



Γερμανικά – Ελληνικά
Deutsch – Griechisch



Gesundheitswegweiser

**Migrantinnen und
Migranten im Landkreis
Darmstadt-Dieburg**



Kreiskliniken
Darmstadt-Dieburg



Region
der Zukunft

Landkreis
Darmstadt-Dieburg

www.ladadi.de

Dieses Falblatt wurde in verschiedene Sprachen übersetzt.
Sie finden es auch unter
www.ladadi.de und
www.kreiskliniken-dadi.de.

Το παρόν ενημερωτικό έντυπο μεταφράστηκε σε διάφορες γλώσσες.
Θα το βρείτε και στη διεύθυνση
www.ladadi.de και
www.kreiskliniken-dadi.de.

Impressum

Redaktion/Herausgeber

Kreisausschuss des Landkreises Darmstadt-Dieburg
Büro für Migration und Inklusion
Jägertorstraße 207
64289 Darmstadt
Telefon 06151 / 881-1580 oder -2189
migration+inklusion@ladadi.de
www.ladadi.de



Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg
Krankenhausstraße 11
64823 Groß-Umstadt
Telefon 06078 / 79-0
info@kreiskliniken-dadi.de
www.kreiskliniken-dadi.de



Layout

Judith Maria Achenbach, Mediengestaltung, Gersprenzweg 30,
64297 Darmstadt,

Druck

Offsetdruck Otzberg GmbH, Heinrichstraße 38, 64354 Reinheim

Stand August 2018

Inhalt

Περιεχόμενο

- 4, 6 Krankenversicherung
- 5, 7 Ασφάλιση ασθενείας
- 8 Arztbesuch
- 9 Επίσκεψη ιατρού
- 10 Krankenhaus
- 11 Νοσοκομείο
- 10 Notfallversorgung
- 11 Επείγουσα περίθαλψη
- 12 Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg
- 13 κλινικές Darmstadt-Dieburg
- 14 Krankmeldung
- 15 Δήλωση ασθενείας
- 16 Medikamente
- 17 Φάρμακα
- 16 Vorsorgeuntersuchungen
- 17 Προληπτικές εξετάσεις
- 18 Gesundheits-Check-Up
- 19 Τσεκ απ υγείας
- 18 Krebsfrüherkennung
- 19 Έγκαιρη διάγνωση καρκίνου
- 18 Schwangerschaft
- 19 Εγκυμοσύνη
- 20 Kindervorsorge
- 21 Παιδικές προληπτικές εξετάσεις
- 22 Zahnarzt
- 23 Οδοντίατρος
- 24 Notruf
- 25 Κλήση σε έκτακτη ανάγκη
- 26 Notfall- und Bereitschaftsdienste
- 27 Υπηρεσία εκτάκτων περιστατικών και εφημερεύουσα υπηρεσία

Dieser **Gesundheitswegweiser** enthält aktuelle Informationen zum Gesundheitswesen in Deutschland, zu wichtigen Vorsorgeuntersuchungen und zum Verhalten im Notfall.

Krankenversicherung

In Deutschland besteht Krankenversicherungspflicht und freie Wahl der Krankenkasse. Arbeitnehmer sind normalerweise in einer gesetzlichen Krankenkasse versichert oder können bei entsprechend hohem Einkommen eine private Krankenversicherung wählen. Beziehende von Arbeitslosengeld I und II sowie von Sozialhilfe bleiben in der Regel über ihre bisherige Krankenversicherung versichert. Die Beitragshöhe zur gesetzlichen Krankenversicherung richtet sich nach dem Einkommen und dem allgemeinen Beitragssatz Ihrer Krankenkasse. Nichterwerbstätige Ehepartner und Kinder unter 25 Jahren können unter bestimmten Voraussetzungen in der gesetzlichen Krankenversicherung kostenlos mitversichert werden.

Jedes Familienmitglied erhält eine eigene **Gesundheitskarte**. Darauf sind die persönlichen Daten wie z. B. Name, Geburtsdatum, Versicherungsnummer gespeichert. Falls Sie damit einverstanden sind, werden auch Ihre Gesundheitsdaten gespeichert, beispielsweise die Blutgruppe, Allergien, chronische Erkrankungen. Die Gesundheitskarte muss jeweils beim ersten Arztbesuch im Quartal vorgelegt werden.

Der Arzt rechnet dann direkt mit der Krankenversicherung ab.



Muster einer Gesundheitskarte
(Vorderseite)

Πρότυπο καρτας υγειας
(μπροστινή)

Το παρόν ενημερωτικό έντυπο **Οδηγός Υγείας (Gesundheitswegweiser)** περιέχει επίκαιρες πληροφορίες για τον τομέα υγείας στην Γερμανία, για τις βασικές προληπτικές εξετάσεις και την συμπεριφορά σε περίπτωση εκτάκτου ανάγκης.

Ασφάλιση ασθενείας

Στην Γερμανία η ασφάλιση για την περίπτωση ασθένειας είναι υποχρεωτική και η επιλογή του ταμείου ασθενείας είναι για τον καθένα ελεύθερη. Οι εργαζόμενοι είναι κατά κανόνα ασφαλισμένοι σε ένα νόμιμο ασφαλιστικό ταμείο ασθενείας ή εφόσον υπερβαίνουν ένα καθορισμένο όριο εισοδήματος μπορούν να ασφαλιστούν σε ιδιωτικό ταμείο ασθενείας της επιλογής τους. Οι δικαιούχοι του επιδόματος ανεργίας I και II, καθώς και του κοινωνικού βοηθήματος, παραμένουν κατά κανόνα ασφαλισμένοι στο τρέχον ασφαλιστικό ταμείο ασθενείας. Το ύψος των εισφορών στο νόμιμο ασφαλιστικό ταμείο ασθενείας εξαρτάται από το εισόδημά σας και από το ποσοστό των γενικών καταβλητέων εισφορών που ισχύουν για το ταμείο ασθενείας σας. Μη εργαζόμενοι σύζυγοι και παιδιά κάτω των 25 ετών μπορούν υπό ορισμένες προϋποθέσεις να συνασφαλιστούν άνευ εισφορών στο νόμιμο ταμείο ασθενείας.

