Bundesministerium
für Gesundheit

Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.

Tendurustî bo hemiyan

Rêhbera di rêya xizmetguzariya tendurustiya elmanî de

Kurdisch

Tendurustî bo hemiyan

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 pişkinînên naskirina berwext ya nexweşiyan 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 şêweyên sîgortayê li Elmaniya hene: Sîgorta tendurustiyê ya yasayî (die gesetzliche Krankenversicherung, GKV) û ya din sîgorta taybet ya nexweşiyê (die private Krankenversicherung, PKV) ye. Serê sedî 90 ji hevwelatiyan, ango hemen 70 miliyon hevwelatî, 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 hindek pereyan didî sîgorta Tendurustiyê. Ev gujme dana pereyan ta radeyekî bilind destnîşankirî ye, li ser bingeha dahatina 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 seranserî Elmaniya ye.

Eger hun nexweş bikevin an jî buyerekê derbas bikin xwe li nik bijîjkekê/î an jî nexweşxaneyekê bidine dermankirin, xercî û buhayê wê dermankirinê, wê qasa sîgorta bi xwe bigire. Di hinek Xizmetguzarîên têne pêşkêşkirin de, pêdivî ye, ku hun jî di gel sîgorta yasayî di buhayê wê de pişikdar bibin. Ji wan re tête gotin “Serredan” (Zuzahlungen). Hemen hemen, zarok û genc ji hemî serredanan azad in. Qasa sîgorta pereyên dermanê bi raçête û pêdivî dide, ew yê/a bijîjkê/î nivîsiye. Eger ji ber sedema nexweşiyekê hun nikaribin kar bikin, xwedanê karî dê pereyên we ta şeş heftiya berdewam bide we. Di pey re, hun dikarin ta demeke destnîşankirî pere û mûçeyên xwe ji qasa sîgorta tendurustiyê werbigirin. Ji vê re tête gotin “Pereyên nexweşiyê” (Krankengeld).

Kî ye yê bi yasayî wek nexweş sîgortekirî ye?
Mecbûrî sîgortekirinê ew in yên karkerên jin û mêr, yê mûçe û dahatina wan ya salane di bin pileya, ko jê re tê gotin “sinorê erkdariya sîgorta” ye. Yên pîşeyan dixwînin, yên li kar digerin, xwendevan, xaneneşîn, 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 pîşeyî 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 hilbijêrin. Di bingehê 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 dikin “serredana rêjeyê” (Zusatzbeiträge) bide. Ev serredana rêjeyê dikare ji qaseyekê nexweşiyê bo yeke din cuda be. Hindek qase jî hene dikarin wê rêjeyê kêm bikin. Pêzanînan berwext werbigirin, ka kîjan qaseya sîgortayê kîjan xizmetguzariyê bi xwe ve digire û divê hun beramber xerciya kîjan xizmetguzariyan bi xwe fînanse bikin.

Hinek qaseyên nexweşiyê jî hene, ku di rêya hineke sûddayînan (Bonus) re sîgortevanên xwe dilxweş dikin, 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 hilbijêrin, 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

Giring:

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

vekişênin û sîgortayeke din bo xwe peyda bikin.

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 bijîjkan ve di nexweşxanê de.

Xizmetguzariyên herî girin yên GKV ev in:

- Dermankirinên bijîjkane û dermanên temîkirî,
- Dermankirina li nexweşxanê û serxwevehatin,
- Lênêrîna di rêka bijîjkekê an bijîjkekî û dayê de, di demê ducanî û jidayîkbûnê de,
- Xizmetguzarî û fehsên naskirina berwext ya nexweşiyan ji bo zarok û mezinan,
- Vaksînlêdanên têne 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 fîzîkî û terapiya bi kar = Ergotherapie) û demanên saxlemkirinê (Hilfsmittel) (bo nimûne kursiyên bi çerx, amûrên bihîstinê, taximên diranan),
- Pereyên nexweşiyê ji bo abora jiyanê (ji bo yên sîgortekirî jî, yên mecbûr in xizmeta zarokên xwe yê nexweş bikin).

