

Leitfaden Gesundheit

für Migrantinnen und Migranten in Aachen

mit aktuellen Informationen zu:

- Krankenversicherung
- Arztbesuch
- Krankmeldung
- Medikamenten
- Vorsorgeuntersuchungen
- Verhalten im Notfall

Stand 1.10.2006

γερμανικά-ελληνικά

deutsch - griechisch

Stadt Aachen, Der Oberbürgermeister – Die Integrationsbeauftragte



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

Το παρόν ενημερωτικό έντυπο **Leitfaden Gesundheit** περιέχει επίκαιρες πληροφορίες για τον τομέα υγείας στην Γερμανία, για τις βασικές προληπτικές εξετάσεις και την συμπεριφορά σε περίπτωση εκτάκτου ανάγκης.

Krankenversicherung

In Deutschland besteht Krankenversicherungspflicht und freie Wahl der Krankenkasse. Arbeitnehmer sind normalerweise in einer gesetzlichen Krankenkasse versichert oder können bei entsprechendem hohem Einkommen eine private Krankenversicherung wählen. Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger sind über das Arbeits- oder Sozialamt abgesichert. Die Beitragshöhe zur gesetzlichen Krankenversicherung richtet sich nach dem Einkommen und dem Beitragssatz Ihrer Krankenkasse. Nichterwerbstätige Ehepartner und Kinder unter 25 Jahren können unter bestimmten Voraussetzungen in der gesetzlichen Krankenversicherung kostenlos mitversichert werden.

Jedes Familienmitglied erhält eine eigene Chipkarte. Darauf sind die persönlichen Daten wie z. B. Name, Geburtsdatum, Versicherungsnummer gespeichert. Ab 2006 wird diese Karte durch eine elektronische **Gesundheitskarte** ersetzt. Falls Sie damit einverstanden sind, werden dann auch Ihre Gesundheitsdaten gespeichert, beispielsweise die Blutgruppe, Allergien, chronische Erkrankungen. Die Versichertenkarte muss jeweils beim ersten Arztbesuch im Quartal vorgelegt werden.

Der Arzt rechnet dann direkt mit der Krankenversicherung ab. Welche Leistungen ein Arzt zu welchen Kosten erbracht hat, können Sie auf einer **Patientenquittung** sehen. Diese stellt Ihnen der Arzt auf Wunsch aus.

Ασφάλιση ασθενείας

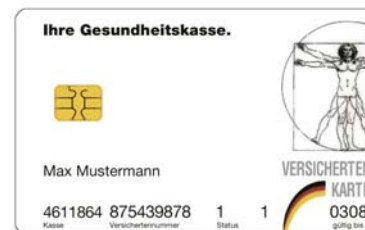
Στην Γερμανία η ασφάλιση για την περίπτωση ασθενείας είναι υποχρεωτική και η επιλογή του ταμείου ασθενείας είναι για τον καθένα ελεύθερη. Οι εργαζόμενοι είναι κατά κανόνα ασφαλισμένοι σε ένα νόμιμο ασφαλιστικό ταμείο ασθενείας ή εφόσον υπερβαίνουν σε ένα καθορισμένο όριο εισοδήματος μπορούν να ασφαλιστούν σε ιδιωτικό ταμείο ασθενείας της επιλογής τους. Άνεργοι όπως και άτομα που τους χορηγείται κοινωνικό βοήθημα είναι ασφαλισμένοι μέσω των υπηρεσιών εργασίας και κοινωνικής πρόνοιας (Arbeitsamt & Sozialamt). Το ύψος των εισφορών στο νόμιμο ασφαλιστικό ταμείο ασθενείας εξαρτάται από το εισόδημά σας και από το ποσοστό των καταβλητέων εισφορών που ισχύουν για το ταμείο ασθενείας σας. Μη εργαζόμενοι σύζυγοι και παιδιά κάτω των 25 ετών μπορούν υπό ορισμένες προϋποθέσεις να συνασφαλιστούν άνευ εισφορών στο νόμιμο ταμείο ασθενείας.