Κάθε μέλος της οικογένειας λαμβάνει μια ατομική **κάρτα υγείας (Gesundheitskarte)**. Επάνω σε αυτήν εχουω αποθηκευτεί τα προσωπικά στοιχεία, π.χ. το όνομα, ημερομηνία γεννησης, αριθμός ασφαλιστικού μητρώου. Αν συμφωνείτε μπορούν να καταχωρηθούν στην κάρτα αυτή και τα δεδομένα της υγείας σας, όπως η ομάδα αίματος, αλλεργίες, χρόνιες ασθένειες. Πρέπει να δείχνετε την ασφαλιστική σας κάρτα κατά την εκάστοτε πρώτη ιατρική σας επίσκεψη του τρέχοντος τριμήνου. Ο γιατρός υποβάλλει το λογαριασμό του απευθείας στο ταμείο ασθενείας.



Muster einer Gesundheitskarte (Rückseite)

Πρότυπο καρτας υγείας (πίσω πλευρά)

Krankenversicherung

Neben Arztbesuchen und Krankenhausaufenthalten übernimmt die Krankenversicherung Kosten für verschreibungspflichtige Medikamente, Prothesen, Vorsorgeuntersuchungen, Heilbehandlungen und Kuren.

Zu den meisten Kassenleistungen müssen Sie einen **Eigenanteil** von 10 % leisten (mindestens 5 €, maximal 10 €). Bei Krankenhausaufenthalten zahlen Sie 10 € pro Tag für maximal 28 Tage im Jahr, Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre sind befreit.

Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sind auch von Zuzahlungen für rezeptpflichtige Medikamente und Hilfsmittel (z. B. Hörgeräte) befreit. Brillengläser werden für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren in Höhe der Vertragspreise bezahlt, für Kinder bis 14 Jahre auch bei unveränderter Sehstärke (z. B. auch eine Sportbrille für den Schulsport).

Wenn Sie sich um Ihre Gesundheit aktiv bemühen, gewähren manche Krankenkassen einen **Bonus**.

Ασφάλιση ασθενείας

Εκτός από τις επισκέψεις σε γιατρό και την παραμονή σε νοσοκομείο, η ασφάλιση ασθενείας αναλαμβάνει τις δαπάνες για υπόχρεα συνταγής φάρμακα, τεχνητά μέλη, προληπτικές εξετάσεις, θεραπευτικές αγωγές και κούρες. Στις περισσότερες παροχές ταμείου πρέπει να καταβάλλετε ένα **ιδιομερίδιο (Eigenanteil)** ύψους 10% (τουλάχιστον 5€, το ανώτερο 10€). Σε περίπτωση παραμονής σε νοσοκομείο καταβάλλετε 10€ ανά ημέρα, το ανώτερο για 28 ημέρες το έτος, τα παιδιά και οι έφηβοι έως 18 εξαιρούνται. Τα παιδιά και οι έφηβοι κάτω από 18 ετών εξαιρούνται και από τις πρόσθετες δαπάνες για υπόχρεα συνταγής φάρμακα και βοηθητικά μέσα (π.χ. βοηθήματα ακοής). Τα κρύσταλλα των γυαλιών καλύπτονται για παιδιά και εφήβους κάτω των 18 ετών στο ύψος της τιμής συμβολαίου, για παιδιά έως 14 ετών ακόμα και σε μη μεταβολή της οπτικής οξύτητας (π.χ. για γυαλιά αθλημάτων) για ένα σχολικό άθλημα).

Αν συμβάλλετε ενεργά για την υγεία σας, διάφορα ταμεία ασθενείας χορηγούν διάφορες εκπτώσεις (**Bonus**).

Arztbesuch

Als Patient können Sie Ihren Arzt frei wählen und nach Ablauf eines Quartals auch wechseln. Es empfiehlt sich jedoch, einen festen **Hausarzt** zu haben. Dies ist in der Regel ein Allgemeinmediziner oder Internist, für Kinder auch ein Kinderarzt.

Der Hausarzt stellt die erste Diagnose. Er kennt Ihre Krankengeschichte und kann bei Bedarf an einen Facharzt überweisen.

Dafür gibt er Ihnen einen **Überweisungsschein**.

The image shows a standard German referral form titled 'Überweisungs-/Abrechnungsschein' with the number '05-1' in the top right corner. The form is divided into several sections: a header with checkboxes for 'Krankheit', 'Verletzung', 'Unfall', 'Schwangerschaft', 'Geburt', 'Todesursache', 'Allergien', 'Blutgruppe', 'Blutdruck', 'Diabetes', 'Raucherstatus', 'Alkoholkonsum', 'Medikation', 'Sonstige', 'Anamnese', 'Körperliche Untersuchung', 'Diagnose', 'Behandlung', 'Röntgen', 'Labor', 'Sonstige', 'Anmerkungen', and 'Vermerk'. Below the header is a large grid for recording medical history and examination findings, followed by a section for diagnosis and treatment. The form is designed to be filled out by a doctor to refer a patient to a specialist.

Überweisungsschein

Vereinbaren Sie vor einem Arztbesuch einen Termin und vergessen Sie nicht, den Termin abzusagen, falls Sie doch nicht zum Arzt gehen können.

