

# Lättlästa sidor

## Om du blir sjuk eller behöver råd

### Ring din vårdcentral

Är du sjuk eller har skadat dig eller vill fråga någon om råd? Då kan du ringa din vårdcentral. De har öppet på dagen måndag till fredag.

Du kan hitta telefonnummer på vår webbplats [www.regionorebrolan.se/vardcentraler](http://www.regionorebrolan.se/vardcentraler)

Sidan du kommer till är inte lättläst. Namnen på alla vårdcentraler står till vänster på sidan. Om du klickar på namnet på din vårdcentral så kommer du till sidan där telefonnumret finns.

### Råd på telefon

Öppet dygnet runt.  
Ring: 1177.  
Texttelefon: **T**0771-11 77 99.  
Det är samma nummer i hela Sverige men du får prata med Sjukvårdsrådgivningen i Örebro län.

### Råd på www

På 1177 Vårdguidens webbplats, hittar du råd och information om bland annat egenvård, sjukdomar, skador och behandlingar. Använd webbadressen: [www.1177.se](http://www.1177.se)

## Jourmottagning vårdcentral

Är du mycket sjuk och det är kväll eller helg? Ring till din närmaste jourmottagning.

### Örebro, Lekeberg

Vårdcentralsjour i Örebro, på Nygatan 7  
Ring: 1177  
Texttelefon: **T**0771-11 77 99.

### Askersund, Hallsberg och Kumla

Vårdcentralsjour i Kumla vid Kumla vårdcentral, Fylstamottagningen  
Ring: 019-602 91 00.  
Texttelefon: 019-**T**670 25 25

### Hällefors, Lindesberg, Ljusnarsberg, Nora

Vårdcentralsjour i Lindesberg vid Lindesbergs lasarett.  
Ring: 1177  
Texttelefon: **T**0771-11 77 99.

### Karlskoga, Degerfors och Laxå

Vårdcentralsjour i Karlskoga vid Baggängens vårdcentral i Karlskoga.  
Ring: 0586-666 86.  
Texttelefon: **T**019-670 25 52

## Vi ringer till dig

Många vårdcentraler och sjukhus har en automatisk telefonsvarare. Den ber dig att säga ditt telefonnummer eller knappa in det på din telefon. Sedan säger telefonrösten en tid då de kan ringa dig. Om den tiden är bra för dig ringer någon upp dig på den bestämda tiden.

## Svåra skador eller akut sjuk då ska du ringa 112

Vid en olycka eller allvarlig sjukdom till exempel stroke eller hjärtinfarkt. Om du har svårt att andas eller blöder väldigt mycket. Då ska du ringa 112 och be om en ambulans.

## Sjukhusens akutmottagningar

Öppet dygnet runt för svåra skador och allvarlig sjukdom.  
 Universitetssjukhuset Örebro,  
 ring: 019-602 10 00 växel.  
 Karlskoga lasarett, ring: 0586-660 00 växel.  
 Lindesbergs lasarett, ring: 0581-850 00 växel.

Du kan ringa på texttelefon till alla sjukhusen.  
 Texttelefon: **T**019-670 25 00.

## Psykiatrins akutmottagning

Psykiatrins akutmottagning  
 vid Universitetssjukhuset Örebro.  
 Öppet kvällar, nätter, helger.  
 För hela länet.  
 Ring: 019-602 56 00.  
 Texttelefon: **T**019-670 25 16.

## Akut tandvård

Måste du ha hjälp med dina tänder snabbt? Först ringer du din vanliga tandläkare. På vår webbplats hittar du alla Folktandvårdens kliniker. Läs mer på: [www.regionorebrolan.se/ftv/klinik](http://www.regionorebrolan.se/ftv/klinik)

Om du inte kan få komma dit kan du ringa till Folktandvårdens jourklinik.  
 Ring: 019-602 38 00  
 Texttelefon: **T**019-670 25 23

Är det stängt kan du ringa telefonnummer 1177.

## Giftinformation

Om du tror att du eller någon annan blivit förgiftad kan du ringa till Giftinformationscentralen och få råd.  
 Ring: 010-456 67 00  
 eller läs mer på webbplatsen [www.giftinformation.se](http://www.giftinformation.se)  
 De har lättlästa sidor.  
 Är det bråttom ska du ringa 112 istället.

## Res gratis med buss till sjukvården

Tar du bussen till sjukvården, så kan du använda kallelsen som biljett. Kvittot på besöket är biljett på vägen hem. Reser du på annat sätt kan du få ersättning för en del av resan. Fråga där du fått din vård.

## Vår webbplats kan anpassas

Du kan lyssna på vår webbplats. En del sidor är teckentolkade och en del sidor är skrivna på lättläst svenska. Du ser det med flikar på sidorna och överst på startsidan. Det står Lättläst, Lyssna, Teckenspråk. Klicka på den flik du vill använda.

Du kan också ändra textstorlek och färg. Det gör du under fliken Anpassa på startsidan.

**Vår webbplats:**  
**[www.regionorebrolan.se](http://www.regionorebrolan.se)**

## 1177 Vårdguiden

På 1177 Vårdguiden kan du få råd om vård alla tider både på dagen och natten.

Du kan både ringa telefonnumret 1177 och läsa på webbplatsen [www.1177.se](http://www.1177.se) Här finns råd och information om vård för hela Sverige.

Alla landsting och regioner hjälps åt med webbplatsen.

### **www.1177.se**

På webbplatsen kan du läsa om sjukdomar, behandlingar, regler och rättigheter.

Du kan skriva frågor och få svar.

### **Telefon**

Om du behöver prata med någon om vård kan du ringa telefonnumret 1177.

Då får du prata med en sjuksköterska.

Du kan få svar på dina frågor, få råd och få hjälp

om vart du ska vända dig för vård.

Du som är döv, hörselskadad eller talskadad kan ringa till 1177 Vårdguiden på texttelefon.

Texttelefon: **T0771-11 77 99**

### **E-tjänster**

På webbplatsen [1177.se](http://1177.se) finns e-tjänster.

Här kan du få kontakt med vården på internet när det passar dig.

Du kan använda e-tjänsterna när du vill.

Både på dagen och på natten.

Du får svar inom några dagar.

Du kan bland annat:

- skriva korta meddelanden till vårdcentraler, mottagningar och kliniker
- avboka och byta tid
- be att få ett nytt recept
- välja vilken vårdcentral du vill ha som din
- se dina recept och mediciner.

Det är samma personal som du träffar på vårdcentralen och på mottagningarna och klinikerna som hjälper dig.

När du loggar in ser du vad den mottagning du vill komma till har för e-tjänster.

### **Ett säkert användarkonto**

Du måste ha ett användarkonto.

Gå in på webbplatsen [www.1177.se/e-tjanster](http://www.1177.se/e-tjanster) för att logga in eller skaffa lösenord

till ett användarkonto.

Sidan är inte på lättläst svenska.

Be någon om hjälp om du tycker det är svårt.

## Stöd till dig med funktionsnedsättning

Du som har en funktionsnedsättning ska få hjälpmedel, träning eller särskilt stöd så att du kan leva ett bra liv.

Du får hjälp av din kommun och av Region Örebro län.

### Habilitering

Habiliteringen hjälper personer med funktionsnedsättning att leva ett så bra liv som möjligt.

Det finns barn- och ungdomshabilitering för dig upp till 18 år.

Och vuxenhabilitering för dig mellan 18 och 65 år.

### Barn- och ungdomshabilitering

Ring: 019-602 28 00

Texttelefon: **T**019-670 25 10.

### Vuxenhabilitering

Ring: 019-602 94 00

Texttelefon: **T**019-670 25 09.

### Hjälpmedel

Behöver du hjälpmedel? Vänd dig till

- arbetsterapeuten i din kommun
- distriktssköterska eller sjukgymnast på din vårdcentral
- din sjukhusklinik som du har kontakt med.

Du kan läsa mer om hjälpmedel på vår webbplats

[www.regionorebrolan.se/lattlast/hjalpmedel](http://www.regionorebrolan.se/lattlast/hjalpmedel)

och på

[www.regionorebrolan.se/hjalpmedelsguide](http://www.regionorebrolan.se/hjalpmedelsguide)

### Har du frågor om hjälpmedel?

Kontakta **Centrum för hjälpmedel**

Ring: 019-602 42 00.

Texttelefon: **T**019-670 25 02.

Du kan läsa mer om hjälpmedel

på vår webbplats

[www.regionorebrolan.se/lattlast/cfh](http://www.regionorebrolan.se/lattlast/cfh)

### Behöver du synhjälpmedel?

Kontakta **Syncentralen**.

Ring: 019-602 96 00.

Texttelefon: **T**019-670 25 03.

Du kan läsa mer om synhjälpmedel

på vår webbplats

[www.regionorebrolan.se/lattlast/syncentralen](http://www.regionorebrolan.se/lattlast/syncentralen)

### Behöver du hörselhjälpmedel?

Kontakta **Audiologiska kliniken**

Ring: 019-602 14 48.

Texttelefon: **T**019-670 25 04.

Du kan läsa mer om hörselhjälpmedel

på vår webbplats

[www.regionorebrolan.se/lattlast/audiologen](http://www.regionorebrolan.se/lattlast/audiologen)

### Behöver du teckenspråkstolk?

Kontakta **Tolkcentralen för döva, vuxendöva, hörselskadade, dövblinda och talskadade**.

Ring: 019-602 45 00.

Texttelefon: **T**019-670 25 01.

Akuttolk, ring: 019-602 10 00 växel.

Akuttolk texttelefon: **T**019-670 25 00.

Du kan läsa mer om tolk på vår webbplats

[www.regionorebrolan.se/lattlast/tolkcentralen](http://www.regionorebrolan.se/lattlast/tolkcentralen)

## Vårdgaranti och valfrihet

### Vårdgaranti

Det finns en regel om vårdgaranti som alla landsting och regioner måste följa.

Om du ringer till vårdcentralen ska du få kontakt med eller komma till en sjuksköterska eller distrikssköterska samma dag.

Du ska få komma till läkare inom sju dagar om du behöver det.

Du ska få komma till specialistläkare inom nittio dagar om du behöver det.

Du ska få behandling inom nittio dagar efter att man bestämt vilken behandling du behöver.

### Vård på olika sjukhus

Om du är patient i Örebro län kan du få tid på ett annat sjukhus än det som är närmast dig. Sjukhusen i Örebro, Karlskoga och Lindesberg jobbar tillsammans för att du ska få vänta så kort tid som möjligt.

### Om du inte får tid inom vårdgarantin

Kan du inte få vård inom den tiden som lovats ska du få vård hos någon annan i vårt län eller i ett annat län. Du kan själv välja om du vill vänta ändå.

### Du får välja vårdgivare själv

Du som bor i Örebro län får välja vårdgivare själv, både i länet och i hela landet.

Om du väljer en privat läkare, så måste läkaren ha avtal med Region Örebro län för den vård som du söker. Om en läkare i ett annat landsting eller region tycker att du ska ha sjukhusvård, måste det godkännas av Region Örebro län.

Du måste betala den patientavgift som gäller där du får vård. Du får bara ersättning för sjukresa till den läkare som finns närmast dig i Örebro län och som kan ge dig samma vård.

För en del sjukdomar finns särskilda regler.

Vill du veta mer kan du fråga där du får din vård.

### Vårdslussen

Vårdslussen hjälper till när du väljer vård någon annanstans. Ring: 019-602 66 00. E-post: [vardslussen@regionorebrolan.se](mailto:vardslussen@regionorebrolan.se)

## Tystnadsplikt

Alla som arbetar med vård hos oss har tystnadsplikt.

Det betyder att de som jobbar här inte får berätta sådant de vet om en patient för någon.

De får bara prata om patienter och deras hälsa med arbetskamrater som jobbar med samma patient.

Alla har tystnadsplikt.

Läkare, sjuksköterskor, sekreterare, städare, praktikanter – alla.

Tystnadsplikten gäller hela livet, även om man slutar arbeta hos oss i Region Örebro län.

När du ligger på sjukhus måste vårdpersonalen få veta om du vill att de ska svara på hur du mår om någon ringer och frågar.

Om din familj eller vänner ringer, får vårdpersonalen inte svara på frågor om du inte har talat om att du vill det.

## När du är patient

Alla som bor i Sverige har rätt till en bra sjukvård.

De som jobbar i sjukvården ska visa respekt för alla patienter

och för patientens rätt att bestämma själv.

De sjukaste patienterna ska få vård först.

Läkaren och patienten ska bestämma vård och behandling tillsammans.

Du ska få veta resultatet av en undersökning och hur bra en behandling har gått.

Du ska få veta vad du kan göra för att hålla dig frisk.

Din rehabilitering ska planeras tillsammans med dig.

Läkaren måste förklara så att du förstår.

Fråga tills du får ett svar som du förstår.

Du har rätt till tolk om du behöver det.

Det kostar ingenting.

Läkaren kan föreslå dig olika behandlingar.

Vill du inte ha viss vård, kan du tacka nej.

Vill du inte bli inlagd på sjukhus, kan du tacka nej.

Du får läsa din journal om du vill.

Men om du ska ha en egen kopia på papper, måste du betala för den.

### Behöver du tolk?

Om du inte pratar eller förstår svenska så bra.

Kan du få en tolk när du besöker vården.

Det kostar ingenting för dig som är patient.

Berätta för personalen innan ditt besök att du behöver tolk

så finns det tolk till dig när du kommer.

## Om du inte är nöjd

När du vill fråga eller klaga på något i vården, så ska du först prata med personalen där du har fått din vård.

På Karlskoga lasarett finns ett patientombud som kan hjälpa dig.

På Universitetssjukhuset Örebro finns Patientforum som kan hjälpa dig.

Om du inte tycker att det hjälper kan du kontakta Patientnämnden.

Du kan ringa, skicka e-post eller skriva brev.

### **Patientnämnden**

Region Örebro län

Box 1613, 701 16 Örebro.

Telefon: 019-602 27 60.

Texttelefon: **T**019-670 25 65.

E-post: [patientnamnden@regionorebrolan.se](mailto:patientnamnden@regionorebrolan.se)

Webbplats: [www.regionorebrolan.se/lattlast/patientnamnden](http://www.regionorebrolan.se/lattlast/patientnamnden)

Patientnämnden lyssnar på dig och hjälper dig att få svar på dina frågor.

Du kan få hjälp om det har blivit missförstånd.

Det du tycker och berättar kan hjälpa andra.

Du kan ta upp frågor om både sjukvård och tandvård.

Du får veta vilka andra ställen

du kan ringa eller skriva till.

Patientnämnden hjälper också till att välja en stödperson till den som har tvingats till psykiatrisk vård.

### **Fel vård?**

Tycker du att du har fått fel vård eller

fel behandling och vill anmäla någon för det?

Vill du att experter som kan mycket om vård tar reda på vad som har hänt och om någon har gjort fel?

Du kan göra en anmälan till

### **IVO, Avdelning öst**

Box 6202, 102 34 Stockholm

Telefon: 010-788 50 00, växel

E-post: [registrator@ivo.se](mailto:registrator@ivo.se)

Webbplats: [www.ivo.se](http://www.ivo.se)

De har lättlästa sidor.

Du får inte vänta för länge.

Helst ska det inte gått mer än två år.

### **Har du blivit skadad i vården?**

Har du blivit skadad av en behandling i sjukvården eller tandvården?

Om du anmäler det till patientförsäkringen kan du få pengar som ersättning.

Ring eller skriv till

### **Patientförsäkringen LÖF**

Box 178 30, 118 94 Stockholm

Telefon: 08-551 010 00.

E-post: [info@patientforsakring.se](mailto:info@patientforsakring.se)

Webbplats: [www.patientforsakring.se](http://www.patientforsakring.se)

Det får inte ha gått mer än tre år sedan du märkte av skadan.

### **Har du blivit skadad av en medicin?**

Är du skadad av ett läkemedel

som du köpt i Sverige?

Det finns en försäkring.

Om du anmäler det

kan du få pengar som ersättning.

Anmäl skadan till

### **Svenska Läkemedelsförsäkringen AB**

Box 176 08, 118 92 Stockholm

Telefon: 08-462 37 00.

E-post: [info@lakemedelsforsakringen.se](mailto:info@lakemedelsforsakringen.se)

Webbplats: [www.lff.se](http://www.lff.se)

Det får inte ha gått mer än tre år sedan du fick veta att skadan kom av läkemedlet.