

HEILSA

Hesin parturin kunnar um heilsuverkið í Føroyum,
hvussu almennar heilsutænastur eru skipaðar, um *Heilsu-trygd*, og hvat tú ger fyri at sjúkramelda teg um tørvur er á tí.

HESIN PARTURIN FEVNIR UM

Heilsutrygd	42
Kommunulæknin	42
Hvussu setir tú teg í samband við lækna	42
Heilivágur og apotek	42
 ⓘ KOMMUNULÆKNIN - HVUSSU BÍLEGGI EG EINA LÆKNAVIDTALU?	43
 ⓘ HVÖNN SKAL EG RINGJA TIL? KOMMUNULÆKNAN, LÆKNAVAKTINA ELLA 1-1-2?	44
Neyðtaenastur - 1-1-2 og 1870	44
Viðgerð á sjúkrahúsið	44
Barnsburður og tænastur	45
Barnsburður	46
Tannrøkt, sálarheilsutænasta og fysioterapi	46
Barnaheilsutænastur – ráðgeving og vitjan heima av heilsufröðingi	46
Hvat geri eg, um eg ikki fái farið til arbeiðis vegna sjúku?	47

HEILSUTRYGD

Allir einstaklingar sum búgva í Føroyum, sum hava fóroyskt persóntal, p-tal, verða av sær sjálvum tryggjaðir undir *Heilsutrygd*.

Heilsutrygd fevnir um almenna og serfrøðiliga heilsuviðgerð og stuðul, annaðhvort fullan ella ein part fyri heilivág, tannrøkt og aðra serfrøðingaviðgerð t.d. fysioterapi, psykoterapi og fótarøkt.

Heilsutænasturnar eru fíggjaðar yvir landsskattin og við avgjaldi frá øllum íbúgvum landsins ígjøgnum Heilsutrygd.

Burtursæð frá gjaldinum til Heilsutrygd er heilsurøkt í síni heild ókeypis í Føroyum. Kortini eru nøkur undantök í sambandi við heilivág, tannrøkt og aðra serviðgerð.

Allir íbúgvær eldri enn 18 ár rinda eitt mánaðargjald til Heilsutrygd. Gjaldið er ásett við lög og er samansett av eini fastari upphædd og einum ávísum prosentparti av skattskyldugari inntøku. Gjaldið verður sjálvvirkandi tikið av inntøkuni, tað ger TAKS (av A-inntøku og vanligari løn), og hetta gjald kann broytast.

KOMMUNULÆKNIN

Heilsutrygd er stovnurin, sum hevur yvirskipaðu ábyrgdina av kommunulæknunum. Tá ið tú ert skrásettur í Landsfólkayvirlitinum og hevur fingið titt p-tal, sendir Heilsutrygd tær eitt bræv um kommunulæknan, tú hevur fingið.

Uppgávan hjá kommunulæknanum er at veita vanligar medisinskar tænastur sum t.d. koppsetingar og regluligar barnaheilsukanningar. Kommunulæknin kann eisini senda teg til serlækna, um tað er neyðugt t.d. eygnalækna.

Kanna eftir í kommununi og finn adressu, upplatingartíðir, telefonnummar og nær, ið til ber at bíleggja tíð.

HVUSSU SETIR TÚ TEG Í SAMBAND VID LÆKNA?

Í vanligari arbeiðstíð kanst tú ringja til skrivarar hjá læknanum og fáa tær eina tíð til eitt viðtal. Kanska hevur tín lækni bókingartænastu á netinum (tú fært altíð eina vátta á telefonini, hevur tú brúkt online-bókingarskipan).

HEILIVÁGUR OG APOTEK

Kommunulæknin kann skriva tær eina ávísing til tann heilivág, tær tørvar. Síðan mást tú fara á apotekið og heinta heilivágin. Læknin sigur tær, nær heilivágurin er klárur at heinta á apotekinum.

Heilivágur verður soldur á apotekum. Nakrar vørur fáast í handkeypi, og aðrar eru ávísingsarheilivágur, til tær vørurnar tørvar tær læknaávísing. Onkur heilivágur er bíligari við ávísing, tí Heilsutrygd rindar ein part.

KOMMUNULÆKNIN – HVUSSU BÍLEGGI EG EINA LÆKNAVIÐTALU?



1 HEVUR TÚ TØRV Á LÆKNAVIÐTALU

Uppgávurnar hjá kommunulæknanum eru almenn medisinsk hjálp, koppsetingar og regluligar barna- og heilsukanningar.



2 RING TIL KOMMUNULÆKNAN OG BÍLEGG TÆR TÍÐ

Ver til tíðina til viðtaluna, helst 5 min. frammanundan (ella bílegg online).



3 LÆKNIN KANNAR TEG

Kommunulæknaskipanin hefur ein týdningamiklan leiklut bæði í samband við sjúklingaviðgerð og sum partur av heilsuverkinum annars. Kommunulæknin kann senda teg viðari til serlækna ella útskriva ávísing um heilivág.



4 ÁVÍSING FRÁ LÆKNANUM

Hevur tú tørv á t.d. heilivági, skrivar læknin tær eina ávísing til tað.



5 HEILIVÁGUR

Tá ið tú hefur tosað við læknan, kanst tú fara á apotekið við ávísingini.

HVØNN SKAL EG RINGJA TIL?

KOMMUNULÆKNAN,
LÆKNAVAKTINA ELLA
BRÁÐHJÁLP 1-1-2?



Kommunulæknin: Tosa við kommunulæknan um öll vanlig heilsumál.



Læknavaktin, ring 1870: Henda tænastan er ætlað persónum, sum hava bráðtørv á læknaligari hjálp, sum kann standast av sjúku ella skaða, og sum ikki kann bíða til tú fært fatur á tínum egna kommunalækna (opið utan fyri vanliga arbeiðstíð, um vikuskipti og í frítíð). Er tú í iva, so ring.



Bráðhjálp, ring 1-1-2: Í lívshóttandi og bráðfeingis støðum.

NEYÐTÆNASTUR - 1-1-2 OG 1870

1-1-2 er neyðtelefonummaríð í Føroyum. Tað má bara verða brúkt til neyðarkall, tá ið fólk eru álvarsliga skadd ella sjúk, um tørvur er á bráðviðgerð ella við lívsvanda. 1870 er telefonin til læknavaktina, og hon er opin eftir vanliga arbeiðstíð. Tørvur tær at tosa við ein lækna uttan fyri vanliga arbeiðstíð, og tú ikki kanst bíða, til læknin letur upp dagin eftir, so kanst tú ringja til læknavaktina uttan fyri arbeiðstíð. Henda landstænastan er opin aftan á vanliga arbeiðstíð frá kl. 16 seinnapart til kl. 08 á morgni og annars allar aðrar tíðir, tá ið læknahölini eru stongd. Henda tænastan er før fyri at meta um tína støðu, geva tær beinleiðis ráð ella senda lækna heim til tín ella kanska senda tey teg á sjúkrahús til kanningar.

Læknavaktin kann ringja til læknar í øðrum pörtum av landinum, sum eru á vakt og kunnu koyra út til sjúkling, er tørvur á tí.

VIÐGERÐ Á SJÚKRAHÚSI

Kommunulæknin kann senda sjúkling á sjúkrahús.

Trý sjúkrahús eru í Føroyum - í Tórshavn, Klaksvík og Suðuroy.

Landssjúkrahúsið í Tórshavn er høvuðssjúkrahús. Landssjúkrahúsið viðger flestu sjúkur og skaðar, men í summu fórum kann tað verða neyðugt at fáa viðgerð uttanlands.

BARNSBURÐUR OG TÆNASTUR

Heilsutænastur, meðan gingið verður við barni og í sambandi við føðingar, eru ókeypis hjá hvørjari kvinnu, sum býr í Føroyum og hevur føroyskt persónstal, vanliga nevnt p-tal.

Konufólk, sum ikki hava p-tal, hava ikki rætt til ókeypis sjúkrahúsviðgerð, hóast tær eru giftar og eru fluttar á bústað í Føroyum. Tær fáa rokning sum útlendingar sambært serligari gjaldskipan.

Barnsburðarkanningum standa kommunulæknar og jarðarmøður fyri kring alt landið. Ultrajóðskanningar verða gjördar, vanliga í 18. barnsburðarviku.

Gigni er stovnur, ið veitir heilsufrøðiliga tænastu til allar smábarnafamiljur, skúlabørn og tannáringar, og hevur heimavitjanir alla viðgonugtíðina, um fólk vilja tað, ella um familjan hevur serligan tørv. Málið er at geva komandi foreldrum vegleiðingar til at tryggja, at barnið fær eina heilsugóða byrjan í lívinum.

Heilsufrøðingar, sum arbeiða hjá *Gigni*, standa fyrir hesum heimavitjanum.

Gigni hevur regluligar heimavitjanir hjá øllum nýggjum familjum í Føroyum. Høvuðsendamálið er at fremja heilsu,

fyrabyrgja sjúku, styrkja og menna foreldraførleikan og avdúka avbjóðingar í vælveruni hjá barninum og tess menning so tíðliga og so skjótt sum gjørligt.

Heilsusjúkrasystrar eru útbúnar innan barna- og familjuheilsu. Sjúkrasystirin er før fyri at geva hent og gagnlig ráð, skuldi tú verið í iva um okkurt, og hon hjálpir tær at síggja til, at barnið fær eina trygga og heilsugóða byrjan í lívinum.

AT GEVA BARNINUM NAVN

Eftir at barnið er komið, hevur tú 6 mánaðir at velja tær eitt navn. Tú hevur skyldu at skráseta navnið alment hjá rætta myndugleika, áðrenn 6 mánaðamarkið. Kirkjan í tíni kommunu stendur fyri navnaskrásetningini.

Ert tú útlendskur ríkisborgari, og tú velur tær eitt navn í samsvari við reglur og siðvenju í tínum eгna heimlandi, sum ikki er góðkent á navnalistanum, mást tú lata inn umsókn við skjalprógvun til Umhvørvisstovuna. **Fyri meira kunning um hesi viðurskifti, set teg í samband við Umhvørvisstovuna tlf. 342400, www.us.fo.**

Fyri meiri almenna kunning um nøvn kanst tú fara inn á heimasíðuna hjá Málráðnum. Har er m.a. ein almennur navnalisti bæði fyri mannfólka- og konufólkanaðn: www.malrad.fo.

BARNSBURÐUR

Føðingar fara fram á sjúkrahúsi og í allarflestu fórum á Landssjúkrahúsínum. Vanliga eru mamma og barn millum 2 og 5 dagar á sjúkrahúsínum eftir føðingina.

Heilsusystrar ella heilsufrøðingar kanna børnini regluliga heima upp til 18 mánaðir.

Heilsufrøðingar hjá Gigni starvast úti á skúlum kring landið og standa fyrir regluligum heilsukanningum, persónligum viðtalum, foreldravegleiðing og kunning um evni, sum hava við heilsu at gera.

Kommunulæknin stendur fyrir barnakanningum upp til 5 ára aldur og öllum koppsettingum.

TANNRØKT, SÁLARHEILSUTÆNASTA OG FYSIOTERAPI

Tannrøkt fyrir vaksin er arbeiði hjá tannlæknum í privatari vinnu. Heilsutrygd rindar ein part av kostnaðinum av tannrøktini.

Børn upp til 18 ár fáa ókeypis almenna tannviðgerð. Tannlæknatænastuna til børn umsita kommunurnar. Frá 18 árum og til 23 ár stendur Heilsutrygd fyrir kostnaðinum, sum stendst av tannkanningum.

Vilt tú hava kunning um ta tannlæknastovuna, sum er í tínum nærumhvørvi, set teg so í samband við kommununa.

Sálarheilsutænastur og fysioterapi eru tökar og virka í privatari vinnu.

Um kommunulæknin sendir teg til sálarfrøðing ella fysioterapeut, rindar Heilsutrygd 40% av kostnaðinum. Fert tú t.d. til sálarfrøðing utan ávísing frá kommunulækna, rindar tú fullan prís. Tað sama er gallandi fyrir fysioterapi, ergoterapi og aðra viðgerð.

BARNAHEILSUTÆNASTUR – RÁÐGEVING OG VITJAN HEIMA AV HEILSUFRØÐINGI

Heilsutænastur til børn líka til tey fara úr skúlanum eru ókeypis. Málið við hesi tænastu er fyrst og fremst at stimbra heilsuna og fyribyrgja sjúku. Gigni veitir heilsurøktartænastu til familjur við smábørnum, børnum í skúlaaldri og tannáringum í Føroyum.

Heilsufrøðingar kanna børn í heimi teirra javnan, til tey eru 18 mánaðir. Heilsufrøðingar vitja familjuna og kanna barnið og geva foreldrunum góð ráð og upplýsingar um heilsu. Hetta byrjar so skjótt sum familjan er komin heim aftur av sjúkrahúsínum. Hevur barnið ella familjan serligan tørv, kunnu heimavitjanirnar hjá heilsufrøðingum halda fram til skúlaaldur, annars er tænastan tøk, tá ið biðið verður um hana ella við tilvísing frá lækna.

Foreldur og onnur, ið takar sær av børnum, hava við lög ikki loyvi at sláa eitt barn – heldur ikki í sambandi við uppaling. Heilsufrøðingurin gevur fegin góð ráð um vegleiðing um barnauppaling.

Ein og hvør, sum flytur til Føroya við smábørnum, má seta seg í samband við heilsufrøðingin at fáa heimavitjanir og

HVAT GERI EG, UM EG IKKI FÁI FARÍÐ TIL ARBEIÐIS VEGNA SJÚKU?

tænastur, sum Gigni veitir. Tænastan fevnir eisini um familjur við børnum eldri enn 18 mánaðir. Foreldur eru altíð vælkomín at seta seg í samband við Gigni, vilja tey hava ráðgeving, heimavitjan o.a.

Fyri at koma í samband við Gigni, kunnu familjur ringja til hóvuðsskrivstovuna tlf. 562300 ella senda teldupost til gigni@gigni.fo. Familjum törvar onga tilvísing at fáa ráðgeving ella heimavitjan frá Gigni.

Kommunulæknar kanna börnini upp til 5 ára aldur og koppsæta sambært föstum mannagongdum. Foreldur hava skyldu at tryggja sær, at börnini koma til heilsukanningarnar.

Heilsufrøðingar á skúlum standa fyri reglugum heilsukanningum og persónligum viðtalum og geva foreldrum vegleiðing og upplýsingar.

Mælt verður til, at foreldur fylgja almennu

tilmælunum um barnaheilsukanningar og koppsetingar.

Verður tað mett at vera neyðugt, so arbeiðir Gigni tætt saman við kommunulæknum, starvsfólkum á dagrøktarstovnum ella lærarum og sosialráðgevum á barnaverndarstovuni. Alt slíkt verður gjört í töttum samstarvi við foreldrini.

Verður tú sum arbeiðstakari sjúk/ur, er kanska neyðugt at fáa eina læknaváttan. Tað kann vera neyðugt, um tú arbeiðir tímalönt og vilt hava sjúkraløn fyrir mista inntøku. Ein og hvør, sum hefur verið í starvi í minsta lagi 120 tímar innan fyrir seinastu 13 vikurnar, hefur rætt til sjúkradagopening frá fyrsta sjúkradegi. Almannaverkið umsitr lögina um sjúkradagopening. Ein umsókn má verða latin inn í seinasta lagi 60 dagar frá fyrsta fráverudegi fyrir at dagopeningur kann játtast frá og við fyrsta fráverudegi

Kanska hefur tú rætt til fráveru við lón frá arbeiðsgevaranum frá fyrsta sjúkradegi. Tað veldst um arbeiðið, tú hefur.

VIÐKOMANDI STOVNAR

Almannaverkið, www.av.fo, tlf. 360000

Gigni, www.gigni.fo, tlf. 562300

Landssjúkrahúsið, www.ls.fo, tlf. 304500

Heilsutrygd, www.heilsutrygd.fo, tlf. 614000



MINST TIL - TULKING

Minst til, at í sambandi við kommunulæknaviðtalum ella serlækna hefur tú rætt til ókeypis tulk, um tað skuldi verið neyðugt. Og soleiðis er eisini, tá ið tú fert til lækna við barninum.