

அச்சுப்பதிப்பு

வெளியீடு: 2003

வெளியீட்டாளர் மத்திய அரசின் ஆரோக்கியவாழ்வுப் பிரிவு, நெற் குறோஸ்
சுவிஸ், கரிதூஸ் சுவிஸ்

எழுதியவர்கள் மாயா லொன்கரேவிக், இரின் ஸ்ருக்கி, றாகேல் ஸ்ருக்கர்
வடிவமைப்பு: visu'1 AG, Bern

அச்சுப்பதிப்பு: Diaset AG, Bern

அச்சகம்: Merkur Druck AG, Langenthal

விளக்கப்படங்கள் கிளவ்டே செல்வேகர், சன் பிரான்ஸ்கோ

பதிப்பு: தமிழ்

பிரதிகள்: 2000

தமிழாக்கம்: மாணிக்கப்போடி குமாரசாமி

Bestellung:

தொடர்பும் தகவல்களும்:

Kontakt und Informationen:

Schweizerisches Rotes Kreuz, Dept. Migration,

Fachstelle Migration und Gesundheit, Rainmattstrasse 10,

3001 Bern

Caritas Schweiz, Abteilung Integration, Koordination Gesundheit

und Integration, Löwenstrasse 3,

Postfach, 6002 Luzern

Art.-Nr. 311.610.tam

Vertrieb und Bestellung: BBL/EDMZ, 3003 Bern,

Internet: www.bbl.admin.ch, E-Mail: verkauf.zivil@bbl.admin.ch

வழிகாட்டி பற்றிய 11 ஆரம்பம்

சுவிசின் ஆரோக்கிய வாழ்வு முறையானது சிக்கலானதும் அத்துடன் பல பிரிவுகளையும் கொண்டதுமாகும். குறிப்பாக இங்கு குடியேறிவாழ்வோர் இந்த நடைமுறை விதிகளை விளங்கிக்கொள்வது சிரமமானதே. எனவேதான் மத்திய அரசின் ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கான காரியாலயம், நெற் குறோஸ் சுவிஸ், கரிதாஸ் சுவிஸ் ஆகிய அமைப்புகளின் அனுபவங்களின் அடிப்படையில், கட்டாயம் ஒரு வழிகாட்டி தேவை என்ற கருத்தொருமைப்பாட்டிற்கு இணங்க, குறித்த கைநூல் வெளியிடுவற்கான முடிவு செய்யப்பட்டது.

வழிகாட்டியில் அமையப்பெற வேண்டிய முக்கிய விடயங்கள் பற்றி ஆரம்பத்தில் பலமுறை கலந்துரையாடப்பட்டது. இதன்போது குறித்த விடயத்தில் நிபுணத்துவம் பெற்றவர்கள் மாத்திரம் அல்லாமல் பாவனையாளர்களும் உள்ளடக்கப்பட்டு, அவர்களது கருத்துக்களும் கேட்டறியப்பட்டது. பின்னர் இதனது பிரதி, ஒரு பரவலான சுற்றுலாத்தலில் அதாவது, இங்கு குடியேறிவாழ்வோர் - ஆரோக்கியம் சம்பந்தமான நிபுணத்துவம் பெற்றவர்களிடம் சமர்ப்பிக்கப்பட்டது. இதன்போது ஒருபுறம் இதிலுள்ள உள்ளடக்கம் பரிசீலிக்கப்பட்டதோடு மறுபுறம் கொடுக்கப்பட்ட வாசகங்களும் விளக்கமானவையான கண்டறியப்பட்டது. முடிவில் குறித்த வழிகாட்டியானது ஒரு ஆசிரியர் (நூல்) குழுவினால் கையேற்கப்பட்டு மொழிபெயர்ப்புக்குக் கொடுக்கப்பட்டது. குறித்த கைநூல் வழிகாட்டியைக் கொண்டுவருவதற்கு எமக்கு ஒத்தாசை புரிந்த அனைவருக்கும் எமது இதயபூர்வமான நன்றியைத் தெரிவிப்பதில் மகிழ்ச்சியடைகிறோம்.

சுவிற்சர்லாந்தில் குடியேறி வாழ்வோருக்கான
ஆரோக்கிய வாழ்வு பற்றிய வழிகாட்டி

முன்னுரை	6
1. ஆரோக்கிய வழிகாட்டியை நான் எப்படிப் பயன்படுத்துவது?	8
2. பரவலாக எழும் 20 கேள்விகள்	9
3. முக்கிய குறிப்புகள்	11
ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கான முன்னெச்சரிக்கை	11
நோயாளியின் கடமையும் உரிமையும்	11
மொழிபெயர்ப்பாளர்	12
4. மருத்துவப் பராமரிப்பு	14
மருத்துவ நிபுணர்	14
வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு	15
பொதுவான பராமரிப்பும் விசேடமாகக்	
கையாளுதலும்	15
மருந்தகம்	20
அவசரசிகிச்சை	21
பல்வகத்தியர்	22
மனநோய்வைத்தியரும் மனநோய்க்கான சிகிச்சையும்	24
மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டு பராமரிக்கப்படுதல்	25
மருத்துவமனையில்	27
மருத்துவமனைக்கு நோயாளரைப் பார்வையிடச்	
செல்லுதல்	27
மருத்துவமனையில் பராமரிப்பு	29
சத்திரசிகிச்சை	29
மருத்துவமனையின் சமூகநலப்பிரிவு	30
வீட்டிலும் - மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய	
பின்பும் பராமரிப்பு	30
வீட்டிலும் - மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய	
பின்பும் பராமரிப்பு	31

வீட்டிற்குவந்து பராமரித்தல் (ஸ்பித்தெக்ஸ்)	31
புனர்வாழ்வும் சிகிச்சையும்	33
முதுமைக்கால வைத்தியப் பராமரிப்பு	34
தாயும் சேயும்	35
பெண்ணோய் மருத்துவரிடம் பரிசோதித்தல்	35
கர்ப்ப காலம்	36
கண்காணிப்புப் பரிசோதனை	36
பிரசவத்துக்கு முன்பான ஆயுத்தம்	37
பிரசவம்	38
பிரசவத்தின்பின் ஓய்வெடுக்கும் பகுதி	38
சிசுப் பராமரிப்பு	39
குழந்தையின் மருத்துவப்பராமரிப்பு	39
5. சட்டமும் ஒழுங்குகளும்	42
மருத்துவக்காப்புறுதித் திட்டம்	42
மருத்துவக் காப்புறுதி	42
பொதுவான காப்புறுதி	43
மேலதிகமான காப்புறுதி	45
மருத்துவக் காப்புறுதிக் கட்டுப்பணம்	46
வருடாந்தக் கட்டணமும் தாமாகச்	
செலுத்தவேண்டிய தொகையும்	46
கட்டுப்பண மானியம்	49
விபத்துக்காப்புறுதி	49
சமூகநலக் காப்புறுதிகள்	51
வயோதிப பிற்காலத்துக்கான சேமிப்புக்காப்புறுதி (AHV)	51
உடல் உணமுற்றோருக்கான காப்புறுதி (IV)	52
மேலதிகக் கொடுப்பனவுகள் (EL)	53
6. சொற்களஞ்சியம்	54
7. தேவைப்படும் விலாசங்கள்	60

முன்னுரை

நான் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறேன் என்று உணரும் போது, என்னை எங்கு சென்று காட்ட முடியும்? மருத்துவச் செலவு இலவசமானதா? அல்லது நான் இதைச் செலுத்த வேண்டுமா? அவசர சிகிச்சை தேவைப்படும்போது என்னை எப்படி நான் நெறிப்படுத்துவது? பணம் செலுத்தப்படக்கூடிய பல்வகைப்பட்ட பரிசோதனைக்கான உரிமை எனக்குள்ளதா?

நாம் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கிறோம் என்பதை உணரும்போது, மேற்கூறப்பட்டது போன்ற பல கேள்விகள் நாளாந்தம் எழுவதுண்டு. சுவசில் வாழும் மக்களுக்கு இந்த ஆரோக்கிய வழிகாட்டி, எமது ஆரோக்கிய வாழ்வு முறைமை பற்றி அவர்கள் விளக்கம் பெறுவதற்கு உதவும். இதில் மருத்துவப் பராமரிப்புப் பற்றிய விளக்கங்களும் (மருத்துவ அல்லது ஊனமுற்றோருக்கான) சட்டமும் ஒழுங்கு விதிகளும் பற்றியும் கூறப்பட்டுள்ளது.

நீங்கள் சுவசர்லாந்தின் ஆரோக்கிய முறைமை பற்றி அறிந்து கொள்வதென்பது ஒன்றும் மிக இலகுவானதல்ல. குறிப்பாக, இங்கு குடியேறி வாழ்பவர்கள் வேறு ஒரு ஆரோக்கிய முறையின் கீழ் வாழ்ந்திருப்பீர்கள். சுவசர்லாந்தின் ஆரோக்கிய ஒழுங்கு விதிகள் பற்றி முறையாக அறிந்து கொள்ளாதபட்சத்தில், அதனை ஏற்றுக் கொள்வதென்பது கடினமானதே. இதனடிப்படையில் நோக்கின், உங்களது உடலாரோக்கியம், உங்களோடொத்த சுவசப்பிரசகளுடன் ஒப்பிடும் போது குறைவானதாகவே தெரியும்.

அது அப்படியிருக்க முடியாது. உலக சுகாதார அமைப்பானது (WHG) அனைவருக்கும் சமமான மருத்துவ உரிமையைப் பிரகடனப்படுத்தியுள்ளது. இதனடிப்படையிலேயே எம்மை நாம் நெறிப்படுத்துகின்றோம். மனிதவாழ்வின் முக்கிய தேவை நோயற்ற வாழ்வே. நோய்வாய்ப்படும்போது எங்கு எப்படித்

தொடர்புகொள்வது என்பதைச் சொந்த நாட்டவராய் இருந்தாலும்கூட,
இங்கு குடியேறி வாழ்பவராய் இருந்தாலும்கூட அனைத்து மனிதரும்
தொரிந்திருக்க வேண்டும்.



பேராசிரியர். தோமாஸ் செல்த்னெர்

மத்திய அரசின் ஆரோக்கியப்பிரிவுப் பணிப்பாளர்

உடலாரோக்கிய வழிகாட்டியை நான் எப்படிக்கையாள்வது?

வழிகாட்டியின் ஆரம்பத்தில் உடலாரோக்கியம், நோய் பற்றிய தகவல்களும் பரவலான கேள்விகளும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதோடு, இதற்கான விடையினை வழிகாட்டியின் எந்தப் பக்கத்தில் இருந்து நீங்கள் அறிந்துகொள்ளலாம் என்றும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

உடலாரோக்கியமும் சவிற்சர்லாந்தின் சட்டமும் ஒழுங்கு விதிகளும் பற்றிய முக்கிய விளக்கங்களும் இங்கு எழுதப்பட்ட பந்தியில் இருந்து நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாம். இதன்படி சந்தேகங்களுக்கான விளக்கங்கள் பெறமுடியும். இதற்காக எம்மால் ஒரு சொற்களஞ்சியம் தயாரிக்கப்பட்டு, இதன் விளக்கம் குறித்த பந்தியில் தரப்பட்டுள்ளது. இவ்வாறான சொற்களுக்கான விளக்கம் (→) குறியீட்டின் மூலம் பந்தியில் காட்டப்பட்டுள்ளது. (சொற்களஞ்சியம்) வழிகாட்டியின் கடைசிப்பகுதியில் இணைக்கப்பட்டுள்ளது.

யாருக்காவது ஏதேனும் கேள்வி எழும்பட்சத்தில், அதற்கான விடை இங்கு கொடுக்கப் படவில்லையானால், நேரடியாக அதற்குப் பொறுப்பான காரியாலயத்துடன் தொடர்புகொள்ள முடியும். முக்கியமான காரியாலயங்களின் விலாசங்கள், தொலைபேசி இலக்கம் என்பன வழிகாட்டியின் கடைசிப் பகுதியில் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. இதற்கான உசாத்துணை பந்தியில் (☎) குறியீட்டுக் காட்டப்பட்டுள்ளது.

பொறுப்பான காரியாலயங்களுக்கான பட்டியலில் கரிதாஸ் சவிஸ், றெட் குறோஸ் சவிஸ் காரியாலயங்களும் இடம் பெற்றுள்ளன. புனர்வாழ்வு அத்துடன் பராமரிப்பு, உடல்ஆரோக்கியம் பற்றிய நிபுணத்துவம் உள்ளவர்களால் மேலதிக பயிற்சிகள் வழங்கல், பராமரிப்பு வகுப்புக்கள் உடல்நலக் கோட்பாடும் நோய்த்தடுப்பு முறையும், ஆலோசனை, தகவல் தருதல் என்பவற்றோடு, தொடர்பை ஏற்படுத்தித் தருதல் என்பனவற்றுக்காகப் பலதரப்பட்ட காரியாலயங்கள் சேவை வழங்கக் காத்திருக்கின்றன.



ஆரோக்கிய வழிகாட்டியை நான் எப்படிப் பயன்படுத்துவது?

பரவலாக எழும் 20 கேள்விகள்

- நான் எப்படி ஆரோக்கியமாக இருப்பது? S. 11

- மொழிபெயர்ப்பாளர் ஒருவரை ஒழுங்கு செய்வதற்கு எனக்கு உரிமையுண்டா? S. 13

- குடும்ப வைத்தியர் என்றால் என்ன? S. 15

- எனக்கு மனத்திருப்தி இல்லாத பட்சத்தில், நான் எனது வைத்தியரை மாற்றமுடியுமா? S. 18

- நான் வைத்தியரிடம் நேர அனுமதி பெற்றிருந்தும், அங்கு சென்று ஏன் காத்திருக்க வேண்டி ஏற்படுகிறது? S. 19

- அவசரத் தேவை ஏற்படும்போது என்னை நான் எப்படி நெறிப்படுத்துவது? S. 22

- பல்வைத்தியரிடம் இலவசமாகப் பரிசோதிப்பதற்கு எனக்கு உரிமையுண்டா? S. 24

- பயம் அல்லது கவலையாக இருக்கும் வேளையில், என்னால் எனக்கு உதவமுடியாது என ஒரு சிக்கலான நிலையை நான் உணரும் போது யாருடன் நான் தொடர்புகொள்வது? S. 25

- நோய்வாய்ப்படும் போது நான் நேரடியாகவே மருத்துவ மனைக்குச் செல்ல முடியுமா? S. 27

- நோய்வாய்ப்பட்டு இருக்கும் எனது உறவினர் அல்லது நண்பரை நான் மருத்துவ மனைக்குச் சென்று பார்வையிட முடியுமா? S. 29

- மருத்துவ மனையில் இருப்பவர் எனது உறவினராயின், நான் அவருக்கு உணவு கொண்டு செல்ல வேண்டுமா? S. 30

- எனக்கு வீட்டுவேலைக்கான உதவியோ அல்லது வீட்டில் பராமரிப்பு உதவியோ தேவைப்படும் போது, நான் யாருடன் தொடர்பு கொள்வது? S. 32

- நான் ஒரு பெண் என்ற முறையில் எனது உடல் ஆரோக்கியத்தை எப்படிப் பேணலாம்? **S. 35**

- குழந்தைகளுக்கான வைத்தியர் என்றால் என்ன? **S. 40**

- மருத்துவக் காப்புறுதி எப்பொழுது கட்டாயமானது? **S. 42**

- மருத்துவக் காப்புறுதியில் நான் எந்தெந்தப் பிரிவுகளில் காப்புறுதி செய்யப்பட்டிருக்கிறேன்? **S. 43**

- உடல்நல ஆரோக்கியப் பராமரிப்பு சுவீட்சர்லாந்தில் இலவசமானதா? **S. 46**

- மருத்துவக் காப்புறுதிக் கட்டுப்பணத்தை நான் எப்படிச் சேமிக்கமுடியும்? **S. 48**

- நான் ஏன் வயோதிபக் காப்புறுதி (AHV) , ஊனமுற்றோர் காப்புறுதி (IV) கட்டாயம் செலுத்த வேண்டும்? **S. 51**

- எப்பொழுது நான் ஊனமுற்றோர் காப்புறுதிக் (IV) கொடுப்பனவைப் பெறமுடியும்? **S. 52**

முக்கிய குறிப்புகள்


ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கான முன்னெச்சரிக்கை

நான் எப்படிச் சுகமாக வாழ்வது?


முன்னெச்சரிக்கையுடனான ஆரோக்கிய வாழ்வு வாழ்வதன்மூலம் உங்களை நீங்கள் நோயிலிருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம்.

ஒரு நல்ல முன்னெச்சரிக்கையுடன் கூடிய ஆரோக்கிய வாழ்வென்பது - குறிப்பிட்டுச் சொல்வதாயின் வருமுன் காப்பது நாம் எமது ஆரோக்கியத்தில் அனுகூலமான செல்வாக்குச் செலுத்த வேண்டும். அதாவது, நீங்கள் உங்களது உடம்பை நன்றாகக் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். நோயை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிவதன் மூலம், அதனைக் குணப்படுத்தக் கூடிய சந்தர்ப்பம் கூடுதலாக இருக்கும். உதாரணமாகப் பெண்கள் தங்கள் ஆரோக்கிய வாழ்வுக்காகத் தங்களைப் பெண் நோய் வைத்தியரிடம் குறிக்கப்பட்ட கால இடைவெளியில் ஒழுங்காகப் பரிசோதிக்க வேண்டும்.

ஆரோக்கிய வாழ்வுக்கான முன்னெச்சரிக்கை என்பது எமது ஆரோக்கியத்துக்கு நாமே பொறுப்பேற்பது. அதாவது, உடல் நலத்துக்கு எது நல்லது என்பதை நாம் அறிந்திருக்க வேண்டும். புகைபிடியாமை, குறைந்தளவு மதுபானம் பாவித்தல், கூடுதலான மரக்கறிவகை பழவகை சாப்பிடுதல், தேகப்பயிற்சி செய்தல், கடினமான வேலை செய்யும்போது உடம்பை அதற்கேற்றவாறு நிலைப்படுத்துதல் என்பன உடல் நலத்தைப் பாதுகாக்க உதவும்.

ஆரோக்கிய வாழ்வுடன் கூடியவையான → தடுப்பூசிபோடுதல், தொற்று நோய்களில் இருந்து பாதுகாத்துக் கொள்ளல். ஒருவரிலிருந்து இன்னொருவருக்குக் காவிச் செல்லப்படும், நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி இல்லாமை எனப்படுகின்ற → எயிட்ஸ் (→  பக்கம் 61), என்பவற்றில் இருந்து நம்மை நாமே எப்படிப் பாதுகாக்கலாம் என்பதை, நோயின் அபாயத் தன்மையையும் அதிலிருந்து நம்மை எப்படிப் பாதுகாக்கலாம் என்பதை அறிந்திருப்பதன்மூலமே நடைமுறைப்படுத்தலாம். (உ+ம்: ஆண்டறை பாவித்தல்)

நோயாளருக்கான கடமையும் உரிமையும்

நீங்கள் நோய்வாய்ப்படுமிடத்து, உங்களை மருத்துவ பரிசோதனைக்கு உட்படுத்தும் உரிமை உங்களுக்கு உண்டு ( பக்கம் 61) வைத்தியரானவர், பரிசோதனையின் பின் → நோய் பற்றியும் அதற்கான திட்டமிடப்பட்ட சிகிச்சை, அது தவிர்த்த ஏனைய

சிகிச்சை வசதிகள், சிகிச்சையின் போது ஏற்படும் அபாயங்கள் என்பன பற்றி உங்களுக்கு அறியத் தருவார். நீங்கள் வைத்தியருடன் கலந்தாலோசித்து மட்டுமே முடிவெடுக்கலாம். நோய் பற்றிய உங்கள் சந்தேகங்களைக் கேட்டல் மிக முக்கியம். இதன் மூலம் நீங்கள் நோய் பற்றி நன்றாக விளங்கிக் கொள்ளலாம். நீங்கள் கூறுவதையும், கேட்பதையும் வைத்தியர் விளங்கிக் கொள்வதும் மிக முக்கியமாகும்.

வைத்தியர் தங்களைப்பற்றிய அனைத்து விடயங்களையும் இரகசியமாக வைத்துக் கொள்வார். இது இவர்களது தொழில் இரகசியமாகும். உங்களுக்கு வடிங்கப்படும் அனைத்து விளக்கங்களும், கட்டாயமாக இரகசியமாகக் கையாளப்பட வேண்டும். வைத்தியரால் உங்களுக்குச் செய்யப்படும் அனைத்துச் சிகிச்சைகளும் நீங்கள் விளங்கி ஏற்றுக்கொள்ளும் பட்சத்திலேயே வேறொர் நபருக்குக் கூறப்படும்.

நீங்கள் சுகயீனமுற்று, உங்களுக்கு வைத்திய உதவி தேவைப்படுமிடத்து, வைத்தியர் தனது கடமையைச் செய்ய அவருக்கு ஒத்துழைப்பு வழங்குவதுடன், அவர் கூறுகின்ற அறிவுறுத்தல்களுக்கிணங்க நடப்பதையும் உங்களிடமிருந்து அவர் எதிர்பார்ப்பார்.

மொழிபெயர்ப்பாளர்

நோய்க்குரிய சரியான சிகிச்சை எப்போது சாத்தியப்படுமெனில், வைத்தியர், தாதிமார், சமூகசேவைகள் உத்தியோகத்தர் அல்லது ஏனைய பராமரிப்பு உத்தியோகத்தர்கள் போன்றோரை நீங்கள் விளங்கிக்கொள்ளும் பட்சத்திலும், அவர்கள் உங்களை விளங்கிக் கொள்ளும் பட்சத்திலுமாகும். வைத்தியர், மருத்துவமனை, சமூகசேவைகள் உத்தியோகத்தர் அல்லது வேறு இடங்களில் சரியான விளக்கமின்மையாலேயே அநேக தொல்லைகள் ஏற்படுகின்றன.

ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளர் → தாங்கள் கதைக்கும்போது தங்களுடன் இருக்கும் பட்சத்தில் தப்பிப்பிராயங்கள் தீர்க்கப்படும். மொழி பெயர்ப்பாளர், இங்கு அதற்காகப் படித்தவராக இருப்பார். மொழி பெயர்ப்பாளராக வருபவர் நோயாளருடைய குடும்ப அங்கத்தவராக இருப்பது விரும்பத்தக்கதல்ல. குடும்ப அங்கத்தவர்களோ, அல்லது நண்பர்களோ மொழிபெயர்ப்பாளராகப் பயிற்றுவிக்கப்படாதவர்கள் என்பதுடன், உணர்வு ரீதியாக அவர்கள் நோயாளியின் பாதிப்பையும் பெற்றிருப்பார்கள். இதன் மூலம் பிழையான மொழி பெயர்ப்பு செய்யப்பட வாய்ப்புண்டு. விதிவிலக்காக மட்டும்

→ அவசரதேவை - பிள்ளைகள், உறவினர் அல்லது மருத்துவமனை ஊழியர் மொழிபெயர்ப்பாளராகச் செயற்பட முடியும்.

எனக்கு ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளருக்கு உரிமை உண்டா?

இல்லை, மொழிபெயர்ப்பாளருக்கு சவிஸ் நாட்டுச் சட்டத்தில் இடமில்லை.

மொழிபெயர்ப்பாளருக்கு (இதுவரை) சவிஸ் நாட்டுச் சட்டத்தில் இடமில்லை, கூடுமானவரை ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளரை, உங்களுக்கு மொழிபெயர்ப்பதற்கு நீங்கள் ஒழுங்கு செய்து கொள்ளலாம். இங்கு பல காரியாலயங்கள் உள்ளன. இவர்கள்மூலம், தங்களுக்கு ஒரு நல்ல மொழிபெயர்ப்பாளரை ஒழுங்கு செய்ய முடியும். (ஐ, பக்கம் 61) சவிசில் உள்ள அனேகமான பெரிய மருத்துவ மனைகளில் மொழி-பெயர்ப்பாளர்கள் உள்ளார்கள்.

மொழிபெயர்ப்பாளருக்கான செலவுத்தொகை கொடுப்பது யாரென்பது சவிஸ்நாட்டில் (இன்னமும்) ஒரே மாதிரியாக ஒழுங்குபடுத்தப்படவில்லை. கதைப்பதற்கு முன்னரே தங்களது நிதி நிலமை பற்றி அறியக்கொடுக்கவும்.



மொழிபெயர்ப்பாளர்

வைத்தியப் பராமரிப்பு

சுவிற்சர்லாந்தில் வைத்திய சிகிச்சை, வெளிநோயாளர் பகுதியிலோ அல்லது மருத்துவ மனையில் தங்கவைக்கப்பட்டோ அளிக்கப்படும். மருத்துவ மனையில் தங்கவைக்கப்பட்டு, நோயாளர், பரிசோ-தனைக்கு உட்படுத்தப்படுதல், மருத்துவச் சிகிச்சை செய்தல், ஒரு வைத்தியசாலையிலோ அல்லது மருத்துவச் சிகிச்சை நிலையத்திலோ வைத்துச் செய்யப்படும் போது அது உள் நோயாளர் பிரிவு என அழைக்கப்படுகிறது. வைத்தியசாலையில் தங்க வைக்கப்படாமல், வைத்தியரின் அல்லது தாதிமாரின் பராமரிப்பின் கீழ் செய்யப்படும் குறுகிய காலச் சிகிச்சை வெளிநோயாளர் பிரிவு எனப்படும். எந்தவொரு நோயாளரும் முதலில், வெளிநோயாளர் பிரிவில் வைத்துப் பரிசோதிக்கப்பட்டு, ஆலோசனை அல்லது மேற்பார்வை செய்யப்படுவர். சுவீசில் மருத்துவமனையில் தங்கவைக்கப்பட்டு வைத்தியம் செய்வதாயின் வைத்தியர் ஒருவரின் ஊடாக அனுமதிக்கப்பட வேண்டும்.

வைத்திய நிபுணர்கள்

அனைத்து வைத்தியர்களும் மருத்துவத்துறையில் உயர்பட்டப் படிப்பு படித்திருக்க வேண்டும். பொதுவான வைத்தியம், சத்திரசிகிச்சை, பெண்களது நோய் சம்பந்தமான வைத்தியம் என்பதற்கு மேலதிகக் கல்வித்தராதரம் பெற்றிருக்கவேண்டும். மருத்துவப் பட்டப்படிப்பு என்பது குடும்பவைத்தியர், வைத்திய நிபுணர்கள் அல்லது மருத்துவ மனையில் கடைமைபுரியும் அனைத்து வைத்தியர்களும் சமமானவர்கள் என்பதோடு சுவிற்சர்லாந்தின் வைத்தியர் களுக்கான தொழிற்சங்கத்தின் (→FMH) கண்காணிப்புக்கும் உட்பட்டது.

<p>முக்கிய வைத்திய நிபுணர்கள்</p> <p><i>அனைத்து நோய்களுக்கும்மான வைத்தியர்</i></p> <p>உடல் முழுவதிலுமான நோயினைப் பரிசோதிப்பதும் கையாள்வதும். அனைத்து நோய்களுக்கும்மான வைத்தியர்கள் அனேகமானோர் குடும்ப வைத்தியர்கள் என்பதோடு, ஏனைய வைத்தியர்களுடனும் தொழில் ரீதியில் தொடர்பு வைத்திருப்பர்.</p>
<p><i>உள்உறுப்புக்கள் துறையில் விசேட வைத்தியர்கள்</i></p> <p>உடல் முழுவதிலுமான நோயினைப் பரிசோதிப்பதும் கையாள்வதும். (குடும்ப வைத்தியர், பொதுவான நோய்களுக்கான வைத்தியர்) விசேட தகமை பெற்றவர்களும் உள்ளனர். உதாரணம். சுவாசப்பிரிவு, (சுவாசநிபுணத்துவம்) இதயம் - இரத்தச் சுற்றோட்டம் (இதயநோய் மருத்துவர்) அல்லது இரைப்பை -குடல் (இரைப்பை குடல் நிபுணத்துவம்)</p>
<p><i>குழந்தை வைத்தியர்கள் (குழந்தை வைத்தியநிபுணர்கள்)</i></p> <p>உடல்நலத்தைப் பரிசோதித்துக் கையாள்வதும் அத்துடன் அவர்களது முளை, நரம்பு வளர்ச்சி பற்றிய கண்காணிப்பும் (18 வயது வரை)</p>
<p><i>பெண்களுக்கான வைத்தியர் (மகப்பேற்று வைத்தியர்)</i></p> <p>பராமரிப்புப் பரிசோதனை, பெண்களின் நோயைக் கையாளுதல், மகப்பேற்று உதவி.</p>
<p><i>சத்திர சிகிச்சை நிபுணர்</i></p> <p>நோய் அல்லது விபத்து சம்பந்தமான அறுவைச் சிகிச்சை செய்தல்</p>
<p><i>மனநோய் வைத்தியர்</i></p> <p>உளவியல் தொடர்பாகவும், முளை, நரம்பு தொடர்பாகவும் மருத்துவம் செய்பவர்.</p>

வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு

பொதுவான பராமரிப்பும் விசேடசிகிச்சையும்

குடும்ப வைத்தியர் என்றால் என்ன?

சுகயீனமேற்படும் போது சுகவிலில் தொடர்பை ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் முதலாவது நபர் குடும்ப வைத்தியர்.

நீங்கள் சுகயீனமுறும்போது, சுகவிலில் முதலில் தொடர்பை ஏற்படுத்திக்கொள்ள வேண்டியது குடும்ப வைத்தியருடனேயே. குடும்ப வைத்தியர் → பொதுவான பராமரிப்பிக்குப் பொறுப்பானவர்.

இவர் முதலில் பொறுப்பேற்றுச் சிகிச்சையளித்த பின்னர், மேலதிக சிகிச்சை தேவைப்படுமிடத்து அதற்குரிய இடத்துக்கு அனுப்பி வைப்பார்.

விதிவிலக்கு:

ஆரம்பத்தில் தங்களைப் பதிவு செய்யும் நிலையம் - புகலிடம் கோரியவர்களுக்கான முகாம் என்பவற்றில், யாரேனும் நோய்வாய்ப்படுமிடத்து, முதலில் அங்கு வேலை செய்யும் மேற்பார்வையாளர்களே சகல நடவடிக்கையும் எடுப்பர். பொதுவாக முகாமுக்குப் பொறுப்பாக ஒரு வைத்தியர் இருப்பார். இங்கு யாரேனும் நோய்வாய்ப்படும் போது பரிசோதனைக்குட்படுத்திப் பராமரிப்பதோடு மேலதிக சிகிச்சை தேவைப்படுமிடத்து அதற்கான மேலதிக நடவடிக்கைகளையும் இவரே எடுப்பார்.

குடும்பவைத்தியர்கள் பரவலாக சிறப்புத்துறை மருத்துவர், உடல் உறுப்புக்கள் துறையின் விசேடவைத்தியர், அல்லது குழந்தைகளுக்கான விசேடவைத்தியர்களுடன் (பக்கம் 39) ஆலோசித்து பணியாற்றுவர். விசேட மருத்துவப் பராமரிப்பு என்பது, உடலுறுப்பு ஒன்றிற்குரிய பிரத்தியேகமான மேலதிகப் பரிசோதனை அல்லது பிரத்தியேகப் பராமரிப்பு (உதாரணம் இருதயமும் இரத்தச்சுற்றோட்டமும்) இவை இவற்றுக்குப் பொறுப்பான வைத்தியநிபுணர்களால் நெறிப்படுத்தப்பட வேண்டும். குறித்த வைத்தியநிபுணர்களிடம் தங்களது குடும்ப வைத்தியர் மூலமாகவே போகமுடியும். இருப்பினும் தனிப்பட்ட வகையிலும் நீங்களாகவே வைத்திய நிபுணர்களையும் நாடமுடியும். இது தங்களது பொதுவான மருத்துவக் காப்புறுதி, பணம் செலுத்துவதாக ஒத்துக்கொள்ளும் பட்சத்தில் மட்டுமே இயலுமானதாகும். (பக்கம் 42)

ஆரம்பநிலை

குடும்பவைத்தியர்

பொதுவான மருத்துவநிபுணர்
 உள்உறுப்பு மருத்துவநிபுணர்
 குழந்தைகளின் மருத்துவநிபுணர்
 போன்ற பல.

விசேட சிகிச்சை

வைத்தியநிபுணர்களின் தனிப்பிரிவு

இருதயம் - இரத்தச்சுற்றோட்டம் (Kardiologie)
 இரைப்பை - குடல் (Gastroenterologie)
 கண் (Ophthalmologie)
 கழுத்துமூக்குகாது (Oto-Rhino-Laryngologie)

வைத்தியரைச் சந்திக்கவேண்டுமாயின் → கட்டாயமாகத் தொலைபேசியில் தொடர்புகொண்டு அதற்கான நேரத்தைப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இதன்போது முக்கியமாக, தங்களுக்கு என்னசுகயீனம் என்பதைக் குறிப்பிட வேண்டும் → அதன்போது தொலைபேசி அழைப்பிலுள்ள வைத்திய உதவியாளர் கேட்டு எழுதிக்கொள்வார் (எப்பொழுதிருந்து சுகயீனம், என்ன நோய்?). சிலவேளை நீங்கள் → ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளரையும் அழைத்துச் செல்வதாயிருந்தால் தொலைபேசியில் கதைக்கும் போதே வைத்திய உதவியாளரிடம் தெரியப்படுத்தவேண்டும். குறிக்கப்பட்ட நேரத்துக்கு நீங்கள் சமூகமளிக்க வேண்டும். நீங்கள் வைத்தியருக்காக எங்கு காத்திருக்கவேண்டும் என்பதை அவர்கள் காட்டுவார்கள்.

தவிர்க்க முடியாத காரணங்களால், குறித்த நேரத்துக்குச் சமூகமளிக்க முடியாது என்று தெரியும் பட்சத்தில் குறைந்தது 24 மணித்தியாலங்களுக்கு முன்னர் அறிவிக்க வேண்டும்,

நான் நேர அனுமதி பெற்றிருந்தும் கூட, ஏன் வைத்தியரது மனையில் காத்திருக்க வேண்டும்?

முன்பு அனுமதி பெற்றுப் போனவரது பரிசோதனையானது குறிக்கப்பட்ட நேரத்தை விட நீண்ட நேரம் → எடுக்கலாம். இதன் போது அடுத்துப் போகவுள்ள நோயாளர் காத்திருக்க நேரிடும். இதற்குப் பல காரணங்கள் இருக்கலாம், ஒருவர் அவசர சிகிச்சை தேவைப்பட்டு குறுகியநேர இடைவெளிக்குள் வைத்திய உதவியைநாடி, → அதற்கான பரிசோதனை நடந்துகொண்டிருக்கலாம். அவசர உதவி தேவைப்படும் நோயாளர்கள் ஏனைய நோயாளரது அனுமதி நேர இடைவெளியில் பரிசோதனைக்குட்படுத்தப்படலாம். சில வேளைகளில் அவசரமான சிகிச்சை செய்ய வேண்டியும் ஏற்படலாம். பொதுவாக வைத்தியர் மனைகளில் பிற்பகல் நேரங்களில் நீண்ட நேரம் காத்திருக்கவேண்டி ஏற்படுவதுண்டு. பொதுவாக வைத்திய உதவியாளருக்கு இன்னும் எவ்வளவு நேரம் காத்திருக்க வேண்டுமென்பது ஓரளவு தெரிந்திருக்கும். நீங்கள் அவரிடம் இது பற்றி வினாவினால், நீங்களும் அதிக நேரம் காத்திருக்க வேண்டுமாயின், அதற்கிடையில் வேறொர் காரியம் முடிக்க வேண்டியிருப்பின், இத் தருணத்தைப் பயன்படுத்தி அதை முடித்துவிட்டுக் குறித்த நேரத்திற்கு வருவதாகக் கூறிச் செல்ல முடியும்.

குடும்பவைத்தியர்களுக்குத் தங்களது நோயாளர்கள் நன்கு அறிமுகமானவர்களாகவும், அவர்களது நோய் பற்றிய விபரமும் நன்கு தெரிந்திருப்பின், அவர்களைக் கையாள்வது இலகுவானதுடன், அவர்களுக்கு என்ன குறை என்பதுடன், மேற்கொண்டு எப்பேற்பட்ட பரிசோதனைக்காக, வேறொர் வைத்தியநிபுணரிடமோ அல்லது மருத்துவ மனைக்கோ அனுப்புவதற்காக மேற்கொண்டு நடவடிக்கை எடுக்கமுடியும். எனவே நீங்கள் நோய் வாய்ப்படும் போது எப்போதும் ஒரே குடும்பவைத்தியரிடம் போவது மிகவும் நல்லது. சுமுகமான உறவை வளர்த்துக் கொள்வதென்பது ஒரு முக்கிய அடிப்படைத் தேவையாகும். நீங்கள் உங்களது வைத்தியர்களை நம்புவதன் மூலமே உங்களால் அவர்களை விளங்கிக்கொள்ள முடிவதுடன், நீங்களும் நிம்மதியாக இருக்க முடியும்.

வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு

என்னால் எனது வைத்தியரைச் சரியாக விளங்கிக்கொள்ள முடியவில்லை எனும் பட்சத்தில், நான் எனது வைத்தியரை மாற்ற முடியுமா?

ஆம், குறித்த வைத்தியர் உங்களது மனதுக்குப் பிடித்தவர் இல்லை எனும் பட்சத்தில், உங்களது விருப்பத்திற்கேற்ப வைத்தியரைத் தேர்ந்தெடுக்கலாம்

உங்களுக்குப் பிடித்தமான வைத்தியரைத் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு → உங்களுக்கு உரிமையுண்டு. நீங்கள் ஒரு பெண் என்பதனால் பரிசோதனையின் போது ஆண்வைத்தியரை ஏற்றுக்கொள்ளும் சபாவம் உங்களுக்கில்லாமல் அல்லது ஒரு ஆண் நோயாளிக்குப் பெண் வைத்தியரை ஏற்றுக் கொள்ளும் சபாவம் இல்லாத பட்சத்தில், உதாரணமாக ஒரு பெண் பெண்வைத்தியரையும் ஆண் ஆண்வைத்தியரையும் தேர்ந்தெடுக்கலாம். இது தங்களது பொதுவான மருத்துவக் காப்புறுதி பணம் செலுத்துவதாக ஒத்துக் கொள்ளும் பட்சத்தில் மட்டுமே இயலுமானதாகும் (பக்கம் 42).

விதிவிலக்கு

முகாமில் வசிக்கும் புகலிடம் கோரியவர்கள் சாதாரணமாகத் தங்களது வைத்தியரைத் தேர்ந்தெடுக்க முடியாது. உங்களுக்குத் திருப்தியில்லாத பட்சத்தில், உங்களது மேற்பார்வையாளரிடம் கூறுங்கள்.

நீங்களாகவே உங்களது வைத்தியர்களைத் தேர்ந்தெடுக்கும் பட்சத்தில், வைத்தியர்களும் புதியநோயாளர்களை ஏற்றுக்கொள்வார்கள்.



காத்திருப்போர் கூடம்

வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு

இயற்கை மூலிகை மருந்து

சுவிற்சர்லாந்து மக்களும் ஏனைய நாட்டவர்களைப் போலவே சுகயீனம் ஏற்படும்போது பொதுவாகக் கைமருந்து செய்வது இயல்பு. இம் மருந்துகளின் செய்முறையானது →உதாரணமாக, தேநீர் (கசாயம்) அல்லது ஒத்தடம்) இயற்கை அல்லது தாவர அடிப்படையில் உருவாக்கப்பட்டதாகவும் இவை இரசாயன மருந்துகளை விட தீவிரத் தன்மை குறைந்தவையுமாகும். ஒவ்வொருவருக்கும் அனுபவத்திற்கு ஏற்ப இந்தக் கைமருந்து மாறுபடும். முக்கியமானது யாதெனில், நீங்கள் வைத்தியரிடம் போவதற்கு முன்னர், எந்தவகையான கைமருந்தைப் பாவித்தீர்கள் என்று வைத்தியரிடம் கூறவேண்டும். எந்தவிதமான கைமருந்தைப் பாவிப்பது நல்லதென்று, வைத்தியர்களும் உங்களுக்கு ஆலோசனை கூறுவார்கள். கைமருந்து பாவிக்கும்போது அத்துடன் வேறு விதமான இயற்கை வைத்திய முறைகளும் செய்யலாம். சுவிற்சர்லாந்தில் சில வைத்தியர்கள் இதுசம்பந்தமான நிறைவு செய்கின்ற வைத்தியக் கல்வியைக் (Komplementärmedizin) கற்றிருப்பதனால், இவர்களிடம் வைத்தியம் செய்யும் போது, வைத்திய பராமரிப்புக்கான பணம் மருத்துவக் காப்புறுதியினால் செலுத்தப்படும். (பக்கம் 42) மேற்படி வைத்தியர்கள் (Komplementärmedizin) உதாரணமாக →அக்யுபுன்சர், →கோமியோபதி, →சீன வைத்தியமுறை →அந்திரோபொசொபிசர் வைத்தியம் →நரம்பு வைத்தியம் அல்லது →பிதோ சிகிச்சைமூலம் நோய்க்கு மருந்து செய்வார்கள்.

பல மருத்துவப் பிரிவுகளுக்கான வெளிவாரி மருத்துவமனை நோயாளிகளுக்கு முதலில் உதவி செய்யக்கூடிய இன்னுமோர் ஆரம்ப உதவி நிலையம் வெளிவாரி மருத்துவமனையாகும். வெளிவாரி மருத்துவமனை என்பது →ஒரு வெளிவாரி நோயாளிகளுக்காக ஒழுங்கு செய்யப்பட்டுள்ள துடன், அனேகமானவை ஒரு வைத்தியசா-லையுடன் தொடர்புடையதாகவும் இருக்கும். இங்கு →குடும்பவைத்-தியரிடம் நடைபெறுவது போல், ஆலோசனை வழங்குதல், பரிசோதனைசெய்தல் என்பவற்றுடன் மருத்துவப் பராமரிப்பும் வழங்கப்படும். வெளிவாரி மருத்துவமனைக்குப் போகவேண்டி-யேற்படும் பட்சத்தில் கட்டாயம் நேரஅனுமதி பெற்றிருக்க வேண்டும். பிரத்தியேகமான சிகிச்சைகளுக்கு விசேடமான வெளிவாரி மருத்துவமனைகள் உண்டு. இவ்வாறான சில வைத்தியமனைகளில் வைத்தியர்களின் ஊடாக வருபவர்கள் மட்டுமே அனுமதிக்கப்படுவர்.

வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு

பல மருத்துவப் பிரிவுகளுக்கான வெளிவாரி மருத்துவ மனையின் நன்மையானது, இங்கு பணிபுரிபவர்கள், கருவிகள் என்பன இலகுவாகக் கிடைக்கக்கூடியதாக இருக்கும். இதேவேளை ஒரு பரிசோதனைக்காக நீங்கள் வைத்தியசாலைக்குச் செல்லும்பட்சத்தில் அதிக நேரம் காத்திருக்க வேண்டியேற்படும். வெளிவாரி மருத்துவமனையானது வைத்தியர்களுக்கான பயிற்சி வழங்கும் ஓர் இடமாகும். இங்கு வைத்தியர்கள் அடிக்கடி மாறுவதற்கு இடமுண்டு. இதனால் நீண்டகாலத்துக்கு குறித்த வைத்தியர் ஒருத்தர் நோயாளியைப் பராமரிப்பது இயலாதது.

மருந்தகம்

மருந்துக்கடையானது நோயாளர்களுக்கான ஆரம்ப உதவிதேடும் இடமாகும். மருந்துக் கடை விற்பனையாளர்கள் மருந்து வகையில் விசேடநிபுணத்துவம் பெற்றவர்கள். நீங்கள் சுகயீனமுற்று இவர்களிடம் போகும் பட்சத்தில், நோயை அறிந்து உங்களுக்கு மருந்து தருவார்கள் அல்லது வைத்தியரிடம் போகும்படி ஆலோசனை கூறுவார்கள்.

மருந்துக் கடையில் வாங்கக்கூடிய மருந்தானது, பரிசோதிக்கப்பட்டதும், பதிவு செய்யப் பட்டதுமாகும். மருந்து வகைக்கான செலவானது, மருத்துவக் காப்புறுதியால் செலுத்தப்பட வேண்டும். இதற்காக ஒரு விசேடமான பட்டியல் உண்டு.



மருந்தகத்தில்

அனேகமான மருந்துவகைக்கு வைத்திய அத்தாட்சி வேண்டும். இவற்றை வைத்தியரின் அத்தாட்சிப் பத்திரம் இருந்தால் மட்டுமே பெறமுடியும்.

சுவிற்சர்லாந்தில் கிட்டத்தட்ட அனைத்து மருந்து வகைளும் மாத்திரையாகப் பெறமுடியும். எனவே வைத்தியர்களால் உச்சிமருந்து பரிந்துரைக்கப்படுவது மிகவும் அரிதாகக் காணப்படும்.

வைத்தியரால் குறித்த மருந்தையே கட்டாயம் பாவிக்கும்படி அறிவுறுத்தப்படாத பட்சத்தில், மருந்துக்கடையில் அதற்குச் சமனான வேறொர் மருந்துக்கான மருத்துவ வழிகாட்டியைப் பார்க்கும்படி மருந்துக்கடை விற்பனையாளரிடம் கோரமுடியும். இதன் மூலம் விற்பனையாளரின் ஆலோசனையின் பேரில் குறித்த மருந்திற்காக, அதற்குச் சமனான வேறொரு மருந்தை மலிவாகப்பெற முடியும்.

அவசர சிகிச்சை

அவசர சிகிச்சையானது உயிராபத்தான நிலையில் தேவைப்படுவதோடு, அவசரமாகவும் கையாளப்பட வேண்டும். நிலமை கடுமையானதாகவும் ஆபத்தானதுமாக இருக்கும் பட்சத்தில் மாத்திரமே, அவசர சிகிச்சைப் பிரிவை நாட வேண்டும். ஏனைய அனைத்துச் சந்தர்ப்பங்களிலும் முதலில் தங்களது குடும்ப வைத்தியருடன் தொடர்புகொள்ள வேண்டும். அனேகமான குடும்ப வைத்தியர்கள், அவசர தேவை ஏற்படும் போது வீட்டுக்கு வந்து பார்வையிடுவார்கள். அவசர நிலைமைகளில், இரவுவேளை, விடுமுறை நாட்கள் என்பவற்றிலும் குடும்பவைத்தியருடன் தொடர்புகொள்ள முடியும்.

அவசரசிகிச்சை தேவைப்படும்போது என்னை நான் எப்படி நெறிப்படுத்துவது?

உயிராபத்து என்ற பயம் ஏற்படும்போது அவசரசிகிச்சை நிலையத்துடன் தொடர்புகொள்ளுங்கள். நீங்கள் எப்பொழுதும் முதலில் உங்களது குடும்ப வைத்தியருடனேயே தொடர்புகொள்ள வேண்டும்..

குடும்பவைத்தியருடன் தொடர்பு கிடைக்காத பட்சத்தில், நீங்கள் எப்படி அவசர நிலை வைத்தியரை அணுக முடியுமென்று உங்கள் குடும்ப வைத்தியரின் தொலைபேசி பதிலளிக்கும் கருவி மூலம் தகவல் தரப்பட்டிருக்கும். ஒவ்வொரு பெரிய நகரங்களிலும் ஒரு

மருந்துக்கடை இரவு நேரங்களிலும் திறந்திருக்கும். உங்களால் தொடர்பு கொள்ளப்படும் மருந்துக்கடை அல்லது அவசரசிகிச்சை வைத்தியர் யாரென்பது எப்பொழுதும் சட்டரீதியான →இலவச-சிகிச்சை மூலம் வெளியிடப்படும்.

அவசர உதவி தேவைப்படும் போது, என்ன நடந்தது என்பதைச் சரியாக அறியத் தருவது முக்கியமானது.

அவசரசிகிச்சை கோரிய அறிவித்தல்

- யார் நீங்கள்?
- எங்கிருந்து தொடர்பு கொள்கிறீர்கள்?
- என்ன நடந்தது?
- என்ன மருந்து உட்கொண்டீர்கள்?

அனேகமான பொது மருத்துவமனைகளில் 24மணிநேர அவசர சிகிச்சைப் பிரிவு இயங்கும். அம்புலன்ஸ் →வண்டி தேவைப்படும்படித்து, நீங்கள் முதல்தவியாளர்களின் (தொலைபேசி இல.144) இலக்கத்துடன் தொடர்புகொள்ள வேண்டும். அம்புலன்ஸ் வண்டியில் நோயாளர் மாத்திரமே கொண்டு செல்லப்படுவார். அதாவது நோயாளிக்கு உதவியாக வேறு எவரும் செல்லமுடியாது. அம்புலன்ஸ் வண்டிக்கான செலவினத்தில் ஒரு பகுதியை நோயாளியே செலுத்தவேண்டும். (பக்கம் 45)

அவசரசிகிச்சைக்காக சுவிற்சர்லாந்தில் நீங்கள் எந்த வைத்தியரையும், எந்த வைத்தியசாலையையும் நாடலாம். உயிராபத்தான சூழ்நிலையில் வைத்தியர்கள் கட்டாயம் சிகிச்சை அளிப்பார்கள் அல்லது சரியான இடத்துக்கு அனுப்பிவைப்பார்கள்.

பல் வைத்தியர்கள்

பற்களை எப்பொழுதும் சுத்தமாக வைத்திருப்பது பற்சுகாதாரத்துக்கு முக்கியமானது.

பல் வைத்தியரிடம் இலவசமாகப் பற்களைப் பரிசோதிப்பதற்கு எனக்கு உரிமையுண்டா?

இல்லை. பல்வைத்தியரால் செய்யப்படும் அனைத்துப் பரிசோதனைகளுக்கும்மான செலவு நோயாளியாலேயே செலுத்தப்பட வேண்டும்.

பொதுவாகப் பற்களைத் திருத்துவதற்கான செலவீனம் யாவும் நோயாளியாலேயே செலுத்தப்பட வேண்டும். உடம்பிலேற்பட்ட நோய் காரணமாக அல்லது ஒரு விபத்துக் காரணமாக பல்லும் அல்லது தாடையும் சிகிச்சையளிக்கப்படும் பட்சத்தில் மாத்திரமே வைத்தியக் காப்புறுதி குறித்த செலவை ஏற்றுக்கொள்ளும். ஞானப்பல்லைப் பிடுங்கவேண்டி ஏற்படும் பட்சத்திலும், மிக அரிதாகவே வைத்தியக் காப்புறுதி அந்தச்செலவை ஏற்றுக்கொள்ளும். இலவசமாகப் பல்லைப் பரிசோதிப்பதற்கு எந்தவித உரிமையும் கிடையாது. பற்சிகிச்சைக்கான செலவில் ஒருபகுதியை வைத்தியக்காப்புறுதி ஏற்றுக்கொள்வதாயின், வைத்தியக்காப்புறுதியுடன் சேர்த்து மேலதிகமான ஒரு காப்புறுதி செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும்.



பல் வைத்தியரிடம்

வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு

எச்சரிக்கை:

புகலிடம் கோரியோர், தற்காலிகமாகத் தங்குவதற்கு அனுமதி வழங்கப்பட்டவர்கள், பாதுகாக்கப்பட வேண்டியவர்கள் பற்சிகிச்சைக்காக எழுத்துமூலமான ஒரு அத்தாட்சியைக் (Kostengutsprache) காண்பிக்க வேண்டும். இதன் மூலம் இவர்களுக்கு ஏற்படும் செலவீனம் செலுத்தப்படுவதற்கான உத்தரவாதம் அளிக்கப்பட்டுள்ளது. இது அவர்களுக்குப் பொறுப்பான மேற்பார்வையாளர்களினால் ஒழுங்கு செய்யப்படவேண்டும். அவசரசிகிச்சை → தேவைப்படும் பட்சத்தில், பல்வைத்தியரால் நோவைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கான சிகிச்சை எழுத்து மூலமான அத்தாட்சிப் பத்திரம் (Kostengutsprache) இல்லாமலேயே செய்யப்படும்.

மனநோய் வைத்தியரும் மனநோய்க்கான சிகிச்சையும் நீங்கள் தனிப்பட்ட முறையில் பிரச்சினைக்காளாகும் பட்சத்தில், அல்லது குடும்பப் பிரச்சினையின் போது அல்லது நீண்டகாலமாகக் குறிப்பிட்ட ஓர் இடத்தில் நோவுக்கு ஆளாயிருக்கும் பட்சத்தில் அல்லது தொடர்ந்து நித்திரையின்மையால் சிரமப்படும் போது மட்டுமல்லாமல் திடீரென அல்லது தொடர்ந்தேர்ச்சியான அச்சம் கொள்கின்ற நிலையில் அல்லது தொடர்ந்து காணப்படும் துன்பமனோநிலையும் ஏற்படுகின்ற பட்சத்தில் மனோவைத்தியர் அல்லது உளவியலாளர்கள் உங்களுக்குத் தொடர்ந்தும் உதவிசெய்வார்கள்.

மேற்கூறப்பட்ட காரணங்கள் அனைத்தும் உங்களது சாதாரண வாழ்க்கை நடைமுறையை மாற்றும். மனநோய்வைத்தியர்கள் அல்லது உளவியலாளர்கள் உங்களுடன் கலந்து பேசுவதன் மூலம், உங்களை நெறிப்படுத்துவதையும் அதற்கான புதிய வழிவகைகளையும் கண்டறிவார்கள். தனிப்பட்டவர்களுக்கான மனநோய்ச் சிகிச்சைமுறை இருக்கும் அதேவேளை குடும்பத்துக்கான சிகிச்சைமுறையும், தம்பதிகளுக்கான அல்லது குழுக்களுக்கான சிகிச்சை முறையும் உள்ளது.

எனக்குப்பயமாகவோ, துக்கமாகவோ இருக்கும் போது, என்னை என்னால் தேற்றிக்கொள்ள முடியாத சிரமமான நிலையில் நான் யாரை நாடலாம்?

உங்கள் பிரச்சினைகளில் இருந்து நீங்கள் விடுபட, மனநோய் வைத்தியர் அல்லது உளவியலாளர்களால் உங்களுக்கு உதவி செய்ய முடியும்.

வெளிநோயாளர் பராமரிப்பு

மனநோய் வைத்தியர்கள், மனநோய்ச்சிகிச்சை முறையிலும், உளவியல் வைத்தியத்திலும் சிறப்பான நிபுணத்துவம் பெற்றவர்கள். சிகிச்சையளிக்கின்ற உளவியலாளர்கள் உளவியல் சம்பந்தமான பட்டப்படிப்பு மட்டுமல்லாது, மனநோய்ச் சிகிச்சை முறையிலும் மேற்படிப்புப் படித்தவர்கள். உளவியலாளர்கள் வைத்தியர்கள் அல்லர். உதாரணமாக இவர்கள் மருந்து வகைகளைக் கொடுக்க மாட்டார்கள். மனநோய்க்கான சிகிச்சையை, ஒரு மனநோய் வைத்தியரிடமோ அல்லது ஒரு உளவியலாளரிடமோ பெறலாம். உளவியலாளரிடம் நீங்கள் பெற்றுக்கொள்ளும் சிகிச்சைக்கான செலவினமானது, ஒரு மனநோய் வைத்தியருக்கூடாகச் செல்லும் பட்சத்திலேயே மருந்துவக்காப்புறுதியினால் செலுத்தப்படும். (பக்கம் 43) வைத்தியருக்கூடாக அல்லாத மனநோய்ச் சிகிச்சைக்கான மேலதிகக்காப்புறுதி (பக்கம் 43) செய்திருக்கும் பட்சத்தில், வைத்தியக் காப்புறுதி செலவினத்தை ஏற்றுக் கொள்வதற்கான சந்தர்ப்பமூண்டு, உளவியலாளரிடம் சிகிச்சை பெறுவதற்கு வைத்தியரினால் அறிவுறுத்தப் பட்டிருப்பின் வைத்தியக் காப்புறுதியானது செலவினத்தின் வழமையான ஒரு பகுதியை ஏற்றுக்கொள்ளும்.

ஒரு நபருக்கு விசேட கண்காணிப்போ, பாதுகாப்போ தேவைப்படின், உதாரணமாக. மேற்குறிப்பட்ட நபர், தனக்குத்தானோ அல்லது வேறொருவருக்கோ தீங்கு செய்யும் பட்சத்தில் → அவருக்கு ஒரு மனநோய் வைத்தியசாலையில் அனுமதி வழங்கப்படும். மனநோய் வைத்தியசாலையில் அனுமதிப்பது என்பது விதிவிலக்கான சமயங்களில் நோயாளியின் விருப்புக்கு எதிராகவும் அமைய இடமூண்டு. கட்டாய அனுமதியின் போது, மனநோயாளியிடமும் அவரது உறவினர்களிடமும் வைத்தியரினால் வாய்மூலமாகவும், எழுத்து மூலமாகவும் அவர்களுக்கிருக்கும் உரிமை பற்றி அறியத் தரவேண்டும். வெளிநோயாளர் பிரிவில் → இருந்து வெளியேறும்போது பிரச்சனைகள்பற்றித் தொடர்ந்து பேசி அதன்மூலம் தீர்வுகளைக் கண்டறிவதற்கான முயற்சிகள் நடைபெறும்.

மருத்துவமனையில்
அனுமதித்துப்
பராமரித்தல்

மருத்துவமனை அனுமதியானது குடும்ப வைத்தியரினால் அல்லது வைத்திய நிபுணர்களினால் செய்யப்படும். மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்படுவதற்கான காரணங்களாவன: பரிசோதித்தலும் அதற்கான விளக்கமும் பெறுவது, விசேட கண்காணிப்பு, சத்திரசிகிச்சை அல்லது சிகிச்சை அளித்தல் என்பனவாகும்.

நான் நோய்வாய்ப்படும் பட்சத்தில் தன்னிச்சையாக

மருத்துவமனைக்குச் செல்ல முடியுமா?

இல்லை, உங்களுக்குச் சிகிச்சையளித்த வைத்தியர் உங்களை மருத்துவமனைக்கு அனுப்ப வேண்டும்.

நீங்கள் மருத்துவமனையில் அனுமதிப்பதற்காகச் செல்லும் நாளில் குறித்த நேரத்துக்கு நோயாளிகளைப் பதிவுசெய்யும் இடத்துக்குச் சென்று உங்களைப் பதிவுசெய்ய வேண்டும். அங்கு உங்களைப் பற்றிய அனைத்து விடயங்களும் கேட்டறிந்து பதியப்படும். பதிவு செய்யப்பட்ட பின்னர் உங்களுக்குரிய பராமரிப்புப்பகுதிக்கு (வார்ட்டுக்கு) அனுப்பி வைக்கப் படுவீர்கள். நீங்கள் உங்களது மருத்துவக் காப்புறுதியின் தன்மைக்கேற்ப அனுமதிக்கப் படுவீர்கள். (பக்கம் 43) இது பொதுவான காப்புறுதி (பல கட்டில்கள்கொண்ட அறை), அரைவாசி பொதுவானது (இரண்டு கட்டில்கள்கொண்ட அறை), தனிப்பட்ட காப்புறுதி (தனி அறை) என வேறுபடும். நீங்கள் மேலதிகமாக ஏற்படும் செலவை ஏற்றுக்கொள்ளும் பட்சத்தில், ஒரு பகுதியில் இருந்து மற்றய பகுதிக்கு மாறுவது சாத்தியமானது. மருத்துவக் காப்புறுதியின் தன்மைக்கேற்ப மருத்துவ மனையின் பராமரிப்பும் தரமும் வேறுபடச் சந்தர்ப்பமுண்டு

நோயாளர் தங்கியிருந்து சிகிச்சைபெறும் (வார்ட்டு) ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் ஒரு வைத்தியர் பொறுப்பாக இருப்பார். அத்துடன் ஒரு மருத்துவமனையில் வெவ்வேறு மருத்துவ நிபுணர்கள் பணியாற்றுவர், தேவைப்படுமிடத்து இவர்களது சேவை நாடப்படும். மருத்துவமனையில் தங்கி இருந்து சிகிச்சைபெறும் காலப்பகுதியில், பல்வேறு வைத்தியர்கள் உங்களைக் கண்காணிக்கும் சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும்.

மருத்துவமனையில் இருக்கும் காலப்பகுதியில், பெரும்பாலான மேற்பார்வையும், பராமரிப்பும் மருத்துவத் தாதியராலேயே கவனிக்கப்படும். நோயாளிகள் தங்கியிருந்து சிகிச்சைபெறும் பகுதியின் வைத்தியர்களும் தாதியரும் எப்பொழுதும் ஒரு குழுவாக இணைந்து கடமையாற்றுவர். இவர்கள் தங்களது மேற்பார்வை பற்றி

ஒழுங்காகக் கலந்துரையாடுவர். இதன் மூலம் நோயாளிகள் சிறந்த முறையில் மருத்துவப் பராமரிப்பும், மேற்பார்வையும் செய்யப்பட்டுகின்றனரா என்பதற்கான உத்தரவாதமுண்டு. நோயாளி ஒழுங்காகக் கவனிக்கப் படுகின்றாரா என்பதை அறிந்து கொள்வதற்காக அவர்களது உறவினர்கள் குறிக்கப்பட்ட காலப்பகுதியில் தொடர்ச்சியாகக் கலந்துரையாடுவது முக்கியமானது. வைத்தியர்களைப் போலவே தாதியரும் தங்களது தொழில் இரகசியத்தைப்பேணுவர். (பக்கம் 12)

சிறிய மருத்துவமனைகளை விடப் பெரிய பல்கலைக்கழக - மானில மருத்துவமனைகளில் விசேடமான மருத்துவ வசதிகள் காணப்படும். எனவேதான் விசேடமான பராமரிப்பு அல்லது சிக்கலான நோய்க்காக பிரதேச மருத்துவமனைகளில் இருந்து பெரிய மருத்துவமனைகளுக்கு அல்லது விசேட மருத்துவ நிலையங்களுக்கு நோயாளி அனுப்பி வைக்கப்படுவார். குழந்தைகளுக்காக மருத்துவமனையில் விசேடமான பிரிவு அல்லது குழந்தைகளுக்கான மருத்துவமனை உண்டு.



மருத்துவமனைக்கு நோயாளரைப் பார்வையிடச் செல்லுதல்

மருத்துவமனையில் அனுமதித்துப் பராமரித்தல்

மருத்துவமனைக்கு நோயாளரைப் பார்வையிடச் செல்லுதல்

மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டுள்ள எனது உறவினரை அல்லது நண்பரை நான் பார்வையிடலாமா?

ஆம். பார்வையாளருக்கான நேரத்தில் →? நோயாளர் பகுதியின் அனுமதியுடன் பார்வையிடலாம்.

எல்லா மருத்துவமனைகளிலும் நோயாளர் பார்வையிடப்படலாம். பார்வையிட வருகின்றவர்கள், அறையிலுள்ள ஏனைய நோயாளருக்கோ அல்லது மருத்துவமனைச் செயற்பாடுகளுக்கோ எந்த விதமான இடையூறும் ஏற்படுத்தக் கூடாது. எனவேதான் ஒரு ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட பார்வையாளர் நேரம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை வைத்தியசாலையில் அறிந்து கொள்ளலாம். பல வைத்தியசாலைகளில், முக்கிய தகவல்களும், விநியோகங்களும் பிரசுரங்கள் மூலமாக வெளியிடப்பட்டிருக்கும்.

பார்வையாளர்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருக்கக்கூடாது. (தடிமல், காய்ச்சல், தொற்றக்கூடிய தோல் வியாதிகள் இல்லாமல் இருப்பதன்மூலம் நோயாளிகளுக்கு தொற்றக்கூடிய ஆபத்தைத் தடுக்கலாம்). ஒரு சில பராமரிப்புப் பகுதியில் விசேடமான துப்பரவு அறிவுறுத்தல்கள் உண்டு. இங்கு பார்வையாளர்கள் கை கழுவுவேண்டும். தொற்றுநீக்கி பாவிக்கவேண்டும் அல்லது முகமூடி போடவேண்டும் அல்லது மேலதிகமாக ஒரு உடுப்பு போடவேண்டும் எனக் கேட்கப்படுவீர்கள். குறித்த எச்சரிக்கை நடவடிக்கையானது, பார்வையாளர்களுக்கு நோய் தொற்றாத வண்ணம் பாதுகாத்துக்கொள்ளவும் கையாளப்படும்.

மருத்துவமனையில் பராமரிப்பு

மருத்துவமனையில் தங்கியிருக்கும் காலப்பகுதியில், நோயாளர் உணவை அங்கேயே உட்கொள்ள வேண்டும். உணவானது, தங்களது நோய்க்கேற்றபடியோ →கட்டுப்பாடான உணவாகவோ அமையப் பெற்றிருக்கலாம். விருப்பத்திற்கேற்ற உணவு (மரக்கறிச்சாப்பாடு, பன்றி இறைச்சி இல்லாமல், வேறுசாப்பாடு..... என்பன) ஒழுங்குசெய்யப்படும். நீங்கள் தாதிமாரிடமோ அல்லது பராமரிப்பாளரிடமோ தங்களுக்கு விருப்பமான உணவை அறியத்தருவது முக்கியமானது.

மருத்துவமனையில் அனுமதித்துப் பராமரித்தல்

நான் நோயாளியின் உறவினர் என்பதற்காக அவருக்கு உணவு கொண்டுபோக வேண்டுமா?

இல்லை. நோயாளி மருத்துவமனையால் பராமரிக்கப்படுவார்.

நீங்கள் நோயாளியின் பக்கத்தில் அதிகநேரம் அவருக்காக நின்றிருந்தாலும் கூட, உறவினர்கள் என்பதற்காக மருத்துவமனைப் பராமரிப்புக்குட்பட்டமாட்டீர்கள். அனைத்து மருத்துவ மனையிலும் ஒரு பொதுவான தேநீர்ச்சாலை அல்லது உணவகம் இருக்கும்.

சத்திரசிகிச்சை

ஒவ்வொரு சத்திரசிகிச்சையின்போதும் ஒரு குறிக்கப்பட்ட ஆபத்தை நோயாளி எதிர்நோக்க வேண்டியிருக்கும். அதனாலேயே சத்திரசிகிச்சைக்கு முன்பாகச் சரியாகப் பரிசோதிக்கப்பட்டு, வேறு எந்தச்சிகிச்சை முறையும் இல்லாத பட்சத்தில், நோயாளியின் உடல்நிலை சத்திரசிகிச்சைக்கு ஏற்றதாவுள்ள நிலையில் மாத்திரமே சத்திரசிகிச்சை மேற்கொள்ளப்படும். சத்திரசிகிச்சைக்கு முன்பாக உங்களுக்கு அதற்குப் பொறுப்பான வைத்தியரினாலும், தாதியரினாலும் சத்திரசிகிச்சை பற்றி விளக்கமளிக்கப்படும். அதுமட்டுமல்லாமல் மயக்க மருந்து தருகின்ற வைத்தியரினாலும் →எந்தவிதமான மயக்க மருந்து தரப்பட இருக்கின்றது, இதற்கான ஆயத்தப்படுத்தல், அதன் பின்பான பக்கவிளைவுகள் பற்றி அறிவுறுத்தப்படுவீர்கள். அதன் பின்னரே சத்திரசிகிச்சைக் கூடத்துக்குக் கொண்டு செல்லப்படுவீர்கள். சத்திரசிகிச்சையின்போது இடைவிடாமல் கண்காணிக்கப்படுவீர்கள். சத்திரசிகிச்சையின் பின்னர் நீங்கள் வைத்தியசாலையில் தங்கியிருக்கும் அறைக்குக் கொண்டு செல்லப்படுவீர்கள். நோயாளிக்கு மேலதிக பராமரிப்பும் சிகிச்சையும் தேவைப்படின சில நாட்களுக்கு →தீவிர கண்காணிப்புப் பிரிவில் வைத்துப் பராமரிக்கப்படுவர்.

மருத்துவ சமூகநலப்பிரிவு

மருத்துவமனையில் தங்கியிருக்கும் போது உடல்நலப் பிரச்சினைகள் நோயாளியை மட்டும் பாதிப்பதில்லை. அது அவரது குடும்பத்தையும் பாதிக்கிறது. நோயாளியின் வேலை சம்பந்தமான நிலமைகள் அல்லது நிதி சம்பந்தமான அவரது வாழ்க்கை நிலமைகளையே மேற்படி பாதிப்புக்கள் அனேகமாக உள்ளடக்குகின்றன. இப்பேர்ப்பட்ட மருத்துவ சமூகநலப் பிரிவு வசதியானது அனேகமாக எல்லா வைத்தியசாலைகளிலும் கிடைக்கின்றது. இங்கு வேலை செய்பவர்கள் இதற்கென மேலதிகத்தகைமை பெற்ற த்தினருக்கும்

மருத்துவமனையில் அனுமதித்துப் பராமரித்தல்

தேவையான அறிவுரையையும், உதவியையும் வழங்குவர். நோயாளி வைத்தியசாலையை விட்டு வெளியேறியபின்பும் அவரது பராமரிப்பு சம்பந்தமான ஒழுங்குகளையும் இவர்கள் நன்கு அறிவர். (உதாரணம். வீட்டில் வைத்துப் பராமரித்தல், ஓய்வுபெறத் தங்கியிருத்தல்) இவர்கள் காப்புறுதி சம்பந்தமான உரிமைகள் பற்றியும், நிதி நிலமைகள் பற்றிய கேள்விகளுக்கும் குடும்பங்களுக்கு அறிவுரை கூறுவர். இவர்கள் மருத்துவமனைக்கு வெளியிலான ஆலோசனை மையங்களுக்கும், சமூகசேவைகள் பிரிவுகளுக்கும் இடையிலான தொடர்புகளை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பர். வைத்தியசாலையில் உள்ள சமூகநலப் பிரிவானது, வைத்தியசாலையின் பராமரிப்புக்கும், வைத்தியக் கண்காணிப்புக்கும் சமமான ஒன்றாகும். இப்பிரிவானது நோயாளிக்கும் அவரது உறவினருக்கும் பொதுவானதும் செலவில்லாததுமான சேவையை வழங்குகிறது. மருத்துவமனை சமூகநலப் பிரிவில் சேவையாற்றுவவர்கள் தமது சேவையின்போது இரகசியத்தைப் பாதுகாக்கக் கடமைப்பட்டவர்கள். (பக்கம் 12)

வீட்டிலும் - மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின்-புமான பராமரிப்பு

ஸ்பித்தெக்ஸ் (Spitex)

மேலதிகமான →வெளி நோயாளர் பிரிவுக்கும் →(உள் நோயாளர் பிரிவில்) வைத்தியசாலையில் தங்கியிருந்து பெறும் சிகிச்சைக்குப் பின்பான பராமரிப்பும் சுவீற்சர்லாந்தில் உண்டு. மருத்துவமனைக்கு வெளியிலான தாதிமார்கள், இவர்கள் ஸ்பித்தெக்ஸ் (Spitex) என அழைக்கப்படுவார்கள். (11, பக்கம் 61) இதன்கீழ் நாம் விளங்கிக் கொள்வதாவது, வீட்டில் கிடைக்கும் பராமரிப்பும் உதவியுமாகும்.



வீட்டில் வைத்துப் பராமரித்தல்

எனக்கு வீட்டுவேலையின் போது அல்லது வீட்டில் பராமரிப்பு உதவி தேவைப்படும் போது நான் யாரை நாடலாம்? இப்பேறப்பட்ட நிலையில் உங்களுக்கு, ஸ்பிதெக்ஸ் தொடர்ந்தும் உதவி செய்யும்.

ஸ்பித்தெக்ஸின் உதவியை நீங்கள் கீழ்க்கண்ட நிலைமகளின் போது நாடலாம். நோய்வாய்ப்பு பட்டிருக்கும்போது, விபத்தின்போது, நோய் நீங்கி மீளவும் குணப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் நிலையில், சிக்கலான கர்ப்பகாலத்தின் போது, மகப்பேற்றின் பின்பும். ஸ்பித்தெக்ஸ் பிரிவானது பராமரிக்கப்படுபவர்களுக்கும், உறவினர்களுக்கும் கிடைக்கின்ற ஒரு உதவியாகக் கருதப்படுகின்றது. ஸ்பித்தெக்ஸின் மேலதிக சேவைகளாவன, உணவு வழங்குதல், அதேபோல் உணவு வழங்குதலும் பிரயாணச் சேவையும், உபகரணங்களை வாடகைக்கு விடுதல், உதாரணம். கைத்தடி, சவாசிக்கும் இயந்திரம், சக்கர நாற்காலி என்னும் சேவைகளையும் வழங்குகின்றது.

ஸ்பித்தெக்ஸ் ஆனது கீழ்க்கண்ட பகுதிகளை உள்ளடக்குகிறது. பராமரிப்பு (அதுபற்றித் தெளிவுபடுத்துதலும் அறிவுறுத்துதலும், உடல் பராமரிப்புக்கு உதவுதல், அன்றாட வேலைக்கு உதவுதல், மருந்து மாத்திரைகளை நிர்வகித்தல், காயங்களுக்கு மருந்து கட்டுதல்). வீட்டு வேலை (பொருட்கள் வாங்கச் செல்லும்போது உதவி செய்தல், வீடுதூய்மை செய்தல், உடுப்புக் கழுவுதல், சமைத்தல்). ஒரு மருத்துவரினால் ஸ்பித்தெக்ஸ் உதவி பெறப்பட வேண்டும் என்று அறிவுறுத்தப்படும் பட்சத்தில், அதற்கான செலவினை வைத்தியக்காப்புறுதி செலுத்தும். ஸ்பித்தெக்ஸ் ஆனது வீட்டுவேலையில் உதவி செய்யும் பட்சத்தில் அதற்கான கட்டணமானது நோயாளியின் வருமானத்தையும், சொத்தையும் பொறுத்து அமையும். வைத்தியக் காப்புறுதியுடன் சேர்த்து மேலதிக காப்புறுதி ஒன்று செய்யப்பட்டிருக்கும் பட்சத்தில் ஸ்பித்தெக்ஸ் செலவினை மருத்துவக் காப்புறுதி ஏற்றுக்கொள்ள வாய்ப்புண்டு. (பக்கம் 45) .

இந்த ஸ்பித்தெக்ஸ் நிர்வாக அமைப்பானது பிரதேசத்துக்கு பிரதேசம் வேறுபடும். உங்கள் பிரதேசத்தில் உள்ள ஸ்பித்தெக்ஸ் நிர்வாகத்தைப் பற்றி அறியவேண்டுமாயின் கிராமசபைக் காரியாலயத்தில் (Gemeinde) விசாரிப்பது சாலச் சிறந்தது

புனர்வாழ்வும் சிகிச்சையும்

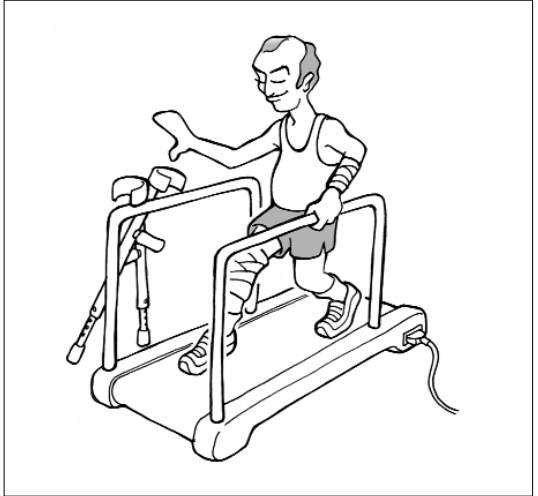
ஒரு சத்திரசிகிச்சையின் பின்போ அல்லது நோய்வாய்ப்பட்ட பின்போ அல்லது காயப்பட்ட பின்போ சிலவேளைகளில் தொடர்ந்து

வீட்டிலும் - மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின்புமான பராமரிப்பு

சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது. இச் சிகிச்சையினால் நோயாளியானவர் முற்றுமுழுதாக நோய்ப்பாதிப்பில் இருந்து விடுபட்டு சுயமாக இயங்கக்கூடிய வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. (→ புனர்வாழ்வு) மேற்படி சிகிச்சைக்குப் பின்பான பிரத்தியேக சிகிச்சைகள் (உதாரணமாக. உடற்பயிற்சி மருத்துவமுறை, கைவினைப் பயிற்சி) வைத்தியம் செய்த மருத்துவரினால் சிபார்சு செய்யப்படும்.

புனர்வாழ்வு முறைகளாவன, சுயமாக இயங்குகின்ற உடற்பயிற்சி - கைவினைப் பயிற்சியாளர் களினால் வைத்தியசாலையிலோ அல்லது புனர்வாழ்வுச் சிகிச்சை நிலையத்திலோ மேற்கொள்ளப்படும்.

உடல் அசைவுகளையும், உடற்பலத்தையும் மேம்படுத்த அல்லது உடற்கூற்று செயற்பாட்டினைத் தடை செய்கின்ற தசைகளைச் செயற்பட வைக்கின்ற அல்லது உடற்பயிற்சி இன்மையினால் உடலில் ஏற்பட்ட பலவீனத்தை இல்லாமல் செய்வதற்கு உடற்பயிற்சி வழி செய்கிறது. உடல் அசைவுகள் பயிற்சிகளின் மூலம் மீண்டும் கற்பிக்கப்பட்டு, செயற்படுத்தப்பட்டு (உதாரணமாக. மருத்துவப் பயிற்சிமுறை ஊடாக அல்லது சுவாசப்பயிற்சி ஊடாக) அல்லது புதிய முறைகள், சுமைகுறைந்த அசைவு முறைகளின் மூலம் செயலாற்ற முயற்சி மேற்கொள்ளப்படும். மேலும் உடற்பயிற்சியானது தீவிரமான வலியினைக் குறைப்பதற்கும் (முதுகு - மூட்டு வலிகள்)



புனர்வாழ்வும் சிகிச்சையும்

வீட்டிலும் - மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின்புமான பராமரிப்பு

இதன்மூலம் நோயாளியானவர் மீண்டும் நோயிலிருந்து விடுபட்டு அசையவும் உதவுகிறது. (உடலை அமுக்கிவிடுதல் மூலமாக, குளியல் முறைகள், ஒத்தடங்கள் மூலமாக, → கதிர்வீச்சுமுறை மூலமாக)

ஏர்கோதெரப்பி ஆனது, நோயாளியானவர் ஒரு சத்திரசிகிச்சையின் பின்போ, அல்லது நோயின் காரணமாகவோ, அல்லது ஒரு விபத்தின் காரணமாகவோ தனது வேலை செய்யும் ஆற்றலை இழக்கும் பட்சத்தில் சிபார்சு செய்யப்படுகிறது. இப்படியான சந்தர்ப்பத்தில் ஏர்கோதெரப்பி ஆனது நாளாந்த இயக்கங்களிலும் வேலையிலும் மீண்டும் சுயமாக இயங்க உதவுகிறது. நோயாளியானவர் தேவையேற்படும் பட்சத்தில் செயற்கை அவயங்களின் மூலமாக வாழ்வதற்கு ஏர்கோதொப்பியினமூலம் பழகிக்கொள்வர்.

முதுமைக்கால வைத்தியப் பராமரிப்பு

நோயானது வயது முதிர்ந்த நிலையுடன் சம்பந்தப்பட்டதாயின் அதனை மருத்துவ முறையில் முதுமை நோயியல் (Geriatric) என்று அழைக்கப்படும். சில மருத்துவமனைகளில் வயது முதிர்ந்த நோயாளர்களைப் பராமரிப்பதற்கான முதியோர் பிரிவுகள் உள்ளன. மருத்துவ மனைகளில் தங்கியிருந்து சிகிச்சை பெற்ற பின்னர் மீண்டும் வீட்டுக்குச் செல்ல முடியாத நிலை வயது முதிர்ந்த நோயாளிக்கு சில வேளைகளில் ஏற்படுகின்றது. ஒரு வேளை இவர்கள் தனியே வாழ்பவராக இருக்கலாம். அல்லது இவர்களது உறவினர்களுக்கு மேற்படி நோயாளிகளைத் தாமே பராமரிப்பதற்கு நேரமும், வசதியும் கிடைக்காமல் இருக்கலாம்.

இப்படியான சூழ்நிலையில் நோயாளியானவர் முதியோர் பராமரிப்பு நிலையங்களில் சேர்க்கப் படுவர். வயது முதிர்ந்தவர்கள் தாமாகவே தம்மை ஒரு முதியோர் பராமரிப்பு நிலையத்தில் பதிவு செய்து கொள்ளவும் முடியும். அவர்கள் ஒரு (மருத்துவமனை) சமூகநலப் பிரிவு அல்லது உறவினர்களால் பதிவு செய்யப்படவும் முடியும். இங்கு முக்கியமானது என்னவெனில் இவர்கள் முன்கூட்டியே ஒரு முதியோர் நிலையத்தைப் பார்வையிட்டு தெரிவு செய்திருக்க வேண்டும். ஏனெனில் இங்கு இடவசதியானது மட்டுப்படுத்தப் பட்டிருக்கும். சில இடங்களில் காத்திருப்போர் பட்டியல் மிக நீண்டதாக இருக்கும். முன்கூட்டியே பதிவதன் இன்னுமொரு முக்கியமான விடயம் என்னவெனில், முதியோர் தாமாகவே தான் போகப்போகின்ற புதிய வீட்டைப் பற்றிய படத்தை தமக்குள் ஏற்படுத்திக் கொள்ளுதல். அதனாலேயே சில முதியோர் நிலையங்களில் பார்வையிருவதற்கும், விளக்கமளிப்பதற்குமான நாட்கள் ஒதுக்கப்பட்டிருக்கும்.

வீட்டிலும் - மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறிய பின்புமான பராமரிப்பு

மேற்குறிப்பிட்ட அந்த நாட்களில் நீங்கள் பராமரிப்பு, நிலைய விதிமுறைகள், அதேபோல் செலவினம் பற்றிய விளக்கத்தைப் பெற்றுக்கொள்வீர்கள். தேவையான விலாசங்களை கிராமசபைகளில் (Gemeinde) இருந்தோ அல்லது முதியோர் இல்லக் கழகம் சவில் (→ [1], S.62) இடம் இருந்தோ பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

முதியோர் பராமரிப்பு இல்லங்களில் வாழ்பவர்களின் வைத்தியப் பராமரிப்புச் செலவை மட்டுமே வைத்தியக் காப்புறுதி ஏற்றுக்கொள்ளும். மற்றய அனைத்துச் செலவுகளையும் (வதிவிடம், உணவு போன்றவை) தாங்களாகவே செலுத்தவேண்டும். எனவேதான் ஒரு முதியோர் பராமரிப்பு இல்லத்துக்கு செல்லுமுன் அதற்கு உண்டான செலவினங்களைப் பற்றித் தேவையான விளக்கங்கள் பெற்றிருத்தல் மிக அவசியமானது.

சுயமாதத் தனியே வாழ்கின்ற, ஆனால் பராமரிப்பும் வீட்டு வேலையில் உதவியும் தேவைப் படுகின்ற வயது முதிர்ந்தவர்களுக்கு பிரத்தியேகமான வெளியார் நோய்ப்பராமரிப்பும், வீட்டுக்கு வந்து உதவிசெய்யும் பிரிவுடன் கூடிய (ஸ்பித்தெக்ஸ் → [1] பக்கம் 31). பிரத்தியேக முதியோர் தனி இல்லங்கள் இருக்கின்றன. இதற்கும் முன்கூட்டியே நேரகாலத்துக்கு பதிவுசெய்ய வேண்டும். இதற்கான தகவல்களை நீங்கள் → Pro Senectute ([1] பக்கம் 62) எனும் அமைப்பிலிருந்தும் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

தாயும் சேயும்

பெண்ணோய் மருத்துவரிடம் பரிசோதித்தல்

தொற்று நோய்கள் உள்ளனவா எனப் பரிசோதித்தல், புற்றுநோய் பற்றி முன்கூட்டியே அறிதல், அதேபோல் பெண்களின் ஆரோக்கியம் பற்றிய அறிவுறுத்தல்கள் (→ மாதவிலக்கு நிறறல், → கர்ப்பத்தடை, → குடும்பக்கட்டுப்பாடு) போன்றவை பெண்ணோய் மருத்துவப் பரிசோதனையில் உள்ளடங்கும்.

ஒரு பெண்ணான நான் எனது ஆரோக்கியத்துக்காக என்ன செய்யலாம்?

ஒழுங்காக மகப்பேற்று வைத்தியரிடம் பரிசோதிப்பது, முன்கூட்டியே வருத்தங்களைக் கண்டறிய உதவும்.

பெண்ணோய் வைத்தியரானவர் பரிசோதனைக்கு முன்பாக உங்களது பொதுவான உடல் ஆரோக்கியம் பற்றி விசாரிப்பார். இதன் போது மாதவிடாய் பற்றிக் கேட்கப்படும். மாதவிலக்கின் போது இரத்தப்போக்கில் ஏற்படுகின்ற தடங்கல்கள் பெண்களைப்

பொறுத்தவரையில் பல நோய்களுக்கான அறிகுறியாகக் காணப்படுகிறது. இதன் பின்னர் பரிசோதனை மேற்கொள்ளப்படும். இப்பரிசோதனையின் போது பெண்ணோய் வைத்தியரானவர் ஒரு சிறிய குச்சியை பெண் உறுப்பினுள் செலுத்தி, கர்ப்பப்பையின் வாயிலிலுள்ள தோலில் இருந்து சில கலங்களை அக்குச்சியினால் அகற்றி எடுப்பார். இந்தச் சிறிய கலங்கள் உள்ளேயும் வெளியேயும் உள்ள மிக மிருதுவான பகுதிகளில் உள்ள (அசாதாரண நிலையினை எடுத்துக்காட்டும். மேற்படி கலங்களைப் பரிசோதனைச் சாலையில் பரிசோதிக்கும் போது, கர்ப்பப்பைக் குழாய்ப் புற்றுநோய் உள்ளதா என முன்கூட்டியே அறிய வாய்ப்புள்ளதோடு, முட்டைக்கரு புற்றுநோயும் உள்ளதா என உணரமுடியும். இன்னுமொரு முக்கியமான விடயம் மார்பகப் பரிசோதனையாகும். அதன்போது மார்பகங்கள் கடினமாகியுள்ளனவா (முடிச்சுக்கள்) எனக் கண்டறியப்படும்.

மேற்கண்ட முன்னெச்சரிக்கையான பரிசோதனைகளை பெண்ணோய் வைத்தியர்கள் தமது மருத்துவமனைகளில் நடாத்துவர். பெரிய நகரங்களில் இவ்வாறான பெண்கள் வைத்திய நிலையங்கள் மாநில வைத்தியசாலைபுடன் அல்லது பல்கலைக்கழக வைத்திய சாலைகளுடன் இணைக்கப்பட்டிருக்கும்.

கர்ப்பகாலம்

ஒரு பெண்ணின் வாழ்க்கையானது ஒரு கர்ப்பத்துடன் மாற்றமடைகிறது. ஆனால் அவரின் துணைவருக்கும், முழுக்குடும்பத்துக்கும் ஒரு புதிய வித்தியாசமான நேர வேறுபாடு தொடங்குகிறது. இந்த நேரத்தில் பிள்ளையினதும் தாயினதும் ஆரோக்கியமும், பாதுகாப்பும் மிக முக்கியமானது. நீங்கள் கர்ப்பம் தரித்திருக்கிறீர்கள் என நீங்கள் நினைத்தால் கர்ப்பம் தரித்திருக்கிறீர்களா எனப் பரிசோதிப்பதற்கான மருந்தை மருந்துக் கடையில் வாங்கி நீங்களாகவே பரிசோதித்துக் கொள்ளலாம். முதலாவது அறிவுறுத்தலுக்கு நேரடியாக உங்களது குடும்ப வைத்தியரை அல்லது உங்களது
→ பெண்கள் மருத்துவ மையத்தை நாடலாம். கர்ப்பம் தரித்திருப்பது நிச்சயமாயின் வைத்தியர் உங்களைப் பற்றிய சில முக்கிய வினாக்களையும் (தற்போதய உடல்நிலை, இதற்கு முந்திய தாய்மைப்பேறு, ஏற்கெனவே ஏற்பட்ட நோய்கள், அத்துடன் சத்திரசிகிச்சைகள்), இதுவரையில் தற்போதய கர்ப்பகாலத்தின் நிலமை பற்றியும் கேட்டறிவார்.

கண்காணிப்புப் பரிசோதனை

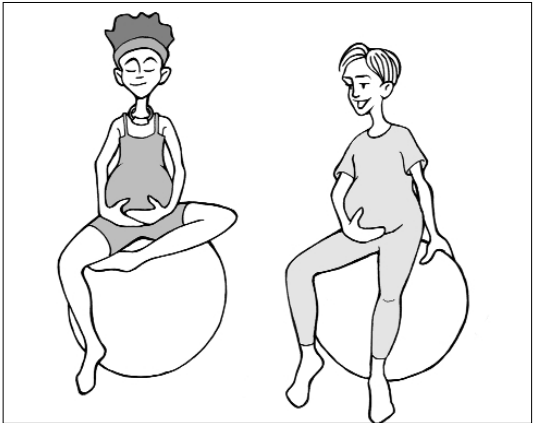
கர்ப்பகாலத்தின்போது குறிக்கப்பட்ட கால இடைவெளியில் கிரமமாக

தாயும் சேயும்

நீங்கள் பரிசோதிக்கப்படுவீர்கள். இந்தப் பரிசோதனையின் போது கர்ப்பகாலக் கண்காணிப்பு மாத்திரமல்லாமல் தாய்க்கும் சேய்க்கும் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்தை அறியும் வாய்ப்பும் உள்ளது. இந்தக் கண்காணிப்புப் பரிசோதனையின் போது தாயினுடைய நிறையும், இரத்த அழுத்தமும் அளந்தறியப்படும். இரத்தத்தினதும், சிறுநீரினதும் அளவு உறுதி செய்யப்படுவதுடன், மகப்பேற்றுக்கான பரிசோதனையும் (கர்ப்பப்பையைளும், கர்ப்பப்பை வாயிலையும் கண்காணித்தல்) நடாத்தப்படும். சிசவினது அமைவும், இதயத்துடிப்பும் கண்காணிக்கப்படும். பரிசோதனையின் போது → அல்ரா ஒலி அலைக்கருவியின்மூலமாக பெண் நோய் வைத்தியரானவர் சிசவினது அசைவுகளையும், வளர்ச்சியையும் கண்காணிப்பார்.

பிரசவத்துக்கு முன்பான ஆயத்தம்

மகப்பேற்றுக்கு ஆயத்தப்படுத்துவதற்கு விரும்புகின்ற தாய்மாருக்கும் தந்தைமாருக்கும் சுவசில் வகுப்பு வசதிகள் காணப்படுகிறது. இந்த வகுப்புக்களில் கர்ப்பகாலம், மகப்பேற்றின்போது ஆயத்தப்படுத்தல், பெற்றோர் ஆவதால் ஏற்படும் புதிய கடமைகள் போன்றன, இங்கு பெண்களுக்கும், அல்லது தம்பதிகளுக்கும் சொல்லித்தரப்படும். இப்படியான பயிற்சி வகுப்புக்கள் 26 தொடக்கம் 30 வரையிலான கர்ப்ப வாரங்களில் ஆரம்பிப்பது நல்லது எனச் சிபார்சு செய்யப்படுகிறது. இதுபற்றிய தகவல்களை → உங்கள் பெண்கள் வைத்திய மையங்களில் பெற்றுக் கொள்ளலாம். சுவசில் நீங்கள் வைத்தியசாலையில் (மருத்துவமனையில் தங்கியிருந்து அல்லது → வெளிநோயாளர் பிரிவு மகப்பேறு),



பிரசவத்துக்கான ஆயத்தம் செய்யும் வகுப்பு

அல்லது ஒரு → பிரசவ விடுதியில் அல்லது வீட்டில் பிரசவிக்கலாம். உங்களது வைத்தியரின் ஊடாக கர்ப்பகால அறிக்கை பிரசவத்துக்காகப் பதிவுசெய்யப்படும். நீங்கள் எங்கே பிரசவிக்க விரும்புகிறீர்கள் என்பதை அனேகமாக நீங்களே தெரிவுசெய்யலாம். அத்துடன் மருத்துவமனையையோ, பிரசவவிடுதியையோ முன்கூட்டியே பார்வையிடலாம். அதேபோல் பிரசவத்துக்கு ஏற்ற நிலை அல்லது இடத்தைப் பற்றியும் நீங்கள் அறிந்து கொள்ளலாம்.

மகப்பேறு

நோ தொடங்கியவுடன் அல்லது → பன்னீர்க்குடத் திரவம் வெளியேறத் தொடங்கியவுடன் நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்த இடத்துக்கு தொலைபேசி மூலம் தொடர்பு கொண்டு → மருத்துவ மாதுடன் பேச வேண்டுமென்று கேட்கவேண்டும். மருத்துவமாத் உங்களுடன் உங்களது அப்போதைய நிலமையைப் பற்றிப் பேசுவார். → அவசரமாயின் நீங்கள் நேரடியாக அங்கேயே செல்லலாம். அப்படியாயின் Taxi யில் செல்வது விரும்பத்தக்கது.

மருத்துவ மனையில் அல்லது → பிரசவ விடுதியில் சேர்க்கப்படும் போது நீங்கள் மருத்துவ மாதினால் பொறுப்பேற்கப்பட்டிரு குறிக்கப்பட்ட நேரத்தில் பிரசவ அறைக்குக் கொண்டு செல்லப்படுவீர்கள். அங்கு முதலில் எல்லாவித முக்கிய பரிசோதனைகளும் நடாத்தப்படும். பின்பு ஒரு கருவியின் உதவியுடன் சிசுவினது இதயத்துடிப்பும், உங்களது நோவின் அளவும் வரைபடம் மூலம் கண்டறியப்படும். உங்களுடைய பிரசவ நிலையினை நீங்கள் சுயமாகவே தேர்ந்தெடுக்கலாம். மருத்துவமாத் பிரசவத்தின் போது உங்களுக்கு உதவி செய்வார். மேலும் அவர் உங்களுக்கு, நீங்கள் உங்களை எப்படி ஆசுவாசப்படுத்திக் கொள்ளலாம் என்பதைக் காண்பிப்பார். அதுமட்டுமல்லாமல் உடலை அமுக்கி விடுவதன்மூலம் நோவை இல்லாமல் செய்யவும் உதவுவார். உங்களது எல்லாப் பரிசோதனைகளின் போதும், பிரசவத்தின் போதும் உங்களது துணைவர் அல்லது உங்களுக்கு மிக நெருங்கிய ஒருவர் நீங்கள் விரும்பும் பட்சத்தில் உங்களுடன் இருக்கலாம். வைத்தியசாலையில் சாதாரணமாக பிரசவத்தின் இறுதி நேரத்தில் வைத்தியர்கள் உங்களைக் கண்காணிப்பதுடன் உங்களுக்கு உதவுவார்கள். வீட்டில் அல்லது பிரசவ விடுதியில் அநேகமாக வைத்தியர் இருப்பது குறைவு, ஆதலால்தான் பிரச்சினை உள்ளவிடத்து வைத்தியசாலையில் உங்களை அனுமதிக்க வேண்டும்.

தாயும் சேயும்

பிரசவத்தின் பின் ஓய்வெடுக்கும் பகுதி (Das Wochenbett)

பிரசவத்திற்கு அடுத்துவரும் நாட்களில் நீங்கள் உடலாலும் மனதாலும் ஓய்வெடுப்பதற்கு உங்களுக்கு இந்த நாட்கள் ஒதுக்கப்பட்டுள்ளது. இந் நேரத்தில் குழந்தை உங்களுடன் இருக்கலாம். இயலுமானால் தாய் குழந்தையைத் தானாகவே கவனிக்கலாம். குழந்தை பிறந்து முதல்வாரம் தாயையும் சேரையும் மருத்துவதாதிமாரும் → மருத்துவமாதும் அல்லது மருத்துவர்களும் ஒழுங்காக பார்வையிடுவார்கள்.

பொதுவாகத் தாய் பிரசவத்தின் ஏழு வாரங்களின் பின் மருத்துவர் அல்லது மருத்துவமாதிடம் பிரசவ சம்பந்தமான இறுதிப் பரிசோதனைக்குச் செல்லுதல் வேண்டும்.

சுவிற்சர்லாந்தில் தாய்மாருக்கான காப்புறுதி (அரசநிதியம்) எதுவுமில்லை. வேலை செய்யும் தாய்மார் நிறுவனத்தின் ஒப்பந்தத்தின்படி சம்பளப்பணத்தைப் பெறலாம். இதை உங்களது வேலை கொள்வோரிடம் கேட்டு அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

சிசுப்பராமரிப்பு (Säuglingsbetreuung)

உங்கள் குழந்தைகளுக்குப் பாலுாட்டுவதற்கும், அதனைப் பராமரிப்பதற்கும் வேண்டிய ஆலோசனைகளும் தகவல்களும் மருத்துவ நிலையத்தில் வழங்கப்படும். அத்துடன் குழந்தைக்குத் தேவையான பரிசோதனை பற்றிய தகவல்களும் வழங்கப்படும். வைத்தியசாலையில் இருந்து வீடு வந்ததும் தாய் தகப்பனுக்கு ஆலோசனை வழங்கும் காரியாலயத்துடன் தொடர்பு கொண்டால் அவர்கள் உங்களுக்கு வேண்டிய ஆலோசனைகளை தொலை பேசியிலோ, வீட்டிற்கு வந்தோ, அல்லது ஆலோசனைக்குரிய நாட்களிலோ தரக் காத்திருக்கிறார்கள். நீங்கள் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி, உணவு, பராமரிப்பு போன்றவற்றை அவர்களிடம் இருந்து தெரிந்து கொள்ளலாம். அத்துடன் பாலுாட்டும் தாய்மாருக்குள்ள சந்தேகங்கள் அல்லது பிரச்சினைகளைப் பற்றிப் பேசுவதற்குப் பாலுாட்டும் தாய்மாருக்கான நிறுவனம் (Stillberatung) உள்ளது. தாய் - தகப்பன் ஆலோசனை அமைப்புக்கு நீங்கள் கட்டணம் எதுவும் செலுத்த வேண்டியதிலை. பாலுாட்டும் தாய்மாருக்கான ஆலோசனை நிறுவனத்துக்கு நீங்கள் செல்லவேண்டி ஏற்படும்பட்சத்தில், அதற்குச் செல்லும் மூன்று தடவைகளுக்கான கட்டணத்தை மருத்துவக்காப்புறுதி செலுத்தும் (பக்கம் 42) மேற்கூறியவற்றின் முகவரிகளை உங்கள் கிராமசபைகளில் (புறநகரெனெந) பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

தாயும் சேயும்

குழந்தைகளுக்கான மருத்துவப் பராமரிப்பு

சிலவேளை உங்களுக்கு ஒரு குடும்ப வைத்தியர் இருப்பதுபோல் குழந்தைக்கும் ஒரு குழந்தை மருத்துவர் (Kinderarzt) அவசியம். குழந்தை மருத்துவர் குழந்தைக்குத் தேவையான பரிசோதனைகளை மேற்கொள்வதுடன், →தடுப்பு மருந்து அட்டவணையும் தயார் செய்து அதனைக் குழந்தைக்கு கொடுக்கவும் செய்வார். அத்துடன் குழந்தையின் உடல்நலக் குறைபாட்டையும் மேற்பார்வை செய்து தீர்த்துவைப்பார். குழந்தை மருத்துவர் எப்போது என்ன மாதிரியான பரிசோதனைகளை உங்கள் குழந்தைகளுக்குச் செய்யவேண்டும் எனவும் உங்களுக்கு அறிவிப்பார். குழந்தை மருத்துவர் உங்களது குழந்தையின் ஆரோக்கியநிலை உணவு, மற்றும் உடல், உள, மன வளர்ச்சிகளையும் பரிசோதிப்பார். நீங்கள் ஒரே குழந்தை மருத்துவரிடம் ஒழுங்கமையச் செல்வதன் மூலம் உங்கள் குழந்தை நோய்வாய்ப்படையும் அல்லது →அவசரஉதவி தேவைப்படும் போது விரைவாகவும், அதேநேரம் சரியாகவும் மருத்துவரால் கவனிக்கமுடியும்.

குழந்தை மருத்துவர் என்றால் என்ன?

உங்கள் குழந்தை சுகயீனமுறும்போது, முதலில் தொடர்பு கொள்ள வேண்டியவர்.



குழந்தைகளுக்கான வைத்தியர்

தாயும் சேயும்

பெரியவர்களைவிட குழந்தைகளுக்கே முக்கியமாக அவசரசிகிச்சை தேவைப்படுகிறது. கீழ்வரும் அறிகுறிகள் குழந்தைகளிடம் முக்கியமாகக் கவனிக்கப்பட்டு உடன் கையாளப்பட வேண்டும்.

<p>பொதுவானவை</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 39.5ளீ க்கு மேல் காய்ச்சல் இருத்தல் ■ அடிக்கடி வாந்தி எடுத்தலுடன் கூடிய வயிற்றோட்டம் அல்லது தனியே வயிற்றோட்டம் ■ பசியின்மை ■ சிறுநீர் கழிக்கும் போது நோவுதல்
<p>சுவாசம்</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ மூச்சு விடுதலில் உள்ள புதிய பிரச்சினைகள் உதாரணம். மூச்சு விரும்போது விசில் அடிப்பது போன்று இருப்பது, முனகுதல், மூச்சுத்திணறுதல் என்பன. ■ மூச்சுவிட முடியாமல் அவதிப்படுதல் அல்லது கடுமையாக மூச்சை இழுத்து விடுதல். ■ தோல் நீலமாதல் (ஒட்சிசன் குறைதல்)
<p>இரத்தச்சுற்றோட்டம்</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ குளிர்ந்த கைகள் அல்லது கால்கள் ■ தோல்நிறம் வெளிறிக் காணப்படுதல் ■ வியர்த்தல்
<p>உணர்தல்</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ குழந்தை சாதாரண நிலையைவிட ஆழ்ந்து தூங்குதல், சாதாரணமாக எழுப்பமுடியாமல் இருத்தல் ■ உணர்வற்றிருத்தல், உணர்ச்சிகளை வெளிக்-காட்டாமல் இருத்தல். ■ குறிப்பிடத் தக்க அசைவுகள் அல்லது இழுப்பு ■ வழமைக்கு மாறான நடத்தைகள்

மேற்குறிப்பிட்ட ஒன்று அல்லது ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட அறிகுறிகள் உங்கள் குழந்தையில் காணப்படும் பட்சத்தில், நீங்கள் உடனடியாக குழந்தைகளுக்கான மருத்துவரை நாடவேண்டும். அவர் இல்லாத பட்சத்தில் உடனடியாக அவசரசிகிச்சைப் பிரிவுக்குக் குழந்தையைக் கொண்டு செல்ல வேண்டும் (பக்கம். 22).

உங்கள் குழந்தை பாடசாலை செல்கின்றதெனில் அவர்களை மேலதிகமாக அங்கு இருக்கும் → பாடசாலை குழந்தைகள் மருத்துவர் ஒழுங்காகப் பரிசோதனை செய்வார்.

தாயும் சேயும்

5

மருத்துவக் காப்புறுதித் திட்டம்

சட்டமும் ஒழுங்கும்

நோயுற்ற போது, விபத்தின் போது அல்லது கர்ப்பம் தரித்துள்ள போது பாதுகாப்பு அளிக்கின்ற இந்த மருத்துவக் காப்புறுதித் திட்டம் சுவிஸில் வாழும் அனைவருக்கும் கட்டாயமானது.

யாருக்கு மருத்துவக் காப்புறுதி கட்டாயம் செய்திருக்க வேண்டும்?

- எந்த நாட்டவராக இருந்தாலும் சுவிற்சர்லாந்தை வதிவிடமாகக் கொண்ட அனைவரும், அத்துடன் எல்லாக் குடும்ப அங்கத்தவர்களும். மூன்று மாத இடைவெளிக்குள் பதிவுசெய்ய வேண்டும். → குழந்தை பிறந்து அல்லது வதிவிட அனுமதி பெற்று).
- வெளிநாட்டவர் இதேபோன்று மருத்துவக் காப்புறுதி இல்லாதவர்கள் அல்லது மூன்று மாதங்களுக்கு மேல் சுவிசில் இருப்பவர்கள்.
- தஞ்சம் கோரியவர்கள், தற்காலிகமாகத் தங்க அனுமதி உள்ளவர்கள், பாதுகாக்கப்பட வேண்டியவர்கள் அனைவரும் இக் காப்புறுதி செய்திருக்க வேண்டும்.

மருத்துவக் காப்புறுதிகள்

சுவிஸ்நாட்டில் 100 க்கும் அதிகமான மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனங்கள் உள்ளன. இந்த நிறுவனங்களில் ஒவ்வொருவரும் கட்டுப்பாடின்றி அடிப்படைக் காப்புறுதிகளை (பக்கம். 22) மேற்கொள்ளலாம். சில சிறிய காப்புறுதி நிறுவனங்களில் வசிக்கும் இடங்களைப் பொறுத்து அனுமதித்தல் வரையறுக்கப்பட்டுள்ளது.

ஒவ்வொருத்தரும் தமக்குரிய மருத்துவக் காப்புறுதியை விரும்பியவாறு தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

விதிவிலக்கு

தஞ்சம் கோரியவர்கள் (N) தற்காலிகமாகத் தங்குவதற்கு அனுமதி கிடைத்தவர்கள் (F) பாதுகாக்கப்பட வேண்டியவர்கள் (N) தங்களது மருத்துவக் காப்புறுதியைத் தாங்களே தெரிவுசெய்ய முடியாது. உங்களது மருத்துவ பராமரிப்பு ஒவ்வொரு மாவட்டங்களிலும் வெவ்வேறு விதமாகக் கையாளப்படுகிறது. நீங்கள் எந்த மருத்துவக் காப்புறுதியில் பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கிறீர்கள் என்றும், நோய்வாய்ப்படும் போது எங்கு செல்லவேண்டும் என்றும் உங்களுக்குப் பொறுப்பான உத்தியோகத்தரிடம் கேட்டு அறிந்துகொள்ளுங்கள்.

உங்கள் மருத்துவக் காப்புறுதியில் உங்களுக்குத் திருப்தி இல்லாதபட்சத்தில் நீங்கள் வேறு காப்புறுதிக்கு மாறலாம். அடிப்படைக் காப்புறுதிக்கான ஒப்பந்தத்தை இல்லாமல் செய்வதாயின் முன்று மாதத்துக்கு முன்னர் அறிவிக்க வேண்டும். (உங்கள் ஒப்பந்தத்தைக் கைவிடுவதற்கான அறிவிப்பு 31 பங்குனி அல்லது 30. புரட்டாதியில் பதிவுத்தபால் மூலம் மருத்துவக் காப்புறுதியைச் சென்றடைய வேண்டும்) நீங்கள் புதிய காப்புறுதியைத் தொடங்கும் பட்சத்தில் மாத்திரமே உங்களது முன்பிருந்த காப்புறுதி முடிவடையும்.

அடிப்படைக் காப்புறுதி

அனைத்து மருத்துவக் காப்புறுதியிலும், அடிப்படைக் காப்புறுதி அனைவருக்கும் ஒரேமாதிரியான சலுகைகள் கொண்டதாகவே இருக்கும்.

அடிப்படைக் காப்புறுதியில் எனக்கு

எந்தவிதமான சலுகைகள் பதியப்பட்டுள்ளது?

→ வெளிநோயாளர் சிகிச்சை

- உத்தியோக பூர்வமாக அங்கீகரிக்கப்பட்ட வைத்தியர்களின் சிகிச்சை (பக்கம்.14).

→ மருத்துவ மனையில்

அனுமதிக்கப்பட்டு நடைபெறும்

சிகிச்சை (உள் நோயாளர் பிரிவு)

- பொது நோயாளர்பகுதியில் (பல படுக்கைகள் உள்ள அறை) வைத்தியசாலையில் நீங்கள் தங்கியிருக்கும் மானிலத்தைப் பொறுத்து, அங்கு உள்ள உத்தியோகபூர்வமான பட்டியலில் உள்ளபடி (→மருத்துவமனைப் பட்டியல்) சிகிச்சை நடைபெறும். (பக்கம். 27).

சட்டமும் ஒழுங்கும்

மருத்துவகை

- மருத்துவரால் பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருத்துவகைகள், ஆய்வுகூடப் பரிசோதனைகள் (→ விசேடமான சீட்டுக்கள்) என்பனவற்றுக்குப் பணம் செலுத்தப்படும். (பக்கம். 22).

கர்ப்பகாலமும் பிரசவமும்

- கர்ப்பகாலத்தில் ஏழு தடவைகள் பரிசோதித்துப் பார்ப்பதற்கும் இரண்டு தடவைகள் → அல்றாஓலி அலைலம் பரிசோதிப்பதற்கும் (பக்கம். 46).
- பிரசவத்துக்குத் தயார்படுத்தும் முன்வகுப்புக்கு 100.- (பக்கம். 37)
- பிரசவத்தின்போது ஏற்படும் வைத்தியச் செலவு, மருத்துவ மனையில், வீட்டில் அல்லது → பிரசவ விடுதியில் (பக்கம். 38)
- பாலூட்டும் ஆலோசனை மையத்துக்கு மூன்று முறையும் பிரசவத்தின் பின்பு ஒருபரிசோதனைக்கும் (பக்கம். 39).

ஆரோக்கிய வாழ்வு (நோய்த்தடுப்பு)

- தடுப்பூசி (சின்னம்மை, மணல்வாரி, கூகைக்கட்டு, ஏர்ப்புவலி, தொண்டைக் கரப்பான், இளம்பிள்ளைவாதம்) போன்றவற்றிற்கு மீண்டும் கொடுக்கும் நோய்த்தடுப்பு மருந்துகட்கும் (பக்கம். 11).
- பிள்ளைகள் பாடசாலை செல்லுவதற்கு முன்பு செய்யும் எட்டு உடலாரோக்கிய பரிசோதனைகள் (பக்கம். 39).
- பெண்களின் நோய்களுக்கான மருத்துவரால் மேற்கொள்ளப் படும் ஆரோக்கியவாழ்வுப் பரிசோதனைகள் (3 வருடத்துக்கு ஒருமுறை, 50 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு இரண்டு வருடத்துக்கு ஒருமுறை) (பக்கம். 35)

புனர்வாழ்வும் சிகிச்சையும்

- மருத்துவரின் பரிந்துரையின்படி வழங்கப்படும் உடற்பயிற்சி, கைவேலைப் பயிற்சி என்பன (பக்கம். 33).
- மருத்துவரால் எழுதித்தரப்படும் அங்கீகரிக்கப்பட்ட மருத்துவக் குளியலுக்கு ஒருநாளைக்கு 10.- (கூடியது 21 நாட்கள் வருடத்தில்).

நிறைவுசெய்கின்ற மருத்துவச் சிகிச்சைகள்

(→ அக்குபுங்தூர், → கோமியோபதி, → சீன், → அத்ரோ பதிசே மருத்துவம், → நரம்பு வைத்தியம், → பிய்தோ தெரப்பி)

- அங்கீகரிக்கப்பட்ட வைத்தியர்களினால் நடைபெறும் இம்மாதிரியான சிகிச்சைகளுக்குப் பணம் செலுத்தப்படும். (பக்கம். 20).
- மருத்துவரால் பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருத்துவகைகள் → விசேட பட்டியல்கள் உள்ளன (vgl.S. 22).

→ அவசரசிகிச்சை

- அம்புலன்ஸ் போக்குவரத்துக்கான கட்டணம் செலுத்தப்படும், இருப்பினும் வருடமொன்றிற்கு 500.- மட்டுமே செலுத்தப்படும்
- உயிராபத்தில் இருந்து காப்பாற்றப் படுபவர்கள் (உதாரணம். மலையில் ஏற்படும் விபத்து, இதயநோய்) போன்றவற்றிற்கு அரைவாசிக்கட்டணம் செலுத்தப்படும். வருடமொன்றிற்கு 5000.- மட்டுமே (பக்கம். 23).

வெளிநாடுகளில் இருக்கும்போது நோய்வாய்ப்பட்டால் (வரையறுக்கப் பட்ட காலத்துக்கு மாத்திரம் செல்லுபடியாகும்)

- அவசரமருத்துவஉதவி வெளிநாடுகளில் தேவைப்பட்டால் அதற்கான எல்லாக்கட்டணமும் பொறுப்பேற்கப்படும் →?, அதேநேரம் இது சுவீசில் இருமடங்கு தொகையாக இருக்கக் கூடாது.

மேலதிகக் காப்புறுதி

நீங்கள் உங்கள் அடிப்படைக் காப்புறுதியுடன் சேர்த்து மேலதிக காப்புறுதியும் செய்து கொள்ளலாம். உதாரணமாக. பல் சிகிச்சைக்கு (பக்கம். 24), மருத்துவரால் சிபார்சு செய்யப்படாத உள் நோய்ச் சிகிச்சை (vgl.S 26)இ எந்தவைத்தியசாலைக்கு வேண்டுமானாலும் செல்லக்கூடிய (நீங்கள் விரும்பிய வைத்தியசாலைக்கு) (பக்கம். 27), மருத்துவமனையில் தனியார் பிரிவுகளில் ஏற்படும் மேலதிக செலவு (பக்கம். 27), அல்லது ஸ்பிதெக்ஸ் பிரிவு (பக்கம். 32), போன்றவற்றிற்கு சுயவிருப்பத்தின் பேரில் நீங்கள் இணைப்புக் காப்புறுதியை வைத்துக் கொள்ளலாம். அடிப்படைக் காப்புறுதி செய்த நிறுவனத்திடமே இந்த மேலதிக காப்புறுதியை வைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை.

நீங்கள் இணைப்புக் காப்புறுதி செய்ய விரும்பும்போது, காப்புறுதி நிறுவனங்கள், ஒருவரின் தேகாரோக்கியத்தின் அடிப்படையில் யாரை அனுமதிப்பது என தீர்மானிக்க முடியும். ஆதலால் நீங்கள் இணைப்புக் காப்புறுதி, வேறு காப்புறுதி நிறுவனங்களில் செய்யும் போது எழுத்து மூலம் உறுதிப்படுத்திய பிற்பாடே நீங்கள் முதல் வைத்திருந்த இணைப்புக் காப்புறுதி ஒப்பந்தத்தைக் கைவிடுவதாக அறிவிக்க வேண்டும். நீங்கள் இணைப்புக் காப்புறுதி செய்ய விரும்பினால் ஒரு மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனத்திடம் விசாரித்து அறிந்து கொள்ளவும்.

சட்டமும் ஒழுங்கும்

சுவிற்சர்லாந்தில் ஆரோக்கிய பராமரிப்பு இலவசமானதா?

இல்லை, நீங்கள் மாதாந்தம் → ஒரு குறிப்பிட்ட கட்டணத்தைச் செலுத்தவேண்டும். அத்துடன் நீங்கள் வைத்தியரிடம் சிகிச்சை பெறும் பட்சத்தில், செலவில் ஒரு குறிப்பிட்ட விகிதத்தையும் செலுத்த வேண்டும்.

மருத்துவக்காப்புறுதிக் கட்டணம்

மருத்துவக் காப்புறுதிக்கு நீங்கள் மாதாந்தம் → கட்டணம் செலுத்த வேண்டும். 18 வயதுக்கு உட்பட்டவர்களுக்கு கட்டணம் குறைவு. ஒரு சில மருத்துவக் காப்புறுதியில் இளைஞர்களுக்கு (19 வயது தொடக்கம் 25 வயதுக்கு இடைப்பட்டவர்கள்) வயது வந்தவர்களை விடக் குறைவான கட்டணம். அனைத்துக் காப்புறுதி நிறுவனங்களிலும் அடிப்படைக் காப்புறுதிச் சலுகைகள் ஒரேமாதிரியாக இருப்பினும், ஒவ்வொரு காப்புறுதியிலும் வெவ்வேறான கட்டணங்கள் இருக்கும். ஒவ்வொரு வருடமும் சமூகக்காப்புறுதி அமைச்சு (BVG, பக்கம். 62) நிறைவேற்றும் அறிக்கையின்படி காப்புறுதிக் கட்டணம் இடத்துக்கு இடம் மாறுபடும். கட்டண அதிகரிப்பு உங்களுக்கு, உங்கள் காப்புறுதி நிறுவனத்தினால் எழுத்து மூலம் அறிவிக்கப்படும். கட்டணம் அதிகரிக்கப்பட்டால், நீங்கள் ஒரு மாதகாலத்துக்குள் காப்புறுதி நிறுவனத்துடன் வைத்திருக்கும் ஒப்பந்தத்தைக் கைவிடுவதாக அறிவிக்கலாம்.

வருடாந்தக் கட்டணமும் தாமாகச் செலுத்தவேண்டிய தொகையும் கட்டணம் செலுத்தினாலும் → நீங்கள் வைத்திய சிகிச்சைக்குச் செல்லுமிடத்து ஒரு குறிப்பிட்ட கட்டணத்தைச் செலுத்த வேண்டும். இதன்மூலம் வருடாந்தக் கட்டணமாக (Franchise) நீங்கள் 230.- வரை செலுத்த வேண்டும். 230.- க்கு மேற்பட்ட தொகைக்கு மேல் சிகிச்சை நடைபெறும் பட்சத்தில், கட்டாயம் நீங்கள் மேலதிகமாக 10% சிகிச்சைக் கட்டணம் செலுத்தவேண்டும். நீங்களாகவே கட்டவேண்டிய தொகை வருடமொன்றுக்கு 600.- க்கு மேல் வரமாட்டாது. நீங்கள் வயது வந்தவர் எனும்பட்சத்தில் வருடமொன்றிற்கு 830.- மேல் கட்டணம் செலுத்த வேண்டியதில்லை. (வருடாந்தக் கட்டணம் 230.-, ஆகக் கூடிய சுயமாகக் கட்டவேண்டியது 600.-) தவிர நீங்கள் வேறு காப்புறுதி வகைகளைத் தெரிவுசெய்திருந்தால் (கீழே பார்க்கவும்)

சட்டமும் ஒழுங்கும்

உதாரணம்

உங்கள் மருத்துவ சிகிச்சைக் கட்டணம் (வைத்தியர், மருந்து, வைத்தியசாலை என்பன) ஒரு வருடக்கட்டணம் 1500.-. உங்கள் வருடாந்த கட்டாயக் கட்டணம் 230.- மிகுதியில் கட்டவேண்டியது 10% (1270 இல் 10%) மொத்தமாக நீங்கள் கட்டவேண்டியது 357.- (230.- கூடி 127.-) மிகுதியாகவுள்ள 1143.- உங்கள் மருத்துவக் காப்புறுதி செலுத்தும்.

தாய்மைக்காலச் (கர்ப்பகாலமும் பிரசவமும்) சிகிச்சைக் கட்டணம் நீங்கள் செலுத்த வேண்டியதில்லை.

குழந்தைகள் வருடாந்தக் கட்டணம் செலுத்த வேண்டியதில்லை. அவர்களின் சயபங்களிப்புக் கட்டணம் வருடமென்றிற்கு 300.-. அது என்னவெனில், குழந்தைகள் 300.- வரை 10% வருடம் ஒன்றிற்குச் செலுத்த வேண்டும்.



மருத்துவக் காப்புறுதி

சட்டமும் ஒழுங்கும்

மருத்துவக் காப்புறுதிக் கட்டணங்களை குறைப்பதற்கு வெவ்வேறான வழிகள் உள்ளன. நீங்கள் உங்கள் விருப்பத்திற்கமைய தேர்வு செய்யலாம்.

எப்படி எனது மருத்துவக் காப்புறுதியை நான் சேமிக்கலாம்?

காப்புறுதி செய்யப்பட்ட ஒருத்தர் சுகயீனமடையும்போது குடும்ப வைத்தியர் அமைப்பினால் HMO (உடல்நல மையம்) அங்கீகரிக்கப்பட்ட வைத்தியரிடம் மட்டுமே செல்லலாம். இதன்மூலம் நீங்கள் அதிக மாதாந்தக் காப்புறுதி செலுத்தவேண்டி ஏற்படாததுடன், சுயமாகச் செலுத்தும் வருடாந்தக் கட்டணமும் குறைவாக அல்லது இல்லாமல் இருக்கும். மேற்குறிக்கப்பட்ட அமைப்பினால் அங்கீகரிக்கப்பட்ட வைத்தியர்கள் அல்லாது வேறு எவரிடமும் நீங்கள் செல்ல முடியாது. இப்படியான அமைப்புக்களுடன் இணைந்து செயற்படும் காப்புறுதிகள் பெரிய காப்புறுதி நிறுவனங்களில் மட்டுமே செய்வதற்குச் சாத்தியம் உண்டு.

காப்புறுதி வெகுமதி

இந்த காப்புறுதி வெகுமதியானது ஒரு மோட்டார் வாகனக் காப்புறுதி போன்றது. தொடங்கும் போது 10% தள்ளுபடிக் கட்டணத்தில் தொடங்குவீர்கள். நீங்கள் உங்கள் காப்புறுதிக் கட்டணத்தில் இருந்து பணம் பெறாத பட்சத்தில் அடுத்து வரும் வருடங்களில் கட்டணம் குறைந்து கொண்டே போகும். (மருத்துவரால் 5 வருடத்தில் 45% வரை கழியும்)

வருடக் கட்டணத்தை உயர்த்துதல்

சில காப்புறுதி நிறுவனங்கள் வருடாந்தக் கட்டணத்தை உயர்த்துகின்றன. குழந்தைகளுக்கும் வருடாந்தக் கட்டணத்தைத் தெரிவு செய்யலாம். நீங்கள் எவ்வளவு கூடுதலா வருடாந்தக் கட்டணத்தைச் செலுத்துகின்றீர்களோ (die Franchise) அதற்கேற்றாற் போல் மாதாமாதம் கட்டும் பணம் குறைவாகவே இருக்கும். (ஆகக்கூடிய வருடாந்தக் கட்டுப்பணம் வயது வந்தவர்கள் 1500.-, குழந்தைகள் 375.-)

சட்டமும் ஒழுங்கும்

- இப்படியான காப்புறுதிகளில் மாற்றமேதும் செய்வதாயின் ஒரு வருடத்தின் பின்பு வருடக் கடைசியில் ஒருமாதத் தவணையில் ஒப்பந்தத்தைக் கைவிடுவதாக அறிவிக்கலாம். இப்படியான காப்புறுதிகளில் மாற்றமேதும் செய்வதாயின் ஐந்து வருடத்தின் பின்பு வருடக் கடைசியில் ஒருமாதத் தவணையில் ஒப்பந்தத்தைக் கைவிடுவதாக அறிவிக்கலாம். மருத்துவரால் இப்படியான காப்புறுதிகளில் மாற்றமேதும் செய்வதாயின் ஒரு வருடத்தின் பின்பு வருடக் கடைசியில் ஒருமாதத் தவணையில் ஒப்பந்தத்தைக் கைவிடுவதாக அறிவிக்கலாம்.

கட்டுப்பண மானியம் (Prämienverbilligung)

உங்களுக்கு மருத்துவக் காப்புறுதியின் மாதாந்தக் கட்டணம் செலுத்துவதற்குப் பணநெருக்கடி ஏற்படுமாயின், உங்கள் வதிவிட மானிலக் காரியாலயத்திற்குச் சென்று விசாரிக்க வேண்டும். (ஐ பக்கம். 62). புகலிடம் கோரிய ஒருவர் அல்லது சமூகசேவைகள் நிறுவனங்களிடம் உதவி பெறுபவர்கள் அல்லது மருத்துவக் காப்புறுதிக் கட்டணத்தைக் கிராமசபை ஊடாகச் செலுத்துபவர்கள் மருத்துவக் காப்புறுதி மானியம் பெறத் தகுதியற்றவர்கள். மருத்துவக் காப்புறுதி மானியமானது மானிலத்தின் சட்டத்தையும் உங்களது வருமானத்தையும் பொறுத்து வழங்கப்படும்.

விபத்துக் காப்புறுதி (Die Unfallversicherung)

விபத்துக்கள், வேலை நேரத்தில் நடைபெறுபவை, வேலை தவிர்ந்த நேரத்தில் நடைபெறுபவை என வேறுபடுகின்றன. வேலைவிபத்து எனப்படுவது பணியில் இருக்கும் போது அல்லது வேலைக்குப் போகும் போது அல்லது வேலைவிட்டு வரும்போது நடைபெறும் விபத்துக்களாகும். ஏனைய விபத்துக்கள் எல்லாம் வேலையில்லாத நேரங்களில் ஏற்படும் விபத்துக்களாகும். உதாரணமாக. ஓய்வு நேரங்களில், வீட்டில், விளையாட்டு நேரங்களில் அல்லது வீதியில் நடைபெறுபவை.

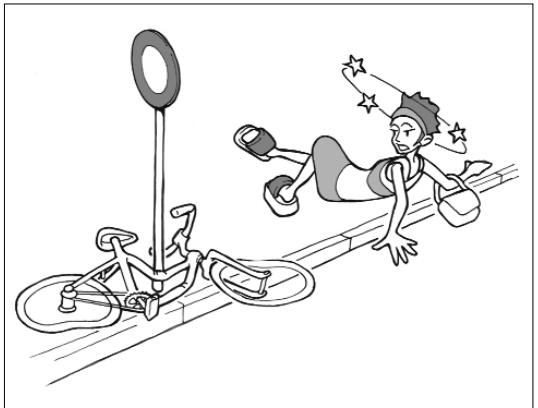
சுவிற்சர்லாந்தில் வேலை செய்பவர்கள் அனைவருக்கும் வேலைநேர விபத்துக்கான காப்புறுதி ஏலவே செய்யப்பட்டிருக்கும். கிழமை ஒன்றுக்கு 8 மணித்தியாலங்களுக்குமேல் வேலை செய்யும் ஒருவருக்கு வேலையில்லாத நேரங்களில் ஏற்படும் விபத்துக் காப்புறுதி செய்யப் பட்டிருக்கும். விபத்துக்கான காப்புறுதிக் கட்டணத்தை வேலை கொடுப்போரும் வேலை கொள்வோரும் சேர்ந்தே செலுத்தவேண்டும். நீங்கள் கட்டவேண்டிய தொகை

சட்டமும் ஒழுங்கும்

உங்களது சம்பளத்தில் இருந்து கிரமமாகக் கழிக்கப்படும். நீங்கள் தனியாகவும் விபத்துக் காப்புறுதி செய்து கொள்ளலாம். சுவிற்சர்லாந்தில் மிக முக்கியமான விபத்துக்காப்புறுதி SUVA (Schweizerische Unfallversicherungsanstalt) (ஐ பக்கம். 62) ஆகும்.

மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனங்களில் அடிப்படைக் காப்புறுதி செய்யும்போது விபத்துக் காப்புறுதியும் சேர்த்தே செய்யப்படுகிறது. நீங்கள் ஏற்கெனவே தனியாகவோ அல்லது வேலை கொடுப்போர் ஊடாகவோ விபத்துக் காப்புறுதி செய்திருப்பின், இதனை மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனத்திடம் தெரியப்படுத்துவதன் மூலம் உங்களது மாதாந்தக் → கட்டுப்பணத்தைக் குறைத்துக்கொள்ளலாம். நீங்கள் வேலைசெய்யாமல் இருக்கும் பட்சத்தில், கட்டாயமாக விபத்துக் காப்புறுதியை மீண்டும் உங்களது மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனத்தில் தாமாகவே செய்துகொள்ள வேண்டும்.

உங்களுக்கு விபத்து ஏற்படின் நீங்கள் உடனடியாக வேலைதருவோரிடம் அல்லது மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனத்திடம் உடனடியாக அறிவிக்க வேண்டும். அதற்கான விண்ணப்பப் படிவங்களை உங்களது வேலைதருவோரிடம் அல்லது மருத்துவக் காப்புறுதி நிறுவனத்தில் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.



விபத்துக் காப்புறுதி

சட்டமும் ஒழுங்கும்

சமூகநலக் காப்புறுதிகள்

சுவிற்சர்லாந்தை வதிவிடமாகக் கொண்டவர்கள் அல்லது இங்கு வேலை செய்பவர்கள் அனைவரும், கட்டாயமாக AHV ஓய்வூதியக் காப்புறுதியும் உடல் ஊனத்துக்கான காப்புறுதியும் IV செய்திருத்தல் வேண்டும். இது ஒரு சமூகநல முன்னெச்சரிக்கையாகும். இதன் குறிக்கோள் என்னவெனில் வயதாகும்போது, இறப்பு அல்லது உடல் ஊனமாகும் பட்சத்தில் (இணைப்பைப் பார்க்கவும்) குடும்ப அங்கத்தவரின் வாழ்க்கைக்குப் பாதுகாப்பளிப்பதாகும்.

நான் ஏன் AHV - IV காப்புறுதிக் கட்டணங்கள் செலுத்த வேண்டும்?

உங்களுக்கு வயதாகும்போது, குடும்ப அங்கத்தவர் ஒருவர் மரணம் அடையும்போது அல்லது ஊனமுறும் பட்சத்தில் பண நெருக்கடியில் இருந்து பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காகவே ஆகும்.

மேற்படி காப்புறுதிக் கட்டணங்கள் வேலை தருவோரால் உங்களது சம்பளத்தில் இருந்து நேரடியாகவே கழிக்கப்பட்டு காப்புறுதி நிறுவனங்களுக்கு அனுப்பிவைக்கப்படும். நீங்கள் வேலை செய்யாதவிடத்து அல்லது சுயமாக ஏதேனும் வேலை செய்யுமிடத்து காப்புறுதிக் கட்டணத்தைக் கட்டுவது உங்கள் பொறுப்பாகும். இதற்கான தகவல்களை ஞாழ் (ஐ பக்கம். 63). காப்புறுதி நிறுவனத் திடமே கேட்டுத் தெரிந்து கொள்ளலாம். காப்புறுதிக் கட்டணங்கள் 20 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள் (வேலை செய்யுமிடத்து 17 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள்) அல்லது சுவீஸ் நாட்டுக்குள் வந்தவுடனேயே செலுத்தத் தொடங்க வேண்டும். AHV செலுத்தும் அதே நேரம் IV காப்புறுதிக்கான கட்டணத்தையும் ஒரே நேரத்தில் செலுத்துவீர்கள்.

வயோதிப - வயோதிபகாலத்துக்கான சேமிப்புக் காப்புறுதி AHV (ஐ பக்கம். 63). காப்புறுதியானது, உங்களது வயோதிப காலத்தில் அல்லது கணவன் மனைவி யாரேனும் இறக்கும் பட்சத்தில், அல்லது பெற்றோரில் ஒருவரின்மையால் ஏற்படும் குடும்பத்தின் வருமானப் பற்றாக்குறையை நிவர்த்தி செய்யும். மேற்படி காப்புறுதியானது வயோதிப காலத்தில் ஏற்படக்கூடிய பணநெருக்கடியைத் தவிர்க்கும் ஒரு பாதுகாப்பு நடவடிக்கையாகும்.

இந்த முதியோர் ஓய்வுகாலக் கொடுப்பனவுத் திட்டத்தில் எத்தனை வருடங்களிற்கு நீங்கள் பணம் செலுத்துகின்றீர்களோ அதற்கேற்றவாறே கொடுப்பனவு அமையும். நீங்கள் உங்கள் கட்டணத்தை இடைவிடாது செலுத்துதல் மிக முக்கியம், ஏனெனில் இடைவெளி ஏற்படின் உங்கள் ஓய்வூதியப் பணம் குறைக்கப்படும்.

உடல் ஊனமுற்றோருக்கான காப்புறுதி (IV)

உடல் ஊனம் அல்லது உள் ஊனம் என்பன எம்மை ஒருவேலையும் செய்யவிடாமல், எமது திறமைகளை வெளிக்காட்ட முடியாமல் கட்டுப்படுத்துகிறது. ஊனமுற்றோர் காப்புறுதியானது (பக்கம். 63) எமது வேலைத் திறமைகளை விருத்தி செய்ய ஆதரவளிப்பதோடு, வேலை செய்வதற்கான தயார்படுத்தலுக்கும் ஊக்கமளிக்கிறது. உதாரணம் பிரசவ ஊனம், தேவையான உதவிப் பொருட்கள், வேலை சம்பந்தமான கல்வி அதாவது தொழில்வாய்ப்பு சம்பந்தமான ஆலோசனை, தொழில் நெறிப்படுத்துனருடனான தொடர்பும் அல்லது வேறு தொழிற்கல்வி → கற்றலுக்கான கட்டணத்தை ஏற்றுக் கொள்ளுதல் போன்றவற்றிற்கு உதவிசெய்கிறது.

எப்பொழுது நான் உடல் ஊனமுற்றோர் கொடுப்பனவைப் பெறமுடியும்?

ஒரு வருடத்துக்கு மேல், வேலை செய்யத் தகுதியின்மை காரணமாக வேலைக்குச் செல்லாதிருந்தால், உங்களுக்கு அளிக்கப்பட்ட சிகிச்சைகள் பலனளிக்காவிடில், நீங்கள் சவில்நாட்டில் நிரந்தர வதிவிட உரிமை பெற்று, ஐந்து வருடங்களுக்கு மேல் வாழ்பவராயிருந்து, அத்துடன் நீங்கள் ஊனமுற்றவர் எனத் தீர்மானிக்கப்படும் பட்சத்தில், மேற்படி கொடுப்பனவைப் பெறமுடியும்.

உங்களால் வேலையை அல்லது கல்வியைத் தொடர முடியாத பட்சத்தில், ஊனமுற்றோர் காப்புறுதி வழங்கப்படும். இது ஒரு வருடத்துக்கு மேல் வேலை செய்யத் தகுதியின்மை காரணமாக வேலைக்குச் செல்லாதிருந்தால், நீங்கள் சவில்நாட்டில் நிரந்தர வதிவிட உரிமைபெற்று ஐந்து வருடங்களுக்கு மேல் வாழ்பவராயிருந்து, குறைந்தது ஒரு வருடம் ஊனமுற்றோர் காப்புறுதி செலுத்தியிருந்து, அத்துடன் நீங்கள் ஊனமுற்றவர் எனத் தீர்மானிக்கப்படும் பட்சத்தில் மேற்படி கொடுப்பனவு பெறமுடியும்.

இந்த ஊனமுற்றோர் காப்புறுதிக் கொடுப்பனவு, உடல் ஊனத்திற்கேற்ப, வேலை செய்யத் தகைமையின்மையின் அடிப்படையில் வழங்கப்படும். (1.4 ஓய்வூதியம் ஓய்வூதியம் அல்லது முழு ஓய்வூதியம் எனப்படும்) நீங்கள் ஊனமுற்றோர் ஓய்வூதியத்தைப் பெற்றுக்கொண்டாலும், காப்புறுதி நிறுவனத்துக்கு தொடர்ந்தும் கட்டுப்பணம் செலுத்தியே ஆகவேண்டும். இதன்மூலம் கட்டண இடைவெளி ஏற்படாமல் இருக்கும்.

சமூகநலக் காப்புறுதிகள்

நீங்கள் முதியோர் காப்புறுதியைப் பெறும் காலம் வந்ததும், பெண்கள் 64 வயதிலும், ஆண்கள் 65 வயதிலும் ஓய்வூதியக் காப்புறுதிக் கொடுப்பனவு வழங்கப்படும். அதே நேரம் ஊனமுற்றோர் ஓய்வூதியப் கொடுப்பனவைப் பெறும் உரிமையை இழப்பீர்கள்.

மேலதிகக் கொடுப்பனவுகள் (EL)

மேலதிகக் கொடுப்பனவானது. (EL) (ஐ. பக்கம். 63) முதியோர் காப்புறுதியும் (AHV) ஊனமுற்றோர் காப்புறுதியும் சேர்ந்தும் உங்களது வருமானம் போதாத பட்சத்தில் வழங்குகின்றது. குறித்த நபர் குறைந்தது 10 வருடங்கள் சவிஸ்நாட்டில் இடைவெளியின்றி தொடர்ந்து வசித்திருந்தால் மாத்திரமே மேலதிகக் கொடுப்பனவைப் பெறலாம்.



உடல் ஊனமுற்றோருக்கான காப்புறுதி

சமூகநலக் காப்புறுதிகள்

சொற்களாங்கியம்

எயிட்ஸ் HIV

எயிட்ஸ் நோய் என்பது உடலின் நோய்எதிர்ப்புச் சக்தியின்மை ஆகும். அதனால் தொற்று நோய்களும் உடலில் கட்டிகளும் தோன்றுகின்றன. HIV ஒருவகையான வைரஸுகளினால் ஏற்படும் வியாதி. (இது மனித நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி குறைக்கும் வைரஸ் என அழைக்கப்படும்)

துளையீட்டு

மருத்துவமுறை

Akupunktur

இது ஒரு சீன மருத்துவமுறை, இந்தமருத்துவ முறையின்மூலம் உடலின் வெளிப்பகுதியில் தோலின் பல இடங்களில் உள்ள புள்ளிகள் கூரிய ஊசிமுனைகளில் தொடப்பட்டு தூண்டப்பட்டு உணர்வு ட்டப்படுகின்றது. இந்த உணர்வுட்டலானது நரம்புகளின் உணர்வுகள் மற்றும் நோய்வாய்ப்பட்ட அங்கங்களைச் சீராகச் செயற்பட வைக்கிறது.

வெளிநோயாளர்

பிரிவு

நோயாளர்கள் வைத்தியராலும் தாதியராலும் கவனிக்கப்படும் ambulant இடம். இங்கு தங்கியிருந்து சிகிச்சை பெறமுடியாது. உதாரணம் தனியார் மருத்துவமனை (வெளி நோயாளர் பிரிவு) வைத்தியசாலையில் அல்லது ஁பிரசவவிடுதியில் வந்து பிரசவத்தின் பின் ஒருசில மணித்தியாலங்களில் தாயும் சேயும் வீடுசெல்லுதல்.

வெளிநோயாளர்

பிரிவு பிரசவம்

Ambulante Geburt

அம்புலன்ஸ் வண்டி

Ambulanz

நோயாளருக்கு ஁அவசர சிகிச்சை தேவைப்படும் போது உடனடியாக வைத்தியசாலைக்கு நோயாளியைக் கொண்டுவரும் வாகனம்.

மயக்கமருந்து

சிகிச்சையின் போது வலி தெரியாமல் இருப்பதற்காக மருந்துகளின் மூலம் மயக்கமடையச் செய்வது. அதாவது உடலை முழுவதும் உணர்வுமீக்கச் செய்யலாம் (Narkose) அல்லது ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதியை மட்டும் உணர்வுமீக்கச் செய்யலாம் (Lokalanästhesie) இயற்கைக்கு மாறானநிலை, அசாதாரண நிலை கைவைத்தியம், விசேடமான உணவுகள், செயற்கைச் சிகிச்சை முறைகள், உடற்பயிற்சிகள், இயற்கை மூலிகை மருத்துவம்.

அந்ரோபொ-

சோபிச மருந்து

Abnormalität

சீன மருத்துவம்

Chinesische

Medizin

சீனமக்களின் பாரம்பரிய மருத்துவ முறைகள் (உதாரணம். நாக்கிலும் நாடித்துடிப்பிலும்) நோயைக் கண்டறிந்து சிகிச்சைகள் பலவித மூலிகைகள் மூலமும், உடலை அமுக்குவதன் மூலமும், உடலை- அசைக்கும் பயிற்சிகள் மூலமும் செய்யப்படும்.

அறிகுறி மூலம்

நோயைக்

கண்டறிதல்

(Diagnose)

உணவு முறைச்

சிகிச்சை

Diätmassnahmen

மொழி

பெயர்ப்பாளர்

* நோயின் அறிகுறிகளை வைத்துப் பரிசோதித்து, என்ன நோய் எனக்கண்டறிதல்.

நோயாளியின் விருப்புக்கமைய, நோய்ச்சிகிச்சைக்கு ஏற்ற உணவு வகைகள்.

இரண்டு வெவ்வேறு மொழி கலாச்சாரம் உடையவர்களுக்குள் ஏற்படும் மொழிப் பிரச்சினையை நிவர்த்தி செய்யும் இரண்டு மொழிகளும் தெரிந்த ஒருவர்.

<p>சுவிஸ் மருத்துவர்களின் இணைப்பு மையம் (FMH)</p>	<p>சுவிஸ் மருத்துவர்களின் தொடர்பு மையமான FMH இன் பிரதான இணைப்பு மையம் (FMH) வேலை என்னவெனில், மருத்துவர்களின் அரசத்துறைத் தேர்வு முடிந்த பின், தொடர் பயிற்சிகளில் ஈடுபடும் மருத்துவர்களைக் கண்காணித்தல். இந்தத் தொடர் பயிற்சிகள் வெவ்வேறு துறைகளில் மருத்துவ நிபுணத்துவம் பெற உதவும்.</p>
<p>குடும்பத்திட்டம்</p>	<p>குழந்தைகளின் எண்ணிக்கையையும், ஒவ்வொரு பிரசவத்துக்கும் உள்ள இடைவெளியையும் அவர்களே தீர்மானிக்கும் பொருட்டு பெண்களுக்கும், குடும்பத்துக்கும் அறிவுரை கூறுவது.</p>
<p>பெண்கள் மருத்துவ மையம் Frauenmedizinische Anlaufstelle</p>	<p>பெண்களின் உடல்நலம் சம்பந்தமான கேள்விகளுக்கு ஆலோசனையும் அதற்கான பராமரிப்பும் வழங்கும் நிலையம். இதில் பொது மகளிர் மருத்துவமனை, குடும்பத்திட்ட ஆலோசனை, மகளிர் நிலையம், அல்லது 'மருத்துவத்தாதி என்பன அடங்கும்.</p>
<p>சுதந்திரமான வைத்தியாதேர்வு (freie Arztwahl)</p>	<p>அடிப்படையில் நோயாளர்கள் தன்னிச்சையாகவே மருத்துவரைத் தெரிவு செய்யலாம்.(நீங்கள் ஒரு கட்டுப்பாடற்ற காப்புறுதியைச் செய்திருந்தால் மட்டுமே இது செல்லுபடியாகும்)</p>
<p>பன்னீர்க்குடம் Fruchtblase</p>	<p>இது 'பன்னீர்க்குடத் திரவத்தினால் ஒருபை போன்று நிரப்பப்பட்டு, குழந்தைக்கு ஒரு மெத்தையைப்போல் அமைந்து, குழந்தையைப் பாதுகாக்கிறது. பிரசவத்துக்கு முன்பு பன்னீர்க்குடம் உடையும்.</p>
<p>பன்னீர்க்குடத் திரவம் Fruchtwasser)</p>	<p>பன்னீர்க்குடத்தினுள் இருக்கும் 'திரவம்</p>
<p>பிரசவவிடுத Geburtshaus</p>	<p>இவை பிரசவத்திற்கென்றே விசேடமாகத் தயார் படுத்தப்பட்ட பிரசவ விடுதிகளாகும், இங்கே பிரசவத்தில் எந்தவித சிரமமும் இல்லாத பெண்களே பிரசவத்திற்கு வருவார்கள். இங்கு பெண்கள், பிரசவ நேரத்திலும், அதற்குப் பின்பும் மருத்துவ தாதியாலேயே கவனிக்கப்படுவார்கள். பிரசவத்தின் போது கணவனோ அல்லது உறவினரோ பக்கத்தில் இருந்து கவனித்துக் கொள்ளலாம்.</p>
<p>பிரசவத்திற்கு ஏற்ற நிலைஅல்லது இடம் Geburtspositionen</p>	<p>பெண்களுக்கு பிரசவத்தை இலகுவாக்க ஏற்ற நிலை அல்லது இடம். உதாரணம் படுக்கையில் இருந்து (பிரசவக் கட்டிலில் படுத்தபடியே), குந்தியிருந்து (பிரசவ வாங்கு அல்லது கதிரை) நின்றுகொண்டு அல்லது தண்ணீருக்குள் (தண்ணீருக்குள் பிரசவித்தல்)</p>
<p>இலவசப் பத்திரிகை Gratisanzeiger</p>	<p>உள்ளூர் இலவசச் செய்திப் பத்திரிகையானது, அதன் முதல் பக்கத்தில் அவசர தேவைக்குரிய முக்கியமான தொலைபேசி எண்களைப் பிரசுரிக்கும்.</p>

<p>அடிப்படைப் பராமரிப்பு மருத்துவமாத் Hebamme</p>	<p>எல்லாவித நோய்களுக்குமான முதலாவது மருத்துவப் பரிசோதனை.வைத்தியர் இல்லாது பிரசவத்தின் போது உதவி செய்ய, தொழில் ரீதியாக சிறப்புத் தேர்ச்சி பெற்றவர்கள். வைத்தியர் இல்லாது ஒவ்வொரு பிரசவத்தின் போதும் இருந்து வழி நடாத்துவார்.பிசவத்தின்போது ஏதேனும் பிச்சினை ஏற்படும் போதுமட்டுமே இவர் வைத்தியரை நாடுவார். மருத்துவமாத் மருத்துவமனைகளிலும், பிரசவ விடுதிகளிலும் அல்லது சுயமாகவும் செயற்படுவர்.</p>
<p>கோமியோபதி</p>	<p>ஒத்ததன்மைக் கோட்பாட்டின் அடிப்படையிலான ஒரு மருத்துவ முறை. ஒரு பொருளை (தாவரத்தை) மிக மிக நுண்ணிய அளவில் உட்கொள்ளும் போது அது நோயைத் தீர்க்கிறது.ஆதே பொருளை (தாவரத்தை) அதிக அளவில் உள்ளெடுக்கும் போது அது நோயாகிறது.</p>
<p>தடுப்பூசி அட்டவணை Impfplan தடுப்பூசி, தடுப்புமருந்து Impfung</p>	<p>எப்போது எந்தவிதமான தடுப்பூசிகள் போடவேண்டும் என்று வைத்தியர்களால் கொடுக்கப்படும் ஒரு கால அட்டவணை.</p> <p>உடலைப் பாதுகாக்கக் கூடிய தடுப்பு மருந்துவகை. முக்கியமாகக் கொடுக்க வேண்டிய நோய்தடுப்பு மருந்துகள்.</p> <p>தொண்டைக்கரப்பான் ஏரப்புலி, குக்கல், இளம்பிள்ளைவாதம், சின்னமுத்து,கூகைக்கட்டுமணல்வாரி (வெவ்வேறான வைரசுக்களினால் தோன்றும் நோய்கள்) மஞ்சள் காய்ச்சல் மூ எனப்படும் ஈரல் தொற்று நோய் என்பன.சில தடுப்பு மருந்துகள் பாதுகாப்பிற்காகவே திரும்பவும் கொடுக்கப்படுகின்றன (முறையின்படி 10 வருடத்துக்கு ஒரு தடவை). புகலிடம் கோருபவர்கள் எல்லைச் சுகாதார சேவையினால் பரிசோதிக்கப்பட்டு உடன் தடுப்பு மருந்து கொடுக்கப்படுவதோடு மீண்டும் தடுப்பு மருந்து போடுமாறும் கேட்கப்படுவர்.</p>
<p>தீவிர கண்காணிப்புப் பிரிவு Intensivstation</p>	<p>உயிராபத்தில் இருப்பவர்கள், அவசரசிகிச்சை தேவைப்படுபவர்கள், பல இடங்களிலும் காயப்பட்டவர்கள், அதிக இரத்தப்போக்கு ஏற்பட்டவர்கள், நஞ்சுருந்தியவர்கள், கடுமையான எரிகாயப் பட்டவர்கள் ஆகியோரைக் கண்காணித்துச் சிகிச்சையளிக்கும் பிரிவு.</p>
<p>மாதவிடாய் நிறுத்தம் Menopause</p>	<p>கடைசியாக மாதவிடாய் வந்த காலம்</p> <p>குறிப்பிட்ட பகுதியை உணர்விழக்கச் செய்து தொல்லை தரும்</p>
<p>நொய்ரால்தெரப்பி Neuraltherapie</p>	<p>அல்லது நொய்வாய்ப்பட்டிருக்கும் இடங்களில் செய்யப்படும் சிகிச்சை.</p>

<p>அவசரசிகிச்சை Notfall</p>	<p>திடீரெனவரும் நோய்கள், உயிராபத்தை உண்டு பண்ணும் விபத்துக்கள், காயங்கள், எரிகாயங்களுக்கு உட்பட்டவர்கள், நஞ்சுருந்தியவர்கள், போன்ற நோயாளிகளுக்கு அவசர சிகிச்சை தேவைப்படுகிறது. ஏனெனில், அவர்களை உடனடிச் சிகிச்சைக்கு உட்படுத்தப்படாவிடின் உயிராபத்து ஏற்படலாம்.</p>
<p>பிய்தோதெரப்பி Phytotherapie</p>	<p>மருந்து மூலிகைகளை உலர்த்தியோ அல்லது செயல்முறையில்பதப்படுத்தியோ (உதாரணம். மூலிகைத் தேநீர்வகை) மருந்தாகப் பயன்படுத்தல். தாவரங்களில் இருந்து செய்யப்படும் மருந்துகளைக் கொண்டு நோயைத் தீர்க்க முயற்சித்தல்.</p>
<p>கட்டணம் Prämie</p>	<p>ஒருவர் மருத்துவக் காப்புறுதிக்கும், விபத்துக் காப்புறுதிக்கும் கட்டும் மாதாந்தக் கட்டுப்பணம்.</p>
<p>மருத்துவரது உதவியாளர்</p>	<p>மருத்துவராகப் படிக்காத இவர், வைத்தியருக்கு நிர்வாகத்தில் Praxishilfe உதவி புரிவார்.</p> <p>மருத்துவமனைக்கு வரும் தொலைபேசி அழைப்புகளை ஏற்று, மருத்துவர் பார்வையிடும் நேரங்களையும் கூறுவார்.</p>
<p>புறோ செனக்துதே Pro Senectute</p>	<p>பராமரிப்புத் தேவைப்படும் முதியோர், தொடர்பு கொண்டு தங்களுக்குத் தேவையான விளக்கங்களைப் பெறும் நிலையம்.</p> <p>அவ்வாறு வாழ்க்கைத் தரத்துக்கு ஏற்றவாறு ஆதரவளிப்பதுடன் அவர்கள் தன்னிச்சையாகச் செயற்படுவதற்கான தகவல்களும் இங்கு வழங்கப்படும்.</p>
<p>மனநோயாளர் மருத்துவமனை Psychiatrische Klinik</p>	<p>மனநோயாளர்களும், நினைவாற்றல் குறைந்தவர்களும் சிகிச்சை பெறும் மருத்துவமனை. மனநோயாளர்கள் இங்கு 24 தங்கியிருந்து சிகிச்சை பெறுவதற்கு அடைக்கப்பட்ட அல்லது திறந்த பகுதிகள் உள்ளன. மனநோயாளர் 24வெளிவாரி மருத்துவமனையும் இங்கு உள்ளது. இங்கு பகல் வேளைகளில் வந்து சிகிச்சை பெற்றுவிட்டு</p> <p>வீடு செல்லக் கூடியதாவும் இருக்கும்.</p>
<p>புனர்வாழ்வு Rehabilitation</p>	<p>ஒருத்தர் நோய்வாய்ப்பட்ட பின்பு அல்லது விபத்துக்களின் பின்பு அவர் தொழிலைத் தொடர்வதற்கும் அத்துடன் சமூகத்தில் ஒன்று சேர்ந்து வாழ்வதற்குமான பராமரிப்பும் ஆலோசனையும் வழங்குதல் நோய்நீங்கி மீளவும் சுகமடைதல் மீண்டும் முழுமையாகச் சுகமடைதல். உதாரணமாக நோயின் பின்பு முழுமையாகக் குணமடைதல்.</p>
<p>பாடசாலை மருத்துவர் Schulärztin</p>	<p>பாடசாலையில் மாணவர்களையும் ஆசிரியர்களையும் நோய் சம்பந்தமாகப் பரிசோதிக்கும் மருத்துவர்.</p>

<p>மருத்துவமனைப் பட்டியல் Spitalliste</p>	<p>மாநில மருத்துவமனைகளின் செயற்பாட்டிற்கு ஏற்ப மருத்துவக் காப்புறுதி பணம் செலுத்துகின்றது. உங்களது மருத்துவமனைக்கான பட்டியலை மருத்துவக் காப்புறுதி நிலையத்தில் இருந்து பெற்றுக்கொள்ளலாம்.</p>
<p>நோயாளர்களை மருத்துவர பார்வையிடும்நேரம் Sprechstunde</p>	<p>நோயாளர்கள் ஆலோசனைக்கும் சிகிச்சைக்கும் மருத்துவரிடம் செல்லும் நேரம். நோயாளர்களை மருத்துவர் பார்வையிடும் நேரம்.</p>
<p>மருத்துவமனையில் அனுமதித்தல் Stationär</p>	<p>குறிப்பிட்ட வைத்தியப் பராமரிப்பு நோயாளருக்குத் தேவைப்படின் முன்னெச்சரிக்கையாகத் தங்க வைத்துச் சிகிச்சை செய்தல். இது மருத்துவமனை, வைத்திய நிலையம் அல்லது ஒரு விடுதியாக இருக்கலாம். (வெளி நோயாளர் பிரிவு)</p>
<p>அல்ட்ராஓலி Ultraschall</p>	<p>இந்தக் கருவியினால் உடல் உள் உறுப்புக்களைக் கணிப்பொறித் திரையில் பார்த்துப் பரிசோதிக்கலாம். (உ-ம் பன்னீர்குடத்திலுள்ள ஃசிகுவின் அளவையும், உடல் அசைவையும் பார்க்க முடியும்). சிகிச்சைக்காக இக்கருவியைப் பயன்படுத்தும், போது நோயுற்ற இடங்களை அழுக்கிக் கொடுத்து இரத்த ஓட்டத்தை மேலும் அதிகரிக்கச் செய்து நோயைக் குணப்படுத்துகிறது.</p>
<p>வேறு தொழிற்கல்வி கற்றல் Umschulung</p>	<p>ஏற்கனவே கற்ற தொழிற் கல்வியைவிட, வேறு தொழிற்கல்வி பயிலுதல். வேலையின்மை, வேலையில் மாற்றம் அல்லது ஏதாவது ஊனமுற்றிருப்பின், வேறு தொழிற்கல்வியைக் கற்பது அவசியம்.</p>
<p>கருத்தடை Verhütung</p>	<p>கருத்தரித்தலைத் தடுக்கும் வழிமுறைகள் (உதாரணம். கருத்தடை மாத்திரைகள் அல்லது ஆணுறைகள்)</p>
<p>பாதுகாப்புக் காப்புறுதி</p>	<p>காப்புறுதியானது உங்களுக்கு ஏதேனும் பாதிப்பு ஏற்படுமிடத்து பாதுகாப்பாக இருக்கிறது. (உதாரணம். விபத்து, நோய்)</p>

தேவையான விலாசங்கள்

Schweizerisches Rotes Kreuz

Schweizerisches Rotes Kreuz, Geschäftsstelle, Rainmattstr. 10, 3001 Bern	031 - 387 71 11
Schweizerisches Rotes Kreuz, Fachstelle Migration und Gesundheit, Rainmattstr. 10, 3001 Bern	031 - 387 71 11
Therapiezentrum SRK für Folteropfer, Freiburgstr. 44a, 3010 Bern	031 - 390 50 50

Schweizerisches Rotes Kreuz Kantonalverbände

SRK, Kantonalverband AG, Buchserstr. 24, 5000 Aarau	062 - 824 40 70
SRK, Kantonalverband AP (AI/AR), Postfach 151, 9101 Herisau	071 - 352 11 50
SRK, Kantonalverband BE, Effingerstrasse 25, 3008 Bern	031 - 382 24 54
SRK, Kantonalverband BL, Fichtenstrasse 17, 4410 Liestal	061 - 901 90 00
SRK, Kantonalverband BS, Engelgasse 114, 4052 Basel	061 - 312 56 56
Croix-Rouge suisse, Association cantonale FR, Rue Techtermann 2, 1701 Fribourg	026 - 347 39 40
Croix-Rouge suisse, Association cantonale GE, Route des Acacias 9, 1211 Genève 24	022 - 304 04 04
SRK, Kantonalverband GL, Zollhausstrasse 46, 8750 Glarus	055 - 650 27 77
SRK, Kantonalverband GR, Alexanderstrasse 16, 7000 Chur	081 - 258 45 84
Croix-Rouge suisse, Association cantonale JU, Chemin de Pives 8, 2350 Saignelégier	032 - 951 13 42
SRK, Kantonalverband LU, Museggstrasse 14, 6004 Luzern	041 - 418 70 10
Croix-Rouge suisse, Association cantonale NE, Rue de la Paix 71, 2300 La Chaux-de-Fonds	032 - 913 34 23
SRK, Kantonalverband SG, Innerer Sonnenweg 1A, 9000 St. Gallen	071 - 242 00 28
SRK, Kantonalverband SH, Mühlentalsträsschen 9, 8200 Schaffhausen	052 - 625 04 05
SRK, Kantonalverband SO, Hammerallee 19, 4600 Olten	062 - 212 05 43
SRK, Kantonalverband SZ, Bahnhofstrasse 14, 6430 Schwyz	041 - 811 75 74
SRK, Kantonalverband TG, Rainweg 3, 8570 Weinfelden	071 - 622 86 22
Croce Rossa Svizzera, Associazione cantonale TI, Via alla Campagna 9, 6900 Lugano	091 - 973 23 00
SRK, Kantonalverband UR, Rynächtstrasse 13, 6460 Altdorf	041 - 874 30 75
SRK, Kantonalverband UW (NW/OW), Kernserstrasse 29, 6060 Sarnen	041 - 660 75 27
SRK, Association cantonale VD, Case postale 39, 1000 Lausanne 12	021 - 340 00 70
SRK, Association cantonale VS, Rue des Remparts 15, 1950 Sion	027 - 323 67 43
SRK, Kantonalverband ZG, General-Guisanstrasse 22, 6300 Zug	041 - 710 54 00
SRK, Kantonalverband ZH, Kronenstrasse 10, 8006 Zürich	01 - 360 28 60

Caritas Schweiz

Caritas Schweiz, Abteilung Integration, Koordination Gesundheit und Integration, Löwenstrasse 3, 6002 Luzern	041 - 419 23 92
Caritas-Fachstelle Gesundheit und Integration, Klosterhof 6c, Postfach, 9000 St. Gallen	071 - 227 34 47
Caritas Schweiz, Fachstelle Gesundheit Asyl, Brünigstrasse 25, 6005 Luzern	oder 071 - 227 34 30
Caritas Schweiz, Fachstelle Gesundheitskosten Asyl, Postfach 130, 4502 Solothurn	041 - 368 01 81
Caritas Suisse, Service intégration, Rue du Botzet 2, Case postale 11, 1705 Fribourg	032 - 621 57 20
	026 - 425 81 00

Regionale Caritas-Stellen

Caritas Aargau, Laurenzenvorstadt 90, 5001 Aarau	062 - 822 90 10
Caritas Basel, Lindenbergrasse 20, 4058 Basel	061 - 691 55 55
Caritas Bern, Eigerplatz 5, Postfach 568, 3000 Bern 14	031 - 378 60 00
Caritas Canton de Fribourg, Rue Nicolas-de-Praroman 2, 1701 Fribourg	026 - 321 18 54

Caritas Genève, Rue de Carouge 53, Case postale 148, 1211 Genève 4	022 - 708 04 44
Caritas Graubünden, Plessurquai 53, 7000 Chur	081 - 258 32 58
Caritas Jura, Chemin de Bellevoie 8, Case postale 172, 2800 Delémont	032 - 422 56 22
Caritas Kanton Luzern, Morgartenstrasse 19, 6003 Luzern	041 - 210 00 66
Caritas Neuchâtel, Vieux-Châtel 4, 2000 Neuchâtel	032 - 725 13 06
Caritas Kanton Solothurn, Berntorstrasse 10, Postfach 227, 4501 Solothurn	032 - 622 30 80
Caritas St. Gallen, Klosterhof 6e, Postfach 351, 9001 St. Gallen	071 - 227 34 30
Caritas Thurgau, Felsenstrasse 11, Postfach, 8570 Weinfelden	071 - 622 80 30
Caritas Ticino, Via Merlecco 8, 6963 Pregassona	091 - 936 30 20
Caritas Valais, Rue de Loèche 19, Case postale 2178, 1950 Sion	027 - 323 35 02
Caritas Vaud, Rue César-Roux 8, Case postale 237, 1000 Lausanne 17	021 - 320 34 61
Caritas Zürich, Beckenhofstrasse 16, Postfach, 8035 Zürich 6	01 - 366 68 68

HIV und Aids

Broschüre «Was bedeuten HIV und Aids?» in 13 Sprachen.	
Bezug: Aids Info Docu Schweiz, Schauplatzgasse 26, 3011 Bern	031 - 318 32 70

Rechte der Patientinnen und Patienten

Dachverband Schweizerischer Patientenstellen (DVSP), Hofwiesenstr. 3, 8042 Zürich	01 - 361 92 56
Stiftung Schweizerische Patienten-Organisation SPO, Zähringerstr. 32, Postfach, 8025 Zürich	01 - 252 54 22

Vermittlungsstellen für Dolmetscherinnen und Dolmetscher

Appartenances, Centre Migrants, Rue des Terreaux 10, 1003 Lausanne	021 - 341 12 50
Ausländerdienst des Kantons Solothurn, Fachstelle Integration, Berntorstr. 10, Postfach 125, 4501 Solothurn	032 - 623 30 03
Beratungs- und Therapiestelle in kroatischer Sprache, Universitätsstr. 89, 8006 Zürich	01 - 364 04 74
Caritas Bern, Vermittlungsstelle für Dolmetscherinnen und Dolmetscher, Eigerplatz 5, Postfach 568, 3000 Bern 14	031 - 378 60 20 (Zentrale 031 - 378 60 00)
Caritas Luzern, Fachstelle Interkulturelle Kommunikation IKK, Morgartenstr. 19, 6002 Luzern	041 - 227 31 41
Caritas Schweiz, Fachstelle Integration, Vermittlungsstelle für Dolmetscherinnen und Dolmetscher, Reichsgasse 61, 7000 Chur	081 - 252 13 14
Caritas Suisse, Service d'Interprétiariat, Rue du Botzet 2, 1705 Fribourg	028 - 425 81 08
Croix-Rouge suisse, Association cantonale GE, Service d'Interprétiariat, Route des Acacias 9, 1227 Genève	022 - 304 04 04
HEKS-Dolmetscherdienst, Socinstr. 13, 4051 Basel	061 - 269 94 00
HEKS LINGUADUKT, Übersetzungsdienst, Seilerstrasse 22, 3011 Bern	031 - 381 51 51
INTERPRET', Schweizerische Interessengemeinschaft zur Förderung von Übersetzung und kultureller Mediation, Habsburgstr. 6, 3006 Bern	031 - 351 38 28
ISA-Informationsstelle für Ausländerfragen Lese-, Schreib- u. Übersetzungsdienst (Lesüd), Bollwerk 39, 3011 Bern	031 - 311 30 35
Schweizerisches Arbeiterhilfswerk (SAH), Beratungsstelle Derman, Gesundheitsförderung für TürkInnen u. KurdInnen u. AlbanerInnen, Josefstr. 84, 8005 Zürich	
Therapiezentrum SRK für Folteropfer, Freiburgstr. 44a, 3010 Bern	031 - 390 50 50
TIKK – Team für interkulturelle Konflikte u. Gewalt, Strassburgstr. 15, 8004 Zürich	01 - 291 65 75
VERDI – Vermittlungsstelle für Dolmetscher und Dolmetscherinnen, Poststr. 18, 9001 St. Gallen	071 - 228 33 90
Zentrum für Vermittlung und Information, Grenzstr. 15, 3250 Lyss	032 - 384 35 30

Spitex

Spitex Verband Schweiz, Belpstrasse 24, 3007 Bern 031 - 381 22 81

Pro Senectute Schweiz

Pro Senectute Schweiz, Geschäftsstelle, Lavaterstr. 60, Postfach, 8027 Zürich 01 - 283 89 89

Pro Senectute Suisse, Secrétariat romand, Rue du Simplon 23,
Case Postale 844, 1800 Vevey 1 021 - 925 70 10

Heimverband Schweiz

Heimverband Schweiz, Lindenstrasse 38, 8008 Zürich 01 - 385 91 91

Geschäftsstellen in folgenden Kantonen:

Aargau, Appenzell Inner- und Ausserrhoden, Basel-Stadt und Baselland,
Bern, Glarus, Graubünden, Schaffhausen, St. Gallen, Schwyz, Thurgau,
Uri, Zentralschweiz, Zürich.

Bundesamt für Sozialversicherung

Bundesamt für Sozialversicherung, Effingerstr. 33, 3003 Bern 031 - 322 90 11

Kantonale Stellen zur Prämienverbilligung

AG: Sozialversicherungsanstalt des Kantons Aargau (ASVA),
Kyburgerstrasse 15, 5000 Aarau 062 - 836 81 81

AI: Gesundheitsamt des Kantons Appenzell, Innerrhoden,
Marktgasse 10d, 9050 Appenzell 071 - 788 94 51

AR: Ausgleichskasse des Kantons Appenzell Ausserrhoden,
Kasernenstrasse 4, 9100 Herisau 071 - 354 51 51

BE: Amt für Sozialversicherung und Stiftungsaufsicht ASVS des Kantons Bern,
Nydegasse 11, 3011 Bern 031 - 633 76 55

BL: Sozialversicherungsanstalt des Kantons Basel-Landschaft, Ausgleichskasse,
Hauptstrasse 109, 4102 Binningen 061 - 425 25 25

BS: Amt für Sozialbeiträge, Grenzacherstrasse 62, Postfach, 4021 Basel 061 - 267 86 65

FR: Ausgleichskasse des Kantons Freiburg, Impasse de la Colline 1, 1762 Givisiez 026 - 305 52 52

GE: Service de l'assurance-maladie, Rue du Vieux-Marché 4,
Case postale, 1211 Genève 3 022 - 787 65 30

GL: Ausgleichskasse des Kantons Glarus, Sandstrasse 29, 8750 Glarus 055 - 646 68 90

GR: Sozialversicherungsanstalt des Kantons Graubünden,
AHV-Ausgleichskasse, Ottostrasse 24, Postfach, 7001 Chur 081 - 257 41 11

JU: Caisse de compensation du canton du Jura, Rue Bel-Air 3, 2350 Saignelégier 032 - 952 11 11

LU: Ausgleichskasse Luzern, Würzenbachstr. 8, Postfach, 6000 Luzern 15 041 - 375 05 05

NE: Service de l'assurance-maladie, Faubourg de l'Hôpital 3,
Case postale, 2001 Neuchâtel 032 - 889 66 30

NW: Ausgleichskasse Nidwalden, Stansstadterstrasse 54, 6370 Stans 041 - 618 51 00

OW: Kantonale Steuerverwaltung, St. Antonistrasse 4, 6060 Sarnen 041 - 666 62 72

SG: Sozialversicherungsanstalt des Kantons St. Gallen,
Braucherstrasse 54, 9016 St. Gallen 071 - 282 66 33

SH: Ausgleichskasse des Kantons, Schaffhausen, Oberstadt 9, 8200 Schaffhausen 052 - 632 61 11

SO: Ausgleichskasse des Kantons Solothurn, Postfach 116, 4501 Solothurn 032 - 686 22 00

SZ: Kantonale Ausgleichskasse, Rubiswilstrasse 8, 6438 Ibach 041 - 819 04 25

TG: Fragen Sie in Ihrer Wohngemeinde nach

TI: Ufficio cantonale dell'assicurazione malattia,
Via Ghiringhelli 15a, 6500 Bellinzona 091 - 821 91 11

UR: Amt für Gesundheit, Klausenstrasse 4, 6460 Altdorf 041 - 875 22 44

VD: Organe cantonal de contrôle de l'assurance-maladie et accidents (OCC),
Rue Saint-Martin 2, Case Postale 288, 1001 Lausanne 021 - 348 29 11

VS: Caisse de compensation du canton du Valais, Av. Pratifori 22, 1950 Sion	027 - 324 91 11
ZG: Fragen Sie in Ihrer Wohngemeinde nach	
ZH: Für die Stadt Zürich: Städtische Gesundheitsdienste, Bereich KVG, Walchestrasse 31, Postfach, 8035 Zürich	01 - 216 51 11
Für die Landgemeinden: SVA Zürich, Prämienverbilligung, Postfach, 8087 Zürich	01 - 448 50 00

SUVA – Schweizerische Unvallversicherungsanstalt

Suva Hauptsitz, Fluhmattstr. 1, 6004 Luzern	0848 830 830
---	--------------

AHV – Alters- und Hinterlassenenversicherung

AG: Ausgleichskasse des Kantons Aargau, Kyburgerstrasse 15, 5000 Aarau	062 - 836 81 81
AI: Ausgleichskasse des Kantons, Appenzell Innerrhoden, Poststrasse 9, 9050 Appenzell	071 - 788 18 30
AR: Ausgleichskasse des Kantons Appenzell Ausserrhoden, Kasernenstrasse 4, Postfach 1047, 9100 Herisau	071 - 354 51 51
BE: Ausgleichskasse des Kantons Bern, Chutzenstrasse 10, 3007 Bern	031 - 379 79 79
BE: Stadtverwaltung, AHV-Zweigstelle, Alexander-Schöni-Strasse 18, Postfach, 2503 Biel	032 - 326 19 41
BL: Ausgleichskasse Basel-Landschaft, Hauptstrasse 109, 4102 Binningen	061 - 425 25 25
BS: Ausgleichskasse Basel-Stadt, Wettsteinplatz 1, Postfach, 4058 Basel	061 - 685 22 22
FR: Caisse de compensation du Canton de Fribourg, Impasse de la Collin 1, 1762 Givisiez	026 - 305 52 52
GE: Caisse cantonale genevoise de compensation, Route de Chêne 54, Case postale 360, 1208 Genève	022 - 718 67 67
GL: Kantonale Verwaltung, AHV-IV-FAK, Sandstrasse 29, 8750 Glarus	055 - 646 68 90
GR: Ausgleichskasse des Kantons Graubünden, Ottostrasse 24, 7000 Chur	081 - 257 41 11
JU: Caisse de compensation du Canton du Jura, Rue Bel-Air 3, 2350 Saignelégier	032 - 952 11 11
LU: Ausgleichskasse des Kantons Luzern, Würzenbachstr. 8, Postfach, 6000 Luzern 15	041 - 375 05 05
NE: Caisse cantonale de compensation, Faubourg de l'Hôpital 28, 2000 Neuchâtel	032 - 724 26 12
NW: Ausgleichskasse Nidwalden, Stansstaderstrasse 54, 6370 Stans	041 - 618 51 00
OW: Ausgleichskasse Obwalden, Brünigstrasse 144, Postfach 1161, 6060 Sarnen	041 - 666 27 50
SG: Ausgleichskasse des Kantons St. Gallen, Brauerstrasse 54, Postfach 368, 9016 St. Gallen	071 - 282 66 33
SH: Ausgleichskasse des Kantons Schaffhausen, Oberstadt 9, 8200 Schaffhausen	052 - 632 61 11
SO: Ausgleichskasse des Kantons Solothurn, Allmendweg 6, 4528 Zuchwil	032 - 686 22 00
SZ: Ausgleichskasse des Kantons Schwyz, Postfach 53, 6431 Schwyz	041 - 819 04 25
TG: Amt für AHV+IV des Kantons Thurgau, St. Gallerstrasse 13, Postfach, 8500 Frauenfeld	052 - 724 71 71
TI: Cassa cantonale di compensazione AVS, Via Ghiringhelli 15a, Casella postale 2121, 6500 Bellinzona	091 - 821 91 11
UR: Ausgleichskasse des Kantons URI, Dätwylerstrasse 11, Postfach 30, 6460 Altdorf	041 - 874 50 10
VD: Caisse cantonale vaudoise de compensation AVS, Rue du Lac 37, 1815 Clarens	021 - 964 12 11
VS: Caisse de compensation du Canton du Valais, Avenue Pratifori 22, Case postale 287, 1950 Sion	027 - 324 91 11
ZG: Ausgleichskasse des Kantons Zug, Baarerstrasse 11, Postfach 4032, 6304 Zug	041 - 728 32 30
ZH: Ausgleichskasse des Kantons Zürich, Röntgenstrasse 17, Postfach, 8087 Zürich	01 - 448 50 00

IV – Invalidenversicherung

AG: IV-Stelle des Kantons Aargau, Kyburgerstrasse 15, 5000 Aarau	062 - 836 81 81
AI: IV-Stelle des Kantons Appenzell Innerrhoden, Poststrasse 9, 9050 Appenzell	071 - 788 18 30
AR: IV-Stelle des Kantons Appenzell Ausserrhoden, Postfach 1254, 9102 Herisau	071 - 788 18 30
BE: IV-Stelle des Kantons Bern, Chutzenstrasse 10, 3007 Bern	031 - 379 78 62
BL: IV-Stelle Basel-Landschaft, Hauptstrasse 109, 4102 Binningen	061 - 425 25 25
BS: IV-Stelle Basel-Stadt, Lange Gasse 7, 4052 Basel	061 - 225 25 25
FR: Office cantonal de l'assurance-invalidité, Impasse de la Colline 1, 1762 Givisiez	026 - 305 52 52
GE: Office cantonal de l'assurance-invalidité AI, Bd du Pont-d'Arve 28, Case postale, 1211 Genève 4	022 - 809 53 11
GL: Kantonale Verwaltung, AHV-IV-FAK, Sandstrasse 29, 8750 Glarus	055 - 646 68 90
GR: IV-Stelle des Kantons Graubünden, Ottostrasse 24, 7000 Chur	081 - 257 41 11
JU: Office cantonal de l'assurance-invalidité, Rue Bel-Air 3, 2350 Saignelégier	032 - 952 11 11
LU: IV-Stelle des Kantons Luzern, Landenbergstrasse 3, 6005 Luzern	041 - 369 05 00
NE: Office de l'assurance-invalidité du Canton de Neuchâtel, Espace 4-5, Case postale, 2302 La Chaux-de-Fonds	032 - 910 71 00
NW: IV-Stelle Nidwalden, Stansstaderstrasse 54, 6370 Stans	041 - 618 51 11
OW: IV-Stelle Obwalden, Brünigstrasse 144, Postfach 1161, 6060 Sarnen	041 - 666 27 40
SG: IV-Stelle des Kantons St. Gallen, Brauerstrasse 54, Postfach 368, 9016 St. Gallen	071 - 282 66 33
SH: IV-Stelle des Kantons Schaffhausen, Oberstadt 9, 8200 Schaffhausen	052 - 632 61 50
SO: IV-Stelle des Kantons Solothurn, Allmendweg 6, 4528 Zuchwil	032 - 686 24 00
SZ: IV-Stelle des Kantons Schwyz, Postfach 53, 6431 Schwyz	041 - 819 04 25
TG: Amt für AHV und IV des Kantons Thurgau, St. Gallerstrasse 13, Postfach, 8500 Frauenfeld	052 - 724 71 71
TI: Ufficio cantonale dell'assicurazione invalidità, Via Ghiringhelli 15a, Casella postale 2121, 6500 Bellinzona	091 - 821 91 11
UR: IV-Stelle des Kantons Uri, Dätwylerstrasse 11, Postfach 30, 6460 Altdorf	041 - 874 50 20
VD: Office de l'assurance-invalidité pour le canton de Vaud, Av. Général Guisan 8, 1800 Vevey	021 - 925 24 24
VS: Office cantonal AI, Av. de la Gare 15, Case postale, 1950 Sion	027 - 324 96 11
ZG: IV-Stelle des Kantons Zug, Baarerstrasse 11, Postfach 4032, 6300 Zug	041 - 728 24 47
ZH: IV-Stelle des Kantons Zürich, Röntgenstrasse 17, Postfach, 8087 Zürich	01 - 448 50 00

EL – Ergänzungsleistungen

Informationen erhalten Sie für die meisten Kantone bei den Kantonalen Ausgleichskassen der AHV (vgl. S. 63).

