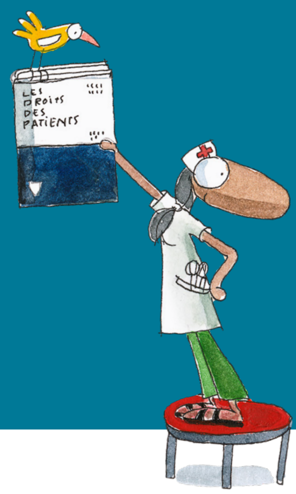
መሰል ተሓከምቲ
ሓፈሻዊ መግለጺ

መሰላቶም ዝፈልጡ ግቡእ ሓበሬታ ዘለዎም ሕሙማት ኣብቲ ዝተቐረበሎም ሕክምና ብንጥፈት ክሳተፉን ምስ ሓኪምን ሰራሕተኛታት ኣለይቲ ሕሙማትን ምትእምማን ኣብ ዘለዎ ዝምድና ክኣትዉን ይኽእሉ።



1. መሰል ሓበሬታ

ብዛዕባ ኩነታት ጥዕናኹምን ብዛዕባ ክግበሩልኩም ዝተወጠኑ መርመራታት፡ ሕክምናታት፡ ትጽቢት ዝግበረሎም ረብሓታትን ክህልዉ ዝኽእሉ ሓደጋታትን፡ ከምኡውን ብዛዕባ ገምጋም እቲ ሕማምን ፋይናንሳዊ መዳያቱን ንጹርን እኹልን ሓበሬታ ናይ ምርካብ መሰል ኣለኩም።

ናብ ትካል ክንክን ጥዕና ክትኣትዉ ከለኹም፡ ብዛዕባ መሰልኩምን ግዴታኹምን፡ ሕግታት ናይቲ ትጸንሑሉ ትካል ጥዕናን፡ ብወረቐት ወይ ብኤሌክትሮኒካዊ መልክዕ ትጸንሑሉ ክውሃበኩም እዩ።

2. ብድልየትን ብኣፍልጦን ፍቓድ ምሃብ

ምሉእ ኣእምሮ ጥዕንኡ ዝተሓለወ (ኩነታት ክግምግምን ግቡእ ውሳነ ክህብ ዝኽእልን ሰብ) - ዓቕሚ ኣዳም ዝበጽሐ ይኹን ትሕቲ ዕድመ – ብድልየትን (ብዘይ ጸቕጢ ወይ ምግዳድ) ድሕሪ እኹል ሓበሬታ ምእካብን (ምሉእ ኣፍልጦ ናይቲ ኩነታት ምስሃለወኩምን) እቲ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ንኽትረክቡ ፍቓድኩም ምስ ሃብኩም ጥራይ እዩ ሕክምና ክካየድ ዝኽእል።

3. ቅድመ መምርሕን ውክልናን ኣብ ዓቕሚ ዘይህልወሉ እዋን

ኣብ ትሓሙሉ እዋን፡ ኣጋጣሚ እውን ባዕልኹም ድልየትኩም ዘይትገልጹሉ እዋን ምስዝመጽእ፡ እንታይ ዓይነት ሕክምናዊ ፍወሳታት ከምትደልዩን ከምዘይትደልዩን ብጽሑፍ ክትገልጹ ትኽእሉ (Patienten-verfügung)። ከምኡ'ውን ኣጋጣሚ ናይ ምውሳን ዓቕምኹም ኣብ ዝጠፍኣሉ እዋን፡ ንዓኹም ዝውስነልኩም ሰብ ክትሰምዩ ትኽእሉ ኢኹም (እዚ ማለት ብመሰረት ድልየትኩምን ረብሓኹምን ኢሉ ብዝሓስቦ)።

4. ምምራጽ በዓል ሞያ ጥዕና ከምኡ' ውን/ወይ ድማ ትካል ክንክን ጥዕና

ነቲ በዓል ሞያ ጥዕና ወይ ነቲ ትካል ክንክን ጥዕና ከምድልየትኩም ክትመርጹ ትኽእሉ ዲኹም ኣይትኽእሉን ብዓቢኡ ኣብቲ ዝመረጽኩምዎ ዓይነት መድሕን ጥዕና ይምርኮስ። ኣብ ናይ ብሕቲ ክሊኒክ ወይ ካብ ካንቶን ወጻኢ ዝግበር ሕክምና ሆስፒታል ምሉእ ብምሉእ ብመሰረታዊ መድሕንኩም (Grundversicherung) ክሽፈን ኣይክእልን ይኸውን። ስለዚ ኩሉ ግዜ ሓፈሻዊ ውዕላትን ቅጥዕታትን ናይ መሰረታውን ተወሳኺን መድሕንኩም (Zusatzversicherung) ብጥንቃቐ ከተንብብዎ ይግባእ።

እቲ ዝመረጽክሞ ዓይነት መድሕን ነዚ ምርጫ ዝድርት እንተዘይኮይኑ (ንኣብነት ሞዴል ሓኪም ስድራቤት (Hausarztmodell) ወይ መርበብ ሓኻይም (Ärztenetzwerk)፡ ናብ ትካል ጥዕና እንዳተመላለስኩም ንትረኽብዎ ሕክምናዊ ኣገልግሎት፡ ክትውከስዎ ትደልዩ ብዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ክትመርጹ ነጻ ኢኹም።

እቶም በቲ ግዴታዊ መሰረታዊ መድሕን ዝሸፈኑ ኣገልግሎታትን ዓይነቶምን ከም ቀደሞም ይቕጽሉ።

5. ብግዴታ ዝትግበሩ ሕክምናዊ ስጉምትታት

ናጽነትኩም ዝድርት ስጉምቲ ይኹን ብዘይ ፍቓድኩም ዝግበር ሕክምና ብዘየገድስ፡ ዝኾነ ዝተቓወምኩምዎ ወይ ኣንጻር ድልየትኩም ዝግበር ሕክምና ከም ብግዴታ ዝትግበር ሕክምናዊ ስጉምቲ እዩ ዝቑጸር።

ነቶም ዝቐረቡልኩም ሕክምናታት ነጻ ኴንኩም፡ ኣብ ዘተኣማምን ሓበሬታ ተመርኩስኩም ድሕሪ ጽፉፍ ገምጋም ክትሰማምዑሉ ክትክእሉ ኣለኩም። እቶም ስጉምትታት ምስ ውልቃዊ ክብርታትኩም ክሰማምዑ ኣለዎም።

ብመሰረቱ ኣብ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ምግዳድ ክልኩል እዩ። ይኹን እምበር ኣብ እዋን ሕክምናዊ ኣገልግሎት ናይ ምግዳድ ስጉምትታት ምጥቃም ዘገድዱ ፍሉያት ኩነታት ኣለዉ (ንኣብነት ኣብ ናይ ስነ-ኣእምሮ ክሊኒክ)። ይኹን እምበር ነዚ ዝምልከት ጽኑዓትን ብሕጊ ዝምርሑን ክማላልኡ ዝግብኦም ቅድመ ኩነታት ኣለዉ።

6. ሞያዊ ምዕቃብ ምስጢር ኣብ ክንክን ጥዕና

ኩሉ ሰንዳትኩም ብሚስጢር ክትሓዝ መሰልኩም እዩ። ሰብ ሞያ ጥዕና፡ ሞያዊ ምስጢር ክሕልዉ ግዴታ ኣለዎም፡ እዚ ክኣ ሕክምናዊ ምስጢርውን ይብሃል። ሕክምናዊ ስርሖም እንዳሰርሑ ዝፈልጥዎ ኩሉ ብምስጢር ክዕቅብዎ ይግደዱ።

ብዘይካ እቶም ብሕጊ ዝተሓገጉ ፍሉያት ነገራት፡ ብዘይ ፍቓድኩም ዝኾኑ ሓበሬታታት ናብ ሳልሳይ ኣካል ከመሓላልፉ ኣይፍቀደሎምን እዩ። ሞያዊ ምስጢር ኣብ መንጎ ሰብ ሞያ ጥዕና ውን ኣሎ።

ዕላማ ሞያዊ ምስጢር፡ ውልቃዊ ምስጢር ኩም ንምሕላውን ውሕስነት ናይቶም ብሓላፍነት ዝተዋህቦም ጉዳያት ምስጢር ክዕቅቡ ዘለዎም ሰብ ሞያ ንምሕላውን እዩ።

7. መዝገብ ሕክምናኹም ናይ ምርካብ መሰል

ከም ተሓከምቲ፡ ናይ ሕክምናኹም መዝገብ ክትረኽቡን ትሕዝትኡ ክግለጸልኩምን መሰል ኣለኩም። ከከም ካንቶን እቲ ሰነዳት ብኦርጅናል ወይ ከም ቅዳሕ ከምዝውሃበኩም ክትገብሩን ናብቲ ዝመረጽኩሞ በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ከተመሓላልፍዎን ትኽእሉ ኢኹም።

8. ኢ-ጥዕናን (eHealth) ኤሌክትሮኒካዊ መዝገብ ተሓከምትን

ኤሌክትሮኒካዊ መዝገብ ናይ ተሓከምቲ (EPD) ክህልወኩም መሰልኩም እዩ። ብኸምዚ መንገዲ ኣብ ምሕደራ መዝገብ ጥዕናኹም ክትሳተፉን ሕክምናዊ ሓበሬታኹም ብዲጂታል ክትረኽብዎን ትኽእሉ።

EPD ዲጂታላዊ ቅዳሓት ናይቶም ኣዝዮም ኣገደስቲ ዝኾኑ፡ ብወሃብቲ ኣገልግሎት ጥዕና ዝተዓቀቡ ሰንዳት ይእክብ። ናይዚ ዕላማ ድማ፡ ኣብ መንጎ ሰብ ሞያ ጥዕና ዝግበር ምልውዋጥ ሓሳብን ሓባራዊ ውሳነን ንምቅላል እዩ። እቶም ዝሕክሙኹም ሰብ ሞያ ክንክን ጥዕና ውን ልክዕ ከማኹም ነዚ ሓበሬታ ኣብ ዝኾነ እዋን ክርእይዎ ይኽእሉ። EPDኹም ሕሉውን ውሑስን እዩ። ናትኩም ስለ ዝኾነ: መን ክሪኦ ከምዝፍቀደሉ ነጻ ኮይንኩም ክትውስኑ ትኽእሉ።

9. ሕክምናዊ ጌጋታት

ነቲ ዝቐርበልኩም ሕክምናዊ ኣገልግሎት ብግቡእ ክትሕከሙ መሰል ኣለኩም። ጌጋታት ኣተሓኻኽማ ምስ ዘጋጥም፡ ነቲ ዝሓከመኩም ሓኪም መብርሂ ክትሓቱ መሰል ኣለኩም። እንታይ ከም ዘጋጠመ ንምርዳእ ዝኾነ ሕቶታት ክትሓቱ ትኽእሉ ኢኹም። ኣብ ካልእ ሓኪም ኬድኩም ካልኣይ ርእይቶ ናይ ምርካብ መሰል ኣለኩም። ከምኡውን ንትካል መሰል ሕሙማት ክትውከሱ ትኽእሉ ኢኹም።

ዝኾነ ሕክምና ናቱ ጉድኣትን ጽቡቕ ጎንን ኣለዎ። ኣብ ሕክምና ዜሮ ሪስክ ዝበሃል የለን። ካብ ሕክምና ንዝመጽእ ሕማቕ ሰዕቤናት ግድን እቲ በዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ጌጋ ጌሩን ተሓታቲ ክኸውንን ይኽእል ማለት ኣይኮነን።

10. መሰል ሓገዝን ምኽርን

ኣብ ትሕቲ ወሃቢ ኣገልግሎት ጥዕና ኣብ ዝርከባ ትካላት ከም ሆስፒታልን ካልኦት ናይ ጥዕና ትካላትን ኣብ ትጸንሑሉ እዋን፡ መሰል ውልቃዊ ሓጋዝ ኣለኩም። በኣዝማድኩም ክትሕገዙን ምስ ከባቢኹም ርክብ ንኽህልወኩምን መሰል ኣለኩም። እንተደሊኹም ከማን ካብ ትእለይሉ ዘለኹም ትካል ወጻኢ ካብ ንተሓከምቲ እንተደሊኹም ትካል (ማሕበር/ትካል ተሓከምቲ) ዘሰንየኩምን ዝከታተለኩምን ሰብ ክትገብሩ ትኽእሉ ኢኹም።

እንድሕር ኣብ ገዛኹም ኮይንኩም ሕክምናኹም ትከታተሉ ኣለኹም፡ ካብ ኣብ ናይ ቀረባ ሰብኩም ሓገዝን ክትትልን ክትረኽቡ ትኽእሉ ኢኹም። እቲ ሰብ ኣብ መዓልታዊ መነባብሮኹም ክሕግዘኩም ይኽእል።

እቲ ዝመረጽክሞ ዓይነት መድሕን ነዚ ምርጫ ዝድርት እንተዘይኮይኑ (ንኣብነት ሞዴል ሓኪም ስድራቤት (Hausarztmodell) ወይ መርበብ ሓኻይም (Ärztenetzwerk)፡ ናብ ትካል ጥዕና እንዳተመላለስኩም ንትረኽብዎ ሕክምናዊ ኣገልግሎት፡ ክትውከስዎ ትደልዩ ብዓል ሞያ ክንክን ጥዕና ክትመርጹ ነጻ ኢኹም።

እቶም በቲ ግዴታዊ መሰረታዊ መድሕን ዝሸፈኑ ኣገልግሎታትን ዓይነቶምን ከም ቀደሞም ይቕጽሉ።

11. ምልጋስ ክፋል ኣካላት

ክፋል ኣካላት ንምትካእ ክፋል ኣካልኩም ክትልግሱ ትደልዩ እንተኾይንኩም፡ ኣብ እዋን ሂወትኩም ክትውስኑ መሰል ኣለኩም።

እቲ ብፍቓድኩም ወይ ብፍቓድ ኣዝማድኩም ብምግላጽ ኣካልኩም ንኻልእ ምልጋስ ዘኽእል ኣገባብ (Zustimmungslösung) እንተወሓደ ክሳብ 2026 ክሰርሕ እዩ፡ እዚ ማለት ድማ፡ እቲ ዝሞተ ሰብ ፍቓዱ ሂቡ እንተኔሩ ጥራይ እዩ ክፋል ኣካላቱ ክእለ ዝኽእል። ካብ 2026 ጀሚሩ ኣብ ስዊዘርላንድ እቲ ምቁዋምኩም ብምግላጽ ዝግበር ኣገባብ (Widerspruchslösung) ክዝውተር ትጽቢት ይግበር፡ እዚ ማለት ድማ፡ ብመሰረቱ ኩሉ ሰብ ኣብ እዋን ሂወቱ ክፋል ኣካላት ክለግስ ከምዘይደሊ እንተዘይገሊጹ፡ ከም ለጋሲ ኣካላቱ ይቑጸር። ሓደ ሰብ ኣብ እዋን ሂወቱ ናይ ገዛእ ርእሱ ድልየት እንተዘይገሊጹ ወይ ዘይሰኒዱ ኣዝማዱ ድልየት ናይቲ ዝሞተ ሰብ ብምግማት ይውስኑ። እቲ ሰብ ድልየቱ ብጽሑፍ ገሊጹ እንተዘይጸኒሑ፡ ከምኡውን ኣዝማድ ክርከቡ እንተዘይክኢሎም፡ ዝኾነ ክፋል ኣካላቱ ክውሰድ ኣይፍቀድን እዩ።

ክፋል ኣካላት ወይ ዋህዮ ኣካላት ምልጋስ ብዘይ ክፍሊት እዩ፣ ምልጋስ ኣካላት ብንግዳዊ መንገዲ ክልኩል እዩ።

12. ኣብ መወዳእታ ህይወቱ ዝግበር ክንክን

ኩላትና ንኽብሪ ዘለዎን ሰላማውን መወዳእታ ህይወት መሰል ኣለና። ሕሙማት ኣብ መወዳእታ ህይውቶም ሕክምናዊ ትርጉም ዘለዎምን ምስ ድሌታቶም ዝተመጣጠኑን ግቡእ ሕክምናን መሰነይታን ክረኽቡ ግቡእ ኢዩ። ዕላማ ናይዚ ድማ ክሳብ መወዳእታ ጽሬት ህይወት ምዕቃብ ወይ ምምሕያሽ እዩ።

ሰባት ኣብ መወዳእታ ናይ ህይወቶም እዋን: ምልክታት ሕማምን ቃንዛን ዘቃልል: ንዘለዎም ናይ ሕማም ምልክታት ዝሕክም ወይ ዘመሓይሽ ሕክምና ክግበረሎም፡ ከምኡውን እንተደልዮም ስነ-ኣእምሮኣዊ፡ ማሕበራውን መንፈሳውን መሰነይታን ደገፍን ንክረኽቡ መሰል ኣለዎም። ብተወሳኺ ናብ ወሃብቲ ኣገልግሎት ጥዕና ክኸዱ ከለዉ መሰል ኣለዎም።

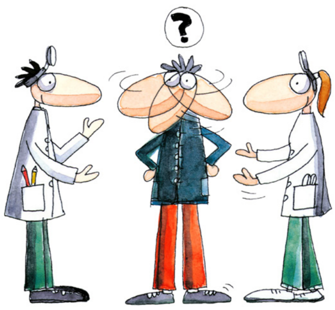
13. ናይ ተሓከምቲ ግዴታታት

ከም ተሓከምቲ መጠን መሰላትን ግዴታታትን ኣለዉኹም። ንኣብነት ዝተ ኣዘዘልኩም ሕክምና ክትከታተሉን: ካብቶም ዝከናኸኑኹም ሰብ ሞያ ጥዕና ዝውሃበኩም ኣገዳሲ ንጥዕናኹም ዝምልከት ሓበሬታ ክትሰምዑን ይግብኣኩም።

ነዞም ግዴታታት ምኽባር ኣብ ዓይነት ወይ ጽሬት ሕክምናኹም ዓቢ ኣበ ርክቶ ኣለዎ። ሳላ እቲ ኣብ ርክብ፡ ሓድሕዳዊ ምትእምማንን ምክብባርን ዝተመርኮሰ ንጡፍ ተሳትፎኹም፡ ሰብ ሞያ ጥዕናን ማሕበራዊ ሰራሕተኛ ታትን ክብርታትኩምን ድልየታትኩምን ብዝበለጸ ዘማልእ ሕክምናን ኣገል ግሎትን ክህቡኹም ይኽእሉ።

ተወሳኺ ሓበሬታ ትደልዩ ዶ፡ ሓገዝ ወይ ምኽሪ የድልየኩም ዶ፧

“ሓፈሻዊ መግለጺ ብዛዕባ መሰል ሕሙማት” (“Die Patientenrechte im Überblick”) ዝብል ዝርዝር ብሮሹርና ሕተቱ ወይ ድማ ኣብ ካንቶንኩም ንዝርከብ ክፍሊ ጥዕና ተወከሱ።



ብካንቶናት በርን፡ ፍሪበርግ፡ ጀነቫ፡ ዩራ፡ ኖይሻተል፡ ቲቺኖ፡ ቮድን ቫሊስን ዝተወስደ ስጉምቲ።

ታሕሳስ 2024