



GESUNDHEITSVERSORGUNG

IN DEUTSCHLAND

**Eine Informationsbroschüre
für Migrantinnen und Migranten
in Hamburg**

Gesundheitsversorgung in Deutschland

Eine Informationsbroschüre für Migrantinnen und Migranten in Hamburg

Diese Broschüre soll Ihnen helfen, sich im deutschen Gesundheits-System zurecht zu finden. Wir wollen, dass Sie schnell die richtige Hilfe bekommen.

Sie finden hier Informationen zur

- *Krankenversicherung*
- *Pflegeversicherung*
- *Gesundheitsvorsorge.*

Außerdem finden Sie Tipps für Ihren Termin beim Arzt.

Achtung

Wir benutzen im folgenden Text nur die männliche Form. Der Text ist so einfacher zu lesen. Wir meinen aber immer Männer und Frauen.



Die Krankenversicherung in Deutschland 6

Die Aufgabe der gesetzlichen Krankenversicherungen 6

So funktioniert die gesetzliche Krankenversicherung 7

Die Wahl der Krankenversicherung 8

Die Gesundheitskarte 10



Der Termin beim Arzt 12

Zu welchem Arzt können Sie gehen, wenn Sie krank sind? 13

Wie vereinbaren Sie einen Termin beim Arzt? 14

Wie bereiten Sie sich auf den Arzttermin vor? 15



Was müssen Sie zum Arzttermin mitnehmen? 16

Wie verläuft die Behandlung beim Arzt? 18

Medikamente 20

Wo bekommen Sie die Medikamente? 21

Antrag auf Befreiung von der Zuzahlung 22



Die Gesundheits-Vorsorge 24

Impfungen 26

Die Pflegeversicherung 28

Die Leistungen der Pflegeversicherung 28

Die Pflegeberatung 30

Hilfe bei Behinderung 30



Sie brauchen dringend einen Arzt oder es gibt einen Notfall 31

Weitere Informationen 33



Die **Notfallnummern** finden Sie ganz hinten im Heft auf **Seite 31** →

Die Krankenversicherung in Deutschland

Die Aufgabe der gesetzlichen Krankenversicherungen

In Deutschland muss jeder eine Krankenversicherung haben. Eine Krankenversicherung nennt man auch Krankenkasse. Das regelt ein Gesetz. Man nennt das **Versicherungspflicht**.

Die meisten Menschen in Deutschland sind Mitglied in einer **gesetzlichen Krankenversicherung**. Es gibt viele verschiedene Anbieter von gesetzlichen Krankenversicherungen.

Eine gesetzliche Krankenversicherung soll dafür sorgen, dass

- die Mitglieder gesund bleiben
- sich der Gesundheitszustand der Mitglieder bessert
- die Mitglieder nach einer Krankheit wieder ganz gesund werden.

Alle Mitglieder sollen die Behandlung bekommen, die sie brauchen. Manche Menschen sind oft krank, andere selten. Manche Menschen brauchen teure Medikamente. Andere Menschen brauchen nur selten ein Medikament.

Die gesetzliche Krankenversicherung arbeitet nach dem Grundsatz: Die Mitglieder sind füreinander da. Man sagt auch: Die Mitglieder sind solidarisch. Alle Mitglieder werden gleich behandelt. Die gesetzliche Krankenversicherung ist eine **Solidar-Gemeinschaft**.

So funktioniert die gesetzliche Krankenversicherung:

Sie zahlen jeden Monat einen bestimmten Beitrag an Ihre Krankenversicherung. Die Krankenversicherung bezahlt dann zum Beispiel

- Ihre Behandlung beim Arzt
- Ihre Behandlung im Krankenhaus
- notwendige Medikamente.

Sie bekommen die Behandlung, die Sie brauchen. Es ist egal, wie oft Sie eine Behandlung brauchen. Sie bezahlen immer den gleichen Beitrag.

Ihre Beiträge zur gesetzlichen Krankenversicherung richten sich nach Ihrem monatlichen Einkommen. Wenn Sie eine Arbeitsstelle haben, wird der Beitrag direkt von Ihrem Gehalt abgezogen. Ihr Arbeitgeber zahlt Ihnen die Hälfte des Beitrags.

