

# ДОВІДНИК З ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я У ШВЕЙЦАРІЇ

Швейцарська система охорони  
здоров'я коротко – рекомендації для  
мігрантів у Швейцарії

Замовити онлайн  
19 мовами:  
[www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Federal Department of Home Affairs FDHA  
Federal Office of Public Health FOPH

Croix-Rouge suisse  
Schweizerisches Rotes Kreuz  
Croce Rossa Svizzera



# ПЕРЕДМОВА

До кого мені звернутися, якщо я захворів/-ла або потрапив/-ла в аварію? Чи безкоштовне медичне лікування в Швейцарії, чи я повинен за нього платити? Як поводитись в екстреній ситуації? Які страховки мені потрібні? Як захистити себе від хвороби? Де знайти інформацію про здоров'я рідною мовою?

Довідник з охорони здоров'я відповідає на ці та багато інших запитань. Він розроблений Швейцарським Червоним Хрестом на замовлення Федерального управління охорони здоров'я та має на меті полегшити мігрантам, які проживають у Швейцарії, доступ до системи охорони здоров'я, страхування від нещасних випадків, а також доступ до пропозицій щодо оздоровлення та заходів профілактики захворювань.

Швейцарська система охорони здоров'я є складною і часто нелегкою для розуміння навіть місцевим жителям. Іммігранти, які знайомі з іншими системами охорони здоров'я, здебільшого неспроможні відразу розібратися у ній. Цей довідник з охорони здоров'я коротко пояснює найважливіші речі та містить безліч корисних адрес. Він давно себе виправдав і видається вже вчетверте з доповненнями. Нам важливо, щоб усі жителі Швейцарії знали про те, як подбати про своє здоров'я та куди можна звернутися у разі виникнення проблем зі здоров'ям — незалежно від походження чи статусу проживання.

Бажаю вам приємного читання та доброго здоров'я.

Паскаль Штруплер

Директор Федерального управління охорони здоров'я

# ЗМІСТ

Передмова	1
Як користуватися довідником?	3

## ЯК ЗАЛИШАТИСЯ ЗДОРОВИМ?

Здорове харчування та рух	4
Відмова від паління та мінімальне вживання алкоголю	6
Вакцинація	8
Захист від захворювань, що передаються статевим шляхом та ВІЛ/СНІД	9
Профілактичні обстеження	10
Психічне здоров'я	10

## ЯК ЗДІЙСНЮЄТЬСЯ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?

Медична страхова компанія	12
Страхування від нещасних випадків та інвалідності	18

## ЯК ЗДІЙСНЮЄТЬСЯ МЕДИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ?

Сімейний лікар	20
Аптека	23
Лікування у психіатра та психотерапевта	25
Стоматологічне обслуговування	29
Екстрений випадок	30
У лікарні	32
Медичне обслуговування при вагітності та пологах	35
Надання допомоги та догляду домашніх умовах: Шпітекс	38
Медичне забезпечення по старості	40

## ЯКІ МОЇ ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ ЯК ПАЦІЄНТА?

Мої права пацієнта	42
Мої обов'язки пацієнта	44
Міжкультурний усний переклад	45

## ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ОСІБ, ЩО МАЮТЬ АБО ПРОСЯТЬ СТАТУС БІЖЕНЦЯ, І ОСІБ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕБУВАННЯ У ШВЕЙЦАРІЇ (НЕЛЕГАЛИ)

Особи, які просять статус біженця, тимчасово прийняті та які потребують захисту	47
Нелегальні іммігранти	48

# ЯК КОРИСТУВАТИСЯ ДОВІДНИКОМ З ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я?

Довідник надає найважливішу інформацію про охорону здоров'я в Швейцарії. У ньому містяться корисні відомості щодо оздоровлення, профілактики, медичного страхування та страхування від нещасних випадків, а також щодо прав та обов'язків пацієнтів.

У вас, як у іммігранта, можливо, виникають труднощі в порозумінні при спілкуванні з медичними фахівцями. Перепитуйте, якщо вам щось незрозуміло, та дізнавайтесь про можливості здійснення перекладу (див. розділ «Міжкультурний усний переклад», стор. 45).

У цій брошурі ви знайдете різні символи, які вказують на спеціальну інформацію та поради:



## **Корисно знати**

Особливі примітки



## **Що оплачує медична страховка?**

Послуги, передбачені обов'язковим страхуванням (німецькою: Grundversicherung) за договором, укладеним із медичною страховою компанією.



## **Важливі адреси**

За докладною інформацією звертайтеся за вказаними адресами.

---

# ЯК ЗАЛИШАТИСЯ ЗДОРОВИМ?

Власне здоров'я — дорогоцінне надбання. Для його збереження потрібно уважно спостерігати за самим собою, своїм організмом і за тим, що йому йде на користь. Це означає також необхідність набувати знання про те, що завдає шкоди здоров'ю і що може призвести до захворювань.

## ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ ТА РУХ

Харчуватися здоровою, різноманітною їжею та вести рухливий спосіб життя — це важливі умови для підтримання хорошого здоров'я в будь-якому віці. Для здорового, помірнього харчування слід уважно ставитися до того, що і як ви готуєте:

- щодня вживайте овочі та фрукти, зернові продукти, бобові, картоплю, молочні продукти, а також поперемінно м'ясо, рибу, яйця, тофу (соєвий сир) або інші продукти з великим вмістом білка.
- Обмежте до мінімуму вживання солодощів та солоних снєків.
- Пийте воду один-два літри на день або напої, які не містять цукру. Підсолоджені або алкогольні напої можна вживати лише в малих кількостях.

Поряд зі здоровою їжею дорослим і особливо дітям щодня необхідний рух. Різні повсякденні заняття фізичні навантаження, як-от прогулянки у швидкому темпі, їзда велосипедом або підйом сходами – добре підходять для збереження та зміцнення здоров'я. Рухаючись щодня лише протягом пів години, ви приносите суттєву користь своєму здоров'ю. Діти повинні рухатися щонайменше одну годину на день або займатися спортом до можливої задишки. Це сприяє їхньому фізичному та розумовому розвитку.

Якщо у вас виникне бажання дізнатися більше на тему харчування, змінити своє харчування або знизити вагу, звертайтеся до одного з консультаційних центрів з питань харчування (німецькою мовою: Ernährungsberatung). Адреси у вашому регіоні вам може надати сімейний лікар.

- **Інформація та брошури про харчування та рухливий спосіб життя різними мовами**  
[www.migesplus.ch/migesinfo](http://www.migesplus.ch/migesinfo) > Ernährung / Bewegung
- **Швейцарське товариство з харчування** — інформація, рекомендації, поради щодо харчування, рецепти:  
[www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch), [info@sge-ssn.ch](mailto:info@sge-ssn.ch), тел. 031 385 00 00
- **Швейцарське діабетичне товариство (Schweizerische Diabetes-Gesellschaft)** — інформація та надання підтримки хворим та їхнім близьким: [www.diabetesschweiz.ch](http://www.diabetesschweiz.ch)  
[sekretariat@diabetesschweiz.ch](mailto:sekretariat@diabetesschweiz.ch), телефон 056 200 17 90
- **Консультація для матерів та батьків (Mütter- und Väterberatung)**  
— консультаційний пункт з питань дитячого харчування Швейцарська спілка консультантів з питань материнства та батьківства (Schweizerischer Fachverband Mütter-und Väterberatung) [www.sf-mvb.ch](http://www.sf-mvb.ch), [info@sf-mvb.ch](mailto:info@sf-mvb.ch), телефон 062 511 20 11
- **Регіональні консультаційні служби для матерів та батьків**  
[www.mueterberatung.ch](http://www.mueterberatung.ch)
- **Фонд сприяння оздоровленню у Швейцарії (Gesundheitsförderung Schweiz)** Інформація та поради щодо харчування та рухливого способу життя [www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch), [office.bern@gesundheitsfoerderung.ch](mailto:office.bern@gesundheitsfoerderung.ch)



# ВІДМОВА ВІД ПАЛІННЯ ТА МІНІМАЛЬНЕ ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ

Шкідливі речовини, що містяться в цигарках, подразнюють дихальні шляхи, уражають легені та сприяють розвитку захворювань, таких як серцево-судинні захворювання та рак. Тютюновий дим шкодить також здоров'ю некурців й особливо небезпечний для дітей та немовлят. З метою запобігання небезпеці для плода та новонародженого жінкам під час вагітності та в період вигодовування слід зовсім відмовитися від паління.

Подальшу інформацію, як кинути палити, ви зможете отримати на лінії допомоги для припинення куріння (німецькою: Rauchstopplinie) та за нижченаведеними адресами (пор. стор. 7).

Алкоголь впливає на кожну людину по-різному. Навіть мала доза алкоголю може бути небезпечною. Проблематичним вживання алкоголю може стати тоді, коли ставиться під загрозу власне здоров'я чи здоров'я людей із близького оточення. Така загроза виникає при надмірному вживанні алкоголю, прийомі алкоголю разом із ліками,

## КОРИСНО ЗНАТИ



### Алкогольна та інші патологічні залежності

- можуть призводити до погіршення здоров'я, захворювань, нещасних випадків, травм та психічних проблем.
- часто асоціюються з агресивною поведінкою, наприклад у формі домашнього насильства або насильства серед молоді.
- це тягар не лише для потерпілих, а й для їхніх сімей (сварки, проблеми у взаєминах, фінансові труднощі та інше).

Радимо звертатись за підтримкою! Фахівці кантональних консультаційних центрів із подолання патологічної алко- чи наркозалежності (німецькою: Sucht- und Drogenberatungsstelle) надають підтримку постраждалим та їхнім близьким. Такі консультації безкоштовні, а фахівці, які працюють там, зобов'язані зберігати професійну таємницю (див. стор. 43). Детальну інформацію ви можете отримати у свого сімейного лікаря.

при алкогольному сп'янінні за кермом та на роботі. А жінки під час вагітності та в період грудного вигодовування повинні взагалі відмовитися від вживання алкоголю.

Для здорових дорослих людей допустимі такі норми: один келих алкогольних напоїв на день (максимально дві склянки) — для жінок, відповідно дві (максимально три) — для чоловіків. До того ж, принаймні двічі на тиждень слід повністю відмовлятися від споживання алкоголю. Стандартний келих містить ту дозу алкоголю, яку зазвичай подають у ресторані на розлив (300 мл пива, 100 мл вина, 20 мл спиртного напою).

- **Інформація про алкоголізм різними мовами**  
[www.migesplus.ch/migesinfo](http://www.migesplus.ch/migesinfo) > Psyche, Sucht & Krise
- **Центр боротьби із залежністю Sucht Schweiz** – інформація, поради та допомога: [www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch), [info@suchtschweiz.ch](mailto:info@suchtschweiz.ch), телефон 021 321 29 11
- **Швейцарська організація по боротьбі з курінням Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz (AT Schweiz)**  
[www.at-schweiz.ch](http://www.at-schweiz.ch), [info@at-schweiz.ch](mailto:info@at-schweiz.ch), телефон 031 599 10 20
- **Швейцарська ліга проти раку (Krebsliga Schweiz)**  
[www.krebsliga.ch](http://www.krebsliga.ch), [helpline@krebsliga.ch](mailto:helpline@krebsliga.ch), телефон 0800 11 88 11
- **Лінія допомоги для припинення куріння (Rauchstopplinie)** — телефонні консультації кількома мовами на тему, як кинути курити  
[www.rauchstopplinie.ch](http://www.rauchstopplinie.ch), телефон 0848 000 181
- **Швейцарська легенева ліга (Lungenliga Schweiz)**  
[www.lung.ch](http://www.lung.ch), [info@lung.ch](mailto:info@lung.ch), телефон 031 378 20 50
- **Infodrog: Швейцарський координаційний центр з подолання наркозалежності**  
[www.infodrog.ch](http://www.infodrog.ch), [office@infodrog.ch](mailto:office@infodrog.ch), телефон 031 376 04 01
- **Safe Zone** — онлайн-консультація з питань патологічної залежності для хворих, їхніх близьких, фахівців та зацікавлених (безкоштовно та анонімно). [www.safezone.ch](http://www.safezone.ch)





# ВАКЦИНАЦІЯ

Метою щеплень є попередження різноманітних інфекційних хвороб. У Швейцарії щеплення роблять переважно педіатри або сімейні лікарі.

Федерального управління охорони здоров'я рекомендує базові щеплення: від дифтерії, правця, коклюшу, поліомієліту (дитячого епідемічного паралічу), менінгіту та ларингіту (виникає на тлі бактерій грипу), кору, свинки, краснухи, гепатиту В, пневмококової інфекції та проти інфекцій, викликаних вірусами папіломи людини (ВПЛ). Особливо рекомендується зробити щеплення від Covid-19. Крім того, можуть знадобитися інші щеплення, наприклад, у зв'язку із поїздками за кордон.

Якщо у вас виникають запитання щодо вакцинації, звертайтеся до свого сімейного лікаря. Детальнішу інформацію та рекомендації ви можете знайти в Інтернеті:

- **Інформація щодо вакцинації різними мовами:** [www.migesplus.ch/impfplan](http://www.migesplus.ch/impfplan)
- **Федеральне управління охорони здоров'я (Bundesamt für Gesundheit)**  
[www.sichimpfen.ch](http://www.sichimpfen.ch), [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch) > Krankheiten > Coronavirus > Downloads in verschiedenen Sprachen (Скачати різними мовами),  
[epi@bag.admin.ch](mailto:epi@bag.admin.ch), Телефонна консультація, інформаційна лінія з питань вакцинації: 0844 448 448
- **[www.infovac.ch](http://www.infovac.ch)** — інформаційна служба з питань вакцинації



# ПРОФІЛАКТИКА ЗАХВОРЮВАНЬ, ЯКІ ПЕРЕДАЮТЬСЯ СТАТЕВИМ ШЛЯХОМ, А ТАКОЖ ВІЛ/СНІД

Поряд із ВІЛ, з якого може розвинутися СНІД, існує безліч інших інфекцій або захворювань, що передаються статевим шляхом, скорочено ІПСШ/ЗПСШ (англійською мовою: STI – Sexually transmitted Infections), наприклад, хламідії, сифіліс, гонорея, герпес та вірус папіломи людини (ВПЛ). Багато з цих інфекцій піддаються лікуванню та виліковуються, якщо їх розпізнати на ранній стадії. Інші ж, хоч і піддаються лікуванню, але невиліковні (наприклад, ВІЛ, герпес).

Найкраще убезпечити себе та оточення від ВІЛ-інфекції та інших ІПСШ/ЗПСШ, використовуючи при статевих контактах презервативи (зі знаком якості ОК) і не допускаючи попадання сперми або крові в ротову порожнину. Презервативи продаються в супермаркетах, аптеках, магазинах гігієни та косметики (німецькою мовою: Drogerie). Існують також презервативи для жінок. Їх можна знайти в Інтернеті, наприклад, на сайтах: <https://shop.sexuelle-gesundheit.ch> або <https://shop.aids.ch>.

Якщо ви підозрюєте, що заразилися ВІЛ-інфекцією або будь-яким іншим збудником, звертайтеся за консультацією до сімейного лікаря, в поліклініку, в один із центрів профілактики і боротьби зі СНІДом у Швейцарії (німецькою: Aids-Hilfe Schweiz), або в консультаційний центр з питань сексуального здоров'я (німецькою: Beratungsstelle für sexuelle Gesundheit).

- Швейцарський центр профілактики та боротьби зі СНІДом (Aids-Hilfe Schweiz) [www.aids.ch](http://www.aids.ch), [aids@aids.ch](mailto:aids@aids.ch) телефон 044 447 11 11
- ЦЕНТР «СТАТЕВЕ ЗДОРОВ'Я» (SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz) – збереження статевого здоров'я, консультаційні пункти з планування сім'ї та вагітності. Список регіональних консультаційних пунктів: [www.sexuelle-gesundheit.ch](http://www.sexuelle-gesundheit.ch), [info@sexuelle-gesundheit.ch](mailto:info@sexuelle-gesundheit.ch), Телефон 031 311 44 08 або 021 661 22 33
- Інформація на тему статевого здоров'я більш ніж 10 мовами: [www.sex-i.ch](http://www.sex-i.ch)



## ПРОФІЛАКТИЧНІ ОБСТЕЖЕННЯ

З метою розпізнання хвороби на ранніх стадіях розвитку слід регулярно проходити профілактичні обстеження.

Чим раніше виявлено захворювання, тим більше шансів вилікуватися.

### Як жінка...

*«Я регулярно проходжу огляду лікаря гінеколога. Завдяки тестам та обстеженням він може на ранній стадії виявити хвороби, такі як рак або інфекції».*



### Як чоловік...

*«Я обговорюю з сімейним лікарем, які профілактичні обстеження для мене доцільні!»*



## ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я

Життєрадісність, гарне самопочуття та збалансоване співвідношення між повсякденними навантаженнями та відпочинком — це невід'ємні складові психічного здоров'я. Важкі ситуації в житті, події з минулого, що пригнічують, або ж тривалі навантаження можуть послаблювати психічне здоров'я і призводити до психічних криз і захворювань. Часто психічні реакції та порушення виникають як наслідок пережитих подій, що давлять і травмують психіку, таких як війна, примусове переселення, втеча внаслідок переслідування, катування чи фізичне насильство. Крім того, вживання великої кількості алкоголю та інші види патологічної залежності можуть стати причиною виникнення психічних та соціальних проблем.

Визнати психічні відхилення багатьом хворим дається важко. При цьому страждати від депресії та інших психічних захворювань може кожен. Вони є одними з найпоширеніших видів захворювань. До третини населення Швейцарії протягом року страждає від психічних розладів. Психічні захворювання не можна розглядати як особисту невдачу, веління долі або покарання. Вони стоять поряд з іншими хворобами, такими як діабет або гіпертонія (високий кров'яний тиск), які потрібно сприймати серйозно і які сьогодні успішно лікуються.

Якщо ви не впевнені в собі і не знаєте, що робити далі, порадьтеся із своїм сімейним лікарем або іншим фахівцем, якому ви довіряєте. Хворим та їхнім близьким можна звернутися по допомогу до одного з контактних пунктів з питань психічного здоров'я (німецькою мовою: *Anlaufstellen für psychische Gesundheit*), наведених нижче. Підтримку у важких життєвих ситуаціях також пропонують священники, духовні представники релігійних громад або служби соціального забезпечення (німецькою мовою: *Sozialdienste*) із громади за місцем вашого проживання.

У Швейцарії функціонує добре налагоджена система медобслуговування для лікування психічних захворювань. Детальну інформацію ви знайдете у розділі «Лікування у психіатра та психотерапевта» на стор. 25.

• **Інформація про психічне здоров'я кількома мовами:**

[www.migesplus.ch/migesinfo](http://www.migesplus.ch/migesinfo) > Psyche, Sucht & Krise

• **pro mente sana** — інформація, поради та допомога для хворих та їхніх близьких: [www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch), телефон для консультацій 0848 800 858

• **Die Dargebotene Hand – 143** — анонімні консультації телефоном, електронною поштою та в чаті, [www.143.ch](http://www.143.ch), телефон 143



*Адреси груп самопомоги (німецькою: *Selbsthilfegruppen*) в окремих кантонах:*

**Фонд самопомоги Stiftung Selbsthilfe Schweiz** — національна координаційна служба, що охоплює 19 регіональних центрів самопомоги та дві швейцарські організації самопомоги, [www.selbsthilfes Schweiz.ch](http://www.selbsthilfes Schweiz.ch), телефон 061 333 86 01

*Для дітей та молоді:*

**Pro Juventute Beratung und Hilfe 147** — безкоштовна та конфіденційна консультація телефоном, у чаті, електронною поштою та SMS для дітей та молоді [www.147.ch](http://www.147.ch), телефон 147, [beratung@147.ch](mailto:beratung@147.ch)

# ЯК ЗДІЙСНЮЄТЬСЯ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?

## МЕДИЧНІ СТРАХОВІ КОМПАНІЇ

### **Обов'язкове страхування (Grundversicherung)**

Усі, хто проживає у Швейцарії, повинні бути застраховані на випадок хвороби та від нещасного випадку. Таке страхування є обов'язковим для всіх — незалежно від віку, походження та статусу перебування у країні. Термін укладання страхування становить три місяці після народження або приїзду до Швейцарії на постійне місце проживання.

У Швейцарії налічується понад 53 медичних страхових компаній. Кожна з них пропонує базове страхування за однаковим каталогом послуг, який передбачений Законом про медичне страхування (німецькою: Krankenversicherungsgesetz (KVG)).

Медичні страхові компанії зобов'язані укладати договори обов'язкового базового медичного страхування з кожною особою, яка з цієї метою може вільно обирати для себе медичну страхову компанію. Огляд страхових компаній дивіться на сайті: [www.priminfo.ch](http://www.priminfo.ch).

## НА ЯКІ ВИДИ МЕДИЧНИХ ПОСЛУГ З ОБОВ'ЯЗКОВОГО СТРАХУВАННЯ Я ЗАСТРАХОВАНИЙ У ЛІКАРНЯНІЙ КАСІ?

Основні види медичних послуг:

<b>Амбулаторне лікування</b>	Лікування в офіційно визнаних лікарів
<b>Стаціонарне лікування</b>	Лікування та розміщення у спільній палаті (на кілька лікарняних ліжок) в одній із лікарень кантону проживання пацієнта. Ці лікарні наведено в офіційному списку лікарень
<b>Екстрений випадок</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Екстрені види лікування</li><li>• Частина витрат на транспортування та порятунк потерпілих від небезпечних для життя ситуацій</li></ul>
<b>Медикаменти</b>	Призначені лікарем медикаменти та лабораторні дослідження, що зазначені в офіційному списку лікарських препаратів та списку аналізів, що підлягають оплаті
<b>Вагітність і пологи</b>	Контрольні огляди, вартість пологів, курси підготовки до пологів, консультація з грудного вигодовування, переривання вагітності
<b>Профілактика здоров'я</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Профілактичний огляд гінеколога</li><li>• Щеплення</li><li>• Медогляди дитини дошкільного віку</li></ul>
<b>Відновлення працездатності</b>	Відновлення працездатності в умовах стаціонару після операції або після важких захворювань, а також призначена лікарем фізіотерапія чи ерготерапія
<b>Випадок захворювання за кордоном</b>	Екстрені види лікування під час обмеженого терміну перебування за кордоном (наприклад, під час відпустки)
<b>Альтернативна медицина</b>	Нейротерапія, гомеопатія, антропософська медицина, фітотерапія та традиційна китайська медицина
Детальну інформацію про окремі медичні послуги можна знайти в огляді послуг, які надає ваша медична страхова компанія.	

## **ЧИ Є МЕДИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ У ШВЕЙЦАРІЇ БЕЗКОШТОВНИМ?**

Ні, ви маєте щомісяця сплачувати страховий внесок. Завітавши до лікаря, ви мусите щоразу оплачувати частину вартості медобслуговування.

### **Страховий внесок**

Застрахувавшись на випадок хвороби, ви повинні сплачувати страховий внесок. Страхування дітей на випадок хвороби до 18-річного віку коштує дешевше. Для молоді (від 19 до 25 років) більшість медичних страхових компаній пропонують пільгові внески. Залежно від медичної страхової компанії, страхові внески відрізняються один від одного, хоч і обов'язкове базове страхування передбачає страхування за однаковим каталогом послуг.

Федеральне управління охорони здоров'я щороку наприкінці вересня публікує список розміру внесків з регіонів проживання ([www.priminfo.ch](http://www.priminfo.ch)). Радимо вам порівнювати внески.

### **Часткова оплата вартості медобслуговування (франшиза, «дольова частка» (Selbstbehalt) та плата за перебування в лікарні).**

Витрати на відвідування лікаря, перебування в лікарні та медикаменти у розмірі до якнайменше 300 франків на рік страхувальнику потрібно оплачувати самому. Цей внесок на часткове покриття витрат називається франшизою. На дітей сплачувати франшизи не потрібно.

Як тільки сума всіх рахунків за медобслуговування, отриманих вами упродовж року, перевищує франшизу, медична страховка бере на себе оплату залишкових витрат. Однак від суми залишкових витрат вам доведеться сплатити ще десять відсотків. Ця десятивідсоткова частина залишкових витрат називається «дольовою часткою» (німецькою: Selbstbehalt), розмір якої на рік не перевищує 700 франків, а на дітей — 350 франків.

Якщо виникають витрати на госпіталізацію, ви також маєте сплатити лікарняний внесок у розмірі 15 швейцарських франків за один лікарняний день.

У разі вагітності та пологів вам не потрібно оплачувати вартість медобслуговування: ні франшизу, ні «дольову частку», ні лікарняний внесок.

## ЯК Я МОЖУ ЗЕКОНОМИТИ НА СТРАХОВИХ ВНЕСКАХ?

Лікарняні каси пропонують різні бюджетні моделі страхування, які можна вибрати вільно, на свій розсуд:

- **Модель «Сімейний лікар» та модель «НМО» (від англійської «Health Maintenance Organization»)**

За цими двома моделями ви зобов'язуєтесь завжди у разі хвороби йти на прийом спочатку до визнаного сімейного лікаря або в один із центрів охорони здоров'я. Потім за необхідності вас направлять до лікаря-фахівця (див. стор. 21). Це означає, що у вас немає права відвідування лікаря-фахівця на власний розсуд. Рішення з цього приводу ухвалює ваш сімейний лікар. Проте гінеколога, педіатра та окуліста ви, як правило, маєте право обирати вільно. У цих моделях страховий внесок знижена. Але в залежності від страхової моделі ви повинні дотримуватися суворих правил.

- **Telmed**

Згідно з моделлю Telmed, якщо у вас є проблеми зі здоров'ям, вам спочатку потрібно зателефонувати в консультаційний центр. Тут медиком-фахівцем надаються рекомендації, як вчинити в тому чи іншому випадку захворювання. За необхідності вас направлять до лікаря, в лікарню або до іншого терапевта. На цій моделі ви зможете заощаджувати премії. Однак ви маєте порозумітися з консультаційним центром однією з офіційних мов Швейцарії.

- **Підвищення річної франшизи**

Медична страховка пропонує можливість підвищення франшизи на розсуд страхувальника. Якщо ви обрали франшизу в розмірі більше ніж 300 франків, то часткове покриття витрат на лікування тобто, «дольова частка», буде відповідно вища. Однак ви сплачуватимете нижчу страховий внесок. Для дорослих існує річна франшиза у розмірі 300, 500, 1000, 1500, 2000, 2500 франків. За бажанням ви можете підібрати франшизу для дітей та підлітків до 18 років. Таким чином ви зможете заощаджувати на страхових внесках. Для дітей та підлітків пропонується, як правило, річна франшиза у розмірі 100, 200, 300, 400, 500, 600 франків.

Поцікавтеся у своїй медичній страховій компанії різними моделями страхування і чітко зважте, чи дійсно вам підходить економічна модель.



Крім того, у вас є можливість змінити медичну страхову компанію, наприклад, з метою економії страхових внесків.

### **Порівняння страхових внесків, зміна лікарняної каси**

Актуальну інформацію для порівняння страхових внесків з різних кас, а також консультаційні пропозиції ви зможете знайти на сайті: [www.priminfo.ch](http://www.priminfo.ch).

Якщо ви маєте намір змінити страхову компанію, вам потрібно письмово розірвати договір страхування зі своєю нинішньої медичною страховою компанією не пізніше 30 листопада та зареєструватися у новій лікарняній касі на страхування з 1 січня. Тому лист на розірвання договору страхування має надійти до медичної страхової компанії не пізніше 30 листопада.

Якщо до того щоб були застраховані не за економною моделлю, наприклад: модель «Франшиза на вибір», моделі «НМО» або «Сімейний лікар», ви можете також розірвати страхові відносини до 30 червня. Лист про розірвання договору страхування має надійти до медичної страхової компанії до 31 березня включно.

Важливо! Для того, щоб розірвання договору страхування вважалося дійсним, воно має надійти до вашої медичної страхової компанії не пізніше 31 березня або 30 листопада. Надсилайте його до лікарняної каси рекомендованим листом за 15 днів до закінчення вищезазначеного терміну.

#### **КОРИСНО ЗНАТИ**



#### **Зниження вартості страхових внесків в окремих кантонах**

Страхувальники, що живуть в обмежених фінансових умовах, мають право на зниження вартості страхових внесків.

- Право на зниження вартості страхових внесків та їх розмір регулюються в залежності від кантону по-різному. Вони також залежать від вашого доходу та майна.
- Деякі кантони автоматично повідомляють про право на зниження вартості внесків. Зверніть увагу, що подібне має місце не в усіх кантонах. Тому радимо дізнатися про це у своєму кантоні проживання.

Інформацію можна отримати у кантональних службах щодо зниження вартості страхових внесків (див. стор. 17).

## Добровільне додаткове страхування

Поряд з обов'язковим страхуванням можна укласти добровільне додаткове страхування. Додаткове страхування (німецькою мовою: Zusatzversicherung) сплачується окремо.

Додаткові страхування можуть бути укладені, наприклад, для коригування розташування зубів у дітей, на окуляри та контактні лінзи або для проходження стаціонарного лікування з розміщенням у напівприватних та приватних палатах лікарні, а також з метою вільного вибору лікаря в лікарні. Чим більше послуг ви включаєте у страхування, тим відповідно вищий страховий внесок.

На противагу обов'язковому страхуванню, медпослуги додаткового страхування в медичних страхових компаніях неоднакові. Додаткове страхування необов'язково укладати з тією ж страховою компанією, де ви вже маєте обов'язкове страхування.

Якщо ви вирішили укласти додаткове страхування, важливо правильно та повністю заповнити заяву на страхування. За наявності неповних чи неправильних даних лікарняні каси мають право відмовити в страхуванні або розірвати договір страхування.

Оскільки додаткові види страхування необов'язкові, медичні страхові компанії можуть відмовляти особам у страхуванні на підставі стану їхнього здоров'я. За детальною інформацією звертайтеся до страхових компаній безпосередньо.

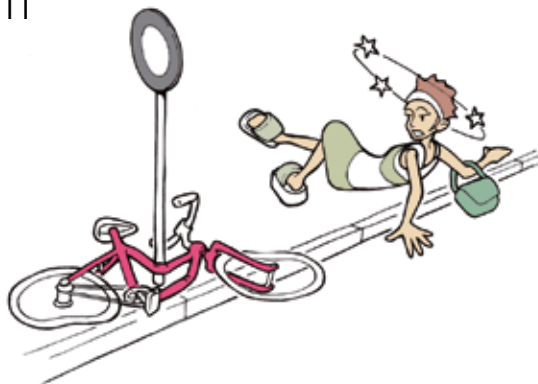
### Інформація про знижки страхових премій

[www.priminfo.ch](http://www.priminfo.ch) > Prämienverbilligung  
телефон гарячої лінії 058 464 88 01



**У разі проблем із лікарняною касою** — служба омбудсмена «Страхування на випадок хвороби» (Ombudsstelle Krankenversicherung): [www.om-kv.ch](http://www.om-kv.ch), телефон 041 226 10 10

# СТРАХУВАННЯ ВІД НЕЩАСНИХ ВИПАДКІВ ТА ІНВАЛІДНОСТІ



Постраждати від нещасного випадку можна всюди. До нещасних випадків на виробництві відносяться ті, що відбуваються безпосередньо на робочому місці або дорогою на роботу. Усі інші нещасні випадки вважаються невиробничими, тобто трапляються у побуті, як-от: у вільний від роботи час, вдома чи під час занять спортом.

У Швейцарії всі робітники та службовці автоматично застраховані від нещасних випадків на виробництві. Ті, хто працює не менше восьми годин на тиждень, застраховані також і від нещасних випадків поза виробництвом. Витрати страхування від нещасних випадків оплачуються роботодавцями та робітниками або службовцями спільно. Страхові внески у них вираховують прямо із зарплати.

Важливо: якщо ви (більше) не працюєте, вам необхідно самим застрахуватися у лікарняній касі від нещасного випадку.

## КОРИСНО ЗНАТИ



### Обов'язкове страхування з покриттям від нещасних випадків (*Grundversicherung mit Unfalldeckung*)

- В рамках базового медичного страхування ви також маєте застрахувати себе від нещасного випадку.
- Якщо ви на роботі вже застраховані від нещасного випадку, повідомте про це лікарняну касу для скасування подібного страхування. За рахунок цього ваш страховий внесок стане меншим.

Про нещасний випадок потрібно завжди і відразу повідомляти або роботодавця, або вашу медичну страхову компанію. Для цього необхідно заповнити формуляр, який ви зможете взяти у свого роботодавця чи в страховій компанії.

### **Страхування по інвалідності (Invalidenversicherung (IV))**

Інвалідність настає тоді, коли фізичному або психічному здоров'ю людини завдано шкоди настільки, що вона на тривалий час залишається непрацездатною, повністю або частково. Відтак інвалідність — це обмеження працездатності. Страхування інвалідності (IV) покликане підтримувати заходи, спрямовані на підвищення та/або відновлення працездатності застрахованого.

### **Страхування по старості та втраті годувальника (Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV))**

Пенсії за віком та у разі смерті одного з подружжя чи одного з батьків виплачуються з фонду страхування по старості та втраті годувальника.

У Швейцарії внески на страхування по інвалідності, а також страхування по старості та втраті годувальника є обов'язковими як для робітників та службовців, так і для роботодавців. Ці внески відраховуються безпосередньо із зарплати.

Детальніше — у Федеральному управлінні соціального страхування.

- **Федеральне управління соціального страхування**  
[www.bsv.admin.ch](http://www.bsv.admin.ch), [info@bsv.admin.ch](mailto:info@bsv.admin.ch), телефон 058 462 90 11
- **Інформаційна служба страхування по старості та втраті годувальника AHV / IV**,  
[www.ahv-iv.ch](http://www.ahv-iv.ch) > Kontakte



*Адреси для довідок про страхування по старості та втраті годувальника (AHV) у зв'язку з міждержавними угодами:*

- [www.zas.admin.ch](http://www.zas.admin.ch) > Schweizerische Ausgleichskasse SAK, телефон 058 461 91 11
- **Zentralstelle 2. Säule** [www.sfbvg.ch](http://www.sfbvg.ch), [info@zentralstelle.ch](mailto:info@zentralstelle.ch), телефон 031 380 79 75
- **Національний пенсійний фонд у рамках Федерального закону про пенсійне забезпечення (Stiftung Auffangeinrichtung BVG)** Управління рахунками додаткового пенсійного фонду [www.aeis.ch](http://www.aeis.ch), телефон 041 799 75 75

# ЯК ЗДІЙСНЮЄТЬСЯ МЕДИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ?

## СІМЕЙНИЙ ЛІКАР

### **ХТО ТАКІ СІМЕЙНІ ЛІКАРІ?**

У Швейцарії сімейні лікарі відповідають за забезпечення базового медобслуговування. Вони є, як правило, першою контактною особою, якщо ви захворіли чи постраждали від нещасного випадку.

Зрозуміло, коли лікар добре знає пацієнта та знайомий з його історією хвороби, йому легше визначити причину незадовільного самопочуття пацієнта. Сімейний лікар або сам проводить лікування та консультації, або спрямовує за необхідності на лікування в інші медустанови (наприклад, до профільних лікарів або у лікарню).

Тому у ваших інтересах ходити на прийом завжди до одного й того ж сімейного лікаря, для того щоб він знав вашу історію хвороби і міг забезпечити оптимальне лікування. Важливу роль при цьому відіграють хороші взаємини між лікарем та пацієнтом. Пацієнт також повинен довіряти своєму лікарю, відчувати, що лікар вас розуміє.

---

### **ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?**

Витрати на лікування у сімейного лікаря, профільного лікаря або у поліклініці (амбулаторії).



## Педіатр

У дітей, як і у дорослих, має бути свій дитячий лікар (педіатр). Він проводить медичний огляд, обстеження та призначає дитині лікування, якщо вона хвора.

Педіатр повідомляє вам, як часто потрібно проводити обстеження дитини. Окрім спостереження за загальним станом здоров'я, педіатр веде контроль за харчуванням, зростанням, фізичним, психічним та розумовим розвитком дитини.



## Профільні лікарі

Наступні обстеження та лікування у певній області, наприклад, серцево-судинної системи, проводяться відповідними профільними лікарями або лікарями-фахівцями.

Здобувши кваліфікацію лікаря, фахівці потім проходять спеціальну підготовку в певній окремій галузі медицини. Кваліфікація лікаря гарантується федеральним урядом, у результаті лікарю надається звання профільного лікаря відповідно до завершеної спеціалізованої підготовки. Сімейні лікарі та педіатри також проходять спеціалізоване підвищення кваліфікації.

Потрапити на прийом до профільного лікаря можна зазвичай за направленням від сімейного лікаря. Якщо у вашому обов'язковому страхуванні немає відповідних обмежень (див. стор. 15), ви маєте право відвідувати всіх лікарів-фахівців і без направлення.

## КОРИСНО ЗНАТИ



### Психосоціальна консультація

У Швейцарії існує безліч психосоціальних консультацій, куди можна звертатися, якщо ви, члени вашої сім'ї або знайомі потребують допомоги та підтримки.

Існують, наприклад, консультації, які спеціалізуються на таких темах:

- патологічна залежність
- сімейні проблеми
- питання виховання та догляду за грудними дітьми
- спеціальні питання відповідно до статі (для чоловіків і жінок)
- питання статевого здоров'я
- питання психічного здоров'я тощо.

Консультації часто є безкоштовними і проводяться працівниками з відповідною підготовкою (соціальна робота, соціальна педагогіка чи психологія тощо). Консультанти зобов'язані зберігати професійну таємницю (див. стор. 43). Ваш сімейний лікар допоможе вам підібрати відповідну консультацію поблизу. Різні консультації можна знайти за телефонною довідкою або через Інтернет (див. стор. 7, 9, 11, 28, 37).

Адреси всіх лікарів містяться у телефонному довіднику чи Інтернеті (див. стор. 23).

Важливо перед кожним відвідуванням лікаря: якщо ви хочете піти на прийом до лікаря, слід записатися по телефону. Якщо ж з якоїсь причини ви не можете прийти на приймання, необхідно відмовитися від призначеної зустрічі не пізніше, ніж за 24 години. Інакше вам, можливо, доведеться оплатити зарезервований час у лікаря.

### **ЧИ МОЖНА ЗМІНИТИ ЛІКАРЯ, ЯКЩО Я НИМ НЕЗАДОВОЛЕНИЙ?**

Так, ви вільні у виборі лікаря і можете йти до того лікаря, з яким у вас виникає добре порозуміння. Однак це можливо, якщо у вашому страхуванні на випадок хвороби немає обмежень щодо вибору лікаря (див. стор. 15). Лікарі також можуть самі вирішувати, приймати нових пацієнтів чи ні.

## Поліклініка

Поліклініка як амбулаторний лікувальний заклад працює найчастіше у складі лікарні. Тут проводяться прийом хворих, обстеження та лікування. Для спеціальних видів лікування існують спеціалізовані поліклініки. Деякі поліклініки приймають пацієнтів лише за направленням лікаря. Адреси поліклінік у своєму регіоні проживання ви знайдете у телефонному довіднику чи Інтернеті.

Список швейцарських лікарів Федерації  
швейцарських лікарів FMH  
(Schweizer Ärzteverzeichnis der FMH)

за регіоном, спеціалізацією та мовами:  
[www.doctorfmh.ch](http://www.doctorfmh.ch)



## АПТЕКА

Аптека відноситься до медичних установ першої необхідності. Аптекарі — фахівці, які отримали професійну підготовку у галузі лікарських засобів. Вони можуть надати вам компетентну консультацію у разі захворювання: залежно від стану здоров'я вам запропонують той чи інший медикамент або ж порадять звернутися до лікаря. В аптеці ви завжди отримаєте консультацію безкоштовно.

Усі медикаменти у Швейцарії продаються в аптеках. Більшість з них можна придбати без рецепта. Деякі ж, як, наприклад, сильні знеболювальні засоби чи антибіотики, видаються лише за рецептом лікаря. Такі медикаменти вимагають поставленого лікарем діагнозу та спостереження. Їх потрібно приймати лише у разі захворювання, від якого вони прописані, та їх не можна передавати іншим особам. Ліки не слід використовувати після закінчення терміну придатності, зазначеного на упаковці.

В аптеці пропонуються медикаменти на рослинній основі та з альтернативної медицини (німецькою: *Alternativmedizin*). Порадьтеся, які медикаменти вам можуть підійти.





Важливо! В аптеках ведеться облік прописаних лікарем та виданих клієнтам за рецептом медикаментів, як досьє на пацієнтів. Відкриття такого досьє коштує разової невеликої доплати. Купуючи медикаменти в різних аптеках, клієнту доводиться щоразу оплачувати надбавку до вартості. Тому радимо купувати за можливістю медикаменти, що видаються за рецептом, в одній і тій самій аптеці.

#### КОРИСНО ЗНАТИ



#### Генерики (Generika)

Генерики, або аналоги — не що інше, як копії медикаментів-оригіналів під іншою назвою:

- Вони складаються з тих самих активних речовин, що й медикамент-оригінал, але найчастіше вони дешевші.
- При покупці генериків дольова частка зазвичай становить десять відсотків (див. стор. 14). Часто вам доводиться платити 20-відсоткову дольову участь за оригінальні ліки, для яких доступні генерики.
- Аптекарі мають право видавати генерики замість медикаментів-оригіналів, прописаних лікарем, якщо від лікаря немає особливої вказівки на виключно медикамент-оригінал. Купуючи медичні препарати в аптеці бажано поцікавитися наявністю генериків.

Для невідкладних випадків у вихідні дні та в нічний час працюють **чергові аптеки екстреної допомоги (німецькою: Notfallapotheke)**. За телефонною довідкою можна дізнатися, яка аптека поблизу вашого місця проживання чергує для надання екстреної допомоги (наприклад, тел. 1818, довідка німецькою, французькою, італійською, англійською мовами). Або знайдіть в інтернеті список регіональних аптек екстреної допомоги: [www.apo24.ch](http://www.apo24.ch) > Diensthabende Apotheke finden. Зверніть увагу, що при покупці медикаментів у черговій аптеці екстреної допомоги вам потрібно буде сплатити надбавку.

---

## ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



Медична страховка бере на себе оплату вартості медикаментів, які прописані лікарем та містяться в офіційному списку лікарських препаратів (німецькою мовою: Spezialitätenliste). Але все ж таки ви повинні оплачувати частину вартості медикаментів (франшизу і дольову частку, див. стор. 14). Якщо ви купуєте оригінальний препарат, який можна замінити дешевшим генериком (див. стор. 24), медична страховка вимагає дольову частку у розмірі 20 %. Якщо ваш лікар прописує з медичних причин виключно медикамент-оригінал, дольова частка становить 10 відсотків. Зазвичай медичні страхові компанії відшкодовують вартість медикаментів аптекам безпосередньо. Тому при покупці в аптеці медикаментів за рецептом слід мати при собі страхову картку. Проте деякі медичні страховки вимагають від страхувальника спочатку самому сплатити за медикаменти, а вже пізніше відшкодовують їхню вартість.

## ЛІКУВАННЯ У ПСИХІАТРА, ПСИХОТЕРАПЕВТА І ПСИХОЛОГА

Психічне напруження може бути настільки сильним, що хворі більше не можуть жити своїм звичайним повсякденним життям. Це призводить до виникнення у хворих та їхніх близьких внутрішньої напруги. Лікарі-фахівці з психіатрії та психотерапії, а також психологи-психотерапевти можуть допомогти у вирішенні ваших проблем. На їхню допомогу можна розраховувати, якщо у вас тривалий час спостерігається порушення сну, бувають раптові чи періодично повторювані напади страху або коли протягом тривалого часу ви відчуваєте пригніченість та внутрішню порожнечу, знаходитеся у стані відчаю і не хочете більше жити. Також якщо ви страждаєте на хронічний біль або на неприємні фізичні відчуття, медичну причину яких не знайдено. У всіх цих випадках фахівці пропонують свою допомогу.

## ЯКУ ПІДТРИМКУ І ЯКЕ ЛІКУВАННЯ МОЖУТЬ МЕНІ ЗАПРОПОНУВАТИ?

Існують різні напрямки у психотерапії. Важливо, щоб ви знайшли фахівця, якому ви могли б довіритись. Підтримка та лікування, які вам можуть бути надані, завжди проводяться на кількох рівнях.

- Проходячи курс психотерапії, ви зможете відкрито говорити про своє становище, свої думки і почуття. Під час терапії спільно вести пошук можливостей для покращення вашого стану.
- Паралельно, разом із психотерапією, може проводитися лікування медикаментами. Медикаменти здатні полегшити симптоми, наприклад, страху або депресій, і зміцнити процес одужання. Домогтися ж повного одужання виключно медикаментами є неможливим.
- У важких життєвих ситуаціях ви також можете отримати соціальну та фінансову підтримку. Звертайтеся з цього приводу до свого лікаря-фахівця або у службу соцзабезпечення за місцем проживання.

Обговоріть із сімейним лікарем можливі види підтримки та лікування або зверніться за інформацією у наведені нижче координаційні центри (див. стор. 28).

---

### ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



- Лікування, що проводиться у психіатричному амбулаторному закладі (амбулаторії).
- Вартість лікування, якщо воно проводиться психіатром. У деяких випадках потрібне направлення від сімейного лікаря.
- З 1 липня 2022 року психотерапія у немедичного спеціалізованого психолога у галузі психотерапії буде покриватися обов'язковим страхуванням. Умовою є припис лікаря.
- Психотерапія у немедичного спеціалізованого психолога у галузі психотерапії, який працює у лікарській практиці (психотерапія у психолога за призначенням лікаря) покриватиметься обов'язковим страхуванням до 31 грудня 2022 року.
- Усі інші немедичні види психотерапії оплачуються медичною страховкою лише тоді, коли у вас укладено договір про спеціальне додаткове страхування (див. стор. 17).

Коли ви вперше звертаєтесь до терапевта, запитайте, чи оплачує медична страховка вартість цього лікування.

#### КОРИСНО ЗНАТИ



- Психіатри та психотерапевти — це лікарі зі спеціалізацією у галузі психіатрії та психотерапії.
- Психологи — фахівці з психотерапії, які отримали вищу немедичну освіту з психології, а потім пройшли підготовку з психотерапії.

**Психіатрична амбулаторія, приватна лікарська практика, клініка та амбулаторна клініка.** Лікування може проводитися в громадській психіатричній амбулаторії або у приватній лікарській практиці. Сюди ви будете регулярно приходити на прийом до психотерапевта, поки не поліпшиться ваше самопочуття. На прийом до амбулаторії, як правило, можна записатися швидше, але часто тривале лікування там не проводиться. За необхідності вам допоможуть знайти спеціаліста з приватної практики, у якого можливе тривале лікування.

Дізнайтеся про можливість лікування своєю рідною мовою. Є психотерапевти, які можуть проводити лікування вашою рідною мовою (див. стор. 28). До державних психіатричних амбулаторій та амбулаторій для жертв тортур і війни можуть залучатися професійні перекладачі (див. стор. 28).

Якщо ви на якийсь час потребуєте інтенсивного супроводу та захисту, вам може піти на користь перебування в клініці чи амбулаторній клініці (німецькою: Tagesklinik). Тут ви зможете проходити різні запропоновані терапії, і вам будуть надавати підтримку та догляд фахівці з психіатрії та психотерапії, а також молодший та середній медперсонал.

В екстреному випадку ви можете безпосередньо звертатися до однієї з психіатричних амбулаторій свого регіону проживання. Зазвичай вони мають цілодобову службу екстреної допомоги. Дізнайтеся в телефонній книзі або в Інтернеті про контактні адреси цих закладів у вашому регіоні. До того ж в екстреному випадку ви можете безпосередньо звертатися до будь-якої державної психіатричної клініки або зателефонувати до служби швидкої та невідкладної допомоги (німецькою: Notfallnummer) за телефоном 144 (див. стор. 31).



- **Інформація про психічне здоров'я кількома мовами:**  
[www.migesplus.ch/migesinfo](http://www.migesplus.ch/migesinfo) > Psyche, Sucht & Krise
- **Список психотерапевтів, які володіють кількома мовами**  
[www.migesplus.ch/Verzeichnis](http://www.migesplus.ch/Verzeichnis)
- **pro mente sana** — інформація, поради та допомога для хворих та їхніх близьких:  
[www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch), телефон для консультацій 0848 800 858
- **Die Dargebotene Hand – 143** — анонімні консультації телефоном, електронною поштою та в чаті [www.143.ch](http://www.143.ch), [verband@143.ch](mailto:verband@143.ch), телефон 143

*Адреси груп самопомоги (німецькою: Selbsthilfegruppen) в окремих кантонах:*

**Фонд самопомоги Stiftung Selbsthilfe Schweiz** — національна координаційна служба, що охоплює 19 регіональних центрів самопомоги та дві швейцарські організації самопомоги [www.selbsthilfes Schweiz.ch](http://www.selbsthilfes Schweiz.ch), телефон 061 333 86 01

*Для дітей та молоді:*

**Pro Juventute Beratung und Hilfe 147** — безкоштовна та конфіденційна консультація телефоном, у чаті, електронною поштою та SMS для дітей та молоді у кризових ситуаціях і складних періодах життя [www.147.ch](http://www.147.ch), телефон 147, [beratung@147.ch](mailto:beratung@147.ch)

*Допомога та консультування для жертв тортур та війни:*

- **Амбулаторія для жертв тортур і війни Ambulatorium für Folter- und Kriegsofer SRK** Schweizerisches Rotes Kreuz (Швейцарський Червоний Хрест), Werkstrasse 16, 3084 Wabern, [www.redcross.ch/ambulatorium](http://www.redcross.ch/ambulatorium), телефон 058 400 47 77
- **Амбулаторія для жертв тортур і війни**  
Klinik für Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik, Universitätsspital Zürich, Culmannstrasse 8, 8091 Zürich, [www.psychiatrie.usz.ch](http://www.psychiatrie.usz.ch), телефон 044 255 49 07
- **Consultation pour victimes de la torture et de la guerre Genève (ctg Genève)**  
Département de médecine de premier recours, Bd de la Cluse 75, 1205 Genève, [www.hug-ge.ch](http://www.hug-ge.ch), телефон 022 372 96 41
- **Consultation pour victimes de la torture et de la guerre Lausanne (ctg Vaud) Appartenances**  
Rue des Terreaux 10, 1003 Lausanne  
[www.appartenances.ch](http://www.appartenances.ch), [info@appartenances.ch](mailto:info@appartenances.ch), телефон 021 341 12 50
- **Gravita SRK - Zentrum für Psychotraumatologie**  
Bahnhofplatz 5, 9000 St. Gallen  
[www.gravita.ch](http://www.gravita.ch), [gravita-srk@hin.ch](mailto:gravita-srk@hin.ch), телефон 058 229 08 28

# СТОМАТОЛОГІЧНЕ МЕДОБСЛУГОВУВАННЯ



Помилково сподіватися, що хворі зуби одужають самі по собі — їх потрібно лікувати. У разі виникнення проблем із зубами у вас або вашої дитини слід відвідати зубного лікаря (стоматолога). Адреси у своєму регіоні ви знайдете у телефонному довіднику або в Інтернеті (стор. 30).

Важливо, щоб стоматолог розпізнав і вилікував проблему зубів на ранній стадії. Чим далі відкладається відвідування зубного лікаря, тим більшою стає проблема і тим дорожче буде коштувати лікування.

## **ЧИ БЕЗКОШТОВНІ КОНТРОЛЬНІ ОГЛЯДИ І ЛІКУВАННЯ ЗУБІВ?**

Ні, контрольні огляди та лікування зубів пацієнти повинні оплачувати зазвичай самі. Діти шкільного віку проходять раз на рік контрольний огляд зубів у шкільного стоматолога. Такий огляд зазвичай безкоштовний. У багатьох кантонах їх організовує та оплачує громада, в якій ви живете.

Лікування хворих зубів у дітей батьки зобов'язані оплачувати самі. Якщо лікування у стоматолога ви не в змозі оплатити, звертайтеся до служби соціального забезпечення у громаді за місцем проживання. Деякі громади беруть на себе оплату частини витрат на лікування.

## ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



- Лікування зубів у зв'язку з тяжким, неминучим захворюванням жувальної системи або тяжким загальним захворюванням.
- Нещасні випадки з травмою зубів покриваються страхуванням від нещасних випадків.
- Контрольні огляди та лікування зубів пацієнти в принципі оплачують самі. Зазвичай це також стосується виправлення неправильного розташування зубів або видалення зубів мудрості. У такому разі рекомендується укласти додаткове стоматологічне страхування, зокрема для дітей та молоді. Про деталі дізнавайтесь у своїй лікарняній касі.

- **Швейцарське стоматологічне товариство SSO**  
(Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO)  
[www.sso.ch](http://www.sso.ch), [info@sso.ch](mailto:info@sso.ch), телефон 031 310 20 80



## ЕКСТРЕНИЙ ВИПАДОК

Екстрені випадки (німецькою: Notfall) — це ситуації із загрозою для життя, що виникають внаслідок травм, отруєнь, опіків або гострих захворювань та потребують негайних дій. Лікарі в екстреній ситуації повинні надати лікування будь-якому пацієнтові, зокрема особам без дозволу на перебування у Швейцарії, або направити до відповідної медичної установи.

### ЯК ПОВОДИТИСЯ В НАДЗВИЧАЙНІЙ СИТУАЦІЇ?

Зв'яжіться спершу із сімейним лікарем, якщо екстрений випадок хоч і вимагає невідкладної допомоги, але не загрожує життю.

Сімейні лікарі надають екстрену допомогу по всій Швейцарії, в тому числі в нічний час та вихідні дні. Якщо зв'язатися із сімейним лікарем не вдається, то його телефонний автовідповідач надає інформацію, до якого чергового лікаря слід звертатися в екстреному випадку. У кожному регіоні є ще **чергова аптека** (див. стор. 25), що працює цілодобово, а також у вихідні.

У життєво небезпечній ситуації звертайтеся до служби екстреної допомоги лікарні. У більшості державних лікарень служба невідкладної допомоги доступна цілодобово. Якщо можливо, зв'яжіться спочатку телефоном із відділенням екстреної допомоги лікарні. Так ви зможете уникнути тривалого часу очікування.

За необхідності можна також викликати **швидку допомогу** (німецькою: Sanitätsnotruf), зателефонувавши за номером 144. Як правило, у машині швидкої допомоги перевозять лише пацієнтів. Це означає, що супровідники не можуть їхати разом із хворим. Доставка хворого до лікарні машиною швидкої допомоги частково оплачується самим хворим. Тому виклик швидкої допомоги виправданий лише тоді, коли через стан хворого неприпустиме перевезення, наприклад, машиною, таксі, автобусом або трамваєм.

#### КОРИСНО ЗНАТИ



##### В екстреному випадку телефон швидкої та невідкладної допомоги 144

Важливо в екстреній ситуації точно повідомити, що з вами трапилося:

- Хто ви?
- Що трапилося?
- Де перебуває пацієнт?
- Що ви вже зробили?

#### ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



- Витрати на лікування в екстреному випадку. В екстрених випадках ви маєте право звертатися одразу до будь-якого лікаря та будь-яку лікарню Швейцарії, навіть якщо у вашій моделі відсутній вільний вибір лікаря (модель «НМО», «Сімейний лікар» або Telmed, див. стор 15).
- За транспортування пацієнта машиною швидкої допомоги медична страховка оплачує половину вартості, але не більше 500 франків на рік.
- На порятунок людей у ситуаціях, що становлять небезпеку для життя (наприклад, нещасний випадок у горах, інфаркт міокарда), оплачується також половина вартості, максимальна сума розміром 5000 франків на рік.



## В ЛІКАРНІ

Лікування, що вимагає проведення повного обстеження, терапії або операції, проходить у лікарні або клініці. Тоді йдеться про стаціонарне лікування.

### **ЧИ МОЖУ Я У РАЗІ ХВОРОБИ САМОСТІЙНО УШПИТАЛИТИСЯ?**

Направлення до лікарні на стаціонарне лікування видається сімейним лікарем або іншими профільними лікарями. Єдиний виняток: у разі надзвичайної ситуації ви можете звернутися безпосередньо до відділення невідкладної допомоги лікарні (див. стор. 30).

### **ЯКИЙ ПОРЯДОК ПРИЙМАННЯ ДО ЛІКАРНІ?**

При ушпиталенні вас попросять у приймальні повідомити необхідні відомості про себе. Після реєстрації вас розмістять у палаті відділення з урахуванням вашого виду страхування (див. стор. 15) та характеру вашої проблеми зі здоров'ям. Розрізняють загальні (на кілька ліжок), напівприватні (на два ліжка) та приватні (на одне ліжко) лікарняні палати.

### **ХТО ЗДІЙСНЮЄ ЛІКУВАННЯ І ДОГЛЯД У ЛІКАРНІ?**

За кожним відділенням закріплено головного лікаря відділення. Однак можливо, що за вами в лікарні будуть доглядати кілька лікарів, тому що іноді для конкретної проблеми викликають додаткових профільних лікарів.



## КОРИСНО ЗНАТИ



### Служба соціального забезпечення лікарні

**(Spitalsozialdienst)** Якщо у вас виникають фінансові труднощі чи труднощі у зв'язку з роботою або соціальним страхуванням, звертайтеся до служби соцзабезпечення лікарні.

- Служба соцзабезпечення займається розглядом соціальних проблем, пов'язаних із захворюванням та перебуванням пацієнта в лікарні.
- У ній зайняті соціальні працівники, завданням яких є консультування та надання підтримки пацієнтам та їхнім сім'ям.
- Соціальні працівники зобов'язані зберігати професійну таємницю (див. стор. 43). Вони працюють незалежно від служб соцзабезпечення громад за місцем проживання.
- Послуги цієї служби для всіх пацієнтів та їхніх близьких безкоштовні.

Найбільшу частину медичного обслуговування та догляду за хворими виконують фахівці молодшого та середнього медперсоналу. Вони пройшли професійну підготовку з догляду за хворими та працюють у тісній співпраці з лікарями.

У лікарні встановлені чіткі правила розпорядку дня. Наприклад, час відвідування хворих близькими або час подачі їжі до палат. Поцікавтеся у обслуговуючого медперсоналу існуючими внутрішніми правилами. У багатьох лікарнях є брошури, що містять важливу інформацію про послуги лікарні.

### Операція

Операція завжди пов'язана з певним ризиком. З цієї причини у кожному випадку потрібно точно з'ясувати, чи немає якихось інших можливостей лікування, і чи дозволяє взагалі загальний стан хворого робити операцію. Якщо вам необхідно робити операцію, то компетентний лікар роз'яснить вам точний хід операції та можливі ризики.

Операція буде проводитись тільки за вашою згодою. Для цього ви повинні підписати так звану **заяву про згоду на операцію** (німецькою мовою: Einverständniserklärung) (див. стор. 42). Винятком є операція в екстреному випадку.

У зв'язку з необхідністю швидких дій заява про згоду у письмовій формі іноді опускається.

Слід завжди перепитувати, якщо ви чогось не зрозуміли. Це ваше право бути добре поінформованим про ваш стан. Багато великих лікарень у Швейцарії можуть запросити перекладача. Запитуйте медпрацівників молодшого та середнього персоналу або лікарів щодо можливості перекладу. Детальну інформацію на цю тему ви знайдете у розділі «Права та обов'язки пацієнтів» (див.стор. 42).

### **Відновлення працездатності (реабілітація) та терапія**

Іноді після перенесеної операції, хвороби або травми потрібне подальше інтенсивне лікування, щоб пацієнт міг відновитися наскільки можна і знову бути самостійним. Таке післяопераційне лікування називають реабілітацією. Вона може проходити амбулаторно чи стаціонарно. Для такого післяопераційного лікування лікарі, які вас лікують, призначають такі види терапії, як фізіотерапія та ерготерапія.

---

#### **ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?**



- Перебування, обстеження, лікування та заходи з догляду за хворим у спільній палаті лікарні, офіційно визнаної страховою компанією.
- Амбулаторна та стаціонарна реабілітація: вартість перебування в лікарні та призначених лікарем видів терапії (наприклад: фізіотерапія/ерготерапія).
- Санаторно-курортне лікування: лише при бальнеотерапії (лікування ваннами) незначне покриття вартості у рамках обов'язкового страхування. А саме десять франків на день на призначену лікарем бальнеотерапію на одному з передбачених бальнеологічних курортів (макс. 21 день на рік). Витрати на консультації лікаря, медикаменти та фізіотерапію оплачуються додатково.

# МЕДИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ ПРИ ВАГІТНОСТІ ТА ПОЛОГАХ

Під час вагітності особливо важливим є здоров'я і безпека матері та дитини. У Швейцарії створено розширену систему медобслуговування жінок до і після пологів.

## ЯКА ДОПОМОГА НАДАЄТЬСЯ ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ?

Якщо у вас виникли підозри на вагітність, в аптеці можна купити тест на вагітність (німецькою: Schwangerschaftstest) та провести його самостійно. Якщо ви завагітніли, за першою консультацією звертайтеся до свого сімейного лікаря або гінеколога. Ви також маєте можливість піти на консультацію в приватну практику до акушерки. Акушерки — це професійні, немедичні фахівці з питань вагітності, пологів та годування грудьми. Крім того, є спеціальні консультації щодо статевого здоров'я, планування сім'ї та вагітності, де вас також можуть проконсультувати (див. стор. 37). Вони частково працюють разом із перекладачами. Ці консультації переважно безкоштовні та фахівці у них зобов'язані зберігати професійну таємницю.

## Вагітність

Протягом усієї вагітності ви регулярно проходитье обстеження у гінеколога або акушерки. Такі контрольні обстеження служать для спостереження за перебігом вагітності та виявлення потенційних небезпек для матері та дитини. Медична страховка оплачує їх (див. стор. 36).

### КОРИСНО ЗНАТИ



#### Страхування у зв'язку з вагітністю та пологами.

Матері, які працюють, після пологів протягом 14 тижнів отримують 80 відсотків від середнього заробітку до пологів. Поцікавтеся у свого роботодавця, як ви застраховані на випадок вагітності та пологів.

#### Охорона здоров'я матері (декретна відпустка)

Завдяки спеціальним законам забезпечується охорона здоров'я вагітних жінок та матерів, які працюють, від великих навантажень на робочому місці. Заздалегідь повідомте роботодавця про свою вагітність.

---

## ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



- Сім контрольних оглядів та два ультразвукові дослідження (УЗД) протягом нормальної вагітності
- 150 франків на курси підготовки до пологів
- Вартість пологів та перебування в післяпологовий період у лікарні, пологовому будинку або у домашніх умовах
- Три консультації з грудного вигодовування та один гінекологічний огляд після пологів
- Максимально десять візитів акушерки вдома після пологів
- Вартість переривання вагітності

У всіх цих видах послуг, за винятком переривання вагітності, ви звільняєтеся від часткової оплати їх вартості, тобто не сплачуєте ні франшизу, ні «дольову частку», ні лікарняний внесок (див. стор. 14). Починаючи з 13-го тижня вагітності та до восьмого тижня після пологів вам не потрібно частково оплачувати вартість звичайних медичних послуг, наприклад, у разі хвороби.

---

Майбутні мами та батьки також можуть відвідувати так звані **курси підготовки до пологів**. Інформацію щодо них ви отримаєте від свого гінеколога.

### Пологи

У Швейцарії пологи можна приймати у лікарні, пологовому будинку або в домашніх умовах. Проконсультуйтеся у свого гінеколога або акушерки з приводу різних можливостей. За бажанням під час пологів може бути присутній ваш партнер або хтось із близьких. Перший тиждень після пологів, тобто з настанням післяпологового періоду, мати може знаходитися у лікарні, пологовому будинку чи вдома. У цей період молодший та середній медперсонал доглядає матір та дитину, їх також регулярно відвідує акушерка або лікар. Матір отримує поради та інформацію щодо грудного вигодовування та догляду за новонародженим.

### Консультації після пологів

Якщо у вас виникають питання щодо розвитку, харчування дитини та догляду за нею, звертайтеся до однієї з регіональних консультацій для матерів та батьків (німецькою: Mütter- und Väterberatungsstelle) (див. стор. 37). Вони пропонують, відвідування вдома, телефонні та особисті консультації.

Деякі консультаційні центри для матерів та батьків працюють разом із перекладачами. Додатково матерям, що годують грудьми, можна звернутися в одну з консультацій з питань грудного вигодовування (німецькою: Stillberatung), які пропонують лікарні або приватні консультанти. Адреси ви можете дізнатися у громаді за місцем проживання.