Eger hun li sîgorteke qasa sîgorta tendurustiyê sîgortekirî bin, hun dikarin li nik sîgorteyeke 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 dranekî 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 xerciyan de pêdivî ye, ku hun pişikdar di danê de bibin. Bo nimûne GKV pereyên wan dermnanên 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 anînê divê hun hinekî di ser re bidin.

Taku hun ji hêla aborî ve nekevin tengasiyê, bi piranî do ji sedî ji pereyên giştî yên hatina salê ne, ji bo nexweşiyên dijwar (Chronik) yek ji sedî. Zarok û gêncên di bin 18 salan re ji di ser re danê azad in. Ji bo wan mirovên hatina wan jî kêm be, rêmayên taybet hene, yên 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 belgenameyan bidin hev, bo nimûne di lênivîsa 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 jî 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 nemecbûr in li ba sîgorta tendurustiyê ya yasayî (GKV) xwe qeyd bikin, lê belê bê sîgorta 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 pîşeyê azad, karmendên jin û mêr her wisa karkerê xwedan hatina bêhtir ji sinorê mecbûriya sîgorteyê.

Pişka sîgorta tendurustiyê ya taybet ew ne li ser bingeha ka dahatina mirovî çend e, belê metirsî ku nexweş bikeve çend e.
Li gor temen û rewşa tendurustiyê li dema girêbestina sîgortayê dan ciyawaz in. Xercî bo çendî bidin bo sîgorta li gor çawa herdû alî li ser pêşkêşkirina xizmetguzariyan li hev bikin. Di girêbesta sîgorta de bo nimûne dikarin şûna diranê jêkirî diranekî deynin, rêvebirê bijîjkan dermankirinê dike an maf heye, ko odeyekê 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 sîgorta tendurustiyê ya yasayî bike. Qasên sîgorteyên taybet nikarin bi sedema nexweşiyeke berê an jî nexweşiyeke bilez, ku yê bête sîgortekirin nepijirîne.

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

2 Xizmetguzariya nojdarî

Kerta elektronî ya tendurustiyê

Giring:

Ji kerema xwe herdem kerta elektronîk (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 elektronîk 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 elektronîk ya tendurustiyê ji bilî wan wêneyekî we jî li ser heye.

Nimûneyek kerteke tendurustiyê

Xizmetguzariya di rêka bijîjkê an jî bijîjikekî re

Hun li Elmaniya dikarin bijîjka/ê xwe bi xwe hilbijêrin. Eger hun bi yasayî sîgortekirî bin, hun dikarin wê bijîjkê an wî bijîjkî hilbijêrin, yên di peymanên tendurustiyên Xizmetguzariyê de pişikdariyê dikin. Para bêhtir ev rewşa hanê li def wan bijîjkên di beşê hawarhatinê de kar dikin. Hay ji nîşanan 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 yên wek Înternîst kar dikin an wek bijîjka pispor an bijîjka pispor yê nojdariya giştî) li nêzîkî 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 bijîkê xwe an jî bijîka xwe, dê hêsantir bibe û ji bo lênêrîna li tendurustiya we baştir be.

Eger gelekî pêdivî be, wê bijîjka 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 hestiyan). 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 bijîjkan