Wichtig:

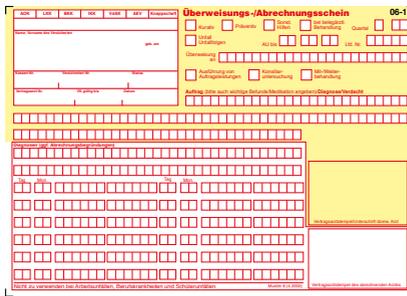
- **Gesundheitskarte** bei einem Arztbesuch, Zahnarztbesuch oder im Krankenhaus
- **Überweisungsschein** für den Facharzt
- **Mutterpass** bei Schwangerschaft
- **Impfbuch** und **Vorsorgeheft** für den Besuch beim Kinderarzt

Wenn Sie einen Arzt suchen, der neben der deutschen Sprache noch zusätzliche Sprachen spricht, schauen Sie bitte in die **Broschüre des Landkreises Darmstadt-Dieburg „Welche Ärztin, welcher Arzt spricht meine Sprache?“**.

Επίσκεψη ιατρού

Ως ασθενής έχετε ελεύθερη επιλογή γιατρού και μπορείτε μετά την πάροδο ενός τριμήνου να τον αλλάξετε. Συνιστάται όμως να έχετε έναν μόνιμο **οικογενειακό γιατρό (Hausarzt)**. Κατά κανόνα αυτός είναι γιατρός γενικής ιατρικής ή γιατρός εσωτερικών παθήσεων και για τα παιδιά ένας παιδίατρος. Ο οικογενειακός σας γιατρός κάνει την πρώτη διάγνωση. Γνωρίζει το ιστορικό της ασθένειάς σας και αν χρειαστεί θα σας παραπέμψει σε ειδικό γιατρό.

Τότε σας εκδίδει το **δελτίο παραπομπής (Überweisungsschein)**.

The image shows a sample of a German 'Überweisungsschein' (referral form). It has a yellow header with the title 'Überweisungs-/Abrechnungsschein' and the number '06-1'. Below the header, there are several sections with checkboxes for patient information and medical history. The main body of the form consists of a large grid of checkboxes for recording symptoms and medical history. The form is designed to be filled out by a doctor to provide a referral to a specialist.

Δελτίο παραπομπής

Πριν από την επίσκεψη σε γιατρό κλείστε ραντεβού και αν δεν μπορείτε να πατε στο ραντεβού σας μην ξεχάσετε να το ακυρώσετε.

Σημαντικό:

- Να έχετε μαζί σας την **κάρτα υγείας (Gesundheitskarte)** κατά την επίσκεψη σε γιατρό, οδοντίατρο ή στο νοσοκομείο
- **Δελτίο παραπομπής (Überweisungsschein)** όταν πηγαίνετε στον ειδικό γιατρό
- **Ταυτότητα μητέρας (Mutterpass)** σε περίπτωση εγκυμοσύνης
- **Βιβλιάριο εμβολίων (Impfbuch)** και **βιβλιάριο προληπτικών εξετάσεων (Vorsorgeheft)** κατά την επίσκεψη σε παιδίατρο

Εαν ψάχνετε έναν γιατρό ο οποίος εκτός από την γερμανική μιλάει και άλλες γλώσσες ενημερωθείτε **φυλλάδιο της περιοχής Ντάρμστατ Ντιμπουργκ**, («Ποιός γιατρός μιλάει την γλώσσα μου ?») („Welche Ärztin, welcher Arzt spricht meine Sprache?“).

Νοσοκομείο

Ως ασθενής μπορείτε να επιλέξετε μόνος-η σας το νοσοκομείο που εσείς επιθυμείτε να νοσηλευτείτε. Για να νοσηλευτείτε στο νοσοκομείο (εισαγωγή) θα πρέπει να λάβετε από τον γιατρό σας ή από οποιοδήποτε θεράποντα ιατρό ένα δελτίο **εισαγωγής (Einweisung)**.

ADK	LDK	BKK	GKK	VKK	AKV	Einweisung
Verordnung von Krankenhausbehandlung (ist für ambulante Krankheitsfälle zulässig)						
Name, Vorname des Patienten _____ geb. am _____						
<input type="checkbox"/> Befragung Voraussetzung <input type="checkbox"/> Nicht						
<input type="checkbox"/> Unfall Ursache <input type="checkbox"/> Versicherungs- leistung (VVK)						
Kranken-Nr. _____ Versicherungs-Nr. _____						
Geburtsort-Nr. _____ V. gültig bis _____						
Diagnose _____						
Verordnungsgeber (Krankenarzt des Arztes) _____						
Für den Krankenhausarzt/Verkaufsst. Bitte dem Patienten gesondert mitgeben!						
Untersuchungsergebnisse _____						
Erläuternde Maßnahmen (z. B. Medikation) _____						
Fragestellung/Hinweise (z. B. Allergie) _____						
Mitgebrachte Befunde _____						

Εισαγωγή στο Νοσοκομείο

Όλα τα κόστη για την διαμονή και την θεραπεία στο νοσοκομείο τα αναλαμβάνει η ασφάλεια υγείας σας. Εσείς ως ασθενής πληρώνετε μία **συμμετοχή (Eigenanteil)** 10 € την ημέρα για το μέγιστο της νοσηλείας σας που είναι 28 ημερολογιακές ημέρες.

Φροντίδα εκτάκτου ανάγκης

Σε ιατρικές έκτακτες επείγουσες ανάγκες λαμβάνετε σε ειδικά διαμορφωμένα Νοσοκομεία, επί 24ώρου βάσεως, επείγουσα φαρμακευτική περιθαλψη.

