ክንክን ጥዕና ንኣብ ኖርወይ ዝርከቡ ሓተትቲ ዕቑባን ተዓቆብቲን

ኣብ ኖርወይ ዝርከቡ ሓተትቲ ዕቑባን ተዓቆብቲን ናይ ኣካላዊ ሕማማት፡ ኣእምሮኣዊ ጸገማተት፡ ናይ ወልፊ ጸገማት፡ ከምኡድማ ናይ ስኒ ሕክምና ክንክን ጥዕና ክረኽቡ መሰል ኣለዎም።

ልክዕ ኣብ ኖርወይ ብጽሕ ምስበሉ

ኣብ ኖርወይ ብጽሕ ምስበልካ፡ ኣገዳሲ ክንክን ጥዕና ክትረክብ መሰል ኣለካ። እንተተጸሊኡኪ ወይድማ ጥንስቲ እንተኾንኪ፡ ከምኡድማ/ወይድማ መድሃኒት እንተድልዩኪ፡ ብቕልጡፍ ክንክን ጥዕና ክትረኽቢ ኣሎኪ። ብተወሳኺ፡ ናይ ኲናት፡ ግርጭት፡ ስቅያት፡ ዓመጽ፡ ምዝመዛ ወይ ናይ ምትልታል ብልዕቲ ዓልኣነስተይቲ ታሪኽ እንተሎኪ፡ ከም ሳዕቤኑ ከኣ ጸገማት እንተልዮሙኺ ፕሮፌሽናል ሕክምናዊ ሓገዝ ክትረኽቢ መሰል ኣለኪ።

ናይ ሕማም ዓባይ ሰዓል መርመራ

ኣብ ኖርወይ ብጽሕ ምስበልካ፡ ናይ ገግድን ናይ ሕማም ዓባይ ሰዓል መርመራ ክገግበረልካ ኣለዎ። ዝኾነ ልዑል ናይ ብዓባይ ሰዓል ምትሓዝ ተኽእሎ ዘለዋ ሃገር ዝመጸ ሰብ ናይ ግድን ክምርመር ኣለዎ። በብጽሕ ምስበልካ ኣበብ ውሽጢ ክልተ መዓልተቲ እዚ መርመራ ክግበረልካ ኣለዎ፡ ምናልባሽ እንተደንጉዩ ፈጺሙ ካብ 14 መዓልቲ ንላዕሊ ክወስደልካ የብሉን።

ሓበሬታ ብኻልኦት ቋንቋታት

ዳያግኖሲስ ናይ ዓባይ ሰዓል - ሓበሬታ ብ 23 ቋንቋታት (fhi.no)

ቪድዮታት ነቲ ዳያግኖሲስ ናይ ዓባይ ሰዓል ዝምልከት፡ ብዝተፈላለዩ ቋንቋታት (youtube.com)

ክታበታት

ክታበታት ንህጻውንቲን በጽሒታትን

ኩሎም ህጻውንቲን ትሕቲ 20 ዓመት ዝዕድሚኦም ኣባጽሕን ናይ ብዙሓት ሕማማት ክታበት ክረኽቡ መሰል ኣለዎም።

ትሕቲ 2 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻውንቲ ብቕልጡፍ ክታበታት ክረኽቡ ኣለዎም። ዕብይ ዝበሉ

ህጻውንቲን በጽሒታትን ድማ ኣብ ኖርወይ ካብ ዝበጽሑ ኣብ ውሽጢ 3 ኣዋርሕ ክታበታት ክረኽቡ ኣለዎም።

ብዛዕባ ናይ ቆልዓኹም ክታበታት ሕቶታት እንተለዉኹም፡ ምስ ነርስ ክትዘራረቡ ትኽእሉ ኢኹም። ቆልዑኹም ክኽተቡ ትደልዩዶ ኣይትደልዩን ባዕልኹም ኢኹም ትውስኑ።

ክተበታት ንዓበይቲ

ንስኻ ቅድሚ ሕጂ ብንፍዮ፣ ሩብላ ተታሒዝካ ዘይትፈልጥ ክንስኻ፡ ኣንጻር እዞም ሕማማት ክታበት ዘይተኸተብካ እንተኾንካ፡ ኣብዚ ካብ ትበጽሕ ኣብ ውሽጢካብ ሓደ ዓመት ዘይነውሕ ግዜ ናይ ንፍዮ፡ ጽግዕ ከምኡድማ ሩብላ ክታበታት ክትክተብ ኣለካ። እዚ ክታበት ክትወስድ ትደሊዶ ኣይትደሊን ባዕልኻ ኢኻ ትውስን።

ኣንጻር ንፍዮ እንድሕር ዘይተኸቲብካ ኣብ ኖርወይ ካብ ዝበጻሕካሉ ግዜ ኣትሒዝካ ኣብ ውሽጢ 1 ዓመት ክትክተብ ኣለካ። እዚ ክታበት ክትቅበልን ዘይክትቅበልን ባዕልኻ ኢኻ ትውስን።

ኣብ ኖርወይ ምስ በጻሕካ ድህሪ ሰለስተ ወርሒ ዝግበር ሕክምናዊ መርመራ

ኣብ ኖርወይ ምስ በጻሕካ ድህሪ ሰለስተ ወርሒ፡ ከም ሓታቲ ዕቑባ ወይ ተዓቓቢ፡ ሕክምናዊ መርመራ ክቐርበልካ ኣለዎ። እቲ መርመራ ከም ንቡር ብነርስ እዩ ዝግበር።

ዝያዳ ሕክምና እንድሕር ዘድልየካ፡ ምስ ዶክተር ክትራኸብ ቆጸራ ክተሓዘልካ እዩ። ተርጓሚ እንነድሕር ዘድልየካ፡ ክምደበልካ እዩ። እዚ ኣገልግሎት ንዓኻ ከም ተሓካሚ ካብ ክፍሊት ናጻ እዩ ዝቐርበልካ።

ሕክምናዊ ሓገዝ ኣበይ ትረክብ

ናይ ህጹጽ ረድኤት ሕክምና

ሓደጋ፡ ከቢድ ሕማም ወይድማ ንስኻ ወይ ካልእ ሰብ ህጹጽ ሕክምና ዝደልየሉ ኩነታት እንተጋጢሙ፡ በቲ ናይ ህጹጽ ረድኤት ሕክምና ቁጽሪ 113 (ኣምቡላንስ) ክትድውል ኣለካ።

ሕክምናዊ ረድኤት

ንስኻ ከም ሓታቲ ዕቑባ ወይ ተዓቃቢ ሓፈሻዊ ሓኪም ክምደበልካ መሰል ኣለካ (GP)። እዚ ኩሉ ግዜ ሓደ ሓኪም ይሕክመካ ማለት እዩ። ዋላ ገና GP ዘይተመደበልካ እንተኾነ፡ ዶክተር ኣብ እትደልየሉ እዋን ክትረክብ ኣለካ። ምምሕዳር ከተማኻ ኣብቲ እትነበብረሉ ቦታ GP ክትረክብ ክተሓጋገዘካ ይኽእል እዩ።

ናይ ኣእምሮ ጸገማት የጋጥሙኻ እንተልዮም ናይ ኣእምሮ ጥዕና ክንክን ክትረክብ ትኽእል ኢኻ። ንኣብነት ናይ ስቅያት፡ ዓመጽ ወይ ምዝመዛ ታሪኽ እንተልዩካ፡ በዚ ምኽንያት ብዛዕባ

ዘሕለፍካዮ ኩነታት እተዛርቦ ሰብ እንተድልዩካ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ። እዚ ከቢድ ናይ ድቃስ ጸገማት እንተልዩካ እውን ይሰርሕ እዩ።

ብተወሳኺ ናይ ዕጸፋርስ ምዝመዛ ጸገማት እንተልዮምኻ እውን ክጠቕመካ ይኽእል እዩ። ብዛዕባ ናይ ወልፊ ሕክምና ንዶክተር ወይ ንካልእ ናይ ክንክን ጥዕና ስፔሻሊስት ከተዘራርብ ትኽእል ኢኻ።

ካበብ ናይ ስራሕ ሰዓታት ወጻኢ ዝወሃቡ ሕክምናዊ ኣገልግሎታት

ንስኻ ወይ ካልእ ኣባል ስድራቤትካ ምሸት ወይ ቀዳመ-ሰንበት እንድሕር ሓሚምኩም፡ ግን ከኣ ካልእ ዶክተር ክትረኽቡ እንተዘይክኢልኩም፡ ነቲ ካብ ናይ ሕክምናዊ ናይ ስራሕ ሰዓታት ወጻኢ ኣገልግሎት ("legevakt" ብቛንቋ ኖርወይ) ከተዘራርቡ ትኽእሉ ኢኹም። እቲ ኣብ ኖርወይ ካብ ናይ ስራሕ ወጻኢ ሕክምናዊ ኣገልግሎት እትረኽቡሉ ቁጽሪ እዚ 116 117 እዩ።

ናይ ክንክን ጥዕና ክፍሊት ንዓበይቲ

ከም ዓብዪ ሰብ፡ ኣብቲ ካብ ናይ ስራሕ ሰዓት ወጻኢ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ዝወሃበሉ ወይድማ ኣብቲ ዶክተር ናይ ተጠቃሚ ክፍሊት ክትከፍል ኣለካ። ኣብ ሆስፒታል ንኽትሕከም ክፍሊት ኣይትኽፍልን ኢኻ።

ሓደ ካብዞም ተላባዕቲ ሕማማት (PDF፡ ብቛንቋ ኖርወይ) እንተልዩካ ናጻ ክንክን ጥዕና ክትረክብ መሰል ኣለካ። ሓደ ካብዞም ሕማማት እንተልዩካ፡ ኣብ ገለ ኣጋጣሚታት ሕክምናኻ ክሳዕ ትውድእ ኣብ ኖርወይ ክትጸንሕ መሰል ኣለካ።

ኮንዶም ብናጻ እዩ ዝውሰድ፡ ኣብ ናይ መዕረፊ ማእከላትን መቐበሊ ኣጋይሽን ብግልጺ ከምዝረኣዩ ጌርካ ክቕመጡ ኣለዎም። ኣብ መንጎ 16 ከምኡድማ 22 ዓመት ዕድመ ዝርከባ ኣንስቲ ንካልኦት ዓይነታት መከላኸሊ ጥንሲ ፊናንሳዊ ሓገዝ ክረኽባ መሰል ኣለወን።

ናጻ ክንክን ጥዕና ንጥኑሳት ኣንስቲ

ጥኑሳት ኣንስቲ ቅድሚ፡ ኣብን ድሕሪን ሕርሲ ኣገዳሲ ክንክን ጥዕና ክረኽባ መሰል ኣለወን። ጥኑሳት ኣንስቲ ዶክተር፡ መሕረሲት ክትትል ክገብሩለን መሰል ኣለወን፡ ከምኡድማ ኣብ ሆስፒታል ክሓርሳ መሰል ኣለወን። ጥኑሳት ኣንስቲ ጥንሰን 12 ሰሙን ክሳዕ ዝገብር ምንጻል ጥንሲ ከካይዳ እንተደልየን ክውስና ይኽእላ እየን።

ጥኑሳት ኣንስቲ ክሳዕ ዝሓርሳ ዝረኽባኦ ክንክን ጥዕና ኩሉ ብናጻ እዩ። ብተወሳኺ ኣብ ሆስፒታል ብናጻ እየን ዝሓርሳ።

ንናይ ስኒ ሕክምና ምኽፋል

ከም ዓብዪ ሰብ፡ ንናይ ስኒ ሕክምና ባእልኻ ኢኻ ክትከፍል ዘለካ። ኣብ መዕረፊ ማእከል ወይድማ ኣብ ማእከል መቐበሊ ኣጋይሽ እንድሕር ትጸንሕ ኣለኻ፡ እቲ ህጹጽ ረድኤት ሕክምና ስኒ መሊስካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ናጻ ሕክምና ንትሕቲ 16 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻውንቲ።

ኩሎም ትሕቲ 18 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻውንቲ ሙሉእ ናጻ ክንክን ሕክምና ጥዕና ክረኽቡ መሰል ኣለዎም።

ትሕቲ 16 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻውንቲ ብዶክተር፣ ናይ ስነኣእምሮ ሞያዊ ወይድማ ብፊዝዮቴራፒስት ንኽረኣዩ፡ ኣብ ሆስፒታል ንኽሕከሙ፡ ወይድማ ኤክ-ረይ ንኽለዓሉ ክፍሊት ኣይኸፈሉን።

ናይ ህጻውንቲን መንእሰያትን ማእከላት ጥዕና ከምኡድማ ናይ ቤት-ትምህርቲ ኣገልግሎት ጥዕና ካብ ክፍሊት ናጻ እዮም። ኩሎም ህጻውንቲ ኣብ ናይ ህጻውንቲን መንእሰያትን ማእከላት ጥዕና ከምኡድማ ናይ ቤት-ትምህርቲ ኣገልግሎት ጥዕና ናጻ ሕክምናዊ መርመራን ክታበታትን ክረኽቡ መሰል ኣለዎም።

ንህጻውንቲ፡ ዕድሚኦም 18 ዓመት ክሳዕ ዝመልኡ፡ ብዘይካ ብሬስ፡ ኩሎም ናይ ስኒ ሕክምናታት ብናጻ ይረኽቡ። እቲ መንግስታዊ ኣገልግሎት ሕክምና ስኒ ኣየናት ናይ ስኒ ሓኻይም ንህጻውንቲ ናጻ ናይ ስኒ ሕክምና ከምዝህቡ ክነግረኩም ይኽእል እዩ።

ምስ ናይ ጥዕና ኣገልግሎታት ዝዛመዱ መሰላት

እቶም ናይ ጥዕና ክንክን ሞያውያን ሚስጢር ክሕልዉ ግቡእ ኣለዎም

ኩሎም ናይ ጥዕና ክንክን ሞያውያን ብዛዕባኻን ብዛዕባ ጥዕናኻን ሚስጢር ክሕልዉ ግቡእ ኣለዎም ። ነዚ ዝምልከቱ ፍሉይነታት ኣለዉ፡ ንኣብነት፡ ናይ ጥዕና ሓበሬታ ክተመቓርሕ እንድሕር ተስማዕሚዕካ፡ ንዓኻ ግቡእ ክንክን ጥዕና ንምቕራብ ኣገዳሲ እንተኾይኑ፡ ወይድማ ናትካ ወይ ናይ ካልኦት ህይወት ኣብ ሓደጋ ዝኣትው እንተኾይኑ።

ናይ ተሓካማይ መዝገባት

ናይ ተሓካማይ መዝገባት ("Pasientjournal" ብቛንቋ ኖርወይ) ክትርእይ መሰል ኣለካ። GP እንድሕር ቀይርካ፡ እንተደሊኻ፡ እዞም መዝገባት ናብ ሓድሽ ዶክተርካ ክተሓላለፉልካ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ።

ሓበሬታ ብዝርደኣካ ቛንቋ

ንስኻ ብዛዕባ ጥዕናኻ ከምኡድማ ብዛዕባ ዝግበረልካ ክንክን ጥዕና ሓበሬታ ክትረክብ መሰል ኣለካ። በቲ ዝግበረልካ ክንክን ጥዕና ንኽትስማዕማዕ እዚ ሓበሬታ የድልየካ። እቲ ሓበሬታ ብዝርደኣካ ቋንቋ ክቐርበልካ ይግባእ።

እቲ ዶክተር ወይ ነርስ ኣድላዪ እንተኾይኑ ተርጓሚ ክዳልዉልካ እዮም። እቲ ተርጓሚ ሚስጢር ክሕልው ግቡእ ኣለዎ። እቲ ናይ ትርጉም ኣገልግሎት ብዘይካ ኣብ ናይ ስኒ ሕክምና ንዓኻ ከም ተሓካማይ ብናጻ እዩ ዝቐርበልካ።

ይግባይ ክትሓትት መሰል ኣለካ

ንስኻ እቲ ክትረኽቦ ዝግበኣካ ክንክን ጥዕና እንድሕር ዘይረኺብካ፡ ናብቲ ዝምልከቶ ኣገልግሎት ጥርዓን ክተቕርብ ትኽእል ኢኻ። እቲ ኣብ ሃገርካ ዘሎ ናይ ጥዕናን ማህበራዊ ኣገልግሎታትን ተሓላቒ ፍትሒ ኣብቲ እተቕርቦ ጥርዓን ክተሓጋገዘካ እዩ።

ሚስጢር ናይ ምሕላው ግቡእ

ናይ ጥዕና ሰራሕተኛታት ብሕጊ እንተዘይተገዲዶም ብዘይ ናትካ ፍቓድ ናይ ሕክምና ሓበሬታኻ ንኻልእ ኣሕሊፎም ክህቡ ኣይፍቀደሎምን።

ተርጓሚ ክትረክብ ዘለካ መሰል

ምልክት ቋንቋ ኖርወይ ዘይብሎም ተሓከምቲ ተርጓሚ ክረኽቡ መሰል ኣለዎም።

ናይ ዕቑባ ሕቶኣም ናይ መወዳእታ ውዱቕ ዝተገብረሎም ሰባት ዝረኽቡዎ ክንክን ጥዕና

ዋላ ናይ ዕቑባ ሕቶኻ ናይ መወዳእታ ውዱቕ እንተኾይኑ፡ ኣብ ሆስፒታል ክትምርመር፡ ቅልጡፍ ሕክምናዊ ረድኤት ክትረክብ ከምኡድማ ካልኦት ህጹጻት ኣገደስቲ ጥዕናዊ ክንክናት ክትረክብ መሰል ኣለካ። ናይ ኣእምሮ ዘይርጉእነት እንተልዩካ፡ ኣብቲ ናይ ኣእምሮ ጥዕና ኣገልግሎት ሕክምና ክትረክብ መሰል ክህልወካ ይኽእል እዩ።

ኣብ ኖርወይ ዝርከቡ ሕጋዊ ፍቓድ መንበሪ ዘይብሎም ህጻውንቲ ካብ ዶክተር ከምኡድማ ኣብ ሆስፒታል ክንክን ጥዕና ክረኽቡ መሰል ኣለዎም፡ እንተኾነ GP ክረኽቡ መሰል የብሎምን።

እንድሕር ናይ ዕቑባ ሕቶኻ ናይ መወዳእታ ውዱቕ ኮይኑ፡ ንካብ ዶክተር እትረኽቦ ክንክን ጥዕና ከምኡድማ ንኣብ ሆስፒታል እትረኽቦ ሕክምና ክትከፍል ኢኻ፡ እንተኾነ እቲ ክንክን ጥዕና ክሳዕ ዝወሃበካ ኣይትኽፍልን ኢኻ። ድሕሪኡ ክትከፍል እንተዘይከኢልካ፡ እቲ ናይ ጥዕና

ኣገልግሎት ወጻኢታትካ ክሽፍነልካ እዩ።

ከም ናይ ዕቑባ ሕቶኣ ንመወዳእታ ውዱቕ ዝተገብረላ ጥንስቲ ሰበይቲ፡ ኣብ ኖርወይ ክሳዕ ዝሃለኺ፡ ቅድሚ፡ ኣብን ድሕሪን ሕርሲ ናይ ጥዕና ክንክን ክትረኽቢ፡ ኣብ ሆስፒታል ክትሓርሲ ከምኡድማ ምንጻል ጥንሲ ከተካይዲ መሰል ኣለኪ። ናይ ምኽፋል ዓቕሚ እንድሕር ኣሎኪ፡ ናይ ሕርሲ ወጻኢ ባዕልኺ ክትሽፍንዮ ኣሎኪ። ክትከፍል ዓቕሚ እንድሕር ዘይብልኪ፡ ወጻኢታትኪ እቲ ናይ ጥዕና ኣገልግሎት ክሽፍኖ እዩ።

ናይ ጥዕና ክንክን ንኣብ ኖርወይ ብዘይ ሕጋዊ ፍቓድ መንበሪ ዝነብሩ ሰባት

ኩሎም ኣብ ኖርወይ ዝጸንሑ ሰባት ፍጹም ኣገዳሲን ግዜ ዘይህብን ህጹጽ ሓገዝ ከምኡድማ ክንክን ጥዕና ክረኽቡ መሰል ኣለዎም።