



Gesundheitsvorsorge
und Arztbesuch
in Serbisch

„Будите здрави у Бечу“
Здравствена превентива и
посете лекару

Захвала

Срдачно се захваљујемо свим стурчњацима који су својим знањем допринели садржају ове брошуре: господину медицинском саветнику др. Јоханесу Чапеку, Лекарској комори града Беча, госпођи вишој службеној саветници Соњи Гринштајдл, бечком правобранилаштву за негу и пацијенте, госпођи унив. проф. др. Анити Ридер, Универзитетском институту за социјалну медицину, госпођи др. Едини Велић-Штробл, гинеколозињи и прим. унив. проф. Др. Терези Вагнер, болница Кајзер Франц Јозеф. Захваљујемо се такође за стручно саветовање стручњацима Бечког фонда за здравствено осигурање, магистратског одељења 15 и здравственом центру за мушкарце МЕН.

др. Урсула Штрупе

*управница маг. одељења 17
за интеграцију и диверзитет*

унив. проф. др. Беате Вимер-Пухингер

опуномоћеница за здравље жена у Бечу

Драга Бечанко! Драги Бечанине!

Добро информисани људи могу учинити много тога за очување свога здравља. Упућени пацијенти могу знатно допринети властитом оздрављењу. Јер знање помаже да видимо здраве и мање здраве навике. Знање је и основа за спознају значења превентивних прегледа, вакцина и превентивних мера. Ова брошура ће Вам показати пут кроз мноштво понуда Бечког здравственог система. Овде ћете такође сазнати који је превентивни преглед кад потребан, на шта требају жене обратити пажњу, а на шта мушкарци; како да се припремите за разговор са лекаром; која права имате Ви као пацијент, односно, пацијенткиња. У прилогу ћете наћи све важне адресе. Надамо се да ћемо Вам овим пружити преглед здравствених понуда у Бечу и мотивисати Вас да користите те разноврсне понуде превентивних прегледа града Беча. Не оклевајте да самоуверено питате Вашег лекара ако нешто нисте разумели или да у случају сумње упитате за мишљење друге лекаре.



Мр Соња Весели
*градска министарка
за здравство и
социјалне послове*



**Сандра
Фрауенбергер**
*градска министарка
за интеграцију и
жене*



Мр Франц Битнер
*начелник Бечког
фонда за здравствено
осигурање*



Превентивни здравствени прегледи – шта, кад, како?

Редовним коришћењем превентивних здравствених прегледа доприносите да се ризични фактори рано препознају и предузму одређене мере. Болести које су на време установљене могу да се лече са много мање залагања и оптерећења за дотичне особе.

Садржај

Превентивни здравствени прегледи – шта, кад, како?	5
Здравствена превентива за жене	8
Здравствена превентива за мушкарце	13
Здравље срца и крвотока	16
Превентива рака	17
Вакцине	18
Здравље зуба	20
Душевно здравље	21
Све о посети лекару	22
Ваша права као пацијент	26
Важне адресе	27

Водите рачуна о свом здрављу!

Редовно користите понуде превентивних здравствених прегледа!

Препоручени превентивни здравствени прегледи	Жена	Мушкарац
Превентивни здравствени прегледи: 1 x годишње, од навршене 18. године	●	●
Гинеколошки преглед: 1 x годишње код гинеколога	●	
Женске дојке: Од 40. године живота мамографија најмање сваке 2 године	●	
Самопреглед дојки: Од 20. године једном месечно	●	
Кожа: Годишње контрола младежа и сумњивих предела коже	●	●
Простата: Од 45. године живота 1 x годишње код уролога		●
Самопреглед тестиса: Од 20. године једном месечно		●
Зуби: 2 x годишње код зубара	●	●
Превентива рака црева: Од 50. године живота 1 x годишње	●	●
Колоскопија (претрага црева): Од 50. године живота сваких 7 до 10 година	●	●



Превентивни здравствени преглед

Понуду превентивног здравственог прегледа („превентивни преглед за здраве“) могу бесплатно користити особе које су напуниле 18. годину (18. рођендан) и које имају пребивалиште у Аустрији. Ова понуда важи неvezано за то да ли је особа осигурана или није. Бесплатне прегледе ове врсте нуде Вам лекари са ординацијом и одговарајућим уговором са Фондом за здравствено осигурање, амбуланте носилаца здравственог осигурања и магистратско одељење 15 града Беча. Програм прегледа у оквиру превентивног здравственог прегледа обухвата:

- **Испитивање путем упитног листа** о оболењима, ризичним факторима, начину живота
- **Преглед крви: Напомена:** Дођите празног желуца – дакле дванаест часова пре вађења крви не смеете јести, пити, ни пушити!
- **Преглед мокраће**
- **Преглед столице**
- **Мерење крвног притиска**
- **Прорачунавање индекса телесне масе и обима стомака** (односно телесне тежине/висине)
- **Тестирање слуха**

Уз горе наведене прегледе, магистратско одељење 15. Здравствена служба града Беча бесплатно Вам нуди посебно опсежан и проширен програм прегледа који обухвата:

- **Интернистички преглед:** Слушање срца и плућа, испитивање функције кичме и зглобова, преглед статуса крвних судова као и опипни преглед простате код мушкарца.
- **Испитивање функције плућа**
- **Електрокардиограм (ЕКГ)** за испитивање функције срца и крвотока

- **Ергометрија** Тест оптерећења система срца и крвотока помоћу ергометрије; само по лекарској препоруци.

- **За жене: Гинеколошки преглед** укључујући и узимање узорка брисом (РАРА тест)

Молимо Вас информишите се код Вашег лекара који ће Вам прегледи бити плаћени. Обавезно са собом понесите е-карту (e-card). Комплетни програм прегледа обавићете за кратко време, безболно и без значајних оптерећења.



Здравствена књижица за мајку и дете

(Mutter-Kind-Pass):

Трудницама и мајкама мале деце се пре поручује да користе право на све прегледе који се њима и детету нуде у оквиру здравствене књижице за мајку и дете. Тиме ћете значајно допринети Вашем здрављу и здравом развоју Вашег детета. Здравствену књижицу за мајку и дете добићете бесплатно код Вашег гинеколога.

Напомена: Примање новчане накнаде за бригу о детету везано је за обављање прегледа прописаних у здравственој књижици за мајку и дете! Остала питања о том уређењу одговориће Вам Ваш Фонд за здравствено осигурање.





Здравствена превентива за жене

Гинеколошка превентива

Препоручује се годишња посета код гинеколога пре првог сполног односа, али најкасније од 19. године живота. Уз редовни превентивни преглед, препоручује се контрола ХИВ-а, хепатитиса, и других сполним односом преносивих болести, посебно у трудноћи и код болова током менструације, менопаузе итд.



? По чему ћете познати доброг гинеколога?

1. Разговор са лекаром почиње са анамнезом (развојем болести и генетској склоности, задњој менструацији итд.).
2. После разговора замолиће Вас да се скинете за преглед и легнете на гинеколошки сто.

Савет: Ако Вам је непријатно да се скинете, на дан прегледа обуците широку сукњу коју можете задићи током прегледа. За преглед ослободите само доњи део тела, тако да никада нисте потпуно голи.

3. Узеће времена да Вам објасни: како ће Вас прегледати, које инструменте ће користити и дати одговор на сва питања.
4. Затим ће лекар опипати Ваше груди.
5. После облачења лекар ће Вам објаснити ваше стање.

6. Лекар мора поштовати вашу дискрецију и право на интимну сферу.

Савет: Питајте пријатељице за гинеколога којег Вам могу препоручити.

Рано откривање рака

Рано откривање рака грлића материце

Рак грлића материце је једно ретко оболење и најчешће се појављује између 25. и 55. године живота. На гинеколошком превентивном прегледу рак грлића материце може се открити у раној фази и затим лечити. Гинеколог у оквиру гинеколошког прегледа прави такозвани ПАПА¹-тест (узимање узорка ћелија грлића материце). Препоручује се да се овај преглед обави пре првог сполног односа, али најкасније почев од 19. године живота а онда редовно један пута годишње.

ПАПА I – II: Уредан налаз

ПАПА III: Неуредан налаз, контрола потребна

ПАПА IV: Налаз захтева испитивање ткива

ПАПА V: Висока сумња на малигне туморске ћелије

¹ Папаниколаоу-обриса

? Како функционише ПАПА-тест?

Мали инструмент (тзв. спекулум) уводи се у вагину како би остала отворена. Затим се са меканом шпатулом или четкицом узима брис грлића материце. Тако се саструже неколико ћелија које се касније анализирају под микроскопом. Само узимање обриса траје неколико секунди. Та процедура је помало непријатна, али



Спекула

није болна. Уколико ипак осетите болове, не клевајте да то кажете свом лекару

Савет: Не заборавите код договарања термина да овај тест не можете радити за време месечног крварења.

ХПВ-вакцина: За и против

Хумани папилома вируси (ХПВ) су широко распрострањени вируси, којима се могу инфицирати како мушкарци тако и жене. Ови вируси се сматрају главним узроком за рак грлића материце. Од недавно постоји вакцина против ХПВ вируса. Вакцинисање се препоручује дечацима и девојчицама у старости од 9 до 15 година и женама у старости од 16 до 26 година. Вакцинисање се састоји из три дела, а посебно је делотворно пре првог сексуалног односа. **Напомена:** Ова вакцина НИЈЕ предвиђена за лечење рака грлића материце или његовог предстадијума. Она служи једино као превентивна мера!

Шта требате знати:

- Рак грлића материце је сексуално преносива болест – презервативи штите, али не 100% !
- Прегледи у сврху раног откривања (ПАПА-тест) служе као превентива!
- Код 90% жена та инфекција је неприметна и прође сама од себе.
- Вакцина не делује код жена које су се већ инфицирале!
- Вакцина делује само код 70% ХП-вируса!
- Вакцинисање не замењује редовне гинеколошке прегледе и ПАПА-тестове

Моментално се о дуготрајном деловању вакцине не могу дати никакве изјаве.

Одговоре на питања везана уз трошкове за вакцине одговориће Вам Ваш лекар.



Рано откривање рака дојке

У Аустрији годишње оболева око 5.000 жена од рака дојке. Тај облик рака може се лечити. Шансе за излечење су међутим веће уколико се болест раније установи. Свака жена сама може смањити лични ризик оболења, и то здравим начином живота.



Прегледи које требате редовно обавити ради раног откривања рака:

- Преглед опипавањем код лекара – годишње
- Мамографија – од 40. године живота најмање сваке 2 године
- Ултразвук – као допуна уз мамографију

Мамографија

Најважнији начин за рано откривање рака дојке је мамографија. Тај рентгенски преглед дојки показује промене у ткиву много раније него што их Ви сами можете опипати или што ћете их приметити на основу других симптома. Ова метода се препоручује женама од 40. године живота и то најмање сваке две године.

? Шта се догађа за време мамографије?

Приликом рентгенског снимања дојке су притиснуте пластичним плочицама, што и није угодно, а понекад је чак и болно. Притисак на дојке, међутим, је потребан да би ткиво на снимку било боље приказано. Преглед траје свега неколико минута.



Савет: Најбоље време за извођење мамографије је прва половина циклуса, од 6 до 12 дана након менструације. У том периоду ткиво дојке није тако густо. Код позитивног налаза обавезно упитајте и за мишљење другог радиолога.

Самопреглед и преглед опипавањем

Важна мера раног откривања је опипавање властитих дојки. Жене би требале редовно после менструације опипати своје дојке. Такође би гинеколог тај преглед требао обавити при свакој контроли.

Савет: Најбоље је да дојке опипате кад је кожа мокра (н. пр. при туширању).

1. Станите пред огледало: **посматрајте** да ли има необичних промена?



2. У лежећем ставу: јагодицама прстију опипајте дојке и пазушне јаме. Да ли осетите необичне чвориће?

Опипајте дојке са обе руке, тако да се могући постојећи чворићи не могу померити.

Напомена: Преглед опипавањем не замењује мамографију!

Здравствена превентива за мушкарце



Рано откривање рака

Рано откривање карцинома простате

Простата (= предстојна жлезда) представља део мушких унутрашњих репродуктивних органа. Она је величине кестена (кестењача) и обухвата почетни део мокраћне цеви испод мокраћне бешике. Продукти простате сачињавају највећи део састава ејакулата.

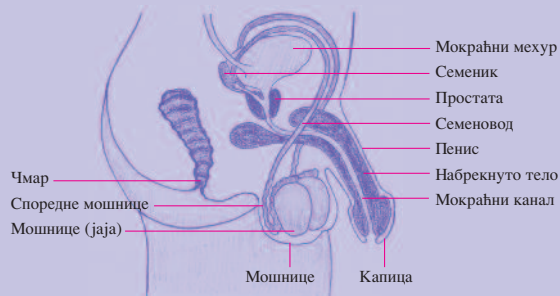
Рак простате је најчешће оболење рака код мушкараца. Скоро половина мушкараца старијих од 50 година има проблеме са доброћудно повећаном простатом (*бенигна хиперплазија простате*). Типичне тегобе су успорено и продужено мокрење и све слабији млаз мокраће. На самом почетку нити доброћудно нити злоћудно повећање простате не проузрокује значајне тегобе. Једини начин активне заштите је превентивни преглед простате.

Превентивни преглед простате

Мушкарци старији од 45 година требали би једном годишње посетити уролога. Мушкарци, код којих већ у породици постоји рак простате, препоручује се од 40 године живота редовна контрола код уролога.

? Како функционише преглед простате?

Лекар ректално (кроз чмар) опипава простату. То што звучи неугодно у пракси траје само неколико



секунди и од велике је важности: Додатно се направе и налази мокраће и крви. А уз то би помоћу ултразвука требало установити омер пражњења мокраћне бешике.

ПСА тест

ПСА тест показује битне индикаторе рака простате. Обавља се путем специјалног прегледа крви са фокусирањем на ПСА (простата специфични антиген).

Повишена ПСА вредност у крви, међутим, не значи да је у питању оболење од рака. Доброћудно повећање простате, упална оболења простате или оптерећење притиском (нпр. интензивно вожење бицикла) могу проузроковати повишену вредност ПСА теста. ПСА тест служи дакле, само као ослонац, а не за успостављање дијагнозе. Такође је могуће да је вредност ПСА у раној фази рака, дакле у моменту кад постоји највећа шанса за излечење, нормална, због чега тај тест не може заменити ректални преглед.

Превентива рака тестиса

Рак тестиса тиче се мушкараца сваког старосног доба, а посебно младих мушкараца у старости од 20. до 35. године живота. Важна мера раног откривања је опипавање тестиса, што и сами можете урадити. Безболни чворови моће бити први знак, док се у том случају може радити и о неопасним вапненим талозима. За разјашњење би се требали обратити специјалисти за урологију, који ће путем ултразвука и прегледа крви поставити професионалну дијагнозу.





Здравље срца и крвотока

Здрав животни стил и редовни превентивни здравствени прегледи кључ су дугог живота. Оболења срца и крвотока су у Бечу најчешћи узроци смрти – код мушкараца и код жена. Управо из тог разлога важно је активно спречавање болести!

Савети за здраво срце

- Идите редовно на превентивни здравствени преглед!
- Пушите мање или престаните скроз!
- Смањите прекомерне килограме!
- Храните се здраво и уравнотежено!
- Довољно се крећите!
- Пазите на Ваш крвни притисак!
- Смањите стрес и психичка оптерећења!

Напомена: Симптоми срчаног инфаркта код жена другачије долазе до изражаја него код мушкараца! Уз често описано стезање у грудима и бол који се шири у леву руку, код жена су типичне и следеће тегобе: мучнина, болови кичме, губљење даха, „прескакање срца“, умор, вртоглавица, презнојавање. Уколико приметите наведене симптоме, одмах позовите Хитну помоћ под бројем 144!



Превентива рака

Превентива рака црева

У Аустрији сваке године око 5.000 мушкараца и жена конфронтирано је са дијагнозом рака црева. У случају раног откривања шансе за излечење износе више од 90! Предстадијум рака црева најчешће је доброчудни полип у цреву. Најделотворније спречавање рака црева је уклањање полипа са црева. Око 40. године живота би дакле требали водити први разговор са лекаром, да би разјаснили евентуално постојеће ризике (као на пример појаве рака црева у породици).

? Како функционише превентивни преглед у сврху раног откривања рака црева?

Тест на окултно крварење (проба столице) врши претрагу на окултну (скривену) крв у столицу, која може потицати од полипа али и од злоћудних тумора.

Поузданији резултати могу се стећи помоћу колоноскопије (оптички преглед црева). Тај преглед је много лакши него што се мисли. Пацијенти такође могу по жељи пре прегледа добити лекове за смирење. Овај преглед се врши ректално (кроз чмар) помоћу специјалног инструмента. Особама које су навршиле 50. годину живота тест на окултно крварење се препоручује једном годишње. Од тог старосног доба требате такође сваких седам до десет година отићи на колоноскопију.



Рано откривање рака коже

Све чешће се поставља дијагноза рака коже. И у овом случају рано откривање олакшава лечење сваке врсте рака коже и повећава вероватност потпуног излечења.

Због тога два пута годишње требате сами прегледати кожу – можда ће Вам при томе помоћи Ваш партнер/Ваша партнерка или пријатељ/ пријатељица. Једном годишње идите дерматологу. Обратите пажњу на „знакове опасности“! Свака промена коже, пре свега промена постојећих младежа, као и појављивање нових младежа обавезно јавите Вашем лекару.

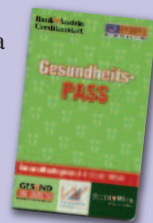


Вакцинације

У оквиру здравствене књижице за мајку и дете и у школама деца примају бесплатне вакцине. Већина деце у Аустрији је према томе вакцинисана против најчешћих, односно најтежих болести. Одрасле особе, међутим, често запостављају вакцинације.

Савет: Ако не живите дуго у Аустрији, информишите се о потребним вакцинама код Вашег породичног лекара! Обратите пажњу и на то да се дечије заштитне вакцинације морају редовно обнављати и у одраслом добу.

Све вакцинације се уносе у Вашу књижицу за вакцинације/здравствену књижицу коју требате понети на сваки термин за вакцинацију. Ако још немате књижицу за вакцинацију, питајте Вашег породичног лекара. Књижица је бесплатна.



Опште препоручене вакцинације у одраслом добу

	Ревакцинација против
Између 25. и 55. године живота Сваких 10 година	дифтерије, великог кашља (пертусис), тетануса и дечје парализе (полиомиелитис)
Од 60. године живота Сваких 5 година	дифтерије, великог кашља (пертусис), тетануса
Сваких 10 година:	парализе (полимиелитис)

Ове и остале информације наћићете у књижици за вакцинације.

Посебно препоручене вакцинације:

Следеће вакцинације се препоручују посебно особама са повишеним ризиком инфекције или ако у случају оболења постоји повишена опасност компликација: ФСМЕ (крпељни менингитис), грип, пнеумококе, хепатитис А, хепатитис Б за одрасле и вакцине потребне пред путовања.



Здравље зуба

Редовни прегледи зуба су за осигуране особе бесплатни и доприносе здрављу зуба. Стога 2 пута годишње посетите Вашег зубара! Да бисте били потпуно сигурни можете користити могућност професионалног чишћења зуба (хигијена уста). Трошкове за тај третман морате додуше сами сносити. Разговарајте о томе са Вашим зубаром.

Савет: Неки људи се плаше посете код зубара. С тога неки зубари раде са техникама хипнозе и опуштања.

Оболења десни

Упале целина које држе зубе (пародонт) се називају пародонтална оболења. У најгорем случају такве упале могу да униште лежиште зуба, доведу до растварања виличне кости и најзад до губљења зуба

Деца и здравље зуба

Млечни зуби су важни! За здраве зубе није потребна само права нега зуба, него и здрава исхрана. Као родитељ будите добар пример и покажите својој деци да прање зуба може бити веома забавно. Контрола и додатно прање од стране родитеља је важан предуслов за здраве зубе.

Душевно здравље



Посета лекару се не препоручује само ако имате телесне тегобе. Чак и кад Вас душа „боли“, стучњаци ће вас саветовати и помоћи Вам. Здравље обухвата како физичко тако и психичко добростање. Можда се физички осећате добро, али сте ипак утучени, несрећни, имате проблема са исхраном, желите престати да пушите, имате проблема на радном месту (нпр. мобинг) или је Ваша веза у кризи? Не знате даље, имате бриге и проблеме о којима бисте радо разговарали?

Психолози, психотерапеути или психијатри су стручњаци којима се можете обратити. Не оклевајте, искористите њихову помоћ! Трошкове за психолошку дијагностику код психолога са уговором (са социјалним осигурањем) сноси социјално осигурање. Чак и трошкове за психотерапију преузима у потпуности или делимично Фонд за здравствено осигурање.

? коме се могу обратити?

Клинички и здравствени психолози: Психолошка дијагностика, саветовање и лечење.

Психотерапеути: Психотерапија помоћу разних метода (терапија понашања, терапија разговором ...)

Психијатри: специјалиста психологије, између осталог и терапија лековима



Све о посети лекару

Код којег лекара сам на правом месту?

Ако имате здравствено осигурање, Вашег лекара можете сами изабрати.

У суштини се разликују између лекара опште медицине (породичних лекара) и специјалисте. Уколико је могуће, требали бисте увек ићи истом породичном лекару. Специјалисти су специјализовани за одређене области – као на пример гинеколози или лекари за ухо, грло и нос. Када се разболите, можете директно отићи код одговарајућих лекара.

? Како ћете се оптимално припремити за посету лекару?

- Тачно посматрајте своје стање и запишите све тегобе.
- Запишите такође и које лекове тренутно узимате.
- Запишите питања која желите поставити лекару. Ако не владате добро немачким језиком, препоручује се да поведете тумача. На веб-страници Лекарске коморе можете наћи попис лекара који говоре стране језике.
- Нагласите у телефонском разговору ако сте акутно болесни. У том случају ћете добити краткорочан термин.
- Телефонски договорите термин за посету лекару. Тако ћете избећи дуго чекање. **Напомена:** Не може се код сваког лекара заказати термин!
- Ако се осећате јако лоше или ако сте слаби, па због тога не можете лично отићи у орди-

нацију, Ваш лекар ће доћи Вама кући. Дакле, користите могућност кућних посета ако немате другог избора.

Савет: Шта требате понети код лекара:

- Понесите Вашу е-карту или упућу.
- Уз то Вашем лекару можда треба и књижица за вакцинације, књижица о алергијама или рентгенски снимци, ако сте у последње време ишли на рентгенско снимање.
- Понесите и попис свих лекова које узимате редовно.

е-карта

Е-карту требате да понесете при свакој посети лекару. Она замењује пређашње болесничке листове (тзв. Krankenscheine). Ако сте добили упућу од неког другог лекара, такође је требате понети.



Е-карта годишње кошта 10 евра. У случају да заборавите е-карту, у ординацији морате платити кауцију, која ће Вам бити враћена када донесете и покажете е-карту.

Може се десити да су Вам потребни прегледи за које сами морате сносити трошкове. Молимо Вас, информисите се на време о томе код Вашег лекара.



Разговор са лекаром/лекарком

- Објасните лекару зашто сте дошли и какве тегобе имате.
- Увек питајте ако Вам нешто није јасно.
- Будите искрени и не кријте, на пример, ако много пушите и пијете алкохол.
- Разговарајте са лекаром ако имате сумње у вези лекова или третмана који Вам је преписао. Кад Вам лекар препише лекове, важно је да их стварно и узимате.
- Ако се након узимања лекова осећате горе или приметите нус појаве, обавезно разговарајте са Вашим лекаром о томе.

Лекарска тајна

Лекари и особље у ординацији не смеју ником рећи то што су сазнали о Вашем здрављу или Вашој породици. Ви дакле можете са Вашим лекаром отворено да разговарате о свему што може имати везу са Вашим оболењем. Без Вашег изразитог одобрења лекар не сме ни Вашем партнеру/Вашој партнерки ни другим члановима породице давати информације.

? Изборни лекари или лекари под уговором?

Лекари под уговором имају уговор са појединим Фондовима за здравствено осигурање. Трошкове прелгеда и терапије лекар обрачунава према одговарајућој тарифи са здравственим осигурањем. Изборни лекари раде без таквог уговора са Фондом за здравствено осигурање. Пацијенти од изборног лекара примају рачун или белешку о хонорару, коју пацијент сам мора да плати. Затим ту белешку о хонорару може приложити Фонду

за здравствено осигурање са захтевом на накнаду трошкова за преглед.

Ослобађање плаћања таксе за рецепт

За сваки рецепт који Вам лекар изда у апотеци морате платити таксу. Трошкове за „приватне рецепте“ (нпр. за анти-беби пилуле) пацијенти морају целокупно сносити сами.

? Ко је ослобођен плаћања рецепта?

По закону и тиме аутоматски (дакле без подношења захтева) ослобођени су:

- Пензионери са правом на изравнавајући додаток, односно пензијска давања и давања за збрињавање са допунским додатком
- Пацијенти са болестима које се морају пријавити и преносивим болестима (н. пр. хепатитис, сида), за лекове потребне за лечење тих оболења.
- Особе које служе цивилни војни рок и њихова породица
- Азиланти
- Примаоци социјалне помоћи

Уколико желите да сазнате да ли испуњавате услове за ослобођење плаћања рецепата, обратите се Вашем лекару или Фонду за здравствено осигурање.



Ваша права као пацијент


Као пацијент у болници имате многобројна права која су регулисана Правом за пацијенте у Бечким здравственим установама (параграф 17а Бечког закона о здравственим установама). На пример имате:

- Право на пажљиво опхођење
- Право на довољну заштиту приватне сфере и у собама са више кревета
- Право на поверљивост
- Право на стручно и по могућности безболно лечење и негу
- Право на објашњење и опширне информације о могућим методама лечења и ризицима
- Право на прихватање или одбијање методе лечења
- Право на увид у Вашу анамнезу, односно израду копије (израда копије се плаћа) у случају трајног погоршања здравственог стања
- Право на верско збрињавање и психичку подршку

Детаљније информације добићете од бечког правобранилаштва за пацијенте и негу. Правобранилаштва за пацијенте су самосталне институције појединих покрајина. Она Вам помажу при заступању права која имате као пацијент у здравственој и болничкој области.

Важне адресе

Опште

■ **Ärztammer für Wien** 
Лекарска комора за Беч
Weihburggasse 10–12, 1010 Беч
Т: 01/515 01-0
www.aekwien.at
Тражење лекара на интернету:
www.aekwien.at/997.py

■ **Ein Herz für Wien**
Срце за Беч
www.einherzfuerwien.at

■ **Fonds Soziales Wien**
Социјални фонд Беч
www.fsw.at

■ **Gesundheitstelefon der Stadt Wien** Здравствени телефон града Беча, Социјални фонд Беч
Т: 01/533 28 28

■ **Krebshilfe Wien**
Помоћ оболелима од рака
Theresiengasse 46, 1180 Беч
Т: 01/402 19 22
www.krebshilfe-wien.at

■ **Österreichische Röntgen-gesellschaft** – Аустријско рентгенско друштво
www.oerg.at
http://oerg.at/media/pdf/mammazertifikat/Mammazertifikate012008.pdf

■ **Selbsthilfeunterstützungsstelle SUS Wien**
Група за самопомоћ СУС Беч
Т: 0505 379-666 15
www.sus-wien.at

■ **Zahnärztekammer**
Зубарска комора
Т: 05 05 11
www.zahnaerztekammer.at


Здравље жена и мушкараца:

■ **EsstörungsHotline**
Хотлајн у случају поремећаја у исхрани
Бечки програм за здравље жена
Т: 0800/20 11 20
www.esstoerungshotline.at

■ **Frauengesundheitszentrum FEM Süd** Здравствени центар за жене у болници Кајзер Франц Јозеф
Kundratstraße 3, 1100 Беч
Т: 01/601 91-5201
www.fem.at
Саветовање на немачком, турском, босанском, хрватском, српском, енглеском, француском и арапском

■ **Frauengesundheitszentrum FEM** Здравствени центар за жене у клиници за жене Семелвајс
Bastiengasse 36–38, 1180 Беч
Т: 01/476 15-5771
www.fem.at

■ **Männergesundheitszentrum MEN** Здравствени центар за мушкарце у болници Кајзер Франц Јозеф
Kundratstraße 3, 1100 Беч
Т: 01/601 91-5454
www.men-center.at
Саветовање на немачком, курдском, босанском, хрватском, српском, енглеском, француском и шпанском

■ **Wiener Programm für Frauengesundheit** 
Бечки програм за здравље жена – Фонд социјални Беч
Т: 01/4000-667 73
www.frauengesundheit-wien.at

Превентивни здравствени преглед

■ **Gesundheitszentren der Wiener Gebietskrankenkasse (WGKK)** Здравствени центри Бечког Регионалног фонда за здравствено осигурање

Wien-Süd ♿
Wienerbergstraße 13, 1100 Беч
Т: 01/601 22-1722

Wien-Mariahilf ♿
Mariahilfer Straße 85–87
1060 Беч
Т: 01/601 22-406 00

Wien-Mitte ♿
Strohgasse 28, 1030 Беч
Т: 01/601 22-403 00

Wien-Nord ♿
Karl-Aschenbrenner-Gasse 3
1210 Беч
Т: 01/601 22-402 00

■ **MA 15 – Vorsorgeuntersuchungsstellen der Stadt Wien**
MA 15 – Амбуланте за превентивне прегледе града Беча

Hainburger Straße 57–63
1030 Беч
Т: 01/712 24 57

Ada-Christen-Gasse 2/C ♿
Per-Albin-Hansson-Siedlung
1100 Беч
Т: 01/688 21 60

Sorbaitgasse 3, 1150 Беч
Т: 01/982 44 39

Romanogasse 27, 1200 Беч ♿
Т: 01/333 16 77
Превентивни здравствени преглед срца и крвотока

Pastorstraße 22/1, 1210 Беч ♿
Т: 01/259 62 12

Душевно здравље:

■ **Berufsverband Österreichischer Psychologen und Psychologinnen – BÖP**
Стручно удружење аустријских психолога – BÖP
Möllwaldplatz 4/4/39, 1040 Беч
хелплајн за услуге:
Т: 01/407 91 92
www.boep.or.at

■ **Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie – ÖBVP** Аустријско савезно удружење за психотерапију – ÖBVP
Löwengasse 3/5/6, 1030 Беч
Т: 01/512 70 90
www.psychotherapie.at/oebvp

■ **Psychosozialer Dienst in Wien**
Психосоцијална служба у Бечу
Т: 01/533 37 71
www.psd-wien.at

■ **Psychiatrische Soforthilfe**
Психијатријска хитна помоћ
Fuchsthallergasse 18, 1090 Беч
Т: 01/313 30

■ **Wiener Landesverband für Psychotherapie WLP**
Бечко државно удружење за психотерапију
Lustkandlgasse 23/3–4, 1090 Беч
Т: 01/512 61 73
www.psychotherapie.wien.at

■ **WGKK-Gesundheitszentrum für Psychotherapie ♿**
Бечки фонд за здравствено осигурање-Здравствени центар за психотерапију
Mariahilfer Straße 85–87
1060 Беч
Т: 01/601 22-407 51

Право

■ **Ombudsstelle der Wiener Gebietskrankenkasse ♿**
Служба омбудсмана Бечког фонда за здравствено осигурање
Wienerbergstraße 15–19
1100 Беч
Т: 01/601 22-2131
www.wgkk.at

■ **Wiener Pflege-, Patientinnen- und Patientenrechtsanwaltschaft ♿**
Бечко правобранилаштво за негу, пацијенте и пацијенте
Schönbrunner Straße 7,
грађевинско одељење Ц, 1. спрат,
1040 Беч
Т: 01/587 12 04
www.patientenanwalt.wien.at

Саветовалишта за мигранте:

■ **Amber-Med ♿** Амбер-мед
Бесплатно медицинско збрињавање и саветовање
Oberlaaer Straße 300–306
1230 Беч
Т: 01/589 00-847
http://amber.diakonie.at
Саветовање на немачком, руском, кинеском и турском

■ **CBIF – Centrum für Binationale und Interkulturelle Paare und Familien ♿** ЦБИФ – Центар за бинационалне и интеркултуралне парове и породице
Информација, саветовање, кризна интервенција и психотерапија
Märzstraße 43/2/11, 1150 Беч
Т: 01/982 03 94
http://web.utonet.at/centrumy/
Саветовање на немачком, енглеском, француском, талијанском, португалском, шпанолском и турском

■ **LEFÖ ♿** Лефа
Саветовање (за питања везана за политику на тржишту рада) образовање и пратња миграната из Латинске Америке
Kettenbrückengasse 15/2/4
1050 Беч
Т: 01/581 18 81, www.lefoe.at
Саветовање на немачком, енглеском, шпанолском

■ **Miteinander lernen – Birlikte ögrenelim** Заједно учити. Центар за саветовање, образовање и психотерапију жена, деце и породица
Koppstraße 38/8, 1160 Беч
Т: 01/493 16 08
www.miteinanderlernen.at
Саветовање на немачком, турском

■ **Orient Express** Ориент Експрес
Иницијатива за саветовање, образовање и културу – Сервис за жене
Hillerstraße 6/3–5, 1020 Беч
Т: 01/728 97 25
www.orientexpress-wien.com
Саветовање на немачком, турском, арапском и енглеском

■ **Peregrina** Перегринна Образовни, саветодавни и терапијски центар за мигранткиње
Währinger Straße 59/6/1, 1090 Беч
Т: 01/408 33 52 i 01/408 61 19
www.peregrina.at
Саветовање на немачком, арапском, арменском, босанском, енглеском, француском, кицјарванда, кирунди, хрватском, српском и турском

Живот са инвалидитетом

■ **Beratungsstelle Bizeps**
Саветовалиште Бицепс
Kaiserstraße 55/3/4a, 1070 Беч
Т: 01/523 89 21
www.bizeps.at

„Будите здрави у Бечу“



? Када одлазим лекару опште праксе?

У случају оболења или болова идите код лекара опште праксе (породичног лекара).

Они Вам могу помоћи у већини случајева. Уколико је потребно тачније медицинско разјашњење или одређена терапија, добићете упуту за специјалисту. Специјалисте Вас могу упутити у болничке амбуланте.

Под бројем **1771** добићете информације о свим лекарима који имају ординацију.



? Када идем у болничку амбуланту?

Ако сте добили упуту за болничку амбуланту, узмите у обзир да свака амбуланта има одређено радно време. Када одете у амбуланту, обавезно понесите упуту, е-карту и евентуално постојеће налазе!

У медицинским хитним случајевима можете наравно 24 сата, викендом и празницима отићи у хитну амбуланту.



? Шта да радите у хитном случају?

Хитан случај је свако оболење или повреда која је тако тешка да је лекарска помоћ хитно потребна. То може бити јако висока температура, лом ноге, јако крварење, гушење, тровање или изненадан губитак свести.

У ситуацијама које сматрате опасним по живот, одмах позовите хитну помоћ. Она ће пацијента на најбржи начин пребацивати у болницу и у случају потребе већ у хитним колима предузети потребне мере.

Телефонски број хитне помоћи за целу Аустрију је **144**.

Молимо Вас, забележите овај број у близини Вашег телефона или га меморишите у мобилни телефон под „хитна помоћ“!

У паници се често деси да човек и овај кратак број заборави.



In Case of Emergency (енгл. за „У случају нужде“)

Свако треба у свом мобилном телефону меморисати број барем једне особе коју треба контактирати у случају нужде.

Ту особу треба меморисати под скраћеницом „**ICE**“ (енгл. In Case of Emergency = У случају нужде)

Impressum

Herausgeberin, Medieninhaberin, für den Inhalt verantwortlich:
Wiener Programm für Frauengesundheit in der MA 15 – Gesundheitsdienst der Stadt Wien gemeinsam mit der Magistratsabteilung 17 für Integrations- und Diversitätsangelegenheiten. Redaktion und Umsetzung: Mag^a Eva Trettl. Mitarbeit: Mag^a Alexandra Grasl, Drⁱⁿ Esra Kilaf, Mag^a Hilde Wolf. Übersetzung: Office Germanica. Lektorat: Mag^a Ninela Mulaomerovic. Illustrationen: Birgit Grasl. Layout: Mag^a Gisela Scheubmayr/subgrafik. Titelbild: © Getty Images. Druck: agensketterl, Wien.
Stand: Dezember 2010



Хитан случај

Ärztfunkdienst T: 141

Дежурна лекарска служба. сваким даном од 19–7 сати, викендом и за празнике од 0–24 сати

Kriseninterventionszentrum T: 01/406 95 95-0

Центар за кризну интервенцију

Nacht- und Wochenendapotheken T: 1550 Апотеке отворене ноћу и недељом www.apotheker.or.at

Rettung T: 144 Хитна помоћ. Телефон за хитне случајеве као: несвест, акутни болови или ако је живот у опасности

Sozialpsychiatrischer Notruf (PSD) T: 01/310 87 79 + 310 87 80

Телефон за социјално-психијатријске хитне случајеве

SozialRuf Wien T: 01/533 77 77 Телефон за социјалне проблеме у Бечу www.sozialinfo.wien.at

Vergiftungsinformationszentrale AKH & Централa за информације у случају тровања АКХ Хитан случај: T: 01/406 43 43
контакт 0–24 сати www.meduniwien.ac.at/viz

24-Stunden-Frauennotruf T: 01/71 71 9

24-сатни телефон за жене у невољи



Детаљне информације о нашем програму, разне теме о здрављу жена и наше иницијативе можете наћи на нашој интернет страници.

Ваше здравље. Наш програм.

Можете нас контактирати:

☎ 01/4000-871 62

@ frauengesundheit@ma15.wien.gv.at

i www.frauengesundheit-wien.at

Све брошуре Бечког програма за здравље жена можете такође скинути са наше интернет странице или бесплатно поручити преко неког од горе наведених контаката.