



Deutsch

GESUNDHEITSWEGWEISER

für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte in der Stadt Wolfsburg



Der Gesundheitswegweiser wurde in verschiedene Sprachen übersetzt.

Sie finden ihn auch unter

www.wolfsburg.de

Impressum

Redaktion/ Herausgeber

Stadt Wolfsburg

Integrationsreferat

Porschestra. 49

38440 Wolfsburg

Tel. 05361 282-672

E-Mail: integrationsreferat@stadt.wolfsburg.de

Geschäftsbereich Soziales und Gesundheit

Porschestra. 49

38440 Wolfsburg

Tel. 05361 282-135

E-Mail: soziales@stadt.wolfsburg.de

Layout

Stadt Wolfsburg -Integrationsreferat

Inhalt

Seite

4	Krankenversicherung
5	Apotheke
6	Apotheken in Wolfsburg
7+8	Arztbesuch
9	Krankenhaus
10	Notfallversorgung
11	Wolfsburger Notrufe
11	Krankmeldung
12	Vorsorgeuntersuchungen
13	Schwangerschaft
14	Kindervorsorge
15	Gesundheitsamt und Psychiatrie
15	Zahnarzt
16 – 18	Beratungsstellen in Wolfsburg
19	Quellennachweise

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

In Deutschland beruht die medizinische Versorgung auf einer Krankenversicherung.

Wenn Sie in Deutschland Asyl suchen, sind Sie zunächst nicht krankenversichert. Deshalb gewährleisten staatliche Stellen durch die Ausgabe eines Behandlungsscheins Ihre gesundheitliche Versorgung. Zur gesundheitlichen Versorgung gehören die Behandlung bei einer Ärztin oder bei einem Arzt, bei einer Zahnärztin oder einem Zahnarzt sowie erforderliche Schutzimpfungen und medizinisch gebotene Vorsorgeuntersuchungen.

Ein Behandlungsschein gilt in der Regel nur für einen kurzen Zeitraum. Sie erhalten diesen Behandlungsschein von der Stadt Wolfsburg, Geschäftsbereich Soziales und Gesundheit, wenn Sie krank sind. Dieser Behandlungsschein muss bei der Ärztin oder dem Arzt vorgelegt werden.

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. Bezieher 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.

Die elektronische Gesundheitskarte ersetzt den Behandlungsschein. Damit können Sie Ihre Ärztin und Ihren Arzt direkt aufsuchen, ohne vorher eine Bescheinigung von den staatlichen Stellen einzuholen.

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 sorgfältig aufbewahrt werden und jeweils beim ersten Arztbesuch im Quartal vorgelegt werden. Der Arzt/ die Ärztin rechnet dann direkt mit der Krankenversicherung ab.

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

Zu vielen 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).



Muster einer Gesundheitskarte (Vorderseite)



Muster einer Gesundheitskarte (Rückseite)

Apotheken

Arznei- und Verbandmittel bekommen Sie in Deutschland in Apotheken. Dort erhalten Sie sowohl rezeptfreie als auch verschreibungspflichtige Arzneimittel. Für verschreibungspflichtige Arzneimittel benötigen Sie ein Rezept von ihrem behandelnden Arzt.

Die Apotheken beraten Sie auch in Fragen rund um Ihre Gesundheit.

Neben den regulären Öffnungszeiten gibt es nachts und an den Wochenenden und Feiertagen noch einen Notdienst. Welche Apotheke Notdienst hat, steht in der örtlichen Tagespresse oder an den Türen der Apotheken.

Das Formular MA19 ist ein Rezept für Selbstzahler. Es enthält Felder für das Bezugsdatum, die Apothekennummer / IK, den Namen und die Geburtsdaten des Versicherten, das Gesamtbrutto, die Arzneimittel-Nummern, die Faktoren und die Taxen. Ein großer Bereich ist für die Verschreibung (Rp.) vorgesehen, wobei Leerräume durchgestrichen werden sollen. Ein Unterschriftsfeld für den Arzt befindet sich unten rechts. Ein Hinweis am unteren Rand besagt: 'Dieses Rezept können Sie nicht zur Erstattung bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse einreichen. Allerdings können Sie diese Arzneimittelausgaben unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Belastungsgrenze bei Ihrer Steuererklärung geltend machen.'

Selbstzahler-Rezept

Das Formular PKVr ist ein Rezept für Privatversicherte. Es enthält Felder für das Bezugsdatum, die Apothekennummer, den Namen und die Geburtsdaten des Versicherten, die Versicherungsnummer, die Personennummer, die Karte gültig bis und das Datum. Es gibt auch Felder für das Gesamtbrutto, die Arzneimittel-Nummern, die Faktoren und die Taxen. Ein großer Bereich ist für die Verschreibung (Rp.) vorgesehen, wobei Leerräume durchgestrichen werden sollen. Ein Unterschriftsfeld für den Arzt befindet sich unten rechts. Ein Hinweis am unteren Rand besagt: '* Auf-Idem ist ausgeschlossen, wenn der Arzt den Ausschluss durch Ankreuzen des Auf-Idem-Feldes kenntlich gemacht hat.'