Krankenhaus/Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg

Die **Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg** bieten an den Standorten Groß-Umstadt und Jugenheim für folgende Bereiche eine medizinische Versorgung an:

Kreisklinik Groß-Umstadt (Telefon 06078 / 79-0)

Klinik für Innere Medizin I; Klinik für Innere Medizin II; Klinik für Allgemeinchirurgie; Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie (Sektion Neurochirurgie und Elektive Orthopädie); Klinik für Plastische und Ästhetische Chirurgie; Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe; Klinik für Geriatrie; Geriatrische Tagesklinik; Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin; Klinik für Radiologie, Belegklinik für HNO; Zentrum für Seelische Gesundheit (Psychiatrie)

Beleghebammensystem/Geburtshilfe

Das **Beleghebammensystem** in der Kreisklinik Groß-Umstadt erlaubt es in idealer Weise, die Mütter kontinuierlich in Vorbereitungskursen, während der Geburt und auch nach dem Krankenhausaufenthalt zuhause zu betreuen. Im Kreißaal arbeiten stets mehrere Beleghebammen. Mindestens ein Facharzt und ein Assistenzarzt stehen rund um die Uhr zur Verfügung.

Weitere Informationen zu Besichtigungsterminen und Geburtshilfe erhalten Sie unter:

Kreißaal Telefon 06078 / 79-2606
Sekretariat Telefon 06078 / 79-2601
Wochenstation Telefon 06078 / 79-2606

Kreisklinik Jugenheim (Telefon 06257 / 508-0)

Klinik für Orthopädie und Traumatologie, Abteilung für Konservative Orthopädie (ANO), Zentrum für Akute und Postakute Intensivmedizin

Krankenpflegeschule

Die Krankenpflegeschule der Kreisklinik Groß-Umstadt bietet insgesamt 75 Ausbildungsplätze. Die dreijährige Ausbildung zur staatlich examinierten Pflegekraft beginnt jährlich am 1. Oktober. Zusätzlich bietet die Krankenpflegeschule alle 2 Jahre jeweils zum 1. April eine Teilzeitausbildung zur staatlich examinierten Gesundheits- und Krankenpflege an. Die Ausbildungszeit erstreckt sich über vier Jahre.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

Schulleitung Telefon 06078 / 791500

Νοσοκομείο/κλινικές Darmstadt-Dieburg

Οι κλινικές Darmstadt-Dieburg (Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg) στις περιοχές Groß-Umstadt και Jugenheim ειδικεύονται στους εξής τομείς:

Kreisklinik Groß-Umstadt (Τηλέφωνο 06078 / 79-0)

Κλινική για εσωτερική παθολογία I και II; Κλινική Γενικής Χειρουργικής; Κλινική για χειρουργική ατυχημάτων και Ορθοπεδική (Το τμήμα Νευροχειρουργικής και αιρετό Ορθοπεδική); Κλινική για Πλαστική και Αισθητική Χειρουργική; Κλινική για γυναικολογία και βοήθεια γέννας; Κλινική για υπερήλικες; Γηριατρικής κλινική; Κλινική για αναισθησία και εντατική-επειγουσα ιατρική; Κλινική για ραδιολογία; Κλινική ωτορυνολαρυγγολογίας; Νοσοκομείο για την Ψυχική Υγεία (Ψυχιατρική)

Τμήμα Μαιευτικής- Βοήθειας Γέννας (Beleghebammensystem/Geburtshilfe)

Το νοσοκομειακό σύστημα μαιευτικής της κλινικής Groß-Umstadt προσφέρει κατά ιδανικό τρόπο την παρακολούθηση και φροντίδα στις νέες μητέρες τόσο κατά την διάρκεια της γέννας όσο και όταν αυτές επιστρέφουν στο σπίτι. Στην αίθουσα τοκετού εργάζονται πάντα πολλές μαιές ταυτόχρονα. Τουλάχιστον ένας ειδικευμένος γιατρός και ένας βοηθός γιατρού είναι επί 24ώρου βάσεως στην διάθεσή σας.

Περισσότερες πληροφορίες για ημερομηνίες ξενάγησης και για βοήθεια τοκετού μπορείτε να λάβετε στο:

Kreißaal Τηλέφωνο 06078 / 79-2606

Sekretariat Τηλέφωνο 06078 / 79-2601

Wochenstation Τηλέφωνο 06078 / 79-2606

Kreisklinik Jugenheim (Τηλέφωνο 06257 / 508-0)

Κλινική για Ορθοπεδική και Τραυματολογία; Τμήμα Συντηρητικής Ορθοπεδικής (ANOΑ), Κέντρο Οξείας και Μεταοξείας Εντατικής Ιατρικής

Νοσηλευτική Σχολή (Krankenpflegeschule)

Η σχολή νοσηλίας της Kreisklinik Groß-Umstadt προσφέρει συνολικά 75 θέσεις επαγγελματικής εκπαίδευσης. Η τριετής φοίτηση για κρατικά αναγνωρισμένους νοσηλευτές αρχίζει κάθε χρόνο την 1η Οκτωβρίου. Η Σχολή Νοσηλευτικής επιπρόσθετα παρέχει εκάστοτε κάθε 2 χρόνια στις 1 Απριλίου τη δυνατότητα μιας επαγγελματικής κατάρτισης μειωμένου ωραρίου για το κρατικό δίπλωμα Νοσηλευτικής. Η διάρκεια αυτής της επαγγελματικής κατάρτισης είναι τέσσερα έτη.

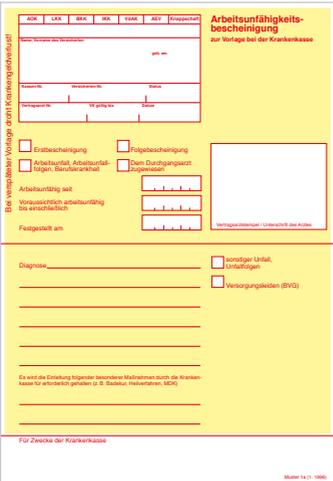
Περισσότερα

Schulleitung Τηλέφωνο 06078 / 791500

Krankmeldung

Wenn Sie berufstätig sind und erkranken, so dass Sie nicht arbeiten können, müssen Sie Ihren Arbeitgeber informieren und zum Arzt gehen.

