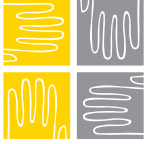


من أجل حياة صحية أفضل

الكشف المبكر عن الأطفال والبالغين



مع المهاجرين ومن أجل المهاجرين
المشروع الصحي التفاعلي في بايرن



كتيب إرشادات للمهاجرين والمهاجرات - متوفر بـ 15 لغة



Impressum

Bleiben Sie gesund
Früherkennung und Vorsorge für Kinder und Erwachsene
Ein Leitfaden für Migrantinnen und Migranten

Herausgeber:

Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit
Rosenkavalierplatz 2 | 81925 München | www.stmug.bayern.de

BKK Landesverband Bayern
Züricher Straße 25 | 81476 München | www.bkk-lv-bayern.de

BKK Bundesverband GbR
Kronprinzenstraße 6 | 45128 Essen | www.bkk.de

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Königstraße 6 | 30175 Hannover
ethno@onlinehome.de | www.ethno-medizinisches-zentrum.de

Konzeption, Inhalt und Erstellung:

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V. (EMZ)

Redaktion: Elena Kromm-Kostjuk, Stephanie Knostmann, Ramazan Salman,
Dr. med. Matthias Wienold, Eva Schwarz

Übersetzung: Dolmetscherservice – Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Lektorat: Heike Mönninghoff, Bernd Neubauer

Layout und Satz: eindruck (Gestaltung und Werbung), Hannover

Bildquellen: Seite 5, 11, 12, 15, 21, 25, 26 © Fotolia.com

Wenn in diesem Leitfaden Personengruppen benannt sind, wird im Folgenden die männliche Schreibweise verwendet. Es sind jedoch weibliche und männliche Personen gleichermaßen gemeint. Dies geschieht aus Gründen des besseren Leseflusses und ist nicht als diskriminierend zu verstehen.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf deshalb der vorherigen schriftlichen Genehmigung durch die Herausgeber.

Dieser Leitfaden ist in folgenden Sprachen erhältlich: Albanisch, Arabisch, Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Kurdisch (Kurmanci), Persisch (Farsi), Polnisch, Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch, Vietnamesisch.

Stand: Juni 2009

ترحيب

عزيزي القارىء عزيزتي القارئة

من خلال هذا الكتيب نقدم لك ولأسرتك معلومات قيمة ومفيدة حول الخدمات التي تقدمها المؤسسات الصحية في بايرن للمهاجرين والمهاجرات. ومن الخدمات التي سيتم التركيز عليها بصفة خاصة خدمات الوقاية والكشف المبكر. كل المعلومات الخاصة بفحوصات الكشف المبكر الموجهة لخدمتك أنت وأولادك سوف تساعدك على الحصول على الخدمة في وقتها المناسب. وعلاوة على ذلك يوجد في هذا الكتيب معلومات حول الخدمات التي تقدمها المؤسسات الصحية ببايرن بالإضافة إلى عناوين هذه المؤسسات وطرق الاتصال بها.

في ظل وجود نظام صحي معقد مثل نظام الصحة الألماني تعتبر المعلومات الواضحة سبباً رئيسياً في حصول الفرد على الخدمة في الوقت المناسب. ولكي تتم الفائدة من هذه الإرشادات الخاصة بالفحوصات والكشف المبكر في بايرن فقد تم إصدارها بـ 15 لغة.

تعتبر هذه الإرشادات هي حجر الزاوية للمشروع الصحي "مع المهاجرين ومن أجل المهاجرين" الذي بدأ في عام 2008 ضمن نشاطات الحملة الصحية "حياة صحية في بايرن" وحملة "الصحة للجميع" التي تتبناها هيئة صناديق التأمين الصحي. ويعتبر الهدف الرئيسي لهذا المشروع هو حصول المهاجرين على خدمات المؤسسات الصحية في بايرن من دون حواجز وبالمساواة مع المواطنين الآخرين.

ونحن من جانبنا نتمنى أن يساهم هذا المشروع في بقائكم أتم وأطفالكم بصحة جيدة على أرض بايرن.



Theo van Stiphout

ثيو فون شتيفوت
مدير قسم الأعمال
سياسة العناية الصحية
صناديق التأمين الصحي الاتحادية



Werner Rychel

فيرنر ريشل
نائب رئيس مجلس إدارة هيئة صناديق
اتحاد بايرن



Dr. Markus Söder

د. ماركوس سودر
وزير البيئة والصحة ببايرن

المحتويات

3	مقدمة
4	1. خدمات صناديق التأمين الصحي الحكومية
4	الكشف المبكر عن مرض السرطان
5	الفحص الطبي العام "Check-up"
6	فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية خلال فترة الحمل وبعدها
8	فحوصات الكشف المبكر عند الأطفال
12	فحص المدرسة ببايرن
13	فحص اليافعين
13	اللقاحات
16	فحوصات الأسنان
18	2. فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية للأشخاص الذين ليس لديهم تأمين صحي
18	لدى صناديق التأمين الصحي الحكومية
19	خدمات حسب قانون طالبي اللجوء
19	الخدمات المقدمة حسب قانون الضمان الاجتماعي 12 (الإعانة الاجتماعية)
20	3. فهرس المصطلحات
27	4. عناوين

مقدمة

الصحة تعتبر شرطاً هاماً لحياة سعيدة فالأطفال الأصحاء يستطيعون أن يكتشفوا الحياة بشكل أكبر البالغون الأصحاء يستطيعون أن يواجهوا التحديات اليومية وأن يستمتعوا بالحياة بصورة أفضل.

ويستطيع الانسان أن يفعل الكثير من أجل صحته، على سبيل المثال من خلال قيامه بالحركة والتغذية السليمة. ولا يوفر النظام الصحي الألماني المساعدة للفرد في حالة مرضه فقط بل يقوم بمساعدته أيضاً من خلال خدمات الوقاية والكشف المبكر التي تقدمها هيئة صناديق التأمين الصحي. ومن خلال هذه الإرشادات التي يقدمها مركز ايثنو الطبي بمعاونة وزارة الصحة والبيئة ببايرن وصناديق التأمين الصحي الاتحادية وصناديق التأمين الصحي ببايرن يستطيع الفرد الحصول على معلومات حول الكشف المبكر واللقاح وصحة الأسنان.

وتشغل الجزء الأكبر من هذا الكتيب المواضيع الخاصة بصحة الطفل حيث أن الخدمات الصحية تبدأ خلال فترة الحمل ثم بعد الولادة بفترة قصيرة حيث تبدأ أولى فحوصات الأطفال الدورية العشرة. وفي بايرن تجرى كذلك فحوصات التخطيط السمعى للرضع وفحوصات التغيرات الأيضية لحديثي الولادة. ولذلك يعتبر الاشتراك في هذه الفحوصات أمراً إلزامياً. ويجب على الوالدين مراعاة مواقيت هذه الفحوصات.

ولكي يستفيد أكبر عدد من الأشخاص والجنسيات من هذه الارشادات تم إصدارها إصدارها بـ 15 لغة. ونحن نتمنى من جانبنا أن تساهم هذه الإرشادات في حياة صحية أفضل لكم ولأولادكم.

1. خدمات صناديق التأمين الصحي الحكومية

الكشف المبكر عن مرض السرطان

يحق للسيدات اعتباراً من سن:

- 20 سنة إجراء فحص سنوي لأمراض النساء للكشف المبكر عن سرطان عنق الرحم
- 30 سنة إجراء فحص سنوي خاص بسرطان الثدي
- 35 سنة إجراء فحص للجلد مرة كل سنتين
- 50 سنة القيام سنوياً بفحص الكشف المبكر عن سرطان الأمعاء
- 55 سنة إجراء تنظير للأمعاء (مرتين تفصل بينهما 10 سنوات)

لكل مشترك في أي من صناديق التأمين الصحي الحكومية الحق في القيام بفحوصات الكشف المبكر (الكلمات الموضوع تحتها خط سيتم شرحها في فهرس المصطلحات) والاستفادة من الخدمات الوقائية. ومن حقه أيضاً الاستفادة من فحوصات مجانية متنوعة تختلف حسب الجنس والسن.

يجب اصطحاب بطاقة التأمين الصحي "Versichertenkarte" لكافة فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية. ولا يتوجب دفع أية رسوم طبية "Praxisgebühr" في العيادة.

ملاحظة هامة:

تقدم صناديق التأمين الصحي الحكومية، بالإضافة إلى فحوصات الكشف المبكر وتدابير الوقاية، الكثير من الخدمات واسعة النطاق. ويجب على الشخص دفع تكاليف بعض هذه الخدمات بنفسه. يتم تقدير هذه التكاليف بناء على حدود قدرة كل فرد على الدفع. أما بالنسبة للنساء اللائي وُلدن بعد 01/04/1987 المصابات بأمراض مزمنة والرجال المولودين بعد 01/04/1962 والذين يعانون من أمراض مزمنة، فيتم تخفيض هذه التكاليف إذا ما قاموا باستشارة الطبيب حول فحوصات التشخيص المبكر. سيتم لاحقاً استحداث "دفتر لتدابير الوقاية" كدليل على إجراء هذه الاستشارة. لذا بإمكانك الادخار فقط في حالة إثباتك لصندوق التأمين الصحي بأنك قمت فعلاً بهذه الاستشارات. وبإمكانك الحصول على معلومات مفصلة حول هذا الموضوع من طبيبك أو من صندوق التأمين الصحي.

الفحص الطبي العام "Check-up"

من حق الرجال والنساء اعتباراً من سن 35 سنة الخضوع مرة كل سنتين لفحص طبي شامل يهدف بشكل أساسي إلى الكشف المبكر عن الأمراض الكثيرة الانتشار مثل أمراض القلب والدورة الدموية وأمراض الكلى ومرضى السكري "Diabetes mellitus".

بالإضافة إلى ذلك توجه الدعوة شخصياً لكل السيدات في بايرن من سن 50 إلى 69 سنة للقيام **بتنظير شعاعي للثدي** "Mammographie Screening" ويتم ذلك بشكل دوري مرة كل سنتين. حيث يجرى هذا الفحص في ما يسمى بوحدة **التنظير الشعاعي** "Screening-Einheiten".

