê be, di rewşeke nexweşî de her hun gezindeyan ji saxlemiya xwe bikin. Eger hun her dem biçin nik eynî bijîjkê xwe an jî bijîjka xwe, dê hêsantir bibe û ji bo lênêrîna li tendurustiya we baştir be.

Eger gelekî pêdivî be, wê bijijka we ya malê an bijîjkê we yê malê we rêke nik bijîjkeke/bijîjkekî pispor (bo nimûne bo vê hindê ji bo gewrî, bêvil, guhsaxlemkar yan bijîjkê hestiyar). Eger hun nexweş bin, hun dikarin yekser berê xwe bidin eyadeya bijîjkekî pispor. Li wir, dikarin bo nimûne, emeliyatên biçûk an dermankirinekî taybet bi rê ve bibin, bêyî ku hun biçin nexweşxanê.

Seredana bijijkan

Eger hun ji nişka ve nexweş bikevin an gazindên we hebin, pêdivî ye, ku hun di gel bijijka xwe an bijîjkê xwe civanekî ji bo pişkinînê deynin. Her wisa hun dikarin bê civan jî seredana eyadeyê bikin. Lê divê hun hizra wê hindê bikin, ku hunê gelek demê bendewar bimînin. Ji ber wê hindê baştir e, hun berwext telefona cihê eyadê bikin û ji wan re bibêjin, ka kî devera we diêşe. Eger rewşa we wisa xerab be, ku hun nikaribin biçin ciyê eyadê, ji wan pirsiyar bikin, aya bijijka we an bijîjkê we ji bo fehs û pişkinînê dikare bête nik we li malê.

Giring:

- Hun dibin alîkar ji bijîjka (diran) an jî bijîjkê (diran), dema hun ji bo seredana wî xwe amade bikin. Hun dikarin bo nimûne ji kû diêşin, binivîsin, hun çî dermanî bikar tînin û kîjan bijîjkê an bijîjkî bo we nivîsiye û hun ji hêla kîjan bijîjkê an bijîjkî ve hatîne fehîs kirin an jî hatine dermankirin. Her wisa hun dikarin pirsiyarên xwe jî, yê hun dixwazin ji bijîjka an bijîjkê xwe bikin, binivîsin.
- Ji kerema xwe, eger we lînivîsa vaksînlêdanê (Impfpass) hebe an ya allerjiyê (Allergiepass), wê di gel xwe weke dokument bibin. Eger wisa pêdivî be, hun dikarin wêneyên tîjkê jî di gel xwe bibin.
- Pişkinîna guhdana bi diran li cem bijîjkê xwe an jî bijîjka xwe ya diranan pêdivî ye, ku hun her dem lînivîsa şabaşiya bijîjkê diranan (Zahnarzt-Bonusheft) di gel xwe bibin.
- Eger hat û qasa sîgorta tendurustiyê ya we ew programa başiyê pêşkêş kir, hun pişkdariyê di pişkinîna xizmetguzarî û nasîna berwext ya nexweşiyê bikin û zêdebarî wê lînivîsa başiyê ya pişkinîna xizmetguzarî û nasîna berwext bi xwe re bibin.

Eger hun baş bi elmanî nizanibin biaxivin, hun dikarin mirovekî elmanîzan di gel xwe bibin, yê bo we wergerê bike. Hun dikarin endamekî malbatê, hevalekê an jî hevlekî bi xwe re bibin, ku bi elmanî baş zanibe û têbigihe. Ji kerema xwe hay jê hebin, ku qasa sîgorta tendurustiyê xerçiya wergervan bi xwe nagire. Zêdebarî wê ji listeyeke eyadeyên bijîjkan, yê ku bi gelek zimanan diaxivin, heye. Hun dikarin li ser malpera internetê ya qasa yekîtiya bijîjkan li Elmaniya (Kassenärztlichen Bundesvereinigung) bo nimûne pîzanînen bijîjkan bibînin. Ev agahî jî wek APP ji bo iOS und Android hene: Gera li BundesArzttsuche.

Şewirdariya Bijîjkî/ê

Bi hêminî ji bijîjkî re bibêje, ji bo çî hun hatin û çî gazindên we hene. Hayî jê heben, ka hun û bijîjka/bijîjkê xwe di êkûdu digihin yan na. Eger tişteki nezelal hebe, pirsiyarê bikin. Ji kerema xwe bersivê bidin dema bijîjk pirsan bike, gelo hun çixaran dikişînin, meyê vedixwin,

werzişê dikin an li dor hînbûna xwarina we bipirse, ji ber ev bo bijîjkî/ê giring in, ku alîkariyê dikin, ku hun bi lez û beriya her tiştî rast bêne dermankirin.

Eger pirsiyarên we li ser derman hebin, ew yê bijîjka we an bijîjkê we ji we re nivîsiye, li ser vê biaxivin. Eve bi taybetî gelekî giring e, ku hun derman bibin weke ku ji we re bihête pêşniyarkirin. Eger pirsên we li ser hebin, karmendên li dermanxanê, ya we derman jê kirî, dikare alîkariya we bike. Ji kerema xwe bijîjka xwe an bijîjkê xwe agahdar bikin, eger ew dermanê hun dibin li we neyê an ji bîr dikir hun bibin. Tenê dema hun wan agahdar bikin, bijîjka we an bijîjkê we dikare kar bike, ku bîlez û bawerî dikarin wî dermanî bi yekî din biguher an rêka dermankirinê bo alîkarkirinê biguherîne.

Pêdivî ye, ku bijîjka te an bijîjkê te ji te re bêje:

- ka texmîna wî çi nexweşî bi te re heye,
- ew çi rengî ji dermankirinê pêşniyar dike,
- kartêkirina wê dermankirinê çawa ye, çendî dirêj dike, çi metirsî hene û aya ew dermankirinê şa wê heye yan na,
- aya dermankirin tenê êşan kêm dike an bi xwe nexweşiyê rehet dike,
- çi derfetên bo şêweyên dermankirinên yên din hene,
- çavê çi pişkinînan dike, bo berwextnaskirina nexweşiyên

Nemukurhatin/Sirrveşartin

Giring:

Çu mafên bijîjkên jin û mêr û berdestkê wan li Elmaniya tune, çu pêzanînan li ser rewşa tendurustiya we û pêzanînen li ser malbata we bidin hineke din. Eve tê wê wateyê, ku hun dikarin bi şêweyekî vekirî di gel bijîjkê/bijîjka xwe biaxivin. Eve xaleke sereke û bingehîn e, ku baweriyêke mukum dî navbera we û bijîjka we an bijîjkê we de peyda bibe. Bêyî erêkirineke we ya zelal bijîjkê an bijîjka we wê çu pêzanîna nede (mêr) hevjinê we û ne yek ji endamên malbata we an jî her kesekî din.

Xizmetguzarî di rêka bijîjka diranan an bijîjkê diranan re

Qaseya nexweşiyê ya we hemî lêçûna ji bo tevdîrên bêne girtin bo parastina diranan bi xwe digire. Ew bo wê jî dixwe, dema pêdivî be diran nemîne û bête hilkin.

Diranên saxlem parçeyek in ji qalîteya jiyane ne. Ji ber wê jî bi şeweyekî berdewam pişkinîna wan giring e, eger we çu gazinde û êş jî ji diranên xwe nebin. Qasa sîgorta tendurustiyê ya yasayî hemî mesref û xerciyên xizmetguzariya pişkinîne jî bi xwe digire. Ev pişkinîn jî dibin alîkar, bo hin nexweşiyên destnişankirî, ku berwext bêne diyarkirin û naskirin û her weha dermankirin. Hun dikarin ji sîgorta xwe ya nexweşiyê wek tê gotin “lênivîsa şabaşan” (Bonusheft) werbigirin. Di wê lénivîsê de pişkinînen we yê hun bikin têne nivîsin. Eger hun bikaribin, ku we bi kêmanî salê carekê (di bin 18 salî re bi kêmanî her niv salê carekê) diyar bikin, ku we seredana bijîjkeka diranan an bijîjkekê deranan kiriye, wê qasa sîgorta we ya nexweşiyê perene zêde di ser re bide, eger şûndiraneke pêdivî be.



Lênivîsa şabaşan bi vî rengî ye.

Şûndiran

Şûndiran tac in, pirê diranan û taximê diranan ne. Qasayên sîgorteyên nexweşiyê li dût encaman yê ji wan re tê gotin “hatina berdewan” (Festzuschuss) didin. Tê vê wateyê, ko qasa sîgorta yê 50 jî sedî ji mesrefê ji bo xizmetguzariya nojdarî ya pêwîst bi xwe digire. Eger hun wan 5 salên dawîn carekê li gor salnameyê çûbine pişkinîna xizmetguzariya diranî (Lênivîsa şabaşan), pereyên ku di ser re bidin, zêdetir dibin, dibin 60 jî sedî, piştî deh salan dibin 65 jî sedî.

Saxlembûn û planên xerciyê

Beriya hun şûndiran jî bistînin, eyadeya bijîjkê diranan “dermankirin û plana mesrefê” (Heil- und Kostenplan) dideyne. Naveroka wan planên pêşniyarên Xizmetguzarîguzariyê ji hêla bijîjka diranan an bijîjkê diranan an ku ji hêla we ve tèn xwestin himbêz dike, yên li gor pêdiviyên xizmetguzariya nojdariyê ne. Eger hun ji bo şûndiranên bihatir biriyarê bistînin, wê çaxê hun mecbûr in perê zêdtir ji kîsî xwe bidin.

Divê hun wê plana dermankirin û plana mesrefê wê çaxê imze bikin, dema hun piştrast bibin, ka kîjan beşê dermankirinê qasa sîgorteyê dide û kîjan beşî ji dermankirinê pêdivî ye, ku hun bi xwe finanse bikin.

Piştî çêkirin û dermankirinê hunê fatoreyekê werbigirin, tê de pişka mesrefê ya hun mecbûr in bidin, heye. Ew jê re têtê gotinê “Pişka xwe” (Eigenanteil). Eger hatina we kêmbê û têra we neke, ji qaseya sîgorta tendurustiyê ya xwe pirsra “Mercên tengasiyê” (Härtefallregelungen) bike: Mirovên, ku dahatên wan yan pereyên kêmbin, îmkân ji wan re hene, ku pereyên zêde ji bo şûndiranan bistînin. Di van kewdanan de giring e, beriya dermankirinê bi qasa sîgortê re zelal bikin, ka ew pişka mirov bi xwe dide dikare kêmtir bibe.

Dermanxane û derman

Hun derman û şaşeyan ji dermanxanê (Apotheken) werdigirin. Li ser dergehê Dermanxanan tîpa A bi rengê sor heye û dema vekirina wan mîna hemî firoşgehan e. Bi şevan û li dawîya heftiyê herdem dermanxaneyek li nêzîkî cihê mana we, wek xizmetguzariya hawariyê vekirî heye. Ji bo hun bizanin kîjan dermanxane nobedar e, bo nimûne di rêya tora internête re (peyva lêgerînê = Apothekennotdienst) bigerin. Li ser dergehê dermanxanan jî heye, ka kîjan dermanxane nêzîkî we bi şev û di rojên betlanan de vekirî ye.

Hinek dermanên destnîşankirî (ku ji wan re têtê gotin “Dermanên mecbûr bijîjk binivîsin” (verschreibungspflichtige Arzneimittel) hene, tenê pêdivî ye, ku raçêta (Rezept) bijîkê te an bijîjka te bi te re hebe,

taku bikaribî ji dermanxanê derman werbigirî. Li dermanxanê jî tê pêzanîna ji wan werbigirî, ka tê kengî û çawa bikaribî wan dermanan bibî. Carnan dibe ku dermanxane mecbûr bibe, ku qewêtiya wan dermanan bike. Dermanxanekarê/a wê bibêje we, ka hun kengî dikarin werin rahêjin dermanê xwe û bibin.

Qasa sîgorta Tendurustiyê tenê buhayê wan dermanên, ku li ser raçêta bijîkê/î ya sor dide. Rêmayên taybet bo dermanên bencê, wek nimûne dermanê azarrawestanê; eve pêdivî ye û mecbûr e li ser raçteyê taybet yê dermanê benckirinê wate êşrawestanê an kêmkirinê, bête nivîsîn.

Li gor rêmaya, pêdivî ye, ku ew dermanê bo we têne nivîsînê, hun deh ji sedî ji buhayê wê (bikêmanî 5, zêdeyî 10 Euro) hun bi xwe bidin. Eve ji wê re tê gotin “Diserredan” (Zuzahlung).

Nimûne:

- Ji bo dermanê buhayê wî 20€ be, hun ê 5€ bidin
- Ji bo dermanê buhayê wî 80€ be, hun ê 8€ bidin
- Ji bo dermanê buhayê wî 120€ be, hun ê 10€ bidin

Nabe qet hun bêhtir ji pereyên ku buhayê derman bi çendî ye, bidin.

Bêyî diserredanê hun van dermanan werdigirin:

- Dermanê ji bo zarokan, yê di bin 18 salî re
- Dermanê ku bi rewşa ducanî ve an jî rewşa jiberxwebirinê re.

Eger hun li sîgorta yasayî tomarkirî bin, dermanxane yekrast hesab bi qasa sîgorta we re dike. Hun tenê pereyên di serredanê ji bo yê nivîsîn didin. Hindek derman jî hene ku ji wan re têtê gotinê “Generika” = giştî (Generika). Ew Generikum jî dermaneke, ku dermanên wan yê tevîhevê hemen nêzîkî wan dermanên “original” in, yê rasteqîne ne. Hun dikarin pirsyarê ji dermanxanekara xwe, an dermanxanekarê xwe bikin. Ji ber ji wan dermanan pêdivî nîn e, ku hun di ser re bidin.



Raçête bi vî rengî ne.

Xizmetguzariya di nexweşxanê de

Hun ê ji hêla nexweşxaneyekê ve bêne dermankirinê, dema xizmetguzariya ji hêla bijîjkêkê an bijîjkî ve li eydayê wan têrê neke û nebes be an rewşeke awarte, hawariyê hebe. Eger hun di qaseya nexweşiyê ya yasayî de sîgortekirî bin, dermankirina di nexweşxaneyêke taybet de ne mumkin e.

Rêmayên dermankirinê li nexweşxaneyan

Bijîjka te an bijîjkê we ew dikare bibêje, ka pêdivî ye, ku hun ji bo dermankirinê biçin nexweşxaneyê an ew we rêbika. Ev tişt bi wê çêdibe bi “belgeya guhastina” (Einweisungsschein), ya pêdivî ye, ku hun di gel xwe bibin nexweşxaneyê. Bijîjk wê di belgeya şandina we ji bo nexweşxanê de binivîse, ka kîjan nexweşxanê ji bo dermankirina nexweşîna we bikêrhatî ye.

Eger hun herin nexweşxaneke din ji bilî ya ku bijîjk ji we re nivîsandiye, dibe ku hun mesrefa dermankirina xwe ji kîsî xwe bide, divê hun hayadarê vê yekê bin.

Girêbesta nexweşxanê

Eger hun mecbûr bibin çend rojan li nexweşxanê bêne dermankirin, divêt hun girêbestekê ji bo wê girêbidin. Bêhtirîn caran divê ev girêbest nivîskî be. Ev tê wê wateyê, ku divê nexweşxane û her weha hun jî imze bikin.

Li wir çi hatiye birêxistin?

- Dermankirina we di rêya karmendên tendurustî pîspor de ye,
- Xizmeta bi we di rêya karmendê xizmetê yên fêrkirî û
- Bicîhkirin û lînêrîna we

Qasa sîgorta ya nexweşiyê çi dide?

- Dermankirina pêdivî ya nojdariyê
- Bicîhkirin û lînêrîn.

Divêt hun çi bidin?

- Serredan rojane (10 €) e. Ev tenê ji bo mezinan dibe û tenê ji bo 28 rojan li gor rojên salnameyê (= 280 Euro). Welidandina li nexweşxaniyê pêdivî nîn e, ku pişka xwe ji serredanê hun bidin.
- Dermankirin ji hêla rêvebira bijîjkan an rêvebirê bijîjkan ve bête kirinê an mana we bi tenê di odeyêke yektetextek de.

Giring:

Eger sîgorteyêke we ya taybet bo van xizmetguzariyan hebe, pêdivî ye, ku hun erêkirinekê di gel xwe binin.

Dibe ku hun pereyên zêde hîn beriya dermankirinê, ji destpêkê ve bidin, ku di dawî de hun ji qasa sîgorteya xwe ya nexweşiyê werbigirin.

Tenê li wê dema ku hun zanibin we girêbesta di gel nexweşxaneyê de têgehiştin, imze bikin û daxwazê ji wan bikin, ku kopiyekê bidin we. Eger xalek bo we ne zelal be, pirsiyarê li ser bikin. Daxwaza alikariyê ji heval an xizmên xwe bikin, yên bi elmanî baş dizanin.

Li Nexweşxanê

Beriya destpêkkirina bi dermankirinê wê bijjika nexweşxanê an bijjîkê nexweşxanê guftûgoyek têr û tesel (dîroka êşê = Anamnese) di gel te bikin. Dibe li nexweşxanê ji we bê pirskirin, bo nimûne aya hun çixara dikişênin an meyê (alkohol) vedixwin, hun çi dixwin an ma hun werzişê dikin yan na. Ev pêzanînên ha ji bo bijjîkê an bijjîkî giring in, ji bo bikaribin rast û lezgîn alikariya we bikin.

Li vire jî: hemî karkerên nexweşxanê nikarin bêyî erêkirina we çi pêzanînên ji encamên wan guftûgoyan derketî veguhêzin bo çi mirovên dinê. Tenê hun biryarê didin, bo nimûne aya xanim an hevjiina we, malbat an hevalbend dikarin pêzanînan heyî werbigirin û di gel kê di rewşên awarte de pêre bête axaftin.

Giring:

- Belgeyên xwe yên giring bi xwe re bibe nexweşxanê, wek nimûne kerte xwe ya sîgorta nexweşî, belgeyek yan hewaleke tednurstî û lênivîsa vaksînêdanê û lênivîsa alerjîyê. Heger belgeyên te yên biriyara pêşwext (Vorsorgedokumente) hebin, mîna belgeya îradeya jiyane (Patientenverfügung) yan wekaletek ji bo biriyara pêşwext (Vorsorgevollmacht) hebin, ji kerema xwe re wan jî bi xwe re bîne.
- Û her wekî din jî tiştên xwe yên taybet wek mînak cil û bergên xwe û jîmarên telefûnên giring û hindê pere jî bi xwe re bîne. Baştir e, ku tu wan tiştên xwe yên din î bi qîmet li malê bihêli.

Pişkinînên dubarekirî

Gelek caran hin pişkinînên taybet hene, li nexweşxaneyan bi rê ve dibin. Ji wan pişkinînan, pişkinîna xwînê û fehiskirina dil. Zêdebarî wê dikarin pişkinîna wêneyên tijkan jî bikin. Eger bo we pirsên nezelayê hebin, li ser çima pêdivî ye, ku hindêk pişkinîn bêne kirin, hun dikarin pirs bikin. Ew jî dibe, ku beriya niştegeriyekê li nexweşxaneyê bikin, hun xwîna xwe jî bibexşin.

Beriya niştegeriyayê “Emeliyatan”

Beriya niştegeriyê pêdiviya bijîjk an yê bijîjk bi hûrgilî pêzanînan li dor erênî û metirsiyan bide we. Nikarin niştegeriyê bo we çêbikin, heya hun li ser “ronîkirina erêkirinê” (Einverständniserklärung) imze nekin. Di vê ravekirinê de, zelalbûna şêwe û çawa dermakirina li pêş we bi rê ve diçe. Imzekirina we li ser wê ravekirinê jî şert û mercên bingehîn in bo wê, ko bikaribin dermankirinê bi rê ve bibin. Eger hun di hemî tiştî tenegehiştibin, pirsîyariyên xwe bikin.

Ji bo prosesa benckirina beriya niştegeriyê anastazistekê (Benckarek) an jî anastazistekî (Anästhesist/in) berpirs e. Ew wê di gel we jî bo rêveçûna niştegeriyê biaxive. Daxwazê bikin, ku hemî tiştî bo we ron û êşkere bikin, tiştê bo we giring ew e û tenê kaxezan imze bikin, ku hun di hemî tiştî gehiştin.

Divêt hun bi zelalî bêjin ko hun tenegehiştin û binin bira karmendan, hemî wan peyvên taybet û pisporiyane bo te rave bikin! Eger hat û mirovên we yên bi we re baş bi elmanî tenegehînin û nizanibin, ku hun wan ravekirinên bo we tene kirin tenegehînin, ji kerema xwe ji wan re bibêjin, hun pêdivî bi wergervanekê an wergervanekî (Dolmetscher/in) hene. Eger wergerandin pêdivî be, taku hun wan pêzanînan tenegehînin, nexweşxane mecbûr e mesrefa wergerê bigire hustuyê xwe.

Pirsîyarê jî bikin, ka çawa pêdivî ye, hun beriya neştegeriyê û piştî wê çawa tevbigerin. Ji bo niştegeriya we û başbûna wê pêdivî ye, ku hun bi hemî rêmayên bidin ber we tenegehîştibin û hun li gor wan tev bigerin. Ev taybetî jî bo wê dixwe, dema hun yekser piştî niştegeriyê biçin malê. Eger êşeke we ya zor piştî niştegeriyê hebe, yekser bihêlin karmendên nexweşxanê pê bizanibin.

Rotîna nexweşxanê

Li nexweşxanê hene yê n xemxuriyê ji dermankirina nojdariyê û her wisa ji cihê bicihbûna we û xizmetguzariya we dixwin. Ji xwe xwarin di nexweşxaneyan de di demên destnîşankirî de têne danê. Eger mirov û malbata we xwarin bo we anîn, pêdivî ye hun ji karmendên nexweşxaneyê bipirsîn, ka û hun karin çî ji xwarinê bixwin û çî na. Ji ber ku di pey hinek niştegeriyên taybet re bo nimûne tenê mirov dikare hinek xwarinên destnîşankirî bixwe û tehemula laşî heye. Eger hun giyayî bin û goşt nexwin, an ji ber sedemên olî hin xwarinan nexwin, ji kerema xwe re, hun dikarin li destpêka hatina xwe bibêjin.