Eger hun ji nişka ve nexweş bikevin an gazindên we hebin, pêdivî ye, ku hun di gel bijîjka 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 bijîka 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 çi dermanî bikar tînin û kîjan bijîjkê an bijîjkî bo we nivîsiye û hun ji hêla kîjan bijîjkê an bijîjkî ve hatîne fehis kirin an jî hatine dermankirin. Her wisa hun dikarin pirsiyarên xwe jî, yên hun dixwazin ji bijîjka an bijîjkê xwe bikin, binivîsin.
- ji kerema xwe, eger we lênivîsa 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 lênivîsa şabaşiya bijîjkê diranan (Zahnarzt-Bonusheft) di gel xwe bibin.
- Eger hat û qasa sîgorta tendurustiyê ya we ew programa başiyê pêşkêş kir, hun pişikdariyê di pişkinîna xizmetguzarî û nasîna berwext ya nexweşiyê bikin û zêdebarî wê lênivîsa 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 hevalekî bi xwe re bibin, ku bi elmanî baş zanibe û têbigihe. Ji kerema xwe hay jê hebin, ku qasa sîgorta tendurustiyê xerciya wergervan bi xwe nagire. Zêdebarî wê jî lîsteyeke eyadeyên bijîjkan, yên ku bi gelek zimanan diaxivin, heye. Hun dikarin li ser malpera internetê ya qasa yekîtiya bijîjkan li Elmaniya (Kassenärztlichen Bundesvereinigung) bo nimûne pêzanînên bijîjkan bibînin. Ev agahî jî wek APP ji bo iOS und Android hene: Gera li BundesArztsuche.

Şêwirdariya Bijîjkî/ê

Bi hêminî ji bijîjkî re bibêje, ji bo çi hun hatin û çi gazindên we hene. Hayî jê heben, ka hun û bijîjka/bijîjkê xwe di êkûdu digihin yan na. Eger tiştekî 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 bilez 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 dermankirin êşa wê heye yan na,
- aya dermankirin tenê êşan kêm dike an bi xwe nexweşiyê rehet dike,
- çi derfetên bo şêweyên dermankirinên yên din hene,
- çavrê çi pişikinînan dike, bo berwextnaskirina nexweşiyan

Nemukurhatin/Sirrveşartin

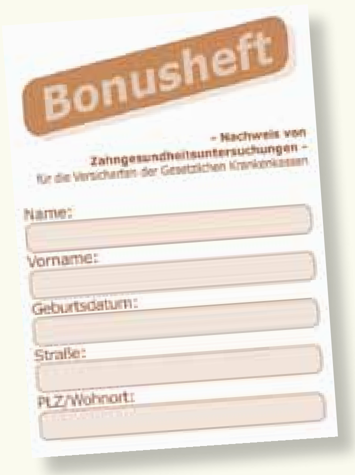
Giring:

Çu mafên bijîjkên jin û mêr û berdestkê wan li Elmaniya tune, çu pêzanînan li ser rewşa tendurustiya we û pêzanînên 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 baweriyeke mukum di 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) hevjînê we û ne yek jî 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 hilkirin.

Diranên saxlem parçeyek in ji qalîteya jiyanê ne. Ji ber wê jî bi şêweyekî 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 pişkinînê 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 lênivîsê de pişkinînên we yên hun bikin têne nivîsîn. Eger hun bikaribin, ku we bi kêmanî salê carekê (di bin 18 salî re bi kêmanî her nîv salê carekê) diyar bikin, ku we seredana bijîjkeka diranan an bijîjkekî deranan kiriye, wê qasa sîgorta we ya nexweşiyê perene zêde di ser re bide, eger şûndiranek pêdivî be.


Bonusheft
– Nachweis von Zahngesundheitsuntersuchungen –
für die Versicherten der Gesetzlichen Krankenkassen
Name:
Vorname:
Geburtsdatum:
Straße:
PLZ/Wohnort:

Lênivîsa şabaşan bi vî rengî ye.

Şûndiran

Şûndiran tac in, pirê diranan û taximê diranan ne. Qasayên sîgorteyên nexweşiyê li dûv encaman yên ji wan re tê gotin “hatina berdewan” (Festzuschuss) didin. Tê vê wateyê, ko qasa sîgorta yê 50 ji 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 ji sedî, piştî deh salan dibin 65 ji 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 tên 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 fînanse bikin.

Piştî çêkirin û dermankirinê hunê fatoreyekê werbigirin, tê de pişka mesrefê ya hun mecbûr in bidin, heye. Ew jê re tête gotinê “Pişka xwe” (Eigenanteil). Eger hatina we kêm be û têra we neke, ji qaseya sîgorta tendurustiyê ya xwe pirsa “Mercên tengasiyê” (Härtefallregelungen) bike: Mirovên, ku dahatên wan yan pereyên kêm bin, îmkan 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 dawiya 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 internêtê 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 tê gotin “Dermanên mecbûr bijîjk binivîsin” (verschreibungspflichtige Arzneimittel) hene, tenê pêdivî ye, ku raçêta (Rezept) bijîkê te an bijîka 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 raçteyeke taybet yê dermanê benckirinê wate êșrawestanê 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, yên di bin 18 salî re
- Dermanê ku bi rewșa ducanî ve an jî rewșa 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 yên nivîsîn didin. Hindek derman jî hene ku ji wan re tête gotinê “Generika” = giștî (Generika). Ew Generikum jî dermaneke, ku dermanên wan yên tevîhevê hemen nêzîkî wan dermanên “original” in, yê rasteqîne ne. Hun dikarin pirsiyarê 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 bijîjkekê 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 nexweşxaneyeke 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 rêbike. 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 nexweşaxan de binivîse, ka kîjan nexweşxane 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 birêkxistin?

- Dermankirina we di rêya karmendên tendurustî pispor de ye,
- Xizmeta bi we di rêya karmendê xizmetê yên fêrkirî û
- Bicihkirin û lênêrîna we

Qasa sîgorta ya nexweşiyê çi dide?

- Dermankirina pêdivî ya nojdariyê
- Bicihkirin û lênêrîn.

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 odeyeke yektextek de.

Giring:

Eger sîgorteyeke we ya taybet bo van xizmetguzariyan hebe, pêdivî ye, ku hun erêkirinekê di gel xwe bînin.
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 alîkariyê ji heval an xizmên xwe bikin, yên bi elmanî baş dizanin.

Li Nexweşxanê
Beriya destpêkkirina bi dermankirinê wê bijîjka nexweşxanê an bijîjkê 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 bijîjkê an bijîjkî giring in, ji bo bikaribin rast û lezgîn alîkariya 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 hevjîna 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 nexweşînê, belgeyek yan hewaleke tednurustî û lênivîsa vaksînlêdanê û lênivîsa alerjiyê. Heger belgeyên te yên biriyara pêşwext (Vorsorgedokumente) hebin, mîna belgeya îradeya jiyanê (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 jimarên telefûnên giring û hindek pere jî bi xwe re bîne. Baştir e, ku tu wan tiştên xwe yên din î bi qîmet li malê bihêlî.

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 tîjkan jî bikin. Eger bo we pirsên nezelal hebin, li ser çima pêdivî ye, ku hindek pişkinîn bêne kirin, hun dikarin pirs bikin. Ew jî dibe, ku beriya niştegeriyekê li nexweşxaneyê bikin, hun xwîna xwe jî bibexşin.

Beriya niştegeriyan "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 ji şert û mercên bingehîn in bo wê, ko bikaribin dermankirinê bi rê ve bibin. Eger hun di hemî tiştî tênegehiştibin, pirsiyariyên xwe bikin.

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

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

Pirsiyarê 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 têgehiştibin 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 yên xemxuriyê ji dermankirina nojdariyê û her wisa jî 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 bipirsin, ka û hun karin çi ji xwarinê bixwin û çi 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 yên kesayetî mîna pîjema, bernesê serşokê, taximê rahênanê, regezên toilettê bo xizmeta laşî, berçavk, amûrê bihîstinê 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 yên seredanê destnîşankirî hene. Pêdivî ye hun bînin hizra xwe, ku berjewendî û rehetiya nexweşa û nexweş din jî 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 seredanan, li Kafêtêriya an jî parka nexweşxanê.