In der Regel benötigen Sie ab dem 3. Krankheitstag eine **Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung** Ihres Arztes. Darauf steht von wann bis wann Sie voraussichtlich nicht arbeiten können. Diese Bescheinigung ist spätestens am 3. Kalendertag nach Beginn der Erkrankung sowohl beim Arbeitgeber als auch bei Ihrer Krankenversicherung abzugeben.



The image shows a standard German 'Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung' (sick leave certificate) form. It is a yellow document with a white border. At the top, it lists insurance types: ZSK, LKA, BKA, BKK, GKV, AOK, and Privatversicherung. The main title is 'Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung zur Vorlage bei der Krankenkasse'. The form includes fields for patient name, date of birth, and date of issue. It has checkboxes for 'Erstbescheinigung' and 'Freigebscheinigung', and another set for 'Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung' and 'Dienstreisungsbefreiung'. There are also fields for 'Arbeitsunfähig seit' and 'Voraussichtlich arbeitsunfähig bis einschließlich'. A section for 'Diagnose' is provided with checkboxes for 'sonstiger Unfall, Unfallfolgen' and 'Vorsorgeleistungen (BVG)'. At the bottom, it states 'Für Zwecke der Krankenkasse' and 'Muster 14 (1) 1000'.

Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung

Δήλωση ασθενείας

Αν εργάζεστε και τύχει να αρρωστήσετε, ώστε να μην μπορείτε να εργαστείτε, πρέπει να ειδοποιήσετε τον εργοδότη σας και να επισκεφτείτε το γιατρό.

Από την 3η ημέρα που είστε άρρωστοι χρειάζεστε από τον γιατρό σας μια **βεβαίωση ανικανότητας προς εργασία (Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung)**. Στην βεβαίωση αυτή αναγράφεται από πότε είστε ανίκανοι να εργαστείτε και μέχρι πότε προβλέπεται να μην μπορείτε να εργαστείτε. Η βεβαίωση αυτή πρέπει να παραδοθεί το αργότερο την 3^η ημερολογιακή ημέρα μετά την έναρξη της ασθενείας σας τόσο στον εργοδότη σας, όσο και στην ασφάλεια ασθενείας σας.

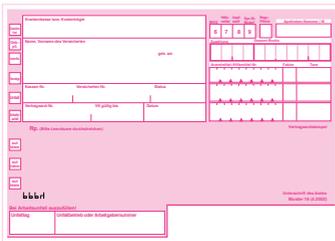
Das Formular ist ein gelbes Dokument mit dem Titel 'Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung zur Vorlage bei der Krankenkasse'. Oben links sind die Abkürzungen der Krankenkassen (AZK, LAK, GKK, BKK, VDKA, AOK) und 'Krankenkasse' angegeben. Ein Feld für 'Name/Vorname des Versicherten' und 'geb. am' ist vorhanden. Darunter befinden sich Felder für 'Krankheitsbeginn', 'Krankheitsdauer', 'Krankheitsart' und 'Arbeitsplatz'. Ein großer weißer Kasten ist für die 'Arbeitsunfähigkeitsdauer' vorgesehen. Die Bescheinigung ist in zwei Hauptbereiche unterteilt: 'Ereignisbeschreibung' und 'Diagnose'. In der Ereignisbeschreibung sind die Gründe für die Arbeitsunfähigkeit (z.B. Erkrankung, Unfall, Durchgangskrankheit) zu beschreiben. Die Diagnose sollte mit dem Arzt besprochen werden. Am unteren Rand des Formulars steht 'Für Zwecke der Krankenkasse' und die Nummer 'Muster 10.11.1000'.

Βεβαίωση ανικανότητας προς εργασία

Medikamente

Medikamente, die Ihnen der Arzt verordnet hat, erhalten Sie gegen Vorlage eines Rezepts in der Apotheke. In der Regel müssen Sie beim **Kassenrezept** einen Anteil von 5 € bis 10 € pro Medikament zuzahlen. Fragen Sie Ihren Apotheker nach zuzahlungsfreien Arzneimitteln. Sie sparen dann die Gebühren.

Manche Medikamente werden von den Krankenkassen nicht bezahlt. Sollte Ihr Arzt sie trotzdem für notwendig halten, wird er Ihnen ein **Privatrezept** dafür geben. Für Privatrezepte und Medikamente, die Sie ohne Rezept erhalten, müssen Sie selbst zahlen. Die Apotheken können die Preise für nicht verschreibungspflichtige Medikamente selbst festlegen. Daher lohnt ein Preisvergleich.



Kassenrezept
Συνταγή ταμείου ασθενείας

Kinder bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres sind von Zuzahlungen befreit. Brauchen Schwangere wegen Schwangerschaftsbeschwerden oder in Zusammenhang mit der Entbindung ein Medikament, so entfällt die Zuzahlung ebenfalls.

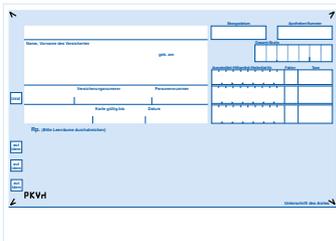
Vorsorgeuntersuchungen

Auch wenn Sie sich gesund fühlen, sollten Sie regelmäßig zu den Vorsorgeuntersuchungen gehen. Vorsorgeuntersuchungen und notwendige Impfungen sind für Sie kostenlos, die Kosten hierfür trägt Ihre Krankenkasse.

Φάρμακα

Τα απαιτούμενα φάρμακα θα τα λάβετε στο φαρμακείο δίνοντας την συνταγή που σας έγραψε ο γιατρός σας. Κατά κανόνα για **συνταγή ταμείου ασθενείας (Kassenrezept)** πρέπει να καταβάλλετε οι ίδιοι πρόσθετη πληρωμή ύψους 5€ ως 10€ ανά φάρμακο. Ρωτήστε το φαρμακοποιό σας για τα φάρμακα χωρίς πρόσθετη χρέωση. Έτσι εξοικονομείτε τα έξοδα.

