

Медичні послуги в Норвегії - що важливо знати?

Helsetjenester i Norge - hva er viktig å vite?

Вебінар українською мовою 23.03.23

Webinar på ukrainsk 23.03.23

Ласкаво

Velkommen



Sofia Øien



Yuliya Haugland



Tetyana Tkachenko



Ragnhild S Spilker



Angela Labberton



Helen Ghebremedhin

Організація послуг охорони здоров'я в Норвегії

Organisering av helsetjenestene i Norge

Софія Оєн (лікар загальної практики/сімейний лікар)

Сьогоднішні теми

Темаer i dag

Організація послуг охорони здоров'я в Норвегії

- Права
- Оплата послуг охорони здоров'я
- Постійний/сімейний лікар
- Відділення екстреної допомоги
- Лікарня
- Дитяча консультація (для дітей віком 0-5 років)/пункт здоров'я матері та дитини
- Будинки престарілих і догляд на дому
- Стоматологічні послуги
- Охорона психічного здоров'я
- Право на перекладача
- Питання та відповіді

Organisering av helsetjenestene i Norge

- Rettigheter
- Betaling for helsetjenester
- Fastlege
- Legevakt
- Sykehus
- Helsestasjon
- Sykehjem og hjemmesykepleie
- Tannhelsetjenester
- Psykisk helsehjelp
- Rett til tolk
- Spørsmål og svar

Організація послуг охорони здоров'я

Organisering av helsetjenestene

- Первинна медична служба
 - Спеціалізована служба охорони здоров'я
 - *Приватні медичні послуги*
-
- Primærhelsetjenesten
 - Spesialisthelsetjenesten
 - *Private helsetjenester*



Права

Rettigheter

- **Право на медичне обслуговування**

- Право на невідкладну медичну допомогу
- Швидка допомога при хворобі та вагітності
- Реєстрація шукачів притулку

- **Rett til helsetjenester**

- Rett til øyeblikkelig hjelp
- Rask hjelp ved sykdom og graviditet
- Registrering som asylsøker



pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven)

Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven)

Dato	LOV-1999-07-02-63
Departement	Helse- og omsorgsdepartementet
Sist endret	LOV-2022-12-16-92 fra 01.01.2023
Ikrafttredelse	01.01.2001, 01.07.2001
Rettet	31.03.2022 (tegnsetting i lister tilpasset universell utforming)
Korttittel	Pasient- og brukerrettighetsloven – pbrl

Оплата услуг охраны здоровья

Betaling for helsetjenester

- Персональна частка
- Безкоштовні послуги дітям до 16 років
- Безкоштовна госпіталізація
- Картка на подальше безкоштовне лікування

- Egenandel
- Barn under 16 år gratis
- Ingen betaling for innleggelse i sykehus
- Frikort



Постійний/сімейний лікар

Fastlege

- Право на постійного/сімейного лікаря
- Обовязки та завдання сімейного лікаря

- Rett til fastlege
- Fastlegens ansvar og oppgaver



Відділення екстреної допомоги

Legevakt



- Відділення екстреної допомоги працює цілодобово і надає допомогу при гострих захворюваннях, травмах і кризах, коли не має можливості чекати на прийом у сімейного лікаря
- Телефон служби екстреної допомоги в Норвегії: (+47) **116 117**. Якщо ви зателефонуєте за цим номером, вас з'єднають із найближчим до вашого місця перебування відділенням екстреної допомоги.
- Legevakt er døgnåpen , og tilbyr hjelp ved akutt sykdom, skader og kriser som ikke kan vente.
- Nummeret til legevakt er **116 117** da kommer du til legevakta i den kommunen du ringer fra.