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

Karmendên bijîjkî tên û seredana we her roj carekê dikin, ji bo ji we pêzanînan werbigirin, ka hun çawan in û ji bo biryaran werbigirin, ka hîn çi hingavên din pêdivî ne bo dermankirinê. Mirov peyva “visite” li van seredanan dike. Bi van seredanan 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 bijîjkê 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 serederiyeke 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, yên pêdivî bi xizmetguzariya nojdariyê hene. Yên 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 jiyanê 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, çi jê hatiye û rewşa wî çawa ye. Bi baldarî guh bidin karmedan û bersiva hemî pirsiyarên 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 nexweşxaneya 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 xizimetê (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 jî telefona destan bête telefonkirin. Hun ê bi bijîjkê Xizmetguzarîê yê 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

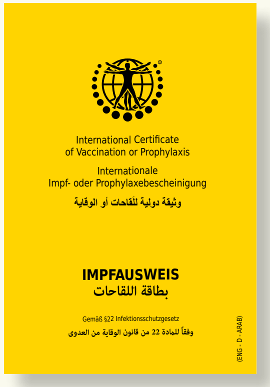
Berdewam salê bi hezaran ji mirovan bi nexweşiyên vegirtinê yên gelekî metirsîdar dikevin. Vaksînlêdan (Impfungen) dikarin kartêker bin û mirovan ji nexweşiyan û encamên nexweşiyan biparêzin, yên di rêya bakteriyan û virusan re tên. Eger gelek mirov hebin û li dijî hin nexweşiyên vegirtinê yê destnîşankirî vaksîlêdan biribin, êdî ev nexweşî nikarin di nav gelî de berbelav bibin. Pirsiyarê ji bijîjkê an bijîjka 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 bijîkê we yê zarokan an bijîjka we an her bijîjk be pişkinînê bike. Di wê ya jêr e tê gotin “lênivîsa vaksînlêdanê” (Impfpass) nivîsiye, ka we li dijî kîjan nexweşiyê vaksînlêdan birine. Eger hîn we ew lênivîsa vaksînlêdanê wernegirtibe, pirsê ji eyadê an jî pirsiyarê ji qasa sîgorta nexweşiyan 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 ji nexweşiyên vegirtinê. Bi wê hun rê li ber ferehbûna nexweşiyên mîna girmit, 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 nexweşîn, 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 biçe van pişkinînan, ew erkekî xwe yê giring bo tendurustiya xwe dike. Hinek ji qaseyên sîgorta tendurustiyê "programên şabaşan" pêşkêş dikin, taku têvedanekê çêbikin, ev pişkinîn bi cedî 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 yê temenê wan di ser 35 salan re, her 2 salan mafê wan heye pişkinîna tendurustiya xwe bikin (kontrolkirina (Check-up) ji bo berwextnaskirina nexweşiya dil-bazinê gera xwînê, Diabetes Mellitus (nexweşiya şekir) 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 pişkinînê ji hemî laşê we re çêbike (bo nimûne bi hingivtinê û teptipandinê). Tişta pê re jî divê bête kirinê pîvana guvaşa xwînê ye li ser zendan û dako bikaribin pişkinîna xwînê, wate xwîn bo fehsê jê bikişînin, ka nirxê şekir û yê kolestrol di nav xwînê 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 pêdîvî bi tevdîrên pêşîlêgirtinê 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 pençeşêra çerim
Pençeşêra çerm yek ji nexweşiyên pençeşêrê yê berbelav e. Çendî berwext bête têderxistin, wisa delîveyên saxlembûn û rehetbûnê heye. Ji ber wê giring e, her guherîneke çermî bibînî, 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, pişkinînên berwextnaskirina nexweşiya pençeşêrê li ser çerim encam bide. Armanca berwextnaskirina nexweşiyê berwext têderxistina sê şêweyên herî zor yê pençeşêra çermî ye. Ev ew in, yên ji wan re tê gotin “pençeşêra çermê reş” (Malignes Melanom) û ya “pençeşêra çermê sipî” (Basalzellkarzinom û Spinozellulare carzinom). Di wê pişkinînê de dê li çermê laşê we were nêrîn, wate wê bi çavan lê were nêrîn û pişkinînkirinê, ji bo naskirina wan guherînên têne xuyanîkirin li ser laş. Pirsiyar ji eyada bijîjkê malê bikin, aya ew dikarin wê pişkinînê bikin. Pêdivî ye ev pişkinîne li gor imkanan bi Check-up- ya tendurustiyê ve bi rê ve biçe. Hun dikarin vê pişkinînê ji bo naskirina berwext ya pençeşêra çermî û her wisa jî li nik bijîjkeke pispora taybet an bijîjkekî pisporê taybet ji bo çerim û nexweşiyê cinsî yê guhêzbar (Bijîjka/ê nexweşiyên çerim) (Dermatologe/in) cihbicih bikin.