Ορισμένα φάρμακα δεν τα πληρώνουν τα ταμεία ασφάλισης ασθενείας. Αν παρόλα αυτά θεωρεί ο γιατρός σας απαραίτητα τα φάρμακα αυτά, τότε θα σας γράψει μια **ιδιωτική συνταγή (Privatrezept)**. Πρέπει να πληρώνετε από την τσέπη σας τις ιδιωτικές συνταγές και τα φάρμακα που πωλούνται χωρίς συνταγή. Τα φαρμακεία καθορίζουν από μόνα τους τις τιμές για φάρμακα που πωλούνται χωρίς συνταγή. Για τον λόγο αυτό αξίζει να κάνετε σύγκριση τιμών.



Privatrezept
Ιδιωτική συνταγή

Παιδιά ως την συμπλήρωση του 18^{ου} έτους της ηλικίας τους απαλλάσσονται από κάθε πρόσθετη πληρωμή. Απαλλάσσονται από κάθε πρόσθετη πληρωμή στα φάρμακα επίσης και οι έγκυες γυναίκες με περιπλοκές κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης ή σε συνδυασμό με τον τοκετό.

Προληπτικές εξετάσεις

Ακόμη και αν αισθάνεστε υγιείς, πρέπει να κάνετε τακτικές προληπτικές ιατρικές εξετάσεις. Δεν πληρώνετε εσείς τίποτα για προληπτικές εξετάσεις και τα απαραίτητα εμβόλια, και τις δαπάνες αυτές τις αναλαμβάνει το ταμείο ασθενείας σας.

Gesundheits-Check-Up

Ab dem 35. Lebensjahr können Sie sich alle zwei Jahre von Ihrem Hausarzt auf Herz-, Kreislauf-, Nieren- und Stoffwechselerkrankungen untersuchen lassen. So kann zum Beispiel Bluthochdruck oder eine Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) frühzeitig erkannt und behandelt werden.

Krebsfrüherkennung

Frauen ab dem 20. Lebensjahr und Männer ab dem 45. Lebensjahr können einmal im Jahr eine Krebsfrüherkennung durchführen lassen. Viele Krebsarten sind heute heilbar, vorausgesetzt sie werden frühzeitig erkannt und behandelt. **Denken Sie daran: Früherkennung erhöht ganz erheblich die Heilungschancen!**

Schwangerschaft

Schwangere sollten von Beginn der Schwangerschaft an regelmäßig zum Frauenarzt gehen. Dort bekommen sie einen **Mutterpass**, in den alle wichtigen Daten in Zusammenhang mit der Schwangerschaft eingetragen werden.

Die Schwangere sollte den Mutterpass immer mit sich führen, damit ihr und dem werdenden Kind in einer Notsituation besser geholfen werden kann. Der Mutterpass muss bei jedem Arzt-, Krankenhaus- oder Zahnarztbesuch vorgezeigt werden. Bei Schwangeren dürfen nämlich viele Medikamente nicht verabreicht und manche Untersuchungen nicht durchgeführt werden.



Mutterpass Deckblatt
Ταυτότητα μητέρας Εξώφυλλο

Τσεκ απ υγείας

Από το 35^ο έτος της ηλικίας σας μπορείτε να εξετάζεστε ανά δυο έτη από τον οικογενειακό σας γιατρό για καρδιακές, κυκλοφοριακές, νεφρικές ασθένειες και ασθένειες μεταβολισμού. Για παράδειγμα μπορεί έτσι να γίνει έγκαιρη διάγνωση υψηλής πίεσης αίματος ή σακχαροδιαβήτη (Diabetes mellitus) και να τύχουν γρήγορης θεραπείας.

Έγκαιρη διάγνωση καρκίνου

Γυναίκες από το 20^ο έτος της ηλικίας τους και άνδρες από το 45^ο έτος της ηλικίας τους μπορούν να εξετάζονται μια φορά ανά έτος προς έγκαιρη διάγνωση καρκίνου. Πολλά είδη καρκίνου θεραπεύονται σήμερα, αν γίνει έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας και τύχουν της κατάλληλης ιατρικής αγωγής. **Μην ξεχνάτε: Η έγκαιρη διάγνωση αυξάνει εξαιρετικά το ενδεχόμενο ανάρρωσης!**

Εγκυμοσύνη

Οι έγκυες γυναίκες πρέπει από την αρχή της εγκυμοσύνης να επισκέπτονται τακτικά το γυναικολόγο. Εκεί λαμβάνουν την **ταυτότητα μητέρας (Mutterpass)**, στην οποία αναγράφονται όλα τα βασικά στοιχεία που έχουν σχέση με την εγκυμοσύνη.

Η έγκυος γυναίκα πρέπει να έχει πάντα μαζί της την ταυτότητα μητέρας, ώστε να μπορούν σε περίπτωση ανάγκης να παρασχεθούν σ' αυτή και το αγέννητο παιδί η καλύτερη δυνατή βοήθεια. Η ταυτότητα μητέρας πρέπει να υποδεικνύεται κατά την επίσκεψη σε κάθε γιατρό, νοσοκομείο ή οδοντίατρο. Ο λόγος είναι ότι οι έγκυες δεν επιτρέπεται να πάρουν ή να τους δίδονται ορισμένα φάρμακα και δεν επιτρέπεται σ' αυτές η διενέργεια ορισμένων ιατρικών εξετάσεων.

