

Informationen zu Gesundheit und Krankheit

Gesundheit

Im Internet findest du viele Information zum Thema Gesundheit und Gesundheitswesen in Deutschland.

Es gibt auch Informationen in verschiedenen Sprachen.

Wir empfehlen dir besonders diese Webseiten:

- Portal des Bundesministeriums für Gesundheit: <https://www.migration-gesundheit.bund.de/de/startseite/>
- Gesundheits-Portal für Frauen in allen Lebenslagen: <https://www.frauengesundheitsportal.de/>
- Gesundheits-Portal für Männer: <https://www.maennergesundheitsportal.de/>
- Zanzu bietet in 13 Sprachen einfache Erklärungen zu den Themen Sexualität, Körper, Schwangerschaft und Geburt und sexuell übertragbare Krankheiten: <https://www.zanzu.de/>
- Der Wegweiser fasst notwendige Informationen zum Gesundheitswesen zusammen. In verschiedenen Sprachen erhältlich: <https://www.wegweiser-gesundheitswesen-deutschland.de/>

Gesetzliche Krankenversicherung

Du bist gesetzlich krankenversichert bei einer Krankenkasse deiner Wahl.

Die Einsatzstelle bezahlt die Krankenkasse.

Deine Krankenkasse berät dich bei Fragen. Du kannst eine Mail schreiben oder anrufen.

Von deiner Krankenkasse bekommst du:

- Gesundheits-Karte: du nimmst sie mit zu Arztbesuchen
- Sozialversicherungs-Nummer und Sozialversicherungs-Ausweis: die Nummer gilt für dein ganzes Leben. Du musst die Nummer der Personalabteilung deiner Einsatzstelle geben. Den Ausweis behältst du bei deinen Unterlagen.
- Zur Sozialversicherung gehören: Kranken-, Pflege-, Unfall-, Renten- und Arbeitslosenversicherung
- <https://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Rente/Allgemeine-Informationen/Sozialversicherungsausweis/Sozialversicherungsausweis.html>

Diese Leistungen bezahlt die Krankenkasse:

- Notwendige ärztliche Leistungen (Krankheit, Unfall, Psychiatrie/Psychotherapie, Medikamente, Hilfsmittel, notwendige Fahrt mit dem Krankenwagen, Krankenhaus-Aufenthalt)
- Nach 6 Wochen Arbeitsunfähigkeit: Krankengeld als Lohn-Ersatz
- 2x jährlich: Vorsorge*-Untersuchung bei einer*r Zahnmediziner*in
- Für Frauen 1x jährlich: Vorsorge*-Untersuchung bei einer*r Gynäkolog*in
- Manche Impfungen (frage bei der Krankenkasse nach)

* Vorsorge heißt, dass der Arzt*die Ärztin prüft, ob du gesund bist.

Diese Leistungen bezahlt die Krankenkasse nicht:

- IGeL (individuelle Gesundheitsleistungen) kosten Geld. Du kannst entscheiden, ob du die Untersuchung möchtest. Das sind zum Beispiel Reiseimpfungen, großes Blutbild, bestimmte Ultraschall-Untersuchungen.
- Brille und Brillengläser
- Behandlungen ohne medizinische Notwendigkeit (zum Beispiel Schönheits-Operationen oder Augen-Lasern)

Zuzahlungen

- Zuzahlung: du musst Geld dazu bezahlen, die Krankenkasse übernimmt nur einen Teil der Kosten.
- Die zahnärztliche Grundversorgung ist umsonst. Für höherwertige Behandlung musst du etwas zuzahlen.
- Zahnersatz musst du selbst bezahlen. Menschen mit wenig Geld bekommen manchmal Unterstützung von der Krankenkasse (Härtefall).
- Du musst beim Zahnarzt etwas dazu zahlen? Lass dir vorher einen Kosten-Voranschlag geben und lass dich von deiner Krankenkasse beraten.
- Für eine Fahrt im Krankenwagen / einen Krankenhaus-Aufenthalt muss man eine Pauschale bezahlen (10 € pro Fahrt / Tag).
- Für verschreibungspflichtige Rezepte (siehe unten)
- Lass dich bei Fragen immer von der Krankenkasse beraten!

Rezepte von Arzt*Ärztin

- eRezepte für verschreibungspflichtige Medikamente werden auf deiner Gesundheitskarte gespeichert. Du löst sie in der Apotheke ein. Du muss Geld dazu bezahlen (ca. 1-5€).
- Grüne Rezepte sind für Medikamente, die dein*e Ärzt*in dir empfiehlt. Du kannst sie auch ohne Rezept kaufen, zum Beispiel Schnupfenspray. Die Medikamente musst du selbst bezahlen.

Krankheit

So kannst du dich vorbereiten:

- Bitte besprich mit deiner Anleitung, wer dein*e Arzt*Ärztin sein kann, wenn du krank bist.
- Rufe in einer Allgemeinarzt-Praxis an und frage, ob sie dich als Patient*in aufnehmen können.
- Du hast Probleme, einen Arzt* eine Ärztin zu finden? Bitte informiere dich unter www.arztsuche-bw.de oder unter www.116117.de.
- Bei medizinischen Problemen am Abend/Wochenende oder bei allgemeinen Fragen kannst du dich an den Ärztlichen Bereitschaftsdienst unter 116117 wenden.
- Die Telefonnummer 116117 ist deutschlandweit gültig und kostenlos. Du wirst immer mit dem nächstgelegenen Patientenservice verbunden.

Notfall-Pass auf dem Smartphone:

- Nutze den Notfall-Pass auf deinem Smartphone. So richtest du ihn ein:
<https://www.swr3.de/aktuell/service/notfallkontakte-notfallpass-smartphone-100.html>
- Gib wichtige Gesundheitsdaten an (zum Beispiel Blutgruppe, Vor-Erkrankungen, Medikamente).
- Gib verschiedene Notfall-Kontakte an (zum Beispiel Eltern, Freunde in Deutschland, Kolleg*in bei der Arbeit) – informiere die Personen, dass du sie als Notfall-Kontakt eingetragen hast.
- **Eine dieser Person sollte wissen, wie man deine Eltern/Verwandten erreichen kann.**

Du bist krank – was nun?

- Wenn es nicht so dringend ist: Termin in einer Allgemeinarzt- oder Facharzt-Praxis vereinbaren.
 - Wenn es dringend ist, aber nicht lebensbedrohlich: Termin in einer Allgemeinarzt- oder Facharzt-Praxis vereinbaren mit dem Hinweis, dass es dringend ist oder du zum Beispiel eine Arbeits-Unfähigkeit-Bescheinigung (AU) brauchst.
 - Nur bei Notfällen: selbst ins Krankenhaus fahren oder 112 anrufen und Krankenwagen anfordern.
- ➔ Nicht vergessen: rechtzeitig bei der Arbeit krank melden!