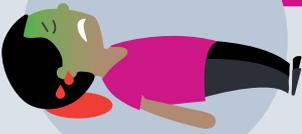


# Ако се разболеете в Нидерландия

Версия за работници мигранти

Животозастрашаващо ли е?



НЕ

Ако е вечерта, през нощта или в почивен ден.

НЕ

ДА!

Тогав се обадете на **112!**

ДА

Обадете се **само ако е много спешно** в център на общопрактикуващи лекари (ОПЛ).

Там ще получите помощ от ОПЛ или ще бъдете насочени към болница.

Обадете се на кабинет на ОПЛ

## С какво може да Ви помогне общопрактикуващият лекар?



Първа помощ / лека операция, като премахване на бенка



Стрес, безпокойство, проблеми със съня и потиснатост



Превенция на заболявания, като грипни ваксини и отказване на тютюнопушенето



Физически оплаквания



Съвети за заболявания, които не отшумяват, като астма, високо кръвно налягане или диабет



## Разноски



- Ако живеете или работите в Нидерландия, сте длъжни да имате здравна застраховка. Здравната застраховка покрива грижите, които получавате от общопрактикуващия си лекар.
- Общопрактикуващият лекар може да провери дали сте осигурени. За тази цел винаги носете документ за самоличност и BSN (EГН).
- За кръвни тестове, образни изследвания, лекарства или консултация при друг медицински специалист може да се наложи да платите (допълнително).

Какво прави ОПЛ по време на прегледа?

- задава въпроси във връзка с оплакванията ви
- физикален преглед
- дава съвети
- ако е необходимо:
  - кръвни изследвания, сканирания
  - предписване на лекарства
  - насочва към други здравни специалисти, като:
    - диетолог, физиотерапевт, стоматолог, акушер
    - специалистът в болницата

## Как да намерите ОПЛ?

- Чрез общината
- Чрез [www.kiesuwhuisarts.nl](http://www.kiesuwhuisarts.nl)
- Чрез [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

## Чувствате се зле



## Какво можете сами да направите?

- Здравословен живот, физическа активност и спазване на здравни препоръки (Thuisarts.nl или moetiknaardedokter.nl)
- Здравословно хранене (voedingscentrum.nl)
- Физически активен живот



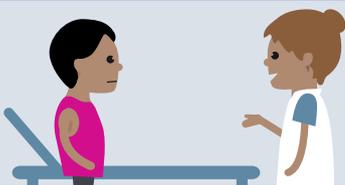
## КАБИНЕТ НА ОПЛ

Искате да ви прегледа медицински специалист



## Помощник лекар

- Разпитва за оплакванията Ви по телефона и оценява сериозността им.
- Има медицинско образование и може да дава съвети
- Има свои приемни часове за консултации за лечение на леки проблеми.
- Определя дали имате нужда от консултация при медицински специалист.



## Медицинска сестра/асистент в здравния център

- Има свой час за консултации за физически симптоми
- Може да назначава прегледи и да предписва лекарства след консултация с ОПЛ



## Специалист по психично здраве

- Има свои часове за консултация при оплаквания като стрес, безпокойство и потиснатост
- Може да назначава прегледи и да предписва лекарства след консултация с ОПЛ

## ОПЛ

### Какво е ОПЛ?

ОПЛ е първият лекар, при когото отивате с оплакване или заболяване в Холандия.

ОПЛ е специално обучен.

При прегледа се разглежда **1 оплакване**. Ако имате нужда от повече време, запазете два часа.



Обикновено ОПЛ може сам да лекува **Вашите** симптоми, независимо дали сте дете или възрастен



ОПЛ ще се интересува често от мнението Ви и ще Ви изслушва

ОПЛ ще иска да обмисли добре това, от което се нуждаете

ОПЛ ще знае какви последващи изследвания са необходими

ОПЛ ще Ви насочи, ако трябва да посетите тесен специалист в болница



Така че понякога не ви преглежда ОПЛ.

ОПЛ обаче винаги се държи в течение.



## Устен превод

За да получите правилната помощ, ОПЛ трябва да може да Ви разбере добре

Затова в някои случаи ОПЛ може да използва професионален преводач. Вашият ОПЛ ще реши кога това е необходимо.

Професионалните преводачи са специално обучени как правилно да помагат на лекарите. Ето защо не се препоръчва да използвате роднини или приятели като преводачи