Mutterpass Innenblatt
mit Untersuchungsdaten

Ταυτότητα μητέρας Εσωτερικό φύλλο
με στοιχεία εξετάσεων

Kindervorsorge

Bei der Geburt eines Kindes erhalten Sie ein Kinderuntersuchungsheft. Darin sind sämtliche Kinder- und Jugenduntersuchungen bis zum 14. Lebensjahr aufgeführt:



Kindervorsorgeheft

Bezeichnung	Alter des Kindes
U1	Nach der Geburt
U2	3.–10. Lebenstag
U3	4.–5. Lebenswoche
U4	3.–4. Lebensmonat
U5	6.–7. Lebensmonat
U6	10.–12. Lebensmonat
U7	21.–24. Lebensmonat
U7a	34.–36. Lebensmonat
U8	46.–48. Lebensmonat
U9	60.–64. Lebensmonat
J1	13.–14. Lebensjahr

Die Krankenkassen zahlen ein Neugeborenen-Hörscreening in der Geburtsklinik oder in der Arztpraxis.

Es ist sehr wichtig, dass Sie mit Ihren Kindern zu den **Vorsorgeuntersuchungen** gehen. Dadurch können gesundheitliche Störungen frühzeitig erkannt werden. Die Wahrnehmung aller Termine bei einem Kinderarzt ist in Hessen Pflicht. Eltern, die ihre Kinder nicht an den Vorsorgeuntersuchungen teilnehmen lassen, werden nochmals gezielt eingeladen (Vorsorgezentrum). Reagieren die betroffenen Familien auf die Einladung nicht, wird das Jugendamt des jeweiligen Landkreises informiert.

Durch **Impfungen** können Sie Ihr Kind vor schweren Krankheiten schützen. Wenn Sie Angst vor Nebenwirkungen haben, sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt darüber.

Die Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen sind kostenfrei.

Παιδικές προληπτικές εξετάσεις

Κατά την γέννηση ενός παιδιού σας δίδεται ένα βιβλιάριο παιδικών εξετάσεων. Στο βιβλιάριο αυτό αναγράφονται όλες οι προληπτικές εξετάσεις ως τον 14^ο μήνα της ζωής του παιδιού και του εφήβου:



Βιβλιάριο προληπτικών εξετάσεων παιδιού νέου

Περιγραφή	Ηλικία του παιδιού
U1	αμέσως μετά την γέννηση
U2	3.–10. ημέρα της ζωής
U3	4.–5. εβδομάδα της ζωής
U4	3.–4. μήνας της ζωής
U5	6.–7. μήνας της ζωής
U6	10.–12. μήνας της ζωής
U7	21.–24. μήνας της ζωής
U7a	34.–36. μήνας της ζωής
U8	46.–48. μήνας της ζωής
U9	60.–64. μήνας της ζωής
J1	13.–14. έτος της ζωής

Τα ασφαλιστικά ταμεία καλύπτουν μια ανίχνευση ακοής του νεογέννητου στην κλινική ή στο ιατρείο.

Είναι πολύ βασικό, να πηγαίνετε με τα παιδιά σας στις **προληπτικές εξετάσεις (Vorsorgeuntersuchungen)**. Κατ'αυτό τον τρόπο μπορεί να γίνει έγκαιρη διάγνωση κάποιας βλάβης της υγείας. Η συμμετοχή σε όλες τις εξετάσεις σε παιδίατρο στο κρατίδιο της Έσσης είναι υποχρεωτική. Γονείς που δεν πηγαίνουν τα παιδιά τους στις προληπτικές εξετάσεις, καλούνται και πάλι ιδιαίτερος (Κέντρο πρόληψης) να τις κάνουν. Εάν δεν ανταποκριθούν στην πρόσκληση οι οικογένειες, επεμβαίνει η υπηρεσία ανηλίκων του εκάστοτε κρατιδίου.

Με τους **εμβολιασμούς (Impfungen)** μπορείτε να προστατέψετε το παιδί σας από βαριές ασθένειες. Αν έχετε φόβους για τυχόν παρενέργειες, συμβουλευτείτε απ'αυτού τον παιδίατρό σας.

Οι προληπτικές εξετάσεις και τα εμβόλια είναι δωρεάν.

Zahnarzt

Erwachsene sollten mindestens einmal im Jahr, Kinder zwischen 6 und 17 Jahren sogar zweimal im Jahr zum Zahnarzt gehen – auch wenn keine Beschwerden bestehen. Die regelmäßigen Untersuchungen werden in einem **Bonusheft** eingetragen und müssen bei der Krankenkasse vorgelegt werden, wenn Sie **Zahnersatz** (Kronen, Brücken etc.) benötigen. Die Krankenkasse erstattet 50 % der vereinbarten Festbeträge.

Der Zuschuss kann sich erhöhen, wenn die regelmäßigen Zahnuntersuchungen nachgewiesen werden (Bonusheft).

Für den **Zahnersatz** ist eine zusätzliche Versicherung möglich. Diese können Sie bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse oder einem privaten Anbieter abschließen.

Für Kinder und Jugendliche von 6 bis 18 Jahren wird in der Zahnarztpraxis eine kostenlose **Individualprophylaxe** angeboten. Sie beinhaltet neben einer gründlichen Zahnreinigung auch Informationen über das richtige Putzen und die Fluoridierung der Zähne. Zur Vorbeugung von Karies werden außerdem die bleibenden Backenzähne der Kinder versiegelt.

Ebenso wichtig wie regelmäßige Zahnarztbesuche ist die eigene Mundhygiene, vor allem regelmäßiges Zähneputzen. Über die richtige Zahnpflege informiert Sie Ihr Zahnarzt.

Οδοντίατρος

Οι ενήλικες πρέπει να επισκέπτονται τουλάχιστον μια φορά ετησίως, ενώ τα παιδιά μεταξύ 6 και 17 ετών δυο φορές ετησίως τον οδοντίατρο – ακόμη και αν δεν υπάρχουν ενοχλήσεις. Οι τακτικές εξετάσεις αναγράφονται σε ένα **βιβλιário εκπτώσεων (Bonusheft)** το οποίο πρέπει να επιδειχτεί στο ταμείο ασθενείας, όταν πρέπει να βάλετε **τεχνητούς οδόντες (Zahnersatz)** (κορώνες, γέφυρες κλπ.). Το ταμείο ασθενείας καλύπτει το 50% των συμφωνημένων σταθερών ποσών.

