

Какво трябва да съдържа Вашата домашна аптечка?

- Болкоуспокояващи и лекарства против настинка
- Лекарства за лошо храносмилане и против диария
- Средства за дезинфекция на рани, мехлеми за рани и изгаряния
- Мехлеми при ухапване от комар, слънчеви изгаряния, сърбеж
- Мехлеми при натъртвания, навяхвания, изкълчвания
- Лейкопласт, стерилни марли и бинтове
- Термометър, ножица, пинсети
- Студени компреси (съхранение: в хладилника)
- Термофор грейка



Online-Suche

Information zu Adressen und Kontaktdaten von Ärztinnen und Ärzten sowie PsychotherapeutInnen und Hebammen in Hamburg gibt es auch online:

Kassenärztliche Vereinigung:

<http://www.kvvh.net/kvvh/arztliche/index/p/274>

Ärztekammer:

<http://www.aerztekammer-hamburg.org/arztliche.html>

Hebammenverband:

<http://hebammen.info/hebammenliste-fuer-hamburg/>

REFUGIUM – Здраве за бежанци

Тази информационна брошура е част от проекта REFUGIUM за обучение на бежанци по здравни теми, изготвена от HAW Hamburg, катедра: здравни науки.

Информацията ще помогне на Вас, Вашето семейство и приятели да бъдете здрави в Германия.

Научете с REFUGIUM за

- Здравеопазването в Германия
- Психичното здраве в Германия
- Хигиената в Германия
- Устната хигиена в Германия
- Физическата активност в Германия
- Храненето в Германия

Вие и Вашето здраве са важни за нас!



REFUGEES WELCOME



Verlag **Barbara Budrich** Publishers



Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Hamburg University of Applied Sciences



HAW Hamburg
Fakultät Life Sciences
Department Gesundheitswissenschaften
Prof. Dr. Christine Färber
Ulmenliet 20 · 21033 Hamburg

Autorinnen und Autoren: Rojda Ülgüt, Corinna Burchard,
Melanie Homovc, Mareike Kallweit, Princella Nerlinger, Nita Kama,
Christine Färber

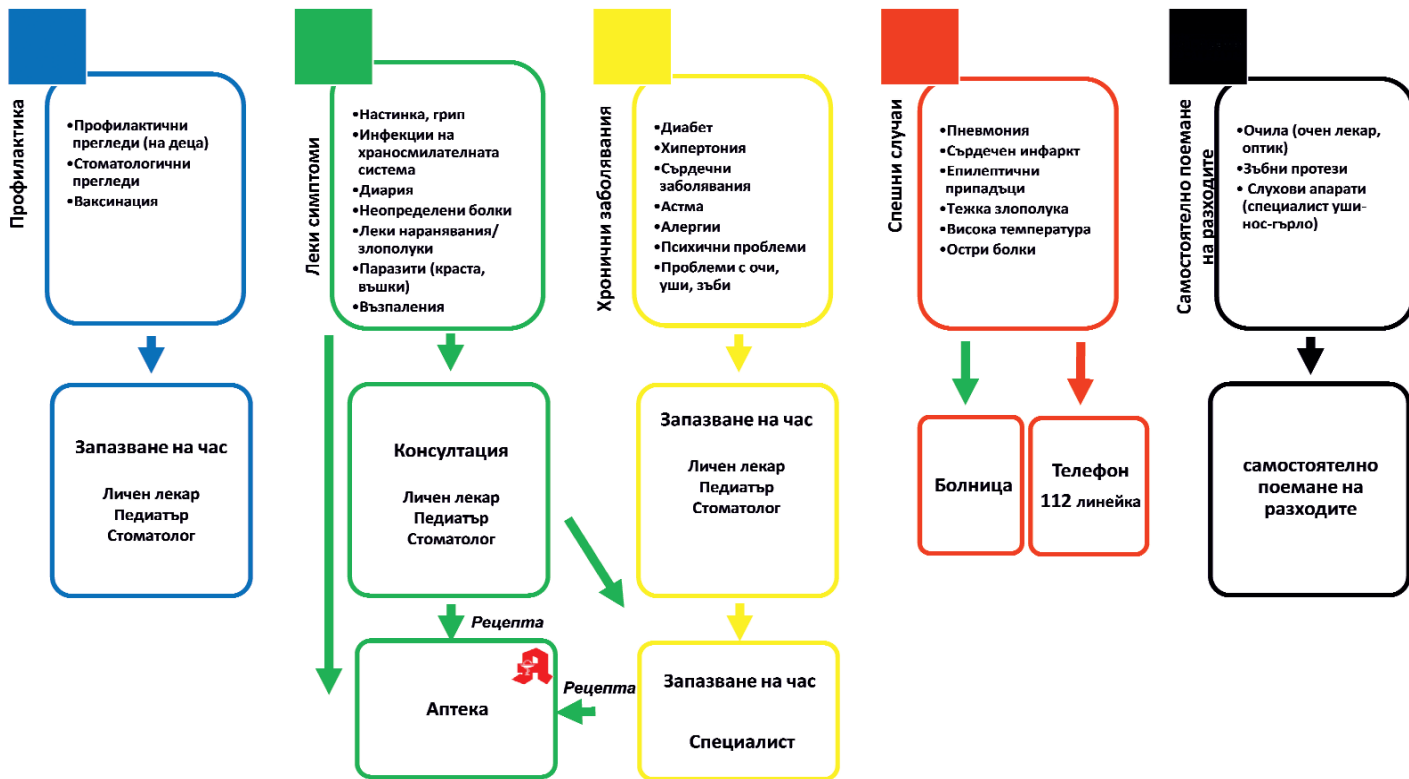
Zeichnungen: Natalia Yaremenko

Dieses Faltblatt ist erhältlich in 8 Sprachen:

Deutsch, Englisch, Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Dari/Farsi,
Russisch, Türkisch.

REFUGIUM Flucht und Gesundheit

Здравеопазване в Хамбург Gesundheitsversorgung in Hamburg



Заболявания преди бягството

- Диабет
- Хипертония
- Астма
- Съречно-съдови заболявания
- Инфекции (ХИВ, Туберкулоза, Дифтерия, Хепатит)
- Посттравматично стресово разстройство (война, изтезание, сексуално насилие)
- Хронични заболявания

Заболявания, придобити по време на бягството

- Рани
- Наранявания
- Измръзвания
- Недохранване
- Настинки
- Инфекции (ХИВ, Туберкулоза, Дифтерия, Хепатит)
- Диария
- Посттравматично стресово разстройство (гонене, преследване, сексуално насилие)

Болести, придобити в Германия

- Инфекции (Стомашно-чревни инфекции, грипни инфекции, ХИВ)
- Простуда
- Проблеми с храносмилането
- Проблеми, породени от смяната на климата
- Психични травми
- Изолация
- Посттравматично стресово разстройство
- Сексуално насилие

Посещение при лекар

Анамнеза:

- КАКВИ минали заболявания сте имали?
- КАКЪВ е настоящият проблем?
- КЪДЕ е болката/възпалението/травмата?

- затопляне, охлаждане, вземане на вана ...
- Лекарства: 1. Само с лекарско предписание: поемат се от здравната каса; 2. Без лекарско предписание: самостоятелно поемане на разходите
- Помощни средства: превръзки, бандажи, патерици, инвалидна количка
- Физיותרapia, Ерго-терапия, Логопедична терапия, Психотерапия

Диагностика:

- Медицински преглед
- Изследвания (рентген, ултразвук ...)

Терапия:

- Препоръки за поведение, подпомагачо процеса на оздравяване, като например почивка, сън, хранене,

Важно!

Запазете си час, бъдете точни и подготвени за дълго чакане

Не забравяйте:

- АОК-карта или ZEA формуляр
- Преводач
- Документи с предишни диагнози
- Имунизационен паспорт
- Информация за налични алергии



Лекарят, Лекарката са задължени да оказват помощ и да пазят лекарска тайна.

Спешни повиквания 112

- **КЪДЕ** – се е случило?
- **КАКВО** – се е случило?
- **КОЛКО** – са ранените или болните?
- **КАКВИ** – наранявания/заболявания са налични?
- **ИЗЧАКАЙТЕ** – за въпроси

AsylbLG §4 Закон за хуманно отношение към лицата, търсещи убежище, в случаите на заболявания, бременност, раждане

- Остри заболявания
- Остри болки
- Лечение с медикаменти и превръзочни материали, необходими за облекчаване и възстановяване от заболяването
- Ваксиниране (§§ 47, 52 Abs. 1 Satz 1 SGB XII)
- Ваксини, които здравната каса поема
- Зъбни протези – само с медицинско основание и при спешни случаи!
- Стоматологично лечение в случай на болки и остри заболявания, но само при медицинска необходимост
- Бъдещи майки и родилки → лекарска помощ, акушерски грижи, медикаменти
- Първи лекарски прегледи при пристигане
- Профилактични прегледи на юноши и деца