Wenn Sie arbeitslos sind, zahlt der Staat die Beiträge für Ihre Krankenversicherung, bis Sie wieder eine Arbeit haben.



Die Wahl der Krankenversicherung

Mit Ihrer Ankunft in Hamburg werden Sie Mitglied in der Krankenversicherung AOK Bremen/Bremerhaven.

Achtung

In dieser Versicherung bleiben Sie nur in den ersten 15 Monaten nach Ihrer Ankunft. Danach müssen Sie eine andere Krankenversicherung wählen.

Es gibt zwei unterschiedliche Arten der Krankenversicherung. Es gibt die gesetzlichen und die privaten Krankenversicherungen.



1. Die gesetzlichen Krankenversicherungen

Die meisten Menschen in Deutschland sind in einer gesetzlichen Krankenversicherung. Alle gesetzlichen Krankenversicherungen zahlen allen Mitgliedern die gleichen Leistungen.

Das sind zum Beispiel die Kosten für

- die Behandlung beim Arzt
- die Behandlung im Krankenhaus.

Manche Krankenversicherungen bezahlen darüber hinaus noch weitere Leistungen. Zum Beispiel Leistungen, um Krankheiten vorzubeugen.

Die Beiträge zu den gesetzlichen Krankenversicherungen sind unterschiedlich hoch. Es gibt viele Krankenversicherungen in Deutschland.

Informieren Sie sich im Internet. Oder in den Büros der Krankenversicherungen. Es ist nicht einfach, die Leistungen der Krankenversicherungen zu vergleichen. Vielleicht brauchen Sie dabei einen Dolmetscher.

2. Die privaten Krankenversicherungen

In eine private Krankenversicherung kann nur eintreten, wer ein höheres Einkommen hat (mind. 57.600 € im Jahr).

Bei der privaten Krankenversicherung zahlt jedes Mitglied einen anderen Beitrag. Der Beitrag richtet sich nach

- dem Alter
- dem Gesundheitszustand.

Die Gesundheitskarte

Wenn Sie sich bei einer Krankenversicherung angemeldet haben, bekommen Sie eine Chip-Karte. Diese Karte heißt Gesundheitskarte.

Auf der Karte ist ein Foto von Ihnen. Auf der Karte ist auch ein Speicherchip. Die Karte gilt nur für Sie und für Ihre Kinder unter 15 Jahren. Sie müssen auf der Karte unterschreiben. Sie müssen die Karte immer bei sich haben.

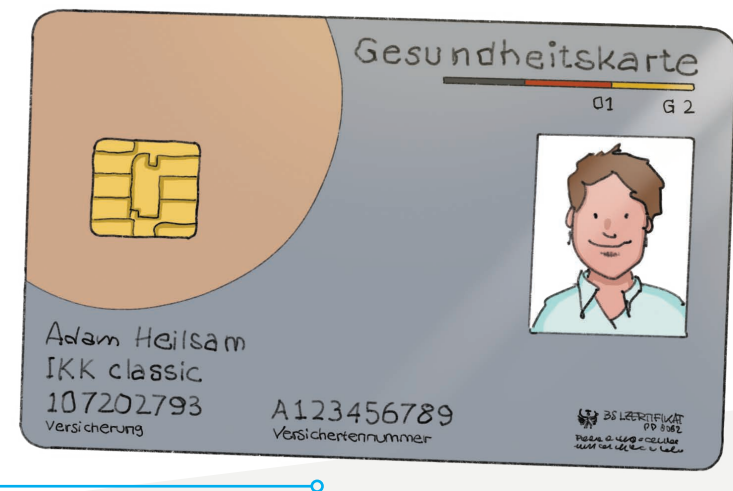
Auf der Karte sind Ihre persönlichen Daten gespeichert. Zum Beispiel:

- *Ihr Name und Ihre Anschrift*
- *Ihr Geburtsdatum*
- *Der Name Ihrer Krankenversicherung*
- *Ihre Versicherten-Nummer*

Achtung

Wenn Sie in eine Arztpraxis gehen, müssen Sie Ihre Gesundheitskarte dort vorzeigen. Die Arztpraxis speichert Ihre Daten und den Grund Ihrer Behandlung.

Der Arzt rechnet die Kosten für Ihre Behandlung direkt mit Ihrer Krankenversicherung ab.



Der Termin beim Arzt



Zu welchem Arzt können Sie gehen, wenn Sie krank sind?

In Deutschland können Sie Ihren Arzt frei wählen. Suchen Sie sich zuerst einen **Hausarzt**. Möglichst in Ihrer Nähe. Ein Hausarzt ist ein Allgemein-Arzt. Das bedeutet: Er ist für alle medizinischen Probleme zuständig. Gehen Sie immer zuerst zum Hausarzt, wenn Sie krank sind.

Wenn es nötig ist, kann der Hausarzt Sie an einen **Facharzt** überweisen. Dazu gibt er Ihnen ein ausgefülltes Formular. Dieses Formular heißt **Überweisung**. Ein Facharzt ist ein Spezialist für ein medizinisches Fachgebiet.

Bei folgenden Problemen gehen Sie gleich zu einem Facharzt:

- Bei Zahnschmerzen oder Problemen im Mund gehen Sie direkt zu einem **Zahnarzt**
- Bei allen Fragen zu Schwangerschaft, Geburt und Frauengesundheit gehen Sie direkt zu einem **Frauenarzt**
- Wenn Ihr Kind krank ist, gehen Sie direkt zu einem **Kinderarzt**

Die Krankenversicherung bezahlt Behandlungskosten für jeden Arzt.



Wie vereinbaren Sie einen Termin beim Arzt?

Vor einem Gespräch mit einem Arzt müssen Sie einen Termin vereinbaren. Das können Sie **telefonisch** tun. Oder Sie machen es direkt in der **Arztpraxis**.

Ein Termin ist eine feste Verabredung. Sie müssen diese einhalten. Sie müssen pünktlich am vereinbarten Tag und zur vereinbarten Uhrzeit in der Arztpraxis sein. Manchmal müssen Sie ein wenig warten. Der Arzt nimmt sich genug Zeit für Sie.

Wenn Sie einen Arzttermin nicht einhalten können, sagen Sie rechtzeitig in der Arztpraxis Bescheid. Sie können dann auch einen neuen Termin vereinbaren.

Sie können von Montag bis Freitag in eine Arztpraxis gehen. Sonnabend und Sonntag sind die Arztpraxen geschlossen.

Wenn Sie am Wochenende einen Arzt brauchen, rufen Sie den **Ärztlichen Bereitschaftsdienst** an.

Die Telefonnummer ist in Hamburg

(040) 116 117

Oder gehen Sie in ein Krankenhaus. Das gilt vor allem für **Notfälle**. Oder falls Sie nachts einen Arzt brauchen. Mehr hierzu lesen Sie auf den **Seiten 31** und **32**.



Wie bereiten Sie sich auf Ihren Arzttermin vor?

Ihr Arzt braucht einige wichtige Informationen von Ihnen. Schreiben Sie auf:

- *Wie fühlen Sie sich?*
- *Wo haben Sie Schmerzen?*
- *Welche Fragen haben Sie?*
- *Welche Medikamente nehmen Sie?*
- *Vertragen Sie bestimmte Medikamente nicht?*
- *Waren Sie in letzter Zeit beim Arzt?*
- *Bei welchem Arzt waren Sie zuletzt?*

Wenn Sie nur wenig Deutsch sprechen:

- *Fragen Sie vor Ihrem Besuch in der Arztpraxis, ob man dort Ihre Sprache spricht*
- *Überlegen Sie: Wer kann Sie zum Arzttermin begleiten?*

Die Person sollten Sie gut kennen. Die Person muss gut Deutsch sprechen. **Denken Sie daran: Kinder sind für diese Aufgabe nicht immer geeignet.**

Vielleicht brauchen Sie einen Dolmetscher. Es gibt kostenlose Dolmetscher. Fragen Sie danach

- *in Ihrer Unterkunft*
- *im Deutschkurs.*





Was müssen Sie zum Arzttermin mitnehmen?

Bitte bringen Sie mit:

- Ihre Gesundheitskarte
- Ihre Fragen zu Ihrer Krankheit

Vielleicht haben Sie noch andere Unterlagen. Dann bringen Sie diese auch mit.