Η παροχή μπορεί να αυξηθεί, αν αποδεικνύονται τακτικές επισκέψεις στον οδοντίατρο (βιβλιário εκπτώσεων).

Για **τεχνητούς οδόντες (Zahnersatz)** είναι δυνατή μια πρόσθετη ασφάλιση. Αυτή μπορεί να συναφθεί στο νόμιμο ταμείο ασφάλισης ή σε έναν ιδιωτικό φορέα παροχής.

Για παιδιά και νέους από 6 έως 18 ετών παρέχεται στο οδοντιατρείο μια δωρεάν **προσωπική προφύλαξη (Individualprophylaxe)**. Περιλαμβάνει πέρα από ένα βασικό καθαρισμό των οδόντων και πληροφορίες για το σωστό πλύσιμο και τη φθορίωση των οδόντων. Για την πρόληψη της τερηδόνας, σφραγίζονται ωστόσο και οι υπάρχοντες τραπέζιτες των παιδιών.

Σε ίδιο βαθμό σπουδαία με τις τακτικές επισκέψεις σε οδοντίατρο είναι η υγιεινή του στόματός σας και πάνω από όλα το τακτικό πλύσιμο των δοντιών σας. Για την σωστή επιμέλεια των δοντιών σας θα σας ενημερώσει ο οδοντίατρός σας.

Notruf

Bei Unfällen und lebensbedrohlichen Zuständen wählen Sie den **Notruf 112**.

Giftnotrufzentrale

Bei Vergiftungen rufen Sie die Giftinformationszentrale Mainz unter 06131 / 19240 an. Dieser kostenfreie Notfall- und Informations-Service ist 24 Stunden erreichbar.

Wichtig sind folgende Angaben:

- ↪ **Wo** ist es passiert?
- ↪ **Was** ist passiert?
- ↪ **Wie viele** Verletzte/Erkrankte gibt es?
- ↪ **Welche** Verletzungen/Erkrankungen liegen vor?
- ↪ **Warten** Sie auf Rückfragen.

Unter der **Notrufnummer 110** sind Sie mit der Polizei verbunden, die ebenfalls den Rettungsdienst benachrichtigen kann. Die Nummern 110 und 112 können von allen Telefonen aus angerufen werden. Sie benötigen keine Vorwahl und können auch bei Stromausfall telefonieren.

Κλήση σε έκτακτη ανάγκη

Σε περίπτωση ατυχήματος και καταστάσεις που απειλείται ανθρώπινη ζωή, **παρακαλούμε τηλεφωνείτε στο 112 (Notruf 112)**.

Κεντρικά κλήσης κινδύνου για δηλητηρίαση

Σε περιπτώσεις δηλητηρίασης, καλέστε τις κεντρικές πληροφορίες δηλητηριάσεων στο Mainz 06131 / 19240. Αυτή η δωρεάν υπηρεσία κινδύνου και πληροφόρησης είναι διαθέσιμη σε 24ωρη βάση.

Σημαντικά είναι τα εξής στοιχεία :

- ☞ **Που** συνέβη το περιστατικό;
- ☞ **Τι** συνέβη;
- ☞ **Πόσοι** τραυματίες/ασθενείς υπάρχουν;
- ☞ **Για τι είδους** τραυματισμούς/ασθένειες πρόκειται;
- ☞ **Περιμένετε** να σας κάνουν συμπληρωματικές ερωτήσεις.

Στα **τηλέφωνο κινδύνου 110 (Notrufnummer 110)** συνδέεστε με την αστυνομία, που επίσης μπορεί να καλέσει την υπηρεσία διάσωσης. Οι αριθμοί 110 και 112 μπορούν να κληθούν από όλα τα τηλέφωνα. Δεν χρειάζεστε κωδικό και μπορείτε να τηλεφωνήσετε ακόμη και σε περίπτωση διακοπής του ηλεκτρικού ρεύματος.

Notfall- und Bereitschaftsdienste

Polizei	☎ 110
Feuerwehr	☎ 112
Rettungsdienst	☎ 112
Leitstelle Dieburg Krankentransporte, Apothekennotdienste, Zahnärztliche Notdienste u.a.	☎ 06071 / 19222
Giftnotruf	☎ 06131 / 19240
Bundesweit einheitliche Ärzte-Notdienst-Nummer	☎ 116 117



Υπηρεσία εκτάκτων περιστατικών και εφημερεύουσα υπηρεσία

Αστυνομική	☎ 110
Πυροσβεστική Υπηρεσία	☎ 112
Ομάδα διάσωσης	☎ 112
Leitstelle Dieburg Ασθενοφόρα, Φαρμακείο εκτάκτων αναγκών, Οδοντιατρικές υπηρεσίες εκτάκτων αναγκών Και άλλες ιατρικές επείγουσες υπηρεσίες	☎ 06071 / 19222
Κεντρικά κλήσης κινδύνου για δηλητηρίαση	☎ 06131 / 19240
Πανελλαδική Ιατρική Υπηρεσία Έκτακτης Ανάγκης αριθμό μοιόμορφη	☎ 116 117

Kreisausschuss des Landkreises Darmstadt-Dieburg

Büro für Migration und Inklusion

Jägertorstraße 207

64289 Darmstadt

Telefon 06151 / 881-1580 oder -2189

Fax 06151 / 881-3580 oder -4189

migration+inklusion@ladadi.de

www.ladadi.de

Folgt uns auf Twitter  @zuhauseimladadi

Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg



Kreisklinik Groß-Umstadt

Krankenhausstraße 11

64823 Groß-Umstadt

Telefon 06078 / 79-0



Kreisklinik Jugenheim

Hauptstraße 30

64342 Seeheim-Jugenheim

Telefon 06257 / 508-0

www.kreiskliniken-dadi.de

info@kreiskliniken-dadi.de