

INHALT

Vorwort	1
Wie verwende ich den Gesundheitswegweiser?	3

WIE BLEIBE ICH GESUND?

Gesunde Ernährung und Bewegung	4
Rauchen vermeiden und wenig Alkohol trinken	6
Impfen	8
Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten und HIV / Aids	9
Vorsorgeuntersuchungen	10
Psychische Gesundheit	10

WIE FUNKTIONIERT DIE KRANKENVERSICHERUNG?

Krankenkasse	12
Unfall- und Invalidenversicherung	18

WIE FUNKTIONIERT DIE MEDIZINISCHE VERSORGUNG?

Hausärztin und Hausarzt	20
Apotheke	23
Psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung	25
Zahnärztliche Versorgung	29
Notfall	30
Im Spital	32
Versorgung bei Schwangerschaft und Geburt	35
Hilfe und Pflege zu Hause: Die Spitex	38
Medizinische Altersversorgung	40

WAS SIND MEINE RECHTE UND PFLICHTEN ALS PATIENTIN, PATIENT?

Meine Rechte als Patientin, Patient	42
Meine Pflichten als Patientin, Patient	44
Interkulturelles Dolmetschen	45

HINWEISE FÜR PERSONEN AUS DEM ASYLBEREICH UND PERSONEN OHNE AUFENTHALTSRECHT (SANS-PAPIERS)

Asylsuchende, vorläufig Aufgenommene und Schutzbedürftige	47
Sans-Papiers	48