Zum Beispiel:

- Eine Überweisung
- Unterlagen zu früheren Krankheiten
- Ihren Impfpass
- Ihren Allergiepass
- Röntgen-Bilder



Nehmen Sie Medikamente? Dann bringen Sie die Medikamente auch mit.

Sie können gerne einen erwachsenen Begleiter mitbringen. Der Begleiter kann für Sie dolmetschen. So sind Sie sicher, dass Sie den Arzt richtig verstehen.





Wie verläuft die Behandlung beim Arzt?

Beim ersten Arzttermin müssen Sie einen **Fragebogen** ausfüllen. Sie müssen zum Beispiel beantworten welche Krankheiten oder Allergien Sie haben.

Im Behandlungs-Zimmer fragt der Arzt, warum Sie zu ihm kommen.

Achtung

Wichtig ist: Sprechen Sie offen über Ihre gesundheitlichen Probleme. Beantworten Sie alle Fragen ehrlich. Nur dann kann der Arzt Ihnen wirklich helfen.

In Deutschland haben alle Ärzte Schweigepflicht.

Das heißt: Was Sie dem Arzt sagen, muss der Arzt für sich behalten. Er darf mit niemandem über Sie und Ihre Krankheit sprechen.

Nach dem Gespräch untersucht der Arzt vielleicht noch Ihren Körper. Dazu müssen Sie sich vielleicht ausziehen.

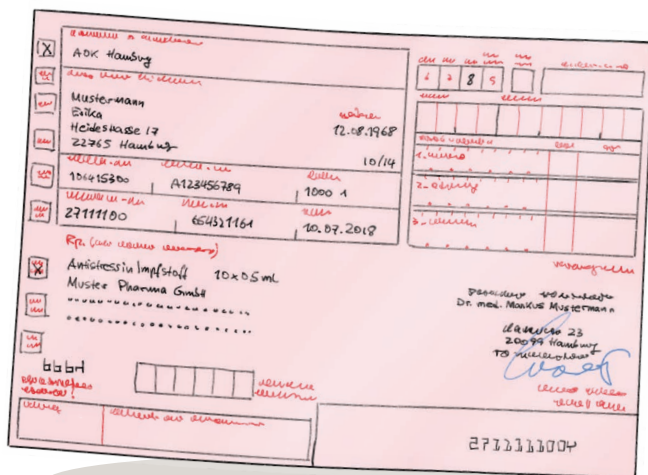




Medikamente

Vielleicht brauchen Sie Medikamente.
Der Arzt schreibt dann ein **Rezept** für Sie.

So sieht ein Rezept aus:



Auf dem Rezept stehen die Medikamente.
Der Arzt spricht mit Ihnen über die
Medikamente. Schreiben Sie am besten
auf, was der Arzt sagt. Dann können Sie
es nicht vergessen. Es ist sehr wichtig, dass
Sie die Medikamente richtig einnehmen.
Fragen Sie den Arzt, wenn Sie etwas nicht
verstehen.

Die deutschen Medikamente wirken sehr
gut. Nehmen Sie nur die Medikamente,
die Ihnen der Arzt verschrieben hat.
Nehmen Sie nicht mehr als notwendig.
Und auch nicht weniger als notwendig.
Wenn Sie ein Medikament nicht gut
vertragen, sprechen Sie mit dem Arzt
darüber.

Wo bekommen Sie die Medikamente?

Medikamente bekommen Sie in **Apotheken**.
Das ist das Zeichen für Apotheken:



Geben Sie dem Apotheker das Rezept.
Dann bekommen Sie Ihr Medikament.
Wenn Sie noch Fragen haben, hilft Ihnen
der Apotheker.

Manche Medikamente können Sie auch
ohne Rezept kaufen. Zum Beispiel
Tabletten gegen leichte Schmerzen.

Passen Sie gut auf:

**Kinder dürfen Medikamente
nicht alleine einnehmen.**

Achtung

Für die meisten Medikamente müssen Sie
5 Euro bezahlen. Das ist ihr Beitrag zu den
Kosten der Medikamente. Man nennt das
Zuzahlung. Sie müssen das Geld zusätzlich
zu Ihrem Beitrag für die Krankenversi-
cherung zahlen. Vielleicht können Sie sich
von der Zuzahlung befreien lassen.
Dafür müssen Sie einen Antrag stellen.
Mehr dazu lesen Sie auf **Seite 22**.



Antrag auf Befreiung von der Zuzahlung

Vielleicht brauchen Sie viele Medikamente.

Zum Beispiel:

- weil Sie sehr krank sind oder
- weil Sie starke Schmerzen haben.

Das kann viel Geld kosten. Vielleicht haben Sie nicht genug Geld für die Zuzahlung der Medikamente.

Dann können Sie einen **Antrag** auf Befreiung von der Zuzahlung stellen. Den Antrag stellen Sie bei Ihrer Krankenversicherung.

Das geht so:

Sammeln Sie alle **Quittungen** von Medikamenten und Dingen, die Ihnen der Arzt verschreibt. Gehen Sie damit zu Ihrer Krankenversicherung.




Wenn die Krankenversicherung dem Antrag zustimmt, müssen Sie nichts bezahlen. Sie sind dann von der Zuzahlung befreit.



Die Gesundheits-Vorsorge

In Deutschland werden Untersuchungen angeboten, um Krankheiten früh zu erkennen und zu behandeln. Das nennt man **Gesundheits-Vorsorge**. Viele Angebote sind kostenlos für Sie und Ihre Familie. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten.

Das sind die kostenlosen Angebote der Gesundheits-Vorsorge:

Alter in Jahren	Geschlecht	Rhythmus	Angebot
0 bis 6		U1 - U9	Untersuchungen zur Erkennung von Krankheiten (<i>Dokumentation im Kinderuntersuchungsheft</i>)
0 bis 6		3 Untersuchungen durch den Zahnarzt	Feststellung von Krankheiten im Mund <i>Nummer 1: 30.-42. Monat Nummer 2: 49.-52. Monat Nummer 3: 60.-72. Monat</i>
6 bis 18		jährlich	Untersuchung auf Krankheiten der Zähne
13/14		1 Untersuchung	Gesundheits-Untersuchung
Schwangerschaft	♀	6./7. Monat	Untersuchung auf Zuckerkrankheit
	♀	3x in der Schwangerschaft	Ultraschalluntersuchungen
	♀	1x in der Schwangerschaft	Untersuchung auf Chlamydien
	♀	1x in der Schwangerschaft	Untersuchung auf eine HIV-Infektion

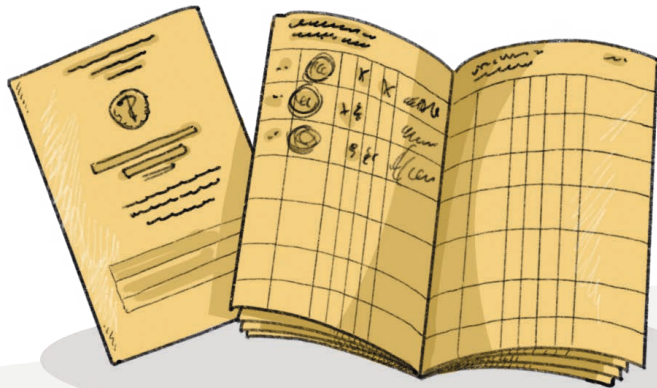
Alter in Jahren	Geschlecht	Rhythmus	Angebot
bis 25	♀	jährlich	Untersuchungen auf Chlamydien
ab 30	♀	jährlich	Untersuchungen zur Erkennung von Krebs (Frauenarzt)
ab 35	♀ ♂	alle 2 Jahre	Gesundheits-Untersuchung
ab 35	♀ ♂	alle 2 Jahre	Untersuchung auf Hautkrebs (Hautarzt)
ab 45	♂	jährlich	Untersuchung zur Erkennung von Krebs
ab 50	♀	alle 2 Jahre	Untersuchungen zur Erkennung von Brustkrebs (Frauenarzt)
ab 50	♀ ♂	alle 2 Jahre	Untersuchungen zur Erkennung von Darmkrebs
ab 55	♀ ♂	jährlich	Untersuchungen zur Erkennung von Darmkrebs
ab 55	♀ ♂	alle 10 Jahre	Untersuchungen zur Erkennung von Darmkrebs (Darmspiegelung)
ab 65	♀	1 Untersuchung	Untersuchungen zur Erkennung eines Bauchaorten-Aneurysma

Impfungen

In Deutschland werden Impfungen als Schutz vor verschiedenen Krankheiten empfohlen. Manche Impfungen müssen mehrmals wiederholt werden. Erst dann schützen sie wirklich. Die Impfungen sind freiwillig und kostenlos. Besonders kleine Kinder sollten geimpft werden. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten.

Mit der ersten Impfung erhalten Sie von Ihrem Arzt einen **Impfpass**. Auch Ihr Kind bekommt einen Impfpass. Bewahren sie Ihren Impfpass auf. Bewahren Sie die Impfpass Ihrer Familie auf. Auch alle weiteren Impfungen werden eingetragen.

So sieht ein Impfpass aus:



Die Pflegeversicherung

Viele alte und kranke Menschen und einige Menschen mit Behinderungen brauchen Pflege und Hilfe im Alltag. Sie können sich nicht mehr alleine versorgen. Sie sind pflegebedürftig.

Dafür gibt es die **Pflegeversicherung**. In Deutschland muss jeder eine Pflegeversicherung haben. Die Beiträge für die Pflegeversicherung werden mit der Krankenversicherung bezahlt.

Die Leistungen der Pflegeversicherung

Die Pflegeversicherung bezahlt die Pflege und Hilfe im Alltag. Manche Menschen brauchen viel Hilfe, manche brauchen weniger Hilfe.

Die Hilfe wird in 5 Grade der Pflegebedürftigkeit eingeteilt. Je mehr Hilfe man braucht, desto höher ist der Pflegegrad. Die Einteilung macht der Medizinische Dienst der Krankenversicherung.

Wenn man Pflege braucht, gibt es 3 Möglichkeiten:

- Angehörige oder Nachbarn übernehmen die Pflege zu Hause
- Ein Pflegedienst übernimmt die Pflege zu Hause
- Man kommt in ein Pflegeheim.



Die Pflegeversicherung zahlt zum Beispiel:

Pflegegeld:

Pflegegeld bekommt man, wenn man zu Hause von Angehörigen oder Nachbarn gepflegt wird.

Pflegesachleistung:

Pflegesachleistung wird gezahlt, wenn man zu Hause von einem Pflegedienst gepflegt wird.

Sonstige Leistungen bei der Pflege zu Hause:

Dazu gehören Hilfsmittel und technische Hilfen.

Hilfsmittel sind zum Beispiel:

- Einmal-Handschuhe
- Mittel zum Desinfizieren

Technische Hilfen sind zum Beispiel:

- Pflegebetten
- Toiletten-Stühle
- Gehhilfen
- Rollatoren

Vollstationäre Leistungen:

Vollstationäre Leistungen werden gezahlt, wenn man in einem Pflegeheim gepflegt wird.



Die Pflegeberatung

Pflegebedürftige Menschen und pflegende Angehörige können sich zu den Leistungen der Pflegeversicherung beraten lassen.

Die Beratung ist kostenlos. Die Berater kommen auch zu Ihnen.

Mehr Informationen bekommen Sie bei

- den Pflegeversicherungen und Krankenversicherungen
- den Pflege-Stützpunkten.

Pflege-Stützpunkte finden Sie in verschiedenen Stadtteilen in Hamburg.

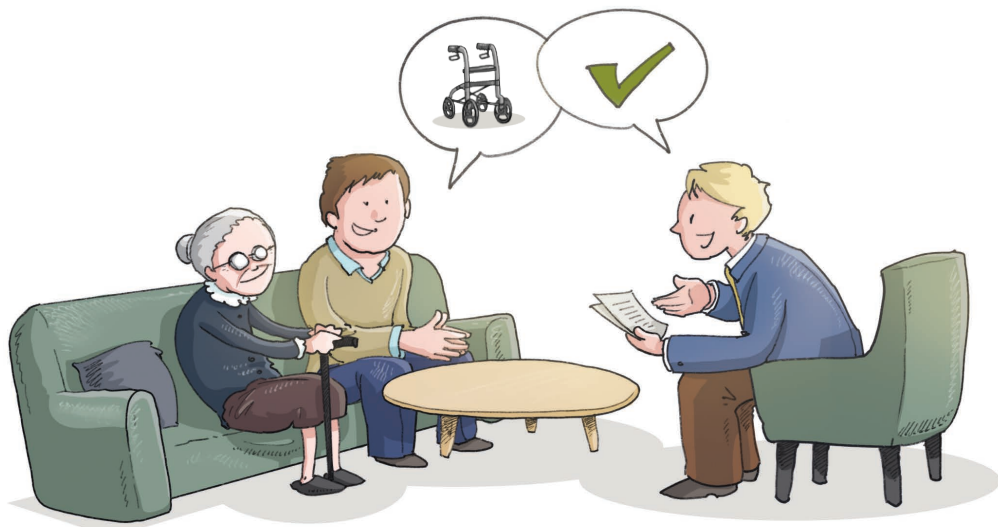
Hilfe bei Behinderung

Haben Sie oder ein Mitglied Ihrer Familie eine **Behinderung**?

In Deutschland werden Menschen mit Behinderungen unterstützt: sie bekommen Geld. Und sie bekommen Hilfe, damit sie Ihren Alltag organisieren können.

Mehr Informationen bekommen Sie bei

- den Pflegeversicherungen und Krankenkassen
- den Pflege-Stützpunkten.



IM NOTFALL

Sie brauchen dringend einen Arzt oder es gibt einen Notfall

Am **Wochenende**, an **Feiertagen** und **nachts** können Sie nicht zu Ihrem Arzt gehen. Wenn Sie zu diesen Zeiten einen Arzt brauchen, gibt es 4 Möglichkeiten:

- den ärztlichen Bereitschaftsdienst
- die Notfall-Praxis
- die Notaufnahme in einem Krankenhaus in Ihrer Nähe
- den Rettungswagen (für Notfälle)

Der ärztliche Bereitschaftsdienst

Den ärztlichen Bereitschaftsdienst erreichen Sie in Hamburg unter der Nummer **(040) 116 117**



Die Notfall-Praxis

Die Notfall-Praxen sind geöffnet:

Montag bis Freitag:	19:00 – 24:00 Uhr
Mittwoch:	13:00 – 24:00 Uhr
Wochenende/Feiertag:	07:00 – 24:00 Uhr

Die Adressen sind:

Notfallpraxis Altona
Stresemannstraße 54
22769 Hamburg

Notfallpraxis Farmsen
Berner Heerweg 124
22159 Hamburg



IM NOTFALL

Die Notaufnahme im Krankenhaus

Sie können auch in ein **Krankenhaus** gehen.

- *Melden Sie sich zuerst in der Notaufnahme an.*
- *Zeigen Sie Ihre Gesundheitskarte und Ihren Ausweis.*
- *Bleiben Sie im Wartezimmer, bis der Arzt Sie untersucht.*

Vielleicht sind Sie sehr krank und Sie können nicht allein ins Krankenhaus gehen. Dann rufen Sie einen **Rettungswagen**.

Der Rettungswagen (für Notfälle)

Ein Notfall muss sofort behandelt werden.
Das ist zum Beispiel ein Notfall:

- *ein schwerer Unfall*
- *eine lebensgefährliche Erkrankung*
- *eine Vergiftung*



Rufen Sie bei einem Notfall sofort einen Rettungswagen. Die Nummer ist **112**.

Am Telefon müssen Sie diese Fragen beantworten:

- *Wie heißen Sie?*
- *Wo sind Sie?*
- *Was ist passiert?*
- *Wie geht es Ihnen oder dem Kranken?*

Impressum

Herausgeber

Freie und Hansestadt Hamburg
Bezirksamt Altona
Dezernat Soziales, Jugend und Gesundheit
Fachamt Gesundheit
Bahnenfelder Straße 254-260
22765 Hamburg

Layout

fuchs + veilchen Designstudio
Ferdinand-Beit-Straße 7B
20099 Hamburg

Druck

**Hausdruckerei der Behörde
für Stadtentwicklung und Wohnen (BSW)**
Neuenfelder Straße 19
21109 Hamburg

Stand

Juni 2018