Berwextnaskirina pencesêra roviyan (Qolon)
Pencesêra ruvî (rêvî) nexweşiya pencesêrê ya herî bêhtir zû tê naskirin. Eger berwext bê naskirin, bextê jêrehetbûnê gelek e. Pencesêra 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 dîtin, 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 şêweyên ciyawaz bo pişkinîna berwext naskirina pencesêra rêvî pêşkêş dikin:

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

Ji bijîjka xwe an jî bijîjkê xwe pirsiyar 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 pişkinînên naskirina berwext ya nexweşiyên jinan:

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

Naskirina berwext ya penceşêra sîngê
Penceşêra singê ya herî bêhtir li dunyayê, li ba jinan berbelav e. Îro roj derfetên saxlembûnê zor in, ji ber wê jî, fersendê pişkinînên zû û berwext hene. Ji bo jinên ser 30 salî re her sal li ba bijîjkên jinan pişkinînên singê têne kirinê. Li vir bijîjkê an bijîjka jinan destê xwe dide singê, ka girêk hene an na û eger hebin li kîjan derê ne. Jinên di navbera 50 û 69an de her serê du salan bi nivîskî têne vexwendin bo wêneyên tîjkan yên singê 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 bijîjkeke an bijîjkekî pispor di warê Radiologie de wan binirixîne. Xerciya ku li wan dibe qasa sîgorta tendurustiyê ya yasayî bi xwe digire.

Fîlmkişandina- Chlamydia (bakteria)
Ji wan nexweşiyên vegirtinê û veguhêzbar yên cinsî di dunyayê de, ev bakteriyayên ji wan re tê gotin “Chlamedia-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 pirsgirêkên 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 pirsên xwe li ser vê babetê ji bijîjka an bijîjkê 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 cinsî û prostata herweha pişkinîneke ya girêkên lymfawî ne. Pirsê ji bijîjka xwe an bijîjkê 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 Bauchschlagader). Zorbeyî zor dirêjbûna reh nabe sedema aloziyan û zikêşiyê û ji ber wê jî nayête pêhestkirin. Kêm caran ew rehên xwînê dikarin biteqin. Di vê rewşê de, dikare bibe sedema pergaleke awarte û metirsîdar li ser jiyana mirovî û dibe sedema xwînrihtin çêbibe. Ji ber wê jî 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 bêhtirî 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 bijîjka xwe an bijîjkê xwe werbigirin, aya ew wê pişkinînê çêbikin an hineke din.

Tendurustiya zarokan

Piştî ji dayîkbûna zarokekî dê û bavê wî ji bo zaroka xwe lênivîsek ji bo pişkinînê 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 jî di gel; “U” ew kurtkirina peyva elmanî “Untersuchung” e, ku bi wateya “Pişkinîn” e). Ev pişkinîne ji hêla qasa nexweşan ve perê wê têne dan.

Pişkinîna yekem (U1) yekser di pey jidayîkbûnê lidardikeve. Xizmetguzariya pişkinînê (U2) di navbera 3 û 10 rojan de li nexweşxanê an di eyadeya bijîjkên zarokan pêk tê. Pişkinînên U3 ta U9 ta temenê zarok bibe 64 mehî di eyadeya bijîjkê zarokan an eyadeya bijîjkê malê li dar dikevin. Li wir di navbera 12 ta bi 14 salan jî pişkinînên 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.

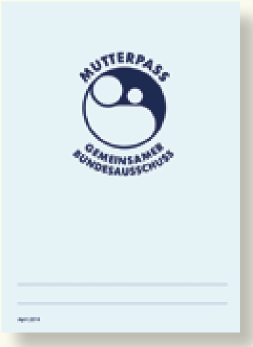
Tendurustiya jinan

Eger mesele bi babetên hestiyar ve girêdayî bin, bo nimûne pirsgirêkên rojên xwînhatinê, ducanî, jidayîkbûnê an nexweşiyên veguhestinê 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 dike û li we dinihêre belgeyekê “Lênivîsa dayikê” (Mutterpass) werbigirin. Di vê pasa dayîkê de ew soz û jivan yê pişkinînê yek bi yek nivîsî bin. Ji kerema xwe re wê di gel xwe bo her pişkinînekê bînînin.

Li Elmaniya hun azad in bo xwe hilbijêrin, 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 pêzanîn ji bo pişkinînên xemxuriyê, birêveçûna ducaniyê û pêşdeçûnên zarok di dema ducaniyê de bêne tomarkirin. Pêdiviye yên ducanî bin pasa dayikê ji ber wê herdem di gel xwe bibin.

Lênivîsa dayikê 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 şêwirmendiya 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 şêwirmendiyê heye.

Dermanê hişbir û pêşkêşiyên bo alîkariya xermanan

Xermanî nexweşeyek e! Ew pêgirêdaneke bi mecebûrî ye, bi dermanan wek nimûne alkoholê, dermanê hişbir, nîkotîn an dermanan. Lê bo helwestên taybet jî, bo nimûne li nik Gelekxwarin, lîstika qumarê, kirîn an jî pêvegirêdana bi komputerê ve. Xermanî an jî pêgirêdan dikare bi her kesekî bikeve, negirêdayî bi temen, hînbûn, pîşe û nirxê civakî ye. Ew ne şermaezariyeke mezin e û çu têkiliyên wê bi têkçûna kesayetiyê ve nîn in, dema mirov alîkariyê li nik Xizmetguzarîkarên xermaniyê an jî li nika yên terapiya xermaniyê dikin, bistîne.

Çi alîkarî ji bo pirsgirêkên xermaniyê hene?

Alîkariya pisporiyane

Wê alîkariya we bibe, da hun rêyekê bo xwe ji pêvegirêdanê 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 alîkariyeke bêsinor li ser asteyeke zanistî hemdem pêşkêş dikin û her dem rêzê li rewşa takekesî tête girtin.

Grûpên xwebixwe yên alîkariya xermaniyê

Ev grûpên xwebixwe yên alîkariya pêşkêşiyên pirofisiyonel 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 rewşeke nebaş de ne wan bi xwe digirin, bêyî ku ciyawaziyê têxin nav wan.

Navendên şêwirmendiyê û saziyê terapiya hawariyê

Li nêzîkî 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 pêşkêşkirin.

Giring:

Navendên şêwirmendiyê **bêberamber** kar dikin. Li dema şêwirdan wê pêzanînên 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 hişbiriyê 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 yên yasayî û qasa sîgorteyên nexweşan yên 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) piştgiriyê werbigirin.