Лікарня

Sykehus

- Направлення
 - Період та термін очікування
 - Раптові серйозні захворювання та негайна медична допомога
-
- Henvisning
 - Venteliste og frist
 - Akutt sykdom og øyeblikkelig hjelp



Міграційна комунальна служба

Migrasjonshelseteam i kommunen



- Медсестра, лікар
 - Обстеження та оцінка стану здоров'я
 - Надання інформації
 - Медсестра міграційного центру має докладно розповісти про медичні послуги
-
- Team med sykepleiere og lege
 - Helsekartlegging og helseundersøkelse
 - Undervisning
 - Spør sykepleiere om helse og helsetjenester

вагітність

Svangerskap

- Безкоштовне обстеження у акушерки/ сімейного лікаря
- 9 контролів
- Контролі малюків на станції здоров'я

- Gratis oppfølging hos jordmor og / eller fastlege
- 9 svangerskapskontroller
- Oppfølging på helsestasjon når barnet er født



Станція охорони здоров'я

Helsestasjon

- Безкоштовно для дітей 0-5 років
- Регулярні контролі стану здоров'я
- Медсестра , лікар , фізіотерапевт
- легкодоступний

- Gratis tilbud til barn 0-5 år og foreldre
- Jevnlige helsekontroller
- Helsesykepleiere, lege og fysioterapeut
- Lett tilgjengelig



Охорона здоров'я в школах

Skolehelsetjenesten

- Безкоштовно для молодших школярів та молоді в школах
- Медсестри станцій охорони здоров'я працюють в школах
- Gratis tilbud til barn og ungdom på skolen
- Helsesykepleiere



Станція охорони здоров'я для підлітків та молоді

Helsestasjon for ungdom

- Безкоштовні медичні послуги для молоді 13-20 років при станції охорони здоров'я для молоді
- Медсестра, лікар, акушер , психолог
- Gratis tilbud for unge mellom 13-20 år
- Helsesykepleier, lege og evt. jordmor og psykolog



Будинок престарілих та медична служба на дому

Sykehjem og hjemmesykepleie

- Право на отримання місця в будинку престарілих
- Медсестри які працюють з пацієнтами дома
- При потребі контакуйте комуну за місцем проживання

- Rett til sykehjem
- Hjemmesykepleie
- Ta kontakt med kommunene du bor i



Служба дантистів

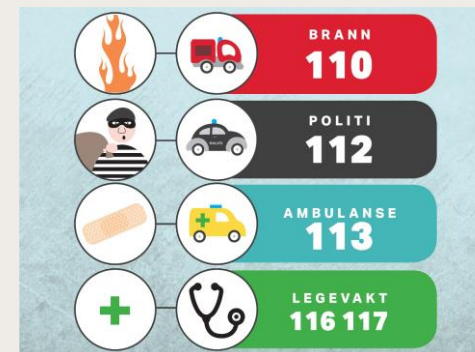
Tannhelsetjenester



- Дорослі мають оплачувати самі лікування у зубного лікаря
 - Безкоштовно до 18 років
 - 19-20 років частково держава покриває оплату
 - Деякі пацієнти можуть отримати безкоштовне або часткову допомогу в оплаті
-
- Voksne må i utgangspunktet betale for tannhelsetjenester
 - Det er gratis for barn og unge fram til 18 år
 - 19-20 år for delvis dekket tannbehandling
 - Noen grupper for dekket alt eller delvis utgifter til tannbehandling

Де і кого ви маєте контактувати при потребі у медичній допомозі?

Når du trenger legehjelp – hvem skal du kontakte?



- Сімейний лікар в робочий час
- Станцію невідкладної допомоги в інші години або якщо немає сімейного лікаря
116 117
- У невідкладних ситуаціях **113** (швидка)

- Fastlegen din i åpningstiden
- Legevakt **116 117** når fastlegen ikke er tilgjengelig og hjelpen ikke kan vente
- Ring **113** (ambulanse) når det er akutt og står om liv

Конфіденційність

Taushetsplikt



- весь медичний персонал у Норвегії зобов'язаний зберігати конфіденційність все, що ви говорите лікарю чи іншому медичному персоналу, є конфіденційним між вами та медичним персоналом
- Alt helsepersonell i Norge har taushetsplikt.
- Alt du sier til en lege eller annet helsepersonell er fortrolig mellom deg og helsepersonellet

Система допомоги у сфері психічного здоров'я

Psykisk helsehjelp

Юлія Хаугланд (психолог)



Система допомоги у сфері психічного здоров'я

Юлія Хаугланд

Канд. психологічних наук

Вебінар 23.03.2023



Державна політика охорони психічного здоров'я

- сприяння зміцненню здоров'я та пропедевтика психічних захворювань
- забезпечення належної допомоги та якісних послуг людям із психічними проблемами та розладами



Психічне здоров'я та вміння керувати своїм життям у дітей та юнацтва



Вміння керувати своїм життям та розвиток здоров'я у дитсадках

- відчуття безпеки
- впізнавати свої та чужі емоції
- взаємодія з іншими, спільнота та дружба
- вміння вирішувати проблеми та долати труднощі
- спокій, розслаблення та відпочинок
- фізична активність та розвиток
- здорові звички та правильне харчування

Здоров'я та вміння керувати своїм життям (Шкільна програма 2020)

- сприяти психічному та фізичному здоров'ю, навчати робити відповідальні вибори у житті
- розуміти та вміти впливати на фактори, які є важливими для власного життя
- справлятися якнайкраще із власними досягненнями та труднощами, особистими та практичними викликами
- розуміти міжособистісні стосунки, вміти встановлювати власні межі та поважати межі інших
- вміти керувати думками, почуттями та міжособистісними стосунками

Медичні послуги для шукачів притулку, біженців та осіб, що возз'єднують сім'ю (Національні настанови та поради)

Розділ 7. Психосоціальна підтримка

- Травми та психічні розлади
- Травматизовані, тортуровані та поранені на війні особи
- Міждисциплінарні служби допомоги здоров'я
- Діти та сім'ї з дітьми
- Активність та змістовне повсякдення
- Психологічна допомога
- Профілактика вживання наркотичних засобів та злочинності
- Поширення знань про психічне здоров'я



Реакції на кризові ситуації

<https://www.rvtsost.no/app/uploads/sites/5/150322ukrainsk.krisereaksjonerogmestring-innspillrvtsnpf-3-1.pdf>



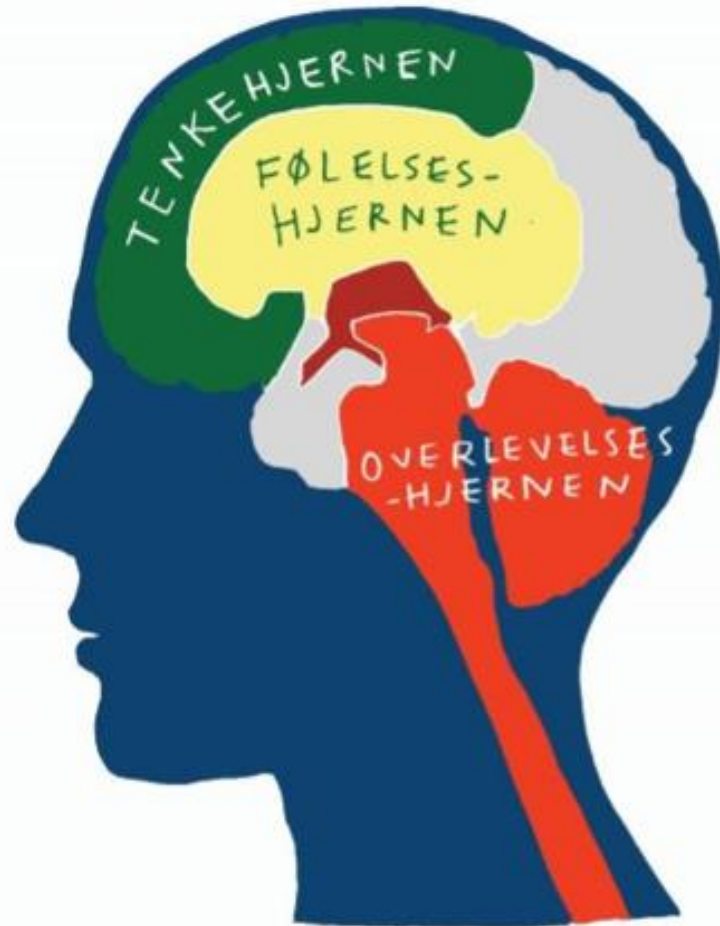
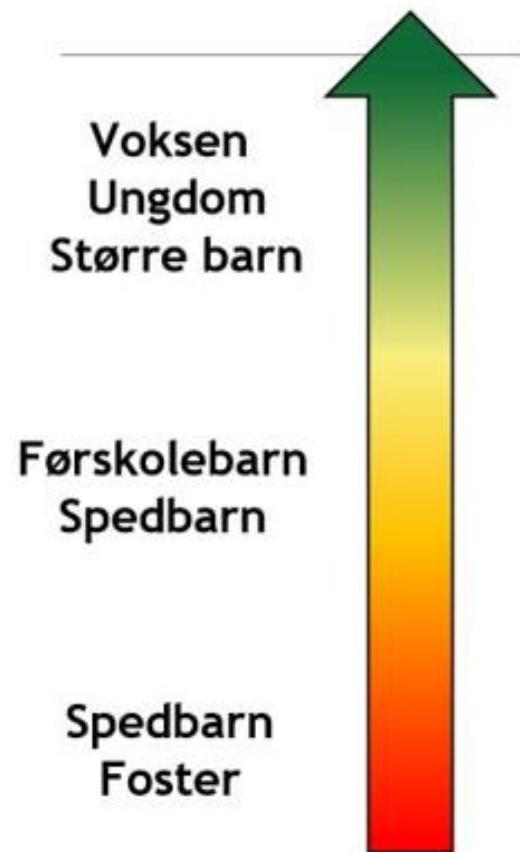
Поширені реакції організму

- труднощі зі сном, тривожні сни
- труднощі з концентрацією уваги, втрата пам'яті
- пильність
- збільшений ризик переляку
- серцебиття, гіпервентиляція
- пітливість, 'морозіння' тіла, тремтіння, нудота і запаморочення
- неспокій, тривожність
- фізичні реакції, коли щось нагадує подію

Звичайні думки та емоційні реакції

- шок, відчуття нереальності, як у кошмарі
- важко зрозуміти і прийняти те, що сталося
- відсутність емоцій/інтенсивні емоції, коли щось нагадує про подію
- смуток, туга, біль
- гнів, роздратування, розчарування
- тривога, страх, жах, безсилля
- думковий хаос, роздуми
- байдужість, безглуздість
- самозвинувачення, почуття провини

Hjernens utvikling og den tredelte hjernen



FUNKSJON

Tenkehjernen
Abstrakt resonnering,
språk, rasjonalitet,
planlegging og
organisering

Følelsehjernen
Følelser,
relasjoner/tilknytning,
seksuell atferd

Overlevelsehjernen
Blodtrykk, hjerterytme,
kroppstemperatur, pust,
motorikk, sansning

Поради щодо подолання реакцій на кризові ситуації

- шукайте підтримки з боку оточуючих вас людей. Пам'ятайте, що ви не одні, хто переживає звірство війни
- спробуйте встановити структурованість у повсякденні
- подумайте про обмеження збору інформації/часу на ЗМІ та уникайте перегляду драматичних новин перед сном
- пам'ятайте, що вам також потрібні відновлення та перерви, щоб ви могли впоратися з тим, що відбувається
- фізична активність допомагає долати стрес та опрацьовувати думки
- зосередьтеся на своєму диханні, якщо відчуваєте неспокій. Спокійний вдих і видих можуть допомогти заспокоїтися
- використовуйте органи чуття, щоб зосередитися на безпеці
- не ставте занадто високих очікувань – робіть те, що можете
- уникайте вживання алкоголю чи інших наркотичних засобів



Професійна допомога

- При загрозі життю та здоров'ю дзвонить 113
- Найближчий пункт медичної допомоги:
тлф. 116 117, можна попросити поговорити з працівниками психіатричної або психологічної служби
- Лікар загальної практики (допоможе із розладами легкого або середнього ступеню, терапевтична бесіда або медичне лікування)
- Комунальна служба психічного здоров'я
- Спеціалізована служба психічного здоров'я
- Гарячі лінії



Комунальна служба психічного здоров'я

Послуги для осіб із психічними проблемами можуть включати:

- обстеження та лікування
- поради та коучінг
- психосоціальна підтримка, напр., допомога в отриманні житла, допомога у власній оселі
- направлення до спеціалізованої служби надання послуг у сфері психічного здоров'я

Інші комунальні служби можуть допомогти із економічними виплатами та реабілітацією, пов'язаною із виходом на роботу, тимчасовим помешканням для осіб із психічними розладами.



Спеціалізована служба психічного здоров'я

- Надання спеціалізованих послуг фахівцями
- Обстеження та лікування можуть проходити в амбулаторній клініці/поліклініці або при госпіталізації
- Регіональні психіатричні центри *DPS* та поліклініки психічного здоров'я для дітей та юнацтва *BUP* є децентралізованими спеціалізованими службами, які пропонують обстеження, лікування та невідкладну допомогу
- Лікарні проводять обстеження та лікування хвороб, які вимагають спеціалізованої компетенції, зокрема хвороби, пов'язані з наркотичною та іншою залежністю, геріатрична психіатрія, психотичні розлади, розлади харчування, невідкладна психіатрія.



Зміцнення власного психічного здоров'я

- Тісний зав'язок із фізичним здоров'ям (сон, харчування, фізична активність)
- Активізація/діяльність
- Приналежність
- Соціальна підтримка
- Стабільність та структурованість у повсякденному житті
- Наповнення повсякдення смислом
- Уміння долати стрес та труднощі



Hjelpetelefoner/ Гарячі лінії

Mental Helse Hjelpetelefonen –

Телефон допомоги з ментального здоров'я -
tlf. 116 123 (hele døgnet)

Kirkens SOS - Церковний SOS -

Telefon 22 40 00 40 (hele døgnet)

Alarmtelefonen for barn og unge - Гаряча лінія
для дітей та юнацтва - Telefon 116 111

Nærmeste legevakt - Найближча служба
невідкладної допомоги - Telefon 116 117




Перекладач у службі охорони здоров'я
Tolk i helsetjenesten


Тетяна Ткаченко (кваліфікований перекладач)

Tolk i helsetjenesten

Перекладач у службі охорони
здоров'я

TETYANA TKACHENKO

 Russisk (D)
Ukrainsk (D)

 Oslo



D



Deltid

[Se mer](#)



Nasjonalt tolkeregister



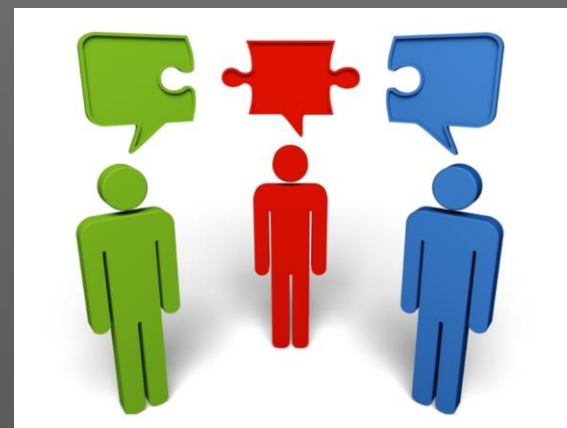
Tolkeloven Закон про переклад

- ▶ Plikt til å bruke tolk -
**Обов'язок використовувати
перекладача**
- ▶ Kvalifisert tolk -
Кваліфікований перекладач

Kvalifisert tolk og tolkens rolle

Кваліфікований перекладач і роль перекладача

- ▶ Tolke alt som kommer til uttrykk
Перекладати все, що буде сказано
- ▶ Tolken skal være upartisk og nøytral
Перекладач є неупередженим і нейтральним
- ▶ Tolken skal ikke påta seg andre oppgaver
Перекладач займається тільки перекладанням
- ▶ Absolutt taushetsplikt
Повна конфіденційність



Tolk i helsetjenesten

Перекладач у службі охорони здоров'я



Rett til tolk selv om du snakker norsk til daglig
право на перекладача, навіть якщо
спілкуєтесь норвезькою мовою на побутовому
рівні

Helsetjenesten har ansvar for å bestille kvalifisert
tolk

Служба охорони здоров'я несе
відповідальність за замовлення
кваліфікованого перекладача

Tolk er gratis for deg som pasient i helsetjenesten

Послуга усного перекладу для пацієнта є
безкоштовна* (Виняток, стоматологічна
допомога, яки ви самі оплачуєте)

Tolkeformer

Види перекладу



Viktig å huske ВАЖЛИВО пам'ятати

- ▶ Du selv har ansvar for alt du lar komme til uttrykk under samtalen

Ви самі відповідаєте за все, що скажете під час розмови

- ▶ Henvend deg til samtaleparten, ikke til tolken

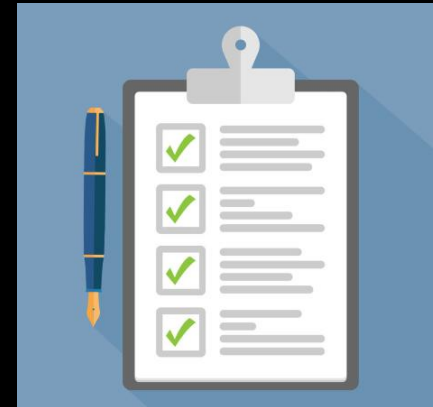
Звертайтеся один до одного напряму, а не до перекладача

- ▶ Legg vekt på de punktene som er viktige for deg

Підкресліть найважливіші momenti

- ▶ Uttrykk deg klart og konkret. Ikke avbryt tolken

Говоріть чітко та зрозуміло. Не перебивайте перекладача



Pårørende

Ваші рідні та близькі



- ▶ Andre oppgaver og interesser
Інші завдання та інтереси
- ▶ Belastning for pårørende
Обтяжливо для рідних
- ▶ Belastning for pasienten
Обтяжливо для пацієнта
- ▶ Fare for feil i tolkingen
Ризик неправильного перекладу
- ▶ Barn skal ikke brukes som
tolk
**Діти не повинні
використовуватись як
перекладачі.**

Tilleggsinformasjon

Додаткова інформація

Як спілкуватися через перекладача

Українська мова
Ukrainsk


<https://www.helsenorge.no/uk/rettigheter/tolk-i-helsetjenesten/>

https://www.imdi.no/globalassets/illustrasjoner/ukraina/a-fore-en-samtale-via-tolk_ukrainsk.pdf

Українська Norsk English العربية Lietuvių kalba

Перекладач у службі охорони здоров'я

Ви повинні отримувати інформацію про ваше здоров'я, захворювання й лікування зрозумілою вам мовою. Якщо вам важко розуміти норвезьку мову й розмовляти нею, ви маєте право користуватися послугами перекладача тією мовою, якій ви надасте перевагу.

An illustration showing a healthcare professional (a woman with blonde hair) sitting at a desk, talking to a patient (a woman wearing a white headscarf). A translator (a man) is sitting between them, looking at a laptop. The scene is set in a bright, modern office or clinic environment with large windows in the background.

Takk for oppmerksomheten
Дякую за увагу



Hei, hva vil du gjøre?

- ✉ Lese melding eller brev →
- 📅 Bestille time →
- 📄 Se og fornye resept →



Innboks

Meldinger og brev fra
helsetjenesten.



Timeavtaler

Timer og avtaler med
helsetjenesten.



Henvisninger

Henvisninger til sykehus
eller spesialist.



Legemidler

Resepter på medisiner og
utstyr.



Prøvesvar

Svar på koronatest,
prøver og undersøkelser.



Helsekontakter

Behandlere og
kontaktpersoner.



Pasientjournal

Journaldokumenter fra
sykehus.



Koronasertifikat

Dokumentasjon av
beskyttelse og test.

Nyttige sider

- www.helsenorge.no
- <https://www.helsenorge.no/uk/utlendinger-i-norge/helsehjelp-for-asylsokere-og-flyktninger-i-norge/ny-i-norge/>
- <https://www.youtube.com/playlist?list=PLS9Dbtm5qG5WGtXHRjsHhp7MS2bLEPjFb>