Rezept für Privat-Versicherte

Das Formular bbbr ist ein Rezept für Pflichtversicherte. Es enthält Felder für die Krankenkasse bzw. Kostenträger, den Namen und die Geburtsdaten des Versicherten, die Kostenträgerkennung, die Versicherten-Nr., den Status, die Betriebsstätten-Nr., die Arzt-Nr. und das Datum. Es gibt auch Felder für die HILF-Mittel, die Verschreibung, das Gesamtbrutto, die Arzneimittel-Nummern, die Faktoren und die Taxen. Ein großer Bereich ist für die Verschreibung (Rp.) vorgesehen, wobei Leerräume durchgestrichen werden sollen. Ein Unterschriftsfeld für den Arzt befindet sich unten rechts. Ein Hinweis am unteren Rand besagt: 'Bei Arbeitsunfall auszufüllen'. Ein Feld für den Abgabedatum in der Apotheke ist ebenfalls vorhanden.

Rezept für Pflichtversicherte



Apotheken in Wolfsburg

Adler-Apotheke	Saarstr. 4	38440	WOB	Englisch, Italienisch
Apotheke am Hoffmannhaus	Westerstr. 6	38442	WOB	Englisch, Französisch
Apotheke am Klinikum	Sauerbruchstr. 13	38440	WOB	Englisch, Türkisch, Französisch
Bären-Apotheke	Reislinger Str. 16	38446	WOB	Russisch, Englisch
Drömling-Apotheke	Amtsstr. 7	38448	WOB	Englisch, Russisch
Flora-Apotheke	Schlesierweg 22 c	38440	WOB	Polnisch, Englisch
Galerie Apotheke	Porschestr. 45	38440	WOB	Englisch, Kurdisch, Türkisch, Russisch, Rumänisch, Italienisch
Hansa-Apotheke	Hansaplatz 12	38448	WOB	Russisch, Kurdisch, Englisch, Spanisch
Heidgarten-Apotheke	Meinstr. 107	38448	WOB	Russisch, Englisch
Mohren-Apotheke	Rothenfelder Str. 23	38440	WOB	Englisch
Neue Apotheke	Detmeroder Markt 11	38444	WOB	Türkisch, Russisch, Arabisch, Englisch
Olympia-Apotheke	Kaufhofpassage 5/7	38440	WOB	Albanisch, Englisch, Türkisch, Russisch
Osterloh-Apotheke	Westerstr. 23	38442	WOB	Englisch, Italienisch, Russisch
Phönix-Apotheke	Schachtweg 27	38440	WOB	Englisch, Französisch
Phönix-Apotheke Ehmen	Mörser Straße 53	38442	WOB	Englisch, Russisch
Phönix-Apotheke-real,-	Brandgehaege 9	38444	WOB	Englisch, Russisch
Porsche-Apotheke	Porschestr. 41 E	38440	WOB	Englisch, Russisch
Reislinger Apotheke	Gerta-Overbeck-Ring11	38446	WOB	Englisch., Russisch, Italienisch
Spitzweg-Apotheke	Mörser Str. 49	38442	WOB	Englisch, Französisch
Stadt-Apotheke	Porschestr. 40	38440	WOB	Englisch, Russisch
Widukind-Apotheke	Goethestr. 59 a	38440	WOB	Englisch
Wolf-Apotheke	Brandenburger Platz 5	38440	WOB	Englisch, Russisch

*) Diese Sprachen werden vom Personal gesprochen.

Arztbesuch

Die Diagnose und die anschließende Behandlung einer Erkrankung führen in der Regel Ärztinnen und Ärzte durch, die in einer eigenen Praxis oder Gemeinschaftspraxis mit anderen Kolleginnen und Kollegen arbeiten. Diese nennt man „niedergelassene“ Ärztinnen und Ärzte. Niedergelassene Ärztinnen und Ärzte stellen auch Rezepte für Medikamente aus und können ihre Patientinnen und Patienten zur weiteren Behandlung auch in ein Krankenhaus einweisen.

Niedergelassene Ärztinnen und Ärzte rechnen ihre Tätigkeit mit dem Sozialamt oder einer gesetzlichen Krankenkasse ab. Patientinnen und Patienten können die Behandlung bei einer Ärztin oder einem Arzt auch selbst bezahlen. Beachten Sie, dass Sie dann die Kosten selbst tragen müssen. Das Geld kann Ihnen nicht nachträglich zurück erstattet werden.