Li gor wê diçe, aya xizim an xezmetpêşkêşkerên profesiyonal in yên 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 bingehê de di pey raportê re rêjeya xizmet dideyne. Bi giştî pênc rêjeyên xizmet yê 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 jêhatîbûnê ya wî mirovî kiriye. Mirovên pêdivî xizmetê ne ew kes in yên 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 pêşîlêgirtinê 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 pispor kar 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 nêzîk û alîkariya wan bikin. Bo ew yên sûdmend ji Xizmetguzarîên civakî in (bo nimûne li gor yasaya penaberan an alîkariya civakî) dikarin hinek cihên din berpirsê bixwegirtina mesrefê bin.

Xizmeta li malê

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

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

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

Xizmeta li nexweşxanê

Eger derfeta xizmetê li malê ne mumkin be, mirovan pêdivî xizmetê ne di saziyên xizmet yên hundurînê, xizmetguzariya wan dibe. Pisporên jin û pisporên mêr dikarin şêwirdariyê bidin we, ji bo sîgorta we ya xizmet , eger we hinek pirsiyar 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 hindek xizmetguzariyan bi xwe ve bigirin: Wisa xizmên nexweş bo maweyê ta 6 şeş heftiyan dikarin ji xizmet bêhinvedanekê bikin. Eve alîkariyê dike, dema ku hun bi xwe pêdivî bêhinvedanekê hebin û bo nimûne her bo xwe ji bo geştekê seferê bikin, lê hûn pêdivî bi yekî ximetkar 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 sîgorteya 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 sîgorta xaneneşînê. Sîgorta xizmetê, wan pişkên bo sîgorteya bêkariyê 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 saziyeke xizmetê bi lezgînî bo xizma/ê xwe bibîne- sîgorta xizmetê ji bo ta bi deh rojan kar, mûçeyê wî were qerebokirinê.

Desteya nivîskaran

Weşanger:
Wezareta Tendurustî ya Elmaniya
Beşê Z 24 “Penaberî, pêkvejiyan, demografî û tendurustî”
11055 Berlin
www.bundesgesundheitsministerium.de

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

Wêneyê Sernav: © fotolia / Bundesministerium für Gesundheit (BMG)
Çapxane: Schury Services UG, Frauenchiemsee
Çapkirina: îlon/2018/1. çapa

Hun dikarin, di her demê de vê berhevokê bi van zimanan (erebî, ingilîzî, farisî, firansî, elmanî, peşto, polonî, rusî, îspanî, turkî) jî bê pere daxwaz bikin:

Online: www.Wegweiser-Gesundheitswesen-Deutschland.de
www.mimi-bestellportal.de

E-Mail: bestellportal@ethnomed.com

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

Têbinî

Ev berhevok di çarçoveya kar û têkiliyên giştî ve ya wezareta Elmaniya bo tendurustiyê bêberamber tête belavkirin. Nabe ev berhevok ji hêla partiyan ve wek alaveke kar bo hilbijartinê û ji hêla alîkarên hilbijardêran ve jî di demên kampaniya hilbijartinê de wek armanc bikar were. Ev ji boy hilbijartinên perlemanê Eruropa û perlemenê elmanî û perlemenê eyaletan û navçeyan misogir e. Bikaranîna xerab ew e di ahengên hilbijartinê de bêne belavkirin, li ser mêzên agahiyên partiyan, an jî hin çapkirin an pêvebestina pêzanînên siyasî an wek alaveke bangaşiya hilbijartinê. Qedexe ye jî, ku vê berhevokê ji bo bangaşiya hilbijartinê bidin kesekî sêyem jî. Derveyî van tiştan jî, kengî ev berhevok gehiştibe, li ser çi rêkê re û çend hijmar jî yên berhevok wergertibe, çênabe nîşan bi hilbijartinên bihên de were dayîn, ji xwe qedexe ye ji bo sûdmendiyeke partiyên hukumeta Elmanî û ji bo berjewendiya kesekî, ku ji komên siyasî yên din weha were têgehiştin.