يحق للرجال اعتباراً من سن:

وأثناء الفحص الطبي الشامل يقوم الطبيب من خلال استشارة مفصلة بتوضيح المخاطر الصحية التي يمكن أن تنشأ عن أمراض محتملة سابقة وعن أسلوب حياة المريض الشخصية. كما يتم قياس ضغط الدم ونبضات القلب بالإضافة إلى فحص القلب والرئة و يتم كذلك تحليل عينات من البول والدم.

■ 35 سنة إجراء فحص للجلد مرة كل سنتين

■ 45 سنة القيام سنويا بفحص الجلد وغدة البروستاتا والأعضاء التناسلية

■ 50 سنة القيام سنويا بفحص الكشف المبكر عن سرطان الأمعاء

■ 55 سنة إمكانية القيام بتنظير الأمعاء (مرتين بفاصل زمني قدره عشر سنوات)



فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية خلال فترة الحمل وبعدها

تخضع المرأة الحامل والجنين لمجموعة من فحوصات الكشف المبكر.

من هذه الفحوصات على سبيل المثال:

- فحص مرض السكر لدى السيدات الحوامل (فحص البول)
- فحص الإنسمام الحملي "Gestose" (مراقبة دورية لضغط الدم وفحص البول وفحص الأنسجة بحثاً عن الوزمات)
- فحص إشعاعي بالأمواف فوق الصوتية "Ultraschall" (قياس حجم الجنين والتنبؤ بموعد الولادة والتأكد من تطور الجنين في رحم الأم)
- القيام بتخطيط دقات قلب الجنين



ملاحظة هامة:

في إطار فحوص الحمل الطبية تحصل السيدة الحامل على ما يعرف بدفتر الأم "Mutterpass". ويتم تدوين نتائج كافة الفحوصات الهامة وتطورات الحمل في هذا الدفتر. ويفضل أن يكون هذا الدفتر بصحبة السيدة الحامل بشكل دائم خلال فترة الحمل ويجب أن تحمله معها أثناء جميع الفحوصات الطبية. ومن الطبيعي أن تحتفظ الأم بهذا الدفتر لمساعدتها من خلال البيانات المدونة بداخله عند حملها مرة أخرى.

(تميز عملية الطلق ونبضات قلب الجنين)
وإلى جانب فحوص الكشف المبكر، تعتبر عملية
الوقاية من الأمراض على درجة كبيرة من الأهمية
بالنسبة للمرأة الحامل. ومن الخدمات الصحية
الوقائية على سبيل المثال فحص المرأة الحامل
للتأكد من عدم إصابتها بمرض الحصبة الألمانية
"Röteln" (تحليل دم)، بالإضافة إلى تقديم النصح
والشرح الوافر حول بعض المخاطر الصحية
المعروفة التي من الممكن أن تتعرض لها المرأة
الحامل أو الجنين خلال فترة الحمل أو بعد الولادة.
وتقوم القابلات بالشرح والإرشاد خلال هذه
الفترة الحرجة.

بالإضافة إلى ذلك تتصح المرأة الحامل بزيارة
طبيب الأسنان مرتين أثناء فترة الحمل. فمن
المعروف أن تغيير عادات الأكل (أكل الحلويات
والمشروبات الحمضية) قد يسبب تسوس
الأسنان. وتحدث كذلك التهابات اللثة ودواعم
الأسنان بسبب التغيرات الهرمونية. وتعتبر صحة
الأسنان من الأمور المهمة بسبب ظهور بحث
جديد يفيد أن التهاب اللثة أثناء فترة الحمل يزيد
من إمكانية حدوث ولادة مبكرة وينقص من وزن
الجنين. ولذلك يجب على الأم التي ترغب في
طفل أن تزور طبيب الأسنان قبل الحمل للكشف
على أسنانها ومعالجتها إذا لزم الأمر.

تتمتع كل سيدة حامل بحق الاستفادة من رعاية
طبيب النساء والولادة والقابلة الحاصلة على
ترخيص أو أحدهما خلال فترة الحمل وعند الولادة
وخلال الأسابيع التي تتبع الولادة. وفي حالات
الحمل العادية التي لا يتخللها مضاعفات صحية
تكفي الرعاية الصحية التي تقتصر على الفحص
الطبي كل أربعة أسابيع. واعتباراً من الأسبوع
الثاني والثلاثين للحمل يفترض إجراء الفحص
الطبي كل أسبوعين، وفي حالة تجاوز الموعد
المتوقع للولادة، فإنه يجب إجراء الفحص الطبي
كل يومين.

فحوصات الكشف المبكر عند الأطفال

ظهور شكوك أو اشتباه في مرض جراثيم هذه الفحوصات يتم إجراء فحص آخر بمعرفة طبيب الولادة أو القابلة أو طبيب الأطفال وإذا ثبت وجود مرض ما من خلال التشخيص تتم معالجته على الفور.

تعتبر سنوات الحياة الأولى هي الأهم في التطور الصحي لكل إنسان. لذلك توجد فحوصات للكشف المبكر للأطفال واليا فعين بالإضافة إلى خدمات الوقاية الصحية (إرشادات الطفل الخاصة باللجنة الاتحادية المشتركة).

تخطيط السمع لدى المواليد الجدد

يمكن فحص حاسة السمع لدى المواليد الجدد من تاريخ 1 يناير 2009 في ألمانيا منذ اليوم الأول لولادتهم كخدمة من خدمات صناديق التأمين الصحي. حيث أن تمتع الطفل بحاسة سمع صحيحة وجيدة يعتبر عاملاً هاماً في تطوير ملكة النطق الصحيح خلال مرحلة الطفولة وفي التطور النفسي والاجتماعي للطفل ونضوجه كما يلعب دوراً أساسياً في تطوره المدرسي والمهني فيما بعد.

التنظير الإشعاعي لحديثي الولادة

في بايرن لدى كل الأطفال الحق في الحصول على خدمة تحليل الدم التي تفحص الإصابة بـ 12 مرضاً وراثياً من أمراض الغدد الصماء أو أمراض التغيرات الأيضية مثل (الغالاكتوزيميا والغدة الدرقية). يعتبر الكشف المبكر عن هذه الأمراض ومعالجتها من العوامل التي تساعد على تقليل حالات الإعاقة والموت. وتتم هذه الفحوصات في اليوم الثالث للولادة.

ويتم هذا الفحص من خلال أخذ عينة من كعب الطفل ووضعها على شريحة الاختبار في وجود طبيب الولادة أو القابلة أو طبيب الأطفال وعند

ملاحظة هامة:

في حالة الولادة في المنزل أو في إحدى دور الولادة يتم الاستعلام عن فحص الدم وإجراؤه من خلال القابلة المشرفة.



Name: _____
 Vorname: _____
 Geburtsort: _____
 Straße: _____
 Wohnort: _____

Bringen Sie Ihr Kind zur Untersuchung:

Untersuchungstermin	von:	bis:
U2 3. - 10. Lebensstag	von:	bis:
U3 4. - 6. Lebenswoche	von:	bis:
U4 3. - 4. Lebensmonat	von:	bis:
U5 6. - 7. Lebensmonat	von:	bis:
U6 10. - 12. Lebensmonat	von:	bis:
U7 21. - 24. Lebensmonat	von:	bis:
U8 43. - 48. Lebensmonat	von:	bis:
U9 60. - 64. Lebensmonat	von:	bis:

Diese Untersuchungstermine sollten Sie im Interesse Ihres Kindes bitte genau einhalten.

Wichtige Hinweise auf der folgenden Seite!
 Januar 2004

ويتم فحص حاسة السمع للمواليد الجدد باستخدام جهاز قياس من نوع خاص يعتمد على طريقة خاصة لا تسبب أي ألم. بهذا يمكن اكتشاف المشاكل السمعية الكثيرة الحدوث لدى أكثر من 1000 من المواليد الجدد ومعالجتها قبل فوات الأوان. وإذا ما نجم عن فحص حاسة السمع نتيجة مثيرة للانتباه يتطلب الأمر إجراء فحوص أخرى. وذلك من خلال فحص يتم في مستشفى الولادة. فإذا لم يكن ذلك ممكناً أو إذا بقيت نتيجة هذا الفحص مثيرة للشكوك فيتم عندها إجراء فحوصات لدى طبيب الأنف والأذن والحنجرة أو طبيب الأطفال. أو مستشفيات الأنف والأذن والحنجرة الجامعية أو المراكز السمعية المعروفة (انظر العناوين في الفهرس).

في حالة حدوث الولادة في المنزل أو في دار للتوليد يمكن إجراء الفحص عند طبيب أطفال أو طبيب أنف وأذن وحنجرة.

ملاحظة هامة:

في حال التشخيص المرضي لحاسة السمع في مستشفى الولادة فإنه يفضل ترتيب موعد للفحص السمعي عند طبيب متخصص. ويجب أن يكون التشخيص عند بلوغ الطفل ثلاثة أشهر والعلاج قبل مرور نصف عام على ولادته.

المكان	الموعد	الفحص
في المستشفى أو المنزل من قبل القابلة	بعد الولادة مباشرة	الفحص الدوري الأول (U1)
في المستشفى أو عند طبيب الأطفال	بين اليوم الثالث واليوم العاشر بعد الولادة	الفحص الثاني (U2)
عند طبيب الأطفال أو طبيب الأسرة	8 فحوصات حتى إتمامه للسنة السادسة من العمر	الفحوصات 3 - 9 (U3-U9)

الفحوصات الدورية المبكرة (U)

يجب على الوالدين التحدث مع طبيب الأطفال حول موعد إجراء الفحوصات الدورية من 3 إلى 9. ومن المهم أن يجري كل فحص للكشف المبكر في مرحلة معينة من نمو الطفل. وبهذه الطريقة فقط يمكن التأكد من الكشف المبكر عن أية مشاكل صحية أو أمراض وبالتالي معالجتها في الوقت المناسب.