### **Переривання вагітності**

Переривання вагітності (аборт) за певних умов у Швейцарії дозволено законом. Протягом перших дванадцяти тижнів вагітності жінка має право сама вирішувати, чи переривати її небажану вагітність. Однак для цього вона повинна заявити про своє скрутне становище. Починаючи з 13-го тижня потрібне додаткове підтвердження від лікаря про необхідність переривання вагітності, оскільки інакше є великий ризик заподіяння фізичної та психічної шкоди здоров'ю жінки. Рішення на користь або проти переривання вагітності буває обтяжливим, тому воно потребує попередньої консультації. З цією метою та за підтримкою звертайтеся в консультацію щодо статевого здоров'я та планування сім'ї. Адреси всіх консультацій ви знайдете в Інтернеті на сайті: [www.sexuelle-gesundheit.ch](http://www.sexuelle-gesundheit.ch).

- **Інформація кількома мовами про вагітність та пологи, а також про грудне вигодовування та здоров'я жінки:** [www.migesplus.ch/themen](http://www.migesplus.ch/themen) > Sexuelle Gesundheit, Schwangerschaft und Geburt 
- **ЦЕНТР «СТАТЕВЕ ЗДОРОВ'Я» (SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz) – збереження статевого здоров'я, консультаційні пункти з планування сім'ї та вагітності.** Список регіональних консультаційних пунктів: [www.sexuelle-gesundheit.ch](http://www.sexuelle-gesundheit.ch), [info@sexuelle-gesundheit.ch](mailto:info@sexuelle-gesundheit.ch), Тел. 031 311 44 08 або 021 661 22 33
- **Інформація на тему статевого здоров'я більш ніж десятима мовами:** [www.sex-i.ch](http://www.sex-i.ch)
- **Консультація для матерів та батьків:** Швейцарська спілка консультантів з питань материнства та батьківства (Schweizerischer Fachverband Mütter-und Väterberatung) [www.sf-mvb.ch](http://www.sf-mvb.ch), [info@sf-mvb.ch](mailto:info@sf-mvb.ch), телефон 062 511 20 11, Регіональні консультаційні служби для матерів та батьків за адресою [www.muetterberatung.ch](http://www.muetterberatung.ch)
- **Швейцарська спілка акушерок (Schweizerischer Hebammenverband)** [www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch), [info@hebamme.ch](mailto:info@hebamme.ch), тел. 031 332 63 40

# ДОПОМОГА І ДОГЛЯД ВДОМА: ШПІТЕКС (SPITEX)

## **ДО КОГО ЗВЕРТАТИСЯ, ЯКЩО ПОТРІБНА ДОПОМОГА В ДОМАШНЬОМУ ГОСПОДАРСТВІ АБО ПІД ЧАС ДОГЛЯДУ ЗА СОБОЮ В ДОМАШНІХ УМОВАХ?**

У подібних випадках вам може допомогти служба з позалікарняного догляду за хворими, так званий Шпітекс. Кваліфіковані фахівці зі Шпітекс приходять додому, здійснюють догляд за хворими, надають їм підтримку в повсякденному житті. Ця служба також пропонує підтримку близьким, які доглядають хворих вдома.

## **ЯКІ ПОСЛУГИ ПРОПОНУЄ ШПІТЕКС?**

Ви можете замовити послуги Spitex, наприклад, у разі хвороби, старечих недуг, нещасних випадків, ускладнень вагітності та після пологів. Допомога служби Шпітекс охоплює такі послуги:

<b>Догляд вдома</b>	<b>Допомога у веденні домашнього господарства</b>
Наприклад: <ul style="list-style-type: none"><li>• Роз'яснення та консультації</li><li>• Допомога в дотриманні особистої гігієни</li><li>• Введення ліків</li></ul>	Наприклад: <ul style="list-style-type: none"><li>• Здійснення покупок</li><li>• Прибирання житла</li><li>• Прання білизни</li><li>• Приготування їжі</li></ul>

Крім того, Шпітекс залежно від регіону пропонує послуги харчування на дому та транспортні послуги або надає в тимчасове користування допоміжні засоби (милиці, інгалятори або крісла-коляски).

Особливо у великих містах зростає кількість організацій Шпітекс, які також пропонують психіатричний догляд, догляд за онкохворими та хворими з невиліковними хворобами.

Послуги Шпітекс організовані по регіонах неоднаково. Про послуги Шпітекс у вашому регіоні дізнавайтесь у громаді за місцем проживання або в Інтернеті (див. стор. 39).



#### ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



- Вартість догляду Шпітекс, якщо він призначений лікарем (часткова оплата пацієнтом див. стор. 14).
- Витрати на допомогу Шпітексу у веденні домашнього господарства обов'язковим страхуванням не покриваються. Багато страхових компаній пропонують можливість додаткового страхування для цих послуг. Про деталі дізнавайтесь у своїй лікарняній касі.

#### Швейцарський союз Шпітекс (Spitex Verband Schweiz) —



надання допомоги та догляду вдома у кожному регіоні Швейцарії

[www.spitex.ch](http://www.spitex.ch) > Spitex in Ihrer Region, [admin@spitex.ch](mailto:admin@spitex.ch)

Загальнонаціональний номер

телефону Шпітекс 0842 80 40 20 (8 раппенів за хвилину)

Пам'ятка про Шпітекс 12 мовами:

[www.migesplus.ch/publikationen/spitex-pflege-und-betreuung-zu-hause](http://www.migesplus.ch/publikationen/spitex-pflege-und-betreuung-zu-hause)



# МЕДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ В СТАРОСТІ

## НА ЯКУ ДОПОМОГУ МОЖНА РОЗРАХУВАТИ В СТАРОСТІ?

Люди похилого віку можуть потребувати догляду, а потім, можливо, більше не зможуть жити самостійно вдома. Якщо їх не можуть доглядати близькі, у них є можливість оселитися в одному з будинків для людей похилого віку та інвалідів (німецькою: Alters- und Pflegeheim).

Ви можете зареєструватися там самостійно, стати на облік у (лікарняній) соціальній службі або вас можуть зареєструвати родичі. Радимо завчасно подбати про місце в одному з таких будинків, оскільки кількість місць у них частково обмежена.

У деяких будинках для людей похилого віку та інвалідів введено дні відкритих дверей для відвідувань та отримання інформації. Там вас познайомлять з обслуговуванням та нададуть інформацію про вартість проживання. Там же можна обговорити індивідуальні потреби (харчування, відвідування близькими, релігію тощо). Адреси будинків для людей похилого віку та інвалідів запитуйте у своїй громаді проживання або в організації CURAVIVA Schweiz (див. стор. 41).

Для літніх людей, які проживають хоч і самостійно, але потребують догляду та допомоги у веденні домашнього господарства, існує амбулаторна служба з догляду та допомоги у домашньому господарстві (Шпітекс, див. стор. 38) або спеціально обладнані квартири для людей похилого віку. Зареєструйтеся вчасно. Інформація та пропозиції надаються організацією Pro Senectute (див. стор. 41).

---

## ЩО ОПЛАЧУЄ МЕДИЧНЕ СТРАХУВАННЯ?



Обстеження, лікування та заходи з догляду в будинках для людей похилого віку та інвалідів, офіційно визнаних страховою компанією, відшкодовуються за рахунок обов'язкового страхування. Усі інші витрати, як-от проживання, харчування тощо, з обов'язкового страхування не оплачуються.

Якщо у вас або ваших близьких виникають труднощі з оплатою проживання в будинку для людей похилого віку та інвалідів, звертайтеся до служби соцзабезпечення громади за місцем проживання. Деякі громади оплачують частину вартості проживання у таких будинках. Ви також можете запросити додаткову допомогу: ці додаткові кошти до вищезгаданих виплат за пенсійним страхуванням та страхуванням на випадок втрати годувальника (Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHV)) та страхуванням на випадок інвалідності (Invalidenversicherung (IV)) ви отримаєте тоді, якщо пенсії (AHV та IV) разом з іншими доходами не покривають вашого прожиткового мінімуму (див. стор. 19). Додаткові виплати не є соціальною допомогою і можуть бути надані незалежно від факту поселення до одного з будинків. Мігранти для отримання додаткових виплат зобов'язані безперервно прожити у Швейцарії не менше десяти років. Для біженців цей термін складає п'ять років.

- **CURAVIVA Schweiz** – асоціація будинків для людей похилого віку, будинків для інвалідів та соціальних установ Швейцарії  
Адреси будинків для людей похилого віку та інвалідів на сайті [www.heiminfo.ch](http://www.heiminfo.ch)



- **Pro Senectute Schweiz** – організація з надання послуг для літніх людей. [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch), [info@prosenectute.ch](mailto:info@prosenectute.ch), телефон 044 283 89 89

*Інформація про додаткові виплати (німецькою мовою: *Ergänzungsleistungen*):*

- [www.ahv-iv.ch](http://www.ahv-iv.ch) > Sozialversicherungen > Ergänzungsleistungen

# ЯКІ МОЇ ПРАВА ТА ОBOB'ЯЗКИ ЯК ПАЦІЄНТА?

Пацієнти у Швейцарії мають певні права та обов'язки.

## МОЇ ПРАВА ПАЦІЄНТА

### **Право на лікування у разі хвороби**

Кожен лікар зобов'язаний в екстремній ситуації надати медичну допомогу хворому або направити його у відповідну установу.

### **Право на участь у прийнятті рішення та на самовизначення**

Якщо ви хворі, то маєте право вирішувати разом з лікарем, яке лікування буде застосовано. Медичні втручання, обстеження та лікування можуть проводитися лише за вашою згодою. Тому важливо повідомити лікаря, якщо ви проти будь-якого обстеження, лікування або медичного втручання.

Крім цього, у вас є право отримати висновок іншого лікаря. Це може допомогти, якщо існують різні варіанти лікування, або ви повинні прийняти рішення за чи проти лікування.

### **Право на отримання інформації**

Лікар зобов'язаний роз'яснити вам хід, користь, ризик та фінансові наслідки планованих лікувань, обстежень, операцій, а також вказати на альтернативні види лікування. Тільки так ви зможете сформулювати свою думку та взяти участь у призначенні того чи іншого виду лікування. Важливо, щоб ви ставили запитання, щоб ви все

правильно зрозуміли. Так само важливо, щоб лікар розумів, що ви говорите (див. розділ про міжкультурний усний переклад, стор. 45).

### **Право на підтримку та супровід**

Ви маєте право на супровід та консультації членів сім'ї або особи, якій ви довіряєте, під час вашого перебування в медичній установі.

### **Право на нерозголошення таємниці (Schweigepflicht)**

Увесь персонал лікарні, сімейні лікарі, асистенти лікарської практики та інші фахівці зобов'язані зберігати професійну (лікарську) таємницю. Медичний персонал не має права видавати іншим особам будь-яку інформацію про вас як пацієнта. Інформація до ваших рідних та близьких надходить виключно за вашою згодою.

### **Право на доступ до документації**

Ви маєте право ознайомитися зі своїм досьом пацієнта та робити копії з нього (історія хвороби чи інші досьє).

#### **КОРИСНО ЗНАТИ**



#### **Розпорядження пацієнта (німецькою: Patientenverfügung):**

- Розпорядження пацієнта — це окремий документ, у якому ви можете вказати, який вид медичного лікування ви бажаєте отримати, якщо через хворобу або нещасний випадок ви самі не будете в змозі про це повідомити (нездатність до судження, німецькою: Urteilsunfähigkeit).
- Завдяки складеному розпорядженню пацієнта ви зможете мати впевненість у тому, що ваша воля з приводу лікування буде дотримана і тоді, коли ви не зможете самі її висловити.
- Ваші близькі таким чином знатимуть вашу волю щодо лікування, а також ваші уявлення про пріоритети та зможуть діяти у ваших інтересах.

Поговоріть з лікарем, якщо ви хочете дізнатися більше про розпорядження пацієнта. Додаткову інформацію на цю тему ви знайдете на сайті: [www.patientenverfuegung-srk.ch](http://www.patientenverfuegung-srk.ch) або на інших сайтах.

# МОЇ ОBOB'ЯЗКИ ПАЦІЄНТА

## **Співпраця з лікарями та обслуговуючим медичним персоналом**

Якщо ви захворіли і потребуєте медичної допомоги, від вас чекають готовності співпрацювати з лікарями та іншим медперсоналом. Не тільки лікарі несуть відповідальність за ваше одужання. Ви теж повинні цьому сприяти:

- **Обов'язок інформувати лікаря**

Пацієнт повинен повідомити лікаря, які кроки в лікуванні захворювання вже було вжито. Це стосується заходів, вжитих вами самостійно або за допомогою інших лікарів, цілительів (також за кордоном), (наприклад, прийом медикаментів тощо).

- **Дотримання вказівок лікаря**

Щоб досягти якнайкращих результатів лікування, пацієнт повинен протягом обстежень, лікування та медичних процедур дотримуватися всіх вказівок та узгоджених заходів. Якщо щось незрозуміло, не соромтеся перепитати.

## **Дотримання правил внутрішнього розпорядку лікарні**

У лікарні слід дотримуватись правил внутрішнього розпорядку. З ними зазвичай знайомлять пацієнтів під час госпіталізації. У них, наприклад, вказано час відвідування хворих близькими та час прийому їжі.

Подальшу інформацію про права та обов'язки пацієнтів можна знайти на сайті [www.migesplus.ch/migesinfo](http://www.migesplus.ch/migesinfo) > Stichwortsuche (задайте ключове слово «Recht») або у вказаних нижче організаціях:

- **Головна асоціація швейцарських служб для пацієнтів (Dachverband Schweizerischer Patientenstellen, DVSP)**

[www.patientenstelle.ch](http://www.patientenstelle.ch), [dvsp@patientenstelle.ch](mailto:dvsp@patientenstelle.ch), телефон 044 361 92 56

- **Швейцарська організація пацієнтів (Schweizerische Patienten-Organisation, SPO)**

[www.spo.ch](http://www.spo.ch), [zh@spo.ch](mailto:zh@spo.ch), телефон 044 252 54 22



# УСНИЙ ПЕРЕКЛАД ЯК МІЖКУЛЬТУРНА КОМУНІКАЦІЯ



Коли йдеться про здоров'я, надзвичайно важливо зрозуміти сказане та бути зрозумілим. Не всі, однак, мають достатні для цього знання мови. Найчастіше мовні бар'єри ускладнюють спілкування у лікарській практиці, лікарні, службі соцзабезпечення чи інших організаціях.

## **ХТО ПОВИНЕН РОБИТИ ПЕРЕКЛАД?**

- Перекладачі у сфері міжкультурної комунікації покликані полегшити спілкування та допомогти уникнути непорозумінь. Вони мають спеціальну підготовку та зобов'язані зберігати професійну таємницю.
- Члени сім'ї або довірена особа також мають право супроводжувати вас або робити переклад. Повний та точний переклад усного мовлення ставить високі вимоги при його виконанні та цьому потрібно бути навченим. Тому для такого завдання перекладачі у сфері міжкультурної комунікації підходять краще. Особливо тоді, коли йдеться про складні, особисті питання.
- Дітям та підліткам виконувати переклад слід лише в екстрених випадках.

## **ЧИ Є У МЕНЕ ПРАВО НА ПЕРЕКЛАДАЧА?**

Ні, у Швейцарії не існує права на надання перекладача в галузі охорони здоров'я. Але деякі державні лікарні пропонують безкоштовні для пацієнтів перекладацькі послуги. Якщо у вас з'являються труднощі в розумінні, запитайте

про можливість залучення перекладача у сфері міжкультурної комунікації. Крім того, посередницькі служби пропонують послуги перекладачів-професіоналів у галузі міжкультурної комунікації (див. нижче). Крім можливості здійснення перекладу за місцем лікування, можна скористатися послугами Національної служби телефонних перекладачів (див. нижче).

- **INTERPRET – Швейцарська асоціація з перекладу та посередництва у сфері міжкультурної комунікації**

[www.inter-pret.ch](http://www.inter-pret.ch), [info@inter-pret.ch](mailto:info@inter-pret.ch)

Телефон 031 351 38 28

*Список регіональних посередницьких організацій з перекладацьких послуг у сфері міжкультурної комунікації*

[www.inter-pret.ch](http://www.inter-pret.ch) > Regionale Vermittlungsstellen

- **Національна служба телефонних перекладачів (Telefondolmetschdienst)**

AOZ Medios

[www.0842-442-442.ch](http://www.0842-442-442.ch)

Телефон 0842 442 442



# ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ОСІБ, ЩО МАЮТЬ АБО ПРОСЯТЬ СТАТУС БІЖЕНЦЯ, І ОСІБ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕБУВАННЯ В ШВЕЙЦАРІЇ (НЕЛЕГАЛІВ)

У Швейцарії усі мають право на медичне обслуговування. Це право поширюється також на категорію осіб, які просять статус біженця, осіб, які тимчасово прийняті в країну та потребують захисту, а також осіб з нерегульованим статусом, без права перебування у Швейцарії, нелегалів або так званих сан-пап'єрів (від французького *sans-papiers*).

Для надання медичної допомоги діють такі положення:

## ОСОБИ, ЩО ПРОСЯТЬ СТАТУС БІЖЕНЦЯ, ТИМЧАСОВО ПРИЙНЯТІ ТА ПОТРЕБУЮТЬ ЗАХИСТУ

Страхування на випадок хвороби для тих, хто просить статус біженця (посвідчення особи N), які потребують захисту (посвідчення особи S) та тимчасово прийнятих (посвідчення особи F), оформлюється компетентними кантональними органами влади. Можливість вибору лікарів у цьому виді страхування обмежена. Поцікавтеся у компетентній службі вашого кантону, в якій медичній страховій компанії на вас укладено договір страхування і до кого слід звертатися у разі хвороби. Необхідність відвідування лікаря вам слід спершу обговорити з вашим куратором.



## НЕЛЕГАЛИ

- Відповідно до конституції Швейцарської Конфедерації кожен, хто перебуває у Швейцарії, має право на допомогу в екстрених випадках. Це право стосується також нелегалів. Усі швейцарські лікарні та лікарі зобов'язані в екстреному випадку надавати допомогу.
- Лікарняні каси зобов'язані страхувати всіх — у тому числі й нелегалів — у рамках обов'язкового страхування та надавати закріплені законом страхові послуги у межах обов'язкового страхування.
- За законом про захист даних лікарням, страховим компаніям, службам соціального забезпечення, урядам кантонів або іншим установам заборонено передавати особисті дані нелегалів міграційним службам та іншим відомствам. Розголошення співробітниками службової таємниці може призвести до штрафів.
- Нелегали можуть подати заяву на зниження вартості страхової премії.

Спеціалізовані центри медико-санітарної допомоги та консультаційні служби підтримують нелегалів у питаннях охорони здоров'я та страхування на випадок хвороби. Детальну інформацію та адреси служб для нелегалів дивіться на сайті: **[www.sante-sans-papiers.ch](http://www.sante-sans-papiers.ch)**  
> Wo sind wir/Kontakt.

Інформація про охорону здоров'я кількома мовами для нелегалів:  
[www.migesplus.ch/publikationen](http://www.migesplus.ch/publikationen) > Suche: Sans-Papiers

**Інформація та онлайн-консультації  
щодо життя в Швейцарії**

[www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch) — пропозиція від мігрантів  
для мігрантів 18 мовами



migesplus.ch - інтернет-портал з міграції та здоров'я  
Швейцарський Червоний Хрест (Schweizerisches Rotes Kreuz)  
Werkstrasse 18, 3084 Wabern  
Телефон 058 400 45 24  
www.migesplus.ch, info@migesplus.ch

## Вихідні дані

Видання: 2022  
5-е редаговане видання  
Видавець:  
Швейцарський Червоний Хрест  
(Schweizerisches Rotes Kreuz)  
Департамент охорони здоров'я та інтеграції  
(Department Gesundheit und Integration)  
Відділ охорони здоров'я та надання допомоги  
(Abteilung Gesundheit und Entlastung)  
Werkstrasse 18, 3084 Wabern, Телефон 058 400 45 75  
www.redcross.ch, gi@redcross.ch  
Федеральне управління з питань охорони здоров'я  
(Bundesamt für Gesundheit BAG)  
Відділ стратегій охорони здоров'я  
(Abteilung Gesundheitsstrategien)  
Секція із забезпечення рівності у сфері охорони  
здоров'я (Sektion Gesundheitliche Chancengleichheit)  
3003 Bern, Телефон 058 463 30 11  
www.miges.admin.ch  
www.bag.admin.ch

Текст: Катя Наварра, Катаріна Лівальд  
Ілюстрації: Клод Цельвегер  
Оформлення: visu'IAg, Bern  
Додрукові процеси: TRANSLATION-PROBSTAG  
Замовлення в Інтернеті: www.migesplus.ch  
BAG: 2017-GP-01  
Джерело отримання:  
BBL, Vertrieb Bundespublikationen, CH-3003 Bern  
www.bundespublikationen.admin.ch  
Складський номер артикула BBL: 311.610.ukr  
Надруковано на папері із сертифікатом FSC

Albanisch, albanais, albanese  
Arabisch, arabe, arabo  
Deutsch, allemand, tedesco  
Englisch, anglais, inglese  
Farsi, farsi, persiano  
Französisch, français, francese  
Italienisch, italien, italiano  
Kroatisch, croate, croato / Serbisch, serbe, serbo / Bosnisch, bosniaque, bosniaco  
Portugiesisch, portugais, portoghese  
Russisch, russe, russo  
Somalisch, somalien, somalo  
Spanisch, espagnol, spagnolo  
Tamilisch, tamoul, tamil  
Thai, thaï, thai  
Tigrinya, tigrinya, tigrino  
Türkisch, turc, turco  
► **Ukrainisch, ukrainien, ucraino**  
Urdu, ourdou, urdu  
Vietnamesisch, vietnamien, vietnamita



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Federal Department of Home Affairs FDHA  
Federal Office of Public Health FOPH

**Croix-Rouge suisse**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
**Croce Rossa Svizzera**



**migesplus.ch**

Das Internetportal mit  
Gesundheitsinformationen  
in mehreren Sprachen