Hun nemcbûr in ruyê lihêf û doşkên xwe di gel xwe bînin. Pêdiviyên we yê kesayeti mîna pijema, bernesê serşokê, taximê rahênanê, regezên toilletê bo xizmeta laşî, berçavk, amûrê bihistinê û yê din, pêdivî ye di gel xwe bînin.

Helbet mirov, kes û karên we dikarin seredana we bikin. Ji kerema xwe re agahdar bin, ku nexweşxane demên xwe yê seredanê destnîşankirî hene. Pêdivî ye hun bînin hizra xwe, ku berjewendî û rehetiya nexweşa û nexweş din ji li ber çav têne danîn, bo nimûne piştî niştegeriyê, yê nexweş pêdivî gelek vehesînê ye. Ev rêzlêgirtin beramber pêdiviyên mirovên din gelekî li nexweşxaneyan xwedan wate ye û giring e. Ji ber wê, di gel seredanvanê xwe biçin derve, eger hun hest bikin, ku rewşa we alîkar e, bo nimûne odeya seredan, li Kafêtêriya an ji parka nexweşxanê.

Û beriya her tiştî: rêya seredan wisa bidin xizm, kes û karên xwe, wek hun bi xwe bikaribin tehemul bikin.

Karmendên bijjîkî tèn û seredana we her roj carekê dikin, ji bo ji we pêzanînan werbigirin, ka hun çawan in û ji bo biryaran werbigirin, ka hîn çî hingavên din pêdivî ne bo dermankirinê. Mirov peyva “visite” li van seredan dîke. Bi van seredan delîve bo we têne ruxsandin, taku hun pirsiyarên xwe bikin.

Giring:

Hun dikarin wan agahdar bikin, ku hun naxwazin li ser rewşa tendurustiya we ji pêş mirovan ve bête axaftin an birînên we fehes bikin. Di hindek nexweşxaneyan de, hun dikarin jî bi halê xwe û bi tinê bêne pişkinînkirin.

Beriya hun nexweşxanê terik bikin, pirsiyarê bikin, ka wê dermankirina we çawa lê bihêt. Dibe ku hun pêdivî dermanên destnîşankirî bin an jî parastinê ji xwarinê bikin. Dibe ku hun mecbûr bibin dermankirina xwe li eyadeya bijîkê xwe berdewam bikin. Ew bi xwe xizmetguzariya civakî ya nexweşxanê, xemxuriyê ji van hingavan dixwe, ku hun piştî derketinê ji nexweşxaneyê bêyî kêmasî bimînin û berdewam çavdêriya nojdarî, xizmet û xizmetguzarî bo we bête kirin. Wê nameyek giring ji bo bijîka we, an bijîkê we yê malê, ku pêzanînên giring tê de hene, bidin we.

3 Li Hawarhatinê (Rewşên awarte)

Ev hawarî, bo wan nexweşên, ku jiyana wan di xeterê de be an ew birînên, ku pêdivî ye serederiyêke lezgîn ji hêla bijîjkan ve bo wan were kirin. Ew dikare (Ta) gerimbûneke bilind be, hestîşikestin, xwînrihtineke bi hêz, hilimçikîn, jehrîbûn an jihişketin be. Jibîrkirina dermanxwarinê ne rewşeke awarte ye, her weha xwenivîsandina nexweş an mana li eyadeya bijîjkê an bijîkî ji bo dema bendîmaniyê nebe. Nexweşxane bo wan mirovên nexweşên, yê pêdivî bi xizmetguzariya nojdariyê hene. Yê ku van xalan û pêzanînan li ber çav negire, ew xizmetguzariya rastteqîna asteng û bi dereng dixe bo mirovên di rewşên awarte de ne.

Giring:

- Eger hun bibînin ku rewş li ser jiyane metirsîdar e, bo nimûne di pey buyereke giran re, xeberê di rêya nemra 112an re bidine Xizmetguzarîkariya ambulansê (Rettungsdienst). Pêdivî ye, ku hun zelal û li ser xwe bêjin, ew mirovê têkildar li kû ye, çî jê hatiye û rewşa wî çawa ye. Bi baldarî guh bidin karmedan û bersiva hemî pirsîyarên wî bidin, wekî hun baş dikarin.
- Eger rewş awarte be, lê metirsî li ser jiyana wî nebe, wî mirovê nexweş an mirovê birîndar bibe nêzîktirîn ambulansa hawarhatinê ya nexweşxaneyê din. Eger hun bawer bikin, ku wê tade û ziyan bi wê sedemê lê bibe, ku hun bibin, ji dêvla wê telefona hijmara 112 an bike ya ambulansa hawarhatinê.
- Eger hun li demekê bin, ku ne dema kar e û hun nikarin şîreta nojdariyê ku dixwazin werbigirin (bo nimûne şev û rojên betlanan) û nikaribin bimînin, ta hun bi bijîjkê xwe yê malê re pêwendiyê deynin, telefona bijîjkê amade bo xizimê (ärztlicher Bereitschaftsdienst) li ser nemra 116117an bike. Ev nemre li seranserî Elmaniya û bêpere kar dike bêy ku mirov nemra bajêr lê bide û di heman demê de ji telefona erdê an ji telefona destan bête telefonkirin. Hun ê bi bijîjkê Xizmetguzarîyê amade li nêzîkî cihê mana we bêne girêdan, bi şevan, dawiya heftiyê û rojên betlanan.

Dema mirov bi taybetî xwedî malbat be, baş e, ku bizanibe, ka mirov bi xwe dikare çi bike, beriya ku ew xizmetguzariya pisporî werbigire. Di kursên alîkariya pêşî de, hun dikarin fêr bibin. Gelek komele û rêxistinên fêrbûnê, kursên wisa pêşkêş dikin. Tişta hun di wan kursan de dikarin fêr bibin, dikare bo mirovên di rewşên hawarî û awarte de û bo we bi xwe jî baş û watedar be.

4 Xizmetguzariya tendurustiyê

Vaksînên parastinê

Berdewam salê bi hezaran ji mirovan bi nexweşiyên vegirtinê yê gelekî metirsîdar dikevin. Vaksînlêdan (Impfungen) dikarin kartêker bin û mirovan ji nexweşiyên û encamên nexweşiyên biparêzin, yê di rêya bakteriyên û virusan re têt. Eger gelek mirov hebin û li dijî hin nexweşiyên vegirtinê yê destnîşankirî vaksînlêdan biribin, êdî ev nexweşî nikarin di nav gelî de berbelav bibin. Pirsiyarê ji bijîjkê an bijjika xwe li dor vaksînlêdanên bo xwe û zarokên xwe bikin.

Hin pêşniyar li Elmaniya têne kirinê, kengî mirov dikare hin vaksînlêdanên destnîşankirî bibe. Di çarçoveya Pişkinînan de (U-Untersuchungen) vaksînan li dijî nexweşiyên zor giring li zarokan didin. Hinek dermanên vaksînlêdanê pêdivî ye gelek caran bi kar bêne kirin, taku xwe bigihînin asteya parastineke kartêker. Û hinek vaksînlêdan jî hene, ku pêdivî ye bi rêk û pêkî bo mezinan jî nû bêne lêxistin. Mesrefa wan vaksînlêdanên têne pêşniyarkirin û hin caran jî vaksînlêdanên geştan, qasa sîgorta nexweşan bi xwe digire.

Eger hun ne ji zû ve li Elmaniya bin, rê bidin parastina vaksînlêdanê û bihêlin bijîjkê we yê zarokan an bijjika we an her bijjîk be pişkinîne bike. Di wê ya jêr e têt gotin “lênivîsa vaksînlêdanê” (Impfpass) nivîsiye, ka we li dijî kîjan nexweşiyê vaksînlêdan birine. Eger hîn we ew lénivîsa vaksînlêdanê wernegirtibe, pirsê ji eyadê an jî pirsiyarê ji qasa sîgorta nexweşiyên ya xwe bikin.

Giring:

Ji kerema xwe vaksînê li xwe û zarokên xwe bidin! Bi vaksînlêdan hun xwe bi xwe diparêzin, her wisa jî malbata xwe û derdorên xwe jî nexweşiyên vegirtinê. Bi wê hun rê li ber ferehbûna nexweşiyên mîna girmît, feleca zarokan, kuxika ewayê an jî persîvê digirin. Ji kerema xwe, di hemî seredanên xwe de nik bijîjkan belgeya xwe ya vaksînlêdanê di gel xwe bîne!



Lenivîsa vaksînlêdanê bi vî rengî ye.

Xizmetguzarî- û pişkinînên naskirina berwext

Qasa sîgorta tendurustiyê ya we pişkinînên bo zarok, xort û mezinan dide, yên ku berwext dixwazin bizanibin ka nexweşin, astengiyên tendurustiyê û faktorên metirsiyê hene an na (yên ji wan re tê gotin “Xizmetî û pişkinînên naskirina berwext” (Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen). Kî bi rêk û pêk biçê van pişkinînan, ew erkeki xwe yê giring bo tendurustiya xwe dike. Hinek ji qaseyên sîgorta tendurustiyê “programên şabaşan” pêşkêş dikin, taku têvedanekê çêbikin, ev pişkinîn bi cedi bêne wergirtin. Ji kerema xwe re ji qasa sîgorta nexweşan ya xwe pirsiyar bikin, ka gelo ew programê şabaşiyê pêşkêş dikin yan na.

Kontrolkirina- Tendurustiyê

Di dema niha de, jin û mêr jî ye temenê wan di ser 35 salan re, her 3 salan mafê wan heye pişkinîna tendurustiya xwe bikin (kontrolkirina (Check-up) ji bo berwextnaskirina nexweşiya dil-bazinê gera xwîn, Diabetes Mellitus (nexweşiya şeker) û ya nexweşiyên gurçikan. Hemî bijîjkên malê yên jin û bijîjkên mal yên mêr û bijîjkên taybet yên nojdariya hundur (Internist) dikarin van pişkinînan bikin.

Ji bo bikaribin metirsiya kesayetiya we binerixînin, wê pirsan ji we beriya nexweşiyê bikin, faktorên metirsiyê yê kesayetî (bo nimûne kêmlivandin) û dîroka nexweşiyê di nav xeleka teng ya malbatê de jî bikin. Di pey re wê bijîjk pişkinîne ji hemî laşê we re çêbike (bo nimûne bi hingivtinê û teptipandinê). Tiştê pê re jî divê bête kirinê pîvana guvaşa xwîne ye li ser zendan û dako bikaribin pişkinîna xwîne, wate xwîn bo fehsê jê bikişînin, ka nîrxê şekir û yê kolestrol di nav xwîne de çendî bilind e. Pişkinîneke destava biçûk (mîz) ew jî parçeyek ji wê pişkinîna Chek-up e. Li gor encamên wan pişkinînan bijîjk dikarin biryarê bidin, ka çi pêdivî bi tevdirên pêşilêgirtinê hene, bo nimûne kursan ji bo xwelivandinê, xwarinê an zorbirina stressê (mendîbûnê). Li vir eyada bijîjk wê piştrastkirinekê weke belge bo qasa sîgorta nexweşan binivîse.

Naskirina berwext ya penceşêra çerim

Penceşêra çerm yek ji nexweşiyên penceşêrê yê berbelav e. Çendî berwext bête têderxistin, wisa delîveyên saxlembûn û rehetbûnê heye. Ji ber wê giring e, her guherîneke çermî bibîni, bi taybetî şanik an jî pitikên cergî, bi diqet bête çavdêrkirin û pişkinîna wê were kirin.

Ji 35 salî de, mafê yekî her dusal heye bêpere, pişkinînen berwextnaskirina nexweşiya penceşêrê li ser çerim encam bide. Armanca berwextnaskirina nexweşiyê berwext têderxistina sê şeweyên herî zor yê penceşêra çermî ye. Ev ew in, yên ji wan re tê gotin “penceşêra çermê reş” (Malignes Melanom) û ya “penceşêra çermê sipî” (Basalzellkarzinom û Spinozellulare carzinom). Di wê pişkinîne de dê li çermê laşê we were nêrin, wate wê bi çavan lê were nêrin û pişkinînkirinê, ji bo naskirina wan guherînen tene xuyanîkirin li ser laş. Pirsiyar ji eyada bijîjkê malê bikin, aya ew dikarin wê pişkinîne bikin. Pêdivî ye ev pişkinîne li gor imkanan bi Check-up- ya tendurustiyê ve bi rê ve biçê. Hun dikarin vê pişkinîne ji bo naskirina berwext ya penceşêra çermî û her wisa jî li nik bijîjkeke pispora taybet an bijîjkekî pispore taybet ji bo çerim û nexweşiyê cinsî yê guhêzbar (Bijjika/ê nexweşiyên çerim) (Dermatologe/in) cihbich bikin.

Berwextnaskirina penceşêra roviyan (Qolon)

Penceşêra ruvî (rêvî) nexweşiya penceşêrê ya herî bêhtir zû tê naskirin. Eger berwext bê naskirin, bextê jêrehetbûnê gelek e. Penceşêra rêvî bêy pê bihise xwe bipêş ve gelek salan dibe. Derenceyeke bêtirs heye ew azirbûna belxema ser çermê rêvî e (Polypen, Adenom). Ew xwînrihtina ji azirbûnê di rêya destava mezin re tê gelek caran bi çavan nayê dîtîn, ji ber rêjeya xwînê zorê caran gelekî hindik e. Ji ber wê jî qasên nexweşiyê ji bo jinan û mêran ji 50 salî bi banî de du şeweyên ciyawaz bo pişkinîna berwext naskirina penceşêra rêvî pêşkêş dikin:

- Pişkinîna destava mezin, ya ku bi çavan nayê dîtînê ka şopên xwînê hene, divêt were kirin, an
- Tenzîkirina gerde (Qolon) ji bo pişkinîna roviya qelew. Dibe caran jî di eynî demê de parçên penceşêrê (Polypen) hebin, ku asê bûbin, dikarin rabin. Bi vî şeweyî dikare delîveya ku penceşêra kolon çêbibe, bête astengkirin.

Ji bijîjka xwe an jî bijîjkê xwe pirsîyar bike, ka kîjan ji wan herdû pişkinînan têne pêşniyarkirin an têne xwestin hun pişkinînan bikin an na.

Giring:

Eger we hest kir, ku hun di destava xwe ya mezin re xwînê davêjin, yekser serî li bijîjkê/a xwe bigerin.

Xizmetguzarî û pişkinînen naskirina berwext ya nexweşiyên jinan:

Naskirina berwext ya penceşêra qirika malzarokê

Qasa sîgorta tendurustiyê perê pişkinîna berwext ya naskirina penceşêrê ji bo jinên bi ser 20 salî re salê carekê dide. Ev pişkinîn ji bo têderxistina berwext ya vebrûstiyên taku bikaribin bêne dermankirin, hîn beriya bibe penceşêr di malzarokê de. Ev pişkinîn ji hêla bijîjkeki pîspor an bijîjkeke pîspor ji bo saxlemkirina jinan (Gynäkologie) bête kirin. Ya giring, ku bawerîya we bi wê an wî were û li eyadê taybetmendiyê kesayetî li ber çav bête girtin. Li dema qeydkirinê bipirsîn, ka beriya sozê divêt hun hay ji çi hebin.

Naskirina berwext ya penceşêra sîngê

Penceşêra sîngê ya herî bêhtir li dunyayê, li ba jinan berbelav e. Îro roj derfetên saxlebûnê zor in, ji ber wê jî, fersendê pişkinînên zû û berwext hene. Ji bo jinên ser 30 salî re her sal li ba bijjîkên jinan pişkinînên sîngê têne kirinê. Li vir bijjîkê an bijjîka jinan destê xwe dide sîngê, ka girêk hene an na û eger hebin li kijan derê ne. Jinên di navbera 50 û 69an de her serê du salan bi nivîskî têne vexwendin bo wêneyên tîjkan yên sîngê bêne kişandin, eve jî bi azadî ye û (jêre tê gotin (Mammographie-Screening). Li vê wêneyên tîjkê yê sîngê têne kişandin, ew êdî ji hêla bijjîkeke an bijjîkekî pîspor di warê Radiologie de wan binirixîne. Xerciya ku li wan dibe qasa sîgorta tendurustiyê ya yasayî bi xwe digire.

Filmkişandina- Chlamydia (bakteria)

Ji wan nexweşiyên vegirtinê û veguhêzbar yên cînsî di dunyayê de, ev bakteriyayên ji wan re tê gotin “Chlamydia-Vegirtinê” (“Chlamydia trachomatis”) hatiye binavkirin. Ev dikare bi jin û mêran weke hev bikeve û bêne vegirtin û her wisa hilgirê vê bakteriyê bin. Li ba jinan dikare chlamydiyayek-vegirtinê bibe sedema ko jin zarokan neyêne. Lê eger hat û ev vegirtina bi chlamydiya zû hate naskirin û zû hate dermankirin, wê bi giştî çu pîrsgirêkên tendurustiyê li paş xwe nehêlin. Ji ber wê yekê ev (Chlamydien-Screening) heye. Ji bo pişkinînê helbet wê hinek destava biçûk (Mîz) pêdivî bibe. Qaseyên sîgorta tendurustiyê li ba jinên temenê wan ta 25 salî mesrefa wan bo salekê carek pişkinîn bi xwe ve digire. Baştir e hun pîrsên xwe li ser vê babetê ji bijjîka an bijjîkê xwe yê jinan bikin.

Xizmet û pişkinînên naskirina berwext bo mêran:

Naskirina berwext ya penceşêra prostatan

Penceşêra prostat ew nexweşiya herî zêde li elmaniya wek penceşêr û ya duyem e, ku dibe sedema mirina mêran bi penceşêrê. Ji bo pişkinînê qasa sîgorta tendurustiyê ji bo mêrên ser 45 salan re salê carekê perê wan bi xwe digire. Pişkinîneke derveyî ya organê cînsî û prostata herweha pişkinîneke ya girêkên lymfawî ne. Pîrsê ji bijjîka xwe an bijjîkê xwe yê malê bikin, ewe an ewî pişkinînên ji bo têderxistina berwext ya penceşêra prostatê dikin û bihêle pêzanînan bidin we, ka çawa pêk tê.

Berwext naskirina rehên xwînê yên di zik de (Rehê Ebher)

Zik aorta (Rehê zik) yek ji mezintirîn imbara xwînê ye di çala zikî de. Eger ev rehê zikî li cihek fereh bibe û nepixandinek an werim çêkir, hinga mirov jê re dibêje dirêjbûna rehên xwînê (Aneurysma der Bauchsclagader). Zorbeyî zor dirêjbûna reh nabe sedema aloziyan û zikêşiyê û ji ber wê ji nayête pêhestkirin. Kêm caran ew rehên xwînê dikarin biteqîn. Di vê rewşê de, dikare bibe sedema pergaleke awarte û metirsîdar li ser jiyana mirovî û dibe sedema xwînrihtin çêbibe. Ji ber wê ji mafê mêran heye, yê di ser 65 salî re, carekê bê pere wê pişkinîna Ultraschal bo berwextnaskirina dirêjbûna rehên xwînê di zikî (ebherî) de çêkin. Ev pişkinîn tenê bi mêran tête pêşkêşkirinê, ji ber ew in, yên zorbeyên caran bêhtir ji jinan gazindan ji dirêjahiya rehên xwînê di zikî de, dikin û bi wan re çêdibe. Ev hatiye teqezkirin, ku mêr pêdiviya pişkinîna Ultraschal bo naskirina berwext heye. Pêzanînan ji bijijka xwe an bijijkê xwe werbigirin, aya ew wê pişkinîne çêbikin an hineke din.

Tendurustiya zarokan

Piştî ji dayîkbûna zarokekî dê û bavê wî ji bo zaroka xwe lénivîsek ji bo pişkinîne werdigirin, ku tê de gelekî bi zelalî divê were nivîsîn, kengî pişkinîna destnîşankirî pêdivî ye. Ya li ber çavan, li gor rêmayan ku bêne kirinê deh Pişkinîn in (ji U1 ta U9 û U7a ji di gel; “U” ew kurtkirina peyva elmanî “Untersuchung” e, ku bi wateya “Pişkinîn” e). Ev pişkinîne ji hêla qasa nexweşan ve perê wê tene dan.

Pişkinîna yekem (U1) yekser di pey jidayîkbûnê lidardikeve. Xizmetguzariya pişkinîne (U2) di navbera 3 û 10 rojan de li nexweşxanê an di eyadeya bijijken zarokan pêk tê. Pişkinînen U3 ta U9 ta temenê zarok bibe 64 mehî di eyadeya bijijkê zarokan an eyadeya bijijkê malê li dar dikevin. Li wir di navbera 12 ta bi 14 salan jî pişkinînen gencan (J1) li dar dikevin.

Giring:

Ev pişkinînên han zor giring in. Ji kerema xwe re, ji ber wê hindê pêdivî ye, ku hun pişkinînan bi cedî bistînin û herdem di gel xwe wê lênivîsa pişkinînan (U-Heft) û lênivîsa vaksînlêdanê ya zaroka xwe bînin. Ew pişkinîn ji bo tendurustiya zaroka we ye.



Lênivîsa pişkinînan (U-Heft) bi vî rengî ye.

Tendurustiya jinan

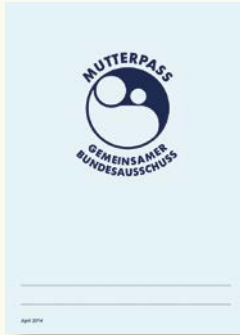
Eger mesele bi babetên hestiyar ve girêdayî bin, bo nimûne pirsgirêkên rojên xwînhatinê, ducanî, jidayîkbûnê an nexweşiyên veguhestîne yên cinsî, delîve bo jinan heye, ku seredana bijîjka jinan an bijîjkê jinan (Gynäkologie) bikin. Ew jî dibe: Bijîjka we ya jinan an bijîjkê we yê jinan li beramber kesê siyem berpirsiyar e bo nemukurhatinê.

Ducanî û zarokçêbûn

Xercî û mesrefa ji bo çesipandina hebûna ducaniyê, xizmetguzariya pişkinînan her weha lênêrîna li dema jidayîkbûnê û di pey re jî, dê qasa sîgorta tendurustiyê ya yasayî bi xwe bigire.

Eger hun ducanî bin, hun dê ji hêla bijîjkê/bijîjka yê/a we derman dîke û li we dinihêre belgeyekê “Lênivîsa dayîkê” (Mutterpass) werbigirin. Di vê pasa dayîkê de ew soz û jivan yê pişkinîne yek bi yek nivîsî bin. Ji kerema xwe re wê di gel xwe bo her pişkinînekê bînin.

Li Elmaniya hun azad in bo xwe hîlbijêrin, ka hun dixwazin li klînîkê, li mala jidayîkbûna zarokan an li mal jî zaroka xwe bînin diniyayê. Li her jidayîkbûnekê divê yek alîkara/ê jidayîkbûnê (wate xizmetkara jidayîkbûnê “Dayîk” (Hebamme/Entbindungspfleger) amade be, ew



Di Pasa dayîkê de wê hemî pêzanî ji bo pişkinînên xemxuriyê, birêveçûna ducaniyê û pêşdeçûnên zarok di dema ducaniyê de bêne tomarkirin. Pêdiviyê yê ducanî bin pasa dayîkê ji ber wê herdem di gel xwe bibin.

Lênivîsa dayîkê bi vî rengî ye.

ya an yê hogirîtiya jidayîkbûnê bike. Eger we xwe bo jidayîkbûnê qeyd nekiribe jî, hun dikarin biçin her nexweşxaneyekê, ku beşê jidayîkbûnê tê de hebe. Ew nexweşxane çu maf nîne ku we derbas neke, wate mecbûr e alîkariyê bike, ka li kîjan klînîka jidayîkbûnê cih vala heye.

Hun biryarê didin, li dijî berdewamiya ducaniyê, pêdivî ye, ku hun li rêxistinên şewirmendiya ducaniyê (Schwangerschaftsberatungsstelle) bigerin. Hunê şîretan bê pere û bêyî ku ew navên we û pêzanînan li dor we bidin (nepenî), bistînin. Ji bo jiberxwebirina zarokan we pêdivî bi piştrastkirina navendeke şewirmendiyê heye.

Dermanê hişbir û pêşkêşiyên bo alîkariya xermanan

Xermanî nexweşyeyek e! Ew pêgirêdaneke bi mecbûrî ye, bi dermanan wek nimûne alkoholê, dermanê hişbir, nîkotîn an dermanan. Lê bo helwestên taybet jî, bo nimûne li nik Gelekwaxarin, lîstika qumarê, kirîn an jî pêvegirêdana bi komputerê ve. Xermanî an jî pêgirêdan dikare bi her kesekî bikeve, negirêdayî bi temen, hînbûn, pîşe û nîrxê civakî ye. Ew ne şermaezariyeye mezin e û çu tîkiliyên wê bi tîkçûna kesayetiyê ve nîn in, dema mirov alîkariyê li nik Xizmetguzarîkarên xermaniyê an jî li nika yê terapiya xermaniyê dîkin, bistîne.

Çi alîkarî ji bo pîrsgirêkên xermaniyê hene?

Alîkariya pisporiyane

Wê alîkariya we bibe, da hun rêyekê bo xwe ji pêvegîrêdanê û derfetan ji encamên giyanî û tendurustî yên xwe re bibînin. Karmendên pispor û taybetmend yên fermî di nexweşxaneyan û navendên şêwirmendiyê de ji yên têkildar, xizm û kes û karên wan alîkariyêke bêsînor li ser asteyêke zanistî hemdem pêşkêş dikin û her dem rêzê li rewşa takekesî tete girtin.

Grûpên xwebixwe yên alîkariya xermaniyê

Ev grûpên xwebixwe yên alîkariya pêşkêşiyên pirofîsiyonel yên alîkariya xermaniyê temam dikin. Li wir, mirovên têkildar bi hêza xwe rêya xwe dibînin xalên xwe yên qels nas dikin hevûdu bihêz dikin. Beşek ji endamên wan kom û grûpan karên xwe bi nepenî dikin û yê alîkariyê dixwazin û di rewşê nebaş de ne wan bi xwe digirin, bêyî ku çiyawaziyê têxin nav wan.

Navendên şêwirmendiyê û saziyê terapiya hawariyê

Li nêzikî cihê mana we jî helbet wê navendeke şêwirmendiyê an jî navendek û cihê manê yê hawariyê heb. Hun dikarin pêzanîn û navnîşanên wan navendên şêwirmendiya bo xermanan û navendên terapiyê ji bijîjkê xwe an bijîjka xwe an di rêya toreya internêtê re bistînin. Bila qet hun şermê nekin, ku hun berê bidin peymangeheke wisa. Li wir van rewşan têdigihin û teqez li wir wê alîkarî ji we re bête pêşkêşkin.

Giring:

Navendên şêwirmendiyê **bêberamber** kar dikin. Li dema şêwirdan wê pêzanînen kesayetî, taybet biparêzin û nedine polîsan. Beşek ji wî karî jî **nepen** dihêlin. Li wir hunê pêzanîn û agahiyên giştî li dor babeta xermanbûnê û dermanên hişbiriye werbigirin.

5 Sîgorta xizmetê

Eger mirov bi berdewamî pêdivî xizmet be, sîgorta xizmetê (Pflegeversicherung) piştgiriya kesê pêdivî bi xizmet heyî dike û her weha piştgiriya xizm û kesên wî jî dike. Ev sîgorte, sîgorteyeke mecbûrî ye û pêdivî ye ji hêla qasa sîgorteyên nexweşan yêl yasayî û qasa sîgorteyên nexweşan yêl taybet jî peşkêş bibin. Ji qasa sîgorta tendurustiyê ya yasayî hinekî cudatir, sîgorta xizmet tenê beşekî bi xwe ve digire. Tê wê wateyê, ku mesref û xerciya xizmetê ta rêjeyeke destnîşankirî dikare bi xwe ve bête girtin. Eger we pêdiviyê mewdanî hebin, hun ê di çarçoveya alîkariya civakî (Sozialhilfe) piştgiriye werbigirin.

Li gor wê diçe, aya xizim an xezmetpêşkêşkerên profesiyonêl in yêl xizmet bi xwe ve digirin, werdigirin di pey ku ew daxwaznameyekê li ba sîgorta xizmetê pêşkêş bikin pereyên xizmetê (Pflegegeld) an ji wan re tê gotin “hêza tiştên xizmetê” (Pflegesachleistungen). Çeqas Xizmetguzarî pêdivî ne, bi yasayî hatiye destnîşankirin û zêdebûna wan bi rêjeya xizmetê (Pflegegrad) ve bend e. Mercê herî sereke di bikaranînê re dema berî sîgortekirinê hatibe dagirtin. Di hinek kawdanan de, dikarin demê sîgortekirinê di welatên din de pêre li ber çav bêne girtin. Ji kerema xwe pêzanînan ji qasa xwe ya xizmetê bipirsin.

Xizmetguzariya nojdarî ya sîgorta tendurustiyê (Medizinischer Dienst der Krankenversicherung, MDK), ew e ya di bingehe de di pey raportê re rêjeya xizmet dideyne. Bi giştî pênc rêjeyên xizmet yêl cuda hene. Raxistin û danîn di rêjeya xizmetê de bi wê hindê ve best e, ka çendî mercên tendurustuyê zehmet bûne û kartêkirin, li ser serbixwebûna an jî jêhatibûnê ya wî mirovî kiriye. Mirovên pêdivî xizmetê ne ew kes in yêl ku nema karibin serbixwe jiyana xwe bi rê ve bibin (an tenê pêdivî alîkariya yekî din e). Pêdivîbûna xizmet mecbûr e dema tê berçavkirin ji bo kêmasî 6 mehan be. Di raporta nirixandinê de wê pişkinîn were kirin, ka çendî mirov dikare bi xwe bi karê xwe rabe di rêya tevdîrên pêşilêgirtinê an carek din vegerandina bo jiyana normal dubare baştir bûye û dikare vegere.

Beriya hun daxwaznameyê li nik sîgorta xizmet pêşkêş bikin, lê her demekê pey wê re jî, hun dikarin şîret û şêwirmendiyê li dor wan xalên ji wan re tê gotin “xalên bingehîn ên parastina xizmet” (Pflegestützpunkte) bikin. Li wir ne tenê xelkên pisporkar dikin, taku yên pêdivî xizmet ne û xizmên wan pêzanînan li dor xizmet werbigirin, belê yên alîkariyê dixwazin jî, ku bi wan re herin eyadeyên nêzik û alîkariya wan bikin. Bo ew yên sûdmend ji Xizmetguzariyên civakî in (bo nimûne li gor yasaya penaberan an alîkariya civakî) dikarin hinek cihên din berpîrsê bixwegirtina mesrefê bin.

Xizmeta li malê

Armanca xizmeta li navmalê ew e, derfeta biserdebirina jiyaneke serbixwe bête peyda kirin ambulansa karên xizmetguzariyên di malê de bi xwe bigirin yên lîstikvanan li malê, dem xizim nikari bin.

Eger pileya lîstikvanan we ji 2 ta bi 5an be, mafê we di wergerîna xizmetguzariyên ciyawaz de heye, mîna piştgirî bo lîstikvanan laşî û birêvebirina kar û barê malê. Ev kar û Xizmetguzarî wê ji hêla xizmetguzariya xizmet ve bête pêkanîn.

Her yek li gor pêdiviyê jî, beşek ji xerciyên bo dermên an ji bo serûberkirina xênî dikare bi xwe bêgirtin. Hun dikarin şîret û şêwirê ji nik nivîsgeha xananeşîna cihî, ji nik rêxistinên xêrxwaziyê an jî qaseyên xizmet werbigirin, ka çawa piştgirtin û lîstikvanan dikarin bi şêweyekî li malê were birêxistinê.

Xizmeta li nexweşxanê

Eger derfeta xizmetê li malê ne mumkin be, mirovan pêdivî xizmetê ne di saziyên xizmet yên hundurînê, xizmetguzariya wan dibe. Pisporek jî û pisporek mîr dikarin şewirdariyê bidin we, ji bo sigorta we ya xizmet, eger we hinek pirsîyar hebin, hun dikarin bo vê yekê seredana bijîjkê xwe/bijîjka xwe yê/a malê bikin, ku zorbey caran serpêhatiyên wan li dor wan saziyê lênêrînan hene, li derûdora we hene. Xizmetguzarî û mesrefa xizmet û çavdêriyan di saziyekê de wê qasa xizmet bi xwe bigire.

Xizmeta di rêka Xizman re

Eger hun bixwazin xizmet li malê li xizmên xwe bikin, hun jî dikarin hindêk xizmetguzariyan bi xwe ve bigirin: Wisa xizmên nexweş bo maweyê ta 6 şeş heftiyên dikarin ji xizmet bêhinvedanekê bikin. Eve alîkariyê dike, dema ku hun bi xwe pêdivî bêhinvedanekê hebin û bo nimûne her bo xwe ji bo geştê seferê bikin, lê hûn pêdivî bi yekî xizmetkar bin, ku cihê we bigire. Zêdebarî wê jî, rêjeyek pereyên heyvane zêde hene bo hemî wan mirovên pêdivî xizmetê ne û ji bo alîkariya di malê de jî, eve ji bilî xizmetê an jî ji dêvla xizmetê.

Teqez wê sigorteya xizmet bibe, dema hin şert û merc ji kes û karên yê lê bête nêrîn (û dibe jî hinek mirovên din yên karê xizmetên bidilxwazî dikin) pişka ji bo sigorta xaneneşînê. Sigorta xizmetê, wan pişkên bo sigorteya békariyê ji wê demê bitevayî re, ya mirov guhê xwe didin yên pêdivî xizmetê ji xizman. Û eger yê xudankar be û karê xwe di demeke kurt de bibire -bo nimûne ji bo di demeke kurt de saziyê xizmetê bi lezgîni bo xizma/ê xwe bibîne- sigorta xizmetê ji bo ta bi deh rojan kar, mûçeyê wî were qerebokirinê.

Desteya nivîskaran

Weşanger:

Wezaretê Tendurustî ya Elmaniya
Beşê Z 24 "Penaberî, pêkvejiyan, demografî û tendurustî"
11055 Berlin
www.bundesgesundheitsministerium.de

Dezayînekirin:

Einstieg GmbH
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V./MiMi LAB Berlin

Wêneyê Sernav: © fotolia / Bundesministerium für Gesundheit (BMG)

Çapkirina: Kanûna yekemîn 2019 / çapa 3

Hun dikarin, di her demê de vê berhevokê bi van zimanan (Bosnî, erebî, Engilîzî, farisî, firansî, îtalî, kroatî, kurdî-kurmancî, peştî, polnî, rumânî, rûsî, serbî, spanî, turkî) jî bê pere daxwaz bikin:

Online: www.Wegweiser-Gesundheitswesen-Deutschland.de

E-Mail: bestellportal@ethnomed.com

Nivîskî: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.
Großbeerenstraße 88, 10963 Berlin-Kreuzberg

Ev berhevok di çarçoveya kar û têkiliyên giştî ve ya wezareta Elmaniya bo tendurustiyê bêberamber tête belavkirin. Nabe ev berhevok ji hêla partiyên ve wek alaveke kar bo hîlbijartinê û ji hêla alîkarên hîlbijardêran ve jî di demên kampanya hîlbijartinê de wek armanc bikar were. Ev jî boy hîlbijartinê perlemanê Eruropa û perlemenê elmanî û perlemenê eyaletan û navçeyan misogir e. Bikaranîna xerab ew e di ahengên hîlbijartinê de bêne belavkirin, li ser mêzên agahiyên partiyên, an jî hin çapkirin an pêvebestina pêzanînen siyasî an wek alaveke bangaşîya hîlbijartinê. Qedexe ye jî, ku vê berhevokê ji bo bangaşîya hîlbijartinê bidin kesekî sêyem jî. Derveyî van tiştan jî, kengî ev berhevok gehîştibe, li ser çî rêkê re û çend hijmar jî yê berhevok wergertibe, çênabe nişan bi hîlbijartinê bihên de were dayîn, jî xwe qedexe ye ji bo sûdmendiyêke partiyên hukumeta Elmanî û ji bo berjewendîya kesekî, ku jî komên siyasî yê din weha were têgehiştin.