Ärztinnen und Ärzte müssen sich an die ärztliche Schweigepflicht halten. Sie dürfen die ihnen anvertrauten Informationen nicht an andere weitergeben. Bestimmte Infektionskrankheiten, wie z.B. Tuberkulose und Salmonellen, müssen dem Gesundheitsamt gemeldet werden. Nur so kann eine Weiterverbreitung von Infektionskrankheiten verhindert werden. Diese Meldung hat auf das Asylverfahren keinen Einfluss.

In Deutschland wird zwischen Hausärzten und Fachärzten unterschieden. Allgemeinmediziner und praktische Ärzte sind immer als Hausärzte tätig, manchmal auch Internisten. Grundsätzlich sucht man erst einen Hausarzt auf, der dann, wenn es notwendig ist, an einen zuständigen Facharzt überweist.

Bei einfacheren Beschwerden wie Erkältung, Schmerzen, Unwohlsein mit Erbrechen oder Durchfall sollten Sie Ihren Hausarzt aufsuchen. Bei manchen Erkrankungen ist es allerdings sinnvoll gleich einen Facharzt aufzusuchen, dies kann z. B. bei unklaren Blutungen im Unterleib sein, dann sollten Sie als Frau gleich einen Gynäkologen aufsuchen. Haben Sie Verletzungen am Auge, dann gehen Sie direkt zu einem Augenarzt. Bei Zahnschmerzen gehen Sie direkt zum Zahnarzt. Ähnliches gilt für Kinder, diese werden meist von einem Kinderarzt behandelt.

Wenn Sie Ihren Arzt nachts, am Wochenende oder am Mittwochnachmittag nicht erreichen, können Sie sich an den ärztlichen Notdienst, Telefon 05361 19292, Sauerbruchstr. 7, 38440 Wolfsburg wenden.

Als Patientin oder Patient können Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt frei wählen und nach Ablauf eines Quartals auch wechseln. Es empfiehlt sich jedoch, einen festen **Hausarzt** und für die Kinder einen **Kinderarzt** zu haben

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

Dafür gibt er Ihnen einen **Überweisungsschein**:

Überweisungsschein 06BF

Praktikervorname, Nachname: Privat/Hallesche-Nationa

Name, Vorname des Versicherten: Mustermann, geb. am: 12.12.01

Glaser, Strasse 14, D 38448 Wolfsburg

Behandlungs-Nr.: 072374900, Arzt-Nr.: 207859134, Datum: 04.11.16

Diagnose/Verdachtsdiagnose:

Befund/Medikation:

Auftrag:

Vertragsgeschäftsbereich: 12 (beschränkt über Auftrag)

Überweisungs-/Abrechnungsschein 06-3

Praktikervorname, Nachname: Privat/Hallesche-Nationa

Name, Vorname des Versicherten: Mustermann, geb. am: 12.12.01

Glaser, Strasse 14, D 38448 Wolfsburg

Behandlungs-Nr.: 072374900, Arzt-Nr.: 207859134, Datum: 04.11.16

Diagnose/Verdachtsdiagnose:

Befund/Medikation:

Auftrag:

Vertragsgeschäftsbereich: 12 (beschränkt über Auftrag)

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 **Kinderuntersuchungsheft** für den Besuch beim Kinderarzt

Wenn Sie eine Ärztin oder einen Arzt suchen, die bzw. der neben der deutschen Sprache noch zusätzliche Sprachen spricht, schauen Sie bitte im Internet unter

<http://www.arztauskunft-niedersachsen.de/arztsuche/index/action> nach.

Krankenhaus

Im Krankenhaus werden Sie nur dann behandelt, wenn eine Behandlung durch eine niedergelassene Ärztin oder einen niedergelassenen Arzt nicht ausreicht.

Als Patient können Sie das Krankenhaus, in dem Sie sich behandeln lassen möchten, frei wählen. Für eine Krankenhausbehandlung (stationäre Aufnahme) erhalten Sie von Ihrem Hausarzt bzw. jeweils behandelnden Arzt eine **Einweisung**.

Krankenkasse bzw. Kostenträger Privat/Hallesche-Nationa		Verordnung von Krankenhausbehandlung	
Name, Vorname des Versicherten Mustermann Martin Glazer Strasse 14 D 38448 Wolfsburg		geb. am 12.12.01	
Krankenschein-Nr. 072374900, 207859134		<input type="checkbox"/> Belegarzt- behandlung <input type="checkbox"/> Notfall <input type="checkbox"/> Unfall, Unfallfolgen <input type="checkbox"/> Versicherungs- leiden (BVG)	
Diagnose		<input type="checkbox"/> Nachweisbare, geeignete Krankenhaus- leistung	
<p>Die Kostenverpflichtungserklärung gegenüber dem Krankenhaus bleibt der Krankenkasse vorbehalten; deshalb bitte diese Verordnung vor Aufsuchen des Krankenhauses der zuständigen Krankenkasse vorlegen.</p> <p>Geschieht das nicht, so kann die Kostenübernahme durch die Krankenkasse abgelehnt werden; es sei denn, es liegt ein Notfall vor, und ein Leistungsanspruch besteht.</p>		<p>Vom Krankenhaus auszufüllen: Krankenhausaufnahme erfolgte am (Tag)</p>	
<p>Dieses Formular wurde mittels Laserstrahl in der Kopiermaschine erstellt. Der Barcode enthält keine auf dem Formular nicht lesbaren Daten.</p>		<p>Bitte dem Patienten gesondert mitgeben! Ultraschallgutachten</p> <p>Behandlung/Maßnahmen (z. B. Medikation)</p> <p>Fragestellung/Hinweise (z. B. Allergien)</p> <p>Mittelschwere Befunde</p> <p>Dieses Formular wurde mittels Laserstrahl in der Kopiermaschine erstellt. Der Barcode enthält keine auf dem Formular nicht lesbaren Daten.</p> <p>Ausfertigung für den Krankenhausarzt! Vertraulich!</p>	

Krankenkasse bzw. Kostenträger Privat/Hallesche-Nationa		Verordnung von Krankenhausbehandlung	
Name, Vorname des Versicherten Mustermann Martin Glazer Strasse 14 D 38448 Wolfsburg		geb. am 12.12.01	
Krankenschein-Nr. 072374900, 207859134		<input type="checkbox"/> Belegarzt- behandlung <input type="checkbox"/> Notfall <input type="checkbox"/> Unfall, Unfallfolgen <input type="checkbox"/> Versicherungs- leiden (BVG)	
Diagnose		<input type="checkbox"/> Nachweisbare, geeignete Krankenhaus- leistung	
<p>Die Kostenverpflichtungserklärung gegenüber dem Krankenhaus bleibt der Krankenkasse vorbehalten; deshalb bitte diese Verordnung vor Aufsuchen des Krankenhauses der zuständigen Krankenkasse vorlegen.</p> <p>Geschieht das nicht, so kann die Kostenübernahme durch die Krankenkasse abgelehnt werden; es sei denn, es liegt ein Notfall vor, und ein Leistungsanspruch besteht.</p>		<p>Vom Krankenhaus auszufüllen: Krankenhausaufnahme erfolgte am (Tag)</p>	
<p>Dieses Formular wurde mittels Laserstrahl in der Kopiermaschine erstellt. Der Barcode enthält keine auf dem Formular nicht lesbaren Daten.</p>		<p>Bitte dem Patienten gesondert mitgeben! Ultraschallgutachten</p> <p>Behandlung/Maßnahmen (z. B. Medikation)</p> <p>Fragestellung/Hinweise (z. B. Allergien)</p> <p>Mittelschwere Befunde</p> <p>Dieses Formular wurde mittels Laserstrahl in der Kopiermaschine erstellt. Der Barcode enthält keine auf dem Formular nicht lesbaren Daten.</p> <p>Ausfertigung für den Krankenhausarzt! Vertraulich!</p>	

Suchen Sie ein Krankenhaus ohne Einweisung nur im Notfall auf.

Alle Kosten für den Aufenthalt und die Behandlung im Krankenhaus übernimmt Ihre Krankenversicherung. Sie als Patient zahlen als **Eigenanteil** 10 € pro Tag für maximal 28 Tage im Kalenderjahr.

Informationen zum Klinikum Wolfsburg erhalten Sie über www.klinikum.wolfsburg.de

Notfallversorgung

In medizinischen Notfällen erhalten Sie im Klinikum rund um die Uhr eine medizinische **Notfallversorgung**.

Was tun im akuten Notfall?

Ein Notfall ist jede Krankheit und Verletzung, die so schlimm ist, dass eine ärztliche Behandlung sofort notwendig ist. Das kann ein Beinbruch, starke Blutungen, Atemnot, eine Vergiftung oder plötzliche Bewusstlosigkeit sein.

In Situationen, die Sie für lebensbedrohlich halten, sollten Sie sofort einen Krankenwagen rufen. Bei einem Notfall rufen Sie Hilfe über die **Telefonnummer 112**. Sie können die 112 in ganz Deutschland über Mobilfunk oder über Festnetz ohne Vorwahl wählen. Beschreiben Sie die Art des Notfalles so genau wie möglich.

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!

Bei Vergiftungen rufen Sie bitte sofort den **Giftnotruf 0551 19240** an!

Beenden sie das Telefongespräch erst, wenn alle wichtigen Fragen zur Art des Notfalls geklärt sind!

Als medizinische Notfälle gelten zum Beispiel:

- akute Atemnot
- akute Schmerzen im Brustkorb
- akute Bauchschmerzen
- akuter Schwindel
- Unfall und Verletzung
- Komplikationen in der Schwangerschaft
- akute psychische Störungen
- akute Selbstmordgefahr
- Vergiftung
- allergischer Schock
- Bewusstseinsstörung oder Koma

In diesen Fällen sollten Sie direkt Hilfe bei einem Rettungsdienst, einer Notfallstelle, einer Ärztin oder einem Arzt suchen.

Auf Autobahnen finden Sie orangefarbene **Notruftelefone**, die Sie direkt mit der Rettungsleitstelle verbinden. Bei diesen Telefonen wählen Sie keine Nummer, sondern betätigen einen Hebel. Auf der Notrufsäule ist auch der genaue Standort angegeben.



Wolfsburger Notrufe

Notrufe in der Stadt Wolfsburg	emergency numbers for the city of Wolfsburg	numeri d'emergenza per la città di Wolfsburg	Вызов службы экстренной помощи в городе Вольфсбург	مكالمات الطوارئ في مدينة فولفسبورغ	Gazîkirina tengasiyê li bajarê Wolfsburg ê	📞
Polizei	police	polizia	Полиция	شرطة	Polîs	110
Feuerwehr/ Rettungsdienst/Notarzt	fire brigade / rescue service / emergency doctor	vigili del fuoco / ambulanza / guardia medica	Пожарная и спасательная службы / Скорая помощь	إطفاء الحرائق / خدمة الإنقاذ / الإسعاف	Agirtemrandin, xelaskirin, bijîşkê di tengasiya de	112
Giftnotruf	poison emergency number	numero d'emergenza veleni	Экстренный вызов в случае отравления	مكالمات الطوارئ عند التسمم	Gazîkirina tengasiyê dema jehrîketinê	0551 19240
Ärztlicher Notfalldienst	emergency service	guardia medica	Телефон экстренной медицинской помощи	الطبيب المناوب	Bijîşkê şevder	05361 19292
Klinikum Wolfsburg	hospital of the city of Wolfsburg	ospedale della città di Wolfsburg	Больница города Вольфсбург	مشفى مدينة فولفسبورغ	Xestexana bajarê Wolfsburg ê	05361 80-0
AWO Psychiatriezentrum	psychiatric centre	centro psichiatrico AWO	Психиатрический центр AWO	مركز أفو للعلاج النفسي	Sentera AWO ji bo nexweşiyên saykolojî	05353 90-0
Gesundheitsamt	local public health department	ufficio d'igiene	Ведомство по здравоохранению	دائرة الصحة	Fermangehatendurustiyê	05361 28-2020
Sozialpsychiatrischer Dienst und Krisendienst	Social-psychiatric service and crisis service	servizio social-psichiatrico e servizio crisi	Социальная психологическая служба и кризисная служба	الخدمة النفسية الإجتماعية وخدمة الحالات الطارئة	Xizmeta civakîya saykolojî û ya dema krîzan	05361 28-2040

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.

Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung....

-für den Versicherten
-für die Krankenkasse
-für den Arbeitgeber

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.

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!

Impfungen

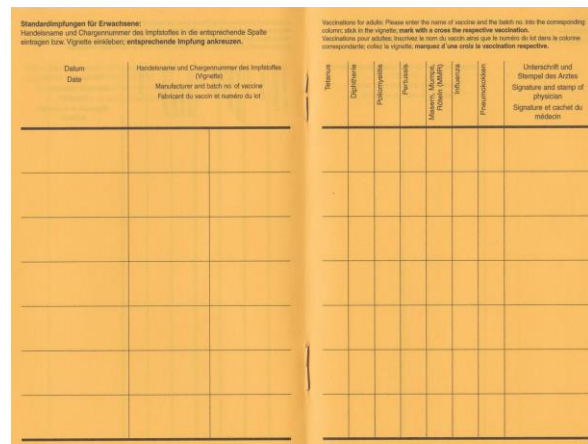
Impfungen schützen Menschen wirksam vor Krankheiten, die durch Bakterien und Viren verursacht werden. Sind sehr viele Menschen gegen bestimmte Infektionskrankheiten geimpft, können sich diese nicht mehr in der Bevölkerung verbreiten. In Deutschland gibt es Empfehlungen, wann bestimmte Impfungen vorgenommen werden sollten. Einige Impfstoffe müssen mehrmals verabreicht werden, um einen wirksamen Schutz zu erreichen. Deshalb kann es erforderlich sein, weitere Termine zur Impfung wahrzunehmen.

Möglicherweise besitzen Sie ein Impfdokument, in dem festgehalten ist, welche Impfungen Sie bereits erhalten haben. Wenn Sie noch kein Impfdokument besitzen, erhalten Sie das Impfbuch oder eine Ersatzbescheinigung nach einer Impfung kostenpflichtig von der Ärztin oder dem Arzt.



Impfbuch

Deckblatt



Innen

Schwangerschaft

Schwangere sollten von Beginn der Schwangerschaft an regelmäßig zur Frauenärztin oder zum Frauenarzt gehen. Die Ärztin oder der Arzt überwachen den Verlauf der Schwangerschaft und die Entwicklung des ungeborenen Kindes. Dazu gehören regelmäßige Untersuchungen (zum Beispiel Blutuntersuchungen, Untersuchungen des Urins und Ultraschalluntersuchungen), die Geburtsvorbereitung, die Entbindung und die Pflege danach. Von der Frauenärztin oder dem Frauenarzt 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.

Die Entbindungen werden von Hebammen und Entbindungspflegern sowie Ärztinnen oder Ärzten durchgeführt. Auch vor und nach der Geburt sind Hebammen und Entbindungspfleger wichtige Ansprechpartner.



Mutterpass Innenblatt mit Untersuchungsdaten

18

Stempel des Arztes

Unterschrift des Arztes

Blutgruppenzugehörigkeit (s. auch Seite 2)
A B O

Rh pos. (D pos./Rh neg. (D neg.) *)

Rh positiv bzw. Rh negativ wörtlich eintragen.

Diese Eintragungen entbinden den behandelnden Arzt nicht von seiner Sorgfaltspflicht (z.B. Kreuzprobe)

Datum der Untersuchung:

Protokoll-Nr. des Laboratoriums:

Antikörper-Suchtest
negativ positiv, Titer 1: _____

Röteln-Impfung
Nachweis über zwei erfolgte Rötelnimpfungen liegt vor: ja nein

Röteln-Antikörpertest
negativ positiv, Titer 1: _____
bzw. E/m: _____
immunität anzunehmen ja nein

Datum der Untersuchung:

Protokoll-Nr. des Laboratoriums:

ggf. ergänzende serologische Untersuchungen:

Mutterpass Deckblatt

Alter _____ Jahre Gewicht vor SS-Beginn _____ kg Größe _____ cm
Gravida _____ Para _____

A. Anamnese und allgemeine Befunde/Erste Vorsorge-Untersuchung (S. auch Seite 5)

1. Familiäre Belastung (z.B. Diabetes, Hypertonie, Fehlbildungen, genetische Kränkheiten, psychische Krankheiten) ja 1. nein
2. Frühere allgemeine schwere Erkrankungen (z.B. Herz, Lunge, Leber, Nieren, ZNS, Psyche) ggf. welche _____ ja 2. nein
3. Blutungs-/Thrombosenneigung _____ ja 3. nein
4. Allergie, z.B. gegen Medikamente _____ ja 4. nein
5. Frühere Bluttransfusionen _____ ja 5. nein
6. Besondere psychische Belastung (z.B. familiäre oder berufliche) _____ ja 6. nein
7. Besondere soziale Belastung (Integrationsprobleme, wirtsch. Probleme) _____ ja 7. nein
8. Rhesus-Inkompatibilität (bei vorangegangenen Schwangerschaften) _____ ja 8. nein
9. Diabetes mellitus _____ ja 9. nein
10. Adipositas _____ ja 10. nein
11. Kleinwuchs _____ ja 11. nein
12. Skelettonomalien _____ ja 12. nein
13. Schwangere unter 18 Jahren _____ ja 13. nein
14. Schwangere über 35 Jahren _____ ja 14. nein
15. Vielgeborene (mehr als 4 Kinder) _____ ja 15. nein
16. Zustand nach Sterilitätsbehandlung _____ ja 16. nein
17. Zustand nach Frühgeburt (vor Ende der 37. SSW) _____ ja 17. nein
18. Zustand nach Mehrlingsgeburt _____ ja 18. nein
19. Zustand nach 2 oder mehr Fehlgeburten/Abbrüchen _____ ja 19. nein
20. Totgeborenes Kind in der Anamnese _____ ja 20. nein
21. Komplikationen bei vorangegangenen Entbindungen
ggf. welche _____ ja 21. nein
22. Komplikationen post partum
ggf. welche _____ ja 22. nein
23. Zustand nach Sectio _____ ja 23. nein
24. Zustand nach anderen Uterusoperationen
ggf. welche _____ ja 24. nein
25. Rasche Schwangerschaftsfolgers (weniger als 1 Jahr) _____ ja 25. nein
26. Andere Besonderheiten
ggf. welche _____ ja 26. nein

Nach ärztlicher Bewertung des Kataloges A liegt bei der Erstuntersuchung ein Schwangerschaftsrisiko vor

Beratung der Schwangeren

- a) Ernährung (u.a. Jodzufuhr), Medikamente, Genussmittel (Alkohol, Tabak und andere Drogen)
- b) Tätigkeit/Beruf, Sport, Reisen
- c) Risikoberatung
- d) Geburtsvorbereitung/Schwangerschaftsgymnastik
- e) Krebsfrüherkennungsuntersuchung
- f) Zum HIV-Antikörpertest
- g) Zur Zahngesundheit

21

Kindervorsorge

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

Name _____
Vorname _____
Geburtsstag _____

Gemeinsamer Bundesausschuss

Kinderuntersuchungsheft

Bitte bringen Sie Ihr Kind zur Untersuchung:

U2 3.-10. Lebenstag vom: _____ bis: _____
U3 4.-5. Lebenswoche vom: _____ bis: _____
U4 3.-4. Lebensmonat vom: _____ bis: _____
U5 6.-7. Lebensmonat vom: _____ bis: _____
U6 10.-12. Lebensmonat vom: _____ bis: _____
U7 21.-24. Lebensmonat vom: _____ bis: _____
U7a 34.-36. Lebensmonat vom: _____ bis: _____
U8 46.-48. Lebensmonat vom: _____ bis: _____
U9 60.-64. Lebensmonat vom: _____ bis: _____

Diese Untersuchungstermine sollten Sie im Interesse Ihres Kindes bitte genau einhalten.

Bezeichnung	Alter des Kindes
U 1	Nach der Geburt
U 2	3.-10. Lebenstag
U 3	4.-5. Lebenswoche
U 4	3.-4. Lebensmonat
U 5	6.-7. Lebensmonat
U 6	10.-12. Lebensmonat
U 7	21.-24. Lebensmonat
U 7a	34.-36. Lebensmonat
U 8	46.-48. Lebensmonat
U 9	60.-64. Lebensmonat
J 1	13.-14. Lebensjahr

Kinderuntersuchungsheft

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.

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.

Gesundheitsamt

Das Gesundheitsamt ist Teil des öffentlichen Gesundheitswesens, dessen Aufgaben gesetzlich geregelt sind. Die Hauptaufgabe des Gesundheitsamtes ist der Infektionsschutz und die Hygieneüberwachung der Bevölkerung.

Darüber hinaus bietet das Gesundheitsamt folgende Informations- und Beratungsdienste an:

- Tuberkulose-Beratungsstelle
- HIV-Sprechstunde (Test und Beratung)
- Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
- Untersuchungs- und Gutachterdienst für Behörden
- Reisemedizinische Sprechstunde
- Zahnärztlicher Dienst

Nähere Informationen und Kontaktdaten finden Sie unter <http://ww.wolfsburg.de/leben/sozialesgesundheit/gesundheit>

Psychiatrie

Der Sozialpsychiatrische Dienst bietet Unterstützung in psychischen Krisen und bei chronischer psychischer Erkrankung.

Nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch deren Angehörige, Freunde, Bekannte und Arbeitskollegen können sich an den Sozialpsychiatrischen Dienst wenden.

Im Sozialpsychiatrischen Dienst arbeitet ein Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, eine Kinder- und Jugendpsychiaterin, gemeinsam mit Sozialarbeitern/-pädagoginnen und einer Heilpädagogin.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht. Eine Beratung ist kostenfrei.

Nähere Informationen und Kontaktdaten finden Sie unter <http://www.wolfsburg.de/newsroom/2015/02/12/19/27/sozialpsychiatrischer-dienst>

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.

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

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.



BERATUNGSSTELLEN

donum vitae Wolfsburg

staatlich anerkannte Schwangeren und Schwangerenkonfliktberatungsstelle
für geflüchtete Frauen

(Daniela Opitz opitz@donumvitae.org)

Goethestr. 54

38440 Wolfsburg

Tel. 0 53 61-2 72 98 94

Email: wolfsburg@donumvitae.org

http://wolfsburg.donumvitae.org/Wir_sind_donum_vitae_Wolfsburg_Schwangerenberatung

Diakonisches Werk des Kirchenkreis Wolfsburg-Wittingen

Kirchenkreissozialarbeit Süd

Flüchtlingshilfe

Alexandra Fastracht

Jenaer Straße 39 B

38444 Wolfsburg-Westhagen

Tel.: 05361 8918141

Email: fluechtlingsarbeit.wolfsburg@evlka.de

http://www.kirche-wolfsburg-wittingen.de/dienste/diakonie/kirchenkreissozialarbeit_sued

Stadt Wolfsburg - Geschäftsbereich Soziales und Gesundheit

Beauftragte für die Belange behinderter Menschen

Susanne Deimel

Porschestraße 49

38440 Wolfsburg

Tel. 05361 28-2908

Email: susanne.deimel@stadt.wolfsburg.de

<http://www.wolfsburg.de/leben/sozialesgesundheit/behinderung>

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Evangelischen Kirche

Laagbergstr. 50

38440 Wolfsburg

Tel: 05361 13162

Email: lebensberatung@wolfsburg.de

<http://www.lebensberatung-wolfsburg.de/index.html>

Stadt Wolfsburg – Gesundheitsamt

HIV- Sprechstunde (Test und Beratung)

Rosenweg 1a

38446 Wolfsburg

Tel. 05361 28-2020

Email: gesundheitsamt@stadt.wolfsburg.de

<http://www.wolfsburg.de/leben/sozialesgesundheit/gesundheitsamt>



BERATUNGSSTELLEN

Aids-Hilfe Wolfsburg e.V.

Kleiststraße 13
38440 Wolfsburg
Tel. 05361 1 33 32
Email: aids-hilfe@wolfsburg.de
<http://www.aidshilfe-wolfsburg.de/>

AWO-Familienberatungszentrum Wolfsburg

Beratung zu Familienplanung, Schwangerschaft,
Geburt, Säuglings- und Kleinkindberatung
Bebelstraße 9
38440 Wolfsburg
Tel. 0 53 61 2 75 93 13
Email: fbz@awo-bs.de

Caritas Wolfsburg e.V.

Beratungsstelle für Schwangere und Familien
Antonius-Holling-Weg 8
38440 Wolfsburg
Tel. 05361 89009-20
Email: schwangerenberatung@caritas-wolfsburg.de

Diakonisches Werk Wolfsburg e.V.

Suchtberatungsstelle

Fachstelle für Sucht und Suchtprävention
Nordsteimker Straße 3
38446 Wolfsburg
Tel. 05361 501 1800
suchtberatung@diakonie-wolfsburg.de

Dialog e.V.

Fachstelle bei häuslicher Gewalt
Fachberatung bei sexuellem Missbrauch für Frauen und Männer
Mädchentreff – Rote Zora
Goethestraße 59
38440 Wolfsburg
Tel. 05361 8912300
Email: dialog@wolfsburg.de
<http://www.dialog-wolfsburg.de/>



BERATUNGSSTELLEN

Ehe-, Familien- u. Lebensberatung der Kath. Kirche

Kleiststr. 27
38440 Wolfsburg
Tel.: 05361 25325

Ev. Familienbildungsstätte (Fabi)

Im Haus der Kirche
An der Christuskirche 3a
38440 Wolfsburg
Tel. 05361 89333-10
Email: info@fabi-wolfsburg.de
www.fabi-wolfsburg.de

pro familia Schwangerenberatung

Stormhof 2
38440 Wolfsburg
Tel. 05361 25457
Email: wolfsburg@profamilia.de

Stadt Wolfsburg, Abteilung Prävention

Koordination Frühe Hilfen, Koordination Familienbegleitung,
Babybesuchsdienst und Elternschule
Birte Neitzel
Neuhäuser Straße 9, 38448 Wolfsburg
Tel. 05363 81303630
Mobil: 0151 54648107
Email: birte.neitzel@stadt.wolfsburg.de
www.wolfsburg.de/fruehehilfen

Jugend- und Drogenberatung Wolfsburg

Lessingstr. 27
38440 Wolfsburg
Tel. 0 53 61 27 90 0
Email: info@drogenberatung-wolfsburg.de
<http://www.drogenberatung-wolfsburg.de/kontakt>

Stadt Wolfsburg -Sozialpsychiatrischer Dienst

Rosenweg 1a
38446 Wolfsburg
Tel. 05361 28-2040
Email: sozialpsychiatrischerdienst@stadt.wolfsburg.de

Quellennachweis

- Hygientipps

Mit freundlicher Genehmigung und Unterstützung der
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
Maarweg 149-161
50825 Köln

Weitere Abbildungen zu beispielsweise Übertragungswegen und Hygientipps
finden Sie auch im BZgA-Angebot unter

<http://www.infektionsschutz.de/mediathek/infografiken/>

- Formularmuster – Wolfsburger Arztpraxis

- Bilder <https://pixabay.com/de/>

- Textquellen

„Ratgeber Gesundheit für Asylsuchende in Deutschland“,
Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.)

Task Force Migration und Gesundheit

Referat Z24 „Migration, Integration, Demografie und Gesundheit“

11055 Berlin

Stand Februar 2016 (2. Auflage)

- „Gesundheitswegweiser -

Migrantinnen und Migranten im Landkreis Darmstadt-Dieburg“

Kreisausschuss des Landkreises Darmstadt-Dieburg (Hrsg.)

Interkulturelles Büro

Jägertorstraße 207

64289 Darmstadt

und

Kreiskliniken Darmstadt-Dieburg

Krankenhausstraße 11

64823 Groß-Umstadt

Stand November 2014