تهدف الفحوصات الدورية المبكرة إلى مراقبة التطور الجسدي والذهني لدى المواليد الجدد والأطفال وذلك للكشف عن أية تطورات مرضية في وقت مبكر ومعالجتها.

ملاحظة هامة:

يجب اصطحاب بطاقة التأمين الصحي "Versichertenkarte" ودفتر الرعاية الصحية "U-Heft" لكافة فحوصات الأطفال لكي يتمكن الطبيب من تدوين نتائج كافة الفحوصات في دفتر الرعاية الصحية. وبما أن الأطفال يتلقون اللقاحات اللازمة في إطار هذه الفحوصات الدورية فإنه من الواجب أيضا إحصار دفتر اللقاحات "Impfpass". ولا يتوجب دفع أية رسوم طبية "Praxisgebühr" في العيادة مقابل هذه الفحوصات.

ويتم طلب الوثيقة التي تثبت إجراء الطفل لهذه الفحوصات عند التقدم للحصول على منحة التربية أو عند التسجيل في الحضانة. وعند التقدم للمدرسة في سن الخامسة أو السادسة ببايرن يجب كذلك إثبات إجراء الفحص الدوري التاسع للطفل.

الوقاية الصحية للأطفال والياfeين في بايرن
لكي يبدأ الأطفال حياة صحية سليمة يلتزم الوالدان بالاشتراك في فحوصات الأطفال الدورية من الأول وحتى التاسع. وهذه الفحوصات يتم إجراؤها لدى طبيب الأسرة أو طبيب الأطفال لكي يتم اكتشاف الأمراض في مهدها ومعالجتها. وقد تم إلزام الوالدين بذلك من أجل مواجهة الإهمال في حق الأطفال ومن أجل القيام بتقديم الرعاية اللازمة للصغار.



فحص المدرسة ببايرن

إذا لم يكن لدى الوالدين ما يثبت إجراء الفحص الدوري التاسع فيتم إجراء الفحص من قبل أطباء المدرسة للتأكد من مواءمة الطفل للحياة المدرسية ولتقديم المشورة للوالدين حول ما هو مهم صحياً لحياة الطفل المدرسية. ويتم الفحص من خلال طبيب ممارس في حالة ظهور جديد جراً التنظيف الإشعاعي أو الفحص الدوري التاسع ويتم هذا الفحص أيضاً بناء على رغبة الوالدين.

إذا لم يُجرَ للطفل الفحص الدوري التاسع أو الفحص المدرسي يتم إعلام مكتب اليافعين من قبل مكتب الصحة.

فحص المدرسة يعتبر إجراء وقائياً خاصاً بالأطفال المتقدمين للمدرسة ويتم هذا الفحص من خلال ممثلي مكتب الصحة للتأكد من أن الأطفال يتمتعون بصحة جيدة يستطيعون من خلالها المشاركة في الحياة المدرسية. والاشتراك في هذه الفحوصات أمر إلزامي.

ويتم فحص التاريخ المرضي للطفل وبيانات الوزن والطول وقدرة السمع وبشدة البصر ومراجعة دفتر فحوصات الطفل ودفتر اللقاحات. ويقوم الطفل بإجراء بعض التمارين لاختبار قدرة النطق والحركة.



فحص اليافاعين

اللقاحات

اللقاحات من الأمور المهمة لكم ولأطفالكم لمواجهة الأمراض المعدية. وتتم اللقاحات الوقائية على فترات متساوية ويقوم طبيب الأسرة أو طبيب الأطفال بتقديم المشورة الخاصة بهذه اللقاحات.

مع بداية سن البلوغ تحدث الكثير من التغيرات في الجسم. لذلك يجرى "فحص اليافاعين" مرة واحدة لمن تتراوح أعمارهم بين 13 و 14 سنة.

ومن المفترض هنا اكتشاف الأمراض التي تعيق التطور الجسدي والعقلي والاجتماعي لليافعين في وقت مبكر ومعالجتها. ويتم مراجعة دفتر اللقاحات الخاص بالشباب أو الفتاة. بالإضافة إلى ذلك يجب اتخاذ الإجراءات الكفيلة بتغيير السلوكيات التي تؤدي إلى الإضرار بالصحة كالتدخين. لذلك يفترض بالوالدين الاهتمام بهذا الفحص وإجراءه لدى طبيب الأسرة أو طبيب الأطفال. حيث يخصص الكثير من أطباء الأطفال مواعيد خاصة لفحص اليافاعين. يجب إحضار بطاقة التأمين الصحي ودفتر اللقاحات لهذه الفحوصات.

ملاحظة هامة:

لا يجوز تلقيح الطفل في حال إصابته بالحمى ووصول درجة حرارته إلى 38 درجة مئوية ويجب في هذه الحالة تأجيل اللقاح إلى موعد لاحق. وفي حالة اللقاحات الخفيفة تتم مراجعة الطبيب. ويجب سؤال الطبيب في حالة إصابة الطفل بمرض مزمن يتوجب علاجه.

وتتحمل صناديق التأمين الصحي الحكومية تكاليف لقاحات الأطفال التالية:

- الفتيات من عمر الثانية عشر وحتى السابعة عشر (سرطان عنق الرحم)

- النكاف
- فيروس التهاب الدماغ

- الدفتريا

- الحصبة الألمانية

- السعال الديكي (الشهاق)

- التهاب الكبد الإلتاني بي

- شلل الأطفال

- جدري الماء

- الأنفلونزا

- التهاب البنويكوكن (على سبيل المثال التهاب السحايا و التهاب الرئة)

- الكزاز (تيتانوس)

- مرض سحائي (التهاب السحايا)

- الحصبة

ملاحظة هامة:

يتم تدوين كافة اللقاحات في دفتر اللقاحات الذي يجب اصطحابه دوما أثناء تناول اللقاح. وإذا لم يكن بحوزتكم دفتر لقاحات فيمكنكم سؤال طبيب الأسرة أو مكتب الصحة.

للبالغين

اللقاحات بالنسبة للكبار مهمة أيضاً وتساعد في الحماية من أمراض معينة. ويجب إحضار دفتر اللقاحات ومراجعتها عند زيارة الطبيب. ويجب إعادة اللقاحات التي فاتت الشخص. ويجب أن يكون اللقاح ضد الدفتيريا، التيتانوس في أوقات منتظمة أو يتم تكراره في حالة عدم حصول الشخص على اللقاح الأساسي. وفي حالة رغبة المرأة في الحمل أو الحصول على جنين يجب التلقيح ضد السعال الديكي في حالة ما إذا كان آخر لقاح أو مرض يعود إلى أكثر من عشر سنوات. ولكي لا يتعرض الأطفال لمرض شلل الأطفال يجب الحصول على لقاح هذا المرض. بالإضافة إلى ذلك ينصح باللقاح للأشخاص المعرضين للإصابة بسبب سنهم أو معاناتهم من أمراض معينة. ومن هذه اللقاحات على سبيل المثال لقاح الحماية من الانفلونزا أو الحماية التهاب الرئة لمن تجاوزوا سن الستين. ويقوم طبيب الأسرة، صندوق التأمين الصحي ومكتب الصحة المختص بتقديم المعلومات حول اللقاحات والحاجة إليها.

في كل الأوساط الصحية في بايرن يوجد هاجس خاص بمرض التهاب الدماغ بسبب القرادة. فيجب على من يعمل أو يقضي إجازة في الطبيعة أن يحصل على اللقاح هو وأولاده لمدة ثلاث أو خمس سنوات لأن هذا المرض يسبب خطورة على السحايا والمخ والحبل الشوكي.

تتحمل صناديق التأمين الصحي تكاليف كل اللقاحات التي توصي بها لجنة التلقيحات التابعة لمعهد روبرت كوخ في برلين. ويمكن حسب القانون الداخلي لصناديق التأمين تحمل نفقات تلقيحات إضافية (مثلا اللقاحات اللازمة للسفر).



فحوصات الأسنان

الطفل قبل أن يتم ثلاثون شهراً

- يتم فحص الأسنان مرتين كل سنة لمعالجة الأسنان وإعداد خطة علاج إذا لزم الأمر.

الأطفال (3 سنوات حتى 6 سنوات)

- فحصان للأسنان سنوياً. ومن هذه الفحوصات فحص الكشف المبكر عن أمراض الأسنان والفم والفق بما فيها تقديم النصح اللازم حول التغذية المناسبة ونظافة الفم والفلورة (استخدام الفلوريد) (فحوص الأسنان FU1 حتى FU3) من السنة الثالثة وحتى السادسة.

الزيارة المنتظمة لطبيب الأسنان من الأمور الهامة للحفاظ على الأسنان واللثة ويجب ذلك على البالغين وحتى الأطفال الذين لديهم سنة واحدة أو الأطفال الأكبر سناً. ومن خلال هذه الفحوصات تتم معالجة الأسنان المسوسة واللثة الملتهبة وتتم استشارة الطبيب بصورة تفصيلية.

تتحمل صناديق التأمين الصحي الحكومية تكاليف فحوصات الكشف المبكر والخدمات الوقائية المتعلقة بالأسنان التي يتم ذكرها لاحقاً. ولا تسقط رسوم العيادة.

ويتم دفع رسوم العلاجات الأخرى مثل حشو الأسنان وذلك من قبل البالغين الذين لم تسقط عنهم رسوم العيادة.

ملاحظة هامة:

- إلى جانب فحوصات الوقاية الطبية تعتبر النقاط التالية مهمة لحماية الأسنان واللثة
- يجب غسل الأسنان بعد كل وجبة أو على الأقل مرتين يومياً. ويجب تنظيف ما بين الأسنان على الأقل مرة يومياً بواسطة خيط تنظيف الأسنان أو الفرشاة المخصصة لذلك.
- للأطفال: غسل الأسنان مهم حتى وإن كان لدى الأطفال سن واحدة وفي سن السادسة والسابعة يصبح غسل الأسنان أمراً ضرورياً.
- يجب استخدام معجون أسنان غني بالفلوريد ويستخدم للأطفال معجون أسنان مركز بنسبة أملاح تساوي 500.
- التغذية الصحية وخصوصاً الابتعاد عن المشروبات والأطعمة السكرية.



الأطفال واليافعين (6 إلى 18 سنة):

- يتم فحص نظافة الفم حسب برنامج زمني معين وذلك من خلال زيارتين لطبيب الأسنان سنويا، كما يتم شرح الأمراض المختلفة والتدريب على عملية التنظيف الصحيح للفم. ويتم تنظيف الأسنان بالفلوريد كما تتم حماية الأضراس من التسوس (الكارييس).

البالغين:

- فحصان للأسنان سنويا بينهما أربعة أشهر: بحثا عن تسوس الأسنان (كارييس) وأمراض اللثة والأورام في جوف الفم والقيام عند الحاجة بالتصوير الإشعاعي.

- تنظيف الأسنان من التلكس مرة في السنة يوجد في بايرن دفتر لأسنان الطفل حيث يتم تسجيل جميع الفحوصات الخاصة بأسنانه في هذا الدفتر. ويتم الحصول عليه من قبل طبيب الأسنان وتجري على هذا الدفتر جميع شروط الكشف المبكر والتدابير الوقائية ويتم إحضار هذا الدفتر عند كل زيارة إلى طبيب الأسنان ويتم تزويد هذا الدفتر بإرشادات خاصة بسلامة الأسنان وملاحظات حول التغذية والوقاية من التسوس.

2. فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية للأشخاص الذين ليس لديهم تأمين صحي لدى صناديق التأمين الصحي الحكومية

خدمات حسب قانون طالبي اللجوء

بالنسبة لطالبي اللجوء وللأشخاص الذين يتوجب عليهم مغادرة البلاد أو الذين يمنحون إقامة مؤقتة لأسباب سياسية أو إنسانية (اللاجئين بالأمر الواقع) فلا يحق لهم عادة التأمين الصحي في صناديق التأمين الحكومية. ولكن حسب قانون اللجوء يحق لهؤلاء خلال الـ 48 شهرا الأولى معالجة الأمراض الحادة و المؤلمة كما لديهم الحق ببعض الفحوصات والخدمات الوقائية المبكرة (و يوجد هنا بعض الاستثناءات كالتعويضات الخاصة بالأسنان وجراحة الفك).

يمكن الاستفادة من فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية التالية:

- فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية خلال فترة الحمل، بالإضافة إلى خدمات الولادة والرعاية بعد الولادة
- فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية الطبية كما في صناديق التأمين الحكومية: بالنسبة لفحوصات الأطفال والياfeعين من الفحص الدوري الأول للأطفال (U1) وحتى فحص الياfeعين (J1)، إضافة لفحوصات الكشف المبكر عن الأمراض النسائية وفحص سنوي للاكتشاف المبكر لمرض السرطان لدى السيدات اعتباراً من سن 20 سنة وللرجال اعتباراً من سن 45 سنة، بالإضافة إلى الفحص الطبي العام لكل من تجاوز سن 35 سنة (مرة كل سنتين).

الخدمات المقدمة حسب قانون الضمان الاجتماعي 12 (الإعانة الاجتماعية)

يمكن الاستفادة من قانون الضمان الاجتماعي رقم 12 بالنسبة للمهاجرين الحاصلين على إقامة قانونية ولكن لا يخضعون لقانون طالبي اللجوء وليس لديهم تأمين صحي لا في شركة تأمين خاصة ولا في أحد صناديق التأمين الصحي الحكومية. ويتم تأمينهم صحياً في أحد الصناديق الحكومية إذا حصلوا على الإعانة الاجتماعية لمدة تتجاوز الشهر. وسيطلب منهم المكتب الاجتماعي اختيار صندوق للتأمين الصحي والتأمين فيه. وفي حال عدم الخضوع للتأمين لدى صندوق التأمين الحكومي، يمكن تقديم طلب الحصول على الشهادة المرضية من المكتب الاجتماعي، وهي شهادة توضح استعداد المكتب الاجتماعي تحمل نفقات خدمات صحية معينة. وتتساوى هذه الخدمات مع الخدمات التي يتمتع بها الأشخاص الذين لديهم تأمين في الصناديق الحكومية. وتشمل هذه الخدمات حق أصحاب الإعانة الاجتماعية "Sozialhilfe" في فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية كما لا يتوجب عليهم دفع أية رسوم للعيادة.

■ فحص وقائي للأسنان يتم كل نصف سنة بالنسبة للأطفال والبالغين تحت سن 18 سنة، وتجرى بعد ذلك فحوص وقائية سنوية.

■ يمكن للكبار الحصول على بعض لقاحات الأطفال المعتادة مثل الكزاز "Tetanus" الدفتريا "Diphtherie" وفيروس شلل الأطفال "Polio"، وبعض اللقاحات الأخرى في حال الضرورة.

ملاحظة هامة:

يحق للشخص الحصول على هذه الخدمات عندما يكون في ضائقة مالية شديدة (عدم توفر دخل كاف أو ثروة أو عدم حصوله على خدمات التأمين صحي) ويتم ذلك في حالة احتياجه إلى معالجة طبية.

ولا يجب على المستفيدين من خدمات قانون طالبي اللجوء أية رسوم للعيادة.

3. فهرس المصطلحات

مرض السكري: السكري مرض أيضي مزمن مصاب به حوالي 7٪ من سكان ألمانيا. ومن الممكن أن يصيب هذا المرض الشخص في أي عمر سواء كان هذا الشخص في عمر الطفولة أو الشباب أو حتى في عمر الشيخوخة. ويحدث هذا المرض في حالة عدم قدرة الأنسولين الطبيعي على نقل سكر الدم الناتج من الغذاء إلى الخلايا عبر مجرى الدم. ثم تزيد نسبة السكر في الدم ولهذا السبب تظهر الأعراض الطبيعية لما يسمى بمرض السكر (السكري) في صورة تبول وعطش وإرهاق وفقدان للشهوة وضعف للنظر وتظهر كذلك الأعراض من خلال عدم قدرة الجروح على الالتئام بسهولة. وفي حالة عدم علاج السكري أو معالجته بطريقة سيئة فإن ذلك يؤدي إلى عواقب وخيمة مثل الإصابة بالعمى وقد يصل الأمر إلى حدوث أزمة قلبية أو سكتة دماغية ومن الممكن أن يصاب الشخص في النهاية بمرض الفشل الكلوي.

استخدام الفلوريد أو الفلورة

(“Flouridierung”): تتم فلورة الأسنان باستخدام معاجين الأسنان أو الجيل أو مواد الصقل (اللاك) المحتوية على مادة الفلوريد (استخدام الصقل (اللاك) ممكن فقط عند طبيب الأسنان) حيث يتجمع الفلوريد على ميناء الأسنان ويقوم بتقويتها. وبهذا يصبح السن أكثر مناعة في مواجهة الأحماض (مثل تلك التي تنجم عن تناول السكر على سبيل المثال).

تنظير الأمعاء “Darmspiegelung”: يصاب سنويا في ألمانيا وحدها ما يقرب من 66000 شخص بسرطان الأمعاء ويموت حوالي 29000 شخص بهذا المرض. ويتيح تنظير الأمعاء إمكانية اكتشاف المرض باكراً ومعالجته في الوقت المناسب. ويتم تنظير الأمعاء بإدخال خرطوم دقيق ولين يدعى منظار “إندوسكوب” إلى داخل الأمعاء. ويشمل نظام تصوير ينقل صور الأمعاء إلى شاشة كومبيوتر. ويمكن خلال التنظير الحصول على عينات (خزعة) من الأنسجة، حتى يتم فحصها في المختبر فيما بعد. كما يمكن إجراء بعض العمليات الصغيرة والبسيطة.



فحوصات الكشف المبكر: الهدف من إجراء مثل هذه الفحوصات هو اكتشاف المرض في مرحلة مبكرة من تطوره- في حالة عدم القدرة على تحديد الأعراض - وزيادة فرص الشفاء.

الغالاكتوزيميا (Galaktosämie): الغالاكتوزيميا

مرض وراثي يُضحي يظهر بسبب حدوث قصور في امتصاص الجلاكتوز الذي يعتبر العنصر الرئيسي في تكوين سكر اللبن عند بعض الأطفال. ولذلك تزيد نسبته في الدم مما يسبب خطر على الجهاز العصبي وأعضاء الجسم ومن الممكن أن يؤدي للموت في بعض الأحيان. وإذا ثبتت إصابة الرضيع بهذا المرض من خلال التنظير الإشعاعي يتم وصف لبن بدون سكر كغذاء للرضيع.

الإنسمام الحلمي: "Gestose" الإنسمام الحلمي عبارة عن عنوان شامل لمشكلات صحية مختلفة تظهر خلال فترة الحمل. فإلى جانب ارتفاع معدل السكر في الدم يمكن أن تظهر زيادة في إفرازات البروتين في البول وأن تصاب الحامل بوذمات "Ödemen". وتظهر علامات أمراض الحمل بشكل خاص في الحمل الأول عند الحوامل من صغار أو كبار السن. ومن عوامل الخطر الأخرى التي يمكن أن تتعرض لها المرأة الحامل الأضرار التي تصيب الأوعية الدموية والتي يكون مردها إلى مرض مزمن في الكلية أو ارتفاع ضغط الدم أو السكري أو التدخين خلال الحمل، بالإضافة إلى الوزن الزائد أو نقصان البروتين. وتنضوي أمراض الحمل على مخاطر الولادة المبكرة ووفاة الرضيع، ومن الممكن أن تقود إلى مضاعفات خطيرة على حياة المرأة الحامل.

طبيب الأسرة "Hausarzt": طبيب الأسرة هو طبيب يحمل ترخيص ويعتبر المرجع الأول للمريض في أية أزمة صحية. وفي ألمانيا يمكن اعتبار "طبيب الأسرة" أي طبيب عام مختص بالأمراض الداخلية ولديه ترخيص يؤهله ليكون طبيب أسرة.

أمراض القلب والدورة الدموية: وهي

تشمل العديد من الأمراض التي تصيب القلب والشرايين التاجية والأوعية الدموية. ومن أكثر الأمراض حدوثا هو مرض ضيق الشرايين "Arteriosklerose" (الذي ينجم عن تراكمات على جدار الشريان)، والاحتشاء القلبي "Herzinfarkt" (انسداد أحد الشرايين) وقصور القلب "Herzinsuffizienz" (ضعف عضلة القلب) حيث يعجز القلب عن توفير الكمية الكافية من الدم والأكسجين للأنسجة. وتعتبر أمراض القلب والدورة الدموية المسبب الأول للوفاة في ألمانيا. إلا أن الإصابة بهذه الأمراض يمكن تفاديها في أغلب الأحيان. إذ أن اتباع أسلوب حياة صحي قليل الدسم والقيام بالحركة الكافية والتخلي عن التدخين كلها عوامل تساعد في حماية القلب والدورة الدموية.

مرض الغدة الدرقية Hypothyreose: هذا المرض الوراثي يصيب الغدة الدرقية ويتسبب في إصابة الرضيع بالصفراء واللامبالاة والإعاقة الذهنية. ويعالج هذا المرض من خلال تضبيب نسبة هرمون الغدة الدرقية حتي يصبح الطفل في حالة طبيعية. ولذلك من المهم عمل تنظير إشعاعي لفحص الاضطرابات الهرمونية عند الرضع.

دفتر اللقاحات "Impfpass": يدون الطبيب في

دفتر اللقاحات كافة اللقاحات التي تمت وموعد كل منها. وبما أن لقاحات حماية الطفل تتم عادة خلال الفحوصات الدورية للأطفال فإنه ينصح باصطحاب دفتر اللقاحات مع دفتر الرعاية الصحية لكافة فحوصات الأطفال وفحص اليافعين. وفي حال عدم توفر دفتر لقاحات يقوم الطبيب باستخراج مثل هذا الدفتر. ويتوجب على البالغين أيضا اصطحاب دفتر اللقاحات في كل مرة يتم فيها اللقاح، ويفضل اصطحابه خلال السفر إلى الخارج أيضا.

المرض الإنتاني (الأمراض المعدية)

"Infektion": في حال الإصابة بمرض إنتاني معد فإن مسببات المرض تنتقل إلى الجسم وتتكاثر فيه. ومن الأمراض الإنتانية مثلا أمراض الإسهال، وأمراض الجهاز التنفسي والحصبة والسعال الديكي إضافة إلى الإيدز (السيدا) والمالاريا.

الأنفلونزا: مرض معدي يحدث بسبب فيروس الأنفلونزا ويسمى كذلك بمرض نزلة البرد ويصاحب هذا المرض دائما انسداد في مجرى التنفس وإعياء شديد (آلام تتطور مع المرض) ومضاعفات خطيرة مثل الالتهاب الرئوي (ذات الرئة) أو التهاب عَصَلَة القلب (التهاب الجزء العضلي من القلب).

نتيجة تتطلب إعادة الفحص: وتسمى نتيجة الفحص بهذا الإسم في حالة ما إذا ترتب عليها الشك في وجود فيروس مرضي محتمل أو توطن نقيلة مرضية داخل الجسم أو الإصابة بمرض معين. ولكي يتم التأكد من وجود هذا المرض من عدمه يجب إجراء فحوصات إضافية.

السرطان (Krebs): السرطان (أمراض السرطان) تعني النمو غير المنتظم وغير الملحوظ للخلايا. حيث تقوم خلايا السرطان بالتضييق على الأنسجة السليمة أو قتلها. ويمكن إصابة أي عضو في الجسد بمرض السرطان. وتعتبر أمراض السرطان ثاني أهم سبب للوفاة في ألمانيا بعد أمراض القلب والدورة الدموية (حيث يموت سنويا حوالي 390000 إنسان بالسرطان). إلا أن احتمالات الشفاء من السرطان في تزايد مستمر. ويوجد الكثير من أنواع السرطان المختلفة التي تخضع لمعالجات مختلفة تماما. ومن خلال الكشف المبكر عن السرطان يمكن تقليص احتمال الوفاة بسبب الإصابة به.

التنظير الإشعاعي للثدي "Mammographie": يتضمن التنظير الشعاعي للثدي تصويره بالأشعة، الأمر الذي يمكن من ملاحظة أية تغيرات تحدث في أنسجة الثدي.

تجمعات مائية في الأنسجة Ödeme

بكتيريات الـ بنويموكوكين Pneumokokken:

نوع من البكتريات ممكن أن يؤدي إلى عدة أمراض مثل التهاب الرئة والتهاب السحايا والتهاب الأذن الوسطى. خطر الإصابة بهذه البكتريات يزداد مع تقدم العمر (فوق الستين) بسبب تراجع قوة جهاز المناعة.

رسوم العيادة "Praxisgebühren": يتوجب على المرضى لدى مراجعة الطبيب دفع مبلغ 10 يورو كرسوم العيادة مرة كل ربع سنة. أما فحوصات الكشف المبكر وخدمات الوقاية فهي مجانية وغير خاضعة لهذه الرسوم. وإذا دعت الحاجة إلى زيارات أخرى للطبيب خلال ربع السنة ذاته فإنه يتوجب في كل زيارة دفع مبلغ 10 يورو، إلا إذا كان المريض يحمل تحويل مرضي من الطبيب الأول حيث تم الدفع. إلا أن التحويل المرضي وبالتالي الإعفاء من الرسوم اللاحقة للعيادة لا تصلح لطبيب الأسنان وطبيب الإسعاف. ويتوجب في هاتين الحالتين أيضا دفع 10 يورو كل ربع سنة كرسوم عيادة. ولا يتوجب على الأطفال واليا فعين حتى سن 18 سنة دفع أية رسوم للعيادة.

الحصبة الألمانية "Röteln":

تتتمي الحصبة الألمانية لأمراض الأطفال التي تصيب البالغين أيضا. إن الإصابة بفيروس الحصبة الألمانية خلال الحمل يمكن أن تلحق أضرار كبيرة بالجنين، منها على سبيل المثال التخلف العقلي أو فقدان حاسة السمع أو البصر. وكلما أصيبت المرأة الحامل بالفيروس في وقت مبكر من فترة الحمل (حتى الأسبوع 18 من الحمل) كانت الخطورة أكبر في أن يصاب الوليد بعاهة كبيرة. ولهذا السبب تتضمن إجراءات الوقاية خلال الحمل إجراء فحوصات للمضادات الحيوية من أجل التأكد فيما إذا كانت المرأة الحامل قد أصيبت بالحصبة الألمانية وبالتالي يكون لديها المناعة ضد إصابة جديدة، أو إذا كان من الواجب وقايتها من هذا الفيروس. وفي حال عدم توفر الحماية الكافية فإنه يتوجب على الحامل تجنب الاقتراب من الأطفال ومن التجمعات البشرية الكبيرة. إلا أن الحماية الأفضل تكمن في الحصول على اللقاح خلال سن الطفولة (بالنسبة للبنات من سن 11 حتى 13 سنة)، أو قبل الحمل بالنسبة للسيدات.



سكري الحوامل "Schwangerschaftsdiabetes":

يمكن أن تصاب المرأة الحامل بمرض السكري بشكل مؤقت وذلك بسبب التغيرات الهرمونية خلال فترة الحمل. وأول أعراض الإصابة بسكري الحوامل يمكن أن تكون: زيادة الوزن الكبيرة لدى المرأة الحامل والعطش الشديد وزيادة المسائل الأمينوسي (المحيط بالجنين) "Fruchtwasser" والحجم الكبير للجنين. وينشأ سكري الحوامل من ارتفاع مستوى السكر في الدم وهو يشكل خطورة على صحة كل من الأم والطفل على حد سواء ولذلك فإن معالجته في غاية الأهمية. ويمكن الاكتفاء بحمية صارمة في حال الارتفاع البسيط لمستوى السكر في الدم. ولكن يجب معالجة سكري الحوامل بالأنسولين إذا استمر هذا المستوى في الارتفاع. وعادة ما يختفي سكر الحوامل بعد الولادة.

وحدات التنظير الإشعاعي

"Screening-Einheit": تختص هذه المنشآت

الصحية بالتنظير الإشعاعي للثدي وتخضع لمراقبة شديدة في النوعية. هنا يتم إجراء تصوير إشعاعي للثدي، وفي حال ملاحظة أية أعراض مرضية، تتم متابعة وفحص هذه الأعراض بشكل أدق. ويقود وحدات التنظير الإشعاعي أطباء مؤهلون من خلال تدريب خاص.

التنظير الإشعاعي: "Screening" مصطلح

إنجليزي يعني فحص عينة من المجتمع بشكل كلي لا انتقائي للتحري عن مرض ما. وفي إطار فحوص سرطان الثدي يقصد بالتنظير الإشعاعي (سكرينينغ) فحص كل السيدات من سن 50 إلى 69 سنة.

بطاقة التأمين الصحي: "Versichertenkarte"
يجب تسليم بطاقة التأمين الصحي لمساعدة
الطبيب أو الممرضة قبل إجراء الفحص الطبي،
وذلك لتتم محاسبة صندوق التأمين الصحي
على تكاليف المعالجة. ويتم الحصول على بطاقة
التأمين الصحي بعد التسجيل في صندوق التأمين
الصحي بفترة قصيرة، حيث يتم إرسالها بالبريد
عادةً. ويتم تخزين معلومات شخصية متعلقة
بصاحب البطاقة على شريحة الذاكرة (الاسم،
تاريخ الميلاد، العنوان)، إضافة إلى رقم التأمين.
ولا يتم تخزين أية معلومات حول الحالة الصحية أو
التشخيص على البطاقة.



الوقاية "Vorsorge": تتضمن الوقاية إجراءات
يمكن أن تمنع الإصابة بالأمراض. وخير مثال
على الوقاية الفعالة هو القيام بتنظيف الأسنان.
فمن خلال تنظيف ورعاية الأسنان بشكل منتظم
وصحيح يمكن تفادي الإصابة بتسوس الأسنان.

دفتر الرعاية الصحية: "U-Heft" يتم تدوين
نتائج الفحوصات الوقائية (الفحوصات الدورية)
للأطفال في دفتر الرعاية الصحية. ويتضمن
الدفتر بالإضافة إلى ذلك معلومات هامة، مثل
جداول تبين وزن الطفل وطوله في مراحل معينة
من العمر. ويتم إصدار دفتر الرعاية الصحية
عادةً في المستشفى بعد إجراء الفحص الدوري
الأول (U1)، ومن المفترض اصطحابه إلى كافة
الفحوصات الوقائية (الدورية) للأطفال والياافعين.

4. عناوين

المؤسسات

الهيئة / الاتصال

Aidshilfen in Bayern

للتواصل مع جمعية إعانة مرضى الإيدز يرجى الدخول على المواقع الإلكترونية الآتية:

www.muenchner-aidshilfe.de

www.augsburg.aidshilfe.de

www.aidshilfe-nuernberg.de

www.aidshilfe-regensburg.de

جمعية إعانة مرضى الإيدز ببايرن جمعية خدمية انسانية هدفها التوعية بشأن الجنس الآمن والاستخدام الآمن للمعدات لتقليل مخاطر الإصابة بمرض نقص المناعة المكتسبة الإيدز.

ANAD e.V.

Poccistraße 5

80336 München

Tel.: 089 | 219973-0

beratung@anad.de

www.anad.de

ANAD جمعية فقدان الشهية العصبي والأمراض المصاحبة: يشغل هذه الجمعية كل ما يتعلق بمشاكل التغذية. حيث تقدم معلومات ونصائح حول الشره المرضي والتخسيس والإفراط في تناول الطعام أو البدانة للشخص المريض أو أقاربه حيث يجد الوالدان أو المعلم كل المعلومات المتعلقة بتقديم المساعدة أو العلاج. وسوف تجد على الموقع الإلكتروني البيانات الخاصة بالمنشآت العلاجية التابعة للجمعية ببايرن.

Bayerische AIDS Stiftung –

Verein zur Gesundheitsförderung e.V.

Biedersteiner Straße 29

80802 München

Beratungsstelle Tel.: 089 | 349394

beratungsstelle@

aids-stiftung-bayern.de

www.aids-stiftung-bayern.de

مؤسسة إعانة مرضى الإيدز ببايرن - جمعية الرعاية الصحية: تقدم هذه الجمعية إستشارات تليفونية أو شخصية لمرضى الإيدز أو أقاربهم. وتقدم الجمعية خدمات أخرى مثل الإعانات الاجتماعية، الخدمات العلاجية؛ ندوات حول مرض الإيدز، مشاريع لتوعية الشباب وخدمات أخرى في مجال الرعاية الصحية والتدريب المهني.

Bayerische Krebsgesellschaft e.V.
 Nymphenburger Straße 21a
 80335 München
 Tel.: 089 | 54 88 40-0
 Fax: 089 | 54 88 40-40
 info@bayerische-krebsgesellschaft.de
 www.bayerische-krebsgesellschaft.de

جمعية إعانة مرضى السرطان ببايرن: جمعية تخدم مرضى السرطان. تقوم بتقديم المشورة والدعم لحاملي المرض وأقاربهم. وتقوم بتوعية ضد السرطان والوقاية منه وتدعم أبحاث السرطان في مجال علم الأورام. ويتم تمثيلها في جميع أنحاء بايرن من خلال نقاط اتصال اجتماعية ونفسية عديدة. ويتبعها العديد من جماعات المساعدة الذاتية وتقوم بتوفير معلومات في صورة مطويات وكتيبات إرشادية.

**Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft
 Zahngesundheit e.V. (LAGZ)**
 Fallstraße 34
 Zahnärztehaus
 81369 München
 Tel.: 089 | 723 39 81
 Fax: 089 | 723 57 01
 LAGZ-Bayern@t-online.de
 www.lagz.de

باعتبارها هيئة غير ربحية تقوم الرابطة البافارية لأطباء الأسنان بالإسهام في كل ما يفيد صحة أسنان الأطفال والشباب في بايرن. وتقوم الرابطة بتقديم خدماتها في المدارس ورياض الأطفال بالاشتراك مع نظام التأمين الصحي ومكاتب الصحة وعيادات طب الأسنان.

Bayerische Landesärztekammer (BLÄK)
 Mühlbauerstraße 16
 81677 München
 Tel.: 089 | 414 70
 Fax: 089 | 414 72 80
 info@blaek.de
 www.blaek.de

المجلس الطبي ببايرن: يعتبر الممثل القانوني لأطباء بايرن. وتتخصص واجباته في عدة أمور مثل تقدير المصالح المهنية للأطباء في إطار القوانين، مراقبة أداء وأخلاقيات مهنة الطب، تعزيز التدريب الطبي والمشاركة في الرعاية الصحية العامة. ويوجد على الموقع الإلكتروني الخاص بالمجلس معلومات الطوارئ وإرشادات المرضى بلغات مختلفة فضلاً عن بيانات جماعات المساعدة الذاتية.

**Bayerische Landeskammer
der Psychologischen Psychotherapeuten
und der Kinder- und Jugendlichenpsycho-
therapeuten (PTK Bayern)**

العنوان البريدي:
Postfach 15 15 06
80049 München
عنوان المقر:
St.-Paul-Straße 9
80336 München
Tel.: 089|515555-0
Fax: 089|515555-25
info@ptk-bayern.de
www.ptk-bayern.de

جمعية العلاج النفسي ببايرن: تعتبر هذه الجمعية الممثل القانوني للأطباء النفسيين واتحاد الصحة النفسية للأطفال والبالغين. وتنضم هذه الجهات إلى النشاطات المتعددة لجمعية العلاج النفسي. وتتمثل هذه النشاطات المؤثرة في الرعاية الصحية ببايرن في حملات التوعية الخاصة ومعالجة الأمراض النفسية والتدريب والإشراف المهني والكثير من الخدمات الأخرى. وتوجد على الصفحة الرئيسية لموقع الجمعية معلومات أخرى ومحرك بحث يأخذك إلى عالم الصحة النفسية ببايرن.

**Bayerische Landeszahnärztekammer
(BLZK)**

Fallstraße 34
81369 München
Tel.: 089|724800
Fax: 089|72480444
blzk@blzk.de
www.blzk.de

اتحاد أطباء الأسنان ببايرن: يعتبر هذا الاتحاد هو الممثل القانوني لكل أطباء الأسنان ببايرن ويعمل هذا الاتحاد لخدمة مصالح أطباء الأسنان ويقوم كذلك بمحاولة الحفاظ على صحة الفم وتحسينها لدى الشعب. ويهتم الاتحاد بنوعية الدواء المستخدم في علاج الأسنان الموجه للشخص المريض والمناسب لحالته الخاصة ويتم ذلك نتيجة مشاريع وأبحاث علاجية. وتعتبر وقاية المريض من نشاطاتهم الرئيسية أيضاً. ويستطيع المريض الاتصال بالخط الساخن للحصول على خدمات مناسبة ويدون مقابل.
(سعر الدقيقة 12 سنتا). للاستشارة اتصل على :
01805/211366 (الثلاثين من الساعة الثالثة وحتى السادسة).

**Bayerischer Hebammen
Landesverband e.V. (BHLV)**
Herzog-Georgen-Straße 2
83435 Bad Reichenhall
Tel.: 08651 | 76 75 79
Fax: 08651 | 76 75 72
newsletter@bhlv.de
www.bhlv.de

الاتحاد الألماني للقبالات: عبارة عن اتحاد مجموعة من القبالات المدربات سواء يقومون بالعمل بصورة مستقلة أو يعملون مع الحكومة. وهدف هذا الاتحاد يكمن في تمثيل أعضائه بصورة صحيحة وسليمة لتدعيم سمعة القبالات في المجتمع الألماني. ويساعد هذا الاتحاد الوالدين على إيجاد القابلة المناسبة. ويستطيع كذلك توفير المشورة الموثوقة أثناء فترة الحمل والولادة والنفاس والرضاعة.

**Bayerisches Landesamt für Gesundheit
und Lebensmittelsicherheit (LGL)**
المقر الرئيسي:
Eggenreuther Weg 43
91058 Erlangen
Tel.: 09131 | 76 40
Fax: 09131 | 76 41 02
poststelle@lgl.bayern
www.lgl.bayern.de

مكتب الصحة وسلامة الأغذية ببايرن: هيئة متخصصة في خدمات الصحة وحماية المستهلك. وتشمل مهامه أيضاً إعداد الأبحاث ومراجعة الحالة الصحية للسكان في بايرن وكذلك مراقبة الأغذية والماكولات والمنتجات ومياه الشرب. سوف تجد على موقع المكتب الإلكتروني الكثير من المعلومات عن مواضيع تتعلق بالصحة والوقاية من الأمراض مثل (التغذية الصحية- نوم الطفل- التحصينات والتخطيط السعوي وهكذا)

DONUM VITAE in Bayern e.V.
مقر الاتحاد:
Luisenstraße 27
80333 München
Tel.: 089 | 51 55 67 70
Fax: 089 | 51 55 67 77
info@donum-vitae-bayern.de
www.donum-vitae-bayern.de

اتحاد دونم فيتا Donum Vitae ببايرن: يقدم هذا الاتحاد استشارات وخدمات تتعلق بالحمل. تستطيع المرأة أن تسأل عن أي شيء يتعلق بالحمل من خلال 18 مكتبا تابعين لهذا الاتحاد وإذا كانت المرأة غير متأكدة من قرار الإجهاض فإن الاتحاد يساعدها على اتخاذ القرار السليم.

Gesundheitsämter

كل عناوين مكاتب الصحة ببايرن توجد على الموقع التالي:

www.oegd-bayern.de/html/

bayerische_gas.html

Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB)

مقر الاتحاد

العنوان

Elsenheimerstraße 39

80687 München

العنوان البريدي

Kassenärztliche Vereinigung Bayerns

80684 München

patienten-info@kvb.de

www.kvb.de

اتحاد الأطباء لشؤون صناديق التأمين (KVB): يقوم هذا الاتحاد بتمثيل الأطباء والمعالجين النفسيين أمام صناديق التأمين للحفاظ على حقوقهم. ويهتم كذلك بالتأكد من أن سير صحة السكان الطبية والنفسية على ما يرام. و يوجد على الموقع الإلكتروني للاتحاد محرك بحث يقودك إلى الأطباء والمعالجين النفسيين المرخصين. وعلاوة على ذلك توجد معلومات قيمة حول الصحة (على سبيل المثال اللقاءات، الكشف المبكر عن السرطان والزهايمر ومواضيع أخرى)

Kassenzahnärztliche Vereinigung**Bayerns (KZVB)**

Fallstraße 34

81369 München

الاستشارات المجانية

من الاثنين وحتى الخميس (من الساعة 8 إلى 12)

(ومن الساعة 2 إلى 5)

اتحاد أطباء الأسنان لشؤون صناديق التأمين: جمعية خدمية هدفها تحقيق قدر عال من الوقاية الصحية للأسنان في بايرن. وعلاوة على ذلك تقوم بتنظيم الخدمات الطارئة التي يقدمها أطباء الأسنان. وللأسنان وطرق العلاج وتكاليفه يرجى التوجه إلى الاتحاد حيث يقدم الاتحاد المشورة بدون مقابل.

Tel.: 089 | 72 40 13 48

Fax: 089 | 72 40 13 36

beratung@kzvb.de

www.kzvb.de

**Klinik für Hals-Nasen-
Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie
der Universität Regensburg**
Franz-Josef-Strauß-Allee 11
93053 Regensburg

عيادة الأنف والأذن والحنجرة بريجنيسبورج: تقدم العيادة خدمات في مجال الأمراض السمعية والصوتية وتقوم بفحص ومعالجة أمراض الصوت والتخاطب ومشاكل البلع. بالإضافة إلى ذلك تقوم باكتشاف الاضطرابات السمعية لدى الأطفال والبالغين ثم معالجتها. وتوجد عيادات أخر للأنف والأذن والحنجرة بميونخ وإيرلانجن وفورتسبورج وأوسبورج.

**Koordinierungsstelle der bayerischen
Suchthilfe**
Lessingstraße 3
80336 München
Tel.: 089 | 53 65 15
Fax: 089 | 543 92 03
kbs-bayern-suchthilfe@t-online.de
www.kbs-bayern.de

المكتب البافاري لإعانة المدمنين: عبارة عن لجنة من اتحادات خدمات الرعاية الاجتماعية النشطة في مجال مساعدة المدمنين والمتضررين من الإدمان. هدف هذا المكتب تدعيم وتطوير طرق مساعدة المدمنين ببايرن. وتكمن واجباتها في قيامها بمناقشة كل مايتعلق بالإدمان وتطوير السياسة الصحية الاجتماعية في مواجهته وكذلك تقديم المعلومات وإعداد المتدييات لتبادل الآراء مع كل المؤسسات التي تخدم في مجال مشاكل الإدمان.

**Landesarbeitsgemeinschaft der Freien
Wohlfahrtspflege in Bayern (LAGFW)**
Lessingstraße 1
80336 München
Tel.: 089 | 544 97-0
Fax: 089 | 544 97-187
info@lagfw.de
www.lagfw.de

اتحاد جمعيات خدمات الرعاية الاجتماعية: عبارة عن لجنة تضم رؤساء جمعيات خدمات الرعاية الاجتماعية ببايرن (جمعية رعاية العمال، جمعية الصليب الأحمر ببايرن، كاريتس، جمعية الخدمات الدينية (الشماسين)، جمعية خدمات الرعاية الاجتماعية المتساوية والجمعية الثقافية الإسرائيلية ببايرن) وتقدم هذه الجمعيات خدمات صحية واجتماعية. وتقدم هذه الجمعية خدمات متعددة خاصة بالمواطنين الأصليين للمهاجرين (على سبيل المثال استشارات المهاجرين، خدمات للمهاجرين اليافعين وخدمات للاجئين). لمعرفة عناوين هذه الجمعيات بالتفصيل يرجى زيارة اتحاد جمعيات خدمات الرعاية الاجتماعية LAGFW أو الدخول على الموقع الإلكتروني www.lagfw.de

المؤسسات

الهيئة / الاتصال

Landesgesundheitsrat Bayern

المقر الرئيسي:
Bayerisches Staatsministerium
für Umwelt und Gesundheit | Referat 31
Rosenkavalierplatz 2 | 81925 München
العنوان البريدي:
Postfach 810140
81901 München
www.stmug.bayern.de/
gesundheit/landesgesundheitsrat

اتحاد الإستشارات الطبية ببايرن: يتكون هذا الاتحاد من العديد من الخبراء المنتمين لمختلف المؤسسات. ويقوم بتقديم الاستشارة لمجلس اتحاد بايرن وحكومة الولاية فيما يخص كل الأمور الصحية ويساهم في اتخاذ القرارات المتعلقة بالشؤون الصحية.

Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker e.V. (LApK)

Pappenheimstraße 7
80335 München
Tel.: 089 | 51086325
Fax: 089 | 51086328

اتحاد مساعدة عائلة المرضى: جمعية خدمية لتقديم المساعدة الذاتية لعائلات المرضى ببايرن. ويحاول العاملين في هذه المؤسسة سواء بصورة منفردة أو من خلال جماعات المساعدة الذاتية تحسين حياة المرضى وحياة عائلاتهم. ومن مهام هذا الاتحاد: المشورة الشخصية، تقديم البيانات، دعم المجموعات العائلية، توفير برامج تدريبية ومعلوماتية، التدريب المهني لقادة المجموعات وعقد ندوات للعائلات. ولا تقتصر مشورة الجمعية على الأعضاء فقط.

مواعيد الاتصال:

من الاثنين إلى الجمعة

(من الساعة العاشرة إلى الثانية)

lvbayern_apk@t-online.de

Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V. (LZG)

Pfarrstraße 3 | 80538 München
Tel.: 089 | 2184362
Fax: 089 | 2184359
info@lzg-bayern.de
www.lzg-bayern.de

المركز الصحي الاتحادي ببايرن: يضم هذا المركز أكثر من 50 مؤسسة معنية بالخدمات والتوعية الصحية. ويقوم هذا المركز بالعديد من الخدمات مثل توعية السكان بالمعلومات الصحية، التعاون والتنسيق مع الهيئات المحلية، تدريب الأعضاء فيما يخص الأمور الصحية، تطوير النشاطات الصحية لأعضاء المركز ودعم المؤسسات والمنشآت أثناء عملية تطوير الإجراءات المهنية الخاصة بالتقدم الصحي. المركز الصحي الاتحادي ببايرن قام بعقد إتفاقية توأمة مع مركز الدعم الصحي للمهنيين اجتماعياً اعتباراً من عام 2006 وقام بإنشاء اتحاد بايرن الإقليمي. حيث يقوم اتحاد بايرن الإقليمي بدعم حملات التوعية الصحية بالتنسيق مع كثير من المؤسسات.

Regionaler Knoten (LZG)

Tel.: 089 | 2184355
Fax: 089 | 2184357
www.gesundheitliche-chancengleichheit.de

Mammographie-Screening Bayern

المكتب الرئيسي:
Postfach 210360
80673 München
Tel.: 01805|180908
(14 Cent/Min.)
Fax: 089|570932670

screening@zentralestelle-bayern.de

المكتب الرئيسي ويقدم إجابات للاستفسارات الخاصة بالتنظير الإشعاعي للتدني وكذلك معلومات عن نقاط الاتصال الخاصة بتحديد مواعيد الفحص.

open.med

الخط الساخن ل Open.med : 0177 5116965
من الساعة 9,30 وحتى 17,00
(من الاثنين وحتى الجمعة)
مواعيد الاستشارة
الثلاثاء من الساعة 5 حتى 8
الجمعة من الساعة 10 حتى 1
ميعاد استشارات الأطفال: كل أول وثالث كل شهر

open.med هيئة طبية مستقلة عن منظمة أطباء العالم وتتعاون مع Café 104. ويقدم أطباء هذه الهيئة الكثير من الخدمات الصحية والمشورات الطبية التي تساعد على حياة صحية سليمة من دون مقابل, وللحصول على معلومات أخرى أدخل على الرابط التالي:
http://www.aerztderwelt.org/Projekte/OpenMed_-_Projekt_Muenchen/index.html

pro familia Landesverband Bayern

مقر الاتحاد
Rumfordstraße 10|80469 München
Tel.: 089|29084-046/-047
Fax: 089|29084-050
lv.bayern@profamilia.de
البريد الإلكتروني السريع الخاص بمكاتب مشورة العائلات:
www.sextra.de

مكاتب مشورة العائلات: تقدم مشورات طبية ونفسية واجتماعية عن الشريك والجنس والتخطيط العائلي وفترات الحمل. ويتبع هذا الاتحاد 17 مكتبا. وكل المكاتب معترف بها حكومياً كمكاتب للمشورة أثناء فترة الحمل. وتستطيع السيدات الاستفسار بأية لغة عن طريق التليفونات الآتية:
01805 / 776326 (سعر الدقيقة 14 سنتا)

مكاتب المشورة توجد أيضاً في:

Tel. 0821 4503620	Augsburg
Tel. 0951 133900	Bamberg
Tel. 0841 3792890	Ingolstadt
Tel. 089 3300840	München
Tel. 0911 555525	Nürnberg

Prop e.V.

Verein für Prävention, Jugendhilfe und
Suchttherapie
Hirtenstraße 26
80335 München
Tel.: 089 | 54 59 73-0
Fax: 089 | 54 59 73 19
www.prop-ev.de

خدمات مواجهة الإدمان:

Landwehrstraße 43 (Rgb)
80336 München
Tel.: 089 | 54 90 86-30
Fax: 089 | 54 90 86-40
drogennotdienst@prop-ev.de

مؤسسة بروب Prop هيئة غير ربحية تقدم الكثير من الخدمات مع التركيز على فحوص الوقاية وإعانة الشباب، العلاج من الإدمان، الوقاية والكشف المبكر. وتقدم كذلك دورات للأطفال والمراهقين، وتقديم المشورة لأسر المرضى ثم تقوم بتوفير العلاج من خلال المستشفيات ودور الرعاية. وتعد هذه الخدمات جزءاً بسيطاً من الخدمات التي تقدمها هذه المؤسسة.

في حالة احتياجك لخدمة من خدمات مواجهة الإدمان سوف تحصل عليها سيادتكم تليفونياً على مدار الساعة من دون وجود أية عوائق بيروقراطية ويوجد كذلك أماكن للاستضافة بصفة يومية وأماكن مخصصة لحالات المبيت الطارئة.

REFUGIO München

Marienhilfplatz 10
81541 München
Tel.: 089 | 98 2 95 70
Fax: 089 | 98 2 95 757
www.refugio-muenchen.de

مركز المشورة والعلاج للاجئين وضحايا التعذيب: لا يقدم هذا المركز فقط علاجاً نفسياً أو علاجاً عضوياً ولكن يقدم مشورة وإعانة اجتماعية.

Screeningzentrum

Bayerisches Landesamt für
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
Veterinärstraße 2
85764 Oberschleißheim
hoerscreening@lgl.bayern.de
www.lgl.bayern.de/gesundheit/
hoerscreening.htm
Tel.: 089 | 315 60-131

مركز التنظير الإشعاعي: يوجد في مكتب الصحة وسلامة الأغذية ببايرن ويقوم هذا المركز بعمل تخطيط سمعي لحديثي الولادة والمركز مستعد لأية استفسارات من الوالدين أو طبيب الأطفال.

من الاثنين وحتى الخميس (من الساعة 8 إلى 4)
يوم الجمعة (من الساعة 8 إلى 1)

Selbsthilfeoordination Bayern (SeKo)

Scanzonistraße 4
97080 Würzburg
Tel.: 0931 | 205 79 10
Fax: 0931 | 205 79 11
selbsthilfe@seko-bayern.de
www.seko-bayern.de
www.selbsthilfe-in-bayern.de

مؤسسة المساعدة الذاتية ببايرن: شبكة لدعم برامج المساعدة الذاتية في مجال الصحة والقطاعات الاجتماعية. وتتحمل عبء المساعدة الذاتية ببايرن وتقدم المشورة في المكان المناسب من خلال نقاط الاتصال المنتشرة. وتساعد في بناء مؤسسات جديدة من أجل الدعم الذاتي والتواصل مع الناس حول الأمراض النادرة والمشاكل أو المخاوف الاجتماعية.

Stiftung Kindergesundheit

c/o Ashurst LLP
Prinzregentenstraße 18
80538 München
info@kindergesundheit.de
www.kindergesundheit.de

مؤسسة صحة الطفل: هذه المؤسسة ملتزمة بتحسين الرعاية الصحية. وتشجيع البحث العلمي ونشر المعلومات الموثوق بها للأطباء والأسر التي لديها أطفال. وعلى موقع هذه المؤسسة سوف تجد الكثير من المعلومات والنصائح حول صحة الطفل (التغذية، والحماية من العدوى، والحساسية، إلخ).

Unabhängige Patientenberatung**Deutschland – UPD gGmbH**

مكتب إستشارات لندشوت
Am Alten Viehmarkt 5/City Center Landshut
84028 Landshut
Tel.: 0871 | 276 83 33 | Fax: 0871 | 276 82 18
landshut@upd-online.de

اتحاد الإستشارات الطبية المستقل: اتحاد مكون من 22 هيئة على مستوى ألمانيا يقدم مشورات تليفونية أو شخصية حول المسائل الصحية ومعلومات خاصة بمواضيع الصحة والخدمات الطبية الإقليمية الجديدة.

مشورة تليفونية في جميع أنحاء الاتحاد (مجانباً)
0800 0 11 77 22
من الساعة 10 وحتى 6 (من يوم الاثنين وحتى الجمعة)

مكتب إستشارات لندشوت

Waltherstraße 16a | 80337 München
Tel.: 089 | 1891 37 22 | Fax: 089 | 725 04 74
muenchen-oberbayern@upd-online.de

مكتب الإستشارات نورنبرج

Leipziger Platz 17 | 90491 Nürnberg
Tel.: 0911 | 242 71 72 | Fax: 0911 | 242 71 74
nuernberg@upd-online.de

VdK-Landesverband Bayern e.V.

مقر الاتحاد:
Schellingstraße 31
80799 München
العنوان البريدي:
Postfach 340144
80098 München
Tel.: 089 | 211 70
Fax: 089 | 211 72 58
info@vdk.de
www.vdk.de

مركز التليفونات الخدمية

الاثنين والثلاثاء والأربعاء من الساعة 10 إلى 12
Tel.: 089 | 211 71 12
المشورة الشخصية بتاريخ:

Infocenter des VdK Bayern

Schellingstraße 31
80799 München

Verbraucherzentrale Bayern

Mozartstraße 9
80336 München
Tel.: 089 | 53987-0
Fax: 089 | 537553
info@vzbayern.de
www.verbraucherzentrale-bayern.de

الاتحاد الاجتماعي VdK ببايرن: منظمة مساعدة ذاتية تساعد من وصلوا إلى سن المعاش أو المصابين بأمراض عقلية هم وعائلاتهم وكذلك الموظفين كبار السن والعاطلين عن العمل. ويقدم الإعانة والمشورة القانونية لأعضائه. ويقدم أيضاً خدمات مستقلة للمرضى. وتقدم هذه المشورات لغير الأعضاء بدون مقابل. وتقدم هذه المشورات من خلال مقرات الاتحاد بـ لندشوت وميونخ ونورنبرج.

مركز التليفونات الخدمية: عبارة عن خدمة معلوماتية

يقدمها الاتحاد الاجتماعي ببايرن. من خلال هذا المركز تستطيع سيادتك أن تحصل على كل ما يخص شؤون الرعاية في المستقبل مثل الرعاية المنزلية والرعاية الثابتة ومستويات الرعاية ووسائل الرعاية وشؤون المرضى وشؤون المشورة وصناديق الرعاية ودور الرعاية والإجراءات المتبعة في حالة الوفاة ومعلومات جماعات المساعدة الذاتية.

مركز الخدمات ببايرن: منظمة خدمية تقدم المعلومات

والبيانات والنصح في مختلف المجالات مثل حقوق المستهلك والتأمين الصحي والتأمين ضد الأمراض والتغذية وإدخار الطاقة والبيئة. ويقوم كذلك بتقديم ندوات وإعداد جماعات للمشورة ودورات تدريبية وتعليمية في مجالات متعددة (التربية والتعليم وهكذا) وتقديم كتيبات تحوي معلومات حول المواضيع المذكورة أعلاه.

رسالة شكر

نحن نشكر كل المؤسسات والمهنيين الذين ساهموا في إعداد هذا الكتيب:

Dr. med. Fred-Jürgen Beier (Gesundheitsamt Nürnberg) | Michael Bellwinkel (BKK Bundesverband GbR) | Dr. med. Inken Brockow (Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit – LGL) | Prof. Dr. med. Wolfgang H. Caselmann (Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit) | Michael F. Gebler (Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband Augsburg-Stadt) Gudrun Greitemeyer (BKK Landesverband Bayern)

Dr. med. Beatrix Heilig (Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit)

Dr. Thomas Hegemann (Bayerisches Zentrum für Transkulturelle Medizin e.V.)

Armin Homp (Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen)

Britta Lenk-Neumann (Bayrisches Zentrum für Transkulturelle Medizin e.V.)

Herbert Lorenz (Stadt Ingolstadt) | Dr. med. Sabine Ludwig (LGL) | Dr. med. dent. Anja Lüders (LGL) | Dr. med. Uta Nennstiel-Ratzel (LGL) | Ulrike Nover (Bayerische Landeszahnärztekammer)

Manuela Osterloh (BKK Landesverband Bayern) | Dr. med. Veronika Reisig (LGL)

Dr. med. Elisabeth Schneider (Gesundheitsamt Ingolstadt) | Dr. med. Martin M. Socher (Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit) | Robert Zitzlspurger (BKK Landesverband Bayern)

الأشخاص المتخصصون التالية أسمائهم هم المسؤولون عن ترجمة هذه الإرشادات لأي لغة:

Alban Ademi | Javier Arola Navarro | Michael Gromm | Shahram Jennati Lakeh
Photini Kaiser | Dr. Nilgün Kimil | Mustafa Kisabacak | Alexey Milstein | Hong Van Nguyen
Tatjana Pankratz-Milstein | Francesca Parenti | Milos Petkovic | Übersetzungsbüro Alzayed
Rose-Marie Soulard-Berger | Teresa Willenborg

من أجل حياة صحية أفضل – الكشف المبكر والوقاية للأطفال والبالغين

إنكم تعيشون في بايرن وتتمتعون بصحة جيدة وبالطبع تريدون أن تبقىوا على هذا الحال ولكن ليست لديكم فكرة عامة حول خدمات الوقاية والكشف المبكر. هذا الكتيب يدلکم على الخطوات التي عليكم اتباعها لتتمكنوا من حماية صحتكم بصورة فعالة ولتتمكنوا من تشخيص الأمراض في وقتٍ مبكر.

على سبيل المثال، ما هو المقصود بالفحص الطبي العام؟ ماذا يعني الكشف المبكر عن مرض السرطان؟ فحوص الأطفال و اليافعين المتاحة؟ متى يجب عليك حماية نفسك بواسطة اللقاحات؟ ما هي الفحوصات الخاصة بالأسنان التي بإمكانك الاستفادة منها لكي يكون بإمكانك الحفاظ على أسنانك مدى الحياة؟ يجيب هذا الكتيب على كل هذه الاسئلة وعلى أسئلة أخرى عديدة. بالإضافة الى ذلك ستجدون عناوين أشخاص وجهات معنية بالشؤون الصحية للاتصال بها في مختلف المؤسسات الصحية في بايرن.



Das Gesundheitsprojekt

MiMi Mit Migranten
für Migranten.

تم نشر هذا الكتيب بواسطة: