

# Shëndeti

[Sistemi shëndetësor](#)

[Sigurimi për sëmundje dhe aksidente](#)

[Përkujdesja mjekësore](#)

[Shtatzënia / Lindja](#)

[Shëndeti psikik](#)

## Sistemi shëndetësor

Sistemi shëndetësor në Zvicër është shumë mirë i ndërtuar. Të gjithë banorët janë të siguruar në mënyrë të plotë dhe të detyrueshme kundër aksidenteve dhe sëmundjeve. Shumë ordianca mjekësore, barnatore dhe spitale ofrojnë shërbime të sigurt kujdesi.

### Sistemi i sigurimeve

Në Zvicër, të gjithë banorët duhet të jenë të siguruar kundër aksidenteve dhe sëmundjeve. Kushdo që iu bashkohet, duhet ta bëjë sigurimin brenda tre muajve prej hyrjes në vend. Fëmijët duhet të sigurohen brenda tre muajve prej lindjes. Shërbimet e sigurimeve të detyrueshme janë të rregulluara me ligj. Të gjithë të siguruarit kanë të drejtë për përkujdesje të njëjtë mjekësore.

### Financimi

Sistemi shëndetësor zviceran financohet bashkarisht nga shteti (federata, kantonet, komunat), punëdhënësit dhe personat privatë. Personat privatë bëjnë një pagesë mujore për sigurimin shëndetësor dhe aksidental. Kjo shumë caktohet çdo vit dhe ndryshon sipas kantonit. Kush sëmuret ose aksidentohet, duhet të bëjë pagesa shtesë (franshiza dhe pjesa vetanake - Franchise und Selbstbehalt). Këtu ka një shumë maksimale vjetore.

### Përkthimet

Nuk është e lehtë kur duhet të flitet me mjekë, farmacistë ose infermierë në një gjuhë të huaj. Prandaj, disa spitale ofrojnë përkthime falas nga përkthyes të trajnuar veçanërisht për përkthime ndërkulturore. Pacientët duhet të informojnë vetë me kohë rreth kësaj. Përkthyesit mund të rezervohen për vizita mjekësore ose situata të tjera edhe vetë, por atëherë duhet paguar nga vetë pacientët.

### Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

[www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/sistemi-shendetesor](http://www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/sistemi-shendetesor)

## Sigurimi për sëmundje dhe aksidente

Kush banon në Zvicër, duhet ta ketë një sigurim për aksident- dhe një sigurim shëndetësor. Këto sigurime private i heqin shpenzimet, te aksidentet, sëmundja apo shtatzënësia. Të dy sigurimet duhet të kontrakten në tre muajt e parë pas hyrjes në Zvicër.

### Sigurimi shëndetësor me përkujdesje (sigurimi bazë)

Të gjithë banorët e Zvicrës janë të detyruar të bëjnë vetë një sigurim shëndetësor (sigurim bazë, Grundversicherung). Ai që vendoset në Zvicër ka tre muaj kohë për këtë. Nëse sëmurët gjatë kësaj kohe, shpenzimet do të mbulohen edhe pastaj. Sigurimi bazë ofrohet nga shumë kompani private sigurimesh shëndetësore (Krankenversicherung). Zgjedhja e kompanisë së sigurimeve është e lirë. Sigurimet shëndetësore duhet t'i pranojnë të gjithë personat që jetojnë në Zvicër. Të siguarit paguajnë një tarifë mujore. Tarifat e tyre ndryshojnë në varësi të shoqërisë së sigurimeve dhe modelit të sigurimit, prandaj është e dobishme të krahasohen ofertat. Sigurimin shëndetësor mund ta ndërroni vetëm një herë në vit (nëntori). Sigurimi bazë nuk mbulon vetëm shpenzimet kur sëmurët njeriu, por paguan edhe gjatë shtatzënisë dhe lindjes. Shërbimet janë rregulluar me ligj. Vëni re: Shpenzimet për trajtimin e dhëmbëve ose syzeve duhet të paguhen zakonisht vetë.

### Sigurimi për aksidente

Të punësuarit automatikisht janë të siguar nga punëdhënësi kundër aksidenteve gjatë punës dhe kohës së lirë, nëse ata punojnë më shumë se 8 orë në javë. Ata që punojnë më pak nuk janë të siguar kundër aksidenteve në kohën e lirë dhe duhet të merren vetë me sigurimin e tyre kundër aksidenteve. Kjo vlenë edhe për personat e pavarur dhe të gjithë personat që nuk janë në punë. Personat që nuk janë në punë duhet të sigurohen kundër aksidenteve te sigurimi i tyre shëndetësor. Personat e pavarur gjithashtu mund të bëjnë një sigurim kundër aksidenteve në sigurime të tjera. Personat e siguar duhet të paguajnë një tarifë mujore. Për të punësuarit, kjo zbritet direkt nga paga.

### Lirimi i premive (tarifës)

Personat që nuk mund t'i përballojnë pagesat e sigurimeve shëndetësore, në rrethana të caktuara kanë të drejtë për një ulje në pagesën e sigurimit bazë (Prämienvorbilligung). Për të marrë uljen, duhet të paraqesin kërkesë çdo vit deri më 31 dhjetor. Nëse kërkesa pranohet, ata do të paguajnë më pak për sigurimin në vitin pasues. Agjencia e Sigurimeve Shoqërore (Sozialversicherungsanstalt SVA) informon për uljen në pagesë dhe pranon aplikimet në internet.

## **Sigurimi plotësues për sigurimin bazë**

Vullnetarisht, përveç sigurimit të detyrueshëm bazë, mund të bëhen disa sigurime shtesë (Zusatzversicherung). Këto mbulojnë shërbime që nuk mbulohen nga sigurimi bazë, si për shembull trajtimi i dhëmbëve. Sigurimet shtesë ofrohen nga pothuajse të gjitha kompanitë e sigurimit shëndetësor. Kompanitë e sigurimit shëndetësor mund të vendosin vetë nëse duan të sigurojnë dikë apo jo dhe mund të vendosin kushte.

## **Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)**

[www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/sigurimi-per-semundje-dhe-aksident](http://www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/sigurimi-per-semundje-dhe-aksident)

## Përkujdesja mjekësore

Kush sëmuret ose aksidentohet, duhet në të shumtën e rasteve fillimisht të shkojë te një mjek apo mjekte shtëpie. Për sëmundje ose aksidente të lehta mund të marret ndihmë edhe në barnatore. Vetëm në raste vërtetë të rënda emergjence duhet të shkohet drejtpërdrejtë në spital.

### Barnatoret

Barnatoret shesin barna me recetë (të përshkruara nga mjeku) dhe të gjitha barnat tjera. Për një sëmundje të lehtë, rekomandohet së pari të shkohet në një barnatore. Farmacistët janë të përgaditur mirë dhe ofrojnë këshilla për klientët e tyre. Një barnatore emergjente është gjithmonë e hapur, kështu që mund të merrni barna edhe në raste emergjente. Për tu informuar se cila barnatore emergjente është e hapur, mund të telefononi në numrin 0800 300 001 (pa pagesë).

### Mjeku familjar / Mjeku i fëmijve

Në Zvicër, shumë njerëz e kanë një mjek familjar (Hausarzt). Ai e njuh historinë personale të sëmundjes dhe është pika e parë e kontaktit në rast të problemeve shëndetësore. Për fëmijë ka mjekte dhe mjekë të fëmijëve. Nëse është e nevojshme, mjeku do ta udhëzojë pacientin te një mjek specialist ose në spital. Vetëm në raste të rënda emergjente duhet shkuar direkt në spital. Për të gjitha rastet tjera urgjente, në kantonin Aargau ekziston një numër qendror i urgjencës jashtë orarit të punës së ordinancave mjekësore. Kjo mund të arrihet 24 orë në ditë në numrin e telefonit: 0800 401 501 (3,23 CHF/min).

### Mjeku i dhëmbëve

Për trajtimin e dhëmbëve zakonisht duhet paguar vetë. Megjithatë, ekziston mundësia për ta bërë sigurim shtesë që mbulon trajtimin e dhëmbëve. Fëmijët që shkojnë në shkollë kanë të drejtë për një kontroll dhëmbësh në vit, papagesë. Informatat për këtë i jep shkolla.

### Spitali / Stacionet për raste emergjente

Nëse dikush ka nevojë për të shkuar në spital, fillimisht do të regjistrohet nga një mjekte apo mjek. Përrjashtim bëjnë rastet e rënda, në të cilat duhet shkuar direkt në stacionin e emergjencës së spitalit. Nëse gjendja është në rrezik për jetën, ose pacienti duhet të bartet, duhet telefonuar në numrin e emergjencës 144. Për rastet më pak të rënda, kompetent është mjekja ose mjeku familjar.

## **Përkujdesja në shtëpi**

Persona të sëmurë ose me nevoja për përkujdesje në shtëpi, mund të përfitojnë nga shërbimet e infermierisë jashtë spitalore (Spitex). Profesionistët shkojnë në shtëpi te pacientet dhe pacientët për t'u kujdesur për ta ose për t'u ndihmuar në punët e shtëpisë. Oferta është për personat që kanë nevojë për ndihmë për shkak të sëmundjeve, aksidenteve, problemeve të moshës, komplikimeve gjatë shtatzënisë ose pas lindjes. Në disa raste, shpenzimet mund të jenë të mbuluara nga sigurimi bazë (Grundversicherung). Përveç Spitex Verband Aargau, ka edhe shumë ofrues të shërbimeve private Spitex.

## **Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)**

[www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/sherbimit-mjekesore](http://www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/sherbimit-mjekesore)

## Shtatzënia / Lindja

Gratë shtatzëna nuk duhet të paguajnë vetë për kontrollimet e nevojshme. Gjithashtu edhe kostot e lindjes do të mbulohen nga sigurimi bazë. Para dhe pas lindjes, prindërit mund të marrin këshilla falas.

### Shërbimet, shtatzënia dhe lindja

Shërbimet mjekësore në lidhje me shtatzëninë ose lindjen mbulohen nga sigurimi shëndetësor bazë (Grundversicherung). Këto përfshijnë ekzaminime të rregullta kontrolluese para lindjes, vetë lindjen dhe kujdesin e nevojshëm pas saj. Gratë shtatzëna duhet të paraqiten në fillim te një doktoreshë, një doktor ose një mami. Spitale dhe mamitë ofrojnë gjithashtu kurse përgatitore për lindjen (Geburtsvorbereitungskurs). Ekzistojnë kurse të veçanta për emigrantet. Lindja mund të bëhet në spital, në një shtëpi lindjesh ose në shtëpi.

### Pas lindjes

Është e zakonshme që në Zvicër pas lindjes prindërit të këshillohen. Për këtë qëllim ka Këshillimore për Nëna dhe Etër (Mütter- und Väterberatungsstelle). Këto ofrojnë informata për zhvillimin, ushqimin dhe kujdesin e foshnjës. Këshillimet janë falas. Mjeku, mjekja ose mamia informojnë për kontrollat e nevojshme pasuese për nënën dhe foshnjën. Është shumë e rëndësishme që brenda tre muajve pas lindjes fëmija të sigurohet kundër sëmundjeve dhe aksidenteve (sigurimi bazë, sigurimi aksidental). Është më mirë që sigurimi të bëhet para lindjes.

### Vaksinimi

Rekomandohet që fëmijët të vaksinohen me kohë kundër disa sëmundjeve. Megjithatë, vaksinimi nuk është detyrues. Kostot e vaksinave të rekomanduara zakonisht paguhen nga sigurimi bazë shëndetësor. Mjekja apo mjeku i fëmijëve, ose Këshillimorja Nënat - Etërit informojnë lidhur me vaksinimin.

### Ndërprerja e shtatzënisë

Në Zvicër, aborti është i lejuar gjatë 3 muajve të parë të shtatzënisë. Pas përfundimit të javës së 12 të shtatzënisë, aborti është i mundur vetëm nëse shëndeti fizik dhe/ose mendor i gruas është në rrezik. Kjo duhet të vlerësohet nga një mjekë ose mjek. Ai që e mendon abortin, ka të drejtë të marr këshilla falas. Vajzat e reja nën 16 vjeç duhet të drejtohen në një qendër këshilluese të specializuar. Kostot për të gjitha shërbimet mjekësore paguhen nga sigurimi bazë shëndetësor.

**Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)**

[www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/shtatzenesia--lindja](http://www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/shtatzenesia--lindja)



# Shëndeti psikik

Në Zvicër nuk bëhet dallim midis sëmundjeve psikike dhe atyre trupore. Sigurimi bazë mbulon trajtimin e personave me sëmundje psikike te specialistët dhe qëndrimin në klinikë.

## Mbështetje dhe këshilla

Në Zvicër, për situata personale apo familjare të vështira, ka shumë profesionistë të specializuar që mund të ndihmojnë. Sigurimi bazë shëndetësor (Grundversicherung) paguan trajtimin e sëmundjeve psikike nga specialistët të njohur ligjërisht si psikiatër dhe psikiatër. Edhe qëndrimet në klinika paguhen gjithashtu. Kush ka probleme, mund të kërkojë ndihmë falas edhe në këshillimoret anonime. Në këtë drejtim, për shembull, Dora e Zgjatur (Dargebotene Hand) udhëzon përmes telefonit, postës elektronike apo bisedës në internet - chat (telefon 143, [www.143.ch](http://www.143.ch)). Por, edhe mjekja apo mjeku familjar mund të ndihmojë. Në rast se një person është në rrezik të drejtpërdrejtë për të dëmtuar veten ose dikë tjetër, duhet të vepohet shpejt. Në raste të tilla emergjente, ndihmon policia (telefoni 117).

## Fëmijët dhe të rinjtë

Për të rinjë me probleme psikike, Shërbimi Psikologjik për të Rinjë (Jugendpsychologischer Dienst) pa pagesë është një vend i parë i mirë për t'u drejtuar. Edhe prindërit që shqetësohen për fëmijët e tyre mund të paraqiten atje. Ndihma falas dhe anonime për fëmijë dhe të rinjë ofrohet nga linja e ndihmës për fëmijët dhe të rinjë (Kindernotruf) përmes telefonit, e-mail-it ose bisedës në internet (chat) (Tel. 147, [www.147.ch](http://www.147.ch)). Për emergjencë psikiatrike tek fëmijët dhe të rinjtë, është në dispozicion Ambulanta Qendrore për Fëmijë dhe të Rinjë (ZAKJ) 24 orë në ditë në numrin e telefonit 056 462 21 20.

## Sëmundjet e varësisë

Në rastet e sëmundjeve të varësisë, Qendrat Këshilluese për Varësinë ags (Suchtberatung ags) dhe Qendra Këshilluese e rajonit Baden ofrojnë ndihmë. Këto qendra ofrojnë këshilla dhe mbështetje të besueshme dhe falas. Edhe nëse ju shqetësoheni për anëtarët e familjes ose personat e afërt, mund të kontaktoni qendrat e këshillimit. Ato ofrojnë këshilla edhe në disa gjuhë të huaja. Sëmundjet e varësisë nuk përfshijnë vetëm varësinë nga alkooli ose drogat. Edhe në raste të varësive të tjera si varësia nga lojërat, varësia nga blerja, varësia nga interneti dhe në raste të çrregullimeve të të ushqyerit, këshillimoret për varësinë ofrojnë ndihmë. Pyetjet mund të bëhen edhe nëpërmjet postës elektronike.

## **Traumatizimi**

Ai/ajo që ka përjetuar gjëra të rënda në jetën e tij/saj dhe nuk mund t'i përpunojë ato, duhet të kërkojë ndihmë. Traumat janë sëmundje serioze psikike. Përveç ofertave të këshillimit dhe ndihmës për problemet dhe sëmundjet psikike, ka edhe vende për trajtime të specializuara për viktimat e luftës dhe torturës.

## **Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)**

[www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/shendeti-psiqik](http://www.ciao-aargau.ch/sq/shendeti/shendeti-psiqik)