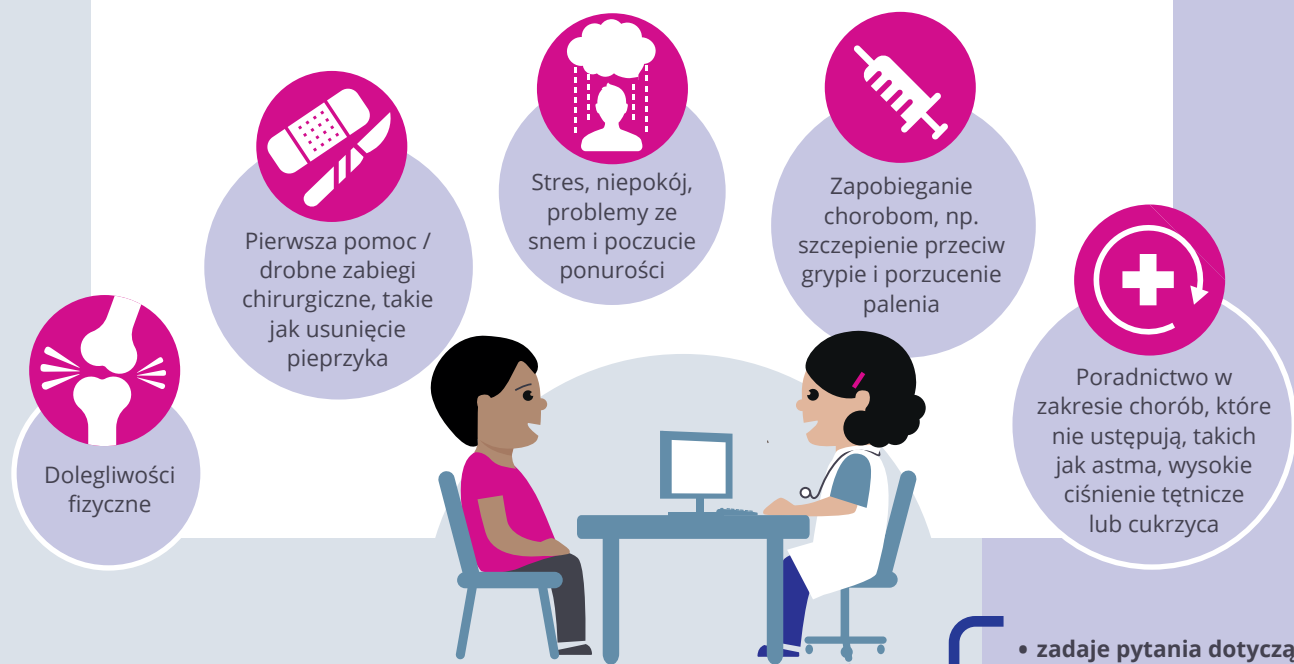


# Jeżeli zachorujesz w Holandii

Wersja dla migrujących pracowników



## W czym może pomóc lekarz pierwszego kontaktu?



## Koszty



- Każda osoba, która mieszka lub pracuje w Holandii, jest zobowiązana do posiadania ubezpieczenia zdrowotnego. Ubezpieczenie zdrowotne obejmuje opiekę, którą otrzymujesz od lekarza pierwszego kontaktu.
- Lekarz może sprawdzić, czy masz ubezpieczenie. W tym celu należy zawsze mieć przy sobie dowód tożsamości i numer BSN
- Za badania krwi, prześwietlenia, leki lub wizytę u innego specjalisty możesz mieć obowiązek zapłacić (dodatkowo)

Co robi lekarz pierwszego kontaktu podczas wizyty?

- **zadaje pytania dotyczące dolegliwości zdrowotnych**
- **badania fizykalne**
- **udziela porad**
- **w razie potrzeby:**
  - badania krwi, prześwietlenia
  - przepisuje leki
  - skierowuje do innych dostawców usług medycznych, takich jak:
    - dietetyk, fizykoterapeuta, dentysta, położnik
    - specjalista w szpitalu

## Jak znaleźć lekarza pierwszego kontaktu?

- Za pośrednictwem władz gminy
- Za pośrednictwem [www.kiesuwhuisarts.nl](http://www.kiesuwhuisarts.nl)
- Za pośrednictwem [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

## Masz dolegliwości zdrowotne



## Co możesz zrobić samodzielnie?

- Zdrowy tryb życia, uprawianie sportu i przestrzeganie zaleceń zdrowotnych ([Thuisarts.nl](http://Thuisarts.nl) lub [moetiknaardedokter.nl](http://moetiknaardedokter.nl))
- Zdrowe odżywianie ([voedingscentrum.nl](http://voedingscentrum.nl))
- Aktywny tryb życia



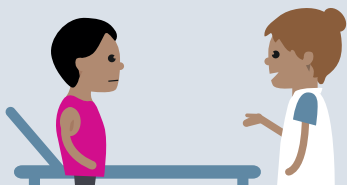
## GABINET LEKARZA PIERWSZEGO KONTAKTU

Chcesz się spotkać z pracownikiem służby zdrowia



## Asystent lekarza

- Zadaje przez telefon pytania o Twoje dolegliwości i ocenia ich wagę
- Posiada wykształcenie medyczne i może udzielać konsultacji
- Ma swoją określoną godzinę konsultacji w przypadku drobnych zabiegów.
- Określa, czy potrzebujesz umówić się na wizytę u lekarza



## Pielęgniarka/asystentka praktyki lekarskiej

- Ma swoją własną godzinę konsultacji w przypadku objawów fizycznych
- Może zażądać badań i przepisać leki w porozumieniu z lekarzem pierwszego kontaktu



## Specjalista ds. zdrowia psychicznego

- Ma swoją własną godzinę konsultacji w przypadku dolegliwości takich jak stres, lęk i przygnębienie
- Może zażądać badań i przepisać leki w porozumieniu z lekarzem pierwszego kontaktu

## Lekarz pierwszego kontaktu

### Kim jest lekarz pierwszego kontaktu?

Na każdym jednym spotkaniu rozpatrywana jest **1 dolegliwość**. Umów się na podwójną wizytę, jeśli potrzebujesz więcej czasu.



Więc, zdarza się, że nie spotkasz się z lekarzem pierwszego kontaktu.

Lekarz pierwszego kontaktu jest jednak zawsze o tym informowany.



Lekarz pierwszego kontaktu jest **lekarzem**, do którego udajesz się z dolegliwościami lub z powodu choroby w Holandii

Lekarz pierwszego kontaktu odbył specjalne zaawansowane szkolenie.



Lekarz pierwszego kontaktu zazwyczaj może samodzielnie wyleczyć **Twoje** dolegliwości, niezależnie od tego, czy jesteś dzieckiem, czy osobą dorosłą.



Lekarz pierwszego kontaktu często pyta o Twoje zdanie i pozwala Tobie wnieść swój wkład

Lekarz pierwszego kontaktu chce dobrze przeanalizować, czego potrzebujesz

Lekarz pierwszego kontaktu wie, jakie badania kontrolne są potrzebne

Lekarz pierwszego kontaktu skieruje Cię, jeśli potrzebujesz wizyty u specjalisty w szpitalu



## Tłumaczenie ustne

Aby uzyskać odpowiednią pomoc, lekarz powinien Ciebie dobrze zrozumieć.

Dlatego lekarz pierwszego kontaktu może czasami skorzystać z usług profesjonalnego tłumacza ustnego. Lekarz pierwszego kontaktu zdecyduje, kiedy jest to potrzebne

Profesjonalni tłumacze przeszli specjalne szkolenie, aby mogli odpowiednio pomóc lekarzowi. Dlatego lepiej nie korzystać z pomocy rodziny czy przyjaciół jako tłumaczy

We współpracy z:

HollandZorg

PHAROS  
EXPERTISENCESTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN