



Türkçe | Türkisch

Sağlık Bakım Hizmetleri Rehberi

Sağlık sigortası, doktor muayenesi
ve acil durumda yapılması gerekenler
ile ilgili bilgiler

STUTTGART



İçindekiler

Sağlık sigortası	2	
Sağlık sigortası kurumları hangi hizmetlerin masraflarını üstlenirler?	3	
Doktor muayenesi	4	
Hastanede tedavi	5	
İlaçlar	7	
„Nimm's richtig!“ („İlaçları doğru kullan!“) – medikasyon planı	8	
Erken tanı muayeneleri	9	
Sağlık kontrolü	9	
Kanser erken teşhis muayenesi	9	
Hamilelik	10	
Çocuk erken tanı muayeneleri	11	
Diş kontrolü	13	
Acil durumda yapılması gerekenler	15	
Stuttgart'ta acil durum için telefon ve adresler	16	
Akşam ya da hafta sonu hastalanmanız halinde	17	
Yasal Sağlık Sigortası Hekimleri Birliği		
nöbetçi hekimlik hizmeti	17	
Stuttgart'ta diğer önemli telefon ve adresler	17	

Sağlık bakımınız ile ilgili önemli bilgiler

Hafta sonu hastalanırsam nereye başvurabilirim? Doktorca yazılan ilaçları ödemem gerekiyor mu? Yeni gözlüğümü kendim ödemek zorunda mıyım? „Sağlık Bakım Hizmetleri Rehberi“ bu ve benzer sorulara sonraki sayfalarda cevap vermektedir. Bu rehber, Almanya'daki sağlık sistemi, önemli erken tanı muayeneleri ve acil durumda yapılması gerekenler konusunda güncel bilgiler sunmakla size yardımcı olmak istemektedir.



Sağlık sigortası

Almanya'da sağlık sigortası zorunludur. Sağlık sigortası kurumunun seçimi serbesttir. Tüm çalışanlar genellikle yasal sağlık sigortası kurumlarının birinde sigortalıdır. Geliri nispeten yüksek olanlar özel bir sağlık sigortası kurumunu seçme hakkına sahiptirler. İşsizlik parası (ALG II/"Hartz IV") alanlar en son üye oldukları yasal sağlık sigortası kurumunda (GKV) sigortalı olmak zorundadırlar. Sağlık sigortası kurumunun tüm yasal hizmetlerinden yararlanma hakkına sahiptirler.

Yasal sağlık sigortası için ödenecek olan prim miktarı kişinin gelirine ve sağlık sigortası kurumlarının genel prim kademesine bağlıdır. Çalışmayan eş ve 25 yaşın altındaki çocuklar belirli koşullarda yasal sağlık sigortasına prim ödemeden sigortalanabilirler. İşsizlik parası (ALG II/"Hartz IV") alan her üye 1 Ocak 2016 tarihinden beri bireysel olarak hastalık sigortası kurumunda sigortalıdır.

Sigortalı olan her birine sağlık sigortası kartı tahsis edilir. Bu kartta isim, doğum tarihi, sigorta no.su gibi kişisel veriler kaydedilmiştir. Sağlık sigortası kartının hasta tarafından her çeyrek yılda ilk doktor ziyaretinde ibraz edilmesi gerekmektedir. Doktorlar muayene bedellerini doğrudan ilgili sağlık sigortası kurumuna fatura ederler.

Sağlık sigortası kurumları hangi hizmetlerin masraflarını üstlenirler?



Sağlık sigortası kurumu doktor muayene ve hastane masraflarının yanında genellikle doktorca yazılması gereken ilaç, protez, erken tanı muayeneleri, tedavi ve kür masraflarını da üstlenir. Sağlık sigortasının yaptığı bu ödemelerin genellikle %10'unu (en az 5 Euro, en fazla 10 Euro) kendi payınız olarak ödemeniz gerekmektedir. Hastanede yattığınız her gün ve yılda en fazla 28 gün için günde 10 Euro ödemeniz gerekmektedir. Çocuklar ve 18 yaş altı gençler bu ödemelerden muafittir.

Çocuklar ve 18 yaş altı gençler doktor reçetesi gerektiren ilaç ve yardımcı araç (örneğin işitme cihazı) için ek ödemelerden muafittir. Yetişkinler yıllık brüt gelirlerinin %2'sinden fazlasını ek olarak ödememektedirler. Çeşitli ilaçlara muhtaç olan kronik hasta insanlar brüt gelirlerinin en fazla %1'ini ödememektedirler. Sağlığınıza aktif olarak katkıda bulunmanız halinde sağlık sigortası kurumları size ikramiye ödeme ya da primlerinizin bir kısmını iade etme önerisinde bulunabilirler. Dar gelirli kişiler sağlık sigortası kurumuna dilekçe ile başvurarak ek ödemelerden muafiyet isteyebilirler.

Gözlük ve lens masraflarının sağlık sigortası kurumları tarafından üstlenme imkanı kısıtlıdır. Sağlık sigortası kurumları bu masrafları çocuklar ve 18 yaşını doldurmamış gençler için genellikle üstlenirler. Ayrıntılı bilgi için lütfen sağlık sigortası kurumunuza başvurunuz.



Doktor muayenesi

Sigortalı olarak doktorunuzu kendiniz serbestçe seçebilirsiniz. Belirli bir ev doktorunuzun bulunması tavsiye olunur. Bu genellikle bir pratisyen doktor ya da dahiliye uzmanı, çocuk ve gençler için de çocuk doktoru olabilir. Daha önceki hastalıklarınızı tanıyıp ve icabında sizi bir uzman doktora sevk edebilir. Bunun için size bir sevk belgesi verir (resme bkz.).

Doktor ziyaretinden önce randevu alınız ve bir engel çıkması halinde randevunuzu iptal etmeyi unutmayınız.

Doktor ziyaretine

- sağlık sigortası kartınızı (diş doktoru ve hastanede tedavi de dahil olmak üzere)
- uzman doktor ziyareti için sevk belgesi
- aşı karnesi
- varsa güncel medikasyon planı
- hamile olmanız halinde anne karnesi (*Mutterpass*),
- çocuklar için erken tanı muayene karnesini

beraberinizde götürünüz.

Uzman doktor için sevk belgesi (örneğin radyoloji)

Hastanede tedavi



Acil bir durumdan dolayı hastaneye kaldırılmanız halinde herhangi bir hazırlık yapmanız genellikle mümkün olmamaktadır. Hazırlığın yapılması mümkün olan hastane tedavileri, örneğin yapay bir eklem takılması, da vardır. Böyle bir hastane tedavisi için iyi bir şekilde hazırlanmanız tavsiye olunur.

Planlanan bir hastane tedavisi için önemli olan belgeler:

- sağlık sigortası kartı (yasal sağlık sigortalı olanlar için)
- ev ya da uzman doktorunun verdiği sevk belgesi
- nüfus cüzdanı ya da pasaport

Varsa eğer, aşağıda belirtilen belge ve bilgileri de hazır bulundurmanız yararlı olacaktır:

- röntgen resimleri, laboratuvar bulguları ve önceki doktor muayenelerinin raporları
- ev doktorunun isim, adres ve telefon no.su
- acil durumda haberdar edilecek olan akraba ve arkadaşlarınızın isim ve telefon no.ları
- medikasyon planı
- alerji karnesi, kan grubu karnesi, aşı karnesi, röntgen karnesi ve özel karneler (örneğin marcumar karnesi, kalp pili karnesi, diyabet karnesi)

Hastanede tedavinin masraflarını ilgili hastane doğrudan sağlık sigortası kurumunuza fatura eder. Özel bir sağlık sigortası kurumunda sigortalı olanlar fatura bedelini sağlık sigortası kurumunca iade edilmek üzere genellikle önceden kendileri öderler. 18 yaş üstü yasal sağlık sigortalı olanlar halen günde ve yılda en fazla 28 gün için 10 Euro ek olarak ödemektedirler. Belirli durumlarda muafiyetler mümkündür. Tıbben gerekli olmayan, örneğin kozmetik cerrahi tedavilerinin masraflarını, kendiniz üstlenmeniz gerekmektedir.

İlaçlar



Doktorunuzun size yazdığı ilaç için elinize reçete verir. Reçete karşılığında ilacı eczaneden alabilirsiniz. Elinizde yasal sağlık sigortası reçetesi bulunması halinde her ilaç başına genellikle 5 ile 10 Euro arasında değişen bir payı kendiniz ödememiz gerekmektedir.

Bazı ilaçların masrafları sağlık sigortası kurumları tarafından karşılanmamaktadır. Doktor bunları sizin için zorunlu gördüğü durumlarda size özel reçete verecektir. Özel reçeteye yazılan ve reçetesiz alacağınız ilaçların masraflarını kendiniz üstlenmeniz gerekmektedir.

Çocuklar ve 18 yaş altı gençler reçetelere pay ödememektedirler. Hamilelerin, hamilelikten ileri gelen rahatsızlıklar veya doğum ile ilgili olarak bir ilaç gerekli olması halinde pay ödemeleri söz konusu değildir.

İlaç reçetesi örneği

Hamilelik

Hamile kadınların hamileliğin başından itibaren muntazam olarak kadın doktoruna gitmeleri tavsiye olunur. Orada kendilerine hamilelikle ilgili tüm önemli verilerin kaydedileceği bir anne karnesi verilecektir. Hamile kadının bu karnenin, muhtemel acil bir durumda kendisine ve oluşmakta olan bebeğine en iyi şekilde müdahale edilebilmesi için her zaman beraberinde götürmesi tavsiye olunur. Anne karnesinin her doktor, hastane veya dış doktoru ziyaretinde ibraz edilmesi gerekmektedir. Çünkü hamile kadınlara bir takım ilaçların verilmemesi ve bazı muayenelerin yapılmaması gerekmektedir.



Anne karnesi hamilelik ile ilgili verileri içerir

Çocuk erken tanı muayeneleri

Bir çocuğun doğumu münasebetiyle size bir çocuk muayene karnesi verilecektir. Burada çocuğun 14. yaşına kadar öngörülen tüm erken tanı muayeneleri kayıtlıdır.

Muayenenin adı	Çocuğun yaşı
U1	doğumdan hemen sonra
U2	3. - 10. gün
U3	4. - 5. hafta
U4	3. - 4. ay
U5	6. - 7. ay
U6	10. - 12. ay
U7	21. - 24. ay
U7a	34. - 36. ay
U8	46. - 48. ay
U9	60. - 64. ay
J1	13. - 14. yaş

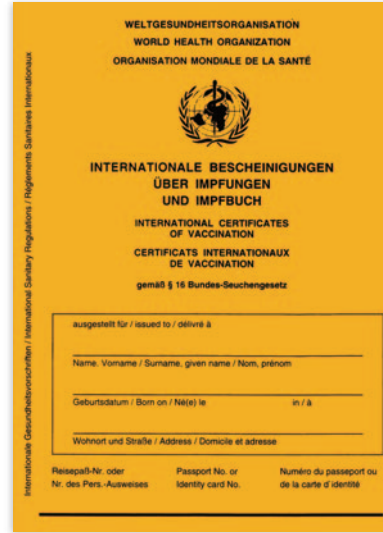
Yasal olarak U-muayene programı çerçevesinde belirlenen muayenelerin yanında birçok sağlık sigortası kurumu özellikle ilkokul çağındaki çocuklar (U10 ve U11) ve gençler (J2) için ek muayene imkanını sunmaktadır. Bu muayenelerin masraflarının sigortalı olduğunuz kurum tarafından üstlenilip üstlenilmediği kuruma başvurarak öğreniniz.



*Çocuğum doğru şekilde gelişiyor mu?
U-muayeneleri bu konuda güvenlik sağlar*

Çocuklarınızla birlikte erken tanı muayenelerine gitmeniz çok önemlidir. Bu şekilde muhtemel sağlık sorunlarının ve gelişim bozukluklarının erken teşhis edilmesi mümkündür. Aşılar da çok önemlidir. Aşı yaptırılarak çocuğunuzu ağır hastalıklardan koruyabilirsiniz. Aşının yan etkilerinden korkmanız halinde bu konuda çocuk doktorunuza danışın.

Robert Koch Enstitüsü'nün güncel aşı tavsiyelerini internette rki.de adresi, aramada "Empfehlungen der STIKO" altında bulabilirsiniz.

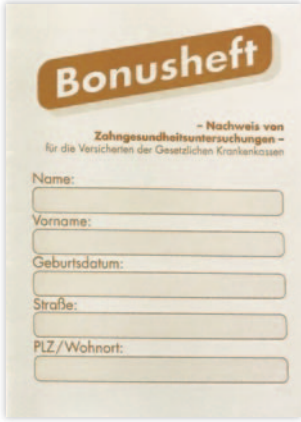


Aşıyla korunmanızın belgelenmesi

Diş kontrolü

Yetişkinlerin yılda en az bir kez, 6 ile 17 yaş arasındaki çocukların dişlerinden herhangi bir rahatsızlık duymamaları halinde de iki kez diş doktoruna gitmeleri tavsiye olunur. Düzenli olarak yapılan ve sağlık sigortası kurumu tarafından ödenen bu muayeneler bir prim karnesine kaydedilir. İleri bir tarihte diş protezi yaptırmanız gerekli olursa, erken tanı muayenelerinden faydalandığınızı prim karnesiyle ispat edebilmemiz halinde sağlık sigortası kurumu daha yüksek bir pay ödeyecektir.

Sağlık sigortası kurumunun protez için ödeyeceği payı diş doktoru bulgusuna bağlıdır. Sağlık sigortası kurumu bu payı, basit veya daha kapsamlı bir tedavi türünü seçtiğinize bakmaksızın ödemektedir.



Lütfen prim karnenizi erken tanı muayenesi çerçevesinde yılda bir damgalattırınız

Diş protezi için ek sigorta yaptırmanız mümkündür.

Altı ile 18 yaş arası çocuk ve gençler için diş doktoru muayenehaneleri ücretsiz bireysel profilaks imkanı da sunmaktadırlar. Bu profilaks, kapsamlı bir diş temizliğinin ve dişlerin floridasyonunun yanında doğru fırçalama konusunda bilgiler içermektedir. Dişleri çürükten korumak için çocukların kalıcı olan azı dişlerine fissür örtücüler de uygulanır.

Diş doktoruna muayene olmanız kadar, ağız temizliğiniz, özellikle dişlerinizi düzenli olarak fırçalamanız çok önemlidir. Diş doktorunuz sizi doğru diş bakımı konusunda bilgilendirir.

Acil durumda yapılması gerekenler



Tıbbi tedaviyi hemen gerektiren her hastalık veya yaralanma olayı acil bir durum anlamına gelmektedir. Örneğin:

- yüksek ateş
- nefes darlığı
- kemik kırılması
- şiddetli kanamalar
- zehirlenmeler
- ani baygınlık

Kaza ve hayat tehlikesi arzeden durumlarda derhal kurtarma ekiplerini çağırınız.

Acil durum telefon no.su 112

Zehirlenme halinde Freiburg'daki zehirlenme bilgi merkezini arayınız. Ücretsiz olan bu acil durum ve bilgi servisine 24 saat ulaşılabilir.

Giftnotrufzentrale (zehirlenme acil telefon no.su): 0761 19240

110 no.lu acil durum telefonu ile polisi arayabilirsiniz. Onlar gerekirse kurtarma ekipleri de haberdar edeceklerdir. 110 ile 112 telefon no.larına tüm telefonlardan ulaşmak mümkündür. Herhangi bir şehir kodu çevirmeniz gerekmez.

Polis acil durum tel. no.su: 110

Metro istasyonu ve otobanlarda kırmızı, sarı ve turuncu renginde sizi doğrudan kurtarma kontrol merkezine bağlayan acil durum telefonları bulabilirsiniz. Bu tele-

fonları kullanırken numara çevirmeyiniz, kolu basınız. Acil durum telefonunun ayağında telefonun bulunduğu kesin konum da yazılı bulunmaktadır.

Bir acil durum tel. no.su.nu çevirdikten sonra bildirmeniz gerekenler

- Olay nerede oldu?
- Ne oldu?
- Yaralı veya hasta sayısı ne kadardır ?
- Ne gibi yaralanmalar veya hastalıklar mevcuttur?
- Kurtarma ekibinin sorularını bekleyiniz.



Stuttgart'ta acil durum için telefon ve adresler

Hayat tehlikesi arzeden durumlar için acil ambulanslar:

Klinikum Stuttgart – Katharinenhospital
Kriegsbergstraße 60
70174 Stuttgart
Telefon 0711 278-30303

Acil servis Katharinenhof "E" binasında bulunmaktadır.

Klinikum Stuttgart – Krankenhaus Bad Cannstatt
Prießnitzweg 24
70374 Stuttgart
Telefon 0711 278-62700

Her iki acil servis yılda 365 gün 24 saat açıktır.

Daha fazla bilgi için:

klinikum-stuttgart.de/ihr-aufenthalt/notfall/

Akşam ya da hafta sonu hastalanmanız halinde

Yasal Sağlık Sigortası Hekimleri Birliği nöbetçi hekimlik hizmeti

Gece, hafta sonu ya da bir tatil gününde doktora muhtaç olmanız ve muayenehane açılışını bekleyememeniz halinde nöbetçi hekimlik hizmetine başvurabilirsiniz. Önceden randevu almaya gerek kalmaksızın araba ile Baden-Württemberg eyaletinin her yerinden 20 ila 30 dakika içerisinde ulaşabileceğiniz bir acil durum muayenehanesine açılış saatleri içerisinde başvurabilirsiniz. Nöbetçi hekimlik hizmeti hayat tehlikesi arzeten tüm durumlarda yardımcı olur.

Telefon 116117 (Almanya'nın her yerinden)
Faks 0800 58 95 210 (işitme ve konuşma engelli insanlar için)

Acil durum muayenehanelerinin açılış saatleri:
Pazartesi ile Perşembe günleri saat 19.00 ile 07.00 arası
Cuma günleri saat 14.00 ile 07.00 arası
Cumartesi, Pazar ve tatil günleri 24 saat

Stuttgart'ta diğer önemli telefon ve adresler

Medizinische Notfallpraxis am Marienhospital
Böheimstraße 37
70199 Stuttgart
notfallpraxis-stuttgart.de



Telefonla randevu almak gerekmez.

Açılış saatleri:

- **Pratisyenler, dahiliye uzmanları, ortopedist ve cerrahlar:**

Pazartesi ila Perşembe günleri saat 19.00 ile 07.00

Cuma günleri saat 14.00 ile 07.00

Cumartesi, Pazar ve tatil günleri saat 07.00 ile 01.00 arası

- **Kulak burun boğaz uzmanları:**

Cumartesi, Pazar ve tatil günleri saat 09.00 ile 18.00 arası

Katharinenhospital'da acil servisler

Kriegsbergstraße 60

70174 Stuttgart

klinikum-stuttgart.de/ihr-aufenthalt/notfall/

- **Diş hekimliği acil servisi**

"K" binası, zemin kat

Telefon 0711 278-33368

Açılış saatleri:

Her gün saat 18 .00 ile 08.00 arası

Cumartesi, Pazar ve tatil günleri ilaveten saat 08.00 ile 18.00 arası

- **Göz hekimliği acil servisi**

"K" binası, zeminaltı kat

Telefon 0711 278-33100

Açılış saatleri:

Pazartesi ila Perşembe günleri saat 18.00 ile 20.30 arası

Cuma günleri saat 16.00 ile 22.00 arası

Cumartesi, Pazar ve tatil günleri saat 08.00 ile 22.00 arası

Hafta boyunca saat 08.00 ile 18.00 arası acil servis hizmetlerini şehir semtlerindeki göz doktorlarının muayenehaneleri üstlenirler.

Telefon 0180 607-1122

- **Kulak burun boğaz acil servisi**

Telefon 0711 278-33297 (saat 18.00'e kadar)

0711 278-01 (saat 18.00'den sonra)

Açılış saatleri:

Pazartesi ila Cuma günleri saat 16.00 ile 07.30 arası

Cumartesi, Pazar ve tatil günleri 24 saat

Olgahospital Yasal Sağlık Sigortası Hekimleri Birliği çocuk acil servisi

Kriegsbergstraße 60

70174 Stuttgart

Telefon 0180 6071-112

Açılış saatleri:

Pazartesi ila Cuma günleri saat 19.00 ile 22.00 arası

Cumartesi, Pazar ve tatil günleri saat 09.00 ile 22.00 arası

Bu saatlerin dışında Olgahospital acil servisine başvurunuz.

Telefon 0711 278-73011

Eyalet Bařkenti Stuttgart

Sağlık Dairesi

SchloßstraÙe 91

70176 Stuttgart

Telefon 0711 216-59424

gesundheitsfoerderung@stuttgart.de

Yayımlayan: Eyalet Bařkenti Stuttgart, Sağlık Dairesi (Sağlık Teřviki Stratejsi) İletişim Bölümü ile bağlantılı olarak; Redaksiyon: Simone Schmidt-Goretzky, Jana Nolte; Tasarım: Karin Mutter; Kapak fotoğrafı: ©marchmeena29/iStock/Getty Images Plus; Resimleme: ©mikimad/DigitalVisionVectors/Getty Images; sayfa 5 ve 7: Gesundheitsamt; sayfa 10: Erik Streb (Public domain), commons.wikimedia.org; sayfa 12: Gemeinsamer Bundesausschuss; sayfa 13: Lämpel (Public domain), commons.wikimedia.org; sayfa 14: KZV BW
Mayıs 2020

BARMER'in dostane desteği ile hazırlanmıştır

Bu brořür çeşitli dillere tercüme edilmiřtir.

İnternet'te www.stuttgart.de/gesundheitskonferenz adresi altında da bulunabilir.

DIE STADT INFORMIERT

stuttgart.de
stuttgart-meine-stadt.de

facebook.de/stadt.stuttgart
twitter.com/stuttgart_stadt
instagram.com/stuttgart.meine.stadt
youtube.com/StuttgartLHS

Stuttgarter Amtsblatt



STUTTGART