Κάθε μέλος της οικογένειας λαμβάνει μια ατομική ηλεκτρονική κάρτα (Chipkarte). Επάνω σ' αυτήν είναι απομνημονευμένα τα προσωπικά στοιχεία, π.χ. το όνομα, ημερομηνία γεννήσεως, αριθμός ασφαλιστικού μητρώου. Από το 2006 η κάρτα αυτή θα αντικατασταθεί με μια ηλεκτρονική **κάρτα υγείας (Gesundheitskarte)**. Αν συμφωνείτε μπορούν να καταχωρηθούν στην κάρτα αυτή και τα υγειονομικά σας στοιχεία, όπως η ομάδα αίματος, αλλεργίες, χρόνιες ασθένειες κλπ. Πρέπει να δείχνετε την ασφαλιστική σας κάρτα κατά την εκάστοτε πρώτη ιατρική σας επίσκεψη του τρέχοντος τριμήνου.

Ο γιατρός υποβάλλει τον λογαριασμό του απευθείας στο ταμείο ασθενείας. Τις παροχές του γιατρού και το κόστος αυτών μπορείτε να δείτε στην **απόδειξη ασθενούς**. Την απόδειξη αυτή την παίρνετε από τον γιατρό σας αν του το ζητήσετε.



Muster einer
Versicherungskarte



Διάφορες
ασφαλιστικές κάρτες

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

Für Arztbesuche ist eine **Praxisgebühr** von 10 € pro Quartal fällig. Ausgenommen sind Kinder unter 18 Jahren sowie Vorsorge- und Impftermine. Wenn Sie eine Überweisung haben und der Termin im selben Quartal liegt, zahlen Sie beim Facharzt keine Praxisgebühr mehr.

Personen mit niedrigem Einkommen können sich auf Antrag bei ihrer Krankenkasse von den Gebühren befreien lassen, sobald 2 % des Einkommens (für chronisch Kranke 1 %) für Zuzahlungen ausgegeben worden sind.

Wenn Sie sich um Ihre Gesundheit aktiv bemühen, gewähren manche Krankenkassen einen **Bonus**.

Εκτός από τις επισκέψεις σε γιατρό ή παραμονή σε νοσοκομείο αναλαμβάνει η ασφάλιση ασθενείας τις δαπάνες για υπόχρεα συνταγής φάρμακα, τεχνητά μέλη, προληπτικές εξετάσεις και αναρωτικές κούρες. Στις περισσότερες παροχές ταμείου πρέπει να καταβάλλετε ένα **ιδιομερίδιο** ύψους 10 % (τουλάχιστον 5 €, το ανώτερο 10 €). Σε περίπτωση παραμονής σε νοσοκομείο καταβάλλετε 10 € ανά ημέρα, το ανώτερο για 28 ημέρες το έτος.

Για επισκέψεις σε γιατρό καταπίπτουν **τέλη ιατρείου** ύψους 10 € ανά τρίμηνο. Από αυτό εξαιρούνται παιδιά κάτω των 18 ετών, καθώς ιατρικές επισκέψεις για προληπτικές εξετάσεις και εμβολιασμούς. Αν έχετε δελτίο παραπομπής (Überweisung) και η ιατρική επίσκεψη συμπίπτει στο ίδιο τρίμηνο, τότε στον ειδικό γιατρό (Facharzt) δεν πληρώνετε πλέον τίποτα.

Άτομα χαμηλού εισοδήματος μπορούν κατόπιν αίτησης στο ασφαλιστικό ταμείο ασθενείας τους να απαλλαγούν από τα τέλη, εφόσον δαπανήθηκαν 2 % του εισοδήματός τους (για χρόνια ασθενείς 1 %) για τέτοιου είδους πληρωμές.

Αν συμβάλλετε ενεργά για την υγεία σας, διάφορα ταμεία ασθενείας χορηγούν διάφορες εκπτώσεις (**Bonus**).

Arztbesuch

Als Patient können Sie Ihren Arzt frei wählen und nach Ablauf eines Quartals auch wechseln. Es empfiehlt sich jedoch, einen festen **Hausarzt** zu haben. Dies ist in der Regel ein Allgemeinmediziner oder Internist, für Kinder auch ein Kinderarzt. Der Hausarzt stellt die erste Diagnose. Er kennt Ihre Krankengeschichte und kann bei Bedarf an einen Facharzt überweisen.

Dafür gibt er Ihnen einen **Überweisungsschein**.

Επίσκεψη ιατρού

Ως ασθενής έχετε ελεύθερη επιλογή γιατρού και μπορείτε μετά την πάροδο ενός τριμήνου να τον αλλάξετε. Συνιστάται όμως να έχετε έναν μόνιμο **οικογενειακό γιατρό**. Κατά κανόνα αυτός είναι γιατρός γενικής ιατρικής ή γιατρός εσωτερικών παθήσεων και για τα παιδιά ένας παιδίατρος. Ο οικογενειακός σας γιατρός κάνει την πρώτη διάγνωση. Γνωρίζει το ιστορικό της ασθενείας σας και αν χρειαστεί θα σας παραπέμψει σε ειδικό γιατρό.

Τότε σας εκδίδει το **δελτίο παραπομπής (Überweisungsschein)**.

Überweisungsschein

Δελτίο παραπομπής

Vereinbaren Sie vor einem Arztbesuch einen Termin und vergessen Sie nicht, den Termin abzusagen, falls Sie doch nicht zum Arzt gehen können.

Wichtig:

- **Krankenversicherungskarte** bei einem Arztbesuch, Zahnarztbesuch oder im Krankenhaus
- **Überweisungsschein** für den Facharzt
- **Mutterpass** bei Schwangerschaft
- **Impfbuch** und **Vorsorgeheft** für den Besuch beim Kinderarzt

Πριν από την επίσκεψη σε γιατρό κλείσετε ραντεβού και αν δεν μπορείτε να πάτε στο ραντεβού σας μην ξεχάσετε να το ακυρώσετε.

Σπουδαίο:

- Να έχετε μαζί σας την ατομική σας ηλεκτρονική κάρτα ασφάλισης ασθενείας **κατά την επίσκεψη σε γιατρό, οδοντίατρο ή στο νοσοκομείο**
- Δελτίο παραπομπής όταν πηγαίνετε στον **ειδικό γιατρό**
- Ταυτότητα μητέρας (**Mutterpass**) **σε περίπτωση εγκυμοσύνης**
- Βιβλιάριο εμβολίων βιβλιάριο προληπτικών εξετάσεων **κατά την επίσκεψη σε παιδίατρο**

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.

Δήλωση ασθενείας

Αν εργάζεστε και τύχει να αρρωστήσετε, ώστε να μην μπορείτε να εργαστείτε, πρέπει να ειδοποιήσετε τον εργοδότη σας και να επισκεφτείτε τον γιατρό.

Από την 3. ημέρα που είστε άρρωστοι χρειάζεστε από τον γιατρό σας μια **βεβαίωση ανικανότητας προς εργασία (Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung)**. Στην βεβαίωση αυτή αναγράφεται από πότε είστε ανίκανοι να εργαστείτε και μέχρι πότε προβλέπεται να μην μπορείτε να εργαστείτε. Η βεβαίωση αυτή πρέπει να παραδοθεί το αργότερο την 3. ημερολογιακή ημέρα μετά την έναρξη της ασθενείας σας τόσο στον εργοδότη σας, όσο και στην ασφάλεια ασθενείας σας.

A yellow form titled 'Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung' (Certificate of Incapacity for Work). It includes fields for patient name, date, and doctor's name. There are checkboxes for 'Erkrankung' (illness) and 'Verletzung' (injury), and a section for 'Anamnese' (history) with lines for text. At the bottom, there are checkboxes for 'Erkrankung' and 'Verletzung' and a section for 'Diagnose' (diagnosis) with lines for text.

Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung

 A yellow form titled 'Beβαίωση ανικανότητας προς εργασία' (Certificate of Incapacity for Work). It is identical in layout to the 'Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung' form, with fields for patient name, date, and doctor's name, checkboxes for 'Erkrankung' and 'Verletzung', and sections for 'Anamnese' and 'Diagnose'.

Beβαίωση ανικανότητας προς εργασία

Μεδικαμента

Μεδικαμента, die Ihnen der Arzt verordnet hat, erhalten Sie gegen Vorlage eines Rezepts in der Apotheke. In der Regel müssen Sie beim **Kassenrezept** einen Anteil von 5 € bis 10 € pro Medikament zuzahlen.

Manche Medikamente werden von den Krankenkassen nicht bezahlt. Sollte Ihr Arzt sie trotzdem für notwendig halten, wird er Ihnen ein **Privatrezept** dafür geben. Für Privatrezepte und Medikamente, die Sie ohne Rezept erhalten, müssen Sie selbst zahlen. Die Apotheken können die Preise für nicht verschreibungspflichtige Medikamente selbst festlegen. Daher lohnt ein Preisvergleich.

Kinder bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres sind von Zahlungen befreit. Brauchen Schwangere wegen Schwangerschaftsbeschwerden oder in Zusammenhang mit der Entbindung ein Medikament, so entfällt die Zuzahlung ebenfalls.

Φάρμακα

Τα απαιτούμενα φάρμακα θα τα λάβετε στο φαρμακείο δίνοντας την συνταγή που σας έγραψε ο γιατρός σας. Κατά κανόνα πρέπει για συνταγή **ταμείου ασθενείας** να καταβάλλετε οι ίδιοι πρόσθετη πληρωμή ύψους 5€ ως 10€ ανά φάρμακο.

Ορισμένα φάρμακα δεν τα πληρώνουν τα ταμεία ασφάλισης ασθενείας. Αν παρόλα αυτά θεωρεί ο γιατρός σας απαραίτητα τα φάρμακα αυτά, τότε θα σας γράψει μια **ιδιωτική συνταγή**. Πρέπει να πληρώνετε από την τσέπη σας τις ιδιωτικές συνταγές και τα φάρμακα που πωλούνται χωρίς συνταγή. Τα φαρμακεία καθορίζουν από μόνα τους τις τιμές για φάρμακα που πωλούνται χωρίς συνταγή. Για τον λόγο αυτό αξίζει να κάνετε σύγκριση τιμών.

Παιδιά ως την συμπλήρωση του 18. έτους της ηλικίας τους απαλλάσσονται από κάθε πρόσθετη πληρωμή. Απαλλάσσονται από κάθε πρόσθετη πληρωμή στα φάρμακα επίσης και οι έγκυες γυναίκες με περιπλοκές κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης ή σε συνδυασμό με τον τοκετό.

 A pink form titled 'Kassenrezept' (Insurance Prescription). It includes fields for patient name, date, and doctor's name. There are checkboxes for 'Erkrankung' (illness) and 'Verletzung' (injury), and a section for 'Anamnese' (history) with lines for text. At the bottom, there are checkboxes for 'Erkrankung' and 'Verletzung' and a section for 'Diagnose' (diagnosis) with lines for text.

Kassenrezept
Συνταγή ταμείου ασθενείας

 A blue form titled 'Privatrezept' (Private Prescription). It includes fields for patient name, date, and doctor's name. There are checkboxes for 'Erkrankung' (illness) and 'Verletzung' (injury), and a section for 'Anamnese' (history) with lines for text. At the bottom, there are checkboxes for 'Erkrankung' and 'Verletzung' and a section for 'Diagnose' (diagnosis) with lines for text.

Privatrezept
Ιδιωτική συνταγή

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.

Προληπτικές εξετάσεις

Ακόμη και αν αισθάνεστε υγιείς, πρέπει να κάνετε τακτικές προληπτικές ιατρικές εξετάσεις. Δεν πληρώνετε εσείς τίποτα για προληπτικές εξετάσεις και τα απαραίτητα εμφύλια, και τις δαπάνες αυτές τις αναλαμβάνει το ταμείο ασθένειάς σας.

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.

Τσεκ απ υγείας

Από το 35. έτος της ηλικίας σας μπορείτε να εξετάζεστε ανά δυο έτη από τον οικογενειακό σας γιατρό για καρδιακές, κυκλοφοριακές, νεφρικές ασθένειες και ασθένειες μεταβολισμού. Για παράδειγμα μπορεί έτσι να γίνει έγκαιρη διάγνωση υψηλής πίεσης αίματος ή σακχαροδιαβήτη (Diabetes mellitus) και να τύχουν γρήγορης θεραπείας.

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.

Έγκαιρη διάγνωση καρκίνου

Γυναίκες από το 20. έτος της ηλικίας τους και άνδρες από το 45. έτος της ηλικίας τους μπορούν να εξετάζονται μια φορά ανά έτος προς έγκαιρη διάγνωση καρκίνου. Πολλά είδη καρκίνου θεραπεύονται σήμερα, αν έγινε έγκαιρη διάγνωση της ασθένειας και τύχουν της κατάλληλης ιατρικής αγωγής.

Denken Sie daran:

Früherkennung erhöht ganz erheblich die Heilungschancen!

Μην ξεχνάτε:

Η έγκαιρη διάγνωση αυξάνει εξαιρετικά το ενδεχόμενο ανάρρωσης!

Schwangerschaft

Schwangere sollten von Beginn der Schwangerschaft an regelmäßig zum Frauenarzt gehen. Dort bekommen sie einen **Mutterpass**, in den alle wichtigen Daten in Zusammenhang mit der Schwangerschaft eingetragen werden.

Εγκυμοσύνη

Οι έγκυες γυναίκες πρέπει από την αρχή της εγκυμοσύνης να επισκέπτονται τακτικά τον γυναικολόγο. Εκεί λαμβάνουν την **ταντότητα μητέρας (Mutterpass)**, στην οποία αναγράφονται όλα τα βασικά στοιχεία που έχουν σχέση με την εγκυμοσύνη.

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.



Mutterpass Deckblatt
Ταυτότητα μητέρας Εξώφυλλο

Η έγκυος γυναίκα πρέπει να έχει πάντα μαζί της την ταυτότητα μητέρας, ώστε να μπορούν σε περίπτωση ανάγκης να παρασχεθούν σ' αυτή και το αγέννητο παιδί η καλύτερη δυνατή βοήθεια. Η ταυτότητα μητέρας πρέπει να υποδεικνύεται κατά την επίσκεψη σε κάθε γιατρό, νοσοκομείο ή οδοντίατρο. Ο λόγος είναι ότι οι έγκυες δεν επιτρέπεται να πάρουν ή να τους δίδονται ορισμένα φάρμακα και δεν επιτρέπεται σ' αυτές η διενέργεια ορισμένων ιατρικών εξετάσεων.

Mutterpass Innenblatt mit Untersuchungsdaten
Ταυτότητα μητέρας Εσωτερικό φύλλο με στοιχεία εξετάσεων

Kindervorsorge

Bei der Geburt eines Kindes erhalten Sie ein Kinderuntersuchungsheft. Darin sind sämtliche Vorsorgeuntersuchungen bis zum 64. Lebensmonat aufgeführt:



Kindervorsorgeheft

Παιδικές προληπτικές εξετάσεις

Κατά την γέννηση ενός παιδιού σας δίδεται ένα βιβλιάριο παιδικών εξετάσεων. Στο βιβλιάριο αναγράφονται όλες οι προληπτικές εξετάσεις ως τον 64. μήνα της ζωής του παιδιού:



Βιβλιάριο προληπτικών εξετάσεων παιδιού

Bezeichnung	Alter des Kindes	Χαρακτηρισμός	Ηλικία του παιδιού
U1	nach der Geburt	U1	αμέσως μετά την γέννηση
U2	3. – 10. Lebensstag	U2	3. – 10. ημέρα της ζωής
U3	4. – 6. Lebenswoche	U3	4. – 6. εβδομάδα της ζωής
U4	3. – 4. Lebensmonat	U4	3. – 4. μήνας της ζωής
U5	6. – 7. Lebensmonat	U5	6. – 7. μήνας της ζωής
U6	10. – 12. Lebensmonat	U6	10. – 12. μήνας της ζωής
U7	21. – 24. Lebensmonat	U7	21. – 24. μήνας της ζωής
U8	43. – 48. Lebensmonat	U8	43. – 48. μήνας της ζωής
U9	60. – 64. Lebensmonat	U9	60. – 64. μήνας της ζωής
J1	13. – 14. Lebensjahr	J1	13. – 14. έτος της ζωής

Für Jugendliche zwischen dem 13. und 14. Lebensjahr ist eine Jugendgesundheitsuntersuchung vorgesehen.

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.

Για εφήβους μεταξύ του 13. και 14. έτους της ηλικίας τους προβλέπεται ειδική εξέταση για νέους.

Είναι πολύ βασικό, να πηγαίνετε με τα παιδιά σας στις **προληπτικές εξετάσεις**. Κατ' αυτό τον τρόπο μπορεί να γίνει έγκαιρη διάγνωση κάποιας βλάβης της υγείας.

Με τους **εμβολιασμούς** μπορείτε να προστατέψετε το παιδί σας από βαριές ασθένειες. Αν έχετε φόβους για τυχόν παρενέργειες, συμβουλευτείτε απ' αυτού τον παιδίατρό σας.

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. Die regelmäßigen Untersuchungen werden in einem **Bonusheft** eingetragen und müssen bei der Krankenkasse vorgelegt werden, wenn Sie Zahnersatz (Kronen, Brücken etc.) benötigen.

Οδοντίατρος

Ενήλικες πρέπει να επισκέπτονται τουλάχιστον μια φορά ετησίως ενώ παιδιά μεταξύ 6 και 17 ετών δυο φορές ετησίως τον οδοντίατρο – ακόμη και αν δεν υπάρχουν ενοχλήσεις. Οι τακτικές εξετάσεις αναγράφονται σε ένα **βιβλιάριο εκπτώσεων (Bonusheft)** το οποίο πρέπει να επιδειχτεί στο ταμείο ασθενοείας, όταν πρέπει να βάλετε τεχνητούς οδόντες (κορώνες, γέφυρες κλπ.).

Die Krankenkasse erstattet dann bis zu 65 % der Kosten. Ohne regelmäßige Zahnarztbesuche müssen Sie selbst mehr bezahlen.

Ab Januar 2005 brauchen Sie für den **Zahnersatz** eine zusätzliche Versicherung, die Sie bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse oder einem privaten Anbieter abschließen können. Auch für Zahnärzte gilt eine Praxisgebühr von 10 € pro Quartal.

Ebenso wichtig wie regelmäßige Zahnarztbesuche ist die eigene Mundhygiene, vor allem regelmäßiges Zähneputzen. Über die richtige Zahnpflege informiert Sie Ihr Zahnarzt.

Το ταμείο ασθενείας σας αντικαθιστά τότε ως το 65 % των δαπανών. Χωρίς τακτικές επισκέψεις στον οδοντίατρο πρέπει να πληρώσετε μεγαλύτερο ποσοστό από μόνοι σας.

Από τον Ιανουάριο 2005 χρειάζεστε για **τεχνητούς οδόντες** μια ιδιαίτερη ασφάλεια, την οποία μπορείτε να συνάψετε με το νόμιμο ταμείο ασθενείας σας ή με έναν άλλο ιδιωτικό φορέα. Και για τους οδοντίατρους ισχύει επίσης η καταβολή τελών ιατρείου ύψους 10€ ανά τρίμηνο.

Σε ίδιο βαθμό σπουδαία με τις τακτικές επισκέψεις σε οδοντίατρο είναι η υγιεινή του στόματός σας και πάνω από όλα το τακτικό πλύσιμο των δοντιών σας. Για την σωστή επιμέλεια των δοντιών σας θα σας ενημερώσει ο οδοντίατρός σας.

Notruf

Κλήση σε έκτακτη ανάγκη

Bei Unfällen und lebensbedrohlichen Zuständen rufen Sie den **Notruf Tel: 112** an. Für **Gehörlose Tel: 0241 / 54 33 55**.

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.

Unter den **Notrufnummern 110** oder **112** sind Sie mit der Polizei oder der Feuerwehr verbunden, die ebenfalls den Rettungsdienst benachrichtigen können. Diese Nummern können von allen Telefonen aus kostenlos angerufen werden. Sie benötigen keine Vorwahl und können auch bei Stromausfall telefonieren.

Σε περίπτωση ατυχήματος και καταστάσεις που απειλείται ανθρώπινη ζωή, παρακαλούμε τηλεφωνήστε την **ΑΜΕΣΗ ΔΡΑΣΗ Τηλ: 112. ΓΙΑ ΚΩΦΑΛΛΟΥΣ Τηλ: 0241 / 54 33 55**.

Σπουδαία είναι τα εξής στοιχεία:

- **Που** συνέβη το περιστατικό;
- **Τι** συνέβη;
- **Πόσοι** τραυματίες / ασθενείς υπάρχουν;
- **Για τι είδους** τραυματισμούς / ασθένειες πρόκειται;
- **Περιμένετε** να σας κάνουν συμπληρωματικές ερωτήσεις.

Στα **τηλέφωνα κινδύνου 110** ή **112** μπορείτε να καλέσετε την Αστυνομία ή την Πυροσβεστική Υπηρεσία, οι οποίες επίσης μπορούν να καλέσουν την υπηρεσία διάσωσης. Οι αριθμοί αυτοί μπορούν να κληθούν ατελώς από όλα τα τηλέφωνα. Δεν χρειάζεστε κωδικό και μπορείτε να τηλεφωνήσετε ακόμη και σε περίπτωση διακοπής του ηλεκτρικού ρεύματος.

In U-Bahnstationen und auf Autobahnen finden Sie rote, gelbe und 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.

Σε σταθμούς υπογείου σιδηρόδρομου και στους αυτοκινητόδρομους θα βρείτε κόκκινα, κίτρινα και πορτοκαλί **τηλέφωνα κινδύνου**, τα οποία σας συνδέουν απευθείας με την διεύθυνση υπηρεσιών διάσωσης. Στα τηλέφωνα αυτά δεν καλείτε αριθμό, παρά μόνον τραβάτε έναν μοχλό. Επάνω στην στήλη του τηλεφώνου κινδύνου αναγράφεται το ακριβές σημείο που βρίσκεστε.

Notfall- und Bereitschaftsdienst

Υπηρεσία εκτάκτων περιστατικών και εφημερεύουσα υπηρεσία

Für dringende Fälle außerhalb der normalen Sprechzeiten von

Mo bis Fr 19–7 Uhr sowie Sa, So und an Feiertagen durchgehend:

Arztrufzentrale
Tel.: 0180/50 44 100

Zentrale Notdienstpraxis
Tel.: 0241/41 42 100
Luisenhospital, Boxgraben 99, 52064 Aachen

Kinderärztlicher Notdienst
Tel.: 0180/50 44 100
Bei akuten Erkrankungen und Unfällen mit Kindern

Zahnärztliche Notfälle
Tel.: 0180/59 86 700

Για έκτακτα περιστατικά εκτός του τακτικού ωραρίου εργασίας, από

Δευτ. – Παρ. και από 19 μ.μ. – 7 π.μ. καθώς και Σαβ., Κυρ. και στις εορτές/αργίες διαρκώς:

KENTPO AMESSHΣ IATPIKHΣ BOHΘEIAΣ
(Arztrufzentrale)
Tηλ: 0180/50 44 100

KENTPO EΠEΠΓONTΩN ΠEPICTATIKΩN
(Zentrale Notdienstpraxis)
Tηλ: 0241/41 42 100
Luisenhospital, Boxgraben 99, 52064 Aachen

EΠEΠΓONTA ΠA IΔIATPIKA ΠEPICTATIKA
(Kinderärztlicher Notdienst)
Tηλ: 0180/50 44 100
για επείγουσες ασθένειες και ατυχήματα παιδιών

EΠEΠΓONTA OΔONTIATPIKA ΠEPICTATIKA
(Zahnärztliche Notfälle)
Tηλ: 0180/59 86 700

Dieses Faltblatt wurde in verschiedene Sprachen übersetzt.

Sie finden es auch unter

www.aachen.de

Το παρόν ενημερωτικό έντυπο μεταφράστηκε σε διάφορες γλώσσες. Θα το βρείτε και στο διαδίκτυο στην ιστοσελίδα

www.aachen.de

Impressum

Herausgeber

Stadt Aachen
Der Oberbürgermeister

Stadt Aachen
Stabsstelle Integration
Sozialamt
Römerstraße 10
52058 Aachen

Stadt Aachen
Gesundheitsamt
Hackländerstraße 5
52058 Aachen

Copyright © 2006
by Stadt Aachen
Stabsstelle Integration
Römerstraße 10
52058 Aachen

gestaltung_grafik